

Vier Monate in Finnland – Vitamin D zum Frühstück, Sauna nach dem Abendessen

Als im Herbst 2015 die Bewerbungsfrist für das Erasmus Programm (meist Anfang Dezember) immer näherkam, musste ich meine vagen Vorstellungen und Wünsche eines Semesters im Ausland konkretisieren. Plötzlich war ich mit allerhand Entscheidungen konfrontiert: Welcher Zeitraum würde am besten in meinen Studienverlauf passen? Wo möchte ich denn überhaupt hin und welche Sprachkenntnisse benötige ich dafür? Obwohl es letztlich eine sehr persönliche Entscheidung ist, hat mir das Erasmus Office der Universitätsmedizin in Göttingen und die Erfahrungsberichte der ehemaligen Teilnehmer dabei sehr viel weitergeholfen. Für mich kamen nur Städte infrage, in denen die Lehre auch auf Englisch angeboten wird. Das engte die Auswahl sehr ein; daher beschloss ich Helsinki auf meiner „Wunschliste“ auf Platz eins zu setzen, Innsbruck auf Platz zwei. Es ist hilfreich, sich ein paar Wochen Zeit für die Bewerbung zu nehmen, da es tatsächlich recht viel Arbeit ist alles zusammenzusammeln und auch das Verfassen eines aussagekräftigen Motivationsschreibens geschieht nicht im Handumdrehen. Göttingen International (Einrichtung, die Erasmus+ Verträge ausarbeitet) und das oben schon erwähnte Erasmus Office stellten dafür frühzeitig Checklisten zur Verfügung, sodass das alles halb so wild ist, wie man erst denken könnte. Die Bürokratie sollte kein Hindernis sein, es ist auf jeden Fall wert, sich da durchzukämpfen. Das Erstellen eines Learning Agreements ist dabei die größte Herausforderung. Man muss den Modulplan von der Gastuniversität mit dem hiesigen vergleichen und prüfen, wie man was anrechnen lassen könnte, aber auch hier wird einem viel geholfen. Mein Plan war es, im Großteil meiner Zeit in Helsinki mit ein so genanntes „Clinical Elective“ zu absolvieren, was einer Famulatur oder einem Blockpraktikum sehr ähnlich schien und auch als solches angerechnet werden könnte.

Kurz vor Weihnachten kam dann die Zusage per Mail; Helsinki konnte also nun wirklich wahr werden! Ich war zuvor noch nie in Finnland gewesen und freute mich riesig auf das Abenteuer Erasmus. Der Zeitraum meines Aufenthalts war 31. August bis 17. Dezember, was in Helsinki ein ganzes Semester ist. Ich wollte nicht ein ganzes Jahr gehen; dafür gefiel es mir in Göttingen zu gut. Empfehlenswert ist es auf jeden Fall, im Herbst zu starten, da die meisten Erasmus Studenten dann beginnen und dementsprechend etwas geboten ist. Nach einem persönlichen Gespräch im Januar mit Prof. Oppermann und Frau Langsch, bei welchen man nochmals das Learning Agreement bespricht, blieb das Frühjahr recht vorbereitungsarm. Erst im Mai kam von der Uni Helsinki die Aufforderung, sich online für die Uni zu bewerben. Tatsächlich muss die Gastuniversität auch noch zustimmen. Die Sorgen, dass nun plötzlich doch alles nicht klappt, sind übertrieben, da man eigentlich immer angenommen wird. Schön an der Bewerbung in Helsinki war (außer dass nochmals ein Motivationsschreiben auf Englisch gewünscht war) die gleichzeitige Bewerbung für einen möblierten Wohnheims Platz. So hatte man mit Zusage der Uni Helsinki auch direkt ein Dach über dem Kopf. Leider kam es Mitte Juni noch zu einer „bösen Überraschung“: Wegen Kürzungen im Budget der Universität zu Helsinki wurde auch das Kursangebot für internationale Studierende stark reduziert. So konnte ich keine „Clinical Electives“ machen und wählte „gezwungenermaßen“ die Kurse Dermatology, Hematology und Endocrinology. Außerdem einen Finnisch Kurs und zwei Forschungskurse. Das bedeutete nochmals allerhand Arbeit, da immer drei Unterschriften (Heimuniversität, Gastuniversität, Student) unter dem Learning Agreement benötigt werden – ärgerlich, aber machbar. Ansonsten war in der Vorbereitung nur noch ein 45-minütiger online Englisch Sprachtest und das Unterschreiben des „Grant Agreements“ (Erasmus Vertrag) erforderlich.

