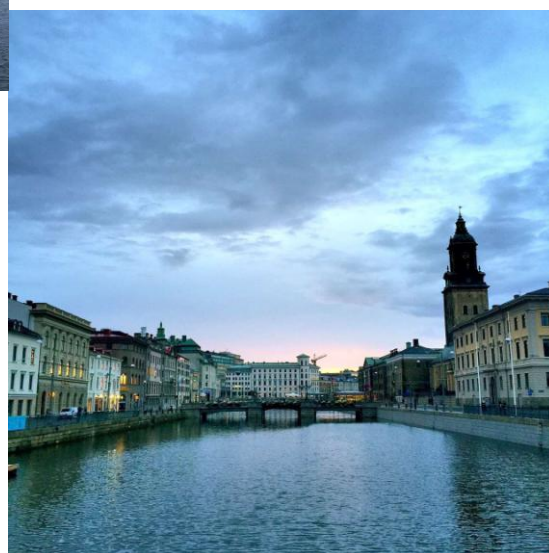


## 出国交换之旅——瑞典哥德堡大学



作者简介：马延姿，女，商学院人力资源专业 132 班学生，2015 年 8 月 2016 年 6 月参加学校外培项目，赴瑞典哥德堡大学学习一年，主要修读课程：Basic econometrics, international business, economic geography 等。

2015.8.25，怀着十分复杂的心情，我踏上了交换留学生的征程。虽然不是第一次出国，但却是自己第一次国外求学，独立生活近一年的经历。我选择了瑞典哥德堡大学进行交流学习。经历了与家人在机场挥泪告别，近 12 个小时的飞行时长，我来到了瑞典第二大城市——哥德堡。学校很贴心，派当地同学来机场接机并派大巴将我们一一送达宿舍，这让我从一开始就感受到了瑞典人民的热情与友善。一出机场，迎接我们的是蓝天白云，和无比清新的空气。



### 哥德堡美景——建筑，教堂



在正式上课之前我们有四五天的空闲时间先熟悉一下这个城市，每天在 Facebook 上组织各种活动，我当然迫不及待的想多探索这个城市啦~第一天先是学校组织的 welcome meeting，召集了所有国际留学生，向我们展示哥德堡大学，了解瑞典，例如介绍了瑞典的民族品牌，瑞典人的生活习惯，哥德堡一些好吃好玩的地方等等。那时我被瑞典人纯正的英语所折服，虽然文化生活差异巨大，但我相信会是一个很有趣的探索过程。

富有瑞典特色的甜品盛宴

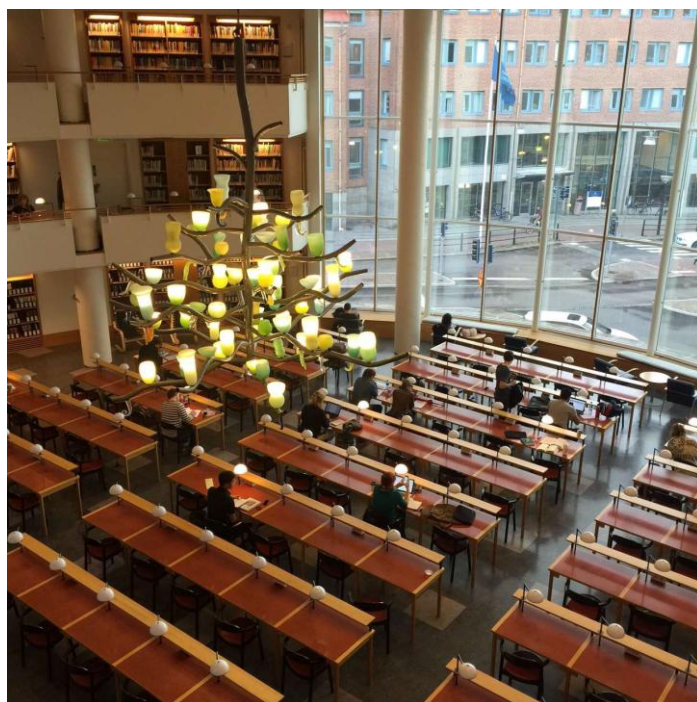


几天的适应过后开始了学习生活。先前就听学姐说过一开始上课会很痛苦，因为在国内没有受过全英语教学的训练，果然如此。在国内我的英语水平还算不错，可是在学术类英语我也只能算初级水平。上课既要查询记住单词的意思，又要紧跟老师讲课的步伐，实在有些手忙脚乱，一同来交换的朋友甚至将老师所讲的课在手机里录音，回家再反复听。为了让自己不会被越甩越远，我从一开始就努力学习。国外大学的课并不多，隔一天一次课，一堂课持续半天，并且瑞典的课程设置很有意思，一个月一门课，迫使学生早做准备。每次上完课我都回去翻看老师的讲义，遇到不会的词绝不含糊，及时查释义并作标记，后来发现高频词汇用的多了也就自然而然记住了。国外大学的课从内容上来说不难，难就难在我们需要将所学过的中文知识转换成英文。坚持了两个星期开始初见成效，在之后的学习中能听懂的越来越多，直到最后一门课老师所讲的内容几乎完全能听懂。在自己的不懈努力下，第一门课也取得了 high pass 的好成绩，这对我的信心是一个极大的提升。国外大学课的种类也很多，经济、金融，还有一些富有当地特色的课程，比如研究瑞典的福利。选这些课既可以了解当地的文化体制，更好的融入进去，又可以更多的和来自世界各地的同学交流各国风情，是一



个锻炼口语写作的课程。除了提高自己的学术能力，我也有意识的提高自己的英语水平，于是在下学期选了大部分写论文做演讲的课程。这些技能都是很实用的技能，一开始发现自己写的东西还是完全的中式思维习惯，和外国人的语言表达相去甚远，后来我就努力模仿他们的习惯性用语，找出他们写作的格式及思维模式，到后来也是渐入佳境。至于演讲，是个锻炼自己口语的最好的方式。

### 学校的图书馆&自习室，拥有百年历史



哥德堡大学还有一个特色就是与国内截然不同的考试。笔试考试都是 5-6 个小时，期间可以带食物饮料，朋友笑称很像古代的科举考，吃喝拉撒都在考场里解决。一开始我很好奇也问过当地同学为什么是这种形式，他们说是为了不让考生感觉到有压力，保证充足的做题时间，不得不说外国人的一切考量都是以人为本啊！



课余时间也是十分丰富。可以与朋友探寻美食，欣赏美景。瑞典的冬天很难熬，冷得早，并且天黑时间很长，最黑的时候可以早上九点天才蒙蒙亮，下午三四点太阳就落山，所以这个国家也是自杀率最高的国家之

一，人们很容易患上抑郁症，所以朋友的陪伴就显得弥足珍贵。但是第二学期却迎来了瑞典最好的时节。湛蓝的天空，充足的白天，明媚的阳光……悠闲的瑞典人去海岛公园晒太阳，野餐，看书……享受生活。

当然，课余时间还可以去欧洲各国履行，去感受更多不一样的文化。



**看到了一直想看的极光！**

总之，留学的这一年我成长了很多，不仅在学业英语方面，更体现在独立生活方面，做饭、刷碗、洗衣服等等，这些都是在国内很难收获的。并且这段经历为我的履历也增色不少，暑假回国找实习出国的经历为我加分不少，尤其是应聘外企，深有体会。如果你想体会不一样的人生，想挑战自我收获更多，出国留学将是一个很好的选择！