



Utbytesstudier

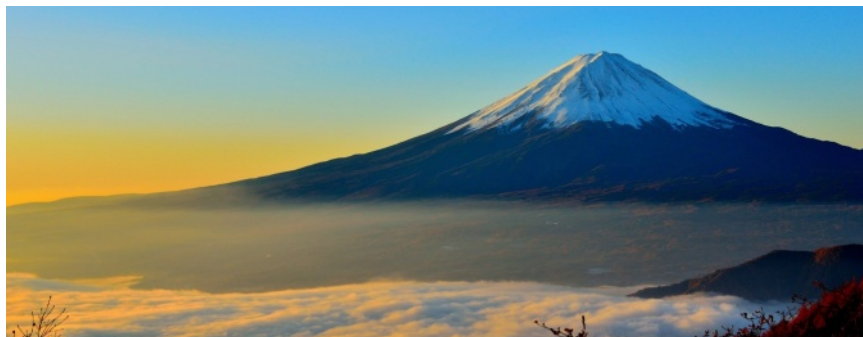
Från ansökan till hemkomst

Information om utbytesstudier via institutionsavtal vid
institutionen för Asien- och Mellanösternstudier



Stockholms
universitet

Innehållsförteckning



Tillgängliga utbytesplatser	4
Praktisk information	5
Olika typer av utbytesavtal	5
Utllysning av platser	5
Ansökan via Mobility Online	6
Urval	6
Nominering	6
Ansökan till värduniversitetet	6
Rekommendationsbrev	7
Svar från värduniversitetet	7
Pass och visum	7
Digital Learning Agreement	7
Ladok	7
Försäkring	8
Vaccinationer och hälsokrav	8
Checklista – innan du åker	9

Innehållsförteckning

Boende	9
Kostnad	9
CSN	10
Förlängning av utbytet	10
Tillgodoräkning efter utbytet	10
Efter hemkomst	10
På plats i värdlandet	11
Introduktion hos värduniversitetet	11
Skillnader i studiekultur	11
Kontakt under utbytet	12
Lycka till – och njut av din utbytestermin!	12

Tillgängliga utbytesplatser

I dagsläget har vi följande utbytesplatser via våra institutionsavtal:

Japanska

För studenter på Japanska II och Japanska III

Kwansei Gakuin University – 2 platser höst och vår

Tokai University – 2 platser höst och vår

Nihon University – 3 platser endast höstterminer - endast för Japanska II

Nanzan University – 4 platser endast höstterminer - endast för Japanska II

För studenter på Japanska IV

Kyoto University – 4 helårsplatser (höst+vårtermin

Koreanska - för studenter på Koreanska III samt Koreanska IV

Sogang University – 2 platser på våren

(+2 platser på hösten om inga MA-studenter söker

Konkuk University – 2 platser höst och vår

Kinesiska

Alla studenter på Kinesiska II som har fått minst betyget C i språkdeltkurser på Kinesiska I och II får åka till Jilin University om de vill. Information kommer under Kinesiska II. För frågor om detta avtal, kontakta studierektor Johan Fresk på johan.fresk@su.se.

Observera att de med kinesiskt medborgarskap ej får ansöka, enligt Jilins egna regler.

Arabiska - för studenter på Arabiska III

Al Akhawayn University in Ifrane – 4 platser på vårterminerna

Platser för Masterstudenter - för att åka under termin 3 (hösten

Japanska: 2 platser på Osaka University samt 2 platser på Chuo University

Koreanska: 2 platser på Sogang University

Kinesiska:

2 platser på Hang Seng University of Hong Kong

2 platser på Albert-Ludwigs-Universität Freiburg, Tyskland

Arabiska/MENA: 2 platser på Al Akhawayn University in Ifrane

Praktisk information

I denna broschyr hittar du praktisk information om hur utbytesstudier fungerar via institutionens egna utbytesavtal. Om du har fler frågor är du alltid välkommen att kontakta vår utbyteskoordinator på exchange.asia@su.se

Olika typer av utbytesavtal

Vid Stockholms universitet finns det två typer av avtal för utbytesstudier:

1. Centrala avtal

Dessa avtal hanteras av de centrala handläggarna vid universitetet. Ansökning sker ett helt år i förväg, och du konkurrerar med alla SU-studenter om platserna.

