

## Erfahrungsbericht: Krakau Humanmedizin, Wintersemester 15/16

### Vorbereitung: „Oft nur kurzfristig möglich!“

Ich wusste bereits relativ früh, dass ich einen Teil meines Studiums im Ausland absolvieren möchte. Nach einer leider erfolglosen Bewerbung für das 7. Semester in Schweden, entschied ich mich dazu mein Glück im 9. Semester erneut zu versuchen. Auch hier war Krakau nicht mein Erstwunsch, allerdings bin ich im Nachhinein mehr als glücklich, dass ich in dieser wunderbaren Stadt studieren durfte. Die Zeit war großartig und ich kann es nur anraten sich für ein Auslandssemester hier zu bewerben. Dafür möchte ich mich bereits hier bei allen Organisatoren des Erasmusprogrammes bedanken, die dieses Programm möglich machen.

Nachdem ich meine Zusage für Krakau erhalten hatte, musste ich zunächst einen Sprachtest in Englisch absolvieren (Level B2). Hier galt die gleiche Frist für das Winter- und Sommersemester, die unbedingt beachtet werden sollte. Ein Nachweis von Polnischkenntnissen ist nicht erforderlich.

Anfang August wurden dann die angebotenen Kurse veröffentlicht. Dadurch wird man leider relativ lange im Unklaren gelassen und eine frühe Planung ist erschwert. Da das Wintersemester je nach Kurswahl zu einem unterschiedlich Zeitpunkt beginnt, sollte man sich dann aber möglichst zügig darum kümmern. Als Richtlinie kann man aber für das 6-Jahres-Programm Ende September/Anfang Oktober angeben, die ersten Kurse des 4-Jahres-Programmes (siehe unten) starten allerdings zwischen 2-4 Wochen früher.

Die Kurswahl ist nicht ganz einfach (genauer gesagt relativ komplex), insbesondere hinsichtlich möglicher Anerkennungen. Vieles habe ich erst vor Ort in Krakau klären können. Die (polnische) Organisation der Kurse ist hier oft erst sehr kurzfristig möglich – was sowohl Vor- als auch Nachteile mit sich bringt. Planungssicherheit ist allerdings eher schwierig. Ein Dank gebührt hier sicherlich im Speziellen Frau Heller, die es mir so einfach wie möglich machte hinsichtlich möglicher Anerkennungen für den Modellstudiengang. Von Krakauer Seite ist Frau Wilk zuständig, die auch ihr bestmögliches gegeben hat um sämtliche Wünsche möglich zu machen. Ausführlichere Erklärungen sind unter dem Punkt „Universität“.

Auch um eine Unterkunft habe ich mich erst sehr kurzfristig bemüht (ca. 1 Woche vor Beginn). Wer sich früher kümmert hat mehr Auswahl, man findet allerdings auch problemlos noch etwas vor Ort. Wenn man keinen Platz im Studentenwohnheim bekommt, muss jedoch meist eine Maklergebühr bezahlt werden. Es gibt allerdings zahlreiche Onlineportale und Organisationen die sich zum Teil auch auf Erasmusstudenten spezialisiert haben ([myerasmus.pl](http://myerasmus.pl), [gumtree.pl](http://gumtree.pl) oder auch [wg-gesucht.de](http://wg-gesucht.de) oder Facebook) bei denen man Wohnungen finden kann- zum Teil auch ohne Gebühr.

Ich würde sehr empfehlen entweder in Kazimierz oder in fußläufiger Nähe des Rynek (zentraler Marktplatz) zu wohnen. Einige Freunde wohnten etwas weiter außerhalb und waren auf die Straßenbahn angewiesen. Dies ist insbesondere für das Erleben des ausgeprägten Studentenlebens in Krakau ein großes Hindernis.

### Sprache: „Es geht auch ohne- aber besser ist mit!“

In Krakau gibt es 3 verschiedene parallele Programme für Medizinstudenten: ein polnisches 6-Jahres-Programm, ein englisches 6-Jahres-Programm (hieran nehmen insbesondere Norweger teil) und ein englisches 4-Jahres-Programm (v.a. für Amerikaner und Kanadier). Da ich überhaupt keine polnischen

Sprachkenntnisse hatte und ich leider keinen Sprachkurs im Voraus absolviert hatte, habe ich nur Kurse des englischen Programmes gewählt.

