

19春季_英国伯明翰大学_交流小结

2019-12-20 19:25:04

2019年的1月到6月，我前往英国伯明翰大学进行了为期一学期的交流。想要参加交流项目是因为自己一直在纠结保研和出国，后来觉得交流的话可以看看自己是否适应国外的学习、生活，就算最后选择了保研，也能圆自己以前想要多去国外生活体验的梦。现在我已经有条不紊地进行美国的研究生申请了，很感谢这段海外交流经历带给我的思考和感动，希望我的小结能帮助到未来有同样想法或者困惑的朋友。

一、学习 英国的本科只有三个年级，课程的难度分为certificate level, intermediate level, honor level和master, 难度逐渐升高，学院的规定是必须修够60学分，原则上本专业的课不能少于40学分，但是老师们都挺好说话的，你想多选些别的课他也不会拒绝你，如果想换课之类的需要发邮件联系对应学院的人，会有专门的人帮你调整课表。我读的是材料专业，选了四门本专业的课，剩下两门选的其他专业，选了3门honor level的课基本上都是听老师讲课然后背很多东西就期末考试了（上课情况并没有想象中热情，可能是理工科的特质的原因，经常教授问个问题，过很久下面才有人回答，尤其是那种简单的问题），剩下低年级一些的课实践活动内容会多一些，会在实验室里做实验，会有小组讨论，或者小组合作设计和锯木头的活动，有趣很多。总体来讲，不同专业课程难度可能会有很大差异。不是很建议听力不太好的同学选语速快的老师，虽然伯大这边每门课都有recording（用的是canvas系统，回复且以后惊喜发现我们的elearning也换系统了，可以说是无缝衔接了哈哈），课后可以看视频回放，但是一方面课上跟不上老师节奏是一件很让人郁闷的事情，另一方面即使调整成0.75倍速也不一定明白老师在说啥，这样不利于把握课程内容，但是有一点很好的就是反反复复听一学期听力会进步神速。最宝藏的可能还是一些隐藏的“课程”，说是课程但并不是强制性的，就是有空就可以去听听看的那种，比如说每天中午会有“lunch time English”，和复旦的英语角有些类似，会有较口语、写作等等的专题内容，但我最喜欢的还是介绍英国这边的一些文化习俗、人文历史的课，老师是非常典型的英国绅士，教的内容也很实用出去旅游的时候都能对照上很多。以及还有很多讲座也很好，有邀请本专业毕业校友回来介绍现在在做什么的，还有诺贝尔奖得主的（不用抢位置哈哈）。学校硬件设施也很不错，自习的话在这边基本上还是去图书馆，感觉很少看到有去教室的，图书馆很多座位是有电脑的，每个人的学校账户都会有几个G的存储空间，只要登录账户就可以使用，所以很好用，可以不用每天背电脑走很远的路上学。对我个人来说特别惊喜的发现伯大专业和工作衔接做的很好，这边每个系都有专门的job assistant，还可以预约专门的时间帮你改简历，我去参加活动的时候，还在一个书架上看到了很多帮助学生求职的小册子，其中还有教你怎么申请学校的，我自己拿了好几张传单因为写的挺实用的。我感觉自己了解了不少对于我们来讲工业界/学术界，有什么职位需要什么样的人（他们的小册子是按行业来分的，上面的内容会介绍这个行业是什么样的、有些什么岗位、要进入这个行业你要准备些什么做些什么），有一个清晰的路径让我会更愿意在这个领域/行业里扎扎实实学些东西，或者提早知道自己不喜欢/不适合降低一些试错成本。学习当然还不能少了一起奋斗的小伙伴~在这边有很多国内2+2项目的学生，所以如果是大三交流那基本在这边对应的是英国的大二学生。大家非常容易因为语言好沟通抱团，比如课堂上会遇到这边的中国留学生上来问你的是不是中国人，所以如果想要多和外国朋友交流的话还是建议多出去参加一些社团活动。和他们交流的时候了解到他们每天都很忙，不管本科生研究生每天都累成狗（可能是因为学制短的原因），但是到了申请学校的时候就会轻松很多。我们院系这边有专门负责中国留学生的kuku老师，很可爱的人，会讲很英式的冷笑话，每周会有专门的tutorial hour，大家简单聊聊天，或者讲讲学业上的困惑。