Mitte August konnte das Abenteuer dann beginnen. Zusammen mit einem Freund aus Göttingen, der ebenfalls in Helsinki Erasmus machte, fuhren wir mit dem Auto durch Dänemark und Schweden in Richtung Stockholm, von wo aus wir die Fähre nach Turku in Finnland nahmen. Zwei Wochen nahmen wir uns zeltend und Kanu fahrend dafür Zeit. So konnten nochmal so richtig Sonne tanken, wissend, dass uns der finnische Winter bevorstand. Zwei Tage vor Beginn des Semesters erreichten

wir Helsinki. Von meiner Wohnung war ich sehr positiv überrascht. Zwar lag sie etwas außerhalb, doch nette belgische und niederländische Mitbewohner, ein hübsches neu möbliertes Zimmer mit Aussicht über finnischen Kieferwald und direkter Bahnanschluss zur Innenstadt (12 Minuten Fahrzeit) ließen die happige Miete von 415€ pro Monat fast vergessen.

In den ersten Tagen in der finnischen Hauptstadt musste man sich natürlich erstmal zurechtfinden, obwohl Helsinki keine Millionenstadt ist, ist das das Leben dort im Vergleich zu Göttingen doch sehr großstädtisch. Von Seiten der medizinischen Fakultät aber gibt es „Exchange Tutors“, finnische Medizinstudenten, die sich um die Austauschstudenten kümmern. Unser erstes Treffen fand natürlich in einer Sauna statt – mit Blick über Helsinki, die Ostsee und das Umland einfach herrlich. Insgesamt waren wir acht Austauschmediziner, vier davon „leider“ deutsch. Doch diese Gruppe und vor allem die Tutoren sind gerade zu Beginn sehr hilfreich um sich durch die finnische Bürokratie zu kämpfen und gemeinsam etwas zu erleben. Am nächsten Tag stand uns nämlich die Welcome Fair für Erasmus Studenten bevor, auf welcher wir lange sechs Stunden verbrachten. Man kann sich das vorstellen wie „Das Haus, das Verrückte macht“ von Asterix und Obelix. Dennoch war gerade diese Anfangszeit sehr schön – das Wetter zeigte sich spätsommerlich und die Studenten waren unternehmungslustig, denn die Klausuren lagen noch weit vor uns. Ich werde nun zunächst von den medizinischen Kursen, also dem Studium selber berichten und abschließend von dem Leben in Finnland auf Zeit.

Alle acht Austauschstudenten an der medizinischen Fakultät zu Helsinki, die zu einen der besten in Europa gehört, belegten dieselben Kurse, das Kursprogramm auf Englisch ließ uns nicht so viel Auswahl. Finnische Studenten studieren in der finnischen Sprache, die keiner von uns fließend sprach, daher bietet die Universität englische Kurse an. Wie ich aber oben bereits erwähnt habe, kam es im Sommer bevor wir anreisten, zu massiven finanziellen und personellen Kürzungen. So hatten wir hintereinander drei verschiedene Erasmus Koordinatorinnen, was leider zu viel Verwirrung und Unklarheiten führte. Und auch das Kursangebot wurde gekürzt, was wir als sehr schade empfanden. Bleibt zu hoffen, dass das in Zukunft wieder besser wird. Unsere Tutoren bekräftigten, dass sie sich dafür einsetzen wollen. In Finnland wird studentische Mitbestimmung sehr groß geschrieben, daher kann man da zuversichtlich sein. Wirklich schlimm war das Ganze aber nicht für uns. Die Kurse selber waren alles in allem sehr gut. Natürlich ist auch das abhängig von den Modulkoordinatoren. Vorlesungen hatten wir kaum auf Englisch und so war sehr viel Selbststudium gefordert. Seminare und Untersuchungskurse waren also die Hauptunterrichtsform. Zum Teil wurden diese auch zusammen mit finnischen Studenten angehalten, aber allgemein bleibt man eher unter sich. Um finnische Studenten kennenzulernen, kann man sich in Tandem Projekten engagieren oder an studentischen Clubs teilnehmen. Erstaunlich an den Untersuchungskursen, die alles in allem genau wie die deutschen sind, war, dass auch ältere finnische Studenten erstaunlich gut Englisch sprachen. Das war für uns natürlich von großem Vorteil. Die Kurse waren sehr praxisorientiert und angewandt klinisch. Zum Teil hatten wir den ganzen Tag Kurse (z.B. Dermatologie und Endokrinologie), zum Teil aber auch nur drei Veranstaltungen pro Woche (z.B. Hämatologie). Ungewohnt war die hundertprozentige Anwesenheitspflicht, die in Finnland normal ist. Zu den Klausuren ist noch zu sagen, dass hier Freitextaufgaben Standard sind. Das erfordert eine ganz andere Herangehensweise, die ich als sehr herausfordernd empfand. Auch vom Stoffumfang wird hier viel gefordert. Ansonsten belegte ich noch zwei forschungsorientierte Kurse, Mikroskopie und „Next Generation Sequencing“. Eine interessante und angenehme Abwechslung war das zu den klinischen Kursen und das ermöglichte das kennenlernen von „Transmed“ Studenten, einem Masterprogramm der Uni Göttingen. Diese kann man in Göttingen natürlich nicht anrechnen lassen, aber bei Interesse oder Planung einer experimentellen Doktorarbeit durchaus lohnenswert. Zuletzt sei der Finnisch Kurs erwähnt, der speziell für Austauschstudenten angeboten wird. Zu erwarten, danach die komplizierte

