

Vor der Abreise

Als uns im 4. Semester erzählt wurde, dass es die Möglichkeit gibt im 7. Semester (nach unserem Examen) ein Auslandsemester zu machen, war ich sofort begeistert. Allerdings fand die geplante Informationsveranstaltung nicht statt, weshalb ich mich Privat darüber informiert habe, wie ich mich denn dafür bewerben konnte.

Die Bewerbung verlief reibungslos ab, ich musste lediglich beschreiben, wieso ich denn gerne ins Ausland gehen möchte und weshalb ich mich für Kopenhagen entschieden habe. Dabei muss ich gestehen, dass ich von der Stadt in Finnland zuvor noch nie was gehört habe, weshalb das für mich dann auch nicht in Frage kam.

Im 5. Semester hatten wir dann unsere ersten Treffen um den Ablauf sowie die Anerkennungsvereinbarungen zu besprechen sowie den Erasmus + Vertrag zu unterschreiben. Im Frühjahr hatten wir unsere sichere Zusage um an der Metropolitan University of Copenhagen studieren zu können.

Hinzu kommt, dass ich vor der Abreise noch einen dänisch Grundkurs gemacht habe, um wenigstens ein paar Sätze dänisch verstehen zu können, was ich auch auf jeden Fall empfehlen kann! Es wird zwar von der Universität in Dänemark ein dänisch Kurs angeboten, allerdings war er für einige sehr verwirrend und das Geld nicht wert.

Unterkunft

Auf der Seite der Metropolitan University werden Unterkünfte vermittelt, was ich sehr praktisch fand, da ich mich während dem Examenstress nicht noch um eine Unterkunft um Ausland kümmern musste. Allerdings muss ich dazu sagen, dass man erstmal einen Preis zahlen muss um an den Vermieter vermittelt werden zu können. Die Unterkunft, die mir dann zugeteilt war, lag in Amager - nähe des Strand und des Flughafen. Die Lage war sehr ruhig und ich hatte großes Glück mit meinen Mitbewohnerinnen. Dennoch gab es oftmals „Stress“ mit unserem Vermieter und die Miete war doch recht hoch. Da man die Miete + die Kautions im Vorfeld zahlen musste. Das Haus was wir hatten, war schön und ordentlich, allerdings war es für die Lage und den Umständen mit dem Vermieter ziemlich teuer. Weshalb es sich empfiehlt, zusätzlich nach anderen Unterkünften zu suchen, da man dort wahrscheinlich am billigsten davon kommt.

Welcome Week

Uns wurde vor der Abreise geraten an der Welcome teilzunehmen, was für mich dann auch ganz klar war. Allerdings viel die Welcome Week mitten in unser Examen, was sich aber nicht als ganz so problematisch dargestellt hat. Es war mal schön, eine Woche nicht an das mündliche Examen und das Lernen denken zu müssen!

Das Programm der Welcome Week wurde uns ungefähr 1-2 Wochen vorher zugeschickt und es sah sehr vielversprechend aus. Wir trafen uns alle am Montag in der Universität und wurde in Gruppen eingeteilt um uns besser kennen zu lernen. Gruppenarbeiten sind in Dänemark ein absoluter Trend! Darauf kann man sich schon mal einstellen :) Wir lernten einiges über das Gesundheitssystem, das Schulsystem sowie über die Sicherheit beim Fahrradfahren, denn „Better Safe- than Sorry!“ Was uns allerdings nicht gesagt wurde, was sehr schade war, waren Themen wie beispielsweise Studententickets, CPR-Nummer, Studentenrabatte & welche Möglichkeiten es gibt usw.

Da wir uns alle diesbezüglich etwas beschwert haben, da diese Themen doch sehr wichtig und interessant sind, hoffe ich dass das neu in das Program der Welcome Week eingeführt wird!

Zusätzlich zu den Gruppenarbeiten und den theoretischen Part der Welcome Week, gab es auch eine Veranstaltung die sich „Pizza and Dance“ nannte sowie einen traditionellen dänischen Kochkurs mit anschließenden Bier trinken in einer Bar.

Ich war sehr froh, dass ich an der Woche teilgenommen habe, da ich während meines Praxisaufenthalt kaum mit anderen Studenten in Kontakt getreten wäre und somit während der Welcome Week einige Kontakte knüpfen konnte.

Praxiseinsatz

Mein Praxiseinsatz verbrachte ich im Bispebjerghemmet Alten- und Pflegeheim. Ich war dort die einzige Austauschstudentin, wovor ich anfangs ein bisschen Respekt hatte, weil so konnte ich mich mit niemanden austauschen und war komplett auf mich alleine gestellt. Allerdings war meine Supervisorin eine ehemalige deutsche Krankenschwester, was für mich ein großer Vorteil war!

