

# 2017年秋赫尔辛基大学交流心得

2018-04-08 15:13:11

2017年9月到12月，我有幸在芬兰赫尔辛基大学进行了一学期的交流学习。现在回顾独自在异国生活、学习的这四个月，思绪纷杂，整理心得如下。

一、学习 我在赫大的一个学期里，总共修习了新闻传播方面的六门课，其中有偏理论的也有偏实践的，上课方式和国内有不少相同点，如都重视小组合作，也有很多不同点，这些不同点带给我新体会和新思考。

1. 选课数量少，但负担并不轻 一个学期只修六门课，听起来很少，而且赫大一个学期分为两个period，每一个period都相当于一个小学期，所以实际上每一个时段中，我同时在上只有三门课，但是课业负担却并不轻。首先，在赫大，课堂时间弹性非常大。我上过的耗时最长的一节课，从早上九点开始，到下午三点结束，这中间当然有休息时间和午饭时间，但一天下来还是非常累。而其他的课，虽然没有这么夸张，但持续三、四个小时也并不罕见。要充实这么长的一堂课，老师要准备很多内容，学生也自然要预习很多内容，所以课下要阅读的文献和要完成的作业也比较多——实际上，即使是两个小时的课，也要阅读很多文献。将一个学期分为两个period的做法，出于“交换生”的心态，我个人很喜欢。这样一来，我可以接触到更多充满“新鲜”意趣的课程，加之时间短，心理压力就更小。而且时间短，也不意味着课程深度、难度就低，因为课堂时间并不短。但是我个人并不喜欢时间太长的课，即使课堂气氛大多时候都比较活跃，两个小时之后还是难免疲倦，而且课下要读几十页词汇颇专业的英文文献，也不是一件轻松的事。不过，经过这四个月的“训练”，我读英文文献的能力、速度和整理、总结能力都有显著提升，也更耐得下性子了。除了读文献，各个课程的实践项目也不少，其中最“隆重”的一个项目，是到爱沙尼亚首都塔林，就地取材、采访，然后写出一篇报道。类似的作业以前也做过，但是在一个完全陌生的环境取材，然后用非母语写出报道，哪怕并没有写得很出色，到底也是一种突破。

2. 一门课不止一个老师在赫大上课，更让我觉得奇特的一点是一门课常常不止一个老师。我有两门课程是好几个老师共同负责，每个人各上几节课，其他课虽然更换老师的频率没有这么高，但任课老师也会邀请其他老师来上两、三节课。一开始我觉得很不习惯，而且由于经常换老师，每隔几节课就要做一次自我介绍，感觉也有些浪费时间。后来习惯了，也感受到了这种操作方式的好处，因为这样一来，给我们上课的都是相应领域里的佼佼者，能带来更加专业的见解，更加深入的讲授，更加丰富的经验。再者，这给学生提供了与更多学者交流的机会。我在赫大选的课程在大方向上都是新闻传播类课程，有些内容在复旦就学过，但其中也有很多涉及西方政治、西方媒体运作的内容，对我来说是完全陌生的，而这种常换老师的制度，就让我得以从主攻政治研究的老师那里，更清晰、准确、全面地了解相关内容。

3. 多种文化交融 在赫大时我和其他十几个交换生一起上课，第一次体会到如此文化交融的课堂。从前，对来自世界不同角落的人，有来自影视剧的想象，也有未经证实的刻板印象，而当真正与他们身处同一个教室，与他们交谈，与他们一同完成项目时，那些想象和印象或落入实处，或幻灭不见，这是很有趣的一种体验。比如，芬兰人并不都是冷漠的“面瘫”，相反，他们还很乐于以此自嘲说笑。

二、生活 我当初申请到赫大交流的时候，其中一个原因就是想体验一下向往了很久的“北欧生活”，这一趟下来，也真的没有让我失望。来之前就在互联网上看到过很多关于芬兰人冷漠的调侃，实际上这一点对我来说还挺有吸引力的，因为我自己也不是一个很擅长、喜爱社交的人。来到芬兰之后，我发现其实芬兰人不是“冷漠”，因为向路人问路时，他们会很“尽责”地一直指路直到确定你能找到——哪怕他们可能并不会说英语。我更愿意用“尊重”和“礼貌”来理解那种淡淡的、平和的疏离感，这种状态对我来说是正正好。这种尊重和礼貌不仅体现在对待异国人的友好上，市民面貌的多元化也是一种体现。在赫尔辛基街道上，打扮标新立异、特立独行的人出现的频率比我生活过的任何一个城市都要高，“朋克青年”和“纹身少女”照常行走，我这样的路人甲乙丙丁也照常行走。我非常，非常欣赏和喜欢这种“习不正常以为常”的开放观念，和事不关己就绝不多嘴的自我约束。这可能是欧洲城市共有的气质吧，我在丹麦和荷兰也有同样的体会。另一点让我非常欣赏和喜欢的，就是北欧城市的干净，街道上没有垃圾桶，也没有垃圾。赫尔辛基的公共交通非常发达，公交、地铁、电车、市内火车任君选择，而且每一种交通工具都会在站点设置电子屏，显示下一班来的时间，国内城市目前能做到这一点的，应该也只有地铁。在赫尔辛基生活，让我感触最多的就是料理自己的日常起居了。这四个月里，我逐渐开始尝试做更多更复杂的菜，根据菜价和营养搭配规划一周要吃的“菜单”，然后去平价超市采购，再回到自己的小窝手忙脚乱地“烹饪”。偶尔也羡慕别人有室友，能一起做更好吃的饭，但我本质上还是最享受独居。闲时读书运动，看看电视剧，跟朋友聊聊天，思考思考人生，有作业时也不需要专门跑到自习室或图书馆，因为一个人住，根本比图书馆更安静，更远离干扰，作息随心所欲，活动自由安排，想什么时候洗澡就什么时候洗澡，想用多久厕所就用多久，想邀朋友来就邀朋友来，不用顾忌运动的时候动作不雅，不用戴耳机，不怕打扰到任何人，真的非常爽。只是偶尔会被楼上楼下开party的声音打扰到，也是没办法的事。当然还是会有很孤独的时候，加之赫尔辛基入冬之后昼长不过四、五个小时，很多时候根本看不到阳光，神经大条如我，还是会不自觉看着窗外叹气。但是这样的状况，在出发之前就早有预料，而且排解孤独和忧思，也是人生中很重要的一课。事实上，我很高兴我在自我排解自我疗愈的时候，身边没有其他人。对我来说，这是重新认识自己的一个机会，是内心成长的一个过程。总而言之，去赫大交流的这段经历，对我来说是非常珍贵和难以忘怀的一段经历。我体验了跟从前大不相同的生活，看见了一生难得一遇的景色，在从未想过能抵达的地方驻足，为了不曾了解的概念苦读文献，交了一些金发碧眼的朋友，也交了一些棕发棕肤的朋友。我感恩太阳，感恩超市里廉价的小土豆；感恩教授，感恩公寓楼里擦身而过的清洁工；感恩极光，感恩头顶水蓝色的澄澈天空；感恩自己勇敢向前，更感恩学校选择把机会留给我。