

**Ereignisreich, bereichernd, wunderschön.**

Mein Erasmus-Praktikum von Juni bis November 2022 in Schweden bei Hägglunds / Bosch Rexroth

**Ein halbes Jahr in Schweden geht nun zu Ende. Ein halbes Jahr voller spannender Erlebnisse, neuer Eindrücke, bereichernder Lernerfahrungen, offenen und hilfsbereiten Menschen und wunderschöner Natur.**

Dazu, während meines Masterstudiums ein Praktikum im Ausland zu machen, hat mich eine Freundin und Kommilitonin inspiriert, die beschlossen hat, ein Semester in Padova, Italien zu studieren. Ein längeres Praktikum als in der Studienordnung beschrieben sollte es sein und dabei wollte ich noch einmal die Chance nutzen, Erasmus in Anspruch zu nehmen, um in einem unkomplizierten, geregelten Rahmen eine gewisse Zeit im europäischen Ausland zu verbringen. Direkt kam mir das Stereotyp-Schweden-Bild vom roten Holzhaus am grünen am See in den Kop und die RUB bietet Schwedisch-Sprachkurse an. Damit stand das Zielland Schweden fest. Dieser Gedanke ist direkt zu Beginn des Studiums Ende des Jahres 2020 gereift, sodass ich – bevor ich überhaupt wusste, wann, wie und wo genau es hingeh – im Sommersemester 2021 den ersten Schwedischkurs belegt habe. Ich kann jedem und jeder nur ans Herz legen die Sprache des Landes, in das man reist, zu lernen. Zusätzlich habe ich auch schwedische Podcasts und Radio gehört. Meine Empfehlungen sind da [Lätt svenska med Oskar](#) und [Radio Sweden på lätt svenska](#) oder auch einfach schonmal mit schwedischen [aktuellen Liedern](#) eingrooven. Schwedisch hat mir super viel Spaß gemacht zu lernen! An die Aussprache muss man sich gewöhnen, aber grammatikalisch ist es sogar leichter als andere Sprachen und vom Satzbau dem Deutschen sehr ähnlich. Bei Unterhaltungen, bei denen uns das englische Wort nicht eingefallen ist, meinten wir so oft „Just say it in German/Swedish.“ und es hat funktioniert, weil sich manche Wörter so ähnlich sind! Nichtsdestotrotz sind die Schwed\*innen so entgegenkommend, dass man, sobald sie merken, dass man kein\*e Muttersprachler\*in ist, sofort auf Englisch wechseln. Es sprechen auch viel mehr Menschen Englisch als in Deutschland; auch von Leuten mittleren oder höheren Alters kann man auf jeden Fall so viel Englisch erwarten, dass man sich unterhalten kann. Mit Englisch kommt man also immer klar.

Zurück zum Organisatorischen vorab. Die Praktikumsuche habe ich Ende 2021 (also 4-6 Monate vor geplantem Startdatum) klassisch über Stellenbörsen im Internet



gestartet. Bei der Google-Suche erschien das Jobportal [Graduateland](#), wo ich einige Stellen gefunden habe. Außerdem hat mir meine Schwedischlehrerin Miriam noch folgende Seiten genannt: [www.gulasidor.com](#) (nach Firmen suchen + initiativ bewerben), [www.handelskammer.se](#) (Angebot von Praktikumsplätzen), [www.arbetsformedlingen.se](#), (schwedisches Arbeitsamt), [Zentrale Auslands- und Fachvermittlung der Bundesagentur für Arbeit](#). Ich hatte dabei auf Folgendes geachtet: Dass die Unternehmen in einer der größeren Städte sind, damit man auch außerhalb der Arbeit Leute treffen und Dinge unternehmen kann und nicht nur auf seine Arbeitskolleg\*innen angewiesen ist; dass das Praktikum bezahlt ist (in Schweden zu leben ist teurer als in Deutschland; und natürlich die Passung zu mir und meinen Vorstellungen bzgl. Tätigkeiten. Andere Möglichkeiten wären ansonsten nach großen deutschen Unternehmen zu recherchieren und zu gucken, ob sie Standorte in Schweden haben oder andersherum nach großen schwedischen Unternehmen zu recherchieren und zu schauen, ob sie Stellen ausgeschrieben haben oder sich initiativ bewerben.

