

Erfahrungsbericht: Erasmus in Kopenhagen WiSe 2014/15

Vorbereitung

Ein Auslandssemester zu machen ist schon lange ein großer Traum von mir und war zwar vielleicht nicht der ausschlaggebende, aber doch ein wichtiger Grund, warum ich mich überhaupt für ein Studium und nicht für eine Ausbildung entschieden habe. Trotzdem war ich mir lange nicht ganz sicher, ob es in meinem Studiengang, Pflege dual an der Katholischen Stiftungsfachhochschule München, überhaupt möglich ist, für ein Semester ins Ausland zu gehen, da es ja ein duales Studium ist. Dadurch, dass auf die ersten 6 ausbildungsintegrierenden Semester noch 3 Semester Vollzeitstudium folgen, war es dann aber doch kein Problem. Die ersten Informationen darüber habe ich mir in unserem International Office geholt und auch der fast einjährige Vorlauf wie Anmeldung und sonstiger „Papierkram“ liefen darüber. Die Bestätigung für das Auslandssemester an meiner Gasthochschule Metropolitan University College kam Anfang Juli. Kurz darauf meldete sich auch meine von der Gasthochschule vermittelte Mentorin, um meine Reisedaten zu erfahren, da sie mich in Kopenhagen vom Flughafen abholen wollte, was ein wirklich netter (von der Hochschule geforderter) Service ist. Abgesehen davon zeigte sie meinen restlichen Aufenthalt, verglichen mit anderen Mentoren aber eher wenig bis gar kein Interesse mehr.

Die Zeit bis zur Abreise verging wahnsinnig schnell, was unter anderem damit zu tun hatte, dass ich während dieser Zeit mein Krankenpflegeexamen absolviert habe und unmittelbar danach auch schon auf dem Weg nach Kopenhagen war.

Anreise

Aufgrund der doch recht großen Entfernung, beschloss ich, mit dem Flugzeug anzureisen, was auch gar nicht so teuer war. Ca. 60€ zahlte ich für einen One-Way-Flug, habe allerdings mit relativ großem Vorlauf gebucht. Was ich erst später erfuhr, ist, dass die skandinavische Fluglinie Scandinavian Airlines einen Jugendtarif (bis 26 Jahre) anbietet, der auch ein paar Tage vor

Abflugdatum noch genauso niedrig ist, wie Wochen bis Monate davor. Das ist auch gut zu wissen für eventuelle Besucher, die sich damit auch kurzfristig für einen Besuch entscheiden können! Am Flughafen Kastrup angekommen, erwartete mich auch schon meine Mentorin, die mich netterweise zu meiner WG brachte.

Unterkunft

Da ich in diversen Erfahrungsberichten viel Negatives über die Studentenwohnheime in Kopenhagen gelesen hatte (zu weit außerhalb, ungepflegt, alt...), entschied ich mich direkt, es privat mit der Wohnungssuche zu versuchen. Das harte Pflaster was bezahlbare Wohnungen bzw WGs betrifft, war ich als Münchnerin ja gewohnt. Schon im April begann ich, das Internet nach Wohnmöglichkeiten zu durchforsten. Meine erste (und beste) Adresse war die Wohnungsvermittlungsseite housinganywhere.com, die vor allem an Auslandsstudenten, die eine befristete Wohnmöglichkeit suchen, gerichtet ist, also perfekt für mich. Die meisten Wohnungen und WGs die dort angeboten werden, sind von Kopenhagener Studenten, die selbst ein Auslandssemester machen. Das Angebot war im April noch relativ mager, wurde aber etwas besser, je näher das neue Semester kam (obwohl es auch im Juni noch nicht besonders groß war) kontinuierlich gucken und sofort zuschlagen ist dort die Devise. Und genau auf diese Weise, mit einer riesigen Portion Glück, war ich Anfang Juni genau in dem Moment online, als zwei Kopenhagenerinnen ihre Annonce ins Netz stellten. Sofort schickte ich ihnen eine Mail mit einem relativ ausführlichen persönlichen Text, und war dann auch die erste „Kandidatin“. Nach mehreren Emails und einem Skype-Date war klar: ich hab das Zimmer! Eine wahnsinnige Erleichterung. Auch im weiteren Verlauf stellte sich die Wohnung als absoluter Glücksgriff heraus: im wunderschönen und lebenswerten Viertel Østerbro gelegen, 15 Minuten mit dem Fahrrad in die Innenstadt, 5 Minuten in die Uni. Auch die Wohnung selbst ist typisch skandinavisch (Altbau mit Dielenboden), recht geräumig und für studentische Verhältnisse relativ luxuriös ausgestattet, da die zwei Studentinnen die komplette Einrichtung von den Eltern, denen die Wohnung gehört und die für 2 Jahre im Ausland sind, mitbenutzen dürfen. Mein Zimmer selbst war sehr groß und zwar relativ spartanisch, aber gemütlich mit einem Einbauschränk, einem Eurokistenbett und einem schönen Schreibtisch ausgestattet. Dafür zahlte ich monatlich ca. 320€, was verhältnismäßig wirklich extrem günstig ist. Trotzdem würde ich, wenn ich mich nochmal entscheiden müsste, wohl in ein Studentenwohnheim gehen, weil es dort einfach wesentlich einfacher ist, soziale Kontakte zu knüpfen.

