

Erfahrungsbericht: Auslandssemester - Stockholms Universität

Sommersemester 2025

Ich studiere Kognitionswissenschaft im Bachelor und habe mein Auslandssemester in meinem 6. Fachsemester an der **Stockholm University** in **Stockholm, Schweden**, gemacht.

Auslandssemester – Sommersemester 2025

Ein Grund dafür, mein Auslandssemester im Sommersemester 2025 zu machen, war, dass ich wollte, dass die Tage während meines Aufenthalts nach und nach länger werden. Außerdem hat sich das 6. Semester meines Bachelorstudiums ideal angeboten, um Kurse für Überfachliche Kompetenzen im Ausland zu belegen.

Der Beginn des Auslandssemesters war allerdings recht stressig, da ich bereits im Januar 2025 nach Stockholm gezogen bin, während das Wintersemester in Tübingen noch nicht vollständig beendet war. Glücklicherweise haben mir meine ProfessorInnen und DozentInnen alternative Prüfungsmöglichkeiten angeboten, sodass ich alle Kurse des Wintersemesters abschließen konnte, obwohl ich den Prüfungszeitraum in Tübingen verpasst habe. Im Nachhinein war es dennoch eine sehr gute Entscheidung, im Sommersemester zu gehen, da man so die kürzesten, gemütlichen Wintertage im Januar und die ewig langen Sommertage im Juni in Schweden erleben kann.

Vorbereitung

Objektiv betrachtet ist die Universität Stockholm nicht die optimale Wahl für Bachelorstudierende im Bereich Informatik bzw. im Fach Kognitionswissenschaft, da dort alle Informatik-Bachelor-Kurse nur auf Schwedisch angeboten werden. Gleichzeitig fehlen einem als Bachelorstudierende noch die Voraussetzungen für die Masterkurse. Das hat meine Kurswahl anfangs ziemlich erschwert und kompliziert gemacht. Dennoch waren fast alle Ansprechpartner sowohl in Stockholm als auch in Tübingen sehr bemüht, eine Lösung zu finden, sodass ich am Ende doch noch passende Kurse wählen konnte. Für mein Fach Kognitionswissenschaft habe ich schließlich 50 % meiner Kurse am **Department of Computer and Systems Sciences (DSV)** und 50 % am **Department of Psychology** belegt (da man den Großteil seiner Kurse an dem Department belegen muss, an dem man von der Heimat-Universität nominiert wurde – wichtig bei der Kurswahl zu beachten!).

Anreise

Ich bin mit dem Flixtrain von Stuttgart nach Berlin gefahren und von dort mit dem Nachtzug weiter nach Stockholm. Zwar war ich dadurch ziemlich lange unterwegs, aber die Reise war

trotzdem angenehm. Ich konnte genug Gepäck mitnehmen und irgendwie fühlte sich mein neues Zuhause dadurch zwar weiter weg, aber auch wie ein ganz eigenes Leben.

Direkt am ersten Tag gab es eine Willkommensveranstaltung, bei der man die Schlüssel für das Wohnheim bekommen hat und die Gelegenheit hatte, erste Kontakte zu knüpfen. Wer mit dem Flugzeug anreist, konnte den kostenlosen Shuttle-Service der Universität nutzen, der ebenfalls eine gute Möglichkeit ist, direkt andere Studierende kennenzulernen. Ich kann nur empfehlen, sich Zeit für die Willkommensveranstaltung zu nehmen, um direkt Anschluss zu finden.

Unterkunft

Meine Unterkunft war das Wohnheim Lappis, für das ich monatlich rund 550 € bezahlt habe. Da IKEA (und generell alle Läden) in Schweden an allen sieben Tagen der Woche geöffnet haben, war es kein Problem, sich direkt am Ankunftsstag noch die nötigsten Dinge wie Decken oder Kissen zu kaufen. Die Gemeinschaftsküchen im Lappis sind sehr gut ausgestattet – ein Blick in die Küche lohnt sich also, bevor man zu viele Küchenutensilien kauft.

Mein Zimmer hatte ein eigenes Bad und die wichtigsten Möbel wie Bett, Schrank, Schreibtisch und Regal. In meinem Fall war sogar ein WLAN-Router vorhanden. Sollte das nicht der Fall sein, gibt es eine WhatsApp-Gruppe für Lappis, in der regelmäßig Router und andere Dinge günstig weiterverkauft werden. Es gibt in direkter Nähe der Wohnhäuser einen ICA Nära Lappis (Supermarkt), der jeden Tag geöffnet hat. Lappis ist außerdem bekannt für Küchenpartys, hat einen kleinen Strand („Lappis Beach“) vor der Tür, an dem man im Winter Eisbaden und Schlittschuhlaufen und im Sommer baden kann. Auch ein Waldgebiet zum Joggen, ein Sportzentrum und eine gute Busverbindung in die Innenstadt sind vorhanden. Auch wenn es auf den ersten Blick nicht wie ein Traum klingt, sich zu zwölf eine Küche zu teilen, war es für mich die beste Entscheidung nach Lappis zu ziehen. Das Leben dort ist sehr besonders (im guten Sinne), man braucht maximal fünf Minuten zu Fuß zu den meisten Freunden, da viele Erasmusstudierende auf den Lappis-Fluren wohnen, und es ergeben sich gute Küchenfreundschaften.

