

18秋美国北卡罗来纳大学威明顿分校交流小结

2020-01-16 13:39:35

一、前言 为什么要去交流？这是一个交流结束了都不一定能有答案的问题。一个学期的时间说短不短，却极为有限。去一个陌生的国家，到一个陌生的学校，和一些陌生的人一起学习生活一段时间，结束后可能再也不会见面。在把所有的细节填进去之前交流大概如此。对于17年底的我来说，交流的目的只是单纯地想去一趟美国，那个所谓的“灯塔国”，去看看“平等、民主”的国家和中国有什么区别。这个目的自然是达到了，虽然现实和理想总有差距，但意外之喜颇丰。威明顿不是一个大城市，UNCW也不是一所引人注意的学校。不像其他学校，不管是学校论坛还是其他途径或多或少都能找到一些经验的交流和分享。在我去UNCW之前，可以说对这所学校和城市都一无所知。我相信每年都会像我这般的向往美国且选择了这样小城市学校的同学们。所以虽然我此次交流之旅还去了许多美国的著名城市，但在有限的篇幅里，我希望能让大家尽可能多地了解UNCW，了解威明顿这个美丽地海滨城市。我会从行前准备、生活、学习等方面，尽量详细地总结我在UNCW的这五个月，最后再试着回答最开始的那个问题。

