

DECKBLATT ZUM ERFAHRUNGSBERICHT  
AUSLANDSSTUDIUM GEFÖRDERT MIT ERASMUS+

Fachbereich

**Psychologie**

Studiengang

**Wirtschaft, Psychologie und Management**

Studienzyklus

Bachelor  Master  Promotion

Zeitraum des Auslandsstudiums (mm/jj – mm/jj)

**08/2022-01/2023**

Land

**Schweden**

Stadt

**Göteborg**

Gastuniversität

**University of Gothenburg**

Unterrichtsprache(n)

**Englisch**

Empfehlen Sie die Institution? (Erläuterungen bitte im Bericht)

**auf jeden Fall**

**überhaupt nicht**

Sind Sie damit einverstanden, dass das International Office Ihre E-Mail-Adresse an interessierte Studierende ausgibt, wenn sie Sie kontaktieren möchten?

ja  nein

## Vorbereitungen für den Auslandsaufenthalt

Für Schweden habe ich mich recht kurzfristig entschlossen. Das war vom Fachbereich Psychologie wirklich einfach, allerdings nicht so sehr von meinem Studiengang. Ich wurde schnell zugelassen und sollte mir bald Kurse aussuchen (dazwischen waren ca. 2 Monate). In Göteborg darf man maximal einen Kurs an einem anderen Fachbereich belegen, dafür ist die Organisation von Schweden aus wirklich traumhaft einfach. Ich war mit meinem Master schon fast fertig und konnte mir deshalb nur einen Kurs anrechnen mit viel Diskussion und tausenden E-mails, weil die Psychologiekurse nicht in unsere Module passen und es insgesamt nur zwei Psychologiekurse auf Englisch gibt. Wenn ihr an die Uni Göteborg wollt, dann ist es absolut empfehlenswert sich schon am Anfang des Studiums ein Modul auszusuchen, dass man komplett dort erledigt. Die Kurse haben alle 7,5 oder 15 Credits, sodass man maximal 4 Kurse nacheinander machen kann. Wir studieren in Göteborg an der Sozialwissenschaften Fakultät, die den Kurse Umweltpsychologie und politische Psychologie in Englisch im Wintersemester anbieten (beide 15 Credits).

Die Wohnungssuche war für mich sehr einfach, weil ich über das Studentenwohnheim eine Wohnung bei SGS bekommen habe. Dort kann man sich verschiedene Wohnungen aussuchen. Wer ein Zimmer bekommt ist gefühlt zufällig. Allerdings muss man dann sehr schnell sein. Es gibt eine Mail: Du darfst ein Zimmer mieten, einen Monat später kommt der Stichtag. Es gibt gegen 10:20 einige Wohnungen im Portal und du kannst dir eine aussuchen. Auch hier musst du schnell sein, nicht lange rumstöbern, sondern direkt anklicken. Empfehlen kann ich Framgangen 201 und 202, die haben die größten Küchen und sind deshalb auch als „Erasmusküche“ bekannt. Wir haben eigentlich jeden Tag bei uns gekocht. Generell war das Studentenwohnheim Olofshjöd am aller besten. Es gibt einfach alles, ist super nah dran und gefühlt wohnen alle dort. Ganz oft kam abends jemand auf einen Tee vorbei, Spieleabende in der Küche oder man trifft sich fix zum Volleyballspielen draußen. Besonders cool ist, dass man sich jederzeit eine Sauna kostenlos reservieren kann. Aber zurück zu vor dem Aufenthalt:

Vor dem Aufenthalt hatte ich einen Sprachkurs an der Volkshochschule besucht. Das war absolut nicht nötig fürs Studium und dort zu sein, allerdings war es einfach toll ein wenig was zu verstehen. (Da ich jetzt ohnehin dauerhaft in Schweden wohne, hat sich der Kurs für mich ausgezahlt.) Eigentlich habe ich mich um alles etwas zu früh gekümmert. Es steht zwar dran, dass die Uni schon im März die Bewerbung offen hat. In der Realität sind sie allerdings nicht vor Mitte März soweit. Auch um ein Zimmer habe ich mich einige Wochen zu früh gekümmert. Das einzige, was zu spät war, war das Learning Agreement. Dies hat so lange gebraucht, dass ich es zwei Wochen zu spät abgegeben habe. Man bekommt die Bestätigung, welche Kurse man belegen darf leider erst einen Monat vor der Deadline, das hat an der Uni Kassel nicht gereicht, um alles zu klären.