finnische Sprache zu beherrschen, ist utopisch, aber einfache Konversationen oder das Verstehen von Schildern ist im Laufe der Zeit durchaus drin.

Nun zum Leben als Austauschstudent in Helsinki: Ich muss sagen, dass ich während der knapp vier Monate, die ich dort verbrachte, keinen wirklichen Alltag hatte. Jede Woche und jeder Tag waren in irgendeiner Form anders. Denn in der begrenzten Zeit möchte man natürlich möglichst viel mitnehmen. Das ist aufregend und spannend, aber auch anstrengend und teuer.

Ich versuche dennoch, kurz die regelmäßigen Abläufe zu beschreiben. Von meiner Wohnung waren es etwa sechs Kilometer zur Universitätsmedizin. Im September bestritt ich diese mit einem günstig erworbenen Fahrrad, das für den früh einfallenden Winter aber nicht geeignet war. So fand ich mich schon bald jeden Morgen und jeden Abend 30 Minuten im Bus sitzend wieder. Da gewöhnt man sich dran, das Semesterticket ist spottgünstig, aber manchmal wirkten die Fahrten doch sehr lang. Positiv überrascht war ich von den finnischen Mensen, die im Vergleich zum Rest des Landes mit 2,60€ für ein Mittagessen mit Salat und Getränk (Milch!) sehr günstig und lecker waren. Einmal pro Woche nahm ich an einem „Running Club“ teil, der speziell für internationale Studenten war. Ebenso war ich in einem internationalen Chor. Hier wurden speziell internationale Lieder geprobt, die für ein sehr schönes und abwechslungsreiches Weihnachtskonzert sorgten.

Aus folgenden Gründen war der Rest des Aufenthaltes alles andere als regelmäßig: ESN (Erasmus Student Network) organisiert viele Events. Dazu gehören neben Partys und Pub Crawls aber auch Museumsführungen oder Sportaktivitäten. Und natürlich werden Kurztrips nach St. Petersburg, Stockholm, Tallin und Lappland angeboten, die man allesamt nicht verpassen sollte. Gerade der Lappland Ausflug im Dezember mit Nordlichtern, Polarnacht und Schlittenhunden war für mich eines der schönsten Erlebnisse in Finnland. Außerdem besuchten mich viele Freunde aus Deutschland, mit denen ich dank Auto auch das finnische Hinterland erkunden konnte. Über „AirBnb“ lassen sich unkompliziert wunderschöne abgelegene Holzhütten direkt an einem der zweihunderttausend finnischen Seen mieten. Sauna, Kachelofen und ein eigenes Boot sind meist dabei. Das ist dann einfach Finnland wie man es sich vorstellt. Schön war auch, dass wir in unserem Freundeskreis vor Ort theologische, physikalische und medizinische Kreise aus ganz Europa und sogar Russland vereinen konnten. Die Sicht auf Europa und auch auf Deutschland ist danach eine ganz andere.

Zu Finnland selber kann man sagen, dass ein Kulturschock eigentlich ausbleibt, da auch dort die westliche Kultur voll und ganz gelebt wird. Die verwirrende und zum Teil süß klingende Sprache („katastrofi“) und die tatsächlich gelebte Saunakultur – bei 5 Millionen Einwohnern gibt es 2,5 Millionen Saunen – machen zusammen mit der atemberaubenden Natur das Land aber zu einer tollen Erfahrung. Die Preise sind happig, gerade bei importierte Waren (z.B. Tomaten) und Alkohol schlackern einem teilweise die Ohren. So wird aus dem estnischen Nachbarland gerne auch viel importiert, die Fähre nach Tallin ist sehr günstig. Die Finnen selbst erlebte ich als sehr höflich und freundlich, längst nicht so verschlossen wie oft dargestellt, aber auch sehr stolz auf ihr Land.

Nach vier unvergesslichen Monaten neigte sich Mitte Dezember das kurze und intensive Semester dann auch schon dem Ende zu. So machten wir uns an die Heimreise. Über Estland, Lettland, Litauen und Polen fuhren wir eine Woche lang auf erlebnisreicher Strecke über die Weihnachtsmärkte des Baltikums wieder zurück nach Deutschland – absolut lohnenswert.