

Erfahrungsbericht, B.Sc. Management und Versorgung im Gesundheitswesen

Erasmus+ Programm, 21.Januar bis 23.Mai 2026

Metropolia University of Applied Sciences – Helsinki



Vorbereitung des Auslandsaufenthalts:

Bereits zum Anfang meines Bachelorstudiums an der ASH Berlin stand für mich fest, dass ich ein Auslandssemester machen möchte, um das Leben und die damit verbundenen kulturellen, strukturellen und politischen Unterschiede vor dem Hintergrund des Gesundheitswesens eines anderen Landes kennenzulernen. Die Metropolia University of Applied Sciences in Helsinki ist dabei mein Erstwunsch gewesen, der mir erfüllt wurde. Ich wusste, dass vor allem die nordeuropäischen Länder sehr fortschrittlich im Bereich Gesundheit und Gesellschaft sind. Der gesamte Bewerbungsprozess hat bei mir problemlos funktioniert, ich habe mich rechtzeitig informiert, ausreichend vorbereitet und konnte somit alle Fristen einhalten. Das Digitale Learning Agreement (DiLA) ermöglichte dabei eine einfache Bearbeitung durch alle Beteiligten. Parallel zur (formalen) Bewerbung an der Metropolia University im September habe ich mich bereits bei der staatlich geförderten Wohnheim-Organisation Hoas beworben, die in Helsinki verschiedene Wohnungen für Austauschstudent*innen recht günstig (400-600 Euro pro Monat für ein geteiltes Apartment) vermietet. Manchmal hat mich das lange Warten auf eine Zusage etwas verunsichert, aber dann habe ich die Zusagen im Dezember erhalten und die Kommunikation hat gut funktioniert. Ich nahm zudem das Angebot der Gastuniversität an, einen Tutor zu bekommen, der mein Ansprechpartner für organisatorische und allgemeine Fragen war und durch eine Vollmacht meinen Schlüssel zu meiner Unterkunft in der Stadt abgeholt und mich dann vor Ort empfangen hat.

Abfahrt, Ankunft und die ersten Tage:

Als alles geregelt, geplant und gebucht war, bin ich Mitte Januar dann endlich von Berlin nach Helsinki geflogen. Es gibt auch die Möglichkeit mit dem Zug von Berlin nach Stockholm zu fahren und von dort aus weiter mit der Fähre nach Helsinki zu reisen. Ich habe über die Organisation meiner Unterkunft bereits zuvor Kontakt zu meinen beiden Mitbewohnerinnen herstellen können und habe eine der beiden dann am Flughafen persönlich kennengelernt. Das war praktisch, da wir so die ersten Herausforderungen zusammen bewältigen und einander helfen konnten. In den ersten Tagen mussten wir uns erstmal an die kalten Temperaturen und den Schnee gewöhnen. Auch die Sprache wirkte zunächst sehr fremd, aber wir fanden schnell heraus, dass die Menschen sehr gut Englisch sprechen und im Kontakt ziemlich freundlich und hilfsbereit sind.

Die Gastuniversität hat vor dem eigentlichen Semesterbeginn drei Orientierungstage für alle Austauschstudent*innen veranstaltet, bei denen ich die Universität, die Abläufe und meine Mitstudent*innen des Bereichs Health Care und Social Services kennengelernt habe. Das war ziemlich aufregend, aber auch sehr hilfreich, um Kontakt herzustellen und wir hatten auch alle gemeinsam die Kurse „Finnish for Exchange Students“ und das Projektmodul. Nachmittags fanden sich dann auch schnell Gruppen, die die örtlichen Cafés und das Stadtzentrum in den ersten Wochen erkundet haben. Daneben gab es aber auch diverse Student*innenorganisationen, die verschiedene Events und Ausflüge das ganze Semester über veranstalteten, sodass es einfach war Anschluss zu finden.

Aufenthalt an der Gasthochschule:

Das Semester ist in zwei Teile aufgeteilt gewesen. Leider konnte ich mir nicht alle angebotenen Kurse der Gasthochschule anrechnen lassen, da diese einen Fokus auf Nursing haben. Da ich jedoch bereits mein Staatsexamen als Gesundheits- und Krankenpflegerin habe, konnte ich diese Module belegen und lies mir „Finnish for Exchange Students“ mit 5 ECTS als Wahlmodul an der ASH anerkennen. Hätte ich früher gewusst, dass die Gasthochschule jedes Semester auch ein Projektmodul mit 10 ECTS anbietet, hätte ich mir auch dieses an der ASH als Projektmodul (3. und 4. Semester MVG) anerkennen lassen können. Der Sprachkurs hat mir viel Spaß gemacht, wir haben unter anderem durch kleine Übungen Grundsätze der finnischen Sprache gelernt, wie zum Beispiel die Zahlen oder Restaurantbestellungen. Am Ende haben wir eine Klausur geschrieben und mussten einen individuellen Reflexionsbericht über unsere Zeit in Finnland schreiben. Im Modul „Multidisciplinary Innovation Project“ entschied ich mich für das Projektthema *Planetary health* und erarbeitete zunächst in einer Kleingruppe und dann in einer größeren Gruppe mit Student*innen verschiedener Länder und Professionen konkrete Vorschläge, wie dieses

