

## ERASMUS-ERFAHRUNGSBERICHT

### Wintersemester 2015 am Karolinska Institutet in Stockholm

#### Vorbereitung

Da ich mich für den englischsprachigen Chirurgenkurs eingeschrieben hatte, war es nicht notwendig, vorher Schwedisch zu lernen. Da ich dies aber trotzdem wollte, meldete ich mich an der Volkshochschule für einen zweiwöchigen Intensivkurs an. Diesen kann ich definitiv nicht weiterempfehlen, wenn ihr schnell viel lernen wollt. Nach zwei Unterrichtseinheiten dort lernte ich lieber zu Hause mit Duolingo, schwedischen Filmen (zu empfehlen: svtplay) und „klartext“ von Sveriges Radio, Nachrichten auf einfachem Schwedisch und freute mich auf den vom Karolinska angebotenen Schwedischkurs in der ersten Woche. Dieser ist wirklich sehr gut und jede/r, die/der die Möglichkeit hat, daran teilzunehmen, sollte diese wahrnehmen. Traut euch auch ruhig mehr zu, ihr sitzt mit StudentInnen aller Nationalitäten zusammen und als deutschsprachige/r habt ihr von vornerein einen großen Vorteil, da sich die Sprachen wirklich sehr ähneln.

In Schweden wird alles, also wirklich alles, mit Karte bezahlt. Am besten ist es also, man hat sich vorher um eine Kreditkarte gekümmert, die auch im Ausland gebührenfrei anwendbar ist. Handyverträge zu kündigen oder zu pausieren scheint extrem schwierig zu sein, viele Anbieter haben inzwischen aber Optionen wie EU-Flats.

Die restliche Organisation mit der Charité und dem Karolinska lief dank Frau Heller und dem guten Überblick im Blackboard extrem problemlos. Wenn man sich an alle Fristen und Tipps hält, kann quasi gar nichts schief gehen.

#### Unterkunft

Mein großes Ziel für das Erasmussemester war es, so viel wie möglich über Schweden zu lernen, Stockholm zum Schluss nicht mehr als Touristin zu empfinden und fließend Schwedisch zu sprechen. Deswegen war es keine Option für mich, im Studentenwohnheim zu wohnen. Also suchte ich über couchsurfing.org nach einer Möglichkeit für die ersten Wochen und wurde schnell fündig. Zwei Monate konnte ich für umgerechnet 120 Euro im Monat bei einer sehr lieben alleinerziehenden Mutter und ihrem zweijährigen Sohn auf der Couch im Wohnzimmer schlafen. Wir freundeten uns schnell an und diese Freundschaft hält auch bis heute an. Das Zusammenleben mit ihr ermöglichte mir, viel mehr Schwedisch in meinen Alltag zu integrieren, ich lernte ihre Familie und schwedische Traditionen kennen sowie die eine oder andere unbekanntere Ausgehmöglichkeit.

Nach zwei Monaten hatte ich dann das Glück, dass bei einem Kommilitonen in der WG in Gamla Stan ein Zimmer frei wurde. Das war natürlich unglaublich, ich zog ein und wohnte von da an mit drei sehr netten Schweden zusammen. Ansonsten hätte ich aber auch die Couchvariante weiterhin zelebriert.

Wer mit der Ungewissheit über die Wohnsituation der nächsten Wochen gut zurechtkommt, dem kann ich nur empfehlen, sich auf das kleine Abenteuer Couchsurfing einzulassen, manchmal passieren dann einfach Dinge, mit denen man niemals gerechnet hätte.

## Studium

Zuallererst ist zu sagen, dass der Chirurkiefkurs vielmehr einem halben Jahr Famulatur als dem Studium an der Charité gleicht, mit Ausnahme der ersten Woche, welche als Einführungswoche gedacht ist. In dieser gibt es von morgens bis abends Vorlesungen, um alle auf den gleichen Stand zum Thema Chirurgie zu kriegen. Am Donnerstag fahren wir dann alle zusammen mit dem Schiff nach Åland, Essen und Unterkunft wurden vom Karolinska übernommen. Hier ging es dann natürlich viel mehr darum, sich kennenzulernen, als am Freitagmorgen im Konferenzsaal (noch immer auf dem Schiff) zur Vorlesung fit zu sein.

Alle StudentInnen des Kurses, ca. 50, werden in Dreiergruppen geteilt. Dabei wird darauf geachtet, dass pro Gruppe maximal ein/e AustauschstudentIn ist, was wirklich toll ist, da man doch ein bisschen Zeit braucht, sich im Huddinge Krankenhaus zurechtzufinden, die Strukturen und die genutzten Programme zu verstehen. Außerdem waren alle schwedischen StudentInnen extrem offen uns gegenüber, es haben sich schnell wirklich nette Bekanntschaften gebildet im gesamten Kurs. Vor der schwedischen „Kälte“ muss hier wirklich niemand Angst haben.

Diese Dreiergruppen rotieren dann von Station zu Station (allgemeine Chirurgie, Anästhesie, Rettungsstelle, Urologie, Allgemeinmedizin...) und bleiben immer 2-3 Wochen (mit Ausnahme der Onkologie, die eine reine Vorlesungswoche war). Je nach Fachgebiet gibt es sehr unterschiedliche Aufgaben. Dabei gilt: Je mehr ihr machen wollt, desto mehr dürft ihr machen. Von Journal-Einträgen (je nach Schwedischgrad) bis zum Assistieren im OP, Aufnahmen, Katheter und Zugänge legen – theoretisch dürft ihr alles und alles wird euch sehr gut und genau erklärt. Die schwedischen Ärzte und Ärztinnen scheinen sehr große Freude am Lehren zu haben. Ich habe sehr viel gelernt.

