

Erfahrungsbericht

Warum Schweden – Das Bewerbungsgespräch

Gründe für die Wahl meines Erasmusaufenthaltsortes Stockholm waren allem die Studierbarkeit sowie der Wunsch eine hervorragende Ausbildung zu erhalten. Das Karolinska Institut ist in der Weltrangliste für Medizinfakultäten auf dem 16. Platz und wurde zudem in Erfahrungsberichten anderer Studierender sehr für die kleinen Seminargruppen sowie den enormen Praxisbezug gelobt. Schweden hatte ich in meiner Kindheit durch Sommerurlaube kennengelernt und dann immer wieder als Land mit Vorbildqualitäten in Bildungs- und Gesundheitssystem wahrgenommen. Was ich nicht wollte, war „Partyerasmus“. Im Bewerbungsgespräch war es meinem Eindruck nach vor allem wichtig zu wissen, warum man sich das Land ausgesucht hatte, gut informiert über das dortige Studium zu sein und begründen zu können, warum man die Charité dort gut repräsentieren kann. Außerdem wurde ich zum Gesundheitssystem Schwedens befragt sowie zu meinen Stärken und Schwächen. Als Thema für den fünfminütigen Vortrag hatte ich mir Astrid Lindgrens politisches Engagement für Kinderrechte ausgesucht und aus einer Rede, die sie zu diesem Anlass in der Paulskirche hielt, zitiert.

Vorbereitungen

Dinge, die ich in den Vorbereitungen rückblickend gesehen anders machen würde, wären zum einen, mich frühzeitig für verschiedene Wohnheime zu bewerben, das heißt, noch BEVOR man die Bestätigung aus dem Karolinska hat. Am besten bewirbt man sich, sobald man die Bewerbungsunterlagen weggeschickt hat. Bewerben kann man sich unter ki-housing.com. Zum anderen sollte man sicher sein, dass der Reisepass auf dem aktuellen Stand ist, da der Personalausweis in Stockholm nicht ausreicht, um die Zulassung für die Arbeit in der Klinik zu erhalten. Bei mir war es dann alles etwas stressig, vor allem auch wegen der Terminalsituation an den Berliner Bürgerämtern. Ansonsten muss man sich in Schweden auf MRSA testen lassen. Ein Termin hierfür wird in der Einführungswoche angeboten. Allerdings ist es gut, sich sicherheitshalber schon mal in Deutschland testen zu lassen, um sich gegebenenfalls behandeln zu lassen. Hausärzte bieten das leider nur vereinzelt an. Ich habe mich im Hygiene-Institut der Charité im CBF testen lassen. Dort muss man sich bei Herrn Dr. Axel Kola (Tel: 030 45084453671) einen Termin geben lassen.

Flüge frühzeitig zu buchen ist immer empfehlenswert. Mit SAS und airberlin habe ich gute Erfahrungen gemacht. Man kann auch billig mit ryanair und norwegian air fliegen, allerdings kommt man dann in Bromma an, was weit außerhalb liegt. Flüge von Berlin nach Stockholm kosten 80-150€, von Stockholm nach Berlin allerdings rund 250€ (jeweils hin- und zurück), deshalb empfehle ich, den Rückflug gleich mitzubuchen.

Da die Semester in Schweden anders liegen als bei uns (Sommersemester von Mitte Januar bis Anfang Juni) empfiehlt es sich, frühzeitig Frau Selle zur individuellen Stundenplanung zu kontaktieren, um nichts zu versäumen. Die Prüfungen im Februar musste ich um ein Semester nach hinten verschieben.

