**2016年春季姜佳慧赴澳大利亚来纽卡斯尔大学交换心得**

2016年2月初，春节前夕，便踏上了南半球的土地。最初的紧张感被连续几天的阴雨慢慢冲走，兴奋、激动却持续了一个月。这里的环境和想象中的一样，蓝天白云、碧海白沙，虽然太阳炙热，但是刚好，我喜欢阳光。每天清晨，被鸟声或割草机的声音吵醒，望着窗外的绿叶，美好的一天又开始了。

首先，使我喜欢上澳大利亚的是这里的人，当地人和华人。在这里，我感受到了尊重、平等和热情，澳洲的很多生活习惯和方式都体现了对个人隐私的尊重，人们之间的相互理解与支持以及对环境的保护。晨跑时路人的问候，学习中同学的帮助，聚会上朋友的闲聊，这些都在改变着我，让我也同样做一个阳光热心，尊重他人同时受人尊重的人。这里的中国留学生不少，超出我的意料，大家很团结，互帮互助。

除了感受生活，来纽卡斯尔大学交换的主要目的是提高英语水平和感受国外的学习方式。蹩脚的英文表达确实带给我失落和自卑，无法用英文正常交流，就很难交朋友，很难理解课堂内容，很难与同学沟通、合作。为了打破现状，我也尝试了很多方法，看电视，听新闻，参加社团活动，多参加聚会。经过一个学期，英文交际能力显著提升，可以理解对方，可以表达自己的想法，虽然有时存在语法错误。纽卡的上课方式与国内也有很大的不同。从硬件设施来说，这里的教室相对较小，一般每节课只有几十人；通过PPT和投影结合的方式授课，不需要用粉笔。从内容来说，除了lecture外，还有tutorial和lab，授课内容不仅能及时用来解决问题还能通过亲手操作得到感性认识；电力系统一门课上涉及到国内三门课堂的内容；心理课上每个专题分别由相应领域的讲师讲解；每三到四周一次的测验使我整个学期都不能懈怠，有效遏制了考前突击行为。

除了学习，我的足迹也遍布了多个城市，感受不同城市的文化，从新南威尔士州的纽卡、悉尼、卧龙岗到首都堪培拉再到文艺之都墨尔本。悉尼的繁华，纽卡的安静与自然，墨尔本的艺术，堪培拉的严肃，每个城市都有自己的特点，也在吸引着不同性格的人奔赴属于自己的城市。旅途也提供了我重新审视自己，认识自己的机会。

感谢国家留学基金委给我提供这个来澳大利亚交换的机会，不仅提高了个人能力，使我的本科经历更加丰富完整，而且将对我的人生轨迹产生重要影响。