

# 19秋美国加州大学圣克鲁兹分校UCSC交流小结

2020-05-22 14:09:39

出发之前 记得在四月中旬的时候，我收到了去UCSC交流的通知，之后就是长达几个月的繁冗复杂的手续。具体有什么手续、过程是什么我已经记不太清楚了，只记得比较重要的大事包括DS2019、签证、疫苗、保险。在整个过程中，和外事处老师、UCSC留学生办公室等机构、一起交流的小伙伴保持密切沟通至关重要，有时候也能有效安抚忐忑和焦虑的心情。我当时DS2019环节出了一点点差错，从UCSC寄过来的文件不知道怎么回事被寄丢了，后来联系学校又补寄了一份，好事多磨吧.....签证总体来说还比较顺利，记得去签证之前准备好各种文件就行了，签证官也不会问很刁钻的问题，我被问到的主要就是什么专业、打算在美国修什么课、以及谁来支持你在美国期间的经济开销等等。另外值得一说的是疫苗。我记得上海的疫苗很难预约到，就果断放弃在上海办手续，直接选择回家打针了。但是有的疫苗或者检测是在当地无法供应的，这个时候把目前能够打的疫苗打好就行了，如果实在打不了的可以给UCSC的健康中心写邮件说明情况，老师也都理解的，这些针可以到了美国以后去美国补打，然后再上传证明。至于保险，我认为在海外留学期间选择靠谱的保险产品还是至关重要的。当时UC给我们推出了学校的官方保险产品UCSHIP，但真的好。贵。。。所以我放弃了UCSHIP，最后买了Student Medicover（简称SMCovered，有个中文的微信公众号，可以搜到），便宜了好多，但是和官方保险相比，在校医院就诊是需要先垫付再报销的，有些麻烦（但是在这个保险公司网络内的医疗机构就诊就不需要垫付啦，不过跑到那个医院不是那么方便，毕竟Santa Cruz的公共交通系统远远比不上中国便捷）。我记得这个SMCovered里面有四档保险产品，价格比一，项目不一，我因为是第一次去美国，买的是最贵、项目最全的那一款，求个安心吧。另外，保险里面都是包各种疫苗的，女生也可以考虑在交流期间打前两针HPV。



## 初遇Santa Cruz

Santa Cruz是坐落在加州海岸线旁的一个小镇，离旧金山大约一到两小时车程。这是个远离了大城市喧嚣的地方，当我第一次坐车穿过小镇的街道，看到两旁的居民房精致小巧，鲜花锦簇，就像童话中的花园，舒适而安逸。加之气候温和，阳光充足，寒冬似乎永远不会来临。



## Santa Cruz Downtown

UCSC在小镇的一座山上，校门在山脚下，我的宿舍在山上，教学楼、体育馆、食堂东西相合，零星遍布整个山坡。山路曲折折，蜿蜒而上，两旁苍劲的老树高大挺拔，郁郁葱葱。白天上学可以踏着最温暖新鲜的阳光出门，深夜自习后回宿舍的路上能够看到皎洁的月亮和灿烂的繁星。窸窣的树叶间可以看到小松鼠跳跃穿行，也能看到一群硕大肥美的火鸡昂首阔步。



衣食住行 交流期间，我住在学校的学生公寓里。我个人非常建议去UCSC交流的学弟学妹在选宿舍的时候选College Nine或College Ten，因为这里有来自全世界各地的同学，而且这两个College是有独立发电机的。在秋季学期，加州常有山火，所以电力公司很多时候会拉闸限电防止山火，而这个时候有独立发电机的College的优势就显示出来了。我住在International Living Center，五个室友来自世界各地，有时候一块弹吉他唱歌，一起出游。我购买了学校的meal plan（7天全包的那种），每天可以不限次数进出食堂。食堂也照顾到来自世界各地的同学的口味，食物种类繁多，美味可口，水果、甜品、牛奶、酸奶天天不间断地供应，足以让人口福大饱、体重大增。周末有时和小伙伴下山吃中餐，有一次还带上了美国室友，一起体会在异国他乡被川菜辣得过瘾的酸爽。记得一个周五，我们下午下课后开车一个多小时，走过山路十八弯去San Jose吃一家新开张的火锅，奈何人气过于兴旺，等了足足3个小时、88桌，才在深夜大快朵颐了一番。不得不说UCSC的食宿条件实在太好了，回国后我还经常想念那里的吃的住的。



食堂部分食物大赏



可爱的校车 车上的图案是UCSC的吉祥物banana slug

最迷惑的是Santa Cruz的气候。由于昼夜温差经常高达十几度，一天可经历四季，因此穿羽绒服走在路上，和穿短袖凉鞋的人擦肩而过，也不足为奇。而冬天雨季来临以后，有时候会下大雨，所以建议学弟学妹在收拾行李的时候，最好带上一两件毛衣、棉袄，以及雨鞋（在市中心的商店也可以买到，但挺贵的）。如果周末比较轻松，我会和小伙伴一起去海边。冲浪是Santa Cruz的特色，每次去海边都能看到扛着冲浪板的俊男靓女。我曾幻想到海里游泳，但事实证明，虽然气候温暖，但海水依然冰冷，我单薄的泳衣不足御寒，只能卷起裤脚，到海浪里走走了。





