

学习专业技能 体验北欧生活

挪威是北欧五国之一,位于斯堪的纳维亚半岛,首都为奥斯陆。

挪威的油气、水力、森林、渔业资源丰富,海上油气勘探、开采技术和设备世界一流。

在高等教育领域,挪威以公立教育为主,其中奥斯陆大学、卑尔根大学、挪威科技大学等是挪威著名高等学府,拥有良好的国际声誉。

近年来,陆续有中国学子前往挪威学习,他们在当地的留学体验如何?

船舶专业突出

选择留学地时,施冠羽曾在挪威和新加坡之间犹豫。“我本科在天津大学学习船舶与海洋工程专业,得知挪威科技大学该专业的排名位于世界前列,研究实力强,最终决定留学挪威。”施冠羽说。

记者了解到,船舶、海洋技术等专业是中国学生前往挪威学习的常见选项。新东方前途出国欧洲英语系业务支持袁慧芳介绍



罗四海不久前完成博士学业,继续在挪威科技大学从事博士后研究

道:“挪威的造船、航运业历史悠久,在海洋工程、特种船舶及其设备制造方面有世界领先的技术。其中挪威科技大学在船舶与海洋技术类学科有很强的实力,师资力量雄厚,吸引各国学子前往学习。”

无独有偶,化学工程方向的博士生徐明璘也被挪威高校的教学资源吸引。徐明璘说:“挪威虽是相对小众的留学国,但高校的学术研究相当出色。据我了解,挪威博士项目的课题研究内容贴合实际,不少课题研究需要与相关企业合作完成。我希望博士毕业后做化学工程师,而这样的研究项目提供了许多锻炼机会,这正契合我的职业目标。”

据徐明璘介绍,博士生在挪威可以享受优厚的福利。她说:“挪威高校认可在读博士生为学校雇员,因此博士生能获得丰厚的工资、完善的医疗社会保障福利,在良好的生活条件下,我可以心无旁骛地开展学习和研究工作。此外,雇员身份使得我和导师的关系更像同事,可以平等沟通,我很享受这样的工作氛围。”

“虽然挪威的官方语言为挪威语,但当地英语普及度很高。”罗四海是挪威科技大学纳米技术专业的博士生,他说:“我的课程都是英语授课,课间和同学沟通也用英语,留学来此能较快适应环境,学

习几乎没有语言障碍。”

学生组成多元

徐明璘对挪威的校园环境相当满意。“博士生有一间两到三人的办公室,通常我在办公室做研究。导师不仅悉心指导我的学术研究,还给了我很多备课、讲课、指导学生、参加学术会议的机会,锻炼我的综合能力。通过自身体验,我感受到了学校对博士生的用心培养。”她说。

“我的学校里有不少国际生,大家来自不同文化背景,平时相处包容友好。”施冠羽说,“今年我上了一门特色课程,叫做‘Expert in Team(小组专家)’。这门课主要锻炼合作能力,要求不同专业的学生组队研究一个课题。我的组员来自挪威、德国、坦桑尼亚等国,背景多元。我们不仅在课程中配合默契,还在课外经常一起去运动、聚餐,成了关系不错的朋友。”

对此,罗四海有相同体会。他说:“挪威学习环境的国际化程度高,我的班级有来自德国、意大利、土耳其、印度等国的同学。博士生的授课形式以小组讨论为主,上课时人数不多,通常老师布置一个主题,学生照此收集文献、做课堂展示,对学习的自主性要求较高。”

徐明璘在专业研究外还参与了学校开办的挪威语课程。她说:“虽然挪威的英语普及率很高,但我认为掌握一些挪威语对了解当地、便利生活很有必要,比如不少路牌、商品标签都

使用挪威语。以前我在超市挑选食物时,会使用手机中的翻译软件查看食品包装上的文字,上学期学完挪威语课程后,我可以在超市畅通无阻购物了,这门课程帮助我解决了很多日常生活中的语言障碍。”

热爱户外生活

在挪威居住的日子里,几名中国学生积极通过各项活动探索挪威,了解当地文化。他们不约而同提到,当地人喜欢户外运动的生活方式令人印象深刻。

罗四海向记者介绍了挪威的“小木屋”。他说:“‘小木屋’类似于民宿,建造在远离城市的郊区或森林。挪威人喜欢户外活动,他们常在假期前往‘小木屋’放松度假、亲近自然。我和几名同事曾在周末去过一次,在那里可以钓鱼、徒步,手机没有信号网络,就像进入世外桃源一般。如今能放下电子产品和周围人面谈话的时光很宝贵,我和同事共享了轻松惬意的周末时光,变得更加亲近,这样的体验既有趣也有意义。”

“我生长在中国北方,喜欢滑雪,挪威的气候条件刚好适合此项运动。”施冠羽说,“挪威的冬季漫长,白雪皑皑,我有了更多练习滑雪的机会。此外,我发现挪威人普遍喜欢运动,学校健身房里总是熙熙攘攘,在街上我也常看见骑车、跑步的人。挪威地形多山地,爬山这项活动在当地很受欢迎。”

罗四海说,在挪威人们常用



施冠羽在挪威滑雪时留影“Friluftsliv”来形容热爱户外的生活方式。“它的含义比较宽泛,森林徒步、公园野餐、峡谷攀岩等活动都是‘Friluftsliv’的体现。挪威人普遍认为亲近自然、享受生活很重要,这已然成为他们的生活哲学。”

每年的5月17日是挪威国庆节,施冠羽曾在特隆赫姆近距离体验了当天的庆祝活动。“挪威的国庆节相当热闹,不同学校、民间社团的人组成游行队伍绕特隆赫姆市中心行进一圈,街道两旁则人山人海,欢呼庆祝。我还记得,许多挪威人身着传统特色服装,在前进时奏乐跳舞。这场游行仿佛一场盛大的派对,身在其中的人几乎都被快乐的氛围感染。”施冠羽说。

