

# 2017秋季加拿大多伦多大学交流总结

2018-05-11 16:58:14

不知不觉时光飞逝，当我终于提笔开始回忆、整理在大多伦多的交流经历时，在大洋彼岸的枫叶国的生活已经是我半年前的故事了。回想登上飞往北美的飞机前，我的心里是对异国浓浓的好奇与期盼，我想要看看国外的大学究竟是怎么样的，和我在国内体验的大学生活有什么区别，我也想要试试我自己究竟能不能独立地在一个全新而又陌生的地方生活和学习。而半年后，当我回顾这一切，我可以这样说，在大多伦多的四个月是繁忙而又愉快的，我度过了充实而又特别美好的学习时光，提升了独立生活的各种技能，也结交到了一群志同道合的朋友。

## #1 Study Experience

多伦多大学（UofT）圣乔治校区是多大的主校区，位于多伦多市中心。UofT的校园是开放式的，被downtown的几条主干道分隔。校园中有非常现代化的世界第三大图书馆，也有中世纪教堂风格的教学楼，有巨大的草坪，有冬天落满雪的梧桐树，还有自由自在的小松鼠们。在UofT的一学期我总共选了三门课，分别属于三个不同的program：Physiology program的Human Physiology；Immunology的Immune and Infectious Diseases和Ecology and Evolutionary Biology的Macroevolution。生命科学是UofT的强势专业，生命科学相关专业下的学生也非常多。我选的三门课都是几百个人的大课，尤其是Human Physiology，是坐在圆形大礼堂中的千人大课。坐在大礼堂中听lecture时，基本都看不清教授的长相，上课的时候除了教授麦克风的声音，就是身边几百个同学敲键盘的声音。UofT的很多教授都是学术界的大牛，但又非常平易近人，下课时被问问题的学生团团包围。教授也来自世界各地，有风趣幽默的印度籍生理学教授，也有稍微带点口音但是异常温柔耐心的意大利籍免疫学教授。上课过程中，一个很深的感受是UofT作为一所百年名校的学术底蕴，教授上课时经常会提到一些科研领域著名的发现，解释完其中的原理之后加一句“这是在UofT被发现的”，作为一名多大多人的自豪感溢于言表。比如生理学课上教授提到了人尽皆知的胰岛素的发现，但令我惊讶的是当时我正站在发现胰岛素的土地上——胰岛素是在UofT医学院被发现的！虽然只有三门课，看似课程数和课时量很少，平均每天只有两个小时的lecture，但是为了弥补大型的lecture在师生交流与同学间交流上的不足，课程还配有tutorial，也就是由助教指导的习题课。Tutorial上助教会让学生自由分成小组，大家一起以竞赛的方式回顾课上的知识，并且有一些拓展性的讨论。这个过程极大地帮助我消化了课程知识，也让我认识了同一门课的很多外国同学。此外，每门课都有大量的reading要求，课下需要复习和总结的内容很多。UofT的教授们也很喜欢用网上的答题软件，所以每次都有网上作业需要完成。起初我很担心自己能不能跟上用英语教授的专业课程，刚开学的时候，每次上课只能听懂60%，回家对着课本和PPT看到很晚才能把当天学的内容基本掌握，但是到近学期末的时候已经能听懂了80%，在这个过程中英语能力也得到了很大的提升。UofT的学风非常浓郁，无论何时何地图书馆似乎都人满为患。为了满足学生的需要，学校里的图书馆也很多，最大的综合性图书馆Roberts、理科图书馆、医学图书馆，甚至各院系楼和学院楼里也有图书馆。图书馆里有一个非常值得借鉴的设计，是里面大量的讨论室，讨论室的使用需要预约，很多学生自发组成的学习小组会在里面一起学习。临近考试的时候还会有各program学生会的同学组织任课教授开答疑课，出售往届的考试题，还记得买生理学考试题那长到在医学院楼里绕了一圈又一圈的队伍。同学们还会在这门课的Facebook主页分享学习资料，提问和答疑，大家互相帮助。在UofT，CIE（Center for International Experience）负责交流生相关的各种事项。在交流开始前主要由CIE的老师给我们这些准交换生作一些资料提交和选课上的指导。学期开始之后，CIE举办了各种活动，比如给每个exchange student安排一个global ambassador帮助解决新生报道时的各种问题，开学时举办聚餐和校园游览，万圣节时组织切南瓜等等。在这些活动中，我体验了很多充满当地特色的风俗，还结识了很多和我一样同是交流生的同学们。

## #2 Life Experience

学习之外，在多伦多，另一个让我感受极深的点是生活和友情。非常幸运的，从复旦和我一起来多伦多的，共有四位同学。我与其中三位女生一起合租了一栋house。最开始，我们四个人中只有一个人会做饭，我们剩下的三个人只能每天眼巴巴地望着投喂，并力所能及地做一些洗菜洗碗之类打下手的话。后来在每天的探索和互相帮助下，我们都学会了做饭，并制定了一个做饭轮班表。想来在多伦多最大的收获之一，就是我从这个从小到大只会泡泡面的人，练出了一手好厨艺吧。在此想要真诚地感谢和我一起在这个多伦多的伙伴们，大家互相帮助，一起生活的四个月非常幸福。我们一起逛超市，一起拎着大包小包暴走两三公里回家，一起逛遍多伦多市内的每一个地标，一起解锁多伦多的美食。除了多伦多市内的游览，我们还和其他的交流生伙伴们，趁着假期的时候，感受了尼亚加拉大瀑布的壮观；在蒙特利尔吃了当地特色的poutine；在魁北克的小香普兰街夜游；在首都渥太华的议会山俯瞰市区全景；在阿岗昆省立公园玩雪。我想，交流的意义，不仅在于学习，还在于去亲身领略另一个国家的山川河海，体会那里的风土人情。多伦多是一个极包容的城市，在那里，有来自全球各地的人，不同的肤色、不同的瞳色，都被包容在这座大城市里。UofT的校园内，也有来自各个国家的同学，尤其是亚洲面孔的同学，基本占到了学生总数的一半。在短短的一条downtown的路上，你可以看到印度菜、意大利菜、加拿大菜、日本菜、韩国菜，甚至兰州拉面。绝大多数市民都是极友好的，在银行，我遇到了耐心帮助我，对我用中文说“你好”的外国柜员；在地铁站，被多伦多交通系统的换乘方法弄的一头雾水的我，遇到了极温柔的工作人员；甚至路边的流浪汉，都会在你经过的时候和你打招呼，说“You are so beautiful.”

