



## 九月：初探异乡韵味

在加拿大的初月，迎接了一场全新的冒险。从文化差异到风土人情，一切都是那么新奇刺激，让我对这个国家充满好奇。九月是我在学业上经历了一场全新的挑战，那就是欢迎周派对。刚来到这个陌生的环境，我发现在欢迎周派对上，外国同学非常自然地与陌生人交谈，而我们一开始只敢躲在角落。这是我第一次直面西方文化，但幸运的是，几位新加坡的交流生主动走过来与我们交谈，让我第一次开始用英文进行日常沟通。这个经历让我意识到与外国人交谈并没有那么可怕，只要把意思表达清楚就可以，不必过于担心语法问题。

在课堂上，我们有机会与同学闲聊交流经历、学习专业知识等。这让我发现与外国人交谈其实并不困难，可以自然地表达，不用太过在意语法。这种自由的交流氛围使我更加自信地参与课堂讨论。此外，加拿大的教学方式也给我带来了新的体验。与国内相比，加拿大更注重自主学习，老师会提前一周提供大量资料、文章和视频供我们阅读，课后也会有很多实操性的练习。这种教学方式需要我们花更多时间深入学习，但也使我们更加独立和自主。在课堂所使用的资料也与国内有所不同。国外更注重实际市场，课堂内容更贴近实际经营的企业，并且让我们与实际市场取得联系，获得实时的数据进行分析。这种实际市场反馈让我们能更好地了解市场需求并提出改善建议。

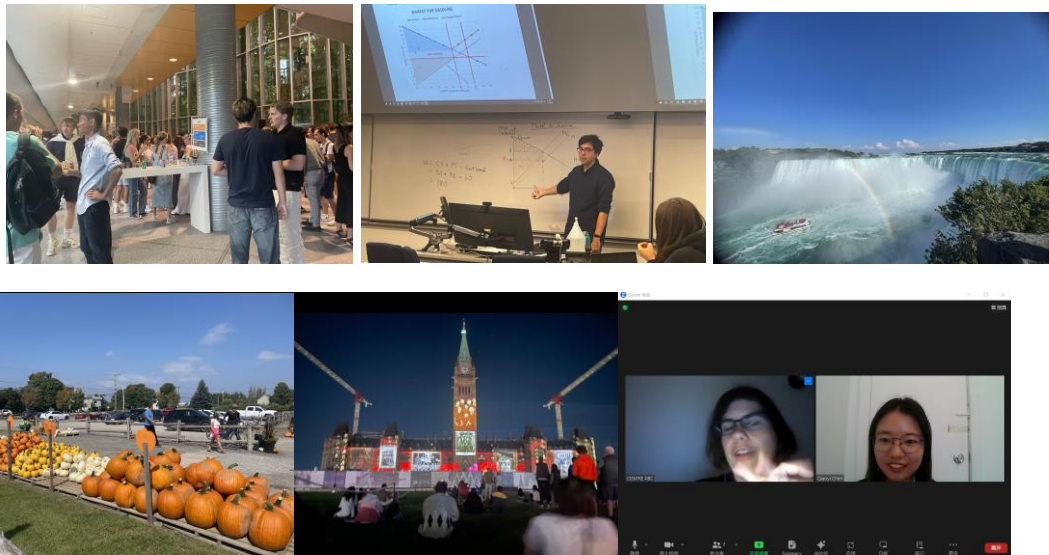
为了更好地融入当地生活，我还主动报名了蒙特利尔的一个志愿者机构，并通过了它的面试。这是我经历的第一场全英面试，发现其实并没有想象中可怕，明白了英语只是语言工具，来帮助你表达自己的思想。在志愿者活动中，我结识了一些本地的学生和来自世界各地的交换生，我们互相沟通分享自己国家的文化。

在生活方面，我有幸探索了三座不同的城市。首先是法语为主的古老的魁北克老城，那里有着独特的魅力，我游览了当地传统的农场小岛，品尝了传统奶酪，并且还去了当地最著名的瀑布，亲近自然，感受加拿大人悠闲的周末时光。其次是加拿大的首都渥太华，我参观了众议院和参议院，学习了不同国家的政治制度差异，更深入地了解了这个国家的历史与未来展望。给我留下深刻印象的是在国会山大厦前半小时的灯光秀，讲述了加拿大的发展历史，其中多次提及中国与加拿大的友好关系，也让我对自己的祖国油然而生的自豪感。最后是加拿大第一大城市多伦多，我参观了 QS 前 30 的多伦多大学，体验了一节古老的课堂；其次是参