Ich habe in Krakau einen von der Jagiellonian Universität angebotenen Sprachkurs (A1.1) absolviert. Es gibt hierbei Sprachkurse für jedes Level (A1-C2). Man muss dafür eine Gebühr (rund 150 Euro) bezahlen, allerdings lohnt es sich wenn man sich ein wenig mehr „wie in Polen“ und nicht nur als „Student im Ausland“ fühlen möchte. Ich kann hier nachdrücklich die Kurse bei Agata Szybura empfehlen.

Für mich hat sich der Sprachkurs sehr gelohnt. Ich habe hier neben der polnischen Sprache viele Leute kennengelernt und in jeder Stunde wurde viel gelacht. Es war eine großartige Atmosphäre und ich bin immer sehr gerne zum Unterricht gegangen.

Zugegebenermaßen ist polnisch eine wirklich schwere Sprache und mit Hilfe von nur einem Sprachkurs nicht wirklich zu erlernen. Für kleinere Konversationen hilft es aber. Für mich stand bei den Veranstaltungen mehr die Identifizierung mit der polnischen Kultur im Vordergrund und auch der Spaßfaktor und die Gruppendynamik waren ausgesprochen gut. Am Ende haben alle den Kurs hervorragend bestanden.

Man kann sich den Sprachkurs auch mit 6 ECTS-Punkten anrechnen lassen. Die Unterrichtszeiten werden nach dem ersten Treffen individuell in den Gruppen festgelegt (diese Gruppen werden oft per Zufall zusammengewürfelt, aber man kann nach Bekanntgabe der Zeiten meist wechseln). Wer also relativ entspannt noch ein paar ECTS-Punkte haben möchte und dabei viel Spaß haben will ist hier sicher richtig. Nach Abschluss des Sprachkurses kann man zumindest die klassischen Supermarktkonversationen und Restaurantbestellungen meistern.

Wer das Geld allerdings lieber anderweitig investieren möchte: viele Erasmusstudenten haben gar keine polnischen Sprachkenntnisse gehabt und auch keinen Sprachkurs besucht. Man kommt auch so sehr gut zurecht- keine Sorge ☺ Deutlich einfacher ist es natürlich mit. Hierbei hilft es zumindest einen Freund zu haben, der polnisch sprechen kann.

### **Universität: „Wählt Kurse mit viel Praxisbezug!“**

Da ich in meinem 9. Semester nach Krakau gegangen bin, habe ich zwecks Anerkennung vor allem die Kurse Gynäkologie und Geburtshilfe (insgesamt 8 Wochen) und Pädiatrie (insgesamt 9 Wochen) belegt. Darüber hinaus habe ich noch zum Auffüllen der Leistungspunkte klinische Genetik, klinische Mikrobiologie und klinische Immunologie belegt.

Hierbei ist zu betonen, dass man in Krakau beispielsweise jedes Jahr Pädiatrie hat, jedoch nur im letzten Jahr eine Klausur schreibt. Das heißt, dass man viele Kurse nur durch Anwesenheit bestehen kann. Auf der anderen Seite wird dann auch in den höheren Kursen etwas Vorwissen vorausgesetzt- aber wirklich Sorgen machen diesbezüglich muss man sich nicht. Die Klausuren schreibt man übrigens immer am letzten Tag des jeweiligen Kurses, so dass man während dem Kurs sicher aufpassen sollte. Nach einem 6-Wochen-Block-Kurs kommt also am letzten Freitag im Normalfall die Klausur. Aber keine Angst, die Klausuren sind wirklich sehr gut schaffbar.

Einige Leute hatten Probleme bezüglich der Kurswahl, da es beispielsweise nicht gestattet war, Pädiatrie 2 (aus dem 4. Jahr) vor Pädiatrie 1 (3. Jahr) zu machen. In der Realität macht dies jedoch nahezu keinen Unterschied! Hier hilft es als Student im Modellstudiengang eine erklärende Mail zu formulieren, in der man auf unsere besondere Art des Curriculums eingeht. Ich war dadurch relativ frei in meiner Wahl und konnte auch letztendlich meine gewünschten Kurse so belegen, wie ich das

wollte. Insgesamt kann man Kurse aller Jahre (1-6) belegen und auch aller verschiedener Programme. Mir ist nicht zu Ohren gekommen, dass die Kurse zu voll für Erasmusstudenten gewesen sein sollen, so dass man relativ flexibel ist.

