

2019年秋美国加州大学圣巴巴拉分校交流小结

2020-11-04 10:37:52

我前往交流的学校是加州大学圣塔芭芭拉分校（UCSB）。圣塔芭芭拉位于加州南部沿海地区，离洛杉矶两个小时左右的车程。在9月份临近出发前，我的心情是有点兴奋，有点紧张，甚至紧张超过了兴奋。幸好UCSB有高中同学，在我到那边的第一天开车来接，还带我办好学生卡、入住宿舍等等，让我得以在陌生的环境中有了个顺利的开头。交流期间我选了三门课，因为课选的不多，再加上因为UCSB是美国公立学校，不同学生之间水平相差挺大，竞争压力比较小，所以总得来说那边学习压力比在复旦小不少。在课堂上，学生提问的很多，虽然有一些是很细小简单的问题，也有一些脑洞挺大的问题，但确实有一些问题是我没想到，或是不明白的。这是我感受到的课堂教学的最大不同。如何评价那边学生的学习积极性也不太好说，确实有很多学生会去老师的office hour，在学校物理楼也有专门的学习室，里面常有助教和学生探讨习题，但是在电动力的习题课上，基本美国本地的学生就很少有出现过，虽然这可能和电动学习题课的组织形式有关。我住的是学校宿舍，运气不错的是我分配到的是最新建造的公寓，条件是最好的一档，而且旁边就有一个食堂。宿舍结构是一个套间里三个两人间，两个卫生间，有厨房，有客厅，我的室友经常会客厅的电视机上打电动游戏，看电影。楼里还配有学习室，娱乐室，健身房等等，楼下还有两块沙滩排球场。和我同住一间的室友是美国人，第一次见面他就和我介绍说他是一个不善言谈的人，比较尴尬的是我问他两次是哪国人，我一开始是没听清，后来听清了也发现是我根本不知道的地方，一时间不知道如何回应。后来另外一起去交流的复旦同学和我说，这边交谈有套路，人家和你介绍他是从哪里来的，没听过也不要慌张，你可以回答说，哇那肯定是个好地方，我真希望去过那里。确实可以感觉到在那边的人更加乐于交谈，虽然我的室友不太讲话，但我去楼里公共休息室看篮球比赛的时候，一起的人都会和你打招呼。一次我在等火车的时候，坐我旁边的陌生人直接问我不要来点坚果。学校食堂是按次计费的，门口刷卡进食堂，然后自己拿自己想吃的，想吃多少就吃多少。每天提供一些菜品，然后每天会更换，这种未知性还让我每次进食堂的时候都有点小期待。因为食堂里还一直提供牛奶，酸奶还有各种水果，我一般在食堂会呆不少时间，省下自己去超市的花费。上学要坐十分钟的公交，UCSB的学生刷学生卡免费，圣塔芭芭拉的公交都是按照时刻表来的，所以我每次都是掐着时间过去，还挺方便的。不过在那边出行如果有汽车，还是更方便，像我几次去洛杉矶，都尽量在留学生群里找顺风车过去。作为一个篮球重度爱好者，UCSB丰富的运动设施和场地资源让我很享受。单说篮球，光是室内篮球场，学校里就有好多个全场，多到没有人会在室外水泥地上打篮球。连体育馆里借的篮球，都是非常好的斯伯丁牛皮篮球。在那边篮球打得很多，在美国打篮球的最大不同就是那边都打全场，只要凑齐10个人就打，以投篮来分队，打完之后两队球员之间还会相互握手。我还参加了校内Intramural sports的篮球比赛，是自己和同伴自由组队的。比赛分为Advanced, Intermediate, Novice三个组别，本来还想我打了那么多多年篮球，报个Intermediate应该可以吧。后来加了一个那边认识的同学的队伍，发现是参加Novice，还发现球队好多大腿，我才发现事情并不简单。那边篮球水平真是高，在我队大腿的带领下，我们最终闯入八强。我还在学校看了一场NCAA，因为是赛季揭幕战，现场氛围很好，硬件条件也很好，现场大屏幕都有视频回放。交流期间，我还和在洛杉矶的高中同学去斯台普斯球馆看了一场NBA。UCSB校园环境很好，学校东面和南面就是海，所以学校里就有沙滩。平时海边人很少，下午日落前可以看到有人在海边跑步，遛狗。