Behörighetskrav:

- Minst 15 hp från SU vid ansökningstillfället
- Minst 60 hp totalt när du åker ut på utbytet ett år senare

Ansökningstider:

- Utbyte under kommande hösttermin, eller helt läsår (höst + vår): 1–30 november
- Utbyte under kommande vårtermin: 1–30 april

Mer information: <https://www.su.se/utbildning/studera-utomlands/studentutbyte@su.se>

Viktigt om kontakt med institutionen

Centrala handläggare kan ibland uppmana er att kontakta institutionen för preliminära kursval — men detta ska inte göras förrän du faktiskt blivit nominerad till ett centralt avtal och antagen av värduniversitetet. Först då ska du skriva ett DLA (Digital Learning Agreement) som vi tar ställning till.

2. Institutionsavtal

Dessa avtal hanteras av vår institution. Ansökan sker vanligtvis en termin i förväg, och du konkurrerar endast mot studenter på samma utbildning.

I denna broschyr fokuserar vi på institutionsavtalen. All information om kursval, visum, försäkring m.m. gäller dock även dig som åker på ett centralt avtal — men själva utlysning, ansökan och nominering hanteras centralt.

Utlysning av platser

Utlysningen sker via Athena till de kurser som just då är behöriga att söka aktuellt utbyte.

Generell tidsplan:

- Vårtermin: utlysning och ansökan för utbyte kommande höst
- Hösttermin: utlysning och ansökan för utbyte kommande vår

Vissa avtal kan ha avvikande tidsplaner (se nästa sida). Studenter får också information om utbytesmöjligheter redan under välkomstdagarna, samt under termin 2

Ansökan via Mobility Online

Du ansöker om utbytesstudier genom **Mobility Online**, Stockholms universitets system för utbytesansökningar. En länk till ansökningssidan publiceras på Canvas från och med den första ansökningsdagen.

Ansökningsperioder

- 15 januari – 15 februari: utbyte nästkommande hösttermin
- 15 augusti – 15 september: utbyte nästkommande vårtermin
- 15 december – 15 januari: masterstudenter (ansökan till termin 3, ett år i förväg)

Urval

När ansökningsperioden har stängt går vi igenom alla ansökningar.

Urvalet baseras på följande kriterier:

- Betyg: minst C på alla delkurser (obligatoriskt krav)
- Närvaro och aktivt deltagande i undervisningen
- Rekommendation från lärare
- Tidigare utbyte: studenter som inte varit på utbyte har förtur

Obs! Studenter med oavslutade delkurser från tidigare terminer kan inte åka på utbyte.

Nominering

Om du blir nominerad får du ett meddelande via Mobility Online, direkt till din registrerade e-postadress, kontrollera därför att du har rätt adress i systemet. Efter nomineringen får du även mejl från exchange.asia@su.se med nästa steg och mer detaljerad information.

Ansökan till värduniversitetet

Att bli nominerad av oss betyder inte att processen är klar — du måste även skicka in en ansökan till värduniversitetet. Detta kan innebära att du behöver:

- fylla i formulär online eller ladda upp PDF-dokument
- skicka in en kopia av giltigt pass
- bifoga kontoutdrag (många lärosäten kräver att du kan visa ca 50 000 kr)
- genomgå en läkarundersökning, oftast för att utesluta tuberkulos
- uppfylla eventuella betygskrav, t.ex. GPA 2.5–3.0, även om du uppfyller SUS krav

Tillvägagångssättet varierar beroende på universitet.

Du kommer att ha tät kontakt med din utbyteskoordinator under hela processen. Se till att:

- fylla i alla dokument så snart som möjligt
- dubbelkolla allt innan du skickar in
- vara beredd på korta deadlines – i vissa fall bara 1–2 veckor efter nominering

Rekommendationsbrev

Du kan ibland behöva be en lärare att skriva ett rekommendationsbrev som ska bifogas i din ansökan till värduniversitetet. Tänk på att ett rekommendationsbrev tar tid att skriva, du bör alltså fråga i god tid, *minst 2–3 veckor innan du behöver brevet*. Läraren måste veta vad du söker, varför och när deadline är.

Svar från värduniversitetet

Det officiella svaret från värduniversitetet kan ibland dröja några månader, eftersom varje lärosäte gör sin egen handläggning och bedömning. Det är ovanligt att en nominerad student inte blir antagen, men undantag förekommer.

Värduniversitetet gör alltid en egen prövning av varje ansökan, och kan avslå ansökan om studenten inte uppfyller deras minimikrav – till exempel krav på lägsta GPA, språkkrav eller andra akademiska kriterier. Dessa krav varierar mellan lärosäten och ligger utanför Stockholms universitets kontroll.

När du blir antagen får du ett Letter of Acceptance och/eller ett Certificate of Eligibility (COE), vilka behövs för att ansöka om studentvisum. Om utbytet är kortare än 90 dagar kan det i vissa fall räcka med ett vanligt turistvisum.

