

**ERASMUS+ 2016/17: Studierendenmobilität Studium (SMS)**

Persönlicher Erfahrungsbericht

PERSÖNLICHE ANGABEN	
Nachname*	
Vorname*	
Studienfach	Psychologie
Angestrebter Studienabschluss an der Universität Ulm	M.Sc.
Der Aufenthalt erfolgte im	9. Fachsemester
Auslandsstudienaufenthalt	Von 08/16 (MM/JJ) bis 12/16 (MM/JJ)
Gastland und Stadt	Finnland, Helsinki
Gasthochschule	Helsingin Yliopisto
eMail-Adresse*	

EINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG ZUR VERÖFFENTLICHUNG DES BERICHTS	ja	nein
Dieser Bericht darf an interessierte Studierende der Universität Ulm weitergegeben werden	X	
Dieser Bericht darf auf der Internetseite des International Office der Universität Ulm veröffentlicht werden	X	
* Ich möchte, dass bei der Weitergabe bzw. Veröffentlichung des Berichtes mein Name anonymisiert wird	X	
* Ich möchte, dass bei der Weitergabe bzw. Veröffentlichung des Berichtes meine eMail-Adresse gelöscht wird	X	



Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung an der Gasthochschule)

Zu Beginn meines Auslandsaufenthaltes stand zunächst die Recherche auf der Homepage des International Offices an, um herauszufinden, ob mein Wunschland Finnland als Austauschpartner überhaupt angeboten wird. Auf die Freude gleich zwei Unis in Finnland zu finden, folgte dann aber erst einmal der Schreck: pro Uni gab es nur zwei Plätze und bei der Universität Tampere war zudem vermerkt, dass die meisten Kurse nur auf Finnisch angeboten wurden. Das bedeutete für mich Daumen drücken für Helsinki. Die nächste Station war dann eine Informationsveranstaltung im Rahmen des Studierendenkolloquiums unserer Fakultät für Erasmus-interessierte Bachelor- und Masterstudenten. Hier wurden einem schon einmal einige Illusionen genommen, z.B. war für mich die wichtigste Information, dass ein Austausch während des Sommersemesters aufgrund verschobener Semesterzeiten (in Finnland geht das Frühjahrssemester von Januar bis Mai) eher nicht möglich ist, und deswegen ein Austausch unbedingt auf das Wintersemester geplant werden sollte, sodass man keine Semester in Deutschland verliert (eine Verlängerung auf das Frühjahrssemester ist natürlich jederzeit möglich). Da man sich ca. ein Jahr im Voraus bewerben sollte, fanden meine ersten Schritte in Richtung Erasmus noch im WS15 statt.

Nachdem nun Zeit und Wunschort für das Auslandssemester feststanden, musste die Bewerbung auf den Weg gebracht werden. Alle Informationen für die Bewerbung an der Heimatuni wurden bei der Informationsveranstaltung sowie online, unterstützt durch das PDF der Infoveranstaltung, auf der Seite des International Office zur Verfügung gestellt. Die größte Hürde stellt hier sicherlich das „Statement of Motivation“ dar, welches man für jede der bis zu drei Unis an denen man sich bewerben kann, erstellen muss. Ich habe zur Unterstützung hier schon im Vorhinein recherchiert, welche Kurse bzw. Schwerpunkte die Universitäten anbieten und warum es fachlich für mich sinnvoll sein kann, genau dort zu studieren. Zusätzlich wollte ich Finnland und die Finnen gerne auch aus familiären Gründen kennen lernen, da ein Teil meiner Familie dort lebt und ich so Gelegenheit hatte, nicht nur mehr Zeit mit ihnen zu verbringen, sondern auch die Sprache zu lernen, die finnische Lebensweise zu erforschen und meine eigenen Wurzeln besser zu verstehen.

Ist die Universität Ulm nun der Meinung, dass du der passende Kandidat für den Austauschplatz bist, wirst du vom International Office nominiert, was man eigentlich schon als Zusage auffassen kann, sofern du nicht die Bewerbungsfristen der Gastuni verpasst. In Helsinki sind diese recht knapp (Mitte April) nach den Nominierungsbescheiden gelegen, so dass für mich erstmal Vollgas angesagt war. Die Universität Helsinki listet auf einer speziellen Seite für *exchange studies* ganz klar und deutlich auf, was alles für eine Bewerbung dort notwendig ist. Praktischerweise findet diese Bewerbung – wie so vieles in Finnland – komplett online im Portal „Mobility Online“ statt. Hier braucht man z.B. ebenfalls einen *motivation letter*, ich habe hier aber einfach mein erstes Statement auf Englisch übersetzt und eingefügt, außerdem muss man ein erstes *Learning Agreement* entwerfen, das auch dazu dient, dass die Koordinatoren der Gasthochschule dir eventuell noch Änderungen vorschlagen können und du mit ihnen zusammen dann entscheiden kannst, welche Kurse möglich sind. Wirklich praktisch ist hier die Funktion, dass man sich direkt per Mausclick für eine Unterkunft der Universität bewerben kann.

