

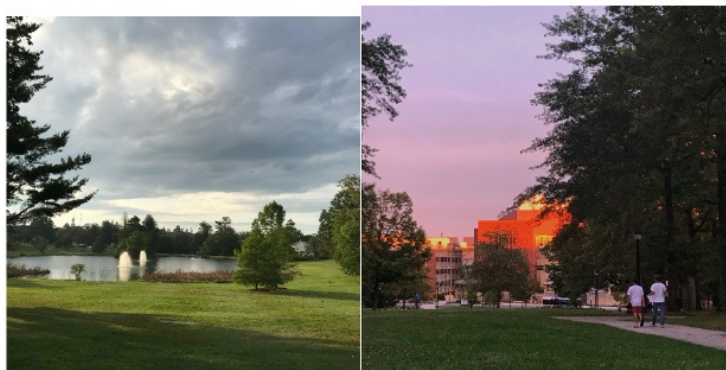
2019秋美国康涅狄格大学交流小结

2020-12-23 11:06:03

大三上半学期应该是关键的一学期，大家纷纷忙于决定未来的出路：保研、工作，还是出国。我和大多数人一样迷茫，不知道该如何决定未来。似乎进入大学以来我就被裹挟着前进，走着和周围人相似的路，忙碌又安定。为什么不出国看看呢，去看看不一样的地方，我这样告诉自己。然后在2019年8月，我第一次踏上了美国的土地。校园 我去的康涅狄格大学，顾名思义，就在康涅狄格州，城市名叫Storrs。虽然说是市，但是Storrs市的范围基本就是整个大学校园，一个学校即是一个市。中国总有“市级校”的叫法，可美国这儿却可以说是“校级市”。除了教学楼、宿舍、体育馆等大学应有的设施外，学校里还有警察局、消防局、教堂、森林、牧场，而校车可以充当公交线路。和复旦不同，UConn校园没有围栏，从高速公路开过来，经过一片美丽的麦田，会看到一块写着“University of Connecticut”的牌子算作标识。而我第一次去学校的时候，目光流连于车窗外高高密密的树林和隐藏其间的一栋栋小房子，不经意间就进入了学校内部。交换的4个月中，我出过不少次校园，但每次回来时都会为突然间就回到了学校而感到惊喜。



UConn校园是周围建筑密度和人口密度最大的地方了。生活基本就在校园内。如果想去校外就必须开车：去最近的华人超市开车要20分钟，去商场买东西要40分钟，对于我们这样没有车的交换生十分不方便。不过好处是，减少了不少诱惑，在复旦的时候五角场和大学路实在是太近了，总是让我蠢蠢欲动。学校也想了各种办法让校园生活丰富一些。美国大学校园提倡运动，学校有非常专业的篮球场、橄榄球场，还有一个4层楼的健身房，泳池、攀岩、羽毛球、跑步机、器械，所有的健身房有的都有，还有很多小班课程，包括瑜伽、舞蹈，报名即可。在那里我也忍不住第一次踏进了健身房，在周围同学们热爱运动的氛围下坚持周周运动。毕竟，不运动，每日高热量饮食带来的罪恶感实在太过强大。在美国的4个月我饮食上基本没有任何不适应的地方，甚至不怎么想念家乡菜，这都要归功于学校的9个食堂。没错，9个。融合全球风味，亚洲菜系十分丰富，所有食堂都是自助不限量。所以在那里可以享受美食，也可以锻炼自身意志力，而我选择了前者。



学习

感谢出国交流的机会，没有绩点的束缚我终于可以体验自由自在、不功利化的学习了。在复旦，从学期初选课到学期末考试，绩点总是会压在我心上。和美国许多大学一样，UConn规定一学期只能修不高于15分的课，学校希望学生把每门课上好，而不是为了学分上一堆课。我一直对心理学很感兴趣，借此机会我选修了General Psychology，一门心理学专业的大一必修课。它分为lecture和lab两个部分。Lecture部分授课的教授有4位，虽然使用同一本教材，但授课内容会根据自己的研究领域而有所不同。我选到的老师研究