So weit, so gut – am Ende war es bei mir eine Kombination aus Zufall und Netzwerk, dass ich meinen Praktikumsplatz gefunden habe. Ich hatte mit einem Freund über meine Schweden-Pläne gesprochen, der wiederum eine Freundin kannte, die dort eine Station ihres Trainee-Programms absolviert hat. Mit ihr habe ich mich ausgetauscht und sie nach allem rund um das Unternehmen Bosch Rexroth, den Standort Mellansel, die Arbeitskultur, Mitarbeitenden und das Leben in Schweden gefragt. Sie hat den Kontakt zu einer anderen Deutschen, die für 2 Jahre dorthin entsandt wurde und im Marketing-Team arbeitet, hergestellt. Das war passenderweise genau der Bereich, den ich gerne im Rahmen meines Psychologiestudiums (Schwerpunkt AOW) ausprobieren wollte. Ihre Erzählungen haben mich überzeugt und diese Passung war ja auch zu schön, um wahr zu sein. An sie schickte ich dann meine Bewerbung und bekam die Stelle bei Bosch Rexroth bzw. Hägglunds. Hägglunds ist Teil von Bosch Rexroth, agiert aber seit Anfang dieses Jahres als eigene Marke. Sie decken den Teil „Large Hydraulic Drives“ in der Bosch Rexroth Welt ab, die wiederum Tochterfirma der Bosch Gruppe im Bereich Industriehydraulik ist. Standort mit Werk und Bürogebäude ist Mellansel, Schweden. Wer einen Blick auf die Karte wirft, ist das so ziemlich das Gegenteil von großer Stadt, wie Stockholm oder Göteborg. Mellansel liegt im Norden Schwedens in der Region Höga Kusten. Viele Hägglunds-Mitarbeitende leben im Ort Örnsköldsvik, kurz Övik, ca. eine halbe Stunde entfernt. Sie liegt an der Ostküste, also

direkt am Meer mit vielen vorgelagerten Inseln, den Schären, und Bergen, Naturschutz- und Wandergebieten in der Nähe. Die [Region Höga Kusten](#) ist sogar UNESCO Weltnaturerbe. Nach einem halben Jahr, in dem ich sowohl Frühling, Sommer, Herbst und den Winteranfang erlebt und Ausflüge unternommen habe, weiß ich genau warum. Die Natur ist wunderschön und auf jeden Fall eine Reise wert!

Ein weiterer Vorteil während der Planungsphase war, dass ich mich nicht eigenständig um eine Unterkunft kümmern musste. Bosch Rexroth stellt ein Haus zur Verfügung, in dem bis zu 6 Praktikant\*innen, Summer worker, etc. Platz finden. Neben einem Zimmer für jede\*n, einem riesigen Wohnzimmer, Essbereich und Küche, gibt es auf der unteren Etage sogar eine Sauna. Ich habe vorab mit einer anderen Praktikantin gezoomt, die zu der Zeit schon im Haus gewohnt hat und mir weitere Infos und Tipps, auch bzgl. Packen gegeben hat. Ebenso gut vorbereitet hat mich das Preboarding durch die Kollegin, an die ich meine Bewerbung geschickt hatte. Wir haben uns vorab in Bochum getroffen, weil zufällig dort ein Kundentraining in deren Service Center stattfand, und haben über meine zukünftigen Projekte und Aufgaben gesprochen. Außerdem wurde ich vorab online zu einem Team Meeting eingeladen, um die anderen Kolleginnen des Teams kennenzulernen. Nicht so optimal war die Kommunikation mit dem schwedischen HR und der Wartezeit, bis mein Praktikumsvertrag auch unterschrieben zu mir zurückgeschickt wurde. Umso besser war der vorab-Kontakt zu den Kolleginnen, die mir versichern konnte, dass ich den Platz sicher habe. So konnte ich zumindest mit halb ruhigem Gewissen meine Anreise buchen.

Angekommen in Örnsköldsvik (mit Zwischenstopp Städtetrip Stockholm) konnte ich mich ein paar Tage einleben, bevor am 1. Juni das Praktikum beginnen sollte. Der Start war jedoch etwas holprig: Ich wurde krank und musste mich direkt krankmelden. Aber Glück im Unglück – so konnte ich direkt die rücksichts- und verständnisvolle Art meiner Teamleitung und die „Du weißt am besten, was gut für dich ist“-Einstellung der Schwed\*innen kennenlernen. Mein Start wurde von Mittwoch auf den kommenden Montag verschoben; sie brachte mir sogar Tee vorbei und bat an, für mich einzukaufen. Diese liebe Art begegnete mir im Laufe der Zeit immer wieder. In Mellansel wurde ich herzlich willkommen geheißen und direkt ins Team aufgenommen, den anderen Kolleg\*innen des Sales Department vorgestellt, die alle so offen sind, dass man sich nie scheuen musste um Hilfe zu bitten oder wegen anderer Anliegen auf sie zuzugehen. A propos Kontakte darf in diesem Bericht natürlich auch nicht eins vergessen werden, was schwedischer nicht sein kann: Fika! Das entspannte Treffen

