

國立金門大學交換學生赴大陸地區姐妹校研修計畫

交換學生心得報告

姓名	蘇柔伊	學號	111113201
就讀本校系所	海洋與邊境管理學系三年級		
研修學校	中國政法大學	研修系所(學程)	法學
研修期間	自 113 學年 第 1 學期 起 至 113 學年 第 1 學期 止		
姐妹校修讀學分數	4		

心得內容(1000-1500 字，請附上包含自己的照片至少 3 張以上)

一、緣起

都讀金門大學了，秉持著來都來了的想法，總要去交換一次吧，選擇中國政法大學的原因也很簡單，因為我本身很嚮往北京，它是首都的同時也有著深厚的歷史文化底蘊，想去看看不一樣的世界，體驗當地不同的文化。

二、 研修學校簡介

中國政法大學是一所以法學學科為特色的學校，同時也是“211 工程”重點建設大學，學校設有法學院、民商經濟法學院、國際法學院、刑事司法學院、政治與公共管理學院、商學院、國際教育學院/港澳台教育中心等 21 個教學單位。同時設有法學、政治學與行政學、行政管理、國際政治等 27 個本科專業，其中法學、政治學與行政學、社會學為國家級特色專業。

三、 姐妹校研修之課程學習

因為我本身沒有學分抵免的需求，所以我只有修四學分。

法大的選課其實蠻友善的，大概有快三週的彈性時間讓我們選修課程，比較需要注意的是上課時間，有的課是上到第八週而已，有的課是到十一週，因此可以在第一個禮拜研究課表，後面的自由時間較多，能多去其他城市看看。期末大多是以繳交小論文的方式或期末報告。

相較於台灣的學生，大陸的學生們上課其實蠻符合我對於他們的刻板印象，基本上只要教授有提問，同學們都會很積極地回答，我對法大的學生們印象蠻深刻的，每個人都很認真的在讀書，深怕自己落後他人哪怕只是一點點。

四、 姐妹校研修之生活學習(包含生活環境、住宿、交通、飲食等事項)

法大的宿舍分為兩種，一棟是本科生宿舍，較為陽春，是公共衛浴，要去澡堂洗澡，費用一千人民幣以下，另一棟則是國際交流生宿舍，四人間，有獨立衛浴，上下桌，費用則是 2625 人民幣一個學期。北京的天氣十分乾燥，保濕乳液一定要帶，空氣品質也不太好，建議口罩還是要帶著，冬天更是寒風刺骨，我大部分在學校的飲食都是食堂解決，便宜好吃又實惠，但北方味道還是比較重口味一點，食物味道都偏重油重鹹。法大的地理位置其實蠻郊區的，騎腳踏車到地鐵站大概十到十五分鐘，而地鐵到北京市區大概一個半小時左右，機場的話北京首都國際機場方便一些。

五、 研修之具體效益

- 1、 更勇於和陌生人溝通
- 2、 了解更多不同地區的文化
- 3、 更懂得行程規劃
- 4、 拓展人生視野，豐富人生觀

六、 問題與建議

給交換生的建議

- 1、 身體不好的常備藥一定要帶，感冒藥、腸胃藥、過敏藥備著，那邊看醫生很麻煩，而且醫生開的藥也沒什麼用，急診也是。
- 2、 先辦電話卡，才能辦銀行卡。
- 3、 宿舍的床墊枕頭均無提供，皆須自行購買。
- 4、 建議第一天就先把校園卡學生卡辦好，有人臉辨識進出校園方便很多。

七、 其他綜合感想與建議

此次交換去了許許多多各種不同的城市，在北京的最後一天回想著這四個月，像是做了一場盛大且熱鬧的夢，熱鬧過後的平靜好不真實，出現在歷史課本上的事物，居然真實的呈現在我眼前，十分不可思議，北京的故宮、圓明園、頤和園，甚至是長城，這次的交換也讓我成長了很多，像是怎麼和不同的人打交道，大陸人都很大喇喇，當你試著去融入他們時會發現大部分的人還是很友善的，很謝謝學校給我們這次機會，第一次自己在一個人生地不熟的地方生活四個月。

這次的交換經歷，不僅讓我有機會親身感受這些歷史名勝，也讓我在生活和心態上成長了許多。比如，與不同的人打交道，如何在一個全新的環境中尋找自己的位置。特別是在與當地人相處的過程中，我學會了如何更好地融入他們的文化與生活方式。剛開始或許會有些不適應，但當你去接受這些不同時，會發現大部分的人其實是非常友善的。

四個月的時間裡，我有了第一次自己在陌生的地方生活的經歷，這段時間既充實又有挑戰。初來乍到的我，面對陌生的食物、生活習慣，我時常感到孤單和迷茫，但隨著時間的推移，我學會克服生活中的各種困難，並享受這段難得的冒險。

這次交換學習的經歷，讓我不僅在學術上有所收穫，更多的是在與人交往、生活適應和自我成長方面獲得了寶貴的經驗。我感激學校給了我這個機會，讓我有機會走出舒適圈，體驗一個完全不同的世界。我會永遠珍惜這段記憶，並將它作為未來成長路上的一部分，帶著這些收穫繼續前行，豐富我的人生閱歷。

哈爾濱 雪鄉	杭州 靈隱寺	重慶
		

青島 啤酒博物館



煙台 海



天津 義大利風情街



北京 中國國家博物館



上海 外灘



南京 牛首山



蘇州 東方之門



威海 布魯威斯



北京 故宮



韓國 首爾塔



中國政法大學 萬聖節



首爾 星空圖書館



* 請於交換結束後一個月內將本報告「電子檔」寄交 kiwichang26@gmail.com !!