



Erasmus-Semester an der University of South-Eastern Norway



Sommersemester 2024
B.A. Lehramt Grundschule 5. Fachsemester
Gefördert über Erasmus+

Nähre Informationen dazu erhalten Sie
im Akademischen Auslandsamt der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd.

Zusammenfassung

Im Sommersemester 2024 habe ich im Rahmen von Erasmus ein Auslandsemester an der USN in Norwegen, Vestfold gemacht. Dort habe ich den Kurs „Outdoor Education and experiential learning“ belegt. In diesem Bericht möchte ich jedem der daran interessiert ist einen Einblick über meine Erlebnisse und Erfahrungen geben.

Die Zeit in Norwegen war auf jeden Fall ein Highlight meines Lebens und ich möchte jedem Mut machen, die Chance wahrzunehmen. Ich hatte selbst hohe Erwartungen an diese 5 Monate, aber gleichzeitig hatte ich auch etwas Angst. Hier kann ich schon einmal vorwegnehmen: Meine Erwartungen wurden bei Weitem übertroffen und keine meiner Sorgen sind eingetroffen.

Vorbereitungen

Ich selbst wurde schon durch vorherige Erfahrungsberichte darauf aufmerksam gemacht, dass die Vorbereitungen auf ein Erasmussemester recht zeitaufwändig sind, dass es sich aber lohnt! Dies kann ich nur bestätigen.

Zu Beginn ist es wichtig, dass man sich der doch recht frühen Anmeldefrist bewusst ist. Diese ist Ende Januar, sowohl für das darauffolgende Wintersemester als auch das Sommersemester ein Jahr später. Ich habe mich recht spontan für ein Auslandssemester entschieden und zum Glück im Januar ein Beratungsgespräch bei Frau Gruber gehabt, somit hatte ich nur knapp eine Woche, um meine Bewerbung fertigzustellen. Durch das Beratungsgespräch hatte ich allerdings alle nötigen Informationen und wusste, dass ich jederzeit nachfragen konnte.

Dass ich nach Norwegen gehen möchte, war für mich von Anfang an klar, daher habe ich mich ausschließlich über die Unis dort und deren Programme informiert. Die Informationen habe ich von der PH-Webseite „Übersicht aller Partnerhochschulen“ gefunden. In der Bewerbung konnte ich auch eine Art Priorisierungsliste angeben, in meinem Fall war die USN Platz 1 und alle anderen Norwegischen Unis darunter – Ich hätte aber auch noch andere Länder / Unis angeben können.

Nachdem ich meine Bewerbung verschickt hatte, wurde ich zu einem Interview mit Frau Becker eingeladen, dieses sollte auf Englisch geführt werden. Davor war ich schon ein wenig aufgeregt, jedoch war es ein total angenehmes Gespräch, bei dem es einfach um meine Persönlichkeit und auch um meine Englischkenntnisse ging.

Danach hieß es erstmal warten und auf eine Zusage hoffen. Diese erreichte mich Anfang April und ich bekam ein Angebot von meiner Wunschuni. Zudem bekam ich etwa einen Monat Zeit, um dieses Angebot anzunehmen.

Da ich mich für das Sommersemester beworben hatte, war es danach erstmal etwas ruhiger. Erst ab ca. Juli/August ging es dann weiter mit dem Transcript of Records, dem Online Learning Agreement und dem Grant Agreement. Diese 3 Dokumente waren mit am meisten Arbeit verbunden, aber da Frau Gruber mir stets zu Seite stand war auch das nur halb so wild. Da der Kurs an der USN vorgegeben war und 30 ECTS hatte, war die Auflistung recht einfach. An anderen Unis kann es sein, dass man sich die 30 ECTS selbstständig aus verschiedenen Modulen zusammensetzen muss.

Als alles abgeschickt war, musste ich mich dann noch einmal separat an der USN und für den Kurs bewerben. Dazu gehörten ein weiteres Motivationsschreiben und Dinge wie die Kopie meines Ausweises, etc. Die Informationen dafür bekam ich per Mail von der USN.

Im Herbst stand dann auch die Bewerbung für einen Platz im Wohnheim an. An der USN ist hierfür SSN zuständig. Man bekommt eine E-Mail mit einer Information und Anleitung zugeschickt und dadurch war der ganze Prozess tatsächlich recht leicht. Später gebe ich nochmal genauere Informationen zu den jeweiligen Wohnheimen!

