

# Ein Jahr in Finnland

---



Den Wunsch, einen Teil meines Studiums im Ausland zu verbringen, hatte ich schon sehr lange. Konkret wurde es für mich dann vor beinahe zwei Jahren als die Bewerbungsfrist für den Erasmusaustausch 2016/17 immer näher rückte. Ich kann jedem nur ans Herz legen, die Bewerbung mit etwas mehr Vorlaufzeit vorzubereiten, als ich es damals tat. Denn obwohl die Idee eines Auslandssemesters schon von Beginn des Studiums an in meinem Kopf herum schwirrte, fällte ich die endgültige Entscheidung, das Vorhaben tatsächlich in die Tat umzusetzen, sehr kurzfristig und bereitete mir damit eine Menge Stress. Kritisch für mich war vor allem das Sprachzeugnis, da die Prüfung im ZESS nur an bestimmten Terminen abgelegt werden konnte. Glücklicherweise gab es einen solchen Termin auch noch wenige Tage vor Bewerbungsschluss und besonders Dank der lieben Beratung von Frau Langsch lag meine Bewerbung schließlich vollständig und pünktlich zum Fristende im Briefkasten des Erasmus Büro. Die Checklisten auf der UMG Homepage verschaffen einen guten Überblick über die benötigten Dokumente, damit nichts vergessen wird und man sich seine Chancen nicht von vornherein verbaut.

Die Entscheidung Helsinki ganz oben auf meine Wunschliste zu setzen, war von mehreren Faktoren abhängig. Zum einen zieht es mich generell eher in den Norden als in den Süden. Von meiner Heimatstadt in Norddeutschland aus, ist es sehr einfach per Schiff nach Skandinavien zu fahren, weshalb ich in Schweden und Norwegen bereits war. Finnland hatte ich vor meinem Auslandsjahr noch nie besucht und außer der finnischen Sauna verband ich zum Zeitpunkt der Bewerbung noch nicht viel mit diesem Land. Vage Vorstellungen von einem richtigen Winter, viel Schnee und Polarlichtern reizten mich aber sehr. Außerdem war es mir wichtig, auf Englisch studieren zu können. Nachdem ich alle Erfahrungsberichte der englischsprachigen Universitäten gelesen hatte, war ich schnell von der sehr positiven Darstellung des Studierens und Lebens in Helsinki überzeugt und damit war die Entscheidung gefallen.

Zu meiner großen Freude erhielt ich kurz vor Weihnachten die Zusage der Universität Göttingen und hatte damit bereits die schwierigste Hürde gemeistert. Die Universität in Helsinki verlangt zwar eine erneute Bewerbung, aber soweit ich dies beurteilen kann, handelt es sich hierbei eher um reine Formsache. Dennoch bedeutete es für mich, das Motivationsschreiben erneut zu verfassen - diesmal auf Englisch - und es zusammen mit vielen weiteren Dokumenten auf der Bewerbungsplattform Mobility-Online hochzuladen. Die Plattform ist sehr übersichtlich gestaltet und der erneute Bewerbungsprozess daher einfach. Besonders praktisch ist, dass man sich über Mobility-Online gleichzeitig auch für das studenthousing bewerben kann. In Helsinki gibt es zwei große Unternehmen, die studenthousing anbieten – Unihome und HOAS. Wichtig ist, dass man sich nur für Unihome oder für HOAS bewerben kann und auch nur ein Wohnungsangebot bekommt. Ein zweites Angebot gibt es nicht, sodass man sich selbst eine Unterkunft organisieren muss, sollte man ablehnen.

Informationen finden sich hier: <http://www.unihome.fi/> - <https://www.hoas.fi/en>