Dazu gibt es immer wieder sehr gute Seminare und Praktika. Die Freitage erinnern dann wieder mehr an das deutsche System, hier sind von morgens bis nachmittags Vorlesungen, aber auch diese sehr gut und immer mit der obligatorischen vom Karolinska gesponserten Fika (Kaffeepause).

Über das gesamte Semester hat jede Dreiergruppe außerdem die Aufgabe, einen Abstract zu Evidence Based Medicine zu schreiben. Ihr bekommt einen Supervisor zugeteilt und einigt euch mit ihm auf ein Thema, das euch interessiert. An einem Tag stellen dann alle Gruppen in einer kurzen Präsentation ihr kleines Projekt vor. Je nach Gruppe und Supervisor schien mir dieser Teil des Semesters mehr oder weniger Sinn zu machen, in unserem Falle eher weniger.

Am Ende des Semesters steht die Prüfungswoche: Am Montag die schriftliche Prüfung, am Mittwoch die OSCE und am Freitag die mündliche.

Die Erfahrung, in einer Prüfung etwas anderes zu machen, als zu kreuzen, ist super. Zu jedem Teilbereich des Semesters gibt es Fälle und Fragen, die in Textform beantwortet werden müssen, à „Schildere deine nächsten Schritte!“. Dadurch war die Vorbereitung schon viel mehr auf Verständnis als auf Auswendiglernen fokussiert und man hat das Gefühl, selbst in

der Prüfung noch Dinge zu lernen. Dass man dann die einfachsten Sachen wie „Den Patienten aufnehmen“ nicht aufschreibt (und deswegen Punkte verliert), ist wohl das deutlichste Beispiel für den Unterschied Textform-MC.

Die OSCE ist genau wie in Deutschland auch, nur dass die DozentInnen im Raum sich noch die Zeit nehmen, dir die Fehler zu erklären oder Tipps zu geben, was du besser machen könntest („Wir haben ja noch zwei Minuten Zeit bis zur Klingel, guck mal, wenn du dies hier so hältst, geht es einfacher, probier noch einmal“). Bei der mündlichen ist es ähnlich.

Direkt nach der Mündlichen kriegt man die Ergebnisse aller drei Prüfungen der Woche und ein persönliches Gespräch mit dem Kursleiter Lasse, ob man zufrieden ist, woran eventuelle fehlende Punkte liegen könnten etc. – ich war absolut positiv überrascht, wie wenig Zeit die Korrektur in Anspruch nahm und wie viel Zeit sich dann noch für jede/n einzelne/n Studentin/en genommen wurde.

Der einzige von mir empfundene Mangel des Karolinska ist das Fehlen einer ordentlichen Ausleihe von Büchern. Die Schweden und Schwedinnen sind es gewohnt, sich alle Bücher zu kaufen. Da es in dem Blackboard des Karolinska und in den Seminaren aber genügend gutes Material gibt, vergisst man aber auch diesen Punkt sehr schnell.

## **Alltag und Freizeit**

Obwohl ich im Wintersemester da war und die Tage ab Ende Oktober relativ kurz wurden, machte mir die Dunkelheit überhaupt nichts aus. Stockholm ist für mich eine der schönsten Städte in denen ich jemals war und verliert im Winter nichts an ihrer Schönheit, speziell wenn Schnee und Eis alle Lichter der Stadt widerspiegeln. Erkundungsspaziergänge durch jeden Winkel der Stadt und durch den Djurgården sind zu jeder Tages- und Nachtzeit und bei jeder Temperatur deswegen ein absolutes Muss. Speziell wenn das Eis auf dem Wasser so dick ist, dass man ohne Bedenken darauf Wettrennen machen kann.

Außerdem sollte man sich einen langen Ausflug in den Nacka Nationalpark nicht entgehen lassen. Dadurch, dass er direkt mit der Tunnelbana zu erreichen ist, kann er auch an einem langen Nachmittag nach der Uni noch erkundet werden.

Stockholm ist DIE Stadt für alle Kulturbesessenen: Die staatlichen Museen sind seit Februar 2016 gratis, hier für mich am wichtigsten das Moderna und Fotografiska. Aber auch nicht-staatliche wie das Magasin III sind ihr Geld wert! Folkoperan und Dramaten haben wahnsinnig tolle Inszenierungen und man findet an jeder Ecke abends Jazzmusik. Ich verbrachte außerdem Stunden im Rönnell's beim Stöbern („Nordens wahrscheinlich größtes Antiquariat“). Stockholm wird also wirklich auch im Winter nicht langweilig. Und wems doch zu langweilig wird, der macht am Wochenende Ausflüge nach Göteborg, Kiruna, Malmö, ... Es findet sich immer etwas!

## **Fazit**

Ich war und bin noch immer absolut begeistert von Stockholm und Schweden. Alleine für die Erfahrung in ein freundliches, respektvolles und hierarchieloses Krankenhaussystem zu schnuppern, sollte jede/r hier einmal ein paar Wochen verbringen.

Ich habe das Gefühl, sehr viel gelernt zu haben, tolle Freundschaften geschlossen zu haben und mich auch persönlich weiterentwickelt zu haben und würde immer wieder nach Stockholm fahren.