

加州大学尔湾分校交流小结

2019-03-14 13:31:04

2018年的秋天，我有幸前往美国加州大学尔湾分校进行为期一学期的交流活动。在美国呆的一百天，在UCI学习的整整十个星期，给我留下了非常令人难忘的回忆。 日常生活与校园活动

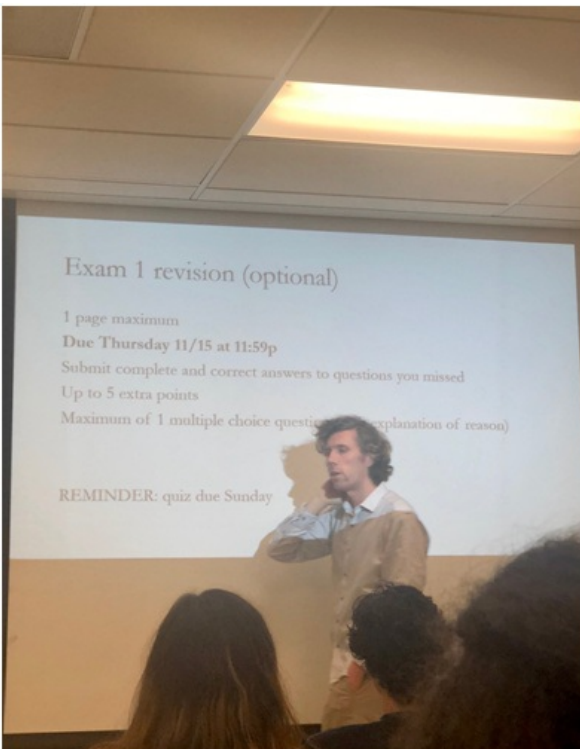


去美国，我们办理的是J-1交流学者签证。初到美国，有UCI中国学者联盟的同学组织接机，一路上有学姐学长为大家做校园的简单介绍，让对一切都陌生的我感受到安心。这是一个为中国学生服务的学生社团，叫做CSSA，平时会举办学术讲座、帮助中国学生建立课程微信群、在校园里售卖学生自制中餐便当、在微信公众号发布校园信息干货／尔湾吃喝玩乐指南。类似的社团在UCI还有许多。加州白人属于少数族裔，校园里随处可见黄色皮肤的人，开学没多久，我就与几位中国学生和亚裔华人学生成为了好朋友。因为学校宿舍九个月起租，为免除转租的麻烦，我选择了住在校车点上的学生公寓——Park West。UCI的校车线有好多条，有Rider APP可以查看校车进站情况，非常方便，当然早课的校车上仍然是十分拥挤。校园非常大，中心公园还有小松鼠在林间路边上蹿下跳，学校的餐厅咖啡馆也有许多，中饭我会选择在学校里吃，一般我会去Starbucks、Subway、Panda Express，或者学校Meal Plan的自助餐厅，偶尔也会去和校园Campus隔着一条马路的UTC（学生休闲娱乐中心）买Share Tea的奶茶、In-and-out的汉堡还有一家忘记了名字的墨西哥餐厅。除去考试周，平时的晚饭和周末我会在家做饭，食材从超市购买，用来节约日常开支。我和室友会每个月打车去一次99大华超市买中国蔬菜和调料，平常每周会去一次Trader Joe's。考试周反而是过的最幸福的时光，因为懒得做饭，每天都和中国朋友去学校附近的Diamond Jamboree吃晚饭。Diamond Jamboree是留学生的天堂，那里有韩国铁板烧、豆腐煲、中国拉面、海底捞火锅、杂粮煎饼、贡茶，每天吃完了还可以去85度C买夜宵和第二天的早餐。放假的时候，我会约朋友去South Coast Plaza和Spectrum Center逛街看电影买东西，在附近吃个饭，那边的夜景很美，餐厅也很多，有日本烤肉、牛舌饭、凯悦轩茶餐厅、烤鸭还有水准比学校附近的高了许多的中餐厅。生活在加州，可以说吃到的日料和韩料比在中国吃到的还正宗，在寝室的时候还可以用Door Dash APP点Cheese Cake Factory和鼎泰丰的外卖，以及华人零食专用App亚米网送货速度也相当快，所以在加州，我仍旧保持着和在家在上海差不多的生活，一切都很便利，从日常生活中就可以看见全球化。特别要提的就是美国的校医院了，购买了学校医保以后，所有疫苗服务在校医院就是免费的了。于是，我在校医院预约了九价HPV疫苗的接种，预约也很顺利，当天打电话，第二天下午就可以过去接种，预约到的时间非常精确，接种效率非常高。和国内校医院比，医院更大，设施也更加完善，医疗服务水平也比国内高。