Die meisten Kurse werden in Wochenblöcken angeboten. Zusätzlich gibt es auch noch einige Kurse die wöchentlich an bestimmten Tagen stattfinden. Aus diesen Kursen stellt man sich sein eigenes Programm zusammen. In Krakau wird nicht in Studiensemestern sondern in Studienjahren gedacht. Daher kann es passieren, dass manche Kurse nur im Sommer oder nur im Winter angeboten werden. Da es pro Jahr allerdings verschiedene Gruppen gibt, besteht die Chance so gut wie möglich Kurse zu wählen, die man sich auch anrechnen lassen kann.

Bei der Wahl ist zusätzlich noch zu beachten, dass es in Krakau zwei große Campi gibt. Einer ist in der Ulica Kopernika, der andere in Prokocim. Die Fahrt zwischen den beiden Campi dauert etwas länger als 30 Minuten. „Prokocim Szpital“ ist das Kinderkrankenhaus von Krakau. Hier finden neben Pädiatrie auch Kurse in klinischer Genetik oder klinischer Immunologie statt.

Man hat zusätzlich zu den normalen Kursen auch die Möglichkeit an selbst organisierten „clinical rotations“ teilzunehmen. Diese sind ähnlich einer Famulatur, aber wohl von sehr unterschiedlicher Qualität. Ich habe dieses Kursformat jedoch nicht genutzt und kann daher leider nicht genau berichten welche Fächer sich hier anbieten. Da man allerdings viel Zeit mit den Ärzten und Patienten verbringt, bietet es sich vor allem für Personen an, die bereits etwas polnisch sprechen können.

In Krakau wird die Praxisrelevanz im Curriculum noch einmal auf ein ganz anderes Level gehoben. Meist hat man bei den größeren blockweise unterrichteten Fächern täglich Unterricht am Krankenbett, gegebenenfalls ergänzt durch weitere Seminare. Die gemachten Erfahrungen hierbei sind sehr unterschiedlich. Während ich kein Fan der Seminare geworden bin, gab es viele Möglichkeiten praktische Erfahrung zu sammeln und seine klinischen Fähigkeiten zu verbessern. Wie gewinnbringend dies jeweils ist, ist abhängig vom Arzt und vom zu unterrichtenden Fach.

Bei der Kurswahl sollte man allerdings wirklich bedenken, dass in Krakau die Vorklinik die ersten beiden Jahre einnimmt (im 6-Jahres-Programm), so dass im dritten Jahr insbesondere in Pädiatrie noch viele Basics beigebracht werden. Trotzdem gibt es gerade in diesem Fach unfassbar viele seltene und besondere Fälle zu bestaunen. Ich habe in Pädiatrie Kurse des 3. und 4. Jahres und in Gynäkologie Kurse des dortigen 5. und 6. Jahres belegt. Da das Curriculum derzeit in Krakau deutlich verändert und angepasst wird, werden sicherlich auch hier Änderungen auftreten.

Die Kurse in der Pädiatrie gelten allgemein als sehr gut und lehrreich. Ich fand insbesondere die Kurse auf der Neugeborenenintensivstation sehr spannend. Hier gibt es Patienten, mit zum Teil sehr seltenen Krankheiten. Auch die Kurse auf den anderen Kinderstationen waren durchaus interessant. Da ich mit Studenten niedrigerer Jahrgänge unterwegs war, wurden hier allerdings oft noch einmal die Basics wiederholt. Reine Kinderkrankheiten wie Masern, Mumps oder Röteln sind aber insgesamt sicher eher seltener anzutreffen, ebenso wenig Vorsorgeuntersuchungen oder ähnliches. Ich denke man hat hier aber die Chance deutlich mehr über Pädiatrie und den Umgang mit pädiatrischen Patienten zu lernen als vielleicht in Deutschland.