## Der Auslandsaufenthalt selbst

Ich weiß gar nicht, wo ich anfangen soll. Es hat einfach alles unendlich viel Spaß gemacht. Kaum ein Tag ist wie der andere. Ich würde gerne einen Alltag beschreiben, aber den gab es einfach nicht. Das liegt unter anderem daran, dass man so viel Freizeit hat. In meinem Kurs „Umweltpsychologie“ kamen die meisten aus der Soziologie, Medienwissenschaft oder auch Politikwissenschaft, da der Kurs in einem multidisziplinären Masterstudiengang angesiedelt ist. Statistisches Vorwissen oder ähnliche Dinge, die ich in anderen Kurse gebraucht habe, waren



hier überflüssig. Man hat viel diskutiert und einfach „aus dem Bauchgefühl“ überlegt wie es wohl sein könnte, dass dann mit Studien angeglichen. Es ging deutlich mehr um Praxisrelevanz, als ich das gewohnt war. Es ist einfach mal was anderes und wenn man die 2/3 Studien grob liest (sie empfehlen Einleitung und Diskussion) ist man gut vorbereitet für die 3 Stunden Seminar die Woche. Ich habe nebenbei noch meinen Job im Homeoffice weitergemacht, sodass ich dadurch etwas mehr Workload hatte. Es bleibt aber immer noch unendlich viel Zeit zum Reisen, Schwimmen, Freunde treffen, Nachtleben erkunden, fikan und einfach leben.

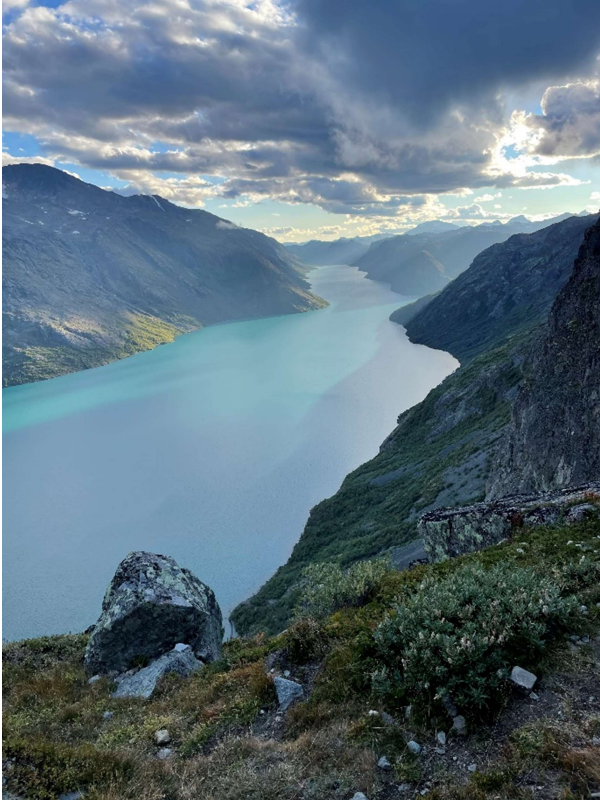
Auf gar keinen Fall fehlen sollte in der Zeit ein Besuch in Stockholm. Die Stadt ist zum einen sehr sehenswert, zum anderen kommt man von dort gut

mit der Fähre weiter. Die ist an sich schon einfach sehenswert. Wenn ihr da seid, kann ich das Vasa-Museum wirklich empfehlen. Es war das erste Museum, dass mir als Museumsmuffel wirklich gefallen hat. Dazu könnt ihr alles möglich im Internet lesen, deshalb hier zum neugierig machen einfach nur ein Bild.

Viel Reisen macht zwar alleine auch Spaß, ist aber mit Freunden besser. Das einfachste um neue Leute kennen zu lernen ist es, die Veranstaltungen von ESN und co mitzumachen. ESN ist das Erasmus Student Network (findet ihr auf Instagram und co.). Es gibt einige Kennlernveranstaltungen von Sprachcafé über Bowling bis hin zu Reisen nach Lappland. Diese Fahrten kann ich wirklich empfehlen. Ich war in Norwegen, Lappland, Estland, Litauen und Lettland mit denen und alle waren wirklich wahnsinnig toll. Man sieht viel vom Land, es waren viele Freunde dabei und so günstig schafft man es sonst nicht. Lappland war dabei mein Highlight. Es ist unglaublich cool da oben bei -20 Grad, meterhohem Schnee und 0 Wind. Habt ihr schonmal Schneeflocken fallen hören?