auf einen Kaffee, ggf. mit Gebäck und Gesprächen gibt es auch auf der Arbeit; vor- und nachmittags traf man sich im Pausenraum (*Fikarum*) für ca. 15 Minuten. Dort kommt man dann mit den anderen Kolleg\*innen ins Gespräch: über Privates, sodass es wie eine Pause ist, aber auch als unkomplizierte Absprache zwischendurch. Von dieser entspannten, optimistischen Art waren auch die ganze Kultur und Arbeitsweise geprägt. Ein Satz, der es auf den Punkt trifft und ich mir mitnehme, ist „*Det löser sig.*“ (= „Das löst sich.“). Nach den üblichen ersten Tagen mit Technik einrichten, Gesprächen mit den anderen Department Managers, die meine Teamleitung mir organisiert hat und Intranet Durchforstungen, um das Unternehmen kennenzulernen, habe ich direkt mit eigenen Aufgaben der Projekte angefangen. Beim ersten ging es darum, den Markennamen auf den Motoren sichtbar zu machen. Hauptverantwortliche waren zwei Summer Worker, die die Umsetzung von technischer und Produktionsseite bearbeitet; ich habe Input zur Marketing-Sicht gegeben. Parallel dazu liefen die Vorbereitungen für die Global Sales and Service Conference 2022, zu der Sales Kolleg\*innen aus den Country Units der ganzen Welt Anfang September zusammengekommen sind. Das Programm wurde von den einzelnen Department Managern gestaltet. Gemeinsam mit der anderen deutschen Kollegin haben wir die komplette organisatorische Planung von Hotel, Konferenzcenter, Restaurant über Kommunikation mit den Teilnehmenden, inkl. Einladungen, Reminder, Infopakete, Organisation von Reisedaten und Transport, Rahmenprogramm außerhalb des Fachlichen, Goodie Bags bis zur Durchführung selbst (organisatorischer Ablauf, Event App, Ansprechpartnerin, Ansprachen) plus Nachbereitung mit Dankesmail, Umfrage und Impression Movie übernommen. Auch bei den anderen Projekten (Update des Contents unserer Sales App für einen Messeauftritt, Planung unserer Marketing-Station für ein Produkttraining, Aufbau einer neuen Intranet-Community), haben wir (die deutsche Kollegin und ich) uns regelmäßig im 1:1 abgesprochen. Daneben haben wir uns als Team jeden Morgen kurz und ein Mal pro Woche für ca. 1,5h zusammengesetzt. Meine Teamleitung hatte ebenfalls immer ein offenes Ohr. Bei der Übertragung der Projekte oder kleinerer Aufgaben haben mich meine Kolleginnen gut eingeführt und mit so vielen Infos wie nötig versorgt, sodass ich gut vorbereitet starten konnte. Im weiteren Verlauf hatten sie immer ein offenes Ohr für Nachfragen oder Feedback. Über eine gute Betreuung musste ich mir also nie Sorgen machen. Ich arbeitete also zum allergrößten Teil selbstständig, erschuf meine eigenen Lösungen und recherchierte bei aufkommenden Fragen selbst im Intranet. Wenn ich damit nicht



weiterkam, wandte ich mich an diejenige aus meinem Team, die themenmäßig am nächsten dran war und mir weiterhelfen konnte. Konflikte sind dadurch also gar nicht erst entstanden.

