

Erfahrungsbericht – Auslandssemester an der Stockholm University (SS 2026)

Vorbereitung und Organisation

Die Planung meines Auslandssemesters begann bereits fast ein Jahr vor dem eigentlichen Aufenthalt (2.Mastersemester). Da das schwedische Frühjahrssemester bereits Mitte Januar startet, musste die Bewerbung schon lange im Voraus erfolgen. Zunächst war ich unsicher, ob ich mein Auslandssemester im Winter- oder im Sommersemester absolvieren sollte, da der Aufenthalt im Sommersemester für mich ein zusätzliches Semester Studium bedeutete. Im Nachhinein war diese Entscheidung jedoch genau richtig – und ich habe sie keine Sekunde bereut. Warum das so ist, wird sich im Verlauf dieses Berichts noch zeigen.

Vor der Abreise mussten noch einige organisatorische Dinge erledigt werden. Dazu gehörten insbesondere das Learning Agreement, die Bewerbung für einen Wohnheimplatz sowie die Planung, welche Veranstaltungen ich parallel noch an der Universität Tübingen absolvieren würde.

Für die Unterkunft kann ich die Bewerbung auf einen Wohnheimplatz nur empfehlen. Zwar habe ich auch einige Erasmus-Studierende kennengelernt, die privat eine Unterkunft gefunden haben, allerdings spielt sich das studentische Leben größtenteils in den Wohnheimen ab. Wer am Department of Computer and Systems Sciences (DSV) in Kista studiert, sollte jedoch beachten, dass Wohnheime wie Lappis oder Albano rund 50 Minuten mit den öffentlichen Verkehrsmitteln vom Campus entfernt liegen. Die Verbindung ist unkompliziert und erfordert meist nur einmaliges Umsteigen, dennoch kann das tägliche Pendeln auf Dauer etwas anstrengend werden.

Ich selbst habe in Lappis gewohnt und würde mich jederzeit wieder dafür entscheiden. Zwar verlief das Zusammenleben im Korridor nicht immer problemlos – insbesondere die Gemeinschaftsküche, die man sich mit bis zu neun weiteren Personen teilt, war häufig ziemlich schmutzig –, dennoch überwogen für mich eindeutig die Vorteile. Ein kleiner Supermarkt und ein Restaurant waren in weniger als fünf Minuten zu Fuß erreichbar, wodurch der Alltag deutlich einfacher wurde. Außerdem war rund um Lappis immer viel los. Nach Veranstaltungen fuhren viele Studierende gemeinsam zurück, sodass man selten alleine unterwegs war. Auch zahlreiche Veranstaltungen des ESN (Erasmus Student Network) fanden auf dem nahegelegenen Frescati-Campus statt. Gleichzeitig ist Lappis mit Bus und Metro hervorragend an die Innenstadt angebunden.

Ich würde außerdem empfehlen, nicht zu viele Dinge für das Zimmer aus Deutschland mitzunehmen. Oft hinterlassen Vormieter bereits Küchenutensilien oder andere nützliche Gegenstände. Alles Fehlende lässt sich problemlos bei IKEA kaufen, der in Schweden sogar sonntags geöffnet hat. Zusätzlich gibt es verschiedene WhatsApp-Gruppen, in denen Bewohner Möbel oder Haushaltsgegenstände günstig weiterverkaufen, sowie einen kleinen "Kostnix"-Bereich auf dem Gelände, an dem kostenlos Dinge mitgenommen werden können.

Auch das Learning Agreement war anfangs etwas verwirrend. Der Flyer, den man vorab per E-Mail erhält, bietet zwar bereits einen guten Überblick über mögliche Kurse, allerdings sollte man bedenken, dass dieses Angebot noch nicht endgültig ist. Es lohnt sich deshalb, zusätzlich selbst auf der Website nach weiteren Kursen zu suchen.

Da mein Semester in Stockholm bereits begann, während das Wintersemester in Tübingen noch lief, belegte ich dort parallel lediglich ein Forschungsprojekt sowie einen 3-ECTS-Kurs.

Beide Veranstaltungen ließen sich problemlos remote bearbeiten, sodass sich die zusätzliche Belastung gut mit meinem Aufenthalt in Schweden vereinbaren ließ.