In Gynäkologie wird wochenweise durch die verschiedenen Fachbereiche rotiert: Ambulanz, Geburtshilfe, OP etc. Fast alle Ärzte sind sehr daran interessiert gynäkologisches Wissen zu vermitteln. Auch hier hat man die Chance auf „Hands-on“ in Operationen oder gynäkologischen Untersuchungen. So darf man in OPs assistieren, bei Geburten (auf natürlichem Wege und durch Kaiserschnitt) zusehen oder gynäkologische Untersuchungen durchführen bspw. Manuelle Untersuchungen, PAP-Abstrich oder Ultraschall. Darüber hinaus werden hier auch noch einmal viele theoretische Inhalte vermittelt. Ich habe einiges aus den praktischen Kursen mitgenommen, die

Seminare waren meiner Meinung nach oft eher durchwachsen. Mein Fazit ist dennoch durchaus positiv. Es kommt aber ein wenig darauf an auf welche Stationen man kommt.

Nicht empfehlen kann ich leider den Kurs klinische Genetik. Ich habe diesen Kurs nur zum Auffüllen meiner Gesamt-ECTS genutzt, da ich ihn mir ohnehin nicht anrechnen lassen konnte. Es finden hier nur Seminare statt- leider meist ein stupides Ablesen der Folien vom gleichen Professor.

Klinische Immunologie und klinische Mikrobiologie waren allerdings wieder deutlich interessanter, auch wenn man hier kaum Patienten gesehen hat. Die Lehre hierbei war aber sehr gut gestaltet.

In dem englischen 6-Jahres- Programm sind vornehmlich Norweger. Viele von ihnen sprechen auch kein polnisch, so dass meist der Arzt oder einer der Kommilitonen in Anamnesefragen übersetzt. Man kommt also auch ohne Polnischkenntnisse gut zurecht, allerdings geht natürlich ein wenig der zwischenmenschliche Kontakt vor allem bei Kindern verloren. Meine mangelnde Fähigkeit polnisch zu sprechen, habe ich wohl am meisten in meiner Zeit in der Pädiatrie bereut.

### **Alltag und Freizeit: „Schafft Platz in eurer Freundesliste!“**

Dies war der erste Satz mit dem ich bei der ersten Veranstaltung der Orientierungswoche begrüßt wurde. Und es sollte sich bewahrheiten.

Krakau ist eine wunderschöne Stadt. Bei 220.000 Studenten in der 750.000-Einwohner-Stadt findet man jeden Abend Gleichgesinnte. Der größte Anteil des Studentenlebens spielt sich rund um den Rynek und in Kazimierz ab. Man sollte daher nach Möglichkeit wirklich versuchen in diesen Gebieten eine Unterkunft zu finden.

Falls man einmal einen Abend nicht selber etwas planen möchte, so organisiert die ESN (Erasmus student network) viele verschiedene Events, zum Beispiel viele (Motto-) Partys, Tandemabende, Sportveranstaltungen oder auch Trips in die Umgebung (Zakopane, Breslau, Warschau, Bratislava etc.). Da die öffentlichen Verkehrsmittel ausgesprochen günstig sind, kann man Polen aber auch gut auf eigene Faust erkunden. Ich selbst habe mich bei meinen Reisen auf Polen beschränkt, da ich viele von den umliegenden Großstädten schon kannte und das Land selber besser kennenlernen wollte. So habe ich Zakopane, Warschau, Breslau und Torun besucht, da ich auch den Norden von Polen etwas kannte. Man kann und sollte aber die Chance zum Reisen nutzen!

Insbesondere einen Abstecher zum Wandern/ Ski fahren nach Zakopane sollte man unbedingt unternehmen. Einfach gutes Wetter ausnutzen, ein paar Leute schnappen und los geht's! Außerdem kommt man auch schnell und günstig in die umliegenden ausländischen Städte wie Prag, Budapest, Wien, Bratislava, Lviv etc. Wer nach Lviv möchte sollte aber daran denken seinen Reisepass mitzunehmen.

Darüber hinaus besteht die Chance sich über ESN für das Mentoring-Programm zu „bewerben“. Diese Mentoren versuchen einem bei Problemen jeglicher Art zu helfen. Ich hatte mich auch dafür angemeldet, allerdings sind daraus bei mir eher schöne Abende in Bars geworden, da keinerlei Probleme auftauchten- also auch dies eine Empfehlung!

