

# 加州大学伯克利分校2018交流

2019-02-28 16:49:57

首先感谢国家留学基金委资助我出国留学，学校为我提供宝贵的机会。在加州大学伯克利分校的学习已经结束，从最初的迷茫不适应到最后的井井有条，我的收获体现在学习生活的方方面面。课程上来看，我一共修习了4门课共13学分，包括遗传学、分子生物学、系统解剖学及解剖实验。一开始我不适应教授的口音、难以融入课堂讨论，后来逐渐摸索出课前预习、课上录音、课下巩固的节奏，能够在课堂上跟上节奏思考，在讨论课上提出疑问和同学共同解决。实验课对我来说也是一大挑战——快节奏的教学，完全陌生的专业词汇，初次面对大体老师和人体标本等等。但挑战总是能给人带来快乐，充分的课前预习后，每次四小时的实验课都能让我觉得无比充实。伯克利的学习和国内差别最大的一点是将期末的压力分摊到了平时每一周。我的每门课都有2次期中一次期末，而且比例相当；且都有数量不等的大小quiz。每周我都要经历2-3次quiz，可以说也带来了不小的压力。当然这样也能督促我及时复习巩固，而不是把任务都拖到期末再完成，在这样的模式下，我觉得我学得更扎实透彻了。除了独自学习时间之外，我也和美国小伙伴组建起了学习小组，每周定时见面，一起讨论这一周的课程内容。这样的学习方式给我带来了不同的体验，在讲解和讨论的过程中，知识内化的速度会更快，印象也会更加深刻，而且讨论还能碰撞出不同的火花。最后的期末考也都顺利结束了，总体来说成绩尚可，也算是圆满完成了这次交流。除了学习之外，我在生活和其他能力上的长进也是可圈可点。英语口语的进步自不必说，在校外租住时光让我学会了独自下厨，在新环境中探索、解决问题的能力也越来越棒。四个月的时间里我的焦虑情绪越来越少，理性思考和享受生活的时间越来越多。学习之余，我和伙伴们也尽情感受着异国的风光人情。从洛杉矶到西雅图，再到隔着海湾对望的旧金山，我走过星光大道，在space needle上俯瞰西雅图，坐着红白游艇驶过金门大桥。我们经历了伯克利因为AQI堪堪过200而有万人请愿停课，最终获得了连休十天的感恩节假期，我们观看了第121届UCB与Stanford之间的BIG GAME橄榄球赛，也在感恩节的周末与教会group一起庆祝节日，甚至在期末dead week的图书馆内目睹了一年两度的传统节目naked run..... 离开湾区热烈的阳光和习习凉风已然两月有余，但伯村略显破旧的街道、瑰丽的夕阳、夕阳下的钟声，始终未曾远去。我依旧和仍在那里的朋友继续着相差十六小时的视频聊天，会在上专业课时回想起解剖实验室里略带寒意却使人安心的味道。短短四个月，充实快乐也不缺罗曼蒂克，甚至可能成为漫漫学医路上最明亮的一抹色彩。



如图为 121st BIG GAME，即 UCB vs Stanford 橄榄球赛。