二、行前准备 首先是行前准备。在选好北卡的项目之后，你并不能确定自己最终的学校，学校会给你当年有交流项目的分校名称，以填志愿的方式选择自己想去的学校。对于选校的标准，我的建议是课程大于地理位置大于喜好。一般学校都会提前把各学期的课表放在官网上，大家可以去了解一下在自己交流的学期各校会开哪些课，尽量挑选开课种类符合自己培养方案的学校交流，以避免影响自己在复旦的学习节奏和进程。其次需要考虑的是地理位置问题。美国的城市类型大相径庭，有的城市非常繁华，有的城市人口稀少，交通不便，这也会影响在不同城市的生活成本。根据自己的实际情况和喜好，选择自己喜爱的城市是第二需要考虑的因素。在完成选校后有一段空白期，等待对方学校发来确认信和各种材料。这段时间可以用来去复旦的交流经验论坛看看学长学姐的分享，了解一下之后可能要面对的流程。之后你会收到对方学校的邮件，其中会有个人信息搜集、录取信等材料的PDF版本，纸质版本会邮寄到外事处，这些材料非常重要，在之后办理签证和入境的时候都会用到，一定要妥善保管，不能丢失。你和学校的所有沟通都会以邮件的形式进行，要注意检查自己的邮箱，以免错过重要的通知型邮件。一般最早进行的是宿舍的预订，在三月份就要完成秋季学期的宿舍预定工作。UNCW提供两种不同类型的宿舍，一种单人一种双人间。当时我没有男生同行，也想多一点自己的空间，就选择了单人间，费用比双人间高一些。要注意的是，没有办法保证双人间的室友一定是中国人，当时住双人间的小伙伴们遇到的有亚洲人也有欧洲人和美国当地的学生。美国大学的宿舍不多，因为一般本地学生都会回家住，在UNCW周围也有可以租用的公寓，但方便程度、价格、安全性都不如学校自己的campus来的美好，所以建议大家及时报名预定学校的宿舍，住的问题就算解决了。接下来是签证。UNCW发放的J-1类型的签证，也就是访问学者签证。这种类型的签证和旅游签证不同，规定了明确的出入境时间范围，这个时间范围是严格按交流计划规定的。一般是学期开始前一个月到学期结束后一个月，在这个时间范围外是不能出入美国的。不过这种签证的好处在于基本不会被拒签，而且有过J-1签证的经历之后，在出国读研读博时办理签证都会方便一些。学校会发一份详细的签证流程，需要先在国土安全局的官网上注册信息，缴纳SEVIS费用后再去国内的大使馆办理签证。每年五六月份上海的美国大使馆办理签证的人非常的多，所以建议大家尽早在网上预约。面试当天准备好相应的资料（可以去网上或知乎了解），按照预约的时间前往就可以了。你可以用中文和面试官交流，但对于要去美国交流学习的我们来说，尽量用英文交流会更有优势。签证官会问你要去的学校名称、所学的专业以及为什么要去这所学校交流学习。问题都很简单，之前准备一下就可以，整个过程一般在5分钟以内。当场你就会知道自己是否通过了签证，一般都是没问题的，如果出了什么幺蛾子就再预约一次就可以了。这样我们就有了进入美国境内的资格。然后就要选课了。UNCW有专门的选课网站，没有复旦的选课网站这么火爆，学校为了照顾我们会提前为我们开放选课通道，大家一定要记得在规定的时间内选择相应的课程，以免挤不上。复旦和UNCW都有最少学分要求，到时可以参考这些规定和自己的实际学习情况选择课程。我当时选择了两门专业必修课程、两门自己感兴趣的历史课和两门心理学课，都顺利选上了。交流的课程都不计绩点，大家可以放心选择没有把握的课程。