Pass och visum

För att kunna resa utomlands behöver du ett giltigt pass. Observera att många länder (särskilt i Asien) kräver att passet är giltigt minst 6 månader efter hemkomst. Se därför till att kontrollera din passgiltighet i god tid och boka eventuell förnyelse tidigt — väntetiderna kan vara långa.

Visumprocessen kan påbörjas först när du fått dina officiella handlingar från värduniversitetet, såsom Letter of Acceptance eller Certificate of Eligibility. Hur lång tid visum tar att handlägga varierar, men räkna med 2–12 veckor beroende på land.

Digital Learning Agreement

DLA, ibland kallat LA, är ditt preliminära kursval under utbytet. Det måste godkännas av studierektor innan du kan registreras på utbytet. DLA fylls i via Mobility Online, och du kan alltid ändra dina kurser efter att du anlänt till värduniversitetet, men då måste du uppdatera ditt DLA och skicka in det för nytt godkännande. DLA är alltså ett levande dokument — men det är viktigt att alla ändringar godkänns.

Ladok

När ditt DLA är godkänt och du är redo att åka blir du registrerad på utbytet i Ladok av utbyteskoordinatoren. Om du av någon anledning inte längre ska åka, är det mycket viktigt att du meddelar oss omedelbart så att registreringen kan stoppas och platsen kan erbjudas till någon annan.

Försäkring

Alla studenter på utbyte är försäkrade via Kammarkollegiets Student-UT. Försäkringen gäller två veckor före och två veckor efter utbytets officiella terminsdatum. Mer information: <https://www.kammarkollegiet.se/vara-tjanster/forsakring-och-riskhantering/forsakringar-for-studier-och-utlandska-besokare/utresande-utbytesstudenter-student-ut>

Försäkringen får du via Mobility Online - se till att spara den i PDF-format i mail/dator, samt en utskriven kopia att ha nära tillhands, om något händer. För att få försäkringsbrevet behöver du skicka in exakta terminsdatum, så att rätt datum kan läggas in i Ladok samt skrivas i försäkringsbrevet.

Vissa länder, t.ex. Japan och Kina, kräver att du även tecknar den nationella försäkringen i landet, som t.ex. National Health Insurance (NHI) i Japan. Detta är dock inte en stor kostnad, räkna med ca 1000 kr/termin eller mindre.

Vaccinationer och hälsokrav

Vissa värdländer eller universitet kan kräva att du visar upp vaccinationsintyg eller genomgår särskilda hälsokontroller. Detta får du information om i samband med antagningsbeskedet.

Inför avresa rekommenderas att du:

- kontrollerar att din grundvaccination (t.ex. MPR) är uppdaterad
- kontaktar en vaccinationsmottagning 4–6 veckor före avresa för att gå igenom eventuella rekommendationer

För resor till vissa delar av Asien kan vårdgivare ibland rekommendera vaccination mot *japansk encefalit*, särskilt om du planerar att vistas länge på landsbygden eller gör längre resor utanför städer. Detta är dock inte ett krav för utbytesstudier i Japan eller andra länder, utan baseras på individuell reseplanering.

Eventuella medicinska formulär från vårduniversitetet ska fyllas i av din vårdcentral.

Checklista – innan du åker

För att din resa ska gå så smidigt som möjligt, se till att du har:

- giltigt pass
- godkänt visum (om det krävs)
- försäkringsbrev från Kammarkollegiet
- din Letter of Acceptance / Certificate of Eligibility
- bostadsadress eller kontaktperson i värdlandet
- information om eventuella introduktionsmöten
- kopior av viktiga dokument sparade digitalt & utskrivna
- viktiga kontaktuppgifter (vårduniversitetet, SU, boende)
- eventuella medicinska intyg (om värdlandet kräver det)

Detta minskar stressen och gör att du lättare kan hantera eventuella problem som uppstår.

Boende

Boendesituationen varierar mellan olika vårduniversitet - Vissa erbjuder garanterade platser i studentbostäder, andra universitet förväntar sig att du hittar boende själv, men de brukar i så fall ge tydliga tips och länkar till rekommenderade bostadssidor.

Ett bra alternativ, när det erbjuds, är homestay, där du bor hos en lokal familj. Detta är ofta det bästa sättet att förbättra språket, komma in i kulturen och få stöd i vardagen. Tyvärr är homestay inte tillgängligt vid alla universitet.

Kostnad

Det är svårt att säga exakt hur mycket ett utbyte kommer att kosta eftersom levnadsomkostnader skiljer sig mellan länder, städer och individuella val.

