

Erfahrungsbericht Auslandssemester Erasmus an der Södertörn University Stockholm

WiSe24/25

1 Vorbereitung

Die Bewerbungszeitraum für das Wintersemester 2024/25 startete bereits im Winter 2023. Die Bewerbung erfolgte über den*die Studienkoordinator*in des jeweiligen Fachs der Universität Oldenburg. Die Rückmeldung erhielt ich dann im Februar 2024. Informationen und Deadlines für einzureichende Unterlagen wurden von der Södertörn University per E-Mail mitgeteilt. Das International Office der Södertörn University verschickte mehrere E-Mails mit genauen Anleitungen, wie man sich für einen Platz im Studierendenwohnheim bewirbt und Kurse an der Universität wählt. Darüber hinaus wurden hierzu mehrere Zoom-Meetings angeboten. Somit lief die Vorbereitung sehr unproblematisch ab.

Das Autumn-Semester begann an der Södertörn University bereits Ende August 2024, endete dafür jedoch schon Mitte/Ende Januar 2025.

2 Anreise

Angereist bin ich am 25. August mit dem Nachtzug von Hamburg nach Stockholm. Dieser braucht etwa 12 Stunden. Für circa 50€ kann man sich über die Internetseite der schwedischen Bahn SJ ein Ticket in einem Sitzwagen buchen. Wer etwas mehr Geld ausgeben möchte, kann für circa 100-120€ ein Platz in einem Liegewagen reservieren. Ich entschied mich für die günstigere Variante. Die Anreise mit dem Nachtzug verlief sehr unkompliziert. Trotzdem sollte man darauf vorbereitet sein, dass es auf der Strecke vermehrt zu Verspätungen kommt. So hatte ich sowohl auf Hin- und Rückweg jeweils 2-3 Stunden Verspätung.

Vom Stockholmer Hauptbahnhof nach Flemingsberg Station, wo sich sowohl die Uni als auch beide Studierendenwohnheime befinden, fährt man mit dem Commercial Train („Pendeltåg“) circa 20 Minuten. Um die öffentlichen Verkehrsmittel in Stockholm nutzen zu können, habe ich die SL-App heruntergeladen. Dort gibt es verschiedene Ticket-Angebote. Ich habe mir direkt ein 90-Tage Ticket für einen ermäßigten Studi-Tarif von 1800 SEK (umgerechnet etwa 150€) gekauft. Ein SL-Ticket gilt für fast alle öffentlichen Verkehrsmittel in Stockholm und auch Flemingsberg, d.h. für Busse, U-Bahn, Straßenbahn, Metro und sogar einige Fähren.

3 Unterkunft

Die Södertörn Universität bietet zwei Unterkünfte für die Erasmus-Studierenden an, das Studierendenwohnheim in Flemingsberg Centre und das in Björnkulla. Ich persönlich habe im Vorhinein viele Empfehlungen für das Wohnheim in Björnkulla bekommen und kann diese nach meinem Aufenthalt auch bestätigen.



Björnkulla im September (links) und Januar (rechts)

Das Wohnheim glänzt besonders durch seinen schwedischen Baustil. Es gibt vier Häuser, jeweils mit Erdgeschoss und erstem Obergeschoss. In jedem Geschoss wohnen 8 Leute, diese teilen sich eine große Gemeinschaftsküche sowie eine Waschmaschine und einen Trockner. Ansonsten hat jeder sein eigenes Zimmer mit eigenem Bad. Das Zimmer ist ausgestattet mit einem Bett, einem großen Kleiderschrank, einem Schreibtisch mit Stuhl, einer Kommode, einem Külschrank und einer kleinen eigenen Küchenzeile (bestehend aus einer einzelnen Herdplatte und einem kleinen Waschbecken). Daher ist es durchaus möglich kleinere Sachen in seinem Zimmer zu kochen. Dennoch sind die Gemeinschaftsküchen ein toller Platz, um gemeinsame Kochabende zu machen oder sich mit einer größeren Gruppe an Leuten zu treffen. Leider war dennoch das Thema Sauberkeit in der Gemeinschaftsküche öfters ein Problem, doch hilft dort Kommunikation über andere Sauberkeits-Ansprüche sehr. Falls irgendwelche Probleme in der Unterkunft auftreten, gibt es eine E-Mail-Adresse des HouseCares. Die zuständigen Hausmeister sind sehr zuverlässig und kommen meist innerhalb der nächsten 1-2 Tage vorbei.