所有的课程都是可以退课的，规定和复旦类似，只要在规定时间内退课就可以，不需要缴纳退课费。美国的教科书非常昂贵，一本正版的教科书的价格大概在90-120美元左右。如果能提早看到课程大纲，建议大家在国内提前准备好相关的书籍或电子版。UNCW的图书馆也可以租到大部分的教科书，价格也不算特别贵。这样选课的问题也算解决了。UNCW为大家提供餐饮服务，具体是以一种叫Meal Plan的形式进行。可以把它理解成不同价位的套餐，这里建议大家选择最简单的就可以。学校大概有3个食堂，我当时常去的就一个。在办理完meal plan之后可以凭借自己的校园卡去吃饭，一日三餐都有保障。有人可能会说自己不会每天都去食堂，是不是没必要办。这里我建议大家一定要办理meal plan。一来Wilmington不是一个繁华的城市，交通非常不方便，出门基本靠走和Uber，经常去学校之外吃饭非常的不现实。可能有人会说可以自己做饭。宿舍的确有厨房等基本设备，但自己做饭会花大量的时间和精力，偶尔一顿改善伙食没问题，但不建议经常自己“开小灶”。我在UNCW百分之九十以上的吃饭问题都是在食堂解决的，所以一定要办理。办理方式很简单，学校会发邮件给你确认是否要办理、办理哪种套餐。上面都会有详细的介绍，大家到时注意查收就行。做完这些准备、提供完学校要求的各种材料和个人信息之后，最后还需要完成的一项是出入境之前的体检和按学校的要求做疫苗的检测和补种。这一项是十分重要且容易忽略的。UNCW会给每个学生发一份入学时需要接种的疫苗种类和次数，大家需要去最方便的城市的出入境防疫站做疫苗接种检测和记录，拿到小黄本和小红本才可以出境。我当时差点忘记了这个事情，在出发去美国前一星期才想起来，幸好所在的城市办理这项业务的人不多，花了三天就完成了所有工作。UNCW要求大家如实填写疫苗记录，大家可以去防疫站找专门的医生咨询，哪些疫苗适合在国内补种，如果当时不满足补种条件的就要在入学后去美国当地进行补种，不然是不允许在校内学习生活的。我当时在国内补种了两种疫苗，去美国后又补种了一次。同时因为在美国可能会需要去医院或接种疫苗，学校要求所有学生在入学前购买符合要求的医疗保险。大家可以选择购买学校提供的医疗保险，也可以在国内购买符合学校要求的医疗保险。国外的保险相当贵，大概是一千多美元，不是很值得，建议大家在国内提前购买，到时提供相应的证明就可以。做完这些之后，行前准备也基本完成了。接下来只要根据自己的情况安排往返时间就可以了。在这里和大家简单分享一下我当时的安排。当时我打算和我父母一起先去美国游玩一段时间后再去学校报到。要注意的是J-1签证虽然有时间限制，但没有入境地限制，你可以选择在美国境内的任何一个城市入境。当时我是提前二十天左右从纽约进入美国，先后游览了纽约、华盛顿、波士顿和尼亚加拉大瀑布后前往北卡州首府罗利。正如之前提到的，Wilmington的交通相当不便利，所以当时我们选择从罗利租车前往威明顿，在威明顿停留期间也选择自驾的形式，确实方便了许多。学校会提供可以入住学校宿舍最早的日期，尽量不要提早太多到校。同年的十二月十五日我考完最后一门考试，十六号就开始返程。威明顿没有直达中国的航班，机场比较小。所以当时我选择先从威明顿前往纽约，第二天再从纽约前往上海。以上就是行前准备和我当时的行程，具体的细节还是以学校的安排为准。一般来说只要留心学校发给你的文件，仔细阅读后根据自己的实际情况制定计划就不会有太大的问题。