Sprachkurse

Ich wollte auf Empfehlung vorheriger Erfahrungsberichte auf Schwedisch studieren. Das hat sich im Nachhinein als sehr gut herausgestellt, denn man bekommt einen

ganz anderen Zugang zur schwedischen Kultur, Gesellschaft und zu den Patienten und kann sich freier bewegen. Man lernt mit Deutsch als Muttersprache sehr schnell Schwedisch. Die ersten anderthalb Monate sind heftig, aber danach wird es immer besser und nach einem Semester Aufenthalt in Stockholm würde ich sagen, dass ich jetzt selbst Gespräche in der U-Bahn verstehen kann und fließend Schwedisch spreche. Studiert man im Sommersemester in Schweden, muss man bis zum 2. Februar desselben Jahres ein B2-Zertifikat an Frau Heller senden. In Berlin habe ich deshalb ein Jahr vor meinem Aufenthalt im Sprachenatelier an der U Samariterstraße begonnen Schwedisch zu lernen. Dort wurden zweiwöchige Intensivkurse angeboten und ich habe zusätzlich zum Intensivkurs einen semesterbegleitenden Kurs belegt. Das Hestia Language Institute bietet in Stockholm kostenlose Kurse für Erasmusstudenten an. Allerdings fallen diese häufig in Zeiträume, in denen man noch Pflichttermine an der Charité hat. Man kann dort auch Einzelunterricht buchen. Die Stunden kosten 50€ und die Lehrer sind sehr nett. Die TU bietet ebenfalls Kurse von Niveau A1 bis B2 an. Mein letzter Kurs vor Schweden war ein B2.2-Kurs, der für mich zu diesem Zeitpunkt aber noch etwas zu schwer war.

In Schweden

Wohnheim

Ich gehe erst gar nicht auf die Suche nach Privatwohnungen in Stockholm ein, da es keine WGs gibt und die Chance eine Wohnung zu bekommen, ohne jemanden zu kennen, der in Stockholm lebt, sehr gering ist. Glücklicherweise bietet das KI über „KI housing“ Wohnheime für Erasmusstudenten an. Zwei davon sind in Solna (Strix und Pax). Dort ist man relativ nah am Campus Solna. Zum Campus Huddinge (in etwa vergleichbar mit dem CBF) braucht man ca. 45 Minuten. Vorteile: eigenes Bad, relativ großes Zimmer und vergleichsweise günstige Miete. Nachteil: kein WLAN (lässt sich aber durch eigenen Router lösen). Ein zentraleres Wohnheim ist Jägargatan. Es liegt in Södermalm auf dem Campus des SöS, des Södersjukhusets, das auch zum Karolinska gehört. Vorteil: zentral gelegen, Partys, viele Austauschstudenten. Nachteil: gemeinsam genutztes Bad, sehr kleine Zimmer.

Ich hatte mich für alle der genannten Wohnheime beworben. Letztendlich habe ich aber nur einen Platz für das Wohnheim in Vårberg bekommen, da ich mich zu spät beworben hatte (im Oktober für Januar). In Vårberg, ein Randbezirk Stockholms, wohnt man in einem alten Krankenhaus. Man sollte sich keine Illusionen machen, auch hier gibt es Plattenbautensiedlungen. Vorteil: schnell in der Natur, gutes Lernumfeld. Nachteile: wirklich weit weg von allem, kaum Erasmus-Studenten, sondern eher PhD- und Master-Studenten.

Wenn man wie ich das achte Semester in Stockholm studiert, würde ich Jägargatan empfehlen, da man oft den Campus wechselt und man von dort relativ schnell überall hinkommt.

Generell ist das WLAN in allen Wohnheimen sehr langsam. Bei mir hat es noch nicht mal zum Skypen gereicht. Ich habe mir dann bei Telia einen Mobilfunkvertrag mit ausschließlich Internet für sechs Monate geholt (2G pro Monat für insgesamt 240 kr). Damit konnte ich gut per WhatsApp telefonieren.

Worauf man vorbereitet sein sollte ist, dass in allen Wohnheimen Kakerlaken und Bettwanzen vorkommen können. Das KI hat sehr viele internationale Studenten und leider gehen manche eher nachlässig mit Hygienevorschriften um.

