

# 2019秋美国加州大学洛杉矶分校交流小结

2020-11-04 10:49:19

交流小结“叮！那年今日的故事已为您准备好，点击即可穿越。”百无聊赖时点进这样一条通知，跳出来了一年前的今天，我与几位同去UCLA访学的复旦小伙伴们在Santa Monica海滩上看日落的合影。看着照片里大家无忧无虑的笑容，我一边感慨着时光飞逝，一边被角落飞向远方的海鸥将思绪勾回到了2019的那个夏天。出发之前“在复旦，每年有三千多人次的出国出境交流访学的机会，50%以上的本科生在本科学习期间有机会到海外学校学习。”犹记在新生开学典礼上，外事处的老师这样介绍复旦的交流情况。自小看剧无数的我对西方文化心生向往已久，但无奈从未有过机会让我走出国门。“50%”这个比例之大，大到让刚到大学尚未自己位置的我跃跃欲试，打定了主意“一定要在毕业前出去一次”。虽然交流的意愿坚定，可在那之后我却很少再有了解到相关的信息。直到军训期间一次偶然的机会，到过新加坡国立大学访学的师兄跟我详细地介绍了他准备的全部流程，交流才又重新变得有希望了起来。从前一年的九月到次年九月，准备交流的时间之长、过程之繁琐，让我觉得一定会有哪一个关卡把我的访学之路卡死。接近一年的时间里，我先后大老远跑到海事大学考托福、担心院系名额分配生变、慌慌张张准备材料、硬着头皮参加学院答辩、踩着时差极限提交申请材料、一波三折办完公派证明、惴惴不安怕被拒签、最后临出发前几天又改签机票，每一个环节都不顺畅，却又都化险为夷的我连自己都不敢相信能够走完整套流程。终于，在2019年9月18日晚，我带着两大箱行李，登上了飞往大洋彼岸的航班。UCLA 1 校园生活说来也巧，1919年创立的UCLA恰好在我到访的时候建校满100周年，虽未赶上大型的庆祝活动，但在满校园的海报中看到其在过去100年里取得的成就，再加之其刚登上全美公立大学排行榜榜首，初来乍到的我更加庆幸自己能够有机会到这里学习。UCLA的校园极为广阔，各种古代的、现代的风格各异的建筑稀疏地分布其间、异常和谐，楼宇于楼宇之间充满着地中海气候特有的植物。最具代表性的建筑则是Royce Hall，曾有包括爱因斯坦、马丁·路德·金和肯尼迪总统在内的多位著名人物这里发表过演讲。而我最喜欢的地方则是Royce Hall旁的一片长在山坡上的草坪。多数天气晴朗的下午，我都在会在上完课之后走到那里，挑一个舒服的姿势看书或者学习，累了就看看不远处在树上玩杂技的同学们，困了闭上眼睛就可以睡觉。在这种轻松的氛围包裹着的草地之上，我漫无边际地思考了许多“没有意义”的问题，也真切地感受到了岁月静好。



Royce Hall旁的草地 2 学习 因为美国的本科专业不设置药学，所以我被分到了化学系。但由于选课约束极少，除了《Organic Reaction & Pharmaceuticals (有机反应与药物)》跟化学沾点边之外，剩下的五门我全都是按照兴趣来选的：《Cell and Molecular Biology (细胞与分子生物学)》《Introductory Biopsychology (生理心理学导论)》《American Culture & Conversation(Advance) (美国文化与对话(高级))》《Careers in Chemistry and Biochemistry (化学与生物化学职业探索)》《Career Exploration in Life Sciences (生命科学职业生涯探索)》。前三门偏重理论和专业的课每周只上两到三次课，但内容却十分硬核。每门课都有厚厚的教材，要在老师指定的时间之前读完并完成课后小测，上课的时候老师更多的是带我们梳理难点整理知识。我所学的专业课都是几百人的大课，课堂气氛因此十分活跃每堂课也配有每周一次的讨论课，讨论课则至多20人，由研究生主持。讨论课在让我们讨论课程知识之余，也会有意安排学生每周与不同的人在一个小组讨论，尽可能使我们认识更多的人。其余两门职业生涯探索的的研讨课程也让我受益匪浅。其中一门课的教授们每周会邀请在各行各业取得了杰出成就的校友来开讲座，分享他们的职业路径，另一门课的教授会带我们做各种专业测试，每次测试都会有长达十几页的结果分析，提供多种角度使我们更好的认识自己的性格和职业兴趣。《美国文化与对话》则是一门旨在帮助非英语母语学生提升口语水平的非学分研讨课。每周一次，由本地学生志愿者带领我们就美国文化的某个部分进行探讨，旨在提升我们的英语水平。在这门课上我学到了非常多实用的口语表达，还认识了来自世界各地的朋友们。为期十周的一个学期学习任务并不轻松，每门课程都有自己的期中考试，少则一个，多则两三个。我的期中季就从第三周持续到了第七周。但紧张地学习节奏确实能让我们持续保持高效的学习状态，充分利用学期内的每一天获取新的知识。经过一学期的学习，我如愿取得了两个A+、一个A-和两个P的成绩，也荣登了Dean's Honor List。3 对比 回过头来总结时，将UCLA与复旦相比，私以为这里的课程设计更加人性，学习资源更加丰富，教授对待教学更加认真。UCLA在课程的设计上无微不至，且处处体现着施教者为受教者的考量。在复旦，全勤+考试高分(+讨论课/pre表现优异)是拿A的必要不充分条件。而在UCLA，最后的总成绩往往由5-8项组成，各项也不是那么死板：考试占比不高且由多次考试综合而成，考勤往往允许一两次无故缺勤，讨论课上更注重参与感，课前预习的小测会算分，线上学习与讨论的参与度也有成绩，还有大多数人都能拿到的Bonus Points额外加分.....除了学术上的安排，课程促使所有人都能获得平等教育资源的难题上更做出了努力：在《细胞与分子生物学》课程大纲的第一页上，甚至写上了“**We expect everyone in this class to contribute to a respectful, welcoming, and inclusive environment to support the learning of all other members of the class, regardless of age, sex, gender identity, race, culture, sexual orientation, religion, ability, background, or other seen or unseen identities.** (我们希望班上的每一位同学都能致力于创造出一个相互尊重、友好且包容的学习环境以支持其他人的学习，无论年龄、性别、性别认同、种族、文化、性取向、宗教、残疾与否、家庭背景和其它看得见或看不见的因素。)” ，在实际的操作中也是考虑到了残疾人的需求，使其坐着轮椅也能正常上课。面对政府要求学术机构对华人学者展开调查的政策，校长则给全体教职工和学生写邮件表示学校将拒绝执行这一无理政策.....个人认为我且还需要在人性化的方面做出努