期末考试结束后，我去海边就发现人多了不少，有不少人在冲浪，还有人大喊着奔跑向波浪，应该是在释放自我。因为不怎么忙，所以我经常去海边，有时站在海岸边的小山崖边，向远处眺望，亲近大自然让我觉得很放松。交流期间，我有了更多的时间去想一些事情，可以静下心来思考一些问题，我也体验了许多，经历了许多。以后有机会，想再去UCSB，看海浪，听海的声音。对每个人来说，在海外交流会有不同的收获与体验，我回想起当初我在报名交流前在fudan outgoing上浏览从前学长学姐们的小结分享，心中产生无比期待的同时也会有所顾虑，所以我想在此给出一些基于我个人经验的一些想法和建议，希望对正在犹豫是否报名交流的你有所帮助。参加海外交流你可以获得什么？首先我觉得对所有人都适用的是在陌生环境中的独自处理事务的能力。这种独立感是我在海外交流中第一次感受到的，从前期的各种申请，向对方学校发邮件询问各种事项，确定食宿，到在国外陌生环境中遇到问题，寻求方法，解决问题，很多事情或者选择需要真正由你一个人去完成。第二是体验国外的学习生活，风土人情，开阔眼界。对我来说，我有很多同学在国外念本科，这加强了我体验国外环境的想法。对于以后有出国留学打算的同学来说交流是一次很好的机会，可以通过一个学期来判断出国留学是否适合自己，自己是否想要在异国他乡的大环境中进行多年的学习生活。有的同学会想体验国外科研环境，或是抱有拿推荐信从而有助未来留学申请的想法，那么就需要抓紧时间早做准备，因为一个学期时间很短，必须在学期一开始就联系好导师，进入合适的课题组开展工作。第三点也应该适用于复旦的大部分学生，获得一个学期的“闲暇”，从而更好地探索自己想要什么，以后真正想做什么。在复旦的学习生活总是充满着压力，不管课程难度，绩点的压力总是会让人有些喘不过气，未来诸多的选择和发展都避开绩点的要求，而这也让我没有时间探索更多的事物，去看清自己想选择什么样的道路。海外交流期间课程学分转换后，不计入绩点的计算，所以绩点的压力也就不复存在。可以因为对某一方面的知识感兴趣，热爱知识而去真正学习，也可以在空余时间去探索更多的可能。比起埋头完成一项又一项的任务，感到筋疲力尽，却缺乏真正的内在动力，不如放眼眺望，找寻真正的志向所在。当然你也可以在海外交流期间通过更多元的学术体验或实习经历，来进一步确立心中志向。另一方面，在交流中，你也可以踏出自己的舒适区，做一个全然不同的自己，而不用担心身边同伴对你的突然转变而产生惊讶。（O(n n)O）参加海外交流你需要考虑的因素。经济开销。以美国加州而言，生活费（包括住宿，伙食，日常各种开销）在每月一万人民币出头，加上来回机票，医保等各种花费，总额在五万人民币左右。旅游及其他娱乐活动开销则因人而异。关于如何在UCSB精打细算，以高性价比获得最佳生活体验，我将在最后详细再谈。课程学分转换。复旦每个院系规定不同，建议报名交流前咨询同院系的学长学姐（因为中途不得退出），交流启程前将自己交流选择的课程名单发给院系负责转学分的老师，确认是否认可学分转换，计算好学分总数，以免影响到保研的最低学分要求，或是让自己后面课业压力过大。科研工作。如果你在复旦本校课题组有进行得非常好的研究工作，或是你有非常想要完成的科研项目，不建议出国交流，因为会使你的科研项目中断，且在海外交流时长有限，也比较难找到合适导师愿意带你完成一个比较完整的项目（针对理科）。有此想法的同学建议申请海外暑研。每个人情况会有所不同，即使是当时很想放眼世界的我在报名交流前也是纠结了挺久，也咨询了几个学长和我在美国的同学。你可以列出出国交流对自己而言的pros and cons,综合分析。额外再强调一点，千万不要因为觉得在陌生环境可能遇到困难而不报，你会觉得海外交流是非常值得的！最后，想简单总结一下前往UCSB的所需做的各种准备。