

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	陳穎穎	學號	110712217
就讀本校系所	應用英語系(所) 三 年級		
研修學校	華中師範大學	研修系所(學程)	外國語學院英語系
研修期間	自 109 學年第 2 學期起至 109 學年第 2 學期止☑		
姐妹校修讀學分數	9		

心得內容(1000-1500 字，請附照片 3 張以上)

一、緣起

2021 年，疫情的影響依舊蔓延著，許多中國大陸的姐妹校都取消了交換生的申請名額，申請交換之路不禁困難重重。最終，我於大三學年的下學期申請了前往武漢華中師範大學交換學習，回想當初選擇去華師交換也是基於巧合。其實早在大二學年就想著申請回大陸的學校交換，不料疫情突然爆發，耽擱了一年。終於能夠實現回鄉學習感受大陸高校的教育氛圍以及文化環境的夢想，再來就是大半年不曾回家也讓我歸心似箭，正好這次可以借著交換的機會回歸祖國母親的懷抱。儘管仍需要隔離 14+7 天，我也還是毅然決然地選擇返回大陸，結果也如我所願，一切都是值得的，沒有什麼遺憾。

二、研修學校簡介

華中師範大學 (Central China Normal University) 簡稱「華大」或「華中師大」，位於湖北省會武漢，是中華人民共和國教育部直屬重點綜合性師範大學，國家「211 工程」、「985 工程優勢學科創新平台」重點建設院校，國家「雙一流」世界一流學科建設高校，入選國家「2011 計劃」、

「111 計劃」、國家建設高水平大學公派研究生項目、國家大學生文化素質教育基地，中日人文交流大學聯盟創始高校，武漢七校聯合辦學成員，全國首批博士、碩士學位授予單位，國家師範生免費教育試點高校。學校主要分為兩個校區，一個本部校區，一個是南湖校區。相隔並不算遠，從學校的南門走出後，走幾百米路再經過一個天橋即可到達。從我們宿舍徒步走的話，大概也需要 20 分鐘到半小時左右的時間。

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)

不得不說交換生的選課環境真的非常寬鬆和自由，完全不受專業年級等的限制。早些時候就聽聞大陸學校上課選課搶課十分困難，（台灣學校也類似但也許由於人數基數沒有那麼大相比之下在同等情況下沒有那麼激烈）好在我們不需要搶課，即便是滿課也可以通過人工加選的方式直接加課。由於我自己系上本專業的學分大部分都已經達到要求了，所以就沒有特別急於尋求需要相抵學分的課程。我一向都是一個喜歡嘗試探索各種新鮮事物的人，也喜歡冒險和挑戰。於是交換的這學期經過試聽課程以後，最終我選了四門都是外系非我本專業的課程。我很喜歡試聽課程這一環節，我覺得很合理而且特別有收穫。只要時間排得開，不衝突，我可以去旁聽任何我感興趣的課程，有一個所謂的「猶豫期」最後再決定我最終想選想修習的課程。這在很大程度上會提高我們學生的主動學習的積極性，而不是一味地接受學院系上專業直接給你排課，有些你甚至都不知道那些課是上的什麼內容以什麼形式上課，在什麼都不知道的情況下就已經被告知「這些是你必須要上的課，要拿到的學分」一種被安排得明明白白的感覺，讓我不太喜歡。這也是我一向更喜歡上我專業里選修課更勝於必修課的原因，因為那是我有選擇權的，我會更願意主動地去探索學習它。

再來華師之前就有聽聞華師的一些院系專業非常不錯，加上稍微做了點功課，瞭解到華師的心理學院非常出名，而我本人對心理學一直都挺有興趣，不論從小到大接觸到的所謂的「心理學」是

不是真的屬於心理學,於是我查閱了課綱以及在老師的建議下,我選擇了田媛老師開設的一門名為「心理學:我知無不言,它妙不可言」的通識課。這也是我本學期最想推薦給大家的一堂課。這堂課可以說是真正心理學的入門基礎課,它包含了心理學基本的重點知識,涵蓋面十分廣泛。在試聽期間我也去旁聽了其他老師開設的普通心理學,基本心理學,心理學概論等課,看似大同小異的內容,不同的老師講課的風格各有不同,其中田老師的風格讓我記憶深刻,試聽結束立馬果斷決定加選這堂課。田老師的課堂生動有趣,總是能通過生活中的一些日常例子結合書本教材上的知識點進行講解,而不是單純枯燥乏味地解釋書本提綱的內容。還通過讓我們分小組配合完成一個章節的知識點串講及整理,不僅使我們學會了小組間的相互協作配合,也讓我們對知識點的掌握更加深刻牢固。這也讓我對心理學有了更深層次的瞭解和探索。