Unterkunft

Die Homepage der Universität Helsinki empfiehlt hier alle Optionen (z.B. Single Apartment, Shared Apartment, ...) auszuwählen, um die höchsten Chancen zu haben – das kann natürlich auch bedeuten, dass man, wie ich, in einem wunderschönen neuen Ein-Zimmer-Apartment mitten in der Stadt landet, das

dann auch mal geschmeidig 600€ Miete kostet. Die Zusagen für die Zimmer kommen auch in der Regel so spät, dass es unmöglich ist, abzusagen und sich nach etwas Günstigerem umzusehen. Wenn man jedoch mal über die Mietpreise hinwegsieht (Finnland führt nicht umsonst immer wieder die Liste der teuersten Euroländer an), war meine Unterkunft genau richtig. Im Domus Academica befanden sich meines Wissens nur Austauschstudenten, da dieses Wohnheim nur während der Semesterzeiten als Wohnheim dient und während der vorlesungsfreien Zeit als Hostel genutzt wird. Das bedeutet aber auch, dass dein Zimmer nur vom ersten Tag des Semesters bis zum exakt letzten Tag des Semesters bewohnt werden kann. Möchtest du vorher anreisen (z.B. um an der Orientierungswoche teilzunehmen) oder länger bleiben, musst du pro Nacht für das Zimmer bezahlen. Wenn ich mich richtig erinnere, war der „reduzierte Preis“ für Studenten hier 40€ die Nacht. Wenn man nicht alleine von seiner Hochschule kommt, kann man hier natürlich nach gemeinsamen Unterkünften über AirBnB suchen oder sich mit jemandem zusammentun, der in einem anderen Wohnheim untergebracht ist, um die ersten Tage zu überbrücken.

Ansonsten war die Unterkunft im Domus wirklich einwandfrei. In fünf Minuten kann man Kamppi erreichen (ein Einkaufszentrum in der Stadtmitte, in dessen Untergeschoss sich Fernbusbahnhof, Busbahnhof und Metrostation befinden), in zehn Minuten ist man zu Fuß am Hauptbahnhof bzw. in der Aleksanterinkatu (die Haupteinkaufsstraße Helsinkis) und auch der Fußweg zur Uni ist nur ca. 20 Minuten bis zum Language Center und ca. 30 Minuten bis zur psychologischen Fakultät. Das hat mir während der ersten zwei Monate ein Busticket erspart. Das Semesterticket in Helsinki ist für Studenten zwar günstiger als in Ulm (ca. 100€ für die Zeit), aber in der Stadt ist alles recht nah, so dass es nicht unbedingt notwendig ist, wenn das Wetter mitmacht und man zentral wohnt. Im Domus wird man außerdem durch einen Reinigungsservice verwöhnt, der alle zwei Wochen Handtücher und Laken wechselt sowie die Böden reinigt. Mein Zimmer war im D Gebäude, dem neueren der beiden Gebäude und ich hatte ein gut geschnittenes und dadurch recht großzügiges 22m²-Apartment für mich allein. Waschmaschinen und Trockner im Keller können kostenlos benutzt werden. Ein besonderes Highlight war für mich außerdem die Tatsache, dass man in fünf bis zehn Minuten zu Fuß am Meer sein konnte und Strandspaziergänge zum Alltag gehörten.

Studium an der Gasthochschule

Leider wurde im Psychologie Master nur ein Kurs auf Englisch angeboten („Research Practice“), in welchem Austauschstudenten pro Semester nur 3ects erreichen können. Dafür ist es allerdings kein Problem, Kurse aus dem Bachelor zu wählen, die man noch nicht absolviert hat und die ins Curriculum passen. Zusätzlich zu zwei Bachelorkursen mit jeweils 5ects, habe ich mein Learning Agreement noch um zwei Sprachkurse in Finnisch (5ects) und Schwedisch (3ects) sowie eine Teilnahme am *Course Assistant* Programm, in dem man als Muttersprachler Deutschkurse unterstützt (eine tolle Gelegenheit mit finnischen Studenten ins Gespräch zu kommen!), erweitert, um die vorgeschriebenen Leistungspunkte zu erreichen. Ich würde hier empfehlen, nicht zu viele Kurse zu wählen, da anders als in Deutschland, ein Kurs 2x90min die Woche umfasst und sich dafür meistens nur über eine Periode erstreckt. Zusätzlich gibt es in Finnland deutlich mehr Hausaufgaben und Gruppenarbeiten, sowie Readings, die für den Kurs gemacht werden müssen – wer also gerne noch reisen will, sollte sich nicht zu viel zumuten und vorher gut planen. Das Herbstsemester ist hier in zwei Perioden aufgeteilt, während derer man Kurse wählen kann und an deren Ende man jeweils die Prüfungen ablegt. Es gibt folglich zwei Prüfungsphasen anstatt nur einer und man kann eine Klausur in jeder Prüfungsphase frei anmelden. Anders als in Deutschland gibt es hier zentrale Prüfungstermine, während denen man vier Stunden Zeit hat, so viele Prüfungen zu