因为当时自己在这些生活事务上花了很多时间调研咨询，也亲身体验过了，希望对未来前往UCSB交流的同学有所帮助！基于减轻父母经济支出的出发点，精打细算，同时拥有舒适生活！1、订机票，建议订往返票，去程时间越早机票越便宜，但是需要事先解决开学前的住宿问题。若是学期末有旅游打算，可以事先和几个同学约定好相同时间的机票。2、waive学校医保，自行购买符合条件的商业保险可以省好几千人民币，我们那年去交流的都购买了名为Student Medicover的保险。3、有关疫苗注射，国内缺疫苗没关系，可以在美国那边打，（其实最后不打好好像也没什么后果），前往CVS Pharmacy，注射疫苗当场直接报销，校医院注射疫苗需要走报销流程，周期长，比较麻烦。4、有关住宿，这是最大花销和最影响生活质量的。强烈推荐住学校宿舍。当时我也是花了很多时间试图找过校外短租，非常非常难找，而且价格也一般，并不便宜。这里指的学校宿舍，不是指Tropicana Garden，指学校自己的apartment。简单介绍一下学校宿舍申请流程：1) 学校会发邮件问你是否需要申请宿舍，你需要填写问卷选择是apartment还是residence hall，推荐选择apartment，residence hall虽然有的就在学校里，但是住宿费贵，而且条件远不如apartment。2) 之后学校会再发一封邮件给你，提醒同学抓紧定学校宿舍，没选的同学可以加waitlist。之前填了问卷的同学请忽视这封邮件。非常注意这一点！！我们这次去的有好多同学以为是自己申请失败，所以选择加了waitlist，后来事实表明，加了waitlist就把之前问卷的记录删除了，等于从队伍中排到了队伍末尾。3) 顺利的话，学校会给你发contract，让你选择你要住在具体哪个地方。强烈推荐选择San Joaquin或是Sierra Madre，是学校apartment中最新的两个，地图上离学校最远，但是坐公交车非常方便，只要10-15分钟即可到学校，并且住宿区紧邻学校四个食堂中最好的一个食堂！但最终能分到哪个宿舍还需等待一两个月。4) 此后Tropicana Garden会发邮件给你，说校外宿舍不好找，建议你接收他提供的住宿合同。如果你之前填了学校的宿舍申请，请不要理会！事实是这只是一封广告邮件，Tropicana Garden只是和学校合作的一家公司，住宿费用昂贵，而且条件不太好，我去过我同学在Tropicana住的房间，和学校的apartment差距很大。而且捆

绑消费，含有10顿meal plan, tropicana garden的伙食据我同学说不怎么样，单一的墨西哥风味。如果你在这时候接收了Tropicana Garden的合同，你也不会收到学校给你提供的住宿！5) 收到学校给的正式住宿合同。网上付费即可，以我住的2人间为例，一个月是700多刀，性价比是非常非常高的！学期中需要在规定日期前终止合同，支付200刀左右的终止费，但是最后学校还会退你一部分的住宿费，因为最后一个月未住满，为UCSB这样的结算方法点赞。折算下来最后你的账户上还会多出100多刀，记得学期末提前去学校的office将这笔钱提出，我就是最后去得太晚了，来不及领出来了。5、有关伙食。可以买学校的meal plan, 根据自己情况选择一个星期买多少顿，折合下来一顿10刀左右，自助餐吃到饱，味道还不错，对比外面餐饮店性价比还是很高的。如果住的是学校的apartment, 套间配有冰箱, 灶台, 也可以自己买菜动手做饭的。6、有关出行。想去洛杉矶玩的话, 可以搭华人学生的顺风车, 20-30刀单程。学期结束后想去旧金山, 又想控制支出, 可选择greyhound长途汽车。主要想到以上这几点, 希望对前往UCSB的同学能有所帮助。祝你们也可以在美丽的圣塔芭芭拉留下美好的回忆。