Studium

Ich habe in Stockholm „Neuro, Sinnen, Psyche“ studiert. Das ist in Schweden das 9. Semester und entspricht unserem 8. Semester. Das Studium gliedert sich wie bei uns in Module. Auf Schwedisch heißen diese „Moment“. Man beginnt mit zwei Wochen in der Augenklinik (S:t Eriks Sjukhus oder SöS), dann hat man zwei Wochen HNO in Solna oder Huddinge. Neurologie ist das erste große Moment und umfasst circa fünf Wochen. Psychiatrie und Sucht (Beroende) sind ein Moment und haben ebenfalls einen ziemlich großen Anteil am Semester. Eingestreut gibt es kleine Veranstaltungsreihen wie VetU (Wissenschaftliche Entwicklung) und PU (Professionelle Entwicklung) sowie eine Woche Primärvård (so was wie eine einwöchige Hausarztambulanz).

Alle „Moment“ werden direkt im Anschluss einzeln geprüft (mündlich oder schriftlich) sowie zum Schluss in einer abschließenden schriftlichen Prüfung (Tentamen).

Es gibt ebenso wie an der Charité Lernziele, die beschreiben, was man für die Prüfung können muss. Aber auch Altfragen sind eine gute Orientierung. Tipp: Sich in die Facebookgruppe des Semesters einladen lassen und dann denjenigen ausfindig machen, der einen in die semestereigene Dropbox einladen kann.

Was mir am Anfang schwer fiel war, mit dem Stundenplansystem klarzukommen. Das ist deutlich verworrener als an der Charité. Man bekommt den Stundenplan von der jeweiligen Einrichtung ausgeteilt oder er steht online unter PING PONG. Das ist die wichtigste Datenbank für das Studium. Dort werden alle Unterlagen hochgeladen und man kann sich für die Prüfungen anmelden.

Generell sind die Module sehr viel praxisbezogener als bei uns. Man ist ständig auf Station oder mit in der Ambulanz bzw. hat eigene Patienten, die man dann vorstellt und bespricht. Das hat enorme Vorteile, denn man lernt die Stationsärzte, Ober- und Chefärzte in den zahlreichen „Fikapausen“ (Kaffee und Gebäck) sehr schnell kennen. Das schwedische „Du“ hilft ungemein im Umgang miteinander und man ist erfrischt davon, mal ohne deutsche Hierarchie in ständiger Erfurcht vor dem Chefarzt und seinen Launen leben zu können. Die Chef- und Oberärzte sind im Gegensatz zu ihren Aufgabefeldern in Deutschland nämlich diejenigen, die sich am meisten in der Lehre engagieren. Die Stimmung ist durchweg positiv und wenn man Fehler macht, wird man nicht zusammengefaltet, sondern freundlich verbessert. Man hat in Schweden auch großes Vertrauen in die Studierenden. Ich durfte zum Beispiel an meinem zweiten Tag auf der Neurochirurgie direkt an den Tisch und assistieren.

Zu den Aufgaben auf Station gehören unter anderem Patientengespräche, Untersuchungen und Arztbriefe schreiben. Meistens hilft man in der Ambulanz mit. Drei bis vier Studierende anamnestizieren und untersuchen einen Patienten. Danach kommt dann der betreuende Arzt dazu, macht ein kurzes Checkup der Untersuchungsergebnisse und bespricht dann die vom Studenten vorgeschlagene Therapie mit dem Patienten. Danach wird noch der Arztbrief diktiert, der allerdings deutlich kürzer ausfällt als der deutsche.

Am Anfang ist die Arbeit auf Station wegen der fehlenden Sprachkenntnisse sehr schwer. Aber alle Ärzte und Kommilitonen sind super hilfsbereit und helfen gern.

Während man sein Moment absolviert, hat man Seminare, die man gut vorbereiten sollte (Prüfungsstoff!). Es sind nicht sehr viele, allerdings gehen diese über drei Stunden und man sollte etwas Zeit zum vorbereiten einplanen. Es lohnt sich und ist auch hilfreich, um Schwedisch zu üben.

Freizeit in Stockholm und Umland - Nützliches, Günstiges, Studentenrabatt

Stockholm ist allgemein eine sehr teure Stadt. Ein Mittagessen kostet zwischen 85 und 120 kr was umgerechnet 10 – 14€ sind. Viele Schweden kochen sich deshalb zuhause vor und wärmen es sich in den vielen öffentlichen Mikrowellen auf. Diese findet man in Mensen, aber auch in Restaurants oder Cafés.

