

Erfahrungsbericht Erasmus SoSe 2019 in Bergen (Norwegen)

By Steffen Adam

Vorbereitung

Ihr werdet euch sicherlich fragen, warum man sich in seinem Erasmus ein Land aussucht, das erstens im europäischen Vergleich sauteuer ist, zweitens ein extrem hartes Auswahlverfahren an der Charité hat, weil sich immer wieder mehr als doppelt so viele Bewerber als eigentlich verfügbare Studienplätze darauf bewerben und dann noch die statistisch regenreichste Stadt Europas mit etwa 250 Regentagen auswählt?! Ich kann euch nur sagen, es lohnt sich.

Die Planung und Bewerbungsphase begann tatsächlich schon im Oktober 2017 mit der schriftlichen Bewerbung und nachdem ich im Sommer 2016 einen Wanderurlaub auf den Lofoten (Nordnorwegen) verbracht habe, wusste ich schnell, wo es mich hinzieht. Es stand auch eigentlich nie zur Frage im Studium nicht mal ins Ausland zu schnuppern und seinen medizinischen Horizont auch außerhalb der Charité zu erweitern. Der erste Dämpfer kam dann Ende Dezember mit der Einladung zu einem Auswahlgespräch (Themen: Norwegische Sprache, meine Motivation und interkulturelle Kompetenzen). Die Gespräche liefen so semi, Station Sprache wurde ich z.B. nach nicht mal 30s wieder herausgeschickt (tja ich habe leider einfach noch kein Norwegisch gesprochen, aber wer lernt schon eine Sprache, die er wohl nie wieder gebrauchen kann, wenn er nicht einen sicheren Platz hat → anscheinend bis auf mir alle) und auch Interkulturelle Kompetenzen war nicht so wirklich mein Fall. Anscheinend habe ich aber doch überzeugt und wenige Wochen später wurde mir ein Platz in meiner Zweitwahl Bergen angeboten. Diesen nahm ich natürlich, ohne kurz darüber zu überlegen, direkt an. Daraufhin war einiges an Papierkram zu erledigen, so richtig Gedanken musste man sich darüber aber erst im WS 2018 machen (Learning-Agreement, Bewerbung an der Gasthochschule und Einschreiben in deren Online-Programme, Grant-Agreement, Auslands-BAföG aus Schleswig-Holstein, Suche nach einem Wohnheim, Verlegen von einigen Modulen des WS18/19, da Semesterstart in Norwegen im Januar ist, Flug buchen usw.). Nebenher lief dann ab April 2018 mein Norwegisch-Sprachkurs der Volkshochschule (VHS Steglitz) an, der mir zunächst ein mal erstaunlich leicht viel. Norwegisch ist doch irgendwie eine Kombination aus Deutsch und Englisch.

Dann 31.11.2018, der Schock meines Lebens. Fahrradunfall, incl. Knöchelbruch und 10-tägigen Aufenthalt am CVK mit 2 Operationen, 8 Wochen orthopädischer Schuh und 0% Belastung.... Mein Traum vom Erasmus schien einfach so zu zerplatzen!! Meinen Flug für den 4. Januar habe ich natürlich zunächst gecancelt, aber mit der Hilfe von Marte Arvik und Frau Obirek ließ sich dann doch noch einrichten, dass ich zwar Willkommensveranstaltungen und Kennenlernen Anfang Januar, sowie einen fortführenden Norwegisch-Kurs verpasse, aber trotzdem noch gerade so rechtzeitig die ersten medizinischen Veranstaltungen besuchen konnte und dann darüber auch recht schnell Anschluss zu anderen Leute fand. Alles nochmal gut gegangen, aber so richtig geplant war das nicht und anfangs hatte ich auch noch recht viele Probleme mit meinem Knöchel.

Unterkunft im Gastland

Da muss man sich gar keine Gedanken hier in Bergen machen. Die UiB (Universität Bergen) garantiert einem jeden Austauschstudenten in Bergen einen Wohnheimplatz über Sammen (super Studentenwerk) und deshalb musste man sich eigentlich nur noch für eines der Wohnheime entscheiden. Ich habe mich nach persönlicher Beratung früherer Erasmus-Leute für Alrek und gegen Fantoft entschieden und kann das auch echt nur weiterempfehlen. Miete billiger (etwa 330€) als in Berlin, Lage zum Krankenhaus (5-10min Fußweg) und zum Stadtzentrum etwa 8 Busminuten (Haltestelle direkt vor dem Wohnheim mit sehr gut befahrener Buslinie) oder wahlweise 25min Fußweg. Busticket kostete für Studenten 45 Euro im Monat und war damit auch recht bezahlbar. In Alrek lebt man mit 6 anderen Leuten zusammen und teilt sich eine Küche (neu renoviert) und ein altes Bad. Die meisten hier in Alrek waren auch Austauschstudenten, geschätzt etwa 60%, aber ein ganz bunter Mix und vor allem nicht nur Deutsche. Alrek's Studentenorganisation hat immer wieder Veranstaltungen (kostenloses Waffeln essen, Filmabend, Parties, ...) im Gemeinschaftsraum gestartet, wodurch man auch hier recht schnell Anschluss fand. Insgesamt absolut positives Fazit.