观了世界七大奇迹之一的尼亚加拉瀑布，近距离感受大自然的鬼斧神工。最后，我去参观了皇家安大略博物馆，让我最深感触的是在异国他乡看到我国的敦煌壁画、大佛和清朝的墓等众多宝贵文物。这让我想到近期很火的短视频《逃出大英博物馆》一样，希望这些文物早日回到我们祖国的怀抱。

总的来说，这段时间的经历让我在学业上和生活中都有了很大的收获。通过与外国同学的交流，我不仅提升了英语表达能力，也更深刻地理解了西方文化。在课堂上的自由交流和不同的教学方式，让我更加独立和自主。而在生活中的探索和志愿者活动，让我更好地融入当地社区，拓宽了我的视野。这段宝贵的经历不仅让我更加自信地面对未来的学业和生活，也为我打开了更广阔的人生道路。





## 十月：融入枫叶之国

十月份对我而言是学业和生活上的新一轮挑战。在学业方面，随着课程的深入，我逐渐接触到了不同的新软件和实际操作，这为我打下了更加扎实的专业基础。同时，在课堂上的积极参与和跨文化交流，让我不仅提高了专业技能，还增强了自己的表达和沟通能力。

市场分析工具是我这个月新学到的一项技能。通过使用 Google Analytics，我学到了如何通过数据来分析市场趋势，了解用户行为，以及有效地调整市场策略。这不仅是理论知识，更是实际操作，我们还有机会应用这些工具进行市场分析案例，与初创企业的 CEO 进行视频咨询需求，真正感受到市场分析的实际应用场景。

另外，网页数据分析软件 Rival IQ 的使用也让我对市场竞争有了更深入的了解。通过分析竞争对手的数据，我学到了如何制定更有效的竞争策略。这是一种实战经验，让我能够更好地适应未来工作中的竞争环境。

与初创企业 Off the Grid 的 CEO 视频咨询是一个非常有意义的经历。这不仅让我理论与实践相结合，还使我能够更深入地了解企业的需求，为未来的职业发展积累宝贵经验。这样的实际接触让我对市场分析有了更深层次的认识，使我在未来的职业中更具竞争力。

在课堂上，我选择了一门名为“Global Business Environment”的课程。在这门课上，多次提及中国在新兴市场和全球经济中的作用。作为该课程唯一一位来自中国的同学，我积极参与讨论，分享自己的观点和经验。通过这个过程，我不仅提高了英语表达能力，也使我在跨文化交流中更加得心应手。同时，我努力为同学们提供更深入客观的了解，促进中西文化的交流。

除了学业，我的生活也充实多彩。我开始更深入地融入当地文化，参加了许多城市的特色活动。例如，我参与了万圣节的庆祝活动，感受了当地独特的文化氛围。此外，蒙特利尔最著名的美食节“Potinue”也是我参与的一个重要活动，通过品尝当地美食，我更深刻地了解了蒙特利尔的饮食文化。

我还参加了法语区的杂技表演，欣赏了本地的艺术表演。与此同时，我和一群来自不同国家的交换生朋友们一起参观了本地的南瓜农场，这不仅让我更加了解加拿大的农业文化，也促进了国际友谊的建立。



在生活中，我更进一步地融入了自然。我参加了三场国家公园的徒步活动，与本地居民和其他移民进行了深入的交流。通过这些活动，我了解了他们对这个国家、城市以及移民生活的看法，极大地拓展了我的视野。这样的体验不仅让我更好地了解当地的自然环境，也促使我更加关注可持续发展和环保问题。

十月是以加拿大的枫叶节而著称的季节。我和来自台湾和新加坡的交换生朋友们一起爬山，欣赏漫山遍野的红枫，感受到了加拿大独特的秋天景色。这样的活动不仅让我更深刻地体验了加拿大的自然之美，也促进了国际友谊的深化。

最后，在月末，我和朋友一起游玩了加拿大最著名的班夫国家公园。作为一个南方人，第一次看到如此厚重的积雪，让我感受到了加拿大西部城市与东部城市之间的差异。这样的旅行不仅让我更好地了解了加拿大的地理差异，也使我对该国的多元文化和自然奇观有了更深刻的认识。

总的来说，这个月的学业和生活充实而有趣。通过学习新的软件和参与实际操作，我在专业领域取得了新的进展。在生活方面，我逐渐融入当地文化，参与各种特色活动，拓宽了自己的社交圈同时也深化了对加拿大文化的理解。这段时光不仅让我更加自信地面对未来的学业和职业，也为我打开了更广阔的人生道路。我期待在未来的日子里继续充实自己。





