

留学生书面总结报告

1991110 孙虹烨

本人通过上海海洋大学爱恩学院和塔斯纳尼亚大学的中澳合作项目，获取本硕连读的机会，并于 2022 年 7 月 5 日前往澳洲塔斯马尼亚大学进行学业深造，开始了留学生涯。在这里我已经即将完成本科最后一学期的学习，并在未来将继续在塔斯马尼亚大学进行两年学制的硕士学习。首次独自一人踏入异国他乡进行长期的生活使我感触良多，下面我将在学习、生活、思维三个方面进行总结报告。

1. 学习

选择出国留学的主要任务就是在专业知识领域得到系统性的学习，但是除了课程学习之外，留学生涯教会我的东西有很多，包括专业知识拓展、学习方式、语言能力等。

在澳洲的第一个学期里，我的主要课程为信息系统专业的本科学习内容和专业会计学的硕士预科内容。课程内容上，我在这学期的课程包括信息系统管理、IS 项目，和会计框架。本科课程的学习注重于理论和实际操作的相结合。信息系统管理课程上学习理论知识管理 ICT 项目和团队，包括面对业务变更系统组织要如何根据所学知识点系统性和专业性的完成项目开发管理。而 IS 项目课程需要我们组成项目小队完成网站的需求分析到实际设计的成果展示。

学习模式上，课程的授课方式灵活，使用线上和线下相结合方式为学生完成学业。老师和教授将预先录制的视频和需要学生阅读的学习资料上传至学校网站上，学生通过登录账号，查看内容进行自主性的学习。对于学生而言，观看录制视频和文件虽然缺少了面对面教学的灵活性和强制性，学生不会被强制完成每周的课程学习任务，但是学生可以进行反复的查看重要知识点，并可以时常回顾之前的课程。由于我前往澳洲的时间不长，全英语的课程使我很难完全获取全部的知识点，因此课程的回放功能使我可以有把握之前遗漏的知识，并可以随时暂停视频记笔记。在学习中我发现遗忘了一些知识和概念，我也可以点开几周前的课程并跳转到我需要的内容中再次听讲。

每周会有一节被称为 workshop 的线下课，老师主要负责在课上进行答疑和结合视频课程的内容辅助学生理解。由于线上的课程使学生与老师之间的互动灵活性降低，老师可以在 workshop 上回答学生在本周课程中遇到的问题。同时，

老师也会使用一些独特的教学风格拓展学生思路，比如在信息系统管理课程中，老师每节课前会提供一些益智题帮助我们获取如批判性思维的思考方式，或是一些小组社交游戏帮助我们学会组织与组织之间的协商和取得利益最大化。

在每门课中都有设定好的定时测试和定期大作业，学生需要自行在课程中找到需要的课程资料。在这些课程中不仅是专业知识，也需要学生有自我学习的意识。在这学期的留学中，我不再由老师催着我们学习，而是需要发挥主观能动性才能跟得上澳洲的学习模式并在期末取得不错的成绩。有一段时间，由于不再会有人提醒我学习，我也懈怠过，想着总会来得及到时候再学。后来我意识到这种惰性会影响我学业的方方面面，包括生活态度。因此我开始主动地学习，及时跟上老师的进度，并时常复习。国内的大学会有辅导员为学生进行学习上的指导，但是国外的学习全凭自觉，我认为这也截然不同的教学方式教会我一种积极的学习态度。

学习英语作为留学生涯中不可缺少的部分在这里可以迅速成长，由于有语言环境的优势。加上为了能好的与人沟通和上课听讲，学习英语也是我来到国外后的优先事务。当刚来到澳洲时，我的英语水平不高，很难完全听懂对方的话，也需要在开口前反复措辞，于是在一段时间中我都不敢出门与人面对面交流，但是在适应后我开始主动与其他国家的人进行沟通交流，通过对话锻炼口语和听力能力。因为生活和学习近似强迫式的迫使我与外国人进行语言交流，所以对于我这种语言天赋不高的人，留学经历可以迅速帮助我提升能力。如果需要完成作业就必须学会熟练的阅读，才能理解教授发布的材料和查找合适的文献。因此留学期间对英语阅读能力也是一种提升。在三个月中我主动寻找学习英语听力口语阅读的方式。比如每天通过与其他人交流和阅读学会新的单词，我和结伴的几位中国留学生会聚在一起聊到与外国人沟通的经历并分享陌生的单词相互学习，我们之间相互分享学习文档相互提升实力，在学习的过程中，伴随着能力一起提升的还有我们之间互帮互助的友谊。