(周妹芸 来源:人民日报海外版)

下个春节,咱们家乡见

伴随着大阪久而未见的初雪,我的研究生阶段也逐渐步入了倒计时。来日本求学这几年,受新冠疫情影响,我已习惯在他乡过年,而现在,一切都在好转,这或许将是我在日本度过的最后一个春节吧。

寒冬已过,初春将至。随着国内和国际入境政策改变、航班增加,今年春节,我的许多同学选择在冬季假期回国与家人朋友团圆。如果是去年,想必我也会早早踏上回家的路,但由于距离毕业回国还有两三个月,我正忙着准备毕业论文和答辩,最终,还是选择了留在日本过年。

日本没有过农历春节的传统,所以大街小巷依旧如往日一样,感受不到年味。但作为在国外生活的中国人,在身边朋友同学的圈子里、社交软件里,我们依旧能感受到过年的热闹气氛。大家在朋友圈晒出家人团聚的照片,贴春联包饺子,浓浓的年味便来了。在日本的中国商家也很重视春节宣传,社交软件里喜气洋洋的大红色基调,也让我们这些海外游子觉得喜庆。身为一

个中国人,不论身处何地,春节一定是最重要的节日。早在大年三十前几天,我便早早地收拾好了屋子,去附近的中国商店置办了年货,准备在除夕夜和家人一样,吃上一顿丰盛的年夜饭。

不管离家多远,科技的发达让如今的我们能够通过视频和信息“云团圆”。除夕夜,家庭群里爸妈发给我他们吃年夜饭的视频,今年,爸爸不光给我介绍了家里年夜饭的每一道菜,还把手机架在一旁,录下了他们的祝福和团圆的热闹场景。我也在妈妈的指导下,包了一顿带有家里味道的饺子。吃着饺子,看着春晚,在倒计时钟声响起时为家人亲戚送上我的祝福,此刻,我们的心紧紧贴在一起。

零点钟声敲响时,我也像在国内时一样,手机响个不停,收到国内老朋友们各式各样的祝福。我与他们聊起这一年的生活、学习和工作,也同他们约定回国后再聚在一起叙旧谈天。我们虽然身在不同国度,但共同庆祝中国年,大家一起举杯同饮,彼此祝

福,迎接新一年的到来。大年初一,我与留在日本过年的朋友同学相聚在一起,大家见面的第一时间还是会非常默契地互道一声“过年好”。我们在日本的中华料理店里一起吃了一顿熟悉的家乡味,大家聚在一起,也能消解一些“每逢佳节倍思亲”的乡愁。

与初来乍到时不同的是,此刻大家心里装满对未来的憧憬,因为明年我们就能回到祖国;能在下一个春节,早早踏上返乡归途,过年时与家人团聚在一起,共同庆祝和迎接新年。而还未完成学业的朋友们,也能像今年一样,在春节来临之际方便、顺利地回到国内与家人团聚,过一个团圆年。

求学在外的我们,似乎比在国内时更加重视传统节日,因为每一个节日都是我们感受家的温暖的好机会,而春节,更能让我们尽情抒发对许久未见的家人朋友的深切思念和祝福,他们的回应,也是这一年来,我们在外学习、工作时最好的支持和动力。

(李润生 来源:人民日报海外版)

苏黎世学习札记

来苏黎世求学已有4个月,宁静、美丽是这座城市留给我的主要印象。在苏黎世,高耸入云的摩天大楼并不常见,取而代之的是三、四层古朴精致的小楼。即便身处市中心,也少有喧嚣感,郊区则更为安静,景色宜人。苏黎世曾被评为“全球最宜居的城市之一”,我想它的魅力就在于蕴都市风光于自然山水之间。

我本科在苏州大学就读,现在在苏黎世大学学经济,有时我会和朋友开玩笑说,自己本硕都是“苏大”的。苏黎世有两所闻名遐迩的学府——苏黎世大学和苏黎世联邦理工学院。他们毗邻而建,建筑风格颇为相似,主楼是圆弧穹顶,室内随处可见欧式雕塑和柱式拱门。两所学校不仅地理位置相邻,学习资源也连在一起,每学期我可以注册为隔壁苏黎世联邦理工学院的学生以选修课程。留学至此,学校优质的课程、雄厚的师资以及对学高深高的学习要求令我受益匪浅。

学期初,我申请进入了金融系的一个项目,它给学生提供将投资理论运用到真实市场的学习机会。我被录用在项目的宏观组,从中接受了高质量的训练,帮助我加深了对专业的理解。学习的日子相当充

实,即便我失去了周末的娱乐时间也是值得的。

瑞士的官方语言为德语、法语、意大利语和罗曼什语,我所在的苏黎世属于德语区。有趣的是,大部分当地人都会说英语,而且说得非常流利。

这4个月以来,无论是学习还是生活,我只用英语便可应对自如。不过,据我观察,大部分工作岗位还是会将德语或法语流利作为录取的必要条件,多语种沟通在这里较常见。

每一个中国留学生似乎都能在外练就厨艺。在饮食方面,苏黎世本地餐食价格偏贵,口味也不符合我的“中国胃”,于是自己做饭便成了我日常生活的一部分,这既节省费用又能锻炼我的厨艺。

碰上集体活动的时候,我会和朋友去本地中餐馆吃一顿,有几家餐馆味道正宗,能满足我们的味蕾。

刚到苏黎世时,我还在适应环境,期间有些许焦虑。4个月过去,我已经能沉下心来明确目标、专注向前,对自己未来的留学生活多了一份自信与从容。

(葛宣哲 来源:人民日报海外版)