学业 在复旦我就读于公共卫生学院公共卫生与管理专业，因此在UCI我选择了与Public Health Policy专业。其实申请UCEAP项目的时候选择的专业和选课并没有什么关系，我依旧可以在UCI的选课系统里可以选择其他专业开设的想上的课程。UCI要求学生必须选到12学分，上限是20学分，我一共修了三节与我专业有关的课程——Social Epidemiology社会流行病学，Research Methods社会研究方法，introduction to statistics卫生统计学，一节研讨课Seminar: Advances and Challenges in Public Health，共14个学分，算比较轻松的一个学期。UCI的课程安排是十周，有一些课程会有额外的discussion，助教会在discussion上梳理教授上课的内容或者帮助一起完成作业，有时也会和学生一起讨论问题。刚开学时，我对这样的讨论课比较抵触，因为怕自己无法融入进去，但是上了几次课后，就发现无论是UCI的学生还是UCI的老师都十分的热情，他们愿意来帮助你，也愿意倾听不同的想法，所以上课时不用很紧张，只要自然的表达自己就可以了。前两周的学习生活让我非常的担忧和不适应，毕竟看教材和英语paper的速度非常慢，不习惯上全英语的课程，UCI的网站也没有用熟悉，交通不便也没有什么娱乐活动，一个人在寝室复习的时候常常会感受到苦恼与孤单，还怀念国内的室友和家人，每天靠着与国内朋友的微信联系获得安慰。两周之后，情况便好多了，我学会了自己做饭，也适应了新的校园生活，但仍旧把学业看的很重，每天的课余时间都在看书或者写作业。一个月后，经历了小论文的给分，第一次期中考试，成绩都很不错，于是我的心态也放松了许多，和好朋友约图书馆见面一起自习，一起去电影院看三面环绕效果的电影，和一起来交换的小哥哥小姐姐去环球影城过万圣节，看了一场全美街舞大赛第一季冠军jabbawockeez假面舞客的horror night表演（下图）。



在学业方面，我最受益的就是写作部分了，我的课程中，要求我写各种形式的作业，有summary, interview, review, article analysis和research proposal，作为占比比较高的作业还有比较完整的research paper。为帮助我们写作，教授还会发网站和YouTube上面的视频给我们看，让我们学习，甚至如何进行文献检索、引用格式如何都会在课堂上进行演示。我都会写完初稿之后利用助教的office hour去请求批改，然后提交，几乎都拿到了满分的好成绩。老师给分的时候也十分公正透明，他会在每一个给分点上给你打分，一般是2分一小点，最终还有总体内容分，发布在UCI canvas系统上让你看到，给分点和作业要求也在布置任务的时候就上传在课程的网站上，如果有问题你也有足够的时间去写邮件问老师。我非常喜欢这种给分的方式，而且对某一小点的给分有疑问，还可以随时写邮件问老师。我记得有一次晚上十点多了，我收到G-mail校园邮箱提醒，说有一个作业出分了，点进去看发现被扣了一小项的分，于是立马写信给教授，他很快回复了我，并且说既然是一个wording problem，不是理解上的偏差，看在我去解释了份上，把那一分加了上去，让我非常的开心。而且canvas系统和grade book也是连在一起的，老师在开学的syllabus上面写好的总成绩计算方法会在canvas上面体现，我可以随时知道我现在拿到的分数，系统会按照百分比帮我累加每一次作业的成绩并且计算。期中考的时候，试卷是被扫描在网站上，让助教批改，每一道题目都会由几位助教一起批改过，因此分数不大会给错。成绩发布的时候，我可以登录系统查看自己每一道题目的作答情况，如果有疑问可以去助教线上答疑时间询问。并且每一次作业和考试系统都会给我一个四方图，让我知道班里最高分、最低分、平均分、名次1/4和3/4的学生是几分，给我一种紧迫感和学习的成就感。在期末的时候，是否curve、curve的方式老师也会对大家提前说，期末考试成绩出来的时候，借助系统就可以看到自己的最终得分，按照UCI成绩管理办法按照这个分数划等级，一个学期下来，我拿到了两个A+一个A一个P的好成绩。研讨课是我比较喜欢的一节课，每次上完课之后，还有公共卫生学院举办的师生午餐会，我们可以去学院活动室享用免费的三明治、华夫饼与冰柠檬茶，聊天，和教授一起吃饭聊天，时间也不受限制。第一次接触这样的第二课堂，我发出了惊叹。教授们都很平易近人，很会鼓励人。图为我的社会研究方法课老师



旅行 借助交流，我去了拉斯维加斯、西峡谷、洛杉矶，在美西旅行了近一个礼拜，看了太阳马戏团的秀，还在圣诞的时候去夏威夷呆了一个礼拜，将欧胡岛、火山岛、茂宜岛三大岛屿都逛遍了。非常感谢复旦给我一个出去看世界的机会，换一个学习环境也是一次自我更新的机会，我会带着新的热情在复旦继续努力。