

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	林家豪	學號	110611502
就讀本校系所	工業工程與管理學系(所) 二年級		
研修學校	東華大學	研修系所(學程)	工商管理學系
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	3		

心得內容(1000-1500 字，請附照片 3 張以上)

一. 緣起

從小就常聽有些老師對岸的學生都很厲害，於是讓我萌生了這個念頭想要去體驗他們的課堂、文化和日常生活，再加上自己心裡面一直有個踏出國土看看世界的夢想，因此在這次的交換決定讓自己放手一搏，去看看自己和別人的實力差距有多少。

二. 研修學校簡介

東華大學，地處上海的公立大學，也是教育部直屬、國家“211 工程”重點建設的高等院校。在 1951 年及以華東紡織工學院之名創建，至後來 1985 改為中國紡織大學，直到 1999 年才更為如今的東華大學。也從原本的紡織專業發展成為一個以工為主，理、管、文等等為輔的綜合大學。校區分為延安校區和松江校區，並設立了 19 個學院也擁有非常豐富的專業種類。

三. 姐妹校研修之課程學習

● 選課狀況

剛開始會依年級和專業不同而去做出分班，說白分班只是把交換生分配給輔導員(班導師)，主要是讓剛來的交換生可以有個大人照顧，但選課仍然可以依自己的喜好去選擇，只是切記去之前要先處理好選課的 VPN 問題，不然會有點麻煩，假如遇到想選的課程