

ERASMUS Erfahrungsbericht Wintersemester 2015/2016

Ich habe einen Teil des WS 15/16 (3. Monate) an der Universität Linköping in Schweden verbracht.

Vorab: Da man hier auf Englisch studieren kann, bietet die Universität für Erasmus Studenten derzeit fast nur praktische Kurse an, welche zu einem 3 monatigen Aufenthalt führen. Wer relativ gut schwedisch beherrscht, dem empfehle ich sich rechtzeitig darum zu kümmern, dass man in die theoretischen Module zusätzlich eingeschrieben wird und das ganze Semester bleiben kann. Das hätte ich gerne so gemacht aber wusste vorher leider nix davon.

Sprache

Wie oben erwähnt, hat man die Möglichkeit in Linköping ein richtiges Semester zu absolvieren wenn man die Sprache spricht. Hierzu empfehle ich ein A2 Level. Ich denke damit kommt man am Anfang erst mal gut zurecht und alles Weitere ergibt sich ja vor Ort beim Sprechen ☺

Ich persönlich habe von der VHS Pankow die Kurse 1-3 besucht, die an der HU angeboten werden. Die Gruppe war allerdings sehr groß, sodass ein kleinerer Kurs vielleicht eher zu empfehlen ist.

Ansonsten kommt man mit English in Schweden super aus. Neben der finnischen Studentin war ich die einzige Erasmusstudentin der medizinischen Fakultät, die überhaupt schon schwedisch vorher gelernt hatte. Obwohl schwedische Sprachkenntnisse nicht notwendig sind, erleichtert es das Leben im Klinikalltag jedoch sehr, da viele Patientengespräche eben doch auf Schwedisch geführt werden.

In der Einführungswoche werden die Basics der schwedischen Sprache vermittelt und jeder bekommt die Möglichkeit sich noch für einen Sprachkurs während des Semesters anzumelden.

Anreise

Das Wintersemester beginnt schon sehr früh und die Einführungswoche beginnt noch vor Semesterstart, sodass ich schon Mitte August da sein musste. Da ungefähr zwei Wochen zwischen den beiden Semestern lagen, habe ich die Chance genutzt und bin schon vor Studienbeginn durch das Land gereist. Ich bin mit meinem Freund mit dem Auto und einem Zelt durch Kopenhagen und über die Öresundbrücke nach Malmö gefahren. Von dort die Küste entlang bis Göteborg und dann ins Land, am Vätternsee vorbei bis nach Linköping. Diese Reise in der Natur war traumhaft und hat mir schon Vorfreude auf meinen bevorstehenden Aufenthalt gemacht.

Unterkunft

Ich hatte Glück und habe ein Zimmer im Studentenwohnheim in Ryd zugestanden bekommen. Ryd liegt nahe der Universität und ca. 20 Minuten entfernt von der Klinik und Innenstadt. Da Linköping nicht sehr groß ist, lässt sich alles wunderbar mit dem Fahrrad erreichen.

In Ryd wohnen die meisten Erasmusstudenten und es fanden regelmäßige Treffen am BBQ Platz und in der nahe gelegenen Bar (Hg) statt.

Zu den Studentenwohnheimen im Allgemeinen kann man sagen, dass es Korridore mit 8 Zimmern sind, einer großen Küche und einem Aufenthaltsraum. Jedes Zimmer ist möbliert und hat ein eigenes Bad. Ganz wichtig (hätte ich gerne vorher gewusst): Es gibt einen eigenen W-LAN Anschluss im Zimmer, den man sich freischalten lassen kann. Hierzu benötigt man allerdings einen eigenen Router. Ich fand es schade einen extra neu kaufen zu müssen. Immerhin ist Schweden schon teuer genug und

meine Familie hat wahrscheinlich Duzende davon im Keller rum zu liegen. Also wenn ihr Platz habt im Gepäck, nehmt euch einen Router mit und das mit dem Internet funktioniert schnell und Problemlos.

Ansonsten muss ich sagen, dass es mich schockiert hat, wie dreckig alles ist. Die Küche war ein reiner Saustall. Das liegt wohl daran, dass die Fluktuation der Mitbewohner sehr groß ist und auch in den Ferien kaum jemand da ist, der sich kümmert bzw. verantwortlich fühlt.