Das Studierendenwohnheim in Björnkulla (genauer: Björnkullaringen 28A-D) ist etwas weiter von der Uni, dem nächsten Supermarkt und Flemingsberg Station weg als das Studierendenwohnheim in Flemingsberg Centre. Der etwa 15-minütiger Fußweg kann bei schlechtem Wetter auch durch eine etwa genauso lange Busfahrt ersetzt werden. Die zwei Supermärkte bei der Bahnstation sind Lidl und ICA (schwedische Supermarkt-Kette).

Insgesamt würde ich das Studierendenwohnheim in Björnkulla sehr empfehlen, da hier durch die Gemeinschaftsküchen ein Ort zum Kontakteknüpfen geschaffen wird. Von Bewohner*innen des Wohnheims in Flemingsberg hat man darüber hinaus gehört, dass es bei ihnen keine Art von Gemeinschaftsraum gab, weshalb sie sich oft auch abends in Björnkulla aufgehalten haben.

4 Studium an der Gasthochschule



Ausblick aus der Bibliothek

Die Universität und Bibliothek sind beide sehr modern, bieten viel Platz sowohl für Gruppenarbeiten als auch stille Einzelarbeit. Auf dem Gelände befinden sich zwei Möglichkeiten zum Mittagessen, jedoch sind die Preise im Gegensatz zur Oldenburger Mensa gewöhnungsbedürftig. In der Mensa unter der Bibliothek kostet ein Mittagessen (Auswahl zwischen einer vegetarischen und einer nicht-vegetarischen Option, inklusive Salat, Brot, Kaffee und Wasser mit und ohne Kohlensäure zum selbst auffüllen) 75 SEK, also umgerechnet 6-7€. Zusätzlich gibt es jedoch auch zahlreiche Mikrowellen, um sich sein mitgebrachtes Mittagessen aufzuwärmen.

Insgesamt ist das Studium an der Södertörn University deutlich anders organisiert als an deutschen Universitäten. Das Semester ist in vier Perioden unterteilt. Ziel dieser Unterteilung ist es, dass die meisten Kurse nur in einer Periode stattfinden und man weniger Kurse parallel hat. Das bedeutet, dass man 4 Wochen am Stück einen Kurs sehr intensiv hat und am Ende der 4 Wochen den Kurs mit einer Klausur oder einer Hausarbeit abschließt. Im Anschluss beginnt direkt der nächste Kurs der nächsten Periode an. Trotz dieser kurzen Dauer eines Kurses ist es üblich, dass der Kurs nur 1–2-mal die Woche eine Veranstaltung anbietet. Während ich es von meinem Studium in Oldenburg gewohnt bin, am Ende des Semes-

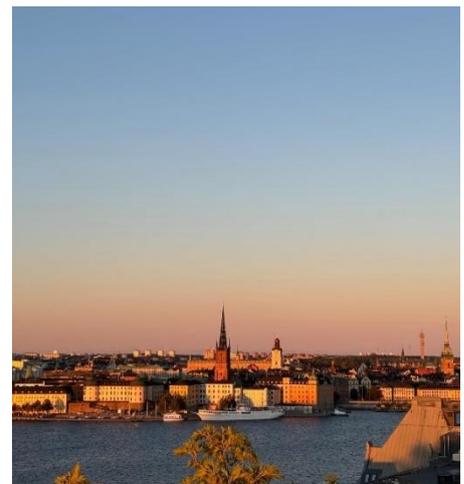
ters eine sehr intensive Lernphase zu haben, in der mehrere Klausuren auf wenige Wochen verteilt sind, wird man an der Södertörn University das ganze Semester über gefordert. Neben den Leistungen am Ende jeder Periode ist es außerdem üblich, während jedes Kurses mehrere Assignments abzugeben oder Präsentationen zu halten.