Mein Alltag dort sah wie folgt aus:

Meistens began mein Dienst um 8:00 Uhr und endete gegen 15:00 Uhr. Man hatte „nur“ vier Arbeitstage und einen Studientag, den ich mir jeden Woche selber aussuchen konnte, meistens war der „freie“ tag ein Freitag. Ich bekam zunächst erst eine Bewohnerin (die glücklicherweise deutsch sprechen konnte) und anschließend eine mehr pflegerisch aufwendigere Bewohnerin. Ich durfte bei den täglichen Meetings teilnehmen und an Pflegeinterventionen mitwirken. Zudem ermöglichte meine Supervisorin, dass ich Einblicke in den ambulanten Pflegedienst und in die Abläufe des Krankenhausalltags erhielt. Was für mich sehr spannend und abwechslungsreich war, da ich doch fast jeden Tag das selbe gemacht hab.

Die größte Schwierig war tatsächlich die Sprachbarriere. Anfangs habe ich mich einfach nicht getraut irgendetwas auf dänisch zu sagen, was sich aber mit der Zeit geändert hat und ich immer mehr verstanden und reden konnte. Auch aus diesem Grund lohnt es sich, den Sprachkurs davor zu belegen! Einige alte Bewohner haben in ihrer Schulzeit deutsch und englisch geredet, was für mich von Vorteil war, aber das ist nicht bei allen gewesen.

Trotz der anfänglichen Schwierigkeiten und den Umständen, dass ich in einem Altenheim eingesetzt wurde, fand ich die Zeit mit dem Team und den Bewohnern sehr schön und alle sind mir sehr ans Herz gewachsen, sodass der Abschied doch schlimmer war, als ich gedacht habe und ich erinnere mich gerne und wahrscheinlich noch länger an die Zeit in Dänemark zurück.

Universität

Da wir hauptsächlich in Kopenhagen gearbeitet haben, haben wir von dem Uni-Alltag so gut wie nichts mitbekommen. Unsere Dozenten haben sich allerdings bemüht, dass die „Nurses“ jeden Monat ein Treffen hatten, in denen wir uns über alles austauschen konnten und wichtige Fragen zu Prüfungen, Berichten und Examen stellen konnte. Das tat teilweise sehr gut, da mir jedes mal klar wurde, dass alle meine Kommilitonen das selbe durchmachten und alle vor den gleichen Schwierigkeiten im Alltag standen.

Zu den Prüfungen ist zu sagen, dass wir in Dänemark ins 6. Semester „gesteckt“ wurde, da im 7.

Semester schon die Bachelorarbeit ansteht.

Wir mussten zwei große Berichte schreiben, einen über Medikamente und deren Wirkungen und der andere über ein Pflegeproblem in zwei pflegerischen Bereichen. Was anfangs für mich sehr stressig war, war rückblickend eine gute Übung zukünftige Hausarbeiten und Berichte.

Das Examen, was wir hatten verlief schriftlich und mündliche ab. Was aber auch kein großes Problem war, da man alles schon mal in Deutschland durchgenommen hat und eigentlich gut verknüpfen kann. Die Prüfer waren auch sehr lieb und hatten Verständnis dafür, dass wir so eine Prüfung in dieser Art noch nie gemacht haben und das die Prüfung auf englisch statt gefunden hat.

Freizeit in Kopenhagen

Trotz des vielem Arbeiten und Berichte schreiben, hatte ich viel Zeit um mit meinen Freunden Ausflüge zu machen und Kopenhagen mit dem Fahrrad zu erkunden. Ein Fahrrad ist ein absolutes muss, da die Tickets für Metro/Bus auf Dauer doch recht teuer werden können. Ich habe meine Fahrrad für ein Semester ausgeliehen und war sehr zufrieden. Kopenhagen ist eine Fahrradstadt und es macht so viel Spaß mit dem Rad die Stadt zu erkunden! Ich war dann sehr froh, als ich irgendwann ohne Navi den Weg gefunden habe.

Meine Mitbewohner und ich haben uns auch einmal ein Auto gemietet und sind bisschen die Küste entlang nach Monts Klint gefahren - kann ich nur empfehlen! Da ich das Glück hatte und meine Mitbewohnerin in Stockholm eine Freundin hat, hatte ich die Möglichkeit Schweden bisschen zu erkunden. Zudem habe ich während unsere Meetings eine Freundin aus Oslo kennengelernt und daher ergab sich die Chance noch kurz nach Norwegen zu verreisen.

Da Kopenhagen bekannt für seine teuren Preise ist -vor allem Alkohol, musste man beim Feiern gehen etwas sparsamer umgehen. Allerdings ergaben sich immer irgendwelche Hauspartys auf die man eingeladen wurde oder man ging oft in Studentenbars, in denen die Preise noch recht Akzeptkabel war.

Skandinavien ist auf Dauer doch ein teuer Spaß, allerdings kann man gut dort leben, wenn man bisschen zurücksteckt und nicht zum Beispiel in teuren Supermärkten einkauft. Monatlich habe ich ungefähr - ohne Ausflüge - circa 800€ (inkl. Miete) ausgeben.

Trotz anfänglicher Schwierigkeiten und neuen Herausforderungen, fand ich die Zeit im Ausland als eine der schönsten Zeiten während dem Studium! Man hat so viel über sich selber gelernt und auch über das Gesundheitssystem in Dänemark und die Arbeit in einem anderen Land. Ich kann das, allein schon aufgrund der Erfahrungen, immer wieder empfehlen und würde es auch jeder Zeit erneut machen.