2. 生活

前往澳洲留学对于我而言并不只是为了学习课堂上会教的知识。对我而言，国内有家人照顾，有互通的语言交流的生活是一个我很难离开的舒适圈，我选择

出国就是为了在一个完全陌生的环境下学会一个人独立生活。在父母身边时，我习惯于依赖父母，因为他们以丰富的生活经验总能帮助我选择生活的最优解，但是我也很难养成自我思考的能力，这也是我选择出国留学的原因。在一段时间的個人生活后，我发现我个人自理能力得到了提高。由于文化差异和习惯的不同，很多事情父母不能再帮助我给我建议了，这倒逼我养成独当一面的能力。刚到澳洲的时候我恐惧陌生，每天待在家中，因为我不知道怎样去处理问题。在澳洲生活一段时间后，我积累了解决麻烦的经验和阅历，因为总会遇到一些事情，比如在我刚来到澳洲之后，我的一封包括重要个人信息和税号的信遭到偷窃，因此我不得不向税务局申请挂失，当时因为使用着不熟练的英语向工作人员沟通和操作陌生的流程，我感受到无比的尴尬和恐惧，但是当我现在回顾这段经历时我能感受到的是另一种成就感，就像是我第一次踏足这个陌生的国度时感受到的惶恐而迟迟不敢踏出第二步，但真的鼓足勇气踏出舒适圈后我会发现其他的一切事物都没这么困难了。短短三个多月的生活中，我经历了很多第一次，比如第一次在国外寄信和取快递，第一次和外国人使用英语打电话，第一次向企业递交简历求职，第一次个人规划出去旅游，等等。在定期和父母的视频中，我的习惯用语已经从先前的“这该怎么办啊”变成“我今天又去做了……”。我养成自己独立思考的习惯，但也不是一意孤行。我学会参考别人的建议，也不会盲从。

在出国前，家中的父母会将生活所需的一切准备妥当，比如饮食。在三个月的留学生活中，我不断尝试做不同的菜系，勉强把饭烧熟的烹饪新手通过一次次不太熟练的尝试做出过很多美食，包馄饨、红烧肉、罗宋汤、奶油意面，我也变得乐于尝试。这些事以前都是由爸爸负责，总觉得他做起来非常的轻松，但是当我自己上手的时候才明白不容易。在学习自己烹饪的过程中我被刀划上过手，被油在手上和脸上烫出泡。但是这更激起了我的兴趣，我也会兴致勃勃地为接下去几天想尝试的新菜肴做出规划。曾经不需要我操心的家务和日用品采购，我也能熟练和有规律的高效完成。卡里有多少钱，应该怎么规划，怎么花最实惠，这些问题我也上手学习。更重要的是，在舒适圈中我从不需要操心这些琐事，因为有人替我背负了我的重量。这些事不难但繁杂。我理解了家人的辛劳和明确了我需要承担需要的责任。

在澳洲生活的这段经历让我学会如何进行合理作息的安排。澳洲与国内有两

到三个小时的时差，刚开始的我很不适应，因为和国内的家人朋友交流导致我很长一段时间都按照国内时间进行作息，时常凌晨两三点睡觉。但随着时间的推移，我开始适应时间的变化，每天都会有清晰的规划，比如考虑上课时间和通勤时间安排作息，每天有规律的完成计划完成的任务。在收到作业通知后安排充足的时间完成作业的撰写，并留下足够的时间核查，比如提前一到两周开始设计大纲和文献查找，并在截止日期前三到四天完成提交，而不是在作业即将截止之前慌忙写完。学期结束前学校每一门课都会集中在两周中布置大作业，如何在每一项作业上分配足够的时间，将课程作业时间和生活中的琐事相结合也是一种必要的技巧。

3. 思想

留学生活为我带来最明显的是思想上的变化。无论是性格、视野，还有很多想法，都有了更深的感触和理解，在异国他乡的留学之旅中我在思想上我的性格随着舒适圈的离开而产生了变化。在国内时我是一个内向自卑的人，我很难冷静的处理与人交际的问题和方式。社恐的性格使我不敢和他人主动交流，伴随着我对自己的外貌焦虑，我习惯性躲在口罩后面，看到熟人我会假装没看到，不敢去打招呼。在国外有这文化差异给我带来的变化，和当自己不得不面对事情并妥善处理给我带来的经验，使我的性格发生了转变。因为文化的不同，外国的街头总能见到各种各样不同的人，因此他们从不在乎别人的目光也不会用异样的眼光看待我们。我曾经一直担心自己不出众的相貌会收到冷眼，但是在这里相处一段时间后，我慢慢不再害怕。澳洲人对自己总是充满自信和阳光，可以从他们的社交平台看出，他们总会拿自己未经修改的照片作为头像或者自信地发表在主页。他们这种自信的态度也感染了我，我开始慢慢摆脱外貌焦虑和自卑，变得阳光乐观。