Studium an der Gastuniversität

Das Semester in Schweden ist etwas anders strukturiert als in Deutschland. Man macht insgesamt 30 ECTS pro Semester, die noch einmal in zwei Perioden à 15 ECTS aufgeteilt sind. Die 15 ECTS können durch einen großen Kurs oder zwei kleinere Kurse (je 7,5 ECTS) abgedeckt werden (sowohl parallel oder als Blocks möglich). Anfangs hatte ich – wie schon erwähnt – Schwierigkeiten mit der Kurswahl, aber vor Ort lief alles problemlos. Meine Kurse fanden auf Englisch statt, die ProfessorInnen waren sehr freundlich und die Atmosphäre war generell sehr locker und auf Augenhöhe.

Ein Kurs fand meistens zweimal pro Woche für je zwei Stunden statt. Am DSV wurden die Vorlesungen außerdem aufgezeichnet, sodass man verpasste Termine leicht nachholen konnte. Das DSV liegt etwas außerhalb, sodass ich von Lappis etwa eine Stunde mit öffentlichen Verkehrsmitteln dorthin brauchte. Da ich aber nur zweimal pro Woche dort Kurse hatte, war das völlig in Ordnung. Die Psychologie-Kurse „Gender Psychology“ und „Stress and Health“ am Albano Campus (näher an der Stadt) waren intensiver strukturiert und wurden in Blockform angeboten – das bedeutet, dass man nur einen Kurs gleichzeitig belegt, diesen jedoch 3–5-mal pro Woche für jeweils 2–3 Stunden besucht. Zu Beginn meines Aufenthalts habe ich einen Sprachkurs besucht – vom Niveau her eher A0, also wirklich die Grundlagen. Dort habe ich die wichtigsten schwedischen Wörter gelernt, aber auch viel über die schwedische Kultur erfahren und vor allem mit anderen Erasmus-Studenten connected.

Alltag und Freizeit

Um sich im Alltag gut zu integrieren, ist das **ESN Erasmus Student Network** sehr empfehlenswert. Für das Wohnheim musste man sowieso Mitglied der Student Union (SUS) werden, und zusätzlich bietet eine ESN-Karte viele Vorteile: Pub Crawls, Stadtführungen, Wanderungen und andere Events. Gerade am Anfang würde ich unbedingt raten, an so vielen Aktivitäten wie möglich teilzunehmen – das ist die beste Möglichkeit, neue Leute kennenzulernen.

Für die öffentlichen Verkehrsmittel gibt es die **SL-App**, über die man 30- oder 90-Tage-Tickets kaufen kann. Ein Semesterticket gibt es nicht, aber Studierende bekommen ermäßigte Preise, sobald sie Mitglied der Student Union sind.

- Ein gebrauchtes Fahrrad zu kaufen, hat mein Lebensgefühl noch einmal deutlich verbessert: empfehlenswert die Läden „JUSTaBIKE“ oder „Rebicycle Albano“
- Zum Einkaufen ist **Lidl** immer die günstigste Alternative (davon gibt es mehrere über die ganze Stadt verteilt).
- In Schweden wird so gut wie nie mit Bargeld bezahlt, also sind Kreditkarte oder Apps wie Revolut hier sehr praktisch.
- Tolle Cafés und Bäckereien: Valhalla Bageriet, Bullar & Bröd und Svedjan Bageriet.
- Für eine authentische Fika (schwedisches Kaffee und Kuchen) lohnt sich ein Ausflug nach Vaxholm, besonders Camilles Trädgård ist ein Highlight.
- Second-Hand-Läden: Myrorna und Humana
- Mit der Piffl-App kann man sich kostenlos Spiele, wie Wikingerschach oder Spikeball, an Stationen direkt auf dem Campus oder am Albano-See ausleihen.

Viele meiner Freunde haben ihr Wohnheimzimmer noch zwei Wochen länger behalten, um Mittsommer in Schweden zu feiern – etwas, das ich leider verpasst habe. Deshalb würde ich

empfehlen, sich nach dem Semester ein bisschen Pufferzeit freizuhalten, um an solchen besonderen Erlebnissen dabei zu sein, noch länger das Leben in Stockholm zu genießen oder mit den neuen Freunden etwas zu reisen.

Fazit

Eine meiner schönsten Erfahrungen war, mit Freunden ein kleines Sommerhaus außerhalb von Stockholm zu mieten und dort eine Woche zu verbringen. Das hat mir noch einmal eine ganz andere Seite von Schweden gezeigt. Schlechte Erfahrungen habe ich keine gemacht. Alle organisatorischen Schwierigkeiten am Anfang waren es absolut wert, und ich würde diese jederzeit wieder in Kauf nehmen.

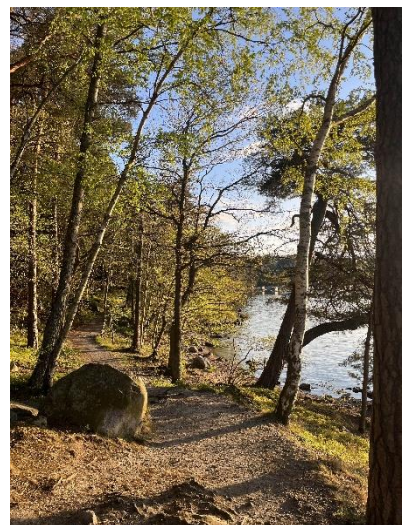
Alles in allem hat mir das Semester unglaublich viel gegeben – ich habe großartige Menschen kennengelernt, neue Kulturen erlebt und viel Freiheit und Flexibilität gewonnen. Ich kann nur jedem empfehlen, ein Auslandssemester zu machen, weil es den eigenen Horizont enorm erweitert und einem die Chance gibt, für eine gewisse Zeit ein ganz anderes Leben zu führen.



Skinnarviksberget



Konzerte – Gröna Lund



Natur um Lappis



Nordlichter am Lappis Beach