Studium an der Stockholm University

Das Studium in Schweden ist etwas anders aufgebaut als in Deutschland. Insgesamt werden pro Semester 30 ECTS erbracht, die in zwei Studienperioden mit jeweils 15 ECTS unterteilt sind. Diese 15 ECTS können durch zwei kleinere Kurse mit jeweils 7,5 ECTS erreicht werden.

Bei der Kursplanung sollte man berücksichtigen, dass die Stundenpläne deutlich flexibler sind als in Deutschland. Die Veranstaltungen finden oft an unterschiedlichen Wochentagen und zu wechselnden Zeiten statt, wodurch Überschneidungen entstehen können. Glücklicherweise besteht nicht in jeder Veranstaltung Anwesenheitspflicht. Falls es dennoch zu Konflikten kommt, lohnt es sich, die Dozierenden direkt anzuschreiben. Meine Erfahrung war durchweg positiv – alle Professorinnen und Professoren waren sehr hilfsbereit und erklärten genau, welche Termine wichtig sind und welche Inhalte sich problemlos nacharbeiten lassen.

Die Atmosphäre an der Universität empfand ich insgesamt als sehr angenehm. Der Umgang zwischen Studierenden und Lehrenden war deutlich lockerer als ich es aus Deutschland gewohnt war. Auch die Prüfungen an sich empfand ich als leichter als in Tübingen.

Zusätzlich belegte ich einen Schwedischkurs. Dieser war zwar eine gute Gelegenheit, weitere Erasmus-Studierende kennenzulernen, allerdings wurde der Stoff sehr schnell behandelt und die Unterrichtseinheiten fanden häufig spät am Abend statt. Dadurch blieb sprachlich leider weniger hängen, als ich mir erhofft hatte.

Anreise

Ich entschied mich bewusst gegen das Flugzeug und reiste mit der Bahn nach Stockholm. Die Verbindung verlief über Stuttgart und Hamburg, von dort aus ging es mit dem Nachtzug weiter nach Stockholm. Die Reise funktionierte deutlich besser als erwartet und hatte den Vorteil, dass ich wesentlich mehr Gepäck mitnehmen konnte als bei einer Flugreise.

Direkt am Anreisetag fand bereits eine Willkommensveranstaltung statt, bei der man den Schlüssel für das Wohnheim erhielt und gleichzeitig die ersten anderen Austauschstudierenden kennenlernen konnte. Rückblickend war das der perfekte Start in das Auslandssemester.

Freizeit und studentisches Leben

Gerade in den ersten Wochen würde ich jedem empfehlen, möglichst viele Veranstaltungen des Erasmus Student Networks (ESN) mitzunehmen. So findet man unglaublich schnell Anschluss und lernt Menschen aus den unterschiedlichsten Ländern kennen. Auch das DSV organisiert eigene Einführungsveranstaltungen für Austauschstudierende, wodurch man zusätzlich Kontakte innerhalb des Studiengangs knüpfen kann.

Eine klassische Mensakultur wie in Deutschland gibt es in Schweden kaum. Die meisten Studierenden bringen ihr Essen selbst mit, weshalb Meal-Prepping schnell zum Alltag gehört.

Neben dem Studium engagierte ich mich als Betreuer im Language Café. Dort konnte man sich mit anderen Studierenden austauschen, neue Leute kennenlernen oder einfach eine Sprache üben. Das Engagement war völlig freiwillig und dadurch sehr unkompliziert.

Außerdem hatte ich die Möglichkeit, an der Naturwissenschaftlichen Studierendenvereinigung (NF) teilzunehmen. Erasmus-Studierende dürfen dort nur Mitglied werden, wenn nicht genügend schwedische Erstsemester dabei sind. Dadurch erhielt ich einen spannenden Einblick in das schwedische Studentenleben und viele Traditionen, die man als normaler Austauschstudent sonst wahrscheinlich nicht kennenlernen würde. Besonders die regelmäßigen Spiele- und Pubabende kann ich sehr empfehlen.

Alltag und praktische Tipps

Im Alltag wird man schnell feststellen, dass in Schweden nahezu alles über Apps organisiert wird – von der Studentenkarte bis zur Buchung der Waschmaschinen. Besonders hilfreich ist die SL-App für den öffentlichen Nahverkehr.