Der Kurs begann zwar erst Anfang Februar, aber ich habe bereits im Dezember Informationen vom International Office durch ein Zoom-Meeting und eine Packliste für den Kurs bekommen. Darunter waren auch: Ein großer Rucksack, Isomatte und ein warmer Schlafsack.

In der ersten Woche vor Ort werden dann weitere ToDo's abgehakt: Studentenausweis aktivieren, Key Card abholen und auch der Besuch bei der Polizei um den Aufenthalt im Land „anzumelden“. Dieser wird von der Uni organisiert, ihr müsst im Vorhinein nur ein Dokument ausfüllen. Ich habe das noch vor Ort bei der Polizei gemacht, würde euch aber raten mich da nicht als Vorbild zu nehmen ;)!

Studium in Norwegen

Wie ich bereits erwähnt hatte, ist der Kurs „Outdoor Education and experiential learning“ ein Kurs, der 30 ECTS gibt. Er besteht aus zwei Modulen, welche jeweils 15 ECTS geben:

1. „Sense of place“ and teaching outdoors; places and landscapes for play, outdoor activities and experiential learning (blaues Modul)
2. Experiential learning; field biology, ecology and nature philosophy (grünes Modul)

Beide Module waren wesentlich praktischer in der Umsetzung als ich es von den deutschen Unis kenne. Über Canvas haben wir einen Stundenplan bekommen, dieser sah jede Woche anders aus, also bereitet euch auf eine sehr abwechslungsreiche Zeit ohne feste Routinen vor. Zusammenfassend kann man sagen, dass das Ziel des Kurses ist, zu verstehen was die Natur alles für „Outdoor-learning“-Möglichkeiten bietet. Viele dieser Methoden haben wir als Student*innen selbst umgesetzt und uns in

Kinder reinversetzt. Beide Module sind also sehr didaktisch aufgezogen, dennoch haben wir auch viel theoretischen Input bekommen.

Im grünen Modul lernten wir viel über Wälder, Gewässer, Pflanzen, Gesteine und Vögel. Das Modul ist also sehr naturwissenschaftlich aufgebaut, jedoch wurden die Inhalte sehr gut verständlich erklärt, so dass jede*r am Ende über ein umfangreiches Wissen über die Inhalte verfügte. Zum grünen Modul gehörten auch ein „Langzeitprojekt“ und ein zweiwöchiges Praktikum. Innerhalb des „My nature Place“-Projekts haben wir in Kleingruppen die Veränderungen an einem (selbst ausgesuchten) bestimmten Ort wöchentlich beobachtet und dokumentiert. Dort konnten wir auch das Gewässer untersuchen und zudem haben wir viel mit der „Merlin Bird ID“-App Vogelgesänge identifiziert. Während des Praktikums waren die meisten von uns im „Horten Natursenter“. Dort haben wir mit verschiedenen Klassenstufen draußen gearbeitet (Allemannsretten, Orienteering, Schnitzen, etc.). Die Prüfungsleistung im grünen Modul war eine mündliche Prüfung. Aber vor der muss man gar keine Angst haben, da sie sehr fair gestaltet ist und das allgemeine Setting sehr angenehm ist.

Im blauen Modul haben wir viel über „Friluftsliv“ gesprochen und die Möglichkeiten, die ein Outdoorbasiertes Leben bzw. ein Outdoorbasierter Unterricht bieten kann. Wir haben uns unser eigenes Eislaufsfeld gebaut, waren Langlaufskifahren und noch vieles mehr. In diesem Modul war die Abschlussprüfung eine Hausarbeit (5000-6000) Worte an der wir aber schon während des Semesters arbeiten durften und Feedback erhalten haben.

