

## **Erfahrungsbericht: Auslandssemester in Helsinki**

### **Vorbereitung und Anreise**

Da ich außer Englisch keine anderen Fremdsprachen spreche, stand für mich fest, dass ich für meinen Erasmus Aufenthalt in ein Land gehen möchte, in dem der Großteil der Bevölkerung sich gut auf Englisch verständigen kann. Die Nordeuropäischen Länder haben mich schon immer gereizt und mit dem englischen Masterprogramm in *Neuroscience* habe ich an der *University of Helsinki* ein Programm gefunden, das sehr gut zu meinem Studium in Göttingen gepasst hat.

Mit den Vorbereitungen zu meinem Auslandssemester standen zunächst einige administrative Aufgaben an. Zunächst musste ich mich bei der Universität Göttingen für einen Aufenthalt an der Universität Helsinki bewerben. Nachdem ich von der Uni Göttingen eine Zusage bekommen habe, wurde ich als Kandidat für das Erasmussemester an der Universität Helsinki nominiert und bekam eine Mail mit Informationen für die Bewerbung an der Uni Helsinki. Die Bewerbung erfolgte online über einen in der E-Mail geschickten Link. Neben generellen Infos zum Studium wurden ein englischer Sprachnachweis, eine Immatrikulationsbescheinigung sowie das ausgefüllte Learning Agreement gefordert. Das Vorlesungsverzeichnis für das kommende Frühjahrssemester war bereits auf der Homepage der Uni zu finden, weshalb es relativ einfach war, sich passende Kurse herauszusuchen. Im Laufe des Auslandssemesters habe ich auf Grund von zeitlichen Überschneidungen oder anderen Gründen dann letztendlich doch andere Kurse gewählt und musste das Learning Agreement noch einmal ändern. Die Änderung der Learning Agreements lief allerdings sehr problemlos ab. Gleichzeitig mit der online Anmeldung für die Uni hat man sich auch für eine Unterkunft in Helsinki beworben. Die Zusage für die Unterkunft habe ich erst einen Monat vor der Abreise erhalten, was wie ich finde sehr knapp war. Um mir den Stress der mit der Schlüsselabholung für die Wohnung verbunden ist zu ersparen, habe ich meinen Tutor gebeten den Schlüssel für mich abzuholen und mir ihn dann in Helsinki zu überreichen. Ich bin von Hamburg aus über Stockholm nach Helsinki geflogen und da ich bei der Ankunft keine Ahnung hatte wo sich meine Wohnung überhaupt befindet habe ich mir ein Taxi vom Flughafen genommen. Angekommen an meiner Wohnung habe ich dann meinen Tutor mit meinem Schlüssel und einem Willkommenspaket von der Wohnungsorganisation getroffen. Ich bin am 9. Januar nach Helsinki geflogen um mich vor dem Uni Start am 12. Januar noch etwas einleben zu können.

### **Studium**

Bereits vor unserer Ankunft in Helsinki wurden alle Austausch Studenten in Gruppen eingeteilt und einem Tutor zugeteilt. In meiner Gruppe waren alle Austausch Studenten die so wie ich Biologie studiert haben. Am 12. Januar hat für uns alle die Orientierungs Phase an der Uni begonnen. Zwei Tage sind wir als Gruppe mit unserem Tutor über den Campus gelaufen und haben alle wichtigen Gebäude und Organisationen kennengelernt. Innerhalb dieser Tage wurde uns auch erklärt wie wir uns für die Kurse eintragen und wo wir unsere Noten einsehen können. Die Uni Helsinki hat ein sehr gutes und vielfältiges Kursangebot, von denen viele Kurse auf Englisch gehalten werden. Wenn man sich früh genug für die Kurse angemeldet hat, ist man auch problemlos in die gewünschten Kurse herein gekommen. Insgesamt ist das Biologie Studium in Helsinki doch relativ unterschiedlich von dem in Göttingen. Das Semester in Finnland ist in zwei Teile geteilt, jeder Teil ist dabei ca. 2 Monate lang. Die meisten Kurse finden nur in einer Semesterhälfte statt, aber einige dauern auch das ganze Semester an. Pro Kurs werden dadurch auch weniger Vorlesungen gehalten und

