

Stipendieprogram	Nordplus/Erasmus
Land	Norge
Tid för utbytet	18-09-2010 – 18-12-2010
Namn på stipendiat	Mimmi Blom
E-mail/telefon nr	mimmi.blom@hotmail.com



Inledning

En minnesvärd termin i Oslo. I Norge äter man våfflor med brunost, anser att det mesta är koseligt och tycker hemskt mycket om svenskar. Vi har ett oförskämt gott rykte i Norge. Vi är trevliga, bra och billig arbetskraft och norrmännen förstår i alla fall vad vi säger tillskillnad från tvärt om (iaf till en början).

Jag har många härliga anekdoter från Kaies, min klasskamrat, och min resa i Lusekofteland. Det har varit lärorikt, både själsligt och kunskapsmässigt och jag skulle göra om det hundra gånger om.

Förberedelser

Maj- Lis, Ersta Sköndal Högskolas internationaliseringsansvarig och samordare inom Norden, hjälper oss med stipendiesök och att etablera kontaktpersoner på vår värdskola. Några veckor innan avfärd hade vi mailkontakt med Runa, internationaliseringsansvarig på Lovisenberg Diakonale Högskole. Vi fick information om våra kurser, namnlista på kurskamrater, boendesituationen och framför allt ett varmt bemötande. Vi kände oss välkomna redan innan vi hade entrat Oslos och högskolans dörrar.

Innan avresa handlade jag på mig konservburkar av olika slag då föreställningen att vara student i Norge var i lika med svält och bråd död för plånboken. Detta visade sig vara av felaktig uppfattning både med tanke på plånboken (konserver är billigt i Norge också) och framför allt tyngden på ryggen. Införskaffande av ett norskt/svenskt lexikon visade sig också vara överflödigt då tradusa.se fungerade bra som översättningsverktyg. En karta inhandlad på Akademibokhandeln var dock en finfin investering då den var av plast och överlevde de mest trista väder.

Landet/staden/skola

Oslo är en vacker stad med fem stadsdelar värda att besöka. Staden är i storlek lite mindre än Göteborg, geografiskt sett. Det bor cirka en miljon människor där så

man slipper trängas. Att hitta i Oslo är lätt, man tar sig enkelt runt i staden med kollektivtrafiken, via gång eller cykel.

Lovisenberg Diakonale Högskole är liten skola uppe på en höjd i norra delen av Oslo. Inte helt olik Ersta Sköndal Högskola faktiskt om man tänker på dess geografiska läge. Skolan startades 1868 och har sedan dess varit en av Oslos största sjuksköterskeskolor med 800 elever. Skolan drivs av en ideell stiftelse, Diakonissehuset Lovisenberg, och bygger på kristna värderingar, likt Ersta. Även om skolan har 800 elever kändes den liten, mysig och gemytlig, som resten av staden.



Internet i lägenheten!



Lägenhetskomplex på Campus.

Utbytestiden som student

På tågstationen i Oslo S möttes vi av Marte, en ung jente som arbetade administrativt på skolan. Hon visade oss till studentlägenheterna som låg på Campusområdet, 5 minuters gång från skolan. Vi anlände en lördag för att vi skulle hinna botanisera oss i vår nya stad.

På måndagen började skolan och kursen, vi träffade Runa och biträdande Rektor på skolan. Både Kaie och jag fick spetsa öronen ordentligt för att inte missa viktig information som vi erhöll, på Norska! Återkommer angående det norska språket under nästa rubrik.

Nu rullade skolan igång.



Fin promenadväg till skolan



Skolan

Reserapport

Första kursen var en fördjupningskurs i vård av äldre. I en grupp bestående av 6-8 studenter skulle vi arbeta fram en problemställning, bakgrund och ett syfte vi skulle svara på (resultat), inom ämnet vård av äldre. Min grupp valde att skriva om en speciell alternativ behandlingsmetod för personer med demens. Examinationen bestod i både skriftlig inlämning av arbetet och muntlig framställning. Detta var verkligen en ”knuff” in i skolarbetet och den sociala leken direkt! Kaie och jag hamnade i olika grupper och ledig tid och turistande var ett minne blott, eller fick åtminstone vänta till helgerna.



Plugg och fika i skolcaféterian



Vårt andra stopp på kunskapens resa är VFU-kursen på äldreboende med syfte att våra ledaregenskaper skulle sättas på prov. Både Kaie och jag hamnade på en demensavdelning. På boendet hade en sjuksköterska ansvar för cirka 8-18 patienter och 2-5 medarbetare beroende på om det var dag- eller kvällspass. Läkare fanns tillgänglig dagtid dygnet runt på huset och kvällar och helger fanns det jourläkare till förfogande. Våra ledaregenskaper testades då vi, någon av de senare veckorna av praktiktiden, fick ta över ansvaret medan vår handledare tog ett steg åt sidan för att se våra vingar spridas. Vi hade även en skriftlig hemexamination i som innefattade ledarens egenskaper och omvårdnadshandledning under praktiktiden liksom vi har på Ersta.

Den tredje och sista kursen var teoretisk och var lik den första fördjupningskursen med tanke på examinationsformer, både skriftliga och muntliga. Här skulle vi göra ett projektarbete i grupp med problemställning, bakgrund och syfte inom en annan vårdgrupp och vårdform, nämligen ”en utsatt grupp” i samhället. Vår grupp valde att inrikta arbetet på gravida missbrukande kvinnor. Som insamlingsmetod använde vi oss av intervjuer och deltagare i studien var sjuksköterskor som arbetade med denna patientgrupp. Väldigt spännade!





Framför Rådhuset, fjorden i bakgrunden

Aker Brygge

Kulturellt och socialt utbyte

Kulturellt sett är det inte överdrivet många skillnader mellan Oslo och Sverige. Jag skriver Oslo och inte Norge då jag faktiskt inte vet om mer överskådliga kulturskillnader finns i andra delar av Norge. Norrmän i Oslo är i alla fall glada, trevliga och sociala, ungefär som Stockholmare utan onödig attityd. Det är lätt att få vänner i Oslo, Både Kaie och jag blev medbjudna av klasskamrater på aktiviteter utanför skolans dörrar.

Det är vackert i Oslo, runtom finns det berg och är en av de stora naturskillnader man märker av, i alla fall om man vanligtvis lever i mellersta och södra delen av Sverige.



Vigelandsparken



Operan

Viktiga erfarenheter/självutvärdering

Min praktikplacering på äldreboendet har gett mig mycket styrka i att forma min sjuksköterskeroll. Då vi uppmuntrades att vara självgående, lärde jag mig att ta ansvar och beslut på egen hand. Jag känner att tiden på äldreboendet har ökat min självkänsla och vidgat vyer vilket såklart gynnar mitt framtida yrkesverksamma liv. Detta värderar jag högt.

Att ha gjort en utbytestermän har både införlivat en dröm och givit mig upplevelser att minnas för livet. Erfarenheten att bosätta sig en tid i ett annat land var för mig en utmaning då jag inte provat på det tidigare och bara det har gjort att jag vuxit en centimeter eller två. Även om det kan vara tufft att bo och arbeta i ett annat land, ska man ändå komma ihåg att vi människor är otroligt anpassningsbara. Efter cirka en veckas vistelse på kullen i norra Oslo hade jag funnit både ett nytt hem och nya rutiner. Det bästa med resan är att den har givit mig inspiration och perspektiv på mitt framtida yrke som sjuksköterska.



Marknad



Karl Johans gate