Zum letzten großen organisatorischen Punkt, dem Learning Agreement: In vielen Berichten wird die Zusammenstellung der Kurse als sehr schwierig beschrieben. Das habe ich nicht so empfunden. Während meiner Austauschzeit waren das dritte und vierte klinische Semester optimal, um nach Finnland aufzubrechen, da die finnischen Kurse unserem Göttinger Curriculum sehr gut entsprachen. Alle in Helsinki angebotenen Kurse benötigte ich noch. Ursprünglich hatte ich geplant, das Wintersemester (mein 3. klinisches Semester) und die Frühjahrssemesterferien in Finnland zu studieren und zum Sommersemester wieder in Göttingen einzusteigen. Aus der Liste der angebotenen Kurse suchte ich also alle Kurse heraus, die in dem entsprechenden Zeitraum stattfinden sollten, und war damit schon fertig. Dann passierten leider zwei sehr unerfreuliche Dinge. Zum einen stellte die Uni Helsinki kurz vor der geplanten Abreise ihr Curriculum komplett um. Meine Planung war damit hinfällig. Die für mich wichtigen großen Kurse Chest Pain und Abdominal Problems wurden in den Sommer gelegt und damit in eine Zeit, in welcher ich längst wieder in Deutschland sein wollte. Nach kurzer Überlegung entschied ich mich schließlich dazu, das gesamte Studienjahr in Finnland zu bleiben und bin in der Rückschau sehr froh über diese erzwungene Umorientierung, da mir hierdurch ein paar weitere schöne Monate in Helsinki geschenkt wurden.

Letztlich besuchte ich folgende Kurse:

Dermatology – entspricht M4.1

Hematology – ein Teil von M3.3

Endocrinology – entspricht zusammen mit Abdominal Problems M4.3

Ophtalmology – ein Teil von M4.4

Chest Pain and Dyspnea – entspricht M3.1

Abdominal Problems – entspricht M3.2 und M4.37

Außerdem absolvierte ich noch zwei Finnisch-Kurse, die mich nach vielen Mühen immerhin dazu befähigten, häufige Alltagssituationen auf Finnisch zu meistern.

Leider kann ich beinahe keine Informationen über die aktuellen Kurse geben, da sich das Curriculum erneut geändert hat. Informationen über die angebotenen Kurse finden sich aber hier:

<https://www.helsinki.fi/en/faculty-of-medicine/studies/exchange-and-visiting-students/medical-studies>

Das zweite unerfreuliche Ereignis wandelte sich leider nicht in mehr ins Positive. Ebenfalls kurz vor Beginn des Austausches wurde allen Erasmus-Studenten mitgeteilt, dass die Erasmus Förderung nur noch für 3 Monate gezahlt werden konnte. Bei einem teuren Land wie Finnland und der langen Zeit, die ich ins Ausland wollte, war das ein großes Problem. Wer sich auf Finnland bewirbt, sollte sich daher frühzeitig mit alternativen Finanzierungsmöglichkeiten auseinandersetzen oder Erspartem nicht zu sehr hinterher trauern.

Als diese letzten Hindernisse schließlich bewältigt waren, hieß es Abschied nehmen von Familie und Freunden. Von Hamburg aus ging es mit dem Flugzeug nach Helsinki und so landete ich Ende August letzten Jahres vollbepackt und aufgeregt im finnischen Spätsommer. Bereits im Bus lernte ich eine weitere Austauschstudentin kennen, mit der ich mir den Weg vom Flughafen in Vantaa zu meinem Wohnheim in der Innenstadt bahnte.

Mein Zuhause auf Zeit lag im Studentenwohnheim Domus Academica, in dem ich mich immer sehr wohl gefühlt habe. Mir war ein kleines Einzelapartment zugeteilt worden. Dennoch habe ich mich nie einsam gefühlt. Von dem Moment an, als ich in Finnland aus dem Flugzeug gestiegen bin, habe ich kaum einen Moment allein verbracht. Die Offenheit der anderen Erasmusstudenten und das Interesse, neue Freundschaften zu schließen, war beeindruckend. In kürzester Zeit hatte ich einen sehr großen und bunt gemischten Freundeskreis. Allein in meinem Wohnheim lebten an die 300 weitere internationale Studenten und entsprechend lebhaft ging es im Domus zu. Das Wohnen in der Innenstadt empfand ich immer als sehr angenehm. Zwar war die Miete hoch, aber die Lage dafür unschlagbar. Der Strand war fußläufig zu erreichen, das große Einkaufszentrum Kamppi lag direkt um die Ecke und zum Mediziner Campus Meilahti brauchte ich mit dem Bus gerade einmal 15 Minuten.