insgesamt weniger Credits verteilt als in Göttingen. Für die Kurse die ich gewählt habe, habe ich meistens 3 Credits bekommen, hatte ca. 8 Vorlesungen, eine Klausur und musste meist noch eine Zusatzleistung machen wie z.B. einen Assay schreiben oder einen Vortrag halten. Allein durch die Kurse, hätte ich wenig praktische Erfahrung gesammelt, aber ich habe zusätzlich noch ein zwei monatiges Laborpraktikum gemacht. Für das Laborpraktikum habe ich mir vor meinem Aufenthalt über einige Arbeitsgruppen an der Uni Helsinki im Internet informiert und der, die ich am interessantesten fand eine Mail geschrieben, in der ich um einen Praktikumsplatz gebeten habe. Die Laborgruppe hat mir den Platz problemlos zugesagt und mich in den zwei Monaten freundlich aufgenommen. Für mich war es sehr spannend einen Einblick in die Arbeit von einem ausländischen Laboren zu gewinnen und ich konnte sehr viel Neues lernen.

Für Austausch Studenten bietet die Uni außerdem kostenfreie Finnisch Kurse an. Die Sprache war für mich sehr kompliziert zu lernen, aber der Kurs reicht aus um sich ein paar Grundlagen anzueignen. Da aber fast alle Finnen Englisch sprechen können, kommt man auch sehr gut ohne einen Finnisch-Sprachkurs klar.

Studenten bekommen in Helsinki einige gute Rabatte wie z.B. auf die Travel Card, die man monatlich kaufen kann und mit der man allen öffentlichen Verkehrsmitteln in Helsinki nutzen kann. Auch das Mensa Essen ist Verhältnis mäßig günstig. Für 2,60 € bekommt man ein Hauptgericht mit so viel Reis oder Kartoffeln wie man möchte und auch verschiedene Salat Variationen und Brot (ebenfalls so viel man möchte) sind in Preis enthalten. In Helsinki gibt es relativ viele Uni Cafés in denen dieses Mittagsangebot für alle finnischen Studenten gilt.

Insgesamt ist die Uni Helsinki sehr gut und sehr modern ausgestattet, es gibt viele Möglichkeiten ungestört zu lernen, sich als Gruppe zusammen zusetzen oder einen Computer zu benutzen. Auch für eine gemütliche Kaffeepause zwischen durch sind genügend Möglichkeiten vorhanden.

## **Unterkunft**

Wie ich bereits erwähnt habe, habe ich mich gleichzeitig mit der online Bewerbung für die Uni für eine Unterkunft beworben. Man hatte dort mehrere Möglichkeiten, wie eine einzelne Wohnung, ein Zimmer in einer WG oder ein gemeinsam genutztes Zimmer zur Auswahl. Angeboten werden Unterkünfte von den Organisationen Hoas oder Unihome. Ich habe in einer fünfer WG von Hoas gewohnt. Die Wohnung war großzügig geschnitten, mit fünf Schlafzimmer, die jeweils 12m<sup>2</sup> hatten, drei Badezimmer, Küche und einem gemeinsamen Wohnzimmer. Die Zimmer waren auf zwei Etagen aufgeteilt und wir hatten zusätzlich noch einen großen Balkon. Geteilt habe ich mir die Wohnung mit drei anderen Erasmus Studentinnen und einer finnischen Studentin. Mit meine Mitbewohnern war ich zuvor nicht in Kontakt, aber Hoas hat sich bemüht, die Bewohner so auszuwählen, dass ein gutes Zusammenleben zustande kommt. So haben drei meiner vier Mitbewohner das gleiche studiert wie ich und wir konnten immer viel zusammen unternehmen.

Für uns war das Highlight natürlich die Haus eigene Sauna, die man sich mit den anderen Bewohnern des Hauses geteilt hat. Bevor man die Sauna benutzen wollte, konnte man sie sich online reservieren, so hatte man die Sauna dann für sich. Auch die gemeinschaftliche Waschmaschine wurde vor der Benutzung online reserviert. Die Wohnung war insgesamt in einem guten Zustand und kurz nachdem wir eingezogen sind wurde frisch renoviert. Ich habe 406 € für mein Zimmer pro Monat bezahlt, was für Helsinki noch recht günstig ist, allerdings lag die Wohnung auch mit dem Bus 30 min außerhalb der Stadt, dafür aber direkt neben meinem Campus.