Außerdem kann ich ein Konto bei Revolut empfehlen. In Schweden wird nahezu ausschließlich bargeldlos bezahlt. Gerade wenn Gebühren für Fremdwährungszahlungen anfallen würden, ist Revolut eine praktische Lösung. Gleichzeitig nutzen viele Studierende Revolut statt PayPal, insbesondere wenn gebrauchte Möbel oder Haushaltsgegenstände untereinander verkauft werden.

Weitere Tipps:

- To Good To Go funktioniert auch in Stockholm hervorragend.
- Lidl gehört zu den günstigsten Supermärkten.
- Für viele universitätsinterne Systeme wird eine sogenannte **T-Nummer** benötigt. Diese ersetzt die schwedische Personenummer für internationale Studierende und ist unter anderem im Ladok-System (lernt ihr noch kennen) zu finden.
- In Schweden ist es üblich, dass persönliche Informationen wie Wohnadresse oder teilweise sogar Einkommen öffentlich einsehbar sind. Deshalb wird man bei verschiedenen Anmeldungen häufiger nach seiner Adresse gefragt.
- Viele öffentliche Toiletten sind geschlechtsneutral und als Unisex-Toiletten eingerichtet.

Stockholm erleben

Neben dem Studium sollte man unbedingt die Zeit nutzen, Stockholm und seine Umgebung zu entdecken. Besonders empfehlen kann ich, sich einfach einmal mit einem Kaffee ans Wasser zu setzen und die Atmosphäre der Stadt zu genießen.

Ein Eishockeyspiel live zu erleben war eines meiner persönlichen Highlights. Ebenso lohnt sich eine Jahreskarte für Skansen bereits ab dem zweiten Besuch. Viele von uns verbrachten dort sonnige Nachmittage oder trafen sich einfach zum Entspannen.

Sobald die Gewässer eisfrei sind, sollte man unbedingt die in der SL-Fahrkarte enthaltenen Fähren nutzen und einen Ausflug in die Schären unternehmen. Diese gehören für mich zu den schönsten Orten rund um Stockholm.

Warum das Sommersemester die richtige Entscheidung war

Rückblickend war die Entscheidung für das Sommersemester genau die richtige. Dadurch konnte ich nicht nur den schwedischen Winter erleben, sondern auch beobachten, wie Stockholm mit jedem Monat heller, grüner und lebendiger wurde. Gerade die ersten Wochen

waren oft grau und bewölkt, weshalb wir uns alle unglaublich auf den Frühling freuten. Umso schöner war es, die langen Tage, die Mitternachtssonne und schließlich den schwedischen Sommer mitzuerleben.

Zusätzlich fallen in diese Zeit viele besondere Traditionen und Feiertage wie Walpurgis oder Midsommar. Diese Feste mitzuerleben war eine einmalige Erfahrung und hat meinen Aufenthalt noch einmal deutlich bereichert.

Fazit

Mein Auslandssemester in Stockholm war ohne Zweifel eine der schönsten Erfahrungen meines Studiums. Natürlich gab es kleinere organisatorische Herausforderungen und nicht immer lief alles reibungslos – sei es bei der Kurswahl, im Wohnheim oder im Studienalltag. Rückblickend waren diese Dinge jedoch schnell vergessen.

Viel wichtiger sind die Erinnerungen, die geblieben sind: die Menschen, die ich kennengelernt habe, gemeinsame Reisen, lange Abende am Wasser, die schwedische Studentenkultur und das Gefühl, für ein halbes Jahr in einer der schönsten Städte Europas gelebt zu haben. Gerade weil ich mich für das Sommersemester entschieden habe, konnte ich den Wandel vom dunklen Winter bis zu den nahezu endlosen Sommertagen erleben. Genau diese Entwicklung hat den Aufenthalt für mich besonders gemacht.

Ich kann jedem nur empfehlen, die Gelegenheit für ein Auslandssemester zu nutzen. Man erweitert nicht nur seine fachlichen Kenntnisse, sondern wächst auch persönlich, gewinnt neue Perspektiven und schließt Freundschaften mit Menschen aus aller Welt.