Studium/ Praktikum

Obwohl für mich in Deutschland nach den 6 Semestern Teilzeitstudium in Verbindung mit meiner Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin eigentlich das Vollzeitstudium angefangen hätte, war das Studium in Kopenhagen fast ausschließlich praktisch veranlagt bzw. hatte ich zwei Praxismodule am Metropolitan University College weil der Studiengang Nursing dort nicht auf Englisch angeboten wird. Dadurch konnte ich einen guten Einblick in das dänische Gesundheitswesen gewinnen. Zusätzlich wurde ein 14-täglicher Kurs „Intercultural Health and Welfare“ für die Austauschstudenten am University College angeboten, bei dem Vorträge über verschieden gesundheitsrelevante Themen gehalten wurden und der hauptsächlich zur sozialen Interaktion unter den Studenten beitragen sollte.

Die beiden Praxismodule wurden jeweils mit einer Hausarbeit über eine Pflegesituation sowie einer mündlichen Besprechung abgeschlossen. Während der Module fanden regelmäßige Gespräche und Evaluationen mit dem Praxisanleiter statt.

Besonders im Gedächtnis geblieben ist mir mein erstes Praxismodul, das in einem Krankenhaus der Allgemeinversorgung in einer Kopenhagener Vorstadt stattfand. Dort war ich auf einer internistischen Station mit Schwerpunkt Infektiologie eingesetzt. Nach einer Einführung und Begrüßung durch die Clinical Supervisors unserer jeweiligen Stationen (die für Aus- und Fortbildung sowie Qualitätsmanagement zuständig sind und jeweils einer Station oder einem Bereich zugeteilt sind, aber nicht im Stationsalltag mitarbeiten) wurde ich einer Pflegekraft zugeteilt, die ich dann während meines Einsatzes dann auch meistens begleitete. Da der Personalschlüssel in Dänemark um einiges höher ist (3-4 Patienten pro Pflegekraft) blieb oft genug Zeit für Erklärungen und Praxisanleitungen. Auch wenn ich als ausgebildete Pflegekraft zwar pflegfachlich nicht viel Neues dazulernen konnte, war es dennoch sehr interessant, zu sehen, wie die Organisation der Pflege in Dänemark aufgebaut ist. Die meisten Mitarbeiter im Krankenhaus sprachen zwar sehr gut Englisch, blieben aber meistens unter sich und nur die mir zugeteilte Pflegekraft redete mit mir. Diese Erfahrung deckt sich mit vielen meiner internationalen Kommilitonen. Auch die jüngeren Patienten sprachen häufig fließend Englisch oder sogar deutsch, wohingegen die älteren Patienten entweder nur schlecht oder gar nicht Englisch sprachen oder keine Lust hatten im Krankenhaus eine fremde Sprache zu sprechen. So konnte ich eigentlich nie wirklich selbstständig arbeiten und war die gesamten 7 Wochen

immer einer anderen Pflegekraft zugeteilt. Trotzdem war es insgesamt eine sehr positive und lehrreiche Erfahrung, aus der ich einiges mitnehmen konnte.