## 十一月：学业拓展与自我超越

随着十一月的到来，我的交流经历即将过半。这个月对我而言注重在学业和职业规划上投入更多的时间。一方面，我致力于提高雅思考试的分数，为未来的学术生涯做好充分准备。另一方面，我着手投递简历，积极参与硕士项目的申请，并且在远程实习的机会上也付出了很多努力。这一系列的努力旨在为我未来的职业发展和学术深造打下坚实的基础。

备考雅思是我这个月的一个主要任务。高分数的雅思成绩对于未来的留学和职业发展至关重要。我积极参与各类模拟考试和练习，努力提升听说读写的综合能力。通过系统的备考，我期望在雅思考试中取得理想的成绩，为进一步深造做好准备。

同时，我也积极投身于硕士项目的申请过程。我认真选择了合适的学校和专业，透过递交申请材料向招生委员会展示我的学术实力和职业背景。这一过程不仅令我更加明确自己的学术兴趣，也让我在整理个人经历和目标时更加自信。

另一方面，我也在远程实习的机会上积极探索。通过投递简历和参与面试，我争取到了一个远程实习的机会。这不仅让我能够将理论知识应用于实际工作中，还有助于我建立更为丰富的职业经验。这对于我的职业发展来说是一次宝贵的机会，我会充分利用这段实习经历提升自己的专业技能和实践经验。

与此同时，我还通过参加当地的志愿活动来拓宽自己的视野。志愿活动不仅使我更好地融入当地社区，还让我有机会接触不同行业的人士，了解他们的职业生涯和行业动态。这对于我的职业规划提供了更加全面的参考，使我更清晰地了解自己的兴趣和发展方向。

在这个过程中，我不仅注重个人能力的提升，也始终保持对未来的职业发展和学术探索的追求。这个月的努力不仅是为了当下的交流经历，更是为了未来更加充实和成功的人生。我期待着在接下来的日子里，通过不断的学习和实践，更好地发展自己的潜力，为未来的目标奠定坚实的基础。

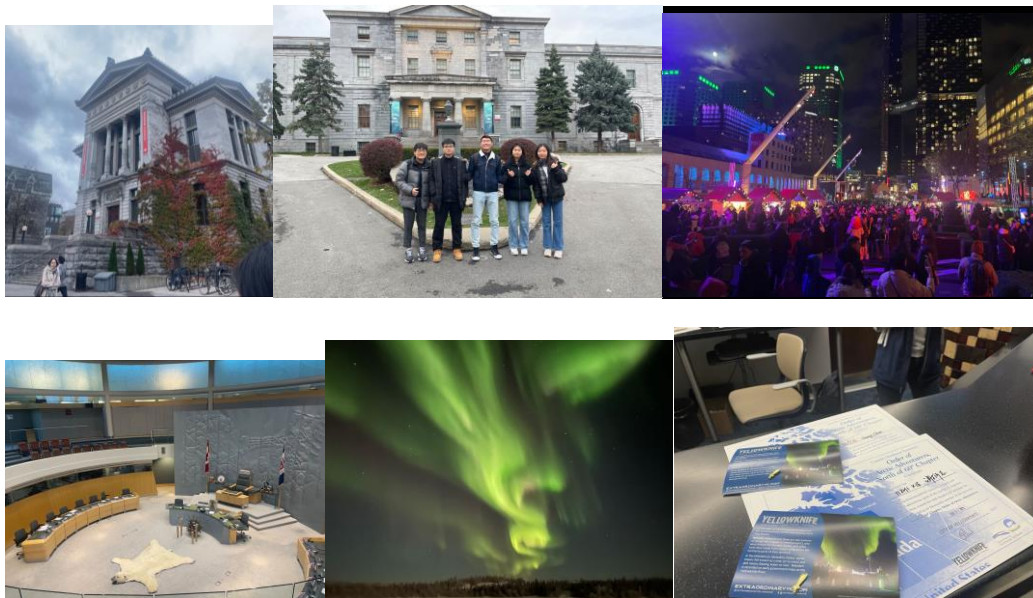
生活中的新鲜体验和与新朋友的相遇，让这段时间更加丰富多彩。我结识了一群来自新加坡的朋友，与他们一同参观了麦吉尔大学，这是我曾经十分向往的心理学学府。这次参观不仅让我更深刻地了解了心理学领域的研究和教学水平，也为我未来的学术探索提供了更多的启示。