学在美国 这个学期，我选了五门课，有四门专业课，和一门体育课，体育课不算学分，纯粹锻炼身体。在学习方面，我感受最深的是可以静下心来，深入学习每一门课。虽然每门课任务很重，但我可以足够踏实认真地对待，这也给了我多思考、多质疑、多提问的机会。走进美国大学的课堂，会被外国同学们课堂参与的积极踊跃而震惊。讨论课上同学们争先恐后地举手，有人甚至憋红了脸；两三百人的报告厅里，即使是坐在最后一排角落里的同学，只要举手，基本上都有发言机会。刚刚开学时，我还不是很适应这种热烈的讨论氛围，举手发言十分紧张。但随着时间的推移，我逐渐适应，发言也变得自然起来。课上老师也会经常给同学们许多交流讨论的机会，有的时候如果老师讲的内容我没听懂也可以趁机请教同学，感觉美国同学也都非常友好。在学习过程中，我最感谢的是教授和助教对我的帮助。因为对美国社会缺乏了解，很多令我困惑的东西实际上是美国的常识，但他们耐心解答，并鼓励我继续提问，也给我提供了一些关于未来生涯规划的信息，让我在异国他乡倍感温暖。



图书馆一角

课业之外 开学初期，我去了UCSC的“百团大战”现场，各种社团、组织、协会琳琅满目。我最终选择了学校的志愿服务中心，并参与到其中的Young Writers Program，去Santa Cruz 教育办公室的College Essay Workshop做志愿者导师，指导当地高中生拟写大学申请文书，也参加项目的培训。在那里，我遇到了即将高中毕业的学生，也遇到了不少当地公立学校的教师。



百团大战

在和学生交流的过程中，我倾听他们的故事。我印象最深的是一个高三女孩，因为十岁时在音乐会上用所学的急救知识挽救了一位心脏骤停的老人的生命，她从此坚定了从事护理行业的理想，利用假期参加志愿者夏令营，教小孩如何在水中自救。她告诉我她渴望离开Santa Cruz，去另一座大城市上大学，却为眼下的学习压力而苦恼，也为自己学校师资不足的现状感到忧虑。我鼓励她一定能去理想的学校，也希望她能够克服眼前的难关，实现自己的梦想。同时，我也享受和其他老师的交谈，他们让我看到了不同的人生和视角。许多人已是头发花白，却坚持利用周末做志愿工作，指导学生，让我十分敬佩。其中一位年逾六十的父亲，连着做了两三年的志愿者，他的热情影响到了女儿，于是女儿也加入了志愿者的队伍；也有一位七十多岁的女老师，走路都已经有些颤巍巍了，但依然在儿子的陪同下来到志愿者中心。也有老师是UCSC的校友，毕业后十几年间在美国南北三所城市定居过、工作过，最终还是选择回到了Santa Cruz，因为这个小城镇是她最喜欢的地方。也有一位老师知道我是中国人后，问我来到美国有没有感受到更多的自由；我告诉她，中国也自由，只是中国和美国有不一样的自由。



出国一趟，旅游应该也是必不可少的项目之一吧！在交流期间，我老兵节和同学自驾去了一趟旧金山，感恩节报旅行团去了拉斯维加斯和亚利桑那州的峡谷，学期结束后自由行去了盐湖城和芝加哥。旅行虽快乐，安全也尤其重要。建议学弟学妹出门之前务必查好攻略，尤其是交通攻略，因为美国有的地方没有公共交通，甚至叫不到Uber/Lyft出租车，例如当时在盐湖城的大盐湖玩耍，我和小伙伴们打Uber去了盐湖，但是由于该地特别偏僻，完全无法打车回到城里，最后是一位好心的司机让我们搭了一段便车回程的。所以总体而言，出于安全考虑，大城市可以自由行，但是小城市最好还是报团去吧！



@盐湖城 爬到山顶看日落，真的是动人心魄的美！

海外交流应该是我大学期间最独特的体验了。因为交流认识了一群好朋友，能够一起学习、旅游、长谈、被川菜辣得跳，回国后也会一直把这一份珍贵的友谊延续下去；也因为交流新认识了一群可爱的外国朋友，在来美国前考虑过很多文化差异的问题，但后来发现其实大家还是有很多相似之处的，也可以很聊得来、很交心。在学习上，因为没有太多成绩上的压力，我可以更自主、更尽心，我也享受着这份深入。最要感谢的是老师们，外事处的老师、外文学院的老师，都在我碰到困难、碰到疑问的时候一直给我支持和指导，让我感到无比温暖。不论什么时候回想这段快乐时光，我都会情不自禁地嘴角上扬吧！