Studium an der Gasthochschule

MED9, also das 9.Semester mit Schwerpunkt Gynäkologie und Pädiatrie wird komplett auf Englisch gehalten. Trotzdem kann ich nur empfehlen, dass ihr so gut es geht vor eurem Aufenthalt Norwegisch sprecht, da gerade das klinische Praktikum (6 Wochen) mit norwegischen Patienten fast ausschließlich auf Norwegisch ist. Klar geben sich Doktoren und Hebammen Mühe viel auf Englisch noch zu erklären, aber andere interessiert das auch überhaupt nicht. Die meisten ECTS hier werden an der Charite anerkannt und so muss man im 9.Semester nur zwei kurze Module wiederholen, sowie die OSCE nach dem Zurückkommen ablegen. Die Prüfung hat ein bisschen höheres Niveau als an der Charite, vor allem da man bei 40% der Antworten selbst antworten muss und dies ein anderes Lernen erfordert, als das stupide MC kreuzen. Alles aber kein Hexenwerk und lasst euch bloß nicht von den Norwegern stressen, die wollen alle immer Einser schreiben, die Note im Erasmus taucht aber bei uns eh nirgendwo auf, also war mein Hauptziel 60% schaffen und das sollte geklappt haben. Ansonsten ist die Universität Bergen und auch das Krankenhaus teils super modern, anderes befindet sich noch im Ausbau oder Neubau. Das klinische Fertigkeitencenter, extra für Studenten, ist gigantisch und nicht zu vergleichen mit unseren Möglichkeiten. Tatsächlich wurde ich hier sogar von unseren norwegischen Studenten im Gesicht genäht, nachdem ich mir beim Fußball eine Platzwunde zugezogen hatte. Norwegische Studenten sind, was praktische und theoretische Kenntnisse angeht uns bei weitem überlegen, also mir zumindest.

Kompetenz und Lernerfolg

Alle meine Erwartungen haben sich erfüllt. Der Unterricht auf Englisch hat mir Riesen-Spaß gemacht und ich habe auch an medizinischem Wissen einen deutlichen Zuwachs erfahren. Auch sozial entwickelt man sich bei solch einem Auslandsaufenthalt immer weiter. Man hat viele neue Kompetenzen gewonnen, neue Blickwinkel kennengelernt, andere Meinungen und Erfahrungen sich angehört und neue Freunde fürs Leben gefunden. Besonders spannend war für mich der Einblick in ein neues Gesundheitssystem und Universitätssystem mit etwas anderen Lehrinhalten. Ihr könnt euch nicht vorstellen, wie anders der Beruf Arzt hier in Norwegen ist, viel weniger Berufsstress, etwa 10 mal besserer Arzt-Patienten-Schlüssel und auch für den ein oder anderen Witz oder Kaffee ist immer mal Zeit. Hier kann sich Deutschland vieles abschauen, auch weil der Umgang zum Pflegepersonal wesentlich besser ist und dieses einfach viele Kompetenzen des deutschen Arztes übernimmt.

Alltag und Freizeit

Die Stadt Bergen selbst hat für meinen Geschmack nicht so unglaublich viel zu bieten, auch weil natürlich Cafes und Restaurants für normale Studenten fast unbezahlbar sind. Dafür ist die Umgebung Bergens umso schöner. Bergen liegt umgeben von mehreren Hügeln/Bergen wunderschön an mehreren Buchten und immer, wenn das Wetter passte, habe ich dort beim Wandern und Schwimmen meine Zeit verbracht. Vor allem das Schwimmen im Fjord/Seen usw. hat mir selbst im Februar schon immer großen Spaß verschafft und die Aussichten auf Bergen von den Hügeln sind einfach unglaublich. Innerhalb von nicht mal einer Woche hatte ich alle 7 bestiegen und kann das jedem, der hier in Bergen ein halbes Jahr verbringt, nur wärmstens empfehlen. Nebenbei habe ich mich noch im Mediziner-Team Fußball über einen norwegischen Freund angemeldet und konnte mit diesem 5 Siege in 5 Spielen feiern, was aber noch viel wichtiger war, dadurch hat man super Kontakt zu echten Norwegern aufgenommen und nicht nur zu den anderen Erasmus-Leuten. An Wochenenden wurde trotz horrenden Alkohol-Preisen immer viel gefeiert (v.a. in Fantoft wurde die ein oder andere WG-Party geschmissen → Vorteil wenn man in Alrek wohnt, man muss nicht beim Aufräumen helfen :D). Studentisch habe ich mich noch bei STUND engagiert, diese sind so etwas wie die Klassensprecher des Jahrgangs und schreiben Kritiken an Professoren und Modulverantwortliche, wodurch ich auch noch Kontakt zu ein paar Norwegern gefunden habe. Letztendlich kann ich jedem nur empfehlen sich noch bei Sammen Sport anzumelden, da man hier für einen echt guten Preis superviele Sportangebote nutzen kann. Falls ihr ein Fan vom Angeln sein, solltet ihr unbedingt eine Angel mitnehmen, Fische gibt es hier in Scharen und was gibt es besseres als abends ein Lagerfeuer zu starten und selbstgefangenen und -zubereiteten Fisch zu kochen.

