

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	方思捷	學號	111314323
就讀本校系所	社會工作學系(所)二年級		
研修學校	南京大學	研修系所(學程)	社會工作學系
研修期間	自 114 學年第 2 學期起至 114 學年第 2 學期止		
姐妹校修讀學分數	7		

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

大學期間交換一直在我的規劃中，而金門大學提供了許多交換的機會。南京大學是我最嚮往的學校。除了深厚的學術底蘊外，對我十分特別的原因——我的偶像畢業於南京大學。我對這所學校充滿憧憬，如果能夠踏上他曾走過的林蔭大道，在同個教室裡聽課，在相同校園裡迎接晨光、走過黃昏，不同時空的我們，在時光的另一端悄悄交會，並以自己的步伐書寫屬於我的故事，也讓曾經的憧憬，成為真實而珍貴的回憶。

二、研修學校簡介

南京大學創建於 1902 年，前身為三江師範學堂，以深厚的人文底蘊、卓越的學術研究及多元的國際交流聞名，是首批入選「985 工程」、「211 工程」以及「世界一流大學和一流學科」在人文社會科學、自然科學及工程等領域皆有優異的發展。目前有四個主要校區：鼓樓校區、仙林校區、浦口校區、蘇州校區，而本次研修校區為南京大學仙林校區。

三、姐妹校研修之課程學習(包含選課狀況、上課情形、學習成效、社團、課餘活動等事項)

我共修習了三門與社會工作專業相關的課程，印象最深的是參訪多家養老院。了解在高齡照顧、長者退休生活以及養老服務方面的運作模式，觀察到不同機構如何提供生活照顧、醫療服務及休閒活動，並與台灣的長照制度有了更多比較與思考。另一門課則安排我們進入社區製作社區資源地圖，透過實地走訪與訪談居民，小區內不僅生活機能完善還有市場、幼兒園、按摩館及咖啡廳，居民之間具有良好的互動關係，居委會也積極扮演社區治理與服務的重要角色。「小區」的概念，是我來交換後才真正瞭解的。

南大的社工系對我來說也相對比其他科系活潑，課程上會去外面實地參觀，覺得最困難的點是報告都是以小組為單位，作為交換生，找尋小組成員時是相對困難的 但熬過了這個部分我認為課程學習的部分不難，唯一讓我覺得不合理的是南大是前 16 周上課後兩週考試，而我其中有一堂課被排在了 18 周因此後面的行程被卡住，所以如果選課的時候需先注意一下他的考試時間。

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)

飲食方面：南京的食物偏甜，但這也是南京烤鴨好吃的原因。

住宿方面：交換生是住研究生宿舍，有電梯，三人一間，有兩個洗手台，相對其他學校已經

非常優秀了，美中不足的是不習慣蹲式廁所與花灑式沐浴，需要一段時間適應。

因為校園很大，所以上課時需要搭乘校內巴士，其中東線大巴是我最喜歡的校園景色。也許因為提前辦好銀行卡以及手機號，並有去過廈門的經驗，讓我覺得交換期間一切都還蠻順利的，與室友的相處也都十分愉快。

五、文化交流經驗分享

除了課業，旅行也是交換生活中不可或缺的一部分。最令我印象深刻的是在雲南看見壯麗的自然風景，看見日照金山的那一刻。當陽光灑落在雪山頂端時，大家靜靜地望著眼前的景色，那份震撼與感動至今仍在我心中。我認識了不同城市的文化，結交了更多來自不同地方的朋友。大家一起分享彼此的生活、文化與夢想，每一次旅程，每一段過程，都是讓我回台後會念念不捨的回憶。也在這短短時間內結交到了更多的好友，我想這會成為我未來的養分。

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 融入當地的讀書風氣，提升自己的學習方式
2. 學習相同專業在不同地區的發展模式
3. 從住宿、交通、課業安排到旅遊規劃提升獨立生活能力
4. 建立珍貴的人際網絡

七、問題與建議

希望南京大學考試安排可以提早公布，並且交換生的考試時間不排在最後一週。

八、其他綜合感想與建議

謝謝南京大學與金門大學給我交換的機會，讓我有機會看看世界、看看相同科系不同學校的差異，這段交換旅程，不只是人生中的一段經歷，更是一份將伴隨我未來人生的重要養分。我都會記得在南京度過的每一天，記得校園裡各處的風景。希望在未來的某一天，還有機會再次回到南京，重溫這座城市帶給我的感動，也帶著更加成熟的自己，再次踏上這片充滿回憶的土地。

九、照片