Auch von der medizinischen Fakultät gibt es einige Sportangebote. Eine Informationsveranstaltung findet normalerweise nur zu Beginn des Studienjahres statt, aber man kann sicher auch versuchen im Sommersemester einzusteigen. Angeboten werden beispielsweise Fußball, Yoga, Rudern, Tennis, Crossfit, Radfahren, Chor, Bands und vieles mehr. Man kann meist als blutiger Anfänger mitmachen, wobei beim Rudern und im Chor eine Art Aufnahmeprüfung stattfindet. Ich selbst habe nur Tennis

gespielt. Dabei wurde in 3 unterschiedliche Niveaus eingeteilt, so dass jeder mit Leuten mit in etwa den gleichen Fähigkeiten spielen konnte.

Außerdem organisieren die Medizinstudenten der Jagiellonian University einige zusätzliche Abendveranstaltungen, wie eine Einführungswoche mit einigen Partys und dem Highlight der „CoperniCam“ (ein Abend an dem einige von Medizinstudenten gedrehte Kurzvideos gezeigt werden), Galas, Weihnachtstische, Bälle etc. Normalerweise ist das alles sehr gut organisiert und dekoriert. Dem Anlass entsprechend kleidet man sich als Mann in Anzug und als Frau in einem schickeren Kleid- wer also wie ich zumindest eines dieser Events miterleben möchte sollte für entsprechende Kleidung sorgen.

Alle Studenten, insbesondere die anderen Erasmusstudenten sind ausgesprochen aufgeschlossen und man lernt quasi jeden Abend neue Leute kennen mit denen man dann die unterschiedlichsten Sachen unternehmen kann. In Krakau finden sich neben den vielen Bars und Clubs auch einige kulturelle Höhepunkte: Die Wawel-Burg, St. Marienkirche, Schindlers Factory, Mocak, das ehemalige Konzentrationslager in Auschwitz oder auch die Salzminen in Wieliczka haben mich sehr beeindruckt. Um Krakau selbst besser kennenzulernen bieten sich auch die zahlreichen „Free-guided Walking Tours“ an.

Das Studentenleben in Krakau ist wirklich grandios und einfach in der Handhabung da doch alles sehr nah beieinander liegt. Geht man aus der einen Bar heraus, fällt man direkt in die nächste Bar hinein.

Die Lebenshaltungskosten sind für polnische Standards zwar eher hoch, im Vergleich zu Westeuropa allerdings sehr günstig. Dadurch kann man während eines Semesters sehr viel unternehmen. Insbesondere Essen in Restaurants oder das Nachtleben ist zu erschwinglichen Preisen erkundbar. Aber auch Touren und Ausflüge lassen sich dadurch leichter finanzieren als in Deutschland. Man kann es sich in Krakau als Student aus Deutschland verhältnismäßig gut gehen lassen und dadurch wirklich viele großartige Erfahrungen sammeln.

### **Fazit: „Nichts wie hin da!“**

Was macht eine unvergessliche Studienzeit aus?

Eine faszinierende und facettenreiche Stadt mit vielen Möglichkeiten, einige tolle und interessante Universitätskurse und eine tolle Freizeit mit großartigen Freunden. Für mich war all dies rundum gegeben und nahezu perfekt. Man hat im Vergleich zu einem normalen Semester in Berlin relativ viele Freiheiten. Es gibt zwar insbesondere im Vergleich zu anderen Studiengängen eine häufige Anwesenheitspflicht, trotz allem hat man genug Zeit Land und Leute kennenzulernen. Dadurch hat man, zusammen mit den vergleichsweise geringen Preisen, die Möglichkeiten, fast all das zu erleben und zu erkunden was man schon immer mal machen wollte.

Von mir ein rundum positives Fazit. Ich kann nur empfehlen sich diese Stadt für einen lebendigen und kurzweiligen Erasmusaufenthalt auszusuchen.

Wer immer noch nicht überzeugt ist sollte kann sich noch 3 beispielhafte Fotos ansehen.



Blick vom Rande der Wisla auf die Wawel-Burg. Hier sind immer viele Spaziergänger, Radfahrer, Skater und Jogger unterwegs.



Blick auf den Rynek mit den Tuchhallen und der Marienkirche. Von dem Turm der Marienkirche spielt zu jeder vollen Stunde ein Trompeter eine Melodie in alle 4 Richtungen der Stadt. Ich vermisse das bereits jetzt!