Thema im Schulkontext gelehrt und erklärt werden könnte. Neben dem Sprachkurs und dem Projektmodul hatte ich im zweiten Teil des Semesters noch zwei spezifische Nursing-Module mit jeweils 5 ECTS, deren Themen jedes Semester wechseln. Ich belegte "Nursing of Patients with Mental Health and Substance Abuse Problems" und "Nursing of Patients with Special Needs". Neben den Seminaren gab es in den beiden Modulen zudem Simulationen, Gruppenarbeiten, individuelle Hausarbeiten und einen Test über Medikamenten-Rechnungen. Neu war für mich, dass (fast) alle Klausuren online stattfanden und es spezielle Räume und Zeitspannen gab, um die Klausuren zu schreiben. Auch war es eine Umstellung für mich, dass viele Aufgaben im Selbststudium vorgesehen sind und ich deshalb weniger Präsenzveranstaltungen an der Universität hatte als erwartet. Aufgrund von organisatorischen Schwierigkeiten entschloss ich mich dann jedoch, in nur einem der beiden Module die Prüfung abzulegen und erhielt am Ende dann insgesamt 20 ECTS. Die Student*innen des Studiengangs Nursing hatten kein Praktikum, während andere Professionen, wie zum Beispiel die Austauschstudent*innen von uns, die Ergotherapie oder Physiotherapie studieren oder Praktikumsphasen absolviert haben und somit mehr praktische Erfahrung sammeln konnten.

Lebenssituation im Ausland:

Das Zusammenwohnen mit meinen etwa 20 Kommiliton*innen des Erasmus+ Programms in einem Apartmentkomplex, eine Bahnstation von der Gastuniversität entfernt, hat mir viel Spaß gemacht und alle haben entweder in drei- oder vier-Zimmer-Apartments gewohnt. Es war sehr praktisch, dass wir so nah beieinander gewohnt haben, denn so haben wir alle viel über andere Sprachen, Kulturen und Gewohnheiten gelernt und unseren Alltag geteilt. Wir haben häufig zusammen gekocht und sind wandern oder in die Sauna gegangen. Es gibt auch viele moderne Bibliotheken, in denen ich mir kostenlos einen Ausweis erstellen konnte und somit deren Angebot an vielen englischsprachigen Büchern nutzen konnte. Die Lebenserhaltungskosten sind ähnlich wie in Deutschland, aber viele Geschäfte oder Museen haben einen Rabatt für Student*innen. Auch für die öffentlichen Verkehrsmittel erhielt ich einen Student*innenrabatt, deren Nachweis mir zu Beginn von der Gastuniversität ausgestellt wurde. Die Vernetzung durch die Stadt ist gut aufgebaut und vieles ist fußläufig. Es gibt auch gut erreichbare Parks, Wälder, Seen und verschiedenen Wanderrouten, die in die wunderschöne Natur des Landes einladen. Dass wir einige Aufgaben auch im Selbststudium bearbeiten sollten, ermöglichte es mir innerhalb und außerhalb von Finnland zu verreisen. Ich besuchte die finnischen Städte Turku, Porvoo und Tampere, fuhr mit der Fähre nach Stockholm und Tallinn und machte ein Tagestrip nach Riga. Auch die Student*innenorganisation ESN organisierte verschiedene Reisen – unter anderem eine sieben-Tage-Reise nach Lappland, die sehr besonders und aufregend für mich war. Für

diese Gelegenheit zu reisen bin ich sehr dankbar, denn so hatte ich die Möglichkeit die verschiedenen Länder von Nordeuropa zu erkunden und habe zum Beispiel gelernt, dass Finnland und Schweden historisch eng verknüpft sind – weshalb schwedisch die zweite offizielle Landessprache in Finnland ist.

Selbstreflexion:

Rückblickend bin ich sehr dankbar, dass ich am Erasmus+ Austauschprogramm in Finnland teilnehmen konnte. Ich habe nicht nur viel über die finnische Kultur gelernt, sondern auch über die italienische, portugiesische und viele andere Kulturen durch meine Kommiliton*innen. Ich habe mein eigenes Bewusstsein über meine Profession im Gesundheitswesen im internationalen Vergleich erweitert und konnte mir neue Methoden und Fachkompetenz aneignen. Ich habe gelernt, dass viele Faktoren im finnischen Gesundheitssystem ähnlich wie im deutschen sind und es viele Parallelen und Herausforderungen gibt. Die finnische Sprache ist für mich nach den Monaten immer noch speziell, aber dafür konnte ich durch den ständigen Austausch meinen Wortschatz und meine Aussprache auf Englisch verbessern. Diese Erfahrung wird für mich immer etwas Besonderes sein und ich kann jedem nur empfehlen diese Chance wahrzunehmen.

