

# ERASMUS ERFAHRUNGSBERICHT

## DÄNEMARK - UNIVERSITET AARHUS im Fach PSYCHOLOGIE

### Akademisches Jahr 2011/2012

#### 1. Erfahrungen während des Studiums an der Gastuniversität

Meine Erfahrungen während des Studiums an der Universität Aarhus habe ich aus der Perspektive einer Psychologiestudentin im Masterstudiengang (Developmental and Clinical Psychology, 1. Semester) gemacht. Das Masterstudium unterscheidet sich im Hinblick auf die Lehrveranstaltungen jedoch nicht wesentlich von dem Bachelorstudium.

##### 1.1 Lehrveranstaltungen

Ich habe ausschließlich englische Kurse besucht. Es werden circa fünf englische Kurse pro Semester angeboten. Gewählt habe ich die Seminare „Development in Adulthood“ und „Normal and Pathological Perspectives on Trauma and Dissociation“. Alle englischen Kurse werden gemeinsam von Bachelor- und Masterstudierenden besucht. Das Niveau innerhalb der Kurse wird sowohl durch ein höheres Arbeitspensum als auch einen anderen Beurteilungsmaßstab für Masterstudierende gesteuert. Zudem wird im Master eine vertiefte Auseinandersetzung mit den gewählten Themengebieten angestrebt als es im Bachelor der Fall ist. Daher belegen Studenten auf Masterlevel lediglich zwei Kurse à 15 ECTS pro Semester. Bachelorstudierende hingegen besuchen drei Lehrveranstaltungen à 10 ECTS pro Semester. Ein Kurs umfasst drei Stunden Präsenzzeit pro Woche, dazu kommt die Eigenarbeitszeit.

##### 1.2 Universitärer Alltag und Studienleistungen

Das Studium war aus meiner Sicht in erster Linie durch eigenständiges Arbeiten geprägt. Während des Semesters bestand dieses in der Lektüre von wissenschaftlichen Artikeln, die ähnlich wie in Seminaren hierzulande als Diskussionsgrundlage für die Unterrichtsstunde dienen. Auch die selbstständige Literaturrecherche und Entwicklung von Forschungsfragestellungen spielten eine große Rolle. Sie bildeten die Grundlage für die eigentliche Prüfungsleistung, einen 20seitigen Essay pro Seminar. Ich habe die Wahl der Themen auf Grund großer Offenheit und Flexibilität der Professoren als Chance wahrgenommen eigene Interessensgebiete weiter zu vertiefen. So habe ich beispielsweise das im Seminar „Personal Development in Adulthood“ behandelte Konstrukt *Subjective Well-Being* in Verbindung mit interkultureller Forschung betrachten und über das Seminarthema im engeren Sinne hinausgehen können. Es wurden Referate gehalten, die sich entweder auf vorgegebene Artikel oder die eigenen Forschungsideen bezogen. Gruppenarbeit spielte eine Rolle innerhalb der Präsenzzeiten in Form von kleinen Arbeits- oder Diskussionsgruppen. Die Referate und Literaturarbeit waren hingegen als Einzelarbeiten konzipiert.

Dementsprechend zeichnete sich mein Unialltag durch einen sehr viel größeren Eigenarbeitsanteil und weniger Präsenzzeit verglichen mit Heidelberger Verhältnissen aus. Die sehr modernen und gut ausgestatteten Bibliotheken führten dazu, dass ich dennoch den Großteil meines Unialltags in der Universität verbracht habe. Hervorheben möchte ich neben der Möglichkeit, eigene Interessen in die Essays einfließen zu lassen, auch den Gestaltungsfreiraum bei der Zeitplanung. Der hohe Eigenarbeitsanteil hat es mir ermöglicht die Arbeit so einzuteilen, dass ich Kurztrips ins Land problemlos an veranstaltungsfreien Tagen einplanen konnte.

Die englischen Kurse wurden sowohl von dänischen als auch von Erasmus-Studierenden besucht, obwohl die Anzahl der ausländischen Studenten sehr viel höher war. Dänische Studenten sind meiner Erfahrung nach sehr zielstrebig und engagiert. Das hat sich in dem angeregten Arbeitsklima in den Veranstaltungen widerspiegelt. Zusammenfassend hatte ich das Gefühl als Austauschstudent über gute Möglichkeiten zu verfügen, inhaltlich wertvolle Erfahrungen fürs Studium zu machen.

### 1.3 Betreuung

Die Kursgröße war mit circa 15 bis 25 Teilnehmern sehr angenehm. Jedem Masterstudenten standen vier Stunden individueller Betreuung durch den Dozenten zu. Hervorzuheben ist das große Hilfsangebot bezogen auf Verwaltungsangelegenheiten und die Nutzung der Infrastruktur am Institut. Es wurden Kurse zur Literaturrecherche und Nutzung der Bibliothek angeboten. Die Erasmuskordinatorin des psychologischen Instituts war sehr engagiert und hat die Austauschstudierenden umfassend betreut in Sachen Erasmus-Formalien, der Kurswahl und den Prüfungsangelegenheiten. Über ein Mentorprogramm wurde jedem Austauschstudenten ein einheimischer Student des eigenen Instituts als Ansprechpartner zugewiesen. Dieses Programm war insbesondere in der Anfangsphase sehr hilfreich. Es umfasste nicht nur Tipps zu Studienmaterialien und der Orientierung an der Universität sondern beispielsweise auch den Empfang am Bahnhof.

