

Fjorde, Polarlichter, Zimtschnecken und ganz viel unberührte Natur – Das waren meine Erwartungen, also ich mich für ein Erasmus-Semester an der Universität i Agder (UiA) in Kristiansand, Norwegen, entschieden habe. Ich hatte schon immer eine große Faszination für Skandinavien und wollte unbedingt die Möglichkeit nutzen, für ein Semester in eine fremde Kultur hereinschnuppern zu können und dieses wunderschöne Land mit seinem herzlichen und aufgeschlossenen Bewohner*innen besser kennenzulernen. Heute kann ich sagen, dass diese Erfahrung zu einer der schönsten Erlebnisse meines Lebens gehört. Ich würde mich in jedem Fall immer wieder dafür entscheiden!

Die Vorbereitung auf diesen Aufenthalt lief sehr unkompliziert, da die Universität in Kristiansand wirklich super organisiert ist und ein ganz tolles Buddy-Programm hat. Sowohl die Unterkunft in einem der Wohnheime des dortigen Studierendenwerks (*Studentsamskipnaden, SiA*), als auch ein Abholservice vom Ankunftsort oder eine WhatsApp-Gruppe mit allen Austauschstudierenden, machten es sehr einfach und unkompliziert. Es gab auch vorweg mehrere Online-Veranstaltungen in welchen uns Step-by-Step erklärt wurde, wie wir unsere Kurse wählen sollen und wo wir uns wann, melden sollen. Man wurde also vom Anfang bis zu Ende an die Hand genommen und musste sehr wenig selbst organisieren. Auch bei Fragen ist das Erasmusbüro in Kristiansand (und natürlich auch an der JGU) sehr offen und herzlich.

Nach einer etwas stürmischen Überfahrt kam ich Anfang August schließlich in Kristiansand an und wurde von Rufos abgeholt – einem Buddy der später auch zu einem sehr guten Freund wurde. Zu meinen ersten Eindrücken zählen die wunderschönen kleinen Inseln, an welchen man vorbeifährt zu Hafens, der schöne Wald, direkt hinter dem Campusgelände und die süßen skandinavischen Häuser. Meine erste Woche war zudem geprägt von vielen Einführungs- und Willkommensveranstaltungen, Erkundungstouren in der Stadt mit den Menschen, die ich auf der Fähre und in meinem Wohnheim kennenlernen durfte und der ersten Wanderung zum „Umgedrehten Boot“, welches ich später noch mehrfach besuchen sollte. Die vielen neuen Eindrücke, viele neue Menschen und dabei der Versuch sich im Alltag zu orientieren, haben mich auf eine positive Art und Weise erfüllt. Ich habe mich von Beginn an sehr wohl gefühlt und bin mit sehr viel Motivation in dieses Semester gestartet, die auch über die gesamte Zeit anhalten sollte.

Das Studium an der UiA ist tendenziell etwas schulischer gestaltet, als ich es von der JGU gewohnt war. Die Kurse sind kleiner, die Dozent*innen werden geduzt und mit Vornamen angesprochen. Zudem gibt es viele Möglichkeiten zur Hilfe und Unterstützung in allen Bereichen, welche ebenfalls sehr gut kommuniziert wurden. Die Hürden sind auch sehr niedrig diese anzunehmen. All diese Rahmenbedingungen förderten zusätzlich meine Motivation und sorgten ich für einen sehr schönen und lebhaften Austausch in den Seminaren. Ich konnte sehr viel mitnehmen, sowohl inhaltlich als auch an verschiedenen kulturellen Perspektiven. Zudem konnten wir im Rahmen verschiedener Aktivitäten und Ausflüge einen Eindruck vom norwegischen Bildungssystem bekommen, z.B. durch den Besuch einer Schule in Kristiansand. Zusammenfassend würde ich die Lehreinrichtungen und das Lernatmosphäre als sehr gut und spannend beschreiben. Die Prüfungsleistungen waren ebenfalls sehr angemessen und gut machbar. Gerade die Zimtschnecken der Mensa und die gemütlichen Lerneckchen überall, machen sogar die Prüfungsphase zu einem hyggeligen Highlight.