Was ich sehr empfehlen kann, ist das Fotografiska – das photographische Museum. Die wechselnden Ausstellungen laden dazu ein mehrmals hinzugehen. Vor allem das Café mit Wasserblick im 1. Stock des Fotografiska sollte man besucht haben. Viele andere Museen sind für Studenten kostenlos. Ich kann besonders das Moderne Museum und das Architekturmuseum empfehlen.

Die Konditorei Lyran in Bredäng ist ein kleiner Geheimtipp, genau wie Alfred Nobels Gamla Dynamitfabrik. Mal nachforschen und ausprobieren! Die Konditorei Lyran erreicht man übrigens, wenn man den „Skärholmens Strandstig“ von Süden nach Norden entlangwandert. Ein wunderschöner Weg durch den Wald - immer direkt am Wasser.

Für Theaterliebhaber eignet sich das Kungliga Dramaten – das königliche Theater. Dort inszeniert unter anderem der berühmte schwedische Regisseur Lars Norén. Ein süßes Programmkino in der Nähe von Hornstull ist das BioRio. Dort bekommt man günstige Karten und immer wechselnde schöne Filme geboten. Direkt im Kino gibt es auch ein kleines Café. Wer hip essen will und sich des Geldes nicht schade ist, kann direkt bei T-Hornstull aussteigen und ins Hornhuset gehen. Oben gibt es einen Barbereich, der dann gegen Abend zum Club umfunktioniert wird. Eine schöne Bar in der Gegend ist auch das „Judit & Bertil“, das ich sehr empfehlen kann.

Sonntagmorgens gibt es am Hornstull-Strand eine Art Flohmarkt, auf dem auch verschiedene Essenstände zu finden sind.

Klassik kann man sich im Konserthuset als Student für wenig Geld anhören und auch in der Oper gibt es Vergünstigungen.

An Clubs kann ich das Slakthuset (Electro, Techno) empfehlen. Auch der Trädgården, der nur im Sommer geöffnet ist, soll sehr schön sein.

Unbedingt sollte man auch eine Schärenfahrt gemacht haben, sei es auf einem Segelboot oder einem Ausflugsschiff.

Studentenkaffee für nur 10kr gibt es bei allen Presbyrån-Filialen. Für nur 5kr gibt es noch eine Kanelbulle (Zimtschnecke) dazu, die sehr lecker schmeckt. Auch bei Maxburger bekommt man als Student Vergünstigungen. Maxburger ist quasi der McDonalds Schwedens, aber alles öko, recycelt und grün. Es gibt sogar vegane Burger (sehr zu empfehlen!).

Das Studententicket lädt man sich auf die AcessCard, mit der man dann U-Bahn, Bus und Tram fahren kann. Es kostet 1500kr für 90 Tage.

Ein sehr gutes vegetarisches Restaurant ist „Hermanns“ in Södermalm. Dort gibt es Buffet für nur 89kr Studentenpreis. Das Vigårda Burger-Restaurant ist ein bisschen hipster, aber echt preiswert. Man bekommt sogar Cocktails für deutsche Preise.

Kaffee ist meistens kostenlos bzw. im Menü/Buffer dabei.

Zurück in Berlin

Anerkennung

Anerkannt wurde bei mir das komplette 8. Semester des MSM 1.1 (außer KIT). Da das Semester in Stockholm schon im Juni zu Ende war, konnte ich die vier KIT-Termine noch problemlos im selben Semester nachholen.

Fazit

Was ich in Stockholm erlebt habe, war ein unglaublich intensives und sehr lehrreiches Semester, das bestimmt das anstrengendste meines bisherigen Studiums war. Ich habe viele Leute kennengelernt, viel gesehen und viel über mich selbst gelernt. Vor allem der Satz „Det fixar sig“ (Das löst sich schon irgendwie) ist mir im Gedächtnis geblieben und hat sich immer wieder bewahrheitet.