Bereits am nächsten Tag trat ich diesen Weg zum aller ersten Mal an. Um die ersten Schritte in Finnland einfacher zu gestalten, wurde uns Internationals eine Gruppe finnischer Medizinstudenten als Tutoren an die Hand gegeben. Während eines liebevoll organisierten Willkommensabend auf der Dachterrasse der Frauenklinik und natürlich in der zugehörigen Sauna (welche sich verrückter Weise auch auf dem Dach befand) begann mit Blick über die Ostsee und die Stadt ein wunderschönes Jahr im Norden. Ich war sehr erstaunt, als ich meine neuen Kommilitonen kennenlernte. Insgesamt waren wir nur acht Studenten und auch, als sich im nächsten Semester die Gruppe ein wenig durchmischte, war unsere Gruppenstärke nie größer als neun. Da die finnischen Studenten ihren Unterricht auf Finnisch oder Schwedisch absolvierten und unser Programm komplett auf Englisch abgehalten wurde, blieben wir bis auf wenige Seminare unter uns. Entsprechend intensiv gestaltete sich das Studieren. Nachdem mit Hilfe unserer Tutoren die letzten

organisatorischen Aufgaben bewältigt und die ersten Sehenswürdigkeiten Helsinkis ausgiebig begutachtet worden waren, begann mein finnisches Studentenleben mit dem Kurs zur Dermatologie. Insgesamt hat mir das Studieren in Finnland sehr gut gefallen. Natürlich war die Qualität der Lehre wie immer auch abhängig von den entsprechenden Dozenten, aber ich habe unsere Professoren im Schnitt als sehr motiviert und studentennah kennengelernt.

Ein großer Unterschied zum deutschen System war der Stellenwert der Vorlesungen. Diese waren beinahe nicht vorhanden. Es wurde von uns erwartet, den größten Teil der theoretischen Inhalte eigenständig zu erarbeiten und anschließend in Seminaren zu diskutieren oder während des bed side learnings anzuwenden. Besonders gut hat mir das case based learning gefallen. Während der großen Module Chest Pain und Abdominal Problems wurde jeden Montag ein Patientenfall eröffnet, der im Laufe der Woche bearbeitet und dann am Freitag besprochen wurde. Unter der Woche hatten wir praktischen Unterricht, der auf das Wochenthema abgestimmt war. Für mich war das eine sehr effektive Unterrichtsform. Insgesamt lag der Fokus stark auf der klinischen Anwendung und den häufigsten Erkrankungen eines jeden Fachgebietes. Spezielles und Details standen eher im Hintergrund. Dafür mussten die wichtigsten Krankheitsbilder aber vollständig von den ersten Symptomen, über die Differentialdiagnosen bis hin zur Therapieplanung beherrscht und in den Prüfungen im Freitext auf konkrete Patientenfälle angewendet werden. Diese Freitextklausuren habe ich als herausfordernd, aber auch bereichernd für mein Lernverhalten empfunden. Ungewohnt war die 100 prozentige Anwesenheitspflicht. Wer fehlte, musste als Ausgleich einen Essay schreiben oder eine Präsentation einreichen. Diese Regelung wirkte abschreckend und kaum einer blieb dem Unterricht fern.

Leider gab es kurz vor unserer Ankunft größere Budgetkürzungen der Universität Helsinki. Diese waren ursächlich für die Stress erzeugende Änderung des Curriculums vor dem Aufenthalt und erzeugte auch während meiner Zeit in Finnland einige Turbulenzen. Glücklicherweise beschränkten sich die Auswirkungen größtenteils auf das erste Semester. Insbesondere der Stundenplan unseres Hämatologie Kurses war stark ausgedünnt und auf Nachfrage wurden wir immer wieder auf das fehlende Budget verwiesen. Ich habe diese Situation als unbefriedigend empfunden, aber glücklicherweise blieb Hämatologie die Ausnahme und bereits im Frühjahr hätte ich mir im Gegenteil das ein oder andere Mal etwas mehr Freizeit gewünscht. Dafür war der Unterricht großartig und einmalige Erlebnisse, wie das Zuschauen bei einer Herztransplantation entschädigten für das volle Studienprogramm und die langen Tage im Krankenhaus. Wie sich die Studiensituation für Austauschstudenten in Helsinki in Zukunft entwickelt, war bei meiner Abreise nicht absehbar.

Trotz der guten Lehre war ich über jeden Moment freier Zeit, den ich selbst gestalten konnte, sehr glücklich. Die Zeit in Finnland habe ich als sehr intensiv erlebt. Kein Tag glich dem anderen, was vor allem auch an meinen Freunden lag. Ich habe es sehr genossen, Teil einer fachlich und kulturell durchmischten Gruppe zu sein. Zusammen mit meinen Freunden habe ich Helsinki und Finnland erkundet, aber dank ihnen auch viel über das Leben und den

Alltag in anderen europäischen und nicht europäischen Ländern gelernt - für mich eine große Bereicherung.