schreiben, wie man muss/möchte. Mehr als zwei Klausuren in diesen vier Stunden zu schreiben wird aber ganz schön anstrengend und man sollte sich das vorher gut überlegen.

Alltag und Freizeit

Da ich meine Deutschkurse direkt morgens um 8 gewählt habe, hieß es für mich meistens früh raus, bis mittags ein bis zwei Kurse absolvieren, das wunderbare Unicafé-Essen genießen (kurz gesagt: gesund, lecker, günstig und die Menge kann man frei wählen), nachmittags dann entweder weitere Kurse oder das umfangreiche und vielfältige Unisportprogramm nutzen. Eine Unisportkarte lohnt sich unbedingt, da man für nur rund 80€ vier Monate lang jeden Tag (auch am Wochenende) einen Sportkurs seiner Wahl belegen kann sowie ganztägig die Fitnessstudios dort benutzen kann. Sportkurse gibt es den ganzen Tag über von 7-23 Uhr und man kann zwischen verschiedenen Lesmilles-Training, allen Arten von Yoga, Pilates, Rückenfit etc. wählen.

Abends bietet es sich an, mit ein paar Kommilitonen die Bars von Kallio unsicher zu machen (wenn man weiß wo, kann man hier ein Bier ab 3,50€ ergattern), oder die vielen Take-away Restaurants nutzen, Ausstellungen besuchen, Kurztrips in die umliegende Natur machen und vieles mehr. Sehr zu empfehlen sind hier Nuuksio - im Herbst, Winter, ach eigentlich zu jeder Jahreszeit, Suomenlinna – eine ehemalige Festungsinsel mit wunderbarer Aussicht auf die Scheren und Helsinki, Seurasaari – hier gibt es zahme Eichhörnchen zu erleben und Porvoo – eine malerische Hafenstadt in der Nähe Helsinkis oder ein Tagestrip nach Tallinn oder Stockholm. Helsinki und die nahe Umgebung sind wahnsinnig abwechslungsreich und wir haben oft bereut, dass wir nicht ansatzweise alle Möglichkeiten ausloten konnten – da hilft eben nur wiederkommen!

Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Während meines Aufenthaltes war ich zweimal mit den anderen Austauschstudenten im Club, und die lagen mir überhaupt nicht, da ich meistens lieber in alternative kleine Clubs gehe, anstatt in die Mainstream-Großraumdiskos, wie ich sie hier erleben konnte. Aber abgesehen von solchen Kleinigkeiten, die einfach Geschmackssache sind, und dem etwas teureren Leben hier, konnte ich das Austauschsemester in vollen Zügen genießen.

Am meisten werde ich mit Sicherheit neben der nahen Natur und den Strandspaziergängen sicher die Menschen hier vermissen. Ich habe die Finnen entgegen aller Klischees über die finnische Schüchternheit als offene, ehrliche und authentische Menschen kennengelernt. Ich hatte nie mit Vorurteilen zu kämpfen, sondern meistens wurde mir mit ehrlich gemeintem Interesse und Hilfsbereitschaft begegnet. Schnelle Urteile oder Lästereien sind mir von Seiten der Finnen überhaupt nicht untergekommen. Man muss zwar in der Regel selbst die Initiative ergreifen, um ein Gespräch zu beginnen oder ein Treffen zu organisieren, aber dann wird man mit offenen Armen empfangen. Sobald man sich dann näher kennengelernt hat, tauen die Finnen richtig auf und haben ihr ganz eigenen, wunderbaren Humor, den man z.B. bei sitsit-Partys live erleben kann. Alles in allem kann ich jedem nur empfehlen sich für Helsinki zu bewerben und diese Austausch Erfahrung mitzunehmen.



Erasmus+

Changing Lives.
Opening Minds.



ulm university

universität
uulm