Mein Alltag war gut gefüllt – Vollzeit arbeiten bedeutete 40h die Woche: Beginn ca. 7.30 und Rückfahrt meist um 16.15, das hieß gegen 7 Uhr das Haus verlassen und gegen 5 zurückkommen. Die restliche Zeit habe ich mit Sport entweder zu Hause oder dem nahen Leichtathletikplatz und Essensvorbereitungen für den Abend und nächsten Tag verbracht. Die Wochenenden habe ich für Aktivitäten und Ausflüge in und rund um Övik genutzt. Gemeinsam mit meinen Mitbewohner\*innen und den Freund\*innen, die ich auf der Arbeit kennengelernt habe, sind wir in diversen Naturschutzgebieten und auf Bergen gewandert ([Gula Leden](#), [Varvsberget](#) mit Skischanzen und Hörnsjön, [Fäberget](#), [Ögeltjärnsberget](#), [Balesudden](#), [Räckebergsgrottan](#), [Halbinsel Nordingrå](#)) in Seen geschwommen, zur Küste nach [Skeppsmalen](#) (ca. 30 km hin und zurück!) geradelt, Kanu gefahren, am [Skuleberget](#) geklettert, haben gemeinsam gekocht und Weihnachtsplätzchen gebacken und uns von Weihnachtsmärkten im *Hembyggsgård* (klassisches rotes Holzhaus, meist sehr alt, wo Gemeinde- und Kulturveranstaltungen stattfinden; gibt es in jeder Stadt) verzaubern lassen. Besuche der Eishockey-Spiele in der Hägglunds Arena (Ja, sie trägt unseren Namen!) durften für die komplette Schweden-Experience natürlich auch nicht fehlen. *Heja MoDo!*

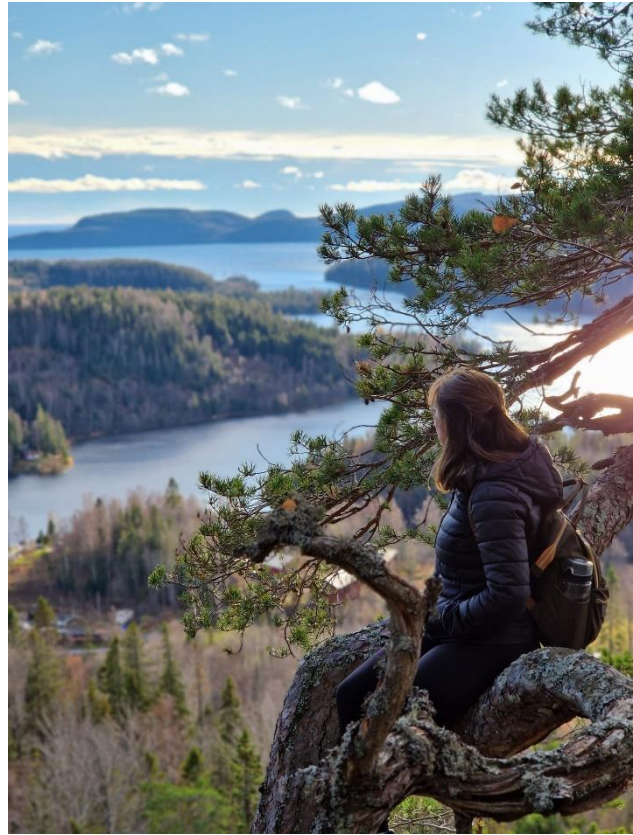
Insgesamt war es also eine wunderschöne Zeit, die ich mir besser nicht hätte vorstellen können. Die Erfolgserlebnisse bei den Projekten und das Erleben der Teamkultur hat mich bereichert. Was aber die Zeit erst zu dem gemacht hat, waren die Menschen, die ich dort kennengelernt habe und die Ausflüge und Aktivitäten, die wir zusammen erlebt haben. Das überdeckt auch die Unsicherheit zu Beginn. Ich kann nur empfehlen das super Angebot von Erasmus anzunehmen und eine Zeit im Ausland zu verbringen. Es kann sich nur lohnen! Ich habe in vielerlei Hinsicht davon profitiert: Netzwerkausbau, über mich hinausgewachsen, neue Seiten an mir kennengelernt, persönlich wie auch beruflich erkannt, was mir wichtig ist und worauf ich verzichten kann.

Die Zeit mag nun zu Ende sein, aber was bleibt, sind wunderschöne Erinnerungen, ganz viele Fotos 😊 sowie persönliche Bereicherung und Weiterentwicklung. Und eine beruhigende Erkenntnis: *Det löser sig!*

**Und weil Bilder immer mehr sagen, hier eine kleine Auswahl der ganz vielen Fotos:**



1. Midsommar in Ödbergskå Gården, Örnköldsvik



2. Rödklitten, Nordingrå



3. Nordlichter (Aurora Borealis), Aussicht von einer Aussichtsplattform auf Varvsberget, Örnköldsvik