在生活中，我也积极参与了一些圣诞庆祝活动。这是一个欢快的季节，通过参与庆祝活动，我感受到了异国他乡的温馨和喜庆氛围。与当地人一起庆祝，我更好地融入了这个文化异彩纷呈的社会，体验到了不同文化背景下的节日氛围。

另外，我和朋友一起踏上了北极圈黄刀镇的冒险之旅。这是一次难得的机会，我与尚贤、沂志一同追逐梦寐以求的极光。我们在黄刀镇度过了一段难忘的时光，尽管北极圈的天气寒冷而严峻，但在第三天晚上，我们终于迎来了极光大爆发的美景。这个奇迹般的瞬间让我深刻体会到，美好的事情确实是值得等待和努力追求的。在极光的璀璨中，我感受到了大自然的神奇和宇宙的浩瀚，也收获了一段宝贵的友谊。这次北极之旅不仅带给我震撼和感动，也让我更加珍惜生活中的每一个美好瞬间。在北极圈的寒冷中，我们一同分享着温暖，共同追逐着梦想。这样的经历让我深信，不论身在何处，只要心怀梦想和热爱，就能在生活中发现无尽的可能性。

这一系列的生活经历让我在异国他乡感受到了温暖和成长。结识新的朋友、参与当地文化庆典、探险北极圈，每一个经历都为我的交流生活增添了难以忘怀的色彩。这段宝贵的时光不仅让我学到了更多的知识，也让我更深刻地理解了生活的意义。期待着未来的日子，充满信心地继续迎接更多的挑战 and 美好。





## 十二月：别离与回顾

十二月，如同一幅丰富多彩的画卷，不仅是繁忙的期末周，更是交换生活的谢幕时刻。这个月对我而言，是充实而难忘的时光，是对过去四个月学业和生活的总结，也是离别前的深情回顾。

在这个月的学业上，我面临着来自西方学术体系的考验，无数的作业、小组讨论、演讲和期末考试，它们如同一道道关卡，考验着我的知识储备和学术能力。与国内的学习方式相比，这里更强调学生的主动学习和实践能力培养。小组讨论成为了常态，通过与同学们的深入交流，我不仅更加深入地了解专业知识，还提高了自己的表达能力和团队协作技能。演讲则是锻炼自信心和沟通技巧的好机会，每一次的演讲都是一次挑战和提升。期末考试作为这个学期的收官，让我对所学知识进行了一次全面的回顾和巩固。在这一系列的学业挑战中，我逐渐适应了西方学术环境，不断提升自己的学术水平。

生活中，随着十二月的到来，蒙特利尔迎来了大雪季，这是我第一次亲身感受到北方寒冷而美丽的冬天。街头巷尾弥漫着浓浓的雪花香，大雪纷飞的画面让整个城市变得如诗如画。我开始参与当地的冬季活动，滑雪、溜冰成为了我生活的一部分。这些冰雪活动不仅丰富了我的生活，也让我更深刻地体会到加拿大人独特的冬季生活方式。

此外，我还积极参与了一些圣诞庆祝活动。在异国他乡，我感受到了异国文化的温暖和喜庆。圣诞树、彩灯、圣诞老人，构成了一幅美丽的冬日画卷。与当地人一同庆祝，我更好地融入了这个异域文化，也收获了一份异国友谊。

然而，十二月并非只有学业和生活的繁忙，更是离别的时刻。这四个月的交换生活即将画上句号，我不禁陷入对这段时光的深情回顾。在这个离别的季节，我开始体验到离别的复杂情感。与同学们共同奋斗的日子将成为珍贵的回忆，而即将告别的不仅是这个城市，还有我在这里建立的友谊和对这里的眷恋。

在这个时刻，我回顾了在这里的成长和收获。我结交了许多优秀的同学和朋友，学到了丰富的知识，提升了自己的综合素质。这四个月的留学经历不仅让我更深刻地理解了西方文化，也为我的未来职业和学术发展打下了坚实的基础。这段宝贵的经历将成为我人生中一段独特而难以忘怀的旅程。



最后，我要衷心感谢汕头大学为我提供这么宝贵的交换生机会。这个四月的留学生活是我人生中一段宝贵的经历，是一次全新且难得的历练。感激这个机会，我将怀着对这座城市、对这所学校、对这段留学经历的深深思念，踏上回国的旅程。期待着未来有机会再次相聚，感激这段美好的留学经历，它将成为我人生中的一段独特篇章，为我未来的发展注入更多动力与信心。