Das Fitnessstudio auf dem Campus war ebenfalls ein Highlight: Modern und perfekt ausgestattet für alle, die zwischen Uni und Freizeit noch etwas Energie loswerden wollen. Ich habe die Gelegenheit genutzt und Norwegen viel bereist, meist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln, die wirklich hervorragend funktionieren. Eine meiner besten Erfahrungen war der Nachtzug von Trondheim nach Bodø, direkt am Fuße der Lofoten. Auch im Wohnheim hatte

ich großes Glück, ich lebte in einer sehr modernen Zweier-WG, in der wir uns super verstanden. Und nur wenige Minuten vom Campus entfernt liegt ein Naturschutzgebiet – ideal, um jederzeit die Natur zu genießen. Besonders toll: Alle Outdoorsachen kann man sich in Norwegen kostenfrei ausleihen, und so habe ich die Wochenenden oft mit Wanderungen oder Übernachtungen in den Hütten des DNT, des norwegischen Wandervereins, verbracht.

Die norwegische Natur ist schlichtweg atemberaubend. Kristiansand ist zwar eine eher kleine Stadt, aber direkt um die Ecke warten Wälder, Fjorde und Berge darauf, erkundet zu werden. Ich habe dort meine Wanderlust entdeckt und gelernt, wie gut es tut, regelmäßig Zeit draußen zu verbringen. Die Landschaft hat eine Art, einen völlig in ihren Bann zu ziehen – ob man nun auf einem kleinen Pfad durch den Wald wandert, über ein offenes Fjord blickt oder in einem der kleinen, unbewirtschafteten Hütten des DNT übernachtet, die an den Wanderwegen verstreut liegen. Norwegen hat mir eine ganz neue Wertschätzung für die Natur und die Freiheit draußen vermittelt. Auch wenn ich an dieser Stelle kritisch anmerken muss, dass die Norweger*innen westlich weniger Klimabewusst leben, als ich angenommen hatte.

Als Vegetarierin in Norwegen konnte die Nahrungsbeschaffung schon mal zur kleinen Herausforderung werden – besonders am Anfang. Nach Tofu musste ich ewig suchen, und der lokale Asia-Laden wurde schnell zu meinem besten Freund. Dafür war der Rhythmus der Norweger*innen fast wie für mich gemacht: früh aufstehen, abends um 18 Uhr das erste Getränk, und pünktlich um 20 Uhr geht's los zur Party. Die Clubs schließen um 2 Uhr nachts, so dass der Schlafrhythmus nicht komplett zerstört wird. So kam ich tatsächlich in der Regel immer auf meine acht Stunden Schlaf – meine „Innere-Oma“ war begeistert.

Eine der größten Herausforderungen am Anfang war tatsächlich, den Mut zu finden, auf Englisch zu sprechen. Aber schnell habe ich gemerkt, dass niemand Perfektion erwartet, und das gab mir das nötige Selbstvertrauen. Es war auch eine Zeit, in der ich viel über mich selbst gelernt habe. Ich habe gelernt, meine Grenzen zu setzen, meine Zeit besser zu strukturieren und mir Freiraum zu schaffen. Ohne den Druck sozialer Verpflichtungen hatte ich endlich die Möglichkeit, viel für mich selbst zu kochen, die Gesellschaft meiner neuen Freund*innen zu genießen und mich ganz auf mich selbst zu konzentrieren. Diese Entschleunigung tat mir richtig gut – ich habe gelernt, mir selbst mehr Zeit zu schenken und das Leben ohne ständige To-Do-Listen und Termindruck zu genießen.

Dieses Semester hat mich nicht nur geerdet, sondern auch dazu inspiriert, das gelassene Lebensgefühl und die Liebe zur Natur weiterzuleben. Norwegen hat mir Raum zum Nachdenken und Zeit für mich gegeben, und ich nehme viele wertvolle Erfahrungen und eine neue innere Ruhe mit zurück. Jederzeit wieder!