澳洲人性格热情奔放，他们在路上遇到陌生人都会打招呼，当和他们相处后我也习惯主动和他们打招呼。在来到澳洲后，学校组织了很多场迎新的活动，比如开设新生 BBQ 活动、一起看电影的活动，帮助学生之间互相认识和社交。我从一开始一个人在角落，到后来被人注意到有人向我打招呼，再到最后主动去认识新朋友，我逐渐开始敢于去社交。来之前的我一定很难相信，才到这边不久的我就认识了很多朋友，其中包括很多外国友人。

伴随我留学时间一起增长的是视野的开拓。外国人的思维方式不同。当我已经习惯用一种思维思考问题的时候，我的视野就被固定了。当我开始逐渐融入国外的生活时我开始理解他们的思维方式，由此我可以多角度的思考问题，学会了换位思考。

除了思维方式外，体验不同的文化和环境也增长了我的见识。在疫情前我和家人经常出国旅游了解国外的风土人情和文化底蕴，但是当我生活在这里后我才知道，真正想要了解一个国家一部分的人就必须在那个地方生活一段时间才能开阔自己的视野积累自己的见识。在国内我生活在上海这个快节奏的一线城市，而来到澳大利亚后，我前往的是世界最南端的塔斯马尼亚岛，这里环境秀美生态保护良好，这边的居民为人淳朴友善，生活节奏很慢，它并不是经济发达的大城市，给我一种与上海截然不同的感觉，远离生活 20 多年的环境，去适应另一种环境虽然有些辛苦，但是使我保持良好的新鲜感，同时又让我开拓了视野，看到了更大的世界一角。

在国外学习的两年时间说长不长但是说短也不短。在国内的时候总觉得时间过得很快但是没有过多的感触。当我决定出国那一刻开始，我突然理解了时间的重要性。当和外公外婆聊起父母 50 岁的生日即将到来的时候，我突然感到强烈的思念。我感受到时光的离去而我不在他们身边。我能做到的就是更努力学习，不辜负他们的期望，不要将这些光阴白费。

身处澳洲却心系祖国，明明出国，但是我对国家对归属感反而更强了。在各个社交平台上总是能在网上刷到国内的新闻，还有自己家乡的消息。这些激起我强烈的归属感，每次都忍不住想，这是我的祖国我的家乡。国内生活和国外存在的差异使我经常产生思乡的情绪。

很多个晚上我都会梦到我在国内的家里与他们过着日常生活，又有很多次在刚醒来的朦胧之间恍惚感觉自己在家中的房间。在澳洲的生活很好，我已经能很好的照顾自己，但是我总会思念上海的家。平时会有他们帮我处理大事小情，在现在自己独当一面后理解他们的辛劳。我保持着每天和父母进行视频电话，分享生活中的点点滴滴，经常说起自己又在超市买了什么打折的商品。他们也总会叫我不要吝啬钱财，该花就花，如果钱不够他们就再打给我。但是我知道国外汇率和物价与国内不同，他们担负的财政压力也不小。每周我需要去学校上线下课的

时间是两天，父母有一次对我开玩笑：“要我们这两个上五天班的养你这个上两天课的。”我嬉笑之间又会感受到心疼和愧疚。因此我向当地的公司递交简历找工作，希望能用我自己的勤工俭学减轻他们的负担。在这里的一段时间，我更加理解成年人的辛苦和家人的承担，我也因此认真完成本职工作，希望早日回到祖国担负起家庭的重担，不再让他们为我担心奔波。我很感激也会永远记住澳洲的留学经历，因为它让我更加明确了我对家乡、亲人的重视，也将更珍惜每一次善待他们报答他们的机会。

这次的澳洲留学之旅让我了解了澳洲的教育制度，提升了专业水平和英语能力，在生活上获得更加独立的动力，在思想上开阔视野感触良多。我很感谢学校向我提供了这个机会，让我可以出国深造，见识不同的人 and 事，学习高深的硕士学科知识。在接下去的时间里，我也会再接再厉，继续不断提升充实自己，珍惜这次来之不易的机会。