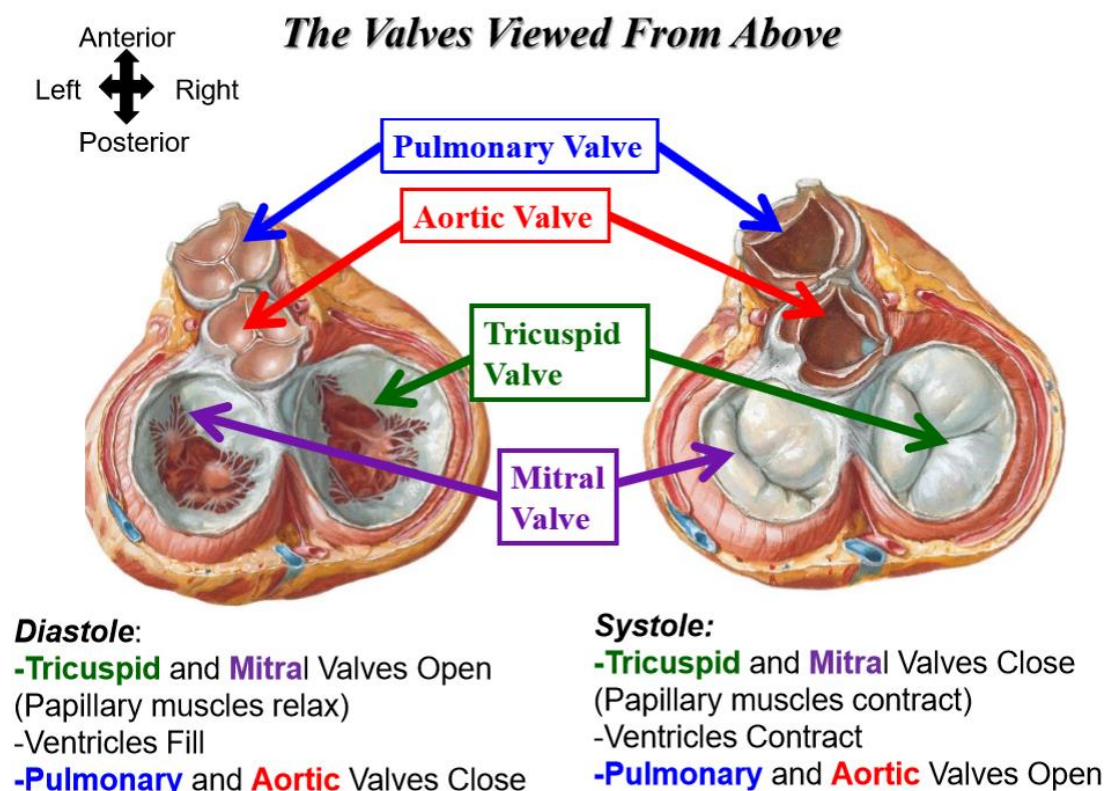


2023 级小鸚鵡渥太華大學暑期游學記

时光如梭，四周的渥太華大學暑期游學來到了最後一周，小鸚鵡們都有哪些收獲呢？讓我們一起來看看吧！

Part1 解剖課

經過上肢下肢大量單詞的洗禮之後，我們迎來了相對簡單的關於心臟的解剖課。與關注四肢的運動功能不同，我們在学习心臟的過程中重點關注了心臟的血液循環過程以及心室，心房精妙的內部結構。在課前回顧中，Dr Ramnanan 的講解風趣而生動，令我們印象深刻。



結束理論講解，同學們穿上白大褂進入實驗室開始用心臟標本实操學習。從外表看，心臟只有拳頭大小，然而就是這樣其貌不揚的一個器官不舍晝夜地驅動著我們整個體體的血液循環，維持著我們的生命之息，帶給我巨大的反差感。打開心臟，精巧的內部結構暴露在視野中。三尖瓣與二尖瓣被乳頭肌牽拉成降落傘的形狀，半月瓣則像鏡頭快門，它們用各自的結構組成了有效的單向閥。主動脈，肺動脈干，肺靜脈，腔靜脈，血管錯落排列在心臟四周，猶如一座複雜的立交橋。

Part2 英語課

最後一周，我們上了一節非常有趣的英語課。課上，老師和我們一起觀看了奧運會乒乓球男子團體決賽。全班同學，包括老師在內，都熱情地為中國隊的出色表現歡呼喝彩。這是一次通過體育運動將我們凝聚在一起的激動人心的體驗。