## 2. Erfahrungen außerhalb des Studiums im Gastland

### 2.1 Alltag

Klassischerweise war mein Alltag durch das in Dänemark sehr beliebte Fahrradfahren und die allwettertaugliche Kleidung geprägt. Da Gebrauchsräder leicht zu erwerben sind und Fahrräder auch problemlos gemietet werden können, war das Rad auch für mich als Austauschstudent das Verkehrsmittel der Wahl. Gewohnt habe ich in Brabrand, einem Ort in 7km Entfernung vom Zentrum und der Uni. Ich habe mich erstaunlich schnell daran gewöhnt, die Distanz mit dem Rad zurückzulegen. Durch die gut gepflegten Radwege war dies auch im Winter kein Problem. Neben der Uni habe ich über eine Semestermitgliedschaft beim Sportclub ASG Gymnastikkurse besucht. Es gibt zwar keinen kostenlosen Unisport, aber eine Übersicht über lokale Vereine und deren Angebote. Ich habe den Sport als gute

Möglichkeit erlebt mit Einheimischen in Kontakt zu kommen. Die dänische Uniwoche wurde traditionell freitags nachmittags mit der *Fredagsbar* beendet. Unter *Fredagsbar* versteht man ein gemütliches Beisammensitzen und Biertrinken im eigenen Institut, das sich größter Beliebtheit erfreut. In meinem Alltag hat zudem das *Studentarhus* eine Rolle gespielt. Es ist ein überwiegend durch die freiwillige Mithilfe von Studenten organisiertes Kulturzentrum, das sich unter anderem die Betreuung der Austauschstudierenden zur Aufgabe gemacht hat. Einerseits habe ich die vom *Studentarhus* organisierten Veranstaltungen für Austauschstudenten als wichtiges Bindeglied zwischen den Austauschstudierenden erlebt. Andererseits konnte ich durch die Mithilfe als Freiwilliger bei der Durchführung von Veranstaltungen einen besseren Einblick in die dänische Kultur gewinnen.

## 2.2 Wohnen

Die Universität Aarhus verfügt über ein gewisses Kontingent an Zimmern in Form von Wohnungen oder Wohnheimen. Jedem Austauschstudenten wird bei fristgerechter Anmeldung ein Zimmer zugesichert. Ich habe dieses Angebot wahrgenommen und in einer Wohngemeinschaft mit zwei anderen Erasmusstudentinnen gewohnt. Klassischerweise bestanden die vermittelten Wohngemeinschaften ausschließlich aus Erasmusstudierenden. In Wohnheimen ist die Chance sehr viel größer, mit dänischen Studenten zusammenzuleben.

## 2.3 Finanzen

Dänemark ist verglichen mit Deutschland relativ teuer, insbesondere in Bezug auf Lebensmittel. Ich habe grob geschätzt ein Drittel mehr für Lebensmittel gezahlt als ich es in Deutschland tue. Der Mietpreis betrug circa 400 Euro. Zudem sollte man bei der Finanzplanung eventuell auch Reisepläne berücksichtigen. Möchte man in Dänemark arbeiten, sollte man die Sprache zuvor lernen. Ohne gute Dänischkenntnisse ist es sehr schwer einen bezahlten Job zu finden.

## 2.4 Kulturelles

Die von der Universität angebotenen Einführungswochen inklusive eines Sprachkurses waren für meinen Einstieg in die dänische Kultur sehr wertvoll. Auch wenn speziell Deutsche sicherlich keinen Kulturschock in Dänemark erleben, gibt es doch interessante Mentalitätsunterschiede zu entdecken. Sich selbst beschreiben die Dänen gerne als zurückhaltendes Volk und es ist tatsächlich schwer ausschließlich über die Kurse an der Universität engere Bekanntschaften zu knüpfen. Daher würde ich es sehr empfehlen, sich beispielsweise einem Verein oder dem *Studentarhus* anzuschließen. Zudem haben die Einführungswochen einen Einblick in Geschichte und Kulturlandschaft von Aarhus, der Universität und ganz Dänemark vermittelt.

Aarhus ist sicherlich keine Metropole. Ich habe die Stadt jedoch als sehr reizvoll erlebt. Einerseits sind die Lage am Meer und die umgebende Natur sehr ansprechend, andererseits ist es eine Stadt, in der nicht nur viele Austauschstudenten leben, sondern generell ein relativ junger Altersdurchschnitt herrscht. Es gibt ein reges und interessantes Kulturangebot

mit Konzerten, Museen und Veranstaltungen. Das Nachtleben ist hauptsächlich charakterisiert durch gemütliche Bars und noch im Herbst ist abends draußen jeder Sitzplatz entlang der Promenade besetzt.

### 3. Empfehlungen an andere Studierende

Als Erasmus-Studentin habe ich mich wirklich gut von der Universität Aarhus betreut gefühlt – insbesondere schon im Vorfeld der Ankunft und während der ersten Wochen. Wer sich an die Bewerbungsfristen hält, wird von Aarhus umfassendes Informationsmaterial erhalten und mit den Möglichkeiten der Zimmervermittlung und des Sprach- und Kulturkurses vertraut gemacht werden. Beides kann ich nur empfehlen, auch wenn jemand schon im Vorfeld über Sprachkenntnisse verfügen sollte.

Alles in allem war es ein sehr gelungenes Austauschprogramm. Wer sich nach Skandinavien, einer guten Universität, einem herzlichen und freundlichen dänischen Volk, einer Stadt mit Natur und Kultur und perfekter Organisation sehnt, dem bietet Aarhus alle Möglichkeiten.