三、学习 UNCW的课程设置与复旦还是有些许差别。我选的课每星期基本都需要上两到三次，所以虽然课程数量少，但课时数量并不少。学校在学期开始前会给大家一份具体的时间表，大家到时可以根据实际情况选择课程数量和时间。许多课会有答疑的安排，少有讨论课的形式（大部分讨论会直接在课上进行）。课程的考核标准非常细化，每一门课开课之前都会有非常详细的课程大纲和评分细则，且这些规则在学期内都会被严格遵守。学生随时都可以去学校的Campus网站上查询自己的得分情况。让我印象十分深刻的是在发展经济学课上，老师在第一节课时说每节课都需要大家写提交简单的思考，每一次思考算一分，再按比例折合成课程总分。在课程进行的过程中，这每一分都会以具象的形式体现在得分中，你的每一项得分都有迹可循。需要注意的是，和复旦不同，UNCW的等第严格按分数给予，具体的分档标准也会在大纲上体现，根据你最后得到的分数折合成你的等第，而不是按比例制给分。课程难度上我认为专业课难度比复旦的难度低很多。在我选择的两门专业课上我都轻松拿到了A的成绩。美国大学对数学的要求相当低，所以大家不用担心这方面的问题，可以试着选择一些看起来很有难度的课程。不同类型的课程考核方式也会有不同。那我选择的课程来说，偏数理的国际金融课程的考核方式相对单一，以课后习题为主，最后也不会有论文形式的考核，期末考试占比很大。而偏理论的发展经济学课程的考核方式就比较复杂，有课上讨论、课程论文、pre和期中期末考试组成。换句话说，文科类课程一般都“事比较多”，而理科类课程则相对“简单”。UNCW相当重视学生的课堂参与和体验，这点从细节化的评分标准中就可以看出。在课堂上你会得到大量的发表见解和讨论的机会，教授们都没有架子，很自然地和学生互动，是一个很好的交流和练习的机会。同时，教授会参与到每个学生的学习过程中。还是以发展经济学为例，这门课