力。在学习资源上，UCLA为学生们提供了各式各样的平台和取之不尽的资料。线下的资源方面，除了课堂与教材，还会有五花八门的“小灶”：讨论课、TA session（助教答疑）、LA session（上过课的学长学姐答疑划重点）、笔记分享小组、学习伙伴项目……至于线上资源，除了学校公用的教学系统之外，几乎每门课都额外有1-2个自己的平台：线上讨论社区、考卷查询系统、课外内容平台……除此之外，校园网更是从宿舍到教学区全部覆盖，在学校的任何角落都能随时访问图书馆资源。UCLA学术大牛甚多，但教授们也从未因为科研水平高而懈怠教学。与国内大部分专业课“课上听PPT，课下自学”不同，这里的老师从来不念PPT，他们往往会一个接一个地发问，或者一部连一部地推导，每当遇到难点都会停下来给同学们提问的机会，直到“确认过眼神”都听懂了才会继续。老师们在活跃课堂氛围上也会下苦功夫，有时会讲几个笑话活跃气氛，更多的时候则是讲一些与课程相关的或离奇或有趣的知识寓教于乐。课下的老师们也非常平易近人，问问题的人经常多到下节课的老师来了还没问完，Office Hour哪怕没人也会在指定的教室从头等到尾，常常夜里九、十点还会回复学生的邮件。我想正是因为老师的敬业，才能做到一千多人的大课才能被安排的有条不紊。文化 在院系的答辩上，我将“体验一种全新的文化”列为了交流目的之一，但心里实际上想的则是“交流就一个学期，还总在学习，哪能体验到什么文化？”但出人意料的是，此行带给我的对当地文化的沉浸式体验让我完美实现了这一目标。虽然美剧、电影看了无数部，但到了实地后陌生的环境不同的语言仍无法让人一下子适应。因此在最初的探索阶段，我总是和复旦一起来的同学们一起行动。和这些文化背景相同的人一起，我们从开始地磕磕绊绊一起订民宿、打疫苗、探索校园、办理入学，到后来一起购物、看电影、去海滩、玩环球影城……慢慢地也就适应了起来，其间我不仅慢慢认识了当地文化，更在一起摸索的过程中认识了来自复旦各个院系专业的大佬们，也意外结交了两位挚友。经历了过渡期，与美国室友Norman的友谊带给了我更加地道的体验。Norman是印第安与汉族混血，主修政治学，他丰富的文化背景与对中国的好奇让我们总有探讨不尽的话题。从一起上课、学习到吃饭、看电影，我们的对话内容从宏大的国家、三观到平常如生活习惯等无所不包，一次次的闲聊更使我渐渐了解了一个美国人对美国的认识。经舍友的促成，我也逐渐融入了他们那个多元的社交圈，熟识了一群同样有着不同文化背景的小伙伴们。与他们在一起的时间总能让我了解到新奇的事物和观点，在他们的陪伴下我也过了自己的第20个生日。另外还有许多“第一次”也值得一提：在UCLA与USC年度足球比赛之前的大型集会中，我第一次体会到了“一日Bruin，终身Burin”（Bruin是UCLA学生的自称）这种强烈的归属感；在万圣节的变装派对上，我第一次体验到了只在美剧中看到过的兄弟会派对的疯狂氛围；在期中考试前一天晚上的LAUV的演唱会上，我也第一次完成了异国追星……



