

# 瑞典乌默尔大学交流小结

2018-04-08 15:15:26

2017年8月21日，当我经历了一路的颠簸辗转之后终于降落在北欧这个叫做乌默尔（于默奥）的城市的时刻，我没有想到除了广阔的天地、亲近的自然、新鲜的文化体验之外，它会带给我这么多美好的受益良多的回忆。前期准备并不多说，除了学校和签证的相关手续之外，宿舍生活所需要的都可以在对方学校提醒你选房间的邮件里找到相关网址。我住的地方叫做Pedagoggränd，因为出了门便是超市和邮局，离学校教学楼大概15~20分钟的步行路程，所以这里是很多留学生的选择。再一点是气候和衣着，刚到达的时候还是很温暖宜人的，到了九、十月份，气温就会逐渐下降，日照时间也逐渐缩短。需要注意的是，外套带厚，毛衣带薄，室内都有暖气，室外即使到了冬季温度达到零下十几度，但都是类似北方的“物理攻击”。我带上在上海冬季穿的厚羽绒服，安然无恙地度过了冬季。在乌默尔的学习生活可以说是十分舒适和自在的。我选择了瑞典语、瑞典文化和媒体以及英语系列课程下的文学，一共三门课程进行学习。瑞典语成为很多交换生的选择，课堂轻松愉快，老师常会组织进行会话、互动和游戏，考试分为两次口试和最后期末考试两部分进行，整体教学内容对于基本日常交际和生活来说还是有一定帮助的。其他的课程基本上是按照Lecture + Seminar的形式进行，即老师进行讲解指导+学生分组讨论和展示轮流进行。在瑞典，大学授课更多地是启发式教学，老师会掌握课堂节奏和引导讨论方向，而学生则是课堂的主体部分。不得不说，经过一学期的学习，不仅对课堂内容进行了更深层的挖掘和更丰富的扩充，并且由于和来自不同国家的同学进行的课上课后讨论，也增强了对于各种文化的了解和跨文化的交流能力。说到学习生活不得不提的还有学校里的基础设施。教学楼里北欧的装修风格，加上瑞典人每日fika离不开的咖啡和甜点售卖，以及餐桌椅和自习可用的高脚椅和沙发，都给学习带去了几分舒适和自在。在课外活动方面，所有的国际生都可以报名参加学校的Buddy Program，在学期伊始会进行随机的分组和破冰活动。每个组由瑞典学生带队，buddy group会在一学期内持续地组织活动，例如体验hockey, campus orienteering, hiking, international dinner以及万圣节、圣诞节等各种节日活动，让学生们充分融入并且拥有丰富的课余生活。在最后的Christmas Dinner上，我和另外一个中国同学合力奉献了番茄炒蛋和可乐鸡翅，也尝到了来自日本、韩国、德国、瑞典各地的圣诞食物，大家坐在一起看几十年前的圣诞动画，唱圣诞颂歌，氛围真的十分温馨，同时也带着几分不舍。总之，参加buddy Program只赚不亏。瑞典文化里讲究lagom，有点类似我们所讲的中庸的意思。从最早期的时候维京海盗讲究公平分配，到现在瑞典社会的男女平等和万事的适度，都体现这一精神在瑞典社会的普及和渗透；宜家、H&M、北极狐、沃尔沃等都是瑞典有名的品牌；并且是诺贝尔奖故乡，同时，瑞典又是高福利国家。所以不管是对于跨文化研究，科学研究还是对于社会研究来说，瑞典都是非常好的选择。除此之外，在乌默尔的冬季，可以在湖边观测到极光，体验一下三点钟天黑，如果是南方人也可以感受下雪天和几个月不融化的冰雪。当然，由于乌默尔城市并不大，商业活动也就不是很发达，但这也给予了更多自主安排和学习的时间空间。环境可以使人静下心来学习，同时如果在课程安排允许的情况下，还可以去周边欧洲各国游历，也不失为一个很好的契机。在瑞典乌默尔大学的一个学期，我结交了很多朋友，学校的老师等教职工也都非常愿意和耐心地聆听我们的疑难并予以解决，自身的能力也在很多方面得到了提升。在瑞典乌默尔大学度过了20岁最后的时光，是我做的一个大有裨益并且浪漫美好的决定。