的考核包括课程论文，要求我们在期中交一份初稿，教授打磨后再交终稿。我本以为教授只会对选题、框架做大概的指点，但当我拿回我的初稿的时候确实让我大吃一惊。上面密密麻麻写满了批注，细节到语法、用词都做了指点。教授知道我是交换生，对美国大学的学术要求并不了解，很贴心地为我提了几点建议，修改了我的语法，确实让我受益良多。值得注意的是，美国大学对课程论文的格式要求相当高，不同课程、不同科目的课程论文的格式要求都不同，引用方式也不同，稍不注意就会出错，造成不好的后果。我在这里建议大家可以提高去网上了解不同的论文格式，再根据课程大纲，按要求完成课程论文。学校也为不熟悉学术写作流程的同学们提供了专门的指导服务，在图书馆就有专门的培训提供，如果有需要大可以去寻求帮助。值得注意的是图书馆的学习环境并不像国内一样是绝对安静的，会有许多开放的讨论区穿插其间，大家可以根据实际需要选择合适的学习环境。当然到了期末图书馆都是人满为患的，像国内一样需要“抢座”。接下来我想和大家分享一下我选课的心路历程。首先肯定是尽可能多地选择符合要求的专业课，减小回国后补修的压力。再可以选择一些自己很感兴趣的，但在国内因为绩点压力不敢选择的课程。我之前在复旦选修过一门英美文化概论的课，对美国南北战争及之前的历史很感兴趣，就选修了一门和美国历史相关的课。虽然最后因为背不下来那些地名和人名拿了不怎么好的成绩，但确实学到了很多，看到了美国人是怎样看待自己国家的历史的。同时我也想了解美国人是怎样解读和看待中国的近代史的，就选修了一门中国历史课，同样很有收获。在这里选课不需要考虑绩点的情况下，大可大胆选择一些在复旦不敢尝试但确实感兴趣的课，你可能会收获良多。另外需要强调的是，美国大学对学术的独立性和严谨性要求极高。所有的引用都必须严格按照规定的格式写明，不然后果严重。许多课程会有在网上进行的期中考试，没有人监督，但会明确说明在考试过程中不可以使用搜索引擎等工具。切记不可以有侥幸心理，觉得去google一下不会被发现。之前就出现过好几起中国学生因为不清楚学校规矩，在期中考试过程中违规操作，按作弊处理，取消期中成绩的情况。因此大家在美国要格外注意学术的严谨性和独立性，万不可犯错。

四、生活

正如我之前提到了，威明顿是个小城市，少有公共交通，居民的出行方式基本就靠开车。学校不大，完全可以步行上下课，但出校园的确是一个问题。我在UNCW的第一天就拿到了一个出租车司机的联系方式，之后如果我有出行的需求，就会给他打电话或发短信，让他来学校接我。这样的好处在于安全便捷且相对便宜。当然大家也可以选择Uber作为出行方式，价格会高一些，当然车的条件会比出租车好一些。我当时觉得认识一个出租车司机且长期合作会更加方便安全，就这样做了。我一般每两周去一趟沃尔玛，采购一些生活必需品，来回的车费大概在10美刀左右，司机来回至少需要四十分钟，且威明顿没有国内所谓的人行道和步行的地方，很难安全地步行前往，所以这个钱还是不要省了。当地有几家亚洲超市，这真的是我们的生命之光。在亚洲超市可以找到很多宝贝，方便面、速冻食品、零食甚至有新鲜的蔬菜，当然价格会相对来说高昂一些，但该买的时候还是要买！亚洲超市是我们在美国提高生活品质以及想家时候的最好去处。美国宿舍的隔音效果相当差，据说是因为宿舍之间的墙都是空心的。在住进宿舍之后我建议大家和同一套间的室友都尽快熟悉起来打好招呼，让大家互相了解彼此的作息。在美国大学，周末开party到一两点是再正常不过的事情，而且音乐声音都会很响。如果你不是一个喜欢热闹的人，事前沟通可能是最好的办法。美国不像欧洲的一些国家，有严格的噪音规范要求，你可以在寝室把音乐大声外放而不被惩罚，但这样做之前请考虑室友的感受，特别是期末的时候。同样的，要学会表达自己的诉求，让别人知道你不喜欢他们这样做，我相信有效的沟通是互相尊重的基础。宿舍允许使用电器，但美国少有我们在国内用的顺手的电器。我当时在沃尔玛买了一个很简单的电饭煲，只有加热一个按钮。但那个电饭煲确实很有用，既可以用来煮饭，也可以用来煮水饺煮鸡蛋，而且小、不占地方。不建议大家带很多东西去美国，一没那么多地方，二到那边之后你并不会很频繁地用到他们。美国的食堂虽然不是那么健康，但确实很方便快捷，习惯食堂之后很少愿意自己煮东西吃。厨房没有明火，用的是类似电热炉的加热方式，不能用来炒菜，我一般拿厨房来煎饺子吃，味道确实不错。学校健身房设施完备，有室内的篮球馆、排球馆和游泳池，是不错的健身去处。校园里也有不少有趣的活动，都会以邮件的形式通知学生参加，感兴趣的话大可以去尝试一下。威明顿是一个美丽的海边小镇，有两片著名的沙滩，风景独好。学校也会组织许多在沙滩进行的活动，推荐大家到时参加。同时为了让交换生更好地了解美国，在秋假期间学校会组织大家去美国其他城市游玩，我当时是组织去纽约，因为之前已经去过就没有成行。值得注意的是由于威明顿靠海，有可能会遇到飓风。2018年非常不巧，我正好遇上了十几年一遇的四级飓风，整个学校封闭，学生教工都紧急撤离。好在UNCW为中国学生安排了专门的对接教授，他会为大家提供住处。当时我在教授家住了将近一个月，教授夫妇人很好，大家可以和教授多交流保持联系，遇到困难也可以向他们求助。以上是在UNCW生活的一些经历，当然每个人的生活状态体验不同，但在威明顿这个海滨小镇，相信大家都能收获到一份特别的快乐。