Alltag

Was mir am Alltag in Kopenhagen besonders gut gefallen hat, ist die ausgeprägte Fahrradinfrastruktur, weshalb es in jedem Fall empfehlenswert ist, sich gleich am Anfang ein Fahrrad zu besorgen. (z.B. über die FacebookGruppe „ESN CPH: Give-Buy-Sell-Rent“) So gut wie jede (größere) Straße verfügt über breite Fahrradwege, die auch gebraucht werden, weil sehr viele Dänen mit dem Fahrrad in die Arbeit oder Uni fahren. Schnell gewöhnt man sich an die anfangs etwas verwirrenden Handzeichen und auch die Geschwindigkeit. Durch die überschaubare Größe Kopenhagens ist man auch meistens relativ schnell am Ziel; trotzdem waren es von meiner Wohnung bis zur Praktikumsstelle stolze 14 Kilometer, die ich bis auf wenige Ausnahmen tatsächlich auch täglich absolvierte. In die Innenstadt und auch ins belebte Ausgehviertel Nørrebro brauchte ich allerdings nur 15-20 Minuten mit dem Fahrrad.

Kopenhagen ist eine wahnsinnig tolle und lebenswerte Stadt, in die ich mich mit jedem Tag mehr verliebte. Besonders sehenswert sind der alte Hafen Nyhavn und auch das multikulturelle Nørrebro. Empfehlen kann ich

auch die Free Walking Tours, die täglich um 11 Uhr am Rathausplatz (rådhhuspladsen) starten.

Obwohl Kopenhagen, gerade was das weggehen und feiern angeht, insgesamt natürlich deutlich teurer ist als Deutschland, ließen sich immer wieder gute Happy Hours oder Studentenangebote finden. In und um die Nørrebrogade befinden sich unzählige Bars und Clubs und auch in der Innenstadt befindet sich an jeder Ecke eine Bar. Das ehemalige Schlachthofviertel Vesterbro beherbergt ebenfalls eine Vielzahl an coolen Bars und Clubs mit guter Musik.

Was soziale Kontakte angeht, war ich mehr als froh, dass ich mich für den Dänisch-Kurs angemeldet hatte, der für alle Neu-Kopenhagener mit CPR-Nummer gratis ist. Da wir durch unsere Examensprüfungen zu spät für Welcome Week der Uni gekommen waren, waren uns natürlich auch die Kennenlern-Angebote entgangen und dadurch dass wir auch nicht regelmäßig in die Uni gingen, war es anfangs doch schwer, neue Leute kennenzulernen. Das Metropol University College hatte einen eigenen Kurs für alle internationalen Studenten, was

eine gute Möglichkeit war, neue Kontakte zu knüpfen. Dort lernte ich auch die meisten Leute kennen, mit denen ich später meine Freizeit verbrachte. Nebenbei baute ich durchaus auch einen kleinen Dänisch-Wortschatz auf, der sogar für die eine oder andere Konversation reichte.

Vom International Office der Uni waren einige Angebote für Ausflüge geplant, unter anderem eine Bootstour auf dem Kanal, von denen allerdings die meisten leider ausfallen mussten.

Ein weiteres Highlight ist das Meer, das entweder mit der Metro (Station Amager Strand) oder mit dem Fahrrad gut erreichbar ist und Sommer wie Winter ein optimaler Ort für Sport jeder Art oder auch gemütliche Strandspaziergänge ist.

Fazit

Auch wenn mir die Anfangszeit in Kopenhagen aufgrund einiger Widrigkeiten etwas schwer fiel und ich im Nachhinein lieber in einem Studentenwohnheim gewohnt hätte, hat es mir dort sehr gut gefallen. Ich hatte eine tolle Zeit und vermisste die Stadt schon kurze Zeit später.

Dadurch dass das dortige Gesundheitssystem sich doch um einiges vom deutschen unterscheidet und dort auch andere Arbeitsbedingungen herrschen, konnte ich viele neue Erfahrungen sammeln. Auch der Austausch mit anderen internationalen Studenten war sehr interessant und viele Kontakte werden sicher auch über die Zeit hinaus bestehen bleiben.

Ich kann nur jedem empfehlen, ein Auslandssemester in Kopenhagen zu machen!