

**ERASMUS+ 2015/16: Studierendenmobilität Studium (SMS)**

## Persönlicher Erfahrungsbericht

PERSÖNLICHE ANGABEN	
Nachname*	Dolich
Vorname*	Ulrike
Studienfach	Psychologie
Angestrebter Studienabschluss an der Universität Ulm	Master
Der Aufenthalt erfolgte im	1 Fachsemester
Auslandsstudienaufenthalt	Von 08/15 (MM/JJ) bis 12/15 (MM/JJ)
Gastland und Stadt	Bergen (Norwegen)
Gasthochschule	Universitetet i Bergen
eMail-Adresse*	ulrike.dolich@uni-ulm.de

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

## Vorbereitung

Es ist wichtig im Vorfeld seine E-Mail-Adresse, welche man bei der Bewerbung angegeben hat, regelmäßig zu checken, da man vorab viele nützliche Informationen von der Uni in Bergen zugeschickt bekommt und man darüber auch über Deadlines, zum Beispiel zur Anmeldung für einen Sprachkurs und für ein Wohnheimzimmer, informiert wird. Außerdem sollte man sich gut überlegen, was man in Bergen alles braucht, weil dort so gut wie alles einiges teurer ist, als in Deutschland. Eine gute Regenjacke zum Beispiel sollte man auf jeden Fall haben und Outdoorbekleidung, wenn man wandern gehen will.

## Unterkunft

Als internationaler Student bekommt man ein Zimmer im Studentenwohnheim garantiert, wenn man sich bis zu einer bestimmten Frist meldet, welche man auf der Homepage nachlesen kann und man wird darüber normalerweise auch noch per E-Mail informiert, wenn man von der Uni Ulm nominiert wurde. Die Frist ist allerdings noch bevor man die endgültige Zusage von der Universität in Bergen bekommt. Die meisten internationalen Studenten werden in dem größten Wohnheim im Stadtteil Fantoft untergebracht, von dort aus nimmt man dann die Straßenbahn um in die Stadt oder zur Universität zu kommen. Die Straßenbahn fährt sehr regelmäßig und man benötigt ca. 20 Minuten bis zum Stadtzentrum. Es gibt in Fantoft Einzelapartments, 2er-WGs und 8er-WGs. In den 8er-WGs hat jeder ein eigenes kleines Bad und man teilt sich nur die Küche mit 7 anderen Studenten. Ich hatte ein Zimmer in einer 8er-WG und habe dafür monatlich ca. 355€ gezahlt, was um einiges günstiger ist, als wenn man sich eigenständig ein Zimmer sucht. Zudem findet man in einem Wohnheim sehr schnell Anschluss, da noch ganz viele andere internationale Studenten dort sind.

## Studium an der Gasthochschule

Im Fach Psychologie an der Uni Bergen gibt es einige englische Kurse zur Auswahl, diese sind hauptsächlich in Entwicklungspsychologie, Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie. Ich habe die Vorlesung „Developmental Psychology“ (4 ECTS), das Blockseminar „Culture, Positive Development and Health“ (6 ECTS) und das „Term Paper Developmental Psychology“ (6 ECTS) im Bereich Psychologie belegt. Bei der Vorlesung bestand der Leistungsnachweis darin in einer Klausur 2 Aufsätze zu vorgegebenen Themen innerhalb von 3 Stunden zu schreiben. Für das Blockseminar musste man innerhalb einer Woche 4 Essays schreiben und in einer Gruppe einen unbenoteten kurzen Vortrag halten, Das Term Paper war ein Literaturreview und man hat es in einer kleinen Gruppe das ganze Semester über ein selbst gewähltes Thema geschrieben.

Zusätzlich zu den psychologischen Kursen habe ich noch einen umfangreichen Norwegisch Kurs (15 ECTS) besucht. Dieser Kurs war wöchentlich 2- oder 3-mal insgesamt 6 Stunden. Norwegisch hat den gleichen Ursprung wie Deutsch und somit ist es für uns „relativ“ leicht zu lernen.

## Alltag und Freizeit

Da Bergen von sieben Bergen umgeben ist, kann man bei gutem Wetter sehr viel wandern und auch sonst ist Norwegen mit seiner beeindruckenden Natur ideal zum Wandern. Dabei sollte man sich allerdings vorher informieren, wie schwer die Touren sind und sich nicht übernehmen, wenn man nicht so erfahren ist und dann eher mehr Zeit einplanen, als von den Norwegern angegeben. Die Berge, um die

Stadt sind jedoch mit einer normalen Fitness und Wanderschuhen gut zu machen. Für Wander- und Kletterinteressierte ist auch die Unigruppe „BSI-Friluft“ nur zu empfehlen, diese bieten unter anderem Wochenendtouren in 3 verschiedenen Schwierigkeitsstufen an. Es gibt aber auch noch sehr viele andere Sportgruppen, welchen man sich gegen einen Betrag für das Semester anschließen kann. Viele Museen haben nach der Touristensaison andere Öffnungszeiten, als im Sommer und manche Orte haben dann ganz geschlossen.

Vom Wetter her hatten wir die ersten 3 Monate für die Verhältnisse in Bergen sehr großes Glück, da es fast nie geregnet hat und relativ warm war, dafür hat es im November und Dezember fast jeden Tag geregnet. Aber wie man in Bergen sagt, es gibt kein schlechtes Wetter, sondern nur schlechte Kleidung. Wenn der Himmel im Herbst nachts mal klar ist, kann man Glück haben und sogar in Bergen schon Polarlichter sehen.

Da das Essen gehen in Norwegen allgemein sehr teuer ist, ist dort Selbstversorgung angesagt, wenn man das Budget nicht ganz sprängen möchte. Wobei man schon auch mal mit etwas Suchen Angebote finden kann, wo man sich ausnahmsweise Mal etwas auswärts gönnen kann. In den Supermärkten kann man eigentlich alles finden, was man braucht, wobei die Obst- und Gemüseabteilung etwas kleiner ist, als in vergleichbaren Supermärkten hier. Die günstigsten Supermärkte sind REMA1000 und KIWI.

### **Fazit**

Zum Abschluss kann ich sagen, dass sich das Auslandssemester in Bergen für mich definitiv gelohnt hat, da ich ein Land und viele neue Leute kennengelernt habe. Der viele Regen am Ende war zwar etwas deprimierend, aber wenn man sich dann mit Freunden auf eine Heiße Schokolade trifft, dann ist das halb so schlimm. Ich muss auch sagen, dass sehr viele deutsche Austauschstudenten in Bergen waren, was dann manchmal dazu führt, dass man doch nicht immer so viel Englisch spricht. Das gleiche habe ich allerdings auch schon von vielen Freunden gehört, die in anderen Ländern ein Austauschsemester gemacht haben, aber wenn man etwas offen ist, dann lernt man auch viele Menschen aus der ganzen Welt kennen und natürlich auch Norweger.