神经科学方向，所以讲了非常多人体的内部构造，尤其是脑、脊髓和感官器官，它们是如何接收信息、处理信息的，非常有意思。只是这样一来，我遇到了大量又长又难记的词汇。每节课课前预习都先把生词摘抄下来查好解释。一学期下来竟然记了小半本生词，期末背诵的时候实在是苦不堪言，后悔当初小看了大一课程。不过现在这些词应该也都忘得差不多了。而lab的课程会教一些基本的研究方法和如何查文献、阅读文献，非常实用。我认为lecture + lab的课程设置非常合理。剩下三门课我都选择了专业课，而有意思的是，三门课的老师都是非英语母语，两位中国人，一位德国人，没能上到美国老师的课略有点可惜。课程设置方面与复旦的商科课程相仿，强调小组作业，不仅以考试成绩作为考核的唯一标准。比如商业法的课程中，老师就鼓励大家课外去旁听一次庭审，并写下收获。这可以充当8分的flex points。如果选择看一部商业法相关的影片再撰写观后感，则可以充当2分。一学期需要完成12分的任务，可以选择的形式也非常多。最大的感受就是老师努力地想把书本上的知识与现实社会结合起来。我想许多老师都有这样的期望吧，不过我作为学生到现在才意识到，融会贯通、学会运用知识绝不是易事。管院的课程设置与国际接轨，常有全英文课程，所以我在交流期间没有不适应之处。最大的差别或许是学生。有不少美国学生非常积极，会与老师互动，主动回答问题，回答错了也照样很积极。我自己往往会害怕回答错误，或者问出的问题太低级，而仅仅默默听课。环境确实能改变人，在周围的影响下我也变得主动了起来，我很高兴我做出了这样的改变。朋友 在出国之前，我最紧张的是害怕自己无法融入环境，不能与外国人成为好朋友。交新的朋友对于我这样的性格来说确实是一个挑战。选择出国交流是为了让自己体验新鲜事物，开拓眼界。报着这样的心态，我没有选择和国内的同学做室友，而是选择了美国室友。她也是个有点害羞的人，刚刚转学来UConn学习艺术。她说画画是她目前最喜欢的事，以后希望能当美术老师。她不像其他美国同学喜欢party，我好奇问了她，她说确实大部分人通过party来社交与休闲，但她不喜欢这样。而她也不会为了去融入某个群体而去做自己不愿意的事，在寝室一个人是她更喜欢的休息方式。她说她的信条就是：只做自己喜欢的事，不喜欢的，就不去做。Just to have fun，这是她经常说的一句话。与她交流的时候我就会觉得自己之前的生活确实有点太紧绷了，少了许多纯粹为了have fun而去做的事。她想得很简单，生活得也很快乐，自己圆融自洽，我有点羡慕。我和她说了我的焦虑与迷茫，我说感觉你很有目标，美国的大部分同学似乎也知道自己要做什么，每天积极向前，会做好多事。她听完竟然哈哈大笑，说我想多了，他们美国人也不知道自己要做什么，只是他们不想表现出来。那一刻，我和她坐在床上突然感到了联结，国籍、环境、文化，一切都在身后，我们只是年轻人，一样的年轻人。最奇妙的朋友是一个美国黑人姐姐。她兼职宿舍管理工作，因为这样可以免去住宿费。我第一次遇见她的时候她正在走廊上布置软布板，上面是她想的一些问题，比如最喜欢电影，每个人都可以在上面留言，以此增进宿舍楼内大家的联系。我们站在那里，从软布板开始，聊了一个多小时。她特别羡慕中国大学学费，更是在听到我介绍高铁的发达之时连连说不敢相信。我也很高兴，滔滔不绝地说了好多，希望能给她留下中国的好印象。只有出去后，我才意识到我是如此地热爱着故土，为我的民族而感到骄傲。一开始我会为自己的身份而感到拘束，但是长久之后我意识到是我自己做了太多的前提假设，与人交往，真诚之心才是关键。



旅行

游学游学，游在前，学在后。我利用几个周末去了附近的波士顿、纽约，又利用了感恩节假期去了墨西哥和古巴。时至今日，我仍常常想念那些日子，毕竟如果没有这次机会，很难想象自己会去古巴旅行。这次旅行对我影响特别大，那是完全不同的生活方式的呈现，真正的另一个世界。我当时写下了长长的游记：“哈瓦那是个神奇的地方，建筑破烂得像被炸过一样，颜色也并不浓郁，但也许是低纬度的阳光和热情奔放的人民的缘故，它还是充满活力，让人感到快乐与自由。”“我喜欢破烂的地方，这是有病。破烂的地方能让我缓缓，离开所面对的现实，有那么点忆苦思甜的矫情意思。说矫情是因为我没真吃苦，也就路过看看，发表点无关痛痒的感叹。……那有什么是有意义的呢？可能就是我在旅游中看见某个场景的那个时刻，也可以说是当下，它带给我某种感觉，兴奋愉悦不安焦躁……然后我忘记，然后我往前走。”

人站在商店门口 描述已自动生成



我

UConn的学习强度不如复旦大，我因此多了很多空余时间。我花了大量的时间运动、看书、冥想。我突然离开了熟悉的环境，突然多了许多自由支配的时间，有些无措。但惯性告诉我，时间不能浪费。各种机缘巧合下我开始了对我内心的探索：我在想什么？我的追求是什么？ UConn有一片很大很大的牧场，在校园的边缘，公路旁边。我特别喜欢那里，常常一个人过去散步，走一圈会花上两小时，而我会走得很慢，会花上一个下午。我往往会走到牧场中间，如果天气好，我会躺下来，默默地看着天上的云，只剩下我一个人，和眼前这片天空，和身后这片草地。它常常治愈我。我从土地上获取了某种力量，它告诉我没关系，慢点走。



一学期过后，我好像还是没怎么了解我自己。但是我坚定地相信，我一定发生了某些变化，潜在的、微小的、从我地脚指尖钻进了我的血液。也许将来某天回看，我会说，我变了很多，但也可能没有，我还在积蓄着力量等待着质变，而这次交流，正是起点。