四、总结

又回到最初的问题，为什么要去交流？换句话说，我们从交流中能得到些什么，学到些什么。当然每个人的答案各不相同，有机会看到不同国家的风景，了解不同国家的风土人情，认识许多志同道合的朋友，许多人都会这么说。对我而言，除了这些之外，在回国一年后，让我觉得最为重要的收获有两点。一是有了一个人行走的勇气，二是有了与不同意识形态人交流的能力。我现在仍然能清晰地体会到那种感觉，当我站在肯尼迪国际机场偌大的出入境口时，看着熙熙攘攘的人群和周围叽里呱啦的各种语言，其实心里更多的不是来到一个全新环境的兴奋，而是紧张和不安。对当时的我来说，的确很难想象自己如何能在一个举目无亲、完全陌生的环境里学习生活。从小到大，我在家里人的陪伴下成长，上海离我的家乡也不过两小时的路程，可以说我从未一个人远离家人的庇佑。我的父母的英语不算太好，在美国的这段时间，我成了照顾他们的一方。出去吃饭点菜、购买各种门票车票、问路等等，我开始慢慢习惯这种角色的转换，好像一切都在往好的方向发展。但当我父母回国的时候，孤独无助的情绪再次被放大，想到这么大的城市就剩我一，毫不夸张地说我大哭了一场。在小城市的学习生活其实是十分孤单寂寞的，报道那天我一个人拎着三个行李箱大包小包的穿过整个校园去寝室，旁边返校的当地人和朋友们一起说说笑笑，在八月的烈日下我第一次真真理解了所谓“快乐是他们的，我什么都没有”。其实这就是所谓“北漂”的生活体验，一个人来到一个新的城市，重新建立自己的人际网络，尽可能让自己的生活尽早地完整。慢慢的我熟悉了学校周围的地理环境，一个人摸索到了超市、健身房、图书馆、教学楼、食堂等重要地点。我开始试着先从同在UNCW的国人，一步步扩大自己在当地的人际圈，在搬进去的第一天就和所有的室友打了照面，了解了他们来自哪些国家，来这里多久了。我开始认识到判断一个人是否真实存在的标准在于他是否存在于别人的生活中。可能有人会说我只在这里生活不到半年的时间，我可以独善其身，只和原来的朋友们交往，乐得轻松。其实不然，我相信很多出过交流的同学都有之后出国读研读博的计划，而一个人在国外的生活是十分枯燥孤单的，如果不能尽早建立自己在当地的人际网络，很难在当地坚持生活下来。这次交流让我真正走出了自己的舒适圈，从无到有的开启一个人在国外的生活，这是唯有这样的经历才能教会我的东西。在飓风停课的日子里，我实在憋的烦闷，于是打算一个人出去走走玩玩。可以说是很突然的决定，我买好了第二天去华盛顿的火车票和去黄石的机票，和同住的教授打了个招呼就踏上了旅程。我是个从未出过远门的人，更不用说一个人在美国游玩。但那时的我决定试一试，试一试这种说走就走一个人的旅程。我坐着火车一路向东到了华盛顿，在美国的政治文化中心留下了自己的足迹，和民宿老板一起聊天，他们家有两条很大的狗。一个人去往盐湖城，到听过无数次的黄石国家公园欣赏大自然的鬼斧神工。我现在可以很确定的说，我有能力规划自己的行程，一个人去到陌生的城市生活旅行。这种独自行走的勇气不能说是这次交流给我的，但的确是这次交流让我认识到在我身上有很多之前没有看到的可能。在去美国之前，最让我向往的是能有机会体验美国的社会状态。从小到大，美国给我的印象离不开“自由”和“民主”这两个字。但随着年龄的增长，我开始觉得美国本身没有我想象的那么简单。交流前一个学期我选修了《当代美国》这门课，从政治、经济、文化等角度对美国有了更深的认识，也更新了自己对美国的理解。从某种意义上而言这次的交流可以说是一种对自己意识的一种验证和丰富。在美国的这几个月验证了我的一些想法，也颠覆了我的一些想法。最让我感到惊讶的是美国人对中国了解的匮乏。相较于我们对美国的了解，他们可以说对中国一无所知。美国是个多民族国家，我常有机会和世界各国的人交流。有意思的是，其他国家——如印度、拉丁美洲——的人提到中国都充满向往，很想有机会去中国看看。而美国人对中国的态度则更负面一些，这与媒体鼓吹的“中国阴谋论”有很大的关系。美国社会阶层分化十分严重，这种分化不仅仅体现在物质条件上，更体现在精神层面上。我认识的教授大都能客观全面地看待中国，肯定中国在经济、政治等方面的发展成果，倡导和中国保持和平合作的关系。而更多人接受的观点则是中国是美国发展路上的绊脚石，鼓吹“中国意在征服世界”的那一套理论，难怪特朗普能得到如此多民众的支持。我的室友来自世界各地：德国、美国、英国等等。我时常也会和他们聊天，聊起他们对中国的印象。他们表达了对中国的喜爱，惊叹于中国发展的迅速，也提出了对中国存在的一些问题的疑问和不安。不光是他们，在我上的发展经济学和中国历史课上，也能经常听到人们对中国制度的疑问和不安。这些想法的存在是很容易理解的，不同民族不同国家的人成长环境不同，受到的教育、接受的世界观不同，自然而然的会对其他民族国家的游戏规则产生疑惑和不安。在美国，我开始怀疑很多东西，怀疑他们自称的“民主”和“自由”到底是否真正如此。但我承认，至少在UNCW的校园里，每个人都有表达自己意见的权力。面对不一样的声音，大家还是能坐下来平心静气地讨论，目的不在于影响谁改变谁，在于互相交流和互相理解。儒家说“和而不同”，在交流的过程中我体会到了这句话的真正含义。

五、后话

我认为对一份用于分享的交流总结来说，最重要的是分享一些注意事项和自己的经验，真正所谓交流的意义和感想，各人有各人的理解，写来自己看看尚可，对他人到也不见得有什么借鉴的意义。我学到的东西是现在的我回看过去所能总结出来的一小部分而已，交流对人的影响是深远的，不是一年的时间就能消化的。但我希望我的经历能给那些准备去交流的人们

看到一种可能，一种鼓励，相信这个过程是有意义的。希望所有有机会去交流的人们都能不忘初心，在得到自己想要的同时，发现更多惊喜。也感谢复旦提供给我这样的一个机会去外面看看。祝愿复旦的校级院级交流项目越办越好，也祝有心参加交流项目的同学一切顺利，满载而归。