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)

雖然我實際加選的總共也不過四節課,平均大概一天一節。這相比於我之前在台灣每學期最高上限 25 學分每學期至少都修 20 學分以上來說,可以說是有史以來課程最少的一學期。但其實實際上也沒有太過於輕鬆,這主要受幾方面因素的影響:首先,華師的校園環境相比在台灣在金門都是大了數十倍,教學樓不僅分跨兩個校區還分布於校區的東南西北各個角落,每天我都要提前半小時左右出門避免遲到。萬一遇上下暴雨或者到另一個校區上課沒有趕上校車,都會更加耽誤路途中的時間。其次,老師們上課的內容也是乾貨滿滿,聽課都必須全神貫注,不然稍微一開小差,可能就已經聽不懂了。舉例來說,就比如我這學期選修了一門政治與國際關係學院的課「經濟學概論」,這實際上是一門大一的選修課,但其課程內容的難度在我看來卻遠高於印象中大一的課堂。老師還把期中考試改成四次課堂測驗,這也更增加大家平時的壓力,但凡其中有一次的小測成績過於不理想,都會直接影響最後的總成績。再來就是關於學習氛圍和文化環境的差異了,

在華師能明顯感受到華師學子們非常濃烈的好學之心，每節課基本如果踩點到教室，教室若不是屬於大教室的那種，很有可能還會出現沒有座位坐的情況。每堂課總有好一批同學搶著前排的位置，晚到也只可能在後排勉強找到幾個靠邊的位置就坐。就是在這樣高強度高壓的學習環境下，難以想象華師學子如果一學期修了十幾堂課會有多麼地忙碌。也許這才是真正自律又勤奮的學霸們的常態吧！

五、文化交流經驗分享

還有一件最令我印象深刻的事情，因為某個課需要小組討論分工完成小組作業，於是我們就私下約了時間大家一起討論。因為小組總共有十幾個人，白天大家上課的時間參差不齊，只好約在晚上。地點是在某個教學樓的空教室，而我當時和另外幾個組員提前到了，於是我們就一同先去為大家找尋可以供討論的空教室。卻驚訝地發現某一教學樓的整整五層樓從上到下竟找不到一間完全空置的教室，每間教室里幾乎都坐了一半以上來自習讀書的同學，亦或者是校社團活動徵用等。當時已經是晚上八九點了，而且就在當我們討論結束決定離開時，還有的像是剛剛下晚課直接就背著書包還陸陸續續走進教室里要準備學習的同學。那場景不禁讓我想起了高考前的日子，原來還是有人不論進入大學還是別的地方，都還是一樣如此努力。在這樣的環境下同學之間相互影響相互促進，不得不說，真的是令人由衷地佩服了。以及還有一點文化氛圍差異的地方那可能就是，大陸好多高校其實是沒有期中考的，或者說沒有一個專門的特定的像期末考一樣正式的考試周。而據我所知，台灣的學校包括我自己所在的金大也是每學期既有期中考周也有期末考周。在這一點上，在華師的學期中壓力反而小了不少。

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

- 1、增長見識，開闊視野

- 2、探索更多跨領域新知
- 3、豐富並積累學習和生活經驗
- 4、無形中會提高對自我能力以及各方面的要求，並努力踐行。
- 5、與人交流溝通，配合協作的的能力得到鍛鍊
- 6、對於未來的學習及生涯規劃更有目標

七、問題與建議

希望有更多的大陸高校可以多提供這種交流學習的機會，多開放一些交換生名額給在臺陸生。個人認為這真的是很好很有意義的事情；交流機會難得，但是也希望可以一視同仁，不要讓陸生們直接喪失選擇權，因為身份問題被拒之門外。

八、其他綜合感想與建議

當時即將返回大陸交換的時候，感覺學校對於一些出境以及入境大陸的隔離政策以及一些相關注意事項的了解在某些程度上也許還不夠清楚完善，希望之後不論疫情是否解除，在這方面可以更多為交換生考慮，提供更多解決方法和途徑。交換生交換前的前期準備也可以更順利些，少走彎路。

感謝所有老師師長們的辛苦付出，我的交換生之旅才能順利完成，圓滿結束，謝謝！