Einen bestimmenden Raum in unserer Freizeitgestaltung nahm das Erasmus student network (ESN) ein. Gerade zu Beginn haben wir uns keine Veranstaltung entgehen lassen und geboten wurde vieles. ESN organisiert neben günstigen Partys, auch Ausflüge in die Nationalparks, Stadtführungen, sportliche Aktivitäten und als Highlights jeden Semesters, die größeren Reisen nach Lappland und Russland. Gerade im teuren Helsinki ist ESN eine gute Anlaufstelle, um günstig eine Menge Spaß zu haben und viele internationale Studenten kennen zu lernen.

Einigen weiteren Aktivitäten ging ich regelmäßig nach. Mit einem internationalen Runningclub bin ich einmal wöchentlich auf unterschiedlichen Routen durch Helsinki und das Umland gelaufen. Es war schön, sich sportlich zu betätigen und gleichzeitig das neue Zuhause zu erkunden. Im Winter meldete ich mich zusätzlich beim Unisport an. Verwöhnt von den sehr günstigen Sportangeboten in Göttingen, musste ich hierfür etwas tiefer in die Tasche greifen als gewohnt, aber gerade nach einem langen Tag im Krankenhaus und winterlichen Temperaturen vor der Tür, war es erholend sich zuerst zu verausgaben und danach in der Sauna aufzuwärmen. Außerdem war ich Mitglied im Studentenchor Äänenkannattajat. Der Chor ist zwar primär international ausgerichtet, hat aber auch viele finnische Mitglieder. Da mein Umfeld sehr von anderen Erasmusstudenten geprägt war und sich die Finnen leider nicht gerade auf den Veranstaltungen der Austauschstudenten tummelten, war ich froh, dass mir der Chor nicht nur unglaublich lustige Proben und zwei schöne Konzerte bescherte, sondern endlich auch ein paar finnische Freunde. Generell sind die vielen Uni-Clubs eine gute Möglichkeit, aus der Erasmusblase herauszukommen und Kontakt zu finnischen Studenten zu finden.

Ein Tipp an alle zukünftigen Wahlfinnen ist, sich Zeit zum Reisen zu nehmen. Helsinki ist die perfekte Ausgangsbasis, um den Norden und das Baltikum zu bereisen. Ich habe weite Teile Finnlands erkundet, war zwei Mal hoch im Norden in Lappland und habe St. Petersburg, Stockholm und Tallin besichtigt. Besonders die Zeit in Lappland war überwältigend - Polarlichter, Hundeschlitten und Schnee soweit das Auge reicht. Den Heimweg vor Weihnachten habe ich im Auto durch das Baltikum bestritten und die endgültige Heimkehr im Sommer zusammen mit meiner französischen Kommilitonin und einem Zelt durch Norwegen, Dänemark und Belgien. Es war sehr praktisch, dass mein Göttinger Mitstreiter für das Herbstsemester mit dem Auto nach Helsinki gefahren war. Daher war es leicht, an den Wochenenden aus der Stadt zu fahren und ein paar Tage in einer der finnischen Ferienhütten zu verbringen. Idyllisch am See gelegen, war es im Mökki immer sehr gemütlich und erholend.



Zuletzt einige wenige Worte über die Finnen und ihr Land. Es gibt viele Klischees. Verschlossen und schüchtern sollen sie sein und sich ständig in der Sauna aufhalten. Die Saunaverrücktheit ist eine Tatsache. So gut wie jedes Gebäude ist mit einer Sauna ausgestattet und das Saunieren gehört zum Alltag. Den typischen Finnen findet man dagegen nicht so schnell. Ich habe kaum verschlossene Finnen kennengelernt, dafür aber viele herzensgute und sehr authentische Menschen. Das Land an sich ist wunderschön. Die finnische Natur ist vielerorts unberührt und wild und 188000 Seen bieten mehr als genügend Ausflugsziele.

Fazit - Ich kann jedem, der mit dem Gedanken spielt, ins Ausland zu gehen, nur raten, es zu tun. Das Jahr in Finnland war für mich eine sehr intensive und schöne Erfahrungen. Neben all den einmalige Erinnerungen bin ich auch dankbar für die persönliche Entwicklung, die in dieser Form Zuhause und in meinem gewohnten Umfeld nicht möglich gewesen wäre. Es bleibt mir nur Danke zu sagen. Kiitos paljon!