Der Arbeitsaufwand während des Semesters habe ich daher als deutlich höher empfunden als bei dem Studiensystem in Deutschland. Dennoch fällt dadurch die stressige Klausurenphase am Ende des Semesters weg, da sich die abzugebenden Leistungen mehr entzerren. Außerdem kann man sich mehr auf die einzelnen Kurse konzentrieren. Für mein Auslandssemester war das Studium jedoch insgesamt mehr Aufwand als erwartet.

Obwohl ein Platz an der Södertörn University auch für meinen Studiengang (Umweltwissenschaften B.Sc.) angeboten wurde, fiel das Kursangebot leider für diese Richtung eher dürrig aus. Im englisch-sprachigen Kursangebot fand ich nur 3 Kurse, die thematisch annähernd zu meinem Studiengang gepasst haben, davon waren jedoch zwei im Distanz-Format, d.h. per Zoom. Insgesamt kann ich aufgrund diesem begrenzten Kursangebot für meinen Studiengang die Södertörn University als Student*in der Umweltwissenschaften daher nur bedingt empfehlen. Hingegen haben Exchange Students anderer Studienfächer gegensätzliche Erfahrung gemacht, darunter beispielsweise Lehramts- und BWL-Studierende. Diese haben berichtet, dass es ihnen deutlich einfacher fiel passende Kurse für ihren Studiengang zu finden.

5 Alltag und Freizeit

Stockholm als Stadt ist wunderschön, besonders aufgrund der Natur, dem vielen Wasser und der kleinen Inseln. Die Stadt bietet viele Museen, Parks, Cafés und eine tolle Altstadt. Im Autumn-Semester erlebt man in Stockholm sowohl Sommer, Herbst als auch den Winter. Die Freizeitaktivitäten können daher sehr vielfältig sein und reichen von Kajakfahren bis hin zu Weihnachtsmarktbesuchen. Das Studien-Netzwerk ESN Stockholm bietet darüber hinaus mehrmals in der Woche verschiedenste Aktivitäten an, darunter Partys, Kneipentouren, Wanderungen und Spieleabende. Da der Uni-Alltag wenig Präsenzzeit und viel Eigenorganisation erfordert, gab es auch viel Freiraum für Tagesaktivitäten in Stockholm und auch für Kurztrips in verschiedene Städte (empfehlen kann ich besonders Göteborg, Uppsala und Oslo, die alle sehr gut mit dem Zug zu erreichen sind).



Blick auf Stockholms Altstadt



Lapland

Es gibt in Stockholm zwar schon einige Clubs und Bars, aber grundsätzlich ist Stockholm nicht die beste Stadt für viel Party (es ist teuer, die Bars machen früh zu und es gibt recht strenge staatliche Regulierungen).

Zum Abschluss meines Auslandssemesters habe ich noch an einer Lapplandreise teilgenommen, die ich sehr empfehlen kann. ESN bietet mehrere einwöchige Fahrten zwischen Dezember und Januar an. Von der Busfahrt über die Unterkunft bis hin zu den vielen einzigartigen Aktivitäten (Meet the Reindeers, Schneeschuhwanderung, Husky-Schlittenfahrt, ...) ist die Reise sehr gut organisiert.

6 Fazit

Das Auslandssemester in Schweden war für mich eine der eindrucksvollsten Erfahrungen, die ich je gemacht habe. Vor allem der Alltag und das Studienleben in Schweden sowie der Austausch mit Menschen unterschiedlicher Kulturen haben mich persönlich sehr bereichert. Zwar war das Angebot der Kurse leider eher unpassend für meinen Studiengang, dennoch kann ich generell Stockholm als Ort für ein Auslandssemester sehr empfehlen.