

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	張麗君	學號	110511136
就讀本校系所	企業管理學系(所) 三年級		
研修學校	上海東華大學	研修系所(學程)	工商管理專業
研修期間	自 107 學年第 2 學期起至 107 學年第 2 學期止		
姐妹校修讀學分數	7 學分		

心得內容(1000-1500 字，請附照片 3 張以上)

一、緣起

當我是大一時就有考慮過交換的事情，之後在東協市場與兩岸企業創新研討會中聽到一位呂博士說的，她在新加坡留學時遇到會各式各樣語言的人，如：中文、馬來語、英文... 等，而且在那邊交流到的是各式各樣的人，一切的事情也都是自己處理，在外會學習到的東西許多不同的經驗，碰到意想不到的人事物。聽完她的說明後，我就確定我一定要去大陸交換。另外我也透過系上活動聽到許多學長姊去交換完的分享，並且說了很多去交換會遇到的事情，像是課業上的問題、生活上的趣事……等，這也是促使我想要去交換的其中一個原因。

二、研修學校簡介

上海東華大學是是一所位於中國上海市的公立大學。是教育部直屬、國家「211 工程」重點建設的高等院校。前身為創建於 1951 年的華東紡織工學院，1985 年改制為中國紡織大學，1999 年更為現名。**共有兩個校區松江校區(郊區)、延安校區(市區)，只有管理學院跟服裝設計專業在延安校區，其他都在松江。**



▲松江校區圖書館(也是學生證上的圖案) ▲延安校區側門的標誌

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)

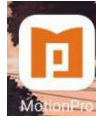
(一) 選課

1. 選課時間只有兩個時段：

第一個時段需要自己到東華大學的教務處留意(會提前告知選課時間)，第二個時段則是開學第一、二周能選課(不過還是以教務處公告時間為主)。在這裡不選課就沒有課可以上，可能因為我們是交換生，所以不會幫我們自動帶入課程。

2. 選課需要用到 VPN：

不管你用什麼樣的網路都需要用 VPN，除非是連學校的網路，不然是登不進去選課的網站，



MotionPro 是我選課的程式(另類的選課 VPN)。

3. 最好不要跨校區選課:

因為兩個校區需要搭 1 小時以上的車程，這樣上課通勤很辛苦。

4. 上課的週數:

這邊上課的週數不一樣，大部分是 1~8 周、9~16 周、1~16 周的課程，但還是有些課程的週數會不一樣，要仔細看清楚。

(二) 上課情形、學習成效:每個老師上課狀況跟考試都會不同，由於開學 1~2 周能選課，可以在第一周時去旁聽看看，如果覺得合適再去選，不然你可能會覺得累，而且跟不上進度。以我修的金融風險管理來看，老師會希望同學發言、提問，且要學過會計、經濟的人才能懂，一旦你沒有學過可能會很辛苦，所以還是要看自己的能力選課喔。

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)

(一) 生活環境、住宿及交通:

我們跟大陸的學生住同一棟宿舍，所以理所當然我們洗澡也是跟他們一樣是公共澡堂，不過女生宿舍旁邊就是驛站(取貨的地方)。因為我是在市區的校區，所以學校側門出去不用 5 分鐘就能到地鐵站、公交站，而且搭地鐵到火車站超級方便；不過郊區的學校離地鐵站有段距離，學校很多的腳踏車可以騎，不過那邊是大學城，通常什麼商店都有，所以也不用太擔心。



▲宿舍外面的風景(一出宿舍門口就是體育館、操場、驛站)



▲校園的某一角



▲路上都會有指標，不用怕迷路

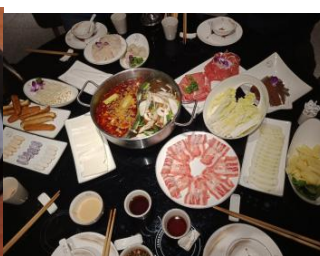
(二) 飲食

上海的飲食就比較重鹹重辣重油，不過吃久就會習慣了，如果還是吃不習慣建議可以吃學

餐，學餐相對菜色多樣，也比較便宜，這邊許多學生都會點外賣，雖然不一定比較便宜，不過很方便(可以直接送到宿舍門口)。



▲上海湯包(來來)



▲小肥羊



▲這只是微辣的烤魚

五、文化交流經驗分享

交換生會自己有一個群組，老師會在群組發一些有關台生活動的事情，建議有空可以參加，像我參加過百名台生看上海的活動，在那次的活動中會認識到許多一起來交換且不同學校的人，一起交流一起玩遊戲，也是一個不錯的選擇，學校也有專門辦交換生的活動，不過主要都是以國際生為主。



▲百名台生看上海(好像每年都會辦，有興趣可以取去看看)

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

(一) 時間安排:

首先每堂課的時間就會有差，像1~16周的課程1~8周跟9~16周上課的時間會不一樣，選課時需要注意會不會衝堂。如果想要出去玩也要排好課堂時間才不會導致自己沒有連假能出去玩。

(二) 金錢花費的控制:

在大陸通常都是使用支付寶、微信，不會有像看錢包的錢一點一點少了的感覺，加上出去玩的費用通常會比較多，如果資金沒有那麼充足的話，要隨時注意金錢花費的控制。

(三) 知足:

首先我一到那邊就遇到很多事情，所以當時我連路上買顆包子吃都很滿足，我的室友說：「只要還笑得出來，就表示沒事啦。」

(四) 手機應用的非常廣泛:

在大陸通常只需要帶著手機跟鑰匙就能出門了，手機既能付錢也能搭公交、地鐵，這些都是支付寶廣泛的應用在生活上，使得生活方便。

(五) 大陸人對台灣的看法:

雖然他們都生活在同一個地方，不過年輕人和老人家的想法還是會不同的，在旅途中遇到的人，當你說你是台灣人時，有些會問台灣跟中國的關係怎麼看，有些則會說台灣現在發展的怎麼樣啊，有哪裡值得去玩，多接觸不同的人，想法就會不一樣。

七、 問題與建議

(一) **第一天到大陸時建議開漫遊**，除非你有大陸的網路，不然你有可能第一天會沒有任何的網路。

(二) **機票買早點到學校的時間**，這樣比較好處理學校的事情、買床墊、生活用品。

(三) 一定要下載 VPN(除了登學校網站的，還要下載能翻牆的)。

(四) 去的時候盡量帶多一點的錢(但也不要帶太多)，因為到那邊一開始的花費會很多，加上**匯錢是需要手續費的，所以能多帶就多帶**。

(五) 有任何問題都可以多多詢問學伴，自己解決不了的事情也可以尋求老師的幫助，交換期間室友、老師、學伴、交換生是很重要的角色。



▲其他學校的交換生與非洲的國際生

▲我的好室友們

▲來接機的學伴

八、 其他綜合感想與建議

這短短的四個月半，了解大陸的上課方式以及學習風氣，當然也有好好玩的。杭州看了西湖美景，欣賞西安壯觀的兵馬俑，爬上「五嶽歸來不看山，黃山歸來不看嶽」，北京天安門及故宮的宏偉，南京中山陵。慶幸自己能夠享受到這個資源，雖然一開始會害怕，不過久了就覺得這個經歷是值得的，人生就是要勇敢一次才知道這個世界的美好。剛好在要實習之前離開台灣看看，接觸不同的人、不同的文化、不同的風景，學習不一樣的事物。





* 請於返國一個月內將本報告「電子檔」寄交 gatsby.kinmen@gmail.com