In meinem Korridor haben fünf schwedische Studenten, eine weitere Erasmusstudentin und noch ein ausländischer Masterstudent gewohnt. Da die anderen beiden kein schwedisch gesprochen haben, war unsere gemeinsame Kommunikation auf Englisch. Wir haben regelmäßige Meetings gehabt um einen Putzplan zu erstellen, die Reparatur der Spülmaschine zu besprechen oder auch mal gemeinsam zu kochen oder einen Film zu schauen. Das Zusammenleben war abgesehen von der mangelnden Sauberkeit sehr schön und ich habe mich immer gefreut wenn ich mich am Abend nach einem langen Tag noch zu meinen Mitbewohnern setzen konnte und wir noch etwas gequatscht haben. Die meisten schwedischen Studenten sind sehr nett und hilfsbereit, allerdings auch sehr in sich gekehrt und zurück gezogen. Man kann da glaube ich Glück und Pech haben mit seinen Mitbewohnern. Bei mir war nur einer der Schweden an einem gemeinsamen Zusammenleben interessiert und hat sich mit uns getroffen, gekocht und Zeit verbracht. Die anderen waren eher selten zu sehen.

Was ich noch ganz toll fand, war das Angebot von der Gesellschaft der Studentenwohnheime. Es gab Waschstuben mit Maschinen (Waschmittel schon integriert) und Trocknern, Saunen, Tennis- und Volleyballplätze und Billiardräume, die man kostenlos nutzen konnte. Hierfür musste man sich lediglich online auf deren Webpage eintragen und eine Zeit buchen. (<https://www.studentbostader.se/en>)

Von Studenten organisiert gab es auch ein Art Leihbörse (<https://fryd.se/en/>) Hier bekam man Nähmaschinen, Beistellbetten, Fahrräder oder Werkzeug kostenlos für einen bestimmten Zeitraum ausgeliehen. Dies war super praktisch, da ich viel Besuch hatte, der dann nicht auf dem Boden schlafen musste 😊

Uni

Die Universität Linköping ist noch eine relative „junge“ Uni, die mit den modernsten Lehrmethoden arbeitet. Die medizinische Fakultät befindet sich direkt auf dem Klinikgelände. Es gibt ein tolles neues Gebäude, wo die schwedischen Medizinstudenten Vorlesungen und Seminare haben. Dort befindet sich auch die medizinische Bibliothek mit Computerräumen, etc.

Grundsätzlich haben alle Erasmusstudenten eher praktische, also klinische Rotationen. Daher werden nur drei Monate (es sei denn man spricht schwedisch, siehe oben), die man sich aber aus vielen Abteilungen zusammen stellen kann, angeboten.

Meine Rotation, die mir sehr viel Spaß gemacht hat, sah wie folgt aus:

- 2 Wochen Rheumatologie
- 2 Wochen Radiologie
- 2 Wochen Hand- und Plastische Chirurgie
- 4 Wochen Orthopädie
- 2 Wochen Interprofessional Ward (Geriatric)

Alle Blöcke sind sehr Famulatur-ähnlich. Wenn man in der gleichen Rotation, wie die schwedischen Studenten ist, kriegt man meist einen richtigen persönlichen Stundenplan, der einem sagt, wann man wo und mit wem sein soll. Aber grundsätzlich gilt, dass man 30 Std/ 4 Tage in der Woche Anwesenheitspflicht hat und der Freitag für das Selbststudium gedacht ist. Ist also ein Termin für Freitag im Stundenplan, ist das eine Empfehlung aber kann auch mal ausgesetzt werden. Alle sind sehr nett und lassen gut mit sich reden wenn man zum Beispiel mal an einem Tag früher gehen möchte.