Damit mit Freizeit und Alltag natürlich nicht genug. In den Osterferien machte ich einen 10-tägigen Roadtrip nach Alesund, ein paar Wochenenden verbrachte ich mit Wandern und Skifahren und jetzt in den nächsten 2.5 Monaten

werden auch noch einige Camping-Trips folgen. Im August ist zum Beispiel geplant 500km von Bergen nach Oslo zu laufen und noch vieles mehr.

Finanzierung des Auslandsaufenthaltes

Norwegen ist teuer, das muss einem klar sein, aber insgesamt bin ich gut zurecht gekommen. Ich selbst hatte Einkommen von etwa 1200Euro durch Stipendium, Erasmusgelder und Auslands-Bafög. Das war natürlich mehr als genug, trotzdem habe ich bei Essen schon immer wieder aufs Geld geschaut und kann euch hierzu auch einige Tipps geben. Erstens, Containern ist eine super Möglichkeit Geld zu sparen und ihr werdet nicht glauben, was man da manchmal so alles aus der Mülltonne zaubert. Zweitens, die meisten Supermarktketten haben hier eine App durch die man 10-30% auf seinen Einkauf spart, wenn man diese heruntergeladen hat. Drittens, mit Fretex gibt es hier einen Second-Hand-Store, der echt alles mögliche hat und die Waren haben meist noch ziemlich gute Qualität und selbst die Norweger, denen es nicht schlecht geht, stöbern hier das ein oder andere mal durch. Viertens, die Natur ist für alle Leute völlig kostenlos, nutzt sie!! Ansonsten kann ich euch nur empfehlen sich einfach mal mit den Locals hier auszutauschen, diese haben meist noch viel bessere Tipps.

Interkulturelle Erfahrungen

Die Norweger sind ein witziges Volk, aber sehr gerne bleiben sie auch unter sich. Das heißt es kostet etwas Anstrengungen wirklichen Kontakt zu schließen und dadurch, dass viele der Kommilitonen in der praktischen Zeit auf andere Städte verteilt sind, war das zu Beginn gar nicht so einfach. Insgesamt sind sie aber doch recht aufgeschlossen, ihr Englisch ist unschlagbar und meist ist sogar ihr Deutsch wesentlich besser als unser Norwegisch.

Fazit

Ich hatte eine unglaublich geile Zeit in meinem Erasmus und noch ist diese ja nicht vorbei, da ich jetzt noch 2.5 Monate in dem für mich schönsten Land Europas verbringen darf. Ich würde jederzeit wieder hier nach Bergen kommen und überlege tatsächlich ein Teil meines PJs hier abzulegen, wofür ich allerdings meine Norwegisch-Kenntnisse noch etwas verbessern sollte, da ich bis jetzt zwar 80% verstehe, aber wirklich mich kaum traue, mal auf Norwegisch zu antworten.

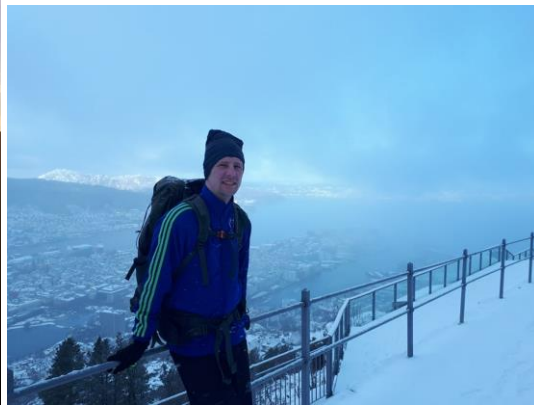
Zugegebenermaßen gab es natürlich auch hier im Erasmus einige Tage, die nicht so meinen Vorstellungen entsprachen, meistens waren diese auf den Geburtenstationen im Krankenhaus, wo man von den Hebammen oftmals einfach links liegen gelassen wurde und so auch mal 6-7h auf Station war, ohne einen Patienten zu sehen, geschweige denn eine Geburt. Das war leider schon vor uns ein bekanntes Problem und durch unsere Initiative bei STUND hoffe ich, dass es für die kommenden Erasmus-Generationen echt besser wird. Nichts desto trotz bleibt ein total positiver Eindruck von der Lehre und dem Studium hier in Bergen und ich fühle mich deutlich fitter, was Pädiatrie und Gynäkologie angeht.

Ich hoffe mein Bericht konnte euch bei eurer Auswahl helfen und hat so die ein oder andere Frage vielleicht auch geklärt. Falls trotzdem Fragen bestehen, kann man mich über das Erasmus-register von Frau Obirek gerne kontaktieren. Ich werde dann versuchen zu helfen.

LG Steffen



(Roadtrip to Alesund)



Bergen zu allen möglichen Jahreszeiten und Tageszeiten. Schnee gab es natürlich auch immer mal wieder zwischendurch, aber auch unglaublich schöne warme Tage im April.