二、日常生活 吃住方面可能学期初和学期末会很很不习惯，一开始是因为刚到新环境，会非常非常艰难，很多之前觉得琐碎细小的很简单的东西，到这里都变成了困难，比如接热水吃热饭等等。自己不太会做饭，有时候做的太难吃就只能倒掉吃泡面。学期中厨艺渐佳，自己去超市买菜做饭以后会觉得好很多。期末因为忙着复习，午饭晚饭可能都只有在学校食堂或者外面解决。但是英国这边国菜是炸鱼薯条，所以也可以想象基本上都是不健康的炸薯条烤肉三明治奶酪卷。当地学生的娱乐活动很简单，就是蹦迪.....融入不了的话其实学校各种资源也很丰富，运动、旅游（经常邮件可以收到学生组织的旅游活动）、社团活动，但由于复旦期末考试和伯大的迎新周会冲突的原因，可能一开始会有很多不适应、手足无措的地方，建议可以自己看看迎新周的PPT，或者多去学校专门的活动中心看看。我自己参加过的几个，一个是飞盘社，因为在复旦就有在玩所以也去看了看，英国这边这项运动的发展确实比国内要好很多，比如他们训练能够凑够14个女孩子打两条line，还有一个是烘焙社，其实我觉得学校不管哪个社的烘焙活动都是很值得去的，可以和外国朋友聊聊天，我自己喜欢打听一些欧洲各个国家的美食和学校附近好吃的店（有点像在国内问各个省市的朋友哪个餐馆最正宗的感觉），实在很腼腆没话说也可以认真做饼干之类的，不会没事干尴尬还能吃的饱饱的~下班学期交流因为是毕业季，可以赶上ball，大家会穿的比较正式出席宴会。想要特别说的是志愿者活动，其实学校的不管是社团或者各类活动都会在Facebook和Twitter上有更新，我当时去的是一个litter picking的活动，内容就是清理街道上的垃圾，感觉大家对自己居住的地方都很有责任感。我也在这个活动里认识了整个交流期间最棒的小伙伴们。最后一次litter picking的时候因为下雨了，一个已经工作的姐姐带我们去了一个类似于慈善组织的地方，也叫canvas，每周会组织大家一起看电影、桌游，然后有几天会有免费的晚餐，很适合了解普通的英国人平常都吃些什么（好吃的基本上都不是英国的菜哈哈），平时也可以去自习。

三、略有感悟 我有时候非常迷恋能够掌控自己生活的感觉，一旦事情脱轨就会焦虑不安，但交流过程中有很多我不曾预料到的事情，说起来每天好像还是在和复旦一样听课、看书，但又完全不同，遇到了更多的人听了更多的故事，更明白了“世界上有那么多千奇百怪的人，所有人都做一样别人说对的事不是很可怕吗”。世界上有那么多千奇百怪的人，那么，总是希望世界按照自己的剧本来走当然是不现实的，过去的人生中或许真的有很多，事情按照自己的想法发展的时刻，但突发事件总是更多，要学会不要把自己的时间塞得太满满当当，留出一些缓冲区，能更坦然地面对生活中那些不曾预料过的瞬间。还有一个很大的收获是，当你不知道做什么好的时候最要做的事就是不要停止前行，不要停止尝试，记得提醒自己：1 不要焦虑 2 无法控制情绪和思绪的时候就把自己想到的写下来 3 多学通用技能，比如学英语，excel、ps、pr等等 4 做点以前没时间做的自己喜欢的事，比如学吉他、学画画之类的 总之，先学点什么一定会很重要的东西（我觉得最明显的例子就是英语，但是当我要照顾科研、学习的时候可能没有那么多精力去兼顾的东西）或者喜欢做的东西、整理自己的思考（一来是减慢自己思考的速度，同时整理自己的思绪，更清晰有助于以后的复盘和全面思考问题，二来也算一种输出了），这样做的话永远要比一直空想一直担心要好一些，虽然我认为这并不是最好的状态，但至少不是最差的。其实我在交流之前情绪非常糟糕，每天都在忙碌，但不知道自己每天都在做什么，不清楚正在做的这件事情是不是真的对自己有意义。生活上有不顺，对未来也很迷茫，学习也受到了影响，当时非常庆幸自己报了交流项目，虽然一开始是有着逃避的想法，想着“在外面只有pass和np，只要不挂科万事大吉”，结果最后反而因为和国内有时差所以每天基本上难得用手机，多了很多时间去学自己一直想学的课程，探索各种不同东西，少了很多压力也能静下心来看书，不会翻几页就开始想自己还有多少没看完。空间时间上的强制隔离，也给了我机会跳出我过去一直深陷的生活，以更客观的角度审视自己、面对自己的内心，然后也在日记里写了很多与上面类似的感悟，渐渐梳理清楚了自己未来想做什么，辨别开了自己最想实现的和为了不让身边人失望而逼迫自己去做的事情，最后在伯大的学习也还取得了不错的结果。很感谢自己像是抓住了一把生活的钥匙一样抓住了这次交流的机会，虽然还在慢慢调整自己的心态，但现在每天都生活得轻松有趣，也下决心要继续看看外面的世界了。