Die Interprofessional ward ist eine Unterrichtsform bei der Studenten aus allen medizinischen Bereichen (Medizin, Physiotherapie und Krankenpflege) auf einer Station zusammenarbeiten, Teambesprechungen abhalten und sich um die Patientenbetreuung eigenständig kümmern. Im Hintergrund agiert natürlich zusätzlich professionelles Personal, mit dem man in Kontakt steht und die eigenen Behandlungsvorschläge diskutiert. Da diese Art von „Station“ bei uns nicht existiert, empfehle ich allen, diesen Block zu wählen. Es macht nicht nur Spaß eigene Verantwortung zu übernehmen, man lernt auch wahnsinnig viel und schaut auch mal über den Tellerrand auf die anderen medizinischen Berufe.

Insgesamt war es eine tolle Zeit und ich habe praktisch sehr viel gelernt. Ich habe unter anderem zum Beispiel arterielle Blutentnahmen, Kniegelenkspunktionen, Hautnähte und Sonographien machen dürfen.

Am besten hat mir die Zeit gefallen, in der ich mit den schwedischen Studenten eingeteilt war. So konnte ich auch mal Kontakte knüpfen und die Sprache schneller lernen.

Auch die gesamte Organisation der Uni für die Erasmusstudenten war hervorragend. Es war alles sehr gut geplant, von der Einführungswoche bis zu den klinischen Rotationen. Alle „Stationen“ wussten, dass man kommt und haben entweder einen Stundenplan oder Vorschläge der Gestaltung der Zeit bereit gehabt und nach einem kurzen Einführungsgespräch und Rundgang konnte man sein „Praktikum“ beginnen.

Die Abteilung für Austauschstudenten von der medizinischen Studentenvereinigung Consensus hat sich auch sehr gut um uns gekümmert. (<http://consensus.liu.se/cng/>)

Es gab organisierte Volleyballturniere, Erstsemestertreffen, BBQ's, freie Eintrittskarten für ein Fest und vieles mehr. Die Studenten waren immer Ansprechpartner für uns und haben jedem Erasmusstudent einen „peer student“ zugeteilt, was natürlich auch gerade am Anfang sehr hilfreich war.

Freizeit

Ich habe die kurze Zeit genutzt, um möglichst viel von Schweden zu sehen. Da ich ja vorher schon durch das Land gereist bin, habe ich mich eher auf die nähere Umgebung beschränkt. Fast jedes Wochenende waren wir mit dem Fahrrad in einem anderen Naturreservat, an einem See, sind gewandert oder Kajak gefahren und haben tolle Aussichten genossen.

Dann habe ich mich (für Erasmusstudenten kostenlos) bei der Sportgruppe der Medizinstudenten eingetragen. Diese haben jeden Tag in der Woche eine andere Sportart angeboten. Neben Innebandy (schwedischer Nationalsport) und Volleyball gab es noch Fußball, Basketball, Schwimmen und Laufen im Angebot. (<http://www.mflinkoping.se/sidor/utskott/idrottsutskottet>)

In Ryd gibt es eine tolle Laufstrecke durch den Wald. Man findet eine 2,5 und eine 5 km Strecke.

Das Eishockeyteam in Linköping ist auch sehr weit oben in der schwedischen Liga und ein Spiel zu sehen sollte man sich da nicht entgehen lassen.

Ansonsten gibt es natürlich viele Partys und Studentenpubs, die immer gut besucht sind. Hier ist es vielleicht gut für das Gepäck zu wissen, dass es auch ab und zu eher „schicke“ Veranstaltungen gibt, zu denen die Jungs in Anzügen und die Mädels in Kleidern kommen.

Für Regentage gibt es ein tolles Flugzeugmuseum oder das Einkaufszentrum um Ikea, das an solchen Tagen gut besucht ist ☺ Oder man kann einfach in einem netten Kaffee sitzen und „FIKA“ (= Kaffeepause) machen.

Fazit

Kleiner Aufenthalt aber große Erfahrung... Auch wenn es nur drei Monate waren, so kann ich doch allen einen Erasmusaufenthalt in Linköping wärmstens empfehlen. Schweden an sich ist ein wunderschönes Land und die Leute sehr nett und hilfsbereit.

Linköping ist ein toller Ausgangspunkt nahe des Götakanals für viele Ausflüge und Aktivitäten.

Die Universität ist sehr modern und die Klinik bietet mit allen denkbaren Fachbereichen ein großes und lehrreiches Angebot.

Bei Fragen stehe ich euch gerne zur Verfügung ☺