## #3 Inspiration

交流的一个学期似乎过得特别快。从大二申请出国交流至今，我一直在思考对于我们来说出国交流的意义究竟是什么。显而易见的，海外交流的经历拓展了我们的知识维度。学习知识是交流的主要目的，也是根本目的。我们接触到了不同的教育资源、教学理念和课程设计，相比复旦，国外的学习有更多的阅读、作业、论文等压力，推动着我们调整方式并适应不同的学习研究模式和节奏。课堂讨论、课下作业与考试成绩结合的考核方式，可以让学生真正的参与到课堂中。交流之后，我觉得我学习的主动性更高了，而回到复旦，这种主动性对我大三大四之后的学习也有很大帮助。另外，这四个月的经历也开拓了我的视野和思维。在能力维度上，环境适应能力、抗压能力、人际交往能力、表达与表现能力等都得到了挑战与提升。上大学以来，我一直都有出国深造的想法，但是不同的教育模式和文化背景不免让人对这一道路心生犹豫。而这次海外交流给了我一个很好的机会让我判断国外的教育模式是否真正适合自己，我又是否能够驾驭在异国他乡的生活。在大多伦多的经历让我坚定了本科毕业之后出国深造的想法。北美是生物学发展的老牌地区，出国读研可以获得更好的师资力量和科研资源，待学成之后，以更自信和更专业的姿态回国报效我的祖国。当身在异地他乡，对祖国的认同感和归属感会特别强烈，你会一直清醒地记得自己代表着复旦，代表着中国。但也是因为这种归属感，你会看到在校园里，亚裔面孔往往和亚裔在一起，黑人的朋友绝大多数是黑人。中国的朋友互相帮助，抱团取暖，可以帮助我们更好的适应新的环境，但是大家除了上课，生活中都和国人交往，说中文，似乎失去了在国外读书的意义，反而形成了封闭而孤立的社交圈。UofT每年接受三百多位来自世界各地的交流生，在这四个月里，我的确认识了很多来自世界各地的朋友，但是总的来说，还是来自中国的交流生内部比较相熟，会举办一些小型活动或者一起外出旅游。我想这是值得反思的一点，而这个现象不仅反映在海外交流中，在出国读四年大学的人中更为常见，也更为严重。海外交流提供了我们一个走出去的机会，但并不是在国外学习就是所谓的“走出国门，迈向世界”，要做到真正走出去，需要戒除这种过度的团体依赖感，融入更多元化的生活圈和社交圈。海外交流对于学校来说，也有着重要意义。目前国内越来越多的高校逐步加强了与国外院校的合作与交流，国际交流合作是教育国际化的重要平台。高校可以以此培养具有国际意识、国际视野、国际竞争能力的高素质人才，也可以以交流生为媒介，吸引外国学生来本校交流，增加了学校的国际竞争力。交流期间，UofT CIE也邀请了交流生们向UofT本校的学生介绍各自的home school，也有很多UofT学生表现出对到中国交流的强烈兴趣。因此，如果你问我，海外交流到底有没有意义，承担着回校之后需补大量课程的风险，花一个学期与额外的金钱在国外学习究竟值不值得。我的答案是：值得。海外交流提升了我的能力，开拓了我的视野，也让我有了更明确的未来发展方向。

## #4 Suggestion

最后想给以后会去多伦多交流的同学一些建议：尽早确定住宿的地点，因为UofT基本不提供宿舍，宿舍的价格也很昂贵，租住的地方应尽量靠近校园，出行方便，如果有同行的同学，可以考虑合租。在学期开始的时候，安顿好并熟悉了环境之后，可以多多地到附近的城市比如蒙特利尔、魁北克，或者国家公园游玩，加拿大虽然没有我们想象的那么冰天雪地，但是十一月之后的气温逐渐降低，并不十分适合旅游。多多参加学校内的活动，开学的时候会有社团和学生组织的招新，CIE也会组织面向交流生的各种活动，在这些活动中可以认识更多的同学，也可以更好地了解这个城市和国家。Enjoy your life in Toronto! 如今我已经回到了熟悉的复旦校园，回首那四个月，我想感谢复旦对我的教育和支持，每当我在海外结识了来自世界各地的同学，我都会带着深深的自豪介绍我的母校，同时也想感谢UofT提供的交流机会以及UofT的老师同学，感谢复旦搭建的海外交流平台，感谢在过去的一学期里给予我很大帮助的同学们，感谢我自己，

有所收获，没有辜负这次机会。你好，多伦多。谢谢，多伦多。下次再见，多伦多。