Själva utbytesplatsen är kostnadsfri, men du ansvarar själv för följande:

- Flygresor
- Boende
- Mat
- Studiematerial (t.ex. kurslitteratur, anteckningsblock, pennor)
- Resor inom landet
- Fickpengar
- Eventuella obligatoriska nationella försäkringar

Vårduniversitetet brukar ha specifik information om t.ex. boendekostnader och lokala försäkringar i sina informationsblad.

CSN

Alla våra utbyten är CSN-berättigade.

Du kan dessutom ansöka om extra bidrag för utbytesstudier, vilket kan täcka delar av boende, resa eller ökade kostnader i värdlandet.

Mer information finns på CSNs webbplats: <https://www.csn.se/bidrag-och-lan/utlandsstudier-med-studiemedel.html>

För individuella frågor rekommenderar vi att du kontaktar CSN direkt.

Förlängning av utbytet

Utbytet gäller normalt endast en termin. Förlängning är generellt inte möjlig, eftersom vi vill ge så många studenter som möjligt chansen att åka. Undantag kan ibland göras om ingen annan söker utbyte den efterföljande terminen — i dessa fall kan du erbjudas att förlänga. Detta är dock inte något du kan räkna med, utan ses som ett undantag snarare än en regel.

Tillgodoräkning efter utbytet

För att få dina studier från utbytet tillgodoräknade måste du skicka in dina betyg från värduniversitetet så snart som möjligt efter att du kommit hem.

Så här gör du:

1. Logga in på Ladok.
2. Klicka på "Tillgodoräkning" och följ instruktionerna.
3. Ladda upp resultatintyget (Transcript of Records) från värduniversitetet.

Studierektor kommer sedan att gå igenom handlingarna och besluta om tillgodoräkningen. Exempel: Om du åker iväg under termin 3 och läser motsvarande kurser utomlands, ska du kunna fortsätta direkt på termin 4 när du är tillbaka.

Efter hemkomst

När du återvänder från ditt utbyte kan institutionen be dig att:

- fylla i en utvärdering
- lämna en resa/erfarenhetsrapport
- delta på informationsmöten för framtida studenter

Detta hjälper oss att förbättra utbytesverksamheten och ger nya studenter värdefull information.

På plats i värdlandet

När du anländer till ditt värdland är det bra att vara förberedd på att du kommer att uppleva kulturkrockar. De länder vi samarbetar med skiljer sig ofta mycket från Sverige när det gäller kultur och sociala normer, lagar och regler, språkanvändning, studiemiljö och förväntningar och mycket mer. Det är viktigt att du är öppen, respektfull och anpassningsbar, försöker förstå landets kultur, inte bara språket, samt vågar utmana dig själv i vardagliga situationer.

Vissa dagar kommer säkert att kännas tuffa, och det är vanligt att få hemlängtan. Men oftast går det över, och nästan alla studenter säger att terminen utomlands blev den mest minnesvärda delen av deras utbildning. När du kommer hem är chansen stor att du har utvecklat din språknivå avsevärt, har fått en djupare kulturell förståelse, har växt som person och känner dig mer självständig och trygg. Många studenter vill till och med stanna längre när terminen börjar ta slut!

Introduktion hos värduniversitetet

Många värduniversitet erbjuder eller kräver att utbytesstudenter deltar i en introduktionsdag eller ett online-orienteringsmöte innan terminsstart.

Där får du viktig information om:

- kursregistrering
- campusrutiner
- boende
- lokala regler
- kontaktpersoner

Information om detta skickas normalt ut tillsammans med ditt antagningsbesked från värduniversitetet.

Skillnader i studiekultur

Studier utomlands kan skilja sig mycket från studier i Sverige. I många länder är:

- närvaro obligatorisk
- tempot högre
- flera små uppgifter istället för få stora
- muntliga presentationer vanliga
- lärare mer formella
- examinationsformen annorlunda

Det är viktigt att du är beredd på dessa skillnader och anpassar dig efter värduniversitetets förväntningar.

Kontakt under utbytet

Under din tid utomlands är det viktigt att du:

- läser din e-post regelbundet
- informerar vårduniversitetet om du byter adress eller kontaktuppgifter
- meddelar SU om större problem, t.ex. sjukdom, avbrutna kurser eller säkerhetsincidenter
- kontaktar din utbyteskoordinator vid frågor eller om något inte går som planerat

Vi finns här för att hjälpa dig genom hela processen.

Lycka till – och njut av din utbytestermin!

Vi hoppas att ditt utbyte blir utvecklande, lärorikt och fyllt av nya upplevelser. Och glöm inte: du är alltid välkommen att höra av dig om du behöver stöd före, under eller efter din resa.