生日合影





集会盛况 成长 出发之前，院长曾嘱托我们：“去外面的学校转一圈，重要的不是去知识，而是去开拓眼界，去经历，去成长！”的确，待在UCLA学习的一学期，学术上的长进固然显著，但更难得的是这短暂的交流经历对我个人成长带来的深刻而又长远的影响。如前文提到的，尚未出发之时，我和几位一起从复旦过来的同学便自然而然地结成了一个小团体。在最开始的不适应期，语言的障碍和文化的壁垒让我跟当地的人们很难建立关系，此时的小团体则仿佛是原先舒适区的外延，待在里面就看不到这些差异。Norman则因为是本地人，能极快地融入新环境，记住每一个人的名字并迅速建立起自己的圈子。每当我隔着宿舍门听到他跟邻居们谈笑风生，或者到隔壁宿舍去串门度过一整晚，我虽总是会暗自羡慕，但因为感觉唐突总是没敢去敲那些门。直到我鼓起勇气接受舍友的邀请跟他的朋友们，才在席间用尚不娴熟的英语认识了这些本该在一个月前就认识的朋友们。在这次的大突破之后一次次的小突破中，我终于第一次敲开了邻居们的门，真正意义上跨出了社交上的舒适区。在UCLA，我对种族问题与身份认同有了不一样的认识。无论何时行走在校园里，身边总能看到有不同肤色的，打扮各异的，讲着不同语言的人。我曾在细胞与分子生物学的课上看到过患有唐氏综合征的女生跟大家一起正常学习、在生理心理学导论上看到像Sam Smith一样涂粉色指甲油，背大红色毛绒绒的包的黑人男生每次都坐第一排、在学校的Bruin雕像旁看到两个举着“P\*HUB AD FREE”的小哥。在这样开放而包容的环境中，我从未曾因为自己的黄皮肤而感到羞赧，反而更加为我是我自己的样子而感到自信，并学会了尊重身边的每一类人。更重要的是，UCLA也让我对自己的人生规划有了新的想法。在复旦的这些年，我无时无刻未曾觉得自己浸泡在一种紧张的氛围之中，身边从小优秀到现在的同学们仿佛都在各自的赛道上奔跑，他们的目标有的是绩点、保研，有的是科研、实习。巨大的同伴压力之下，我也只能不断鞭策自己向前跑。但在数十个坐在Royce Hall前面的草地上瞎想的下午中，在三门职业生涯研讨课上3位教授的独特经历和几十位杰出校友的现身说法中，在与认识的几位二十七、八岁了还才开始念本科的朋友的交谈中，我第一次从身边的这么多的活生生的例子中明白了人生在于不断尝试与突破，在于探寻自己热爱的事业。具体于我而言，则是让我下定了延迟毕业一年，大胆转换研究方向，并积极参与相关科学传播工作的决心。从中国到美国、从上海到洛杉矶、从复旦到UCLA，三个层面上的突然转变让我彻彻底底迈出了自己的舒适区。在这样一个完全不同的环境下，我不得不强迫自己去使用另一门语言交流、学习、思考；去观察、模仿、练习美国人的日常习惯、交流方式和交际规则；去转变观察角度，尝试训练出一种在不一样的文化背景下养成的思维模式。不适应是自然的，闹笑话是常有的，但正是在这些经验中不断完善自我，才使我获得了全方位的成长。总结的总结 出发之前，Mary在全体交流成员的派出大会上说：“本科阶段是你们到国外度过这样一段时间机会成本最小的时期”。在UCLA的时候，一位同去交流的微电子的同学跟我说：“等你回去了，就会觉得这段时间像是在梦里一样”。交流结束快一年，由于疫情在家无法上学的Norman上周跟我打电话时说：“It’s not a big deal when you are in the campus, but after you left it you really miss UCLA. (在校的时候还不觉得，离开了之后却是真的会很想UCLA。)”借着写交流小结的机会重新思索总结我的交流经历，现在再回过头来读这三句话，似乎能更加真切地理解和感受语者的期望、珍惜与想念。至于我自己，虽然这交流的申请程序繁琐，虽然交流时间不长，虽然能转回来得学分不多，虽然我在交流其间选择了延迟毕业一年，虽然我的政课题因此要延期了，虽然我的二专可能要修不完了，但若再给我一次选择的机会，我仍会毫不犹豫地再次选择交流。 P.S. 感谢复旦外事处为我们提供如此多优质的交流项目和资源，感谢这些项目背后辛勤工作、不厌其烦帮助我们顺利出行返校手续的老师们，尤其感谢人在复旦却一直为我们操心不已，始终在线耐心答疑的Mary。:)