Richtig empfehlen kann ich auch CAS zu folgen. Chalmers Alternative Sports. Die machen von Ski-Trips bis hin zu Surf-Trips alles dazwischen. Ich konnte das erste Mal in meinem Leben Ski fahren und das direkt in Norwegen. Leider habe ich mir auf dem zweiten Trip kurz vor Ende den Oberarm gebrochen. Es gab ein Erasmus davor und danach. Sobald man sich was bricht, ist man froh vorher die Freunde gefunden zu haben. Aber deshalb hier auch noch ein Krankenhaus-Hinweis: Es gibt zwei verschiedene Krankenhäuser. Das eine ist für Knochenbrüche in Möndal nah an dem Olofshjöd Wohnheim dran. Das andere ist für alle

andere Dinge wie Organe, Augen, Haut und co zuständig. Es befindet sich nahe des Chalmers Krankenhauses.



Falls ihr mal raus aus Göteborg wollt und keinen Trip mit einer Organisation buchen wollt, dann ist es vielleicht eine Wanderung nach Memurubu, Norwegen. Es ist eine 3 Tages Wanderung. Im Bild seht ihr den Ausblick, einen von vielen wirklich tollen, von oben auf dem ersten Höhepunkt.

### Göteborg

Und jetzt wieder zurück in die Stadt: Generell ist Göteborg einfach eine unendlich lebenswerte Stadt, aber nicht besonders besuchenswert. Es ist eher eine kleine Stadt, mit zwei oder drei Touristenattraktionen. Besonders sehenswert ist der Schärengarten. Dort habe ich fast die Hälfte der Augustnächte mit dem Zelt verbracht. Unten findet ihr ein Bild von einer der Inseln. Auch ganz nett ist der Wachturm und Haga. Haga ist ein Distrikt in dem früher die Arbeiter

gewohnt haben, heutzutage versammeln sich dort aber viele kleine Cafés und Handwerksläden. Da ich in Haga an der Uni war, die zwischen 12-13 Uhr immer eine Mittagspause macht, habe ich mich dort durch die Cafés getestet und kann Caféva wirklich empfehlen. Dort habe ich viele meiner schwedischen Freunde kennengelernt, jung wie alt. Wir gehen mittlerweile regelmäßig donnerstags dort zum fikan hin. Wenn ihr also in Schweden seid, sagt gerne mal bescheid ☺  
Ab Mai 2023 wohne ich in Göteborg.

Als Student hat man normalerweise kein Auto und in der Stadt braucht man es auch nicht. Aber die Chalmersuniversität hat beispielsweise eine kleine Hütte mit Riesen Sauna direkt am See außerhalb. Will man diese Mieten, braucht man ein Auto. Auch einige Naturreservate sind innerhalb von 15 Minuten mit dem Auto erreichbar, mit der Bahn sind es leider eher 60 Minuten. Auch Deljön, der See in dem im Sommer eigentlich alle jeden Tag baden, ist zu Fuß in 60 Minuten erreichbar, mit dem Fahrrad sind es 20 Minuten, mit dem Auto zehn. Also ein Fahrrad kann ich mindestens empfehlen. Das kann man auch gut bei Nextbike mieten. Die Stationen gibt es überall in der Stadt.

Göteborg ist so lebenswert, weil alle Menschen super nett sind, es überall ÜBERALL veganes Essen gibt (Ist wirklich das Schlaraffenland des veganen Lebens, das Land in dem Hafermilch und Cocos-Dulche-de-Leche fließen) und die Stadt gut durchdacht ist. Göteborg ist eine Planstadt, das heißt es gibt verschiedene Bereiche in denen Restaurants, Bars oder Einkaufsläden gibt. Dabei wurden die meisten großen Malls außerhalb der Stadt verboten. Dadurch ist das Stadttinnere wirklich schön, mit eher kleineren Läden, viel Second Hand und tolle Cafés.



### Fazit

Alles in allem und auch alles für sich, kann ich Göteborg einfach nur empfehlen. Es ist unendlich schön, man kann viel Sport machen, trifft unglaublich nette Menschen und lernt ein anderes Leben kennen. Verpasst auf jeden Fall nicht die Chance auch rumzureisen. Sei es eine kleine Hütte in Fallköpingen mit dem Zug, die großen Berge in Norwegen mit der Bahn oder Finnland mit der Fähre. Man kann von Göteborg aus viel sehen, kommt mit der Bahn und Flixbus überall günstig hin und trifft Menschen, die man nie mehr missen möchte. Das einzige was vielleicht etwas kurz gekommen ist, ist bei mir die Uni. Ich hatte deutlich weniger zu tun als meine Kommilitonen. Es war wirklich schön, mal eine Alternative zu unserem „Bullemlern-Studienmodell“ zu sehen. Hier lohnt sich das einfach nicht, weil es in Schweden nicht um Faktenwissen geht, sondern kontinuierliches Lernen, Diskutieren, Selbstdenken. Ich muss zugeben für mich ist die eher weiche Wissenschaft in Schweden nichts, aber einfach zu sehen, dass es auch anders geht, das war wirklich wahnsinnig schön.