## **Freizeit und Ausflüge**

Helsinki ist mit 600 00 Einwohnern verglichen zu anderen Hauptstädten relativ klein, bietet jedoch ein großes und vielfältiges

Es gibt mehrere Museen, Kinos, Theaters, zahlreiche gemütliche Cafés Clubs und Bars. Finnland ist allerdings sowie andere skandinavische Länder relativ teuer. Besonders für Alkohol bezahlt man deutlich mehr als in Deutschland. Abends in eine paar zu gehen oder in einem Club feiern zu gehen kann daher ziemlich teuer werden, wenn man dabei Alkohol trinken möchte. Durch Tipps von einheimischen kann man aber auch Bar und Club finden, die etwas günstigere Preise haben. Die Organisation für Austauschstudenten ESN hat regelmäßig tolle Partys mit günstigen Angeboten und andere Veranstaltungen organisiert auf denen man immer viele neue Austauschstudenten kennen lernen konnte. Allgemein ist es sehr einfach nette Leute kennenzulernen, da auch die anderen Erasmusstudenten immer sehr offen und interessiert sind Leute aus anderen Ländern kennenzulernen. Die Finnen selbst näher kennenzulernen ist etwas schwieriger. Ich würde Finnen generell eher als zurückhaltender einschätzen und auf Partys bleiben sie auch gerne unter sich. Spricht man jedoch mal einen Finnen an sind sie äußerst freundlich, hilfsbereit und interessiert.

Zu einem Aufenthalt in Finnland gehört natürlich auch ein Besuch in der Sauna, von der es in Finnland fast halb so viele gibt, wie Finnen selbst. Die meisten Studentenwohnheime haben auch eine eigene Sauna, die man umsonst benutzen kann. Außerdem gibt es zahlreiche öffentliche Saunen und im Winter ist es ein besonderes Erlebnis von der Sauna direkt in einen zugefrorenen See zu springen oder in die eiskalte Ostsee.

Von dem Stadtzentrum in Helsinki ist man in kürzester Zeit in Finnlands schöner Natur. Es gibt mehrere kleine Inseln vor der Küste die problemlos mit dem Schiff oder zu Fuß zu erreichen sind und Nationalparks, in die man leicht mit öffentlichen Verkehrsmittel kommt.

Helsinki ist außerdem ein guter Punkt um andere tolle Ausflugsziele zu erreichen. Ich bin mehrere Male mit der günstigen Fähre nach Tallinn gefahren. Auch Stockholm, die Aland Inseln und St. Petersburg sind tolle und beliebte Reiseziele, die man von Helsinki IN KURZER Zeit erreichen kann. Mein persönliches Highlight war ein Trip nach Lappland im Februar. Lappland ist bekannt für Polarlichter und Massen an Schnee. Damit hat es sich seinem Namen auch alle Ehre gemacht. Wir hatten das Glück Polarlichter sehen zu können, haben viele Schneewanderungen gemacht, sind Ski gefahren und haben eine Husky Schlittenfahrt gemacht. Auch der Kultur der finnischen Ureinwohner, der Samen, kann man in Lappland etwas näher kommen. Allgemein war der Trip nach Lappland ein einmaliges Erlebnis mit tollen Einblicken in Finnlands Kultur und Natur.

## **Fazit**

Generell würde ich jedem Studenten empfehlen ein Erasmus Semester zu machen. Es ist ein sehr guter und einfacher Weg ins Ausland zu kommen und für eine längere Zeit dort zu leben. Ich hab viele tolle Erfahrungen gemacht und nette, offene Leute aus unterschiedlichen Ländern kennengelernt. Somit habe ich auch einen sehr guten Eindruck von anderen Kulturen bekommen.

Auch Finnland kann ich für ein Erasmussemester nur ans Herz legen. Das Land investiert sehr viel Geld in die Bildung und das macht sich an den modern eingerichteten Unis bemerkbar. Außerdem kann sich fast jeder Finne gut auf Englisch verständigen und die meisten Finnen helfen bei Problemen freundlich weiter. Besonders Helsinki mit seinem vielfältigem Freizeitangebot und dem internationalem Flair ist ein gutes Ziel für einen Erasmusaufenthalt.

Es gibt eigentlich immer etwas zu unternehmen und es wird so gut wie nie langweilig, sodass der lange finnische Winter ganz schnell umgeht.