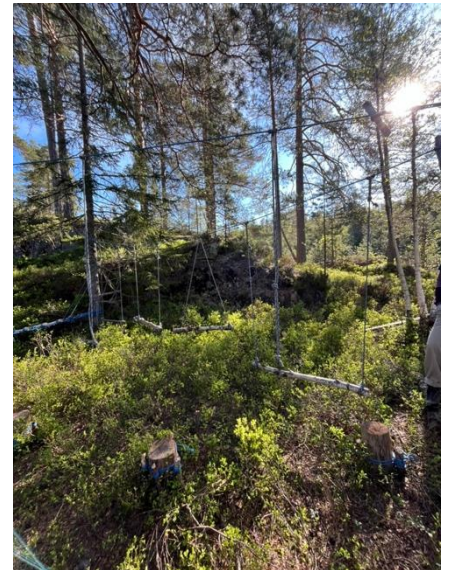
Innerhalb des Kurses waren wir auf insgesamt sechs Ausflügen mit Übernachtung und auch auf einigen Tagestrips direkt am Campus oder etwas weiter weg. Der erste Ausflug war bereits im Februar nach Lofjell zum Langlaufskifahren. Dort haben wir noch drinnen geschlafen. Bei den anderen Trips von April – Juni haben wir meistens eine Nacht draußen verbracht. Ich empfehle euch, in gute Wollkleidung, einen guten Rucksack und Schlafsack zu investieren. Aber keine Sorge, man kann sich auch noch in Norwegen gut ausstatten und ich empfehle euch an der Stelle mal die zahlreichen Sport-Outlets. Außerdem gibt es in Vestfold den „BUA“ (Horten oder Tønsberg), der viele Dinge die das „Outdoor-Herz“ begehren, kostenlos verleiht. Lasst euch einfach einen Gastaccount erstellen oder besorgt euch jemanden mit einer norwegischen Telefonnummer!



Bird ringing



Beispiel Shelter bei den Übernachtungen



Naturspielplatz bauen

Aufenthalt im Gastland:

Wohnen:

Wie ich bereits erwähnt habe, gibt es verschiedene Wohnmöglichkeiten und man bewirbt sich bereits mehrere Monate im Voraus. Wenn man sein Angebot bekommt, würde ich empfehlen dies anzunehmen, weil man sonst wieder unten auf der Liste landet und im schlimmsten Fall am Ende ohne Zimmer dasteht. Man kann wählen zwischen privaten Zimmern (Küche und Bad), Zimmern mit privatem Bad und geteilter Küche oder (ganz selten) Zimmern bei denen man sowohl Küche als auch Bad teilt.

Es gibt zwei Wohnheime auf dem Campus („Campus Vestfold“ und „Fagerlund“), eines unten in Borre („Klokkegården“), eines in Tønsberg („Kaldnes Brygge“) und noch eines in Åsgårdstrand.

Jedes Wohnheim hat seine eigenen Vor- und Nachteile. Auf dem Campus ist man näher am Geschehen und den zahlreichen Sportangeboten, in Borre näher am Strand und dem Kiwi (Supermarkt) und in Tønsberg ist man eben in der Stadt, jedoch 25 min entfernt von der Uni und dem Campus-Geschehen. In den geteilten Zimmern wird wöchentlich ein cleaning-check durchgeführt, dadurch ist es meistens sehr sauber. An allen Wohnheimen fanden regelmäßig kleinere und größere Partys statt, wenn ihr es euch jedoch etwas ruhiger wünscht, würde ich euch Klokkegården empfehlen. Dort sind die geteilten

Küchen kleiner (4 Personen ca.). Die meisten Partys waren in Fagerlund, da dort auch die Küchenräume am geräumigsten sind.

Meistens beginnen die Verträge ab Januar und Enden im Juni, da nur der „Outdoor Education“ Kurs im Februar beginnt. Manche von uns waren also schon früher da, andere haben ihren Vertrag geändert (neu beworben) und sind dafür bis Ende Juli geblieben.

Kleiner Tipp: Ladet euch die Student Sørøst App runter. Mit ihr könnt ihr euer Zimmer öffnen, ohne eure Key card. Das war bei mir zum Beispiel sehr wichtig, da ich erst am Abend angereist bin. Holt euch aber trotzdem so schnell es geht eure Key card ab, da die App leider auch manchmal spinnt.

Öffis:

Ich rate euch, euch zu Beginn ein Langzeits-/Monatsbusticket (ich hatte ein „180 days“ Ticket) zuzulegen. Dies gilt dann in ganz Vestfold und lohnt sich auf jeden Fall.

- Apps dafür sind: VY oder VKT ; Mit ihnen könnt ihr euch auch Zugtickets buchen
- Denkt daran zu erwähnen, dass ihr Studis seid, dann gibt es Vergünstigungen
- Wenn ihr ein Apple habt, braucht ihr Stand jetzt eine physische Karte (da die App nicht zugelassen ist): Diese bekommt ihr entweder in der Zentrale an der „Tønsberg Rutebilstasjon“ oder wenn ihr Glück habt, im Bus direkt (kostet 5€)
- Die Fähre Horten-Moss ist für Passagiere ohne Autos kostenlos
- Die letzten Busse fahren sehr früh (gegen 23:30) und am Feiertag erst ab 11:00, jedoch gibt es samstags einen Nachtbus

Einkaufen:

Norwegen hat verschiedene Supermärkte/Einkaufsmöglichkeiten, jedoch variieren die preislich sehr und da Norwegen generell extrem teuer ist habe ich mal eine Auflistung gemacht:

- Kiwi (direkt in Borre) ist der günstigste
- Danach folgen Rema, Coop und Extra und Spar
- Meny ist am teuersten, hat aber auch am meisten Auswahl
- Sojasoße würde ich im „Normal“ in Horten kaufen, da ist sie komischerweise am günstigsten ;)
- „Normal“ ähnelt am ehesten einem Drogeriemarkt
- „Europris“ oder Jysk kann ich euch empfehlen, falls ihr bei den „swap shelves“ an den jeweiligen Wohnheimen keinen Erfolg bei der Besteck und anderen Küchenutensilien-Suche habt

- Viele von uns waren auch oft im „vintage and waffles“ in Tønsberg (second hand store, der alles hat)
- Höherprozentigen Alkohol gibt es nur in den sogenannten „Vinmomopolets“ und ist sehr teuer; denkt an euren Ausweis, sonst seid ihr umsonst hingefahren

Zudem wird in Norwegen eigentlich immer mit Karte gezahlt, ich selbst habe nicht ein einziges Mal mit Bargeld gezahlt.

Aktivitäten und Einheimische:

An der USN gibt es ein kleines Fitnessstudio, Sportkurse (z.b. Spinning) und auch verschiedene andere Sportangebote wie zum Beispiel klettern, schwimmen, Volleyball, Badminton, Innebandy oder auch Fußball. Über die „Fit by Wix“ App erhaltet ihr Zugang, den Code bekommt ihr von den Verantwortlichen. Für ca 20€ im Semester könnt ihr daran teilnehmen. Das Fitnessstudio und die Sportkurse kosten allerdings extra, fragt da mal beim SSN-Büro in Fagerlund nach!

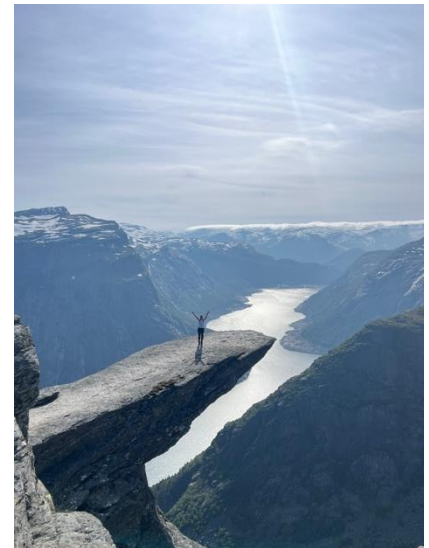
Neben dem Studium bleibt viel Zeit für Reisemöglichkeiten. Wir hatten eine Woche Winterferien, zwei Wochen Osterferien und auch sonst immer mal wieder ein paar Tage frei. Dadurch war ich in Tromsø, Bergen, Oslo, am Gaustatoppen und auf der Trolltunga. Da wir so nah an der Grenze wohnten, haben wir in Göteborg Midsommar gefeiert.



Gaustatoppen im Mai



Horten im Februar



Trolltunga im Juni

Ich würde euch unbedingt empfehlen, vom Jedermannsrecht Gebrauch zu nehmen und euch einfach ein Zelt beim BUA ausleihen und campen zu gehen, das ist auch am günstigsten! Norwegen ist für seine schönen Landschaften, Fjorde und Wälder bekannt und wenn ihr das Land besucht, würde ich diese atemberaubenden Gegenden auf jeden Fall besuchen.

Die USN selbst liegt direkt neben einem wunderschönen Wald und auch am Meer. Generell ist auch die Gegend in Vestfold unglaublich schön.

Wenn ihr an die USN geht, muss euch bewusst sein, dass ihr euch nicht für ein Stadterlebnis entscheidet! Oslo ist zwar nur eine Stunde mit dem Zug entfernt, aber grundsätzlich ist das Leben dort etwas entschleunigter. Tønsberg ist die nächstgrößere Stadt und ist größentechnisch mit Schorndorf zu vergleichen. Trotzdem gibt es auch dort die Möglichkeiten zu shoppen und zu feiern, falls ihr das gerne möchtet.

Die Norweger sind sehr hilfsbereit aber auch sehr in sich gekehrt. Also macht gerne den ersten Schritt und sprecht sie an. Gerade bei den Sportangeboten oder auf Partys kann man gut Kontakte knüpfen.