

# 在千湖之国度过的100天——2017年秋季东芬兰大学交流小结

2018-05-23 14:20:02

2017年9月的第一天，我踏上了前往芬兰的旅程，兴奋与忐忑参半地向未知的生活迈进。而现在的我回头看看在异国度过的100多天，感触颇多，特此写下此篇小结，一来是对这段宝贵的经历做个记录，二来也是给有意去芬兰交流的学弟学妹们分享一点经验。首先，对东芬兰大学及交流项目做个简单介绍。

东芬兰大学是原有的约恩苏大学和库奥皮奥合并而成，成立于2010年。因此东芬兰大学是有两个主校区，复旦的交流项目还是集中在约恩苏校区。选课时还应注意课程安排的校区，否则很有可能一不小心就得搭一小时的火车前往库奥皮奥上课。芬兰的教学制度与复旦非常不同，它有两种学习方式，一种是集中授课。一门课会集中安排在2-3周内上完，因此在选课时，请尽量安排好每门课程的时间，避免冲突。第二种是自主学习，学生不用去学校上课，通过和老师邮件沟通选择相应的学术著作，期末完成一篇读书报告即可，非常适合冬天不愿出门的小伙伴们。



约恩苏一景 第二，从衣食住行介绍一下芬兰的生活。衣 作为从小生活在上海且又特别怕冷的我来说，当时是拖了满满两行李的厚衣服出发的。但是到了那边以后，发现好像并没有这么冷。当地人告诉我，约恩苏最冷的时候是1-2月。所以即便在11、12月份，地上已经积了五六十厘米的雪，气温降到零下，他们也会笑着和你说：“这只不过是我们的秋天。”因此，如果是在秋季前往交流，当地最冷的气温应该是零下十度左右，不需要额外添置厚衣服。但是从1月份就开始就会变得很冷，积雪也会很厚，需要防水性强的衣物鞋子。

回国后看到这条微博，明白了当地人觉得约恩苏的12月还是秋天的原因。食 只要办了学生卡，就可以去学校餐厅享用1.88欧的学生餐了，包含主食、饮料以及无限供应的色拉和面包。餐厅供应时间一般是工作日上午10点左右到下午4点就结束了，因此晚餐及周末三餐还需自行解决。学生公寓里有厨房，每次我在做中国菜时，来自希腊的室友都会一边好奇地看着，一边在旁边感叹：“Wow, Chinese food”。住 住宿是需要提前申请的，室友和住宿地址也是对方统一安排。我的室友分别来自俄罗斯和希腊。即使来自不同地方，专业不同，但我们也能聊到一块去。有时，我们晚上会聚在一起，喝着芬兰当地特色红酒Glogi聊天说地，既谈论不同国家的文化，也会聊聊各自的兴趣爱好。印象最深的还是，一群人挤在阳台上看极光，即便冻得瑟瑟发抖，但还是被大自然的美丽所震慑。



约恩苏的积雪貌似有点大，邮递员叔叔要穿高筒雪地靴才能走过去吧？ (@ismo\_pekkarinen)



地上摔了几次后，还是无比怀念不常下雪的上海。最后，分享一些自己的感悟和体验。首先是学业方面，我的专业是广告学，但是东芬兰大学并没有相关院系，因此我选择了社会科学这一专业。我记得新闻学院一位老师曾建议我们多去学习一些其他专业的知识，不能局限在广告这一领域中，这样做出来的研究才会更有深度。在芬兰学习了社会学的相关课程之后，我也明白了老师的良苦用心。通过阅读社会学的相关理论文献，我发现其实文科许多理论都是互通的，即便一些理论知识无法运用在广告学中，但是它也能帮助我拓宽知识面，增强批判性思维的能力。我在东芬兰修了一门关于后殖民主义的课程，对后殖民女权主义有了一些了解与兴趣。在交流回来后毕业论文开题中，我将后殖民女权主义与广告研究结合在一起，准备对体育广告做一些相关研究。我认为，交流学习意义就在此，通过学习西方的理论文化，去芜存菁，并结合在复旦学到的知识，从而达到提高自身学术素养的目的。在学习方面，令我印象深刻的一点就是老师十分注重和同学的互动，老师常说：“Every opinion is welcome”。在课堂里，每个人都是平等的，尽管有些学生提出的看法略显青涩幼稚，但是老师也会鼓励他继续说下去，并不反对他的看法，而是在他的基础上提出自己的意见。在东芬兰大学，上课模式不再是老师单一的教学，而是转化成一种师生间的讨论形式，每个人都在相互的交流中获取新的知识。

东芬兰大学校园一角 这次海外交流不仅是在学业上有所收获，对我而言，更是人生中一段宝贵的财富。其实，交流生活并不是一帆风顺的，刚来时因为没有家具睡在地上，因为没有装车前灯而交了几十欧的罚款，因为下雪从自行车上摔下导致双膝都是淤青。当然

也有很多好事发生：在芬兰看到了极光，和室友喝Glogi到凌晨，在蒸桑拿时与芬兰小姐姐聊天说地。这些好的坏的，幸福与不幸都丰富了我的生活，让我的人生有着与别人不同的经历。而在异国他乡的生活也为我提供了远离之前的生活环境的机会，让我得以好好去审视从前的生活与问题。我忽然发现，一些在之前看似非常重要的东西反而变得不那么重要了。在芬兰平静安谧的生活环境中，一些生活中不经意的小细节也可能成为幸福的来源，例如在寒冷的冬夜中步行45分钟后走进一家温暖的超市，或是阴沉的天空中偶尔出现的一缕阳光，又或者在有暖气的房间里捧着一杯热茶看窗外雪花飞舞。我想，这也是为什么芬兰是全世界幸福度最高的国家之一吧，身处于平和宁静环境中的芬兰人不会刻意去从奢侈的生活中营造满足感，而是更愿意从平凡的生活寻找幸福感。这种生活态度也影响了我，以至于刚从芬兰回来的我，走在洒满阳光的街上也能觉得很快乐，当然也有可能因为好久没见到太阳了。记得刚来芬兰时，我还在自我怀疑：这次的交流是否有意义，付出了那么多会不会有所收获吗？但是真真正正生活过后才发现，这是一段非常有意义的人生经历，不仅

开拓眼界、增加阅历，同时也改变了我的生活态度与处事方式。