課間休息時，老師體貼地為我們準備了一些零食。我們圍坐在一起，一邊享用薯片和餅乾，一邊討論剛剛觀看的精彩比賽。這種非正式的互動幫助營造了課堂里輕鬆友好的

氛围。

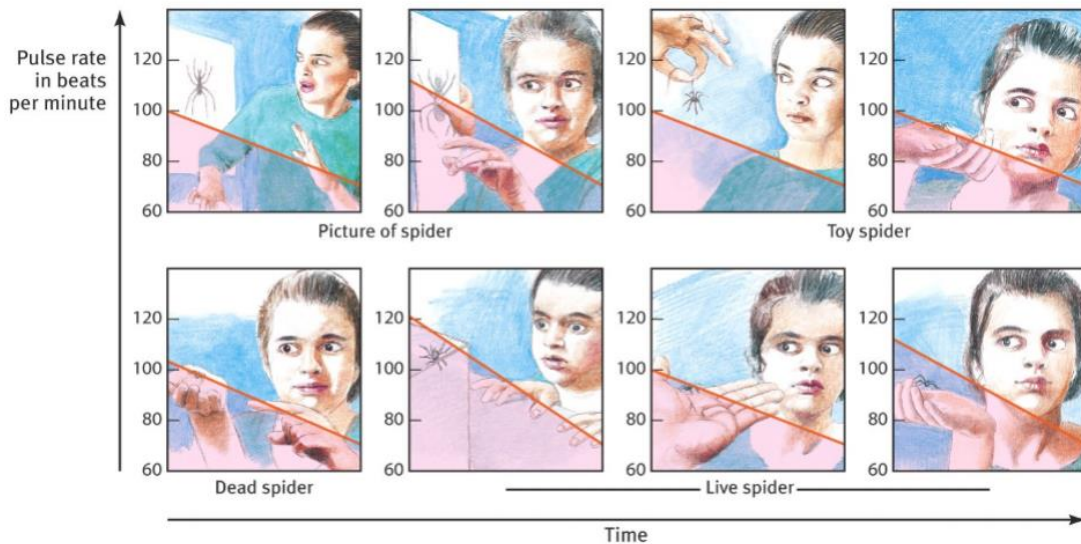
之后,同学们进行了最后的演讲汇报。很明显每个人都为此做了充分的准备,老师对演讲的质量印象深刻。老师的积极反馈提升了我们的自信心,让我们为自己的成就感到自豪。

演讲结束后,老师使用 Kahoot 应用程序复习了我们过去一个月学习的新词汇。比较分数的竞争性成功激发了我们的好胜心,激励我们回顾并加强对这些新学词语的理解。这种互动式的复习方法使学习过程既有趣又有效。

Part3 心理学

Behavior Therapy

■ Systematic Desensitization



在最后一周,我们在心理课上学习了心理疗法的历史沿革与治疗原理,并迎来了最终的结课考试。从原始文明的开颅手术与驱魔仪式,到上世纪早期的脑白质切除术,再到后来的药物疗法与如今的认知-行为疗法。心理疗法的发展见证了人类对于自己精神与大脑认识的不断加深,更是从偏见,歧视到理解,与人性光辉的逐渐转变。通过心理课的学习,我们认识到了身体-心理-环境的紧密关联,在医学与社会逐渐发达的今天,我们作为医生以人本主义的视角去全面的看待患者变得愈发重要。

Part 4 志愿服务

本周是我们在渥太华的最后一次志愿服务。我们在志愿服务中对社会做出贡献,也证明了自己的价值。我们走进自然,打理花草草,为社区生态做出贡献。我们在免费商店分类整理,为人们提供便利。我们在 soup kitchen, 为无家可归的人提供饭菜衣物和日用品。

我们在 soup kitchen 中成为了“老员工”,一些“常客”已经认识了我们。在工作中,我们切菜,做三明治,洗碗,擦桌子,分发食物,整理群众捐赠的物品。我们几乎无所

不能。在人们一声声赞扬与感谢中，我们收获了满满的成就感。在这个过程中，我们学会了各种烹饪技巧和管理经验。与流浪者的互动让我们更加理解和同情他们的处境，培养了同理心和宽容心。通过帮助他人，我们反思自己的生活，学会感恩自己所拥有的一切。同时，在与其他志工的合作中，我们建立了深厚的友谊和团队精神，增强了社交能力。总之，我们不仅在物质上支持流浪者，更促进了自我的成长和满足。

通过志愿服务，我们进一步了解了渥太华的真实社会。我们在帮助他人的过程中升华自己，学会了各式各样的技能，发掘出自己潜能。

Part 5 欢送会

送别日当天，Gustavo Freire 老师带领大家回顾了这段充实而难忘的时光。从英语课、心理课到解剖课，每一节课都充满了知识的碰撞和智慧的闪光。此外，我们还欣赏了同学们在课外志愿服务中的精彩表现，分享了课余时间自制美食的图片，以及周末活动的美丽瞬间。

活动的高潮在于王诗芸学姐的绘画展示环节。每桌小组通过绘画展示了这一月中的精彩时刻，小组代表们生动讲述了各自的故事。无论是美味的鸡蛋料理，还是旅行中的迷人景色，大家都用充满创意和热情的方式呈现出来。

在活动的最后环节中，老师们为大家准备了一份特别的美丽大红色蛋糕。大家与老师们一起合影留念，共同分享这份美味的甜点，尽显欢愉与感激。每位同学依次上台领取结业证书，并与院长合影留念，记录下这珍贵的时刻。

室外的大合影标志着这次精彩难忘的结业仪式圆满结束。感谢所有的老师和同学们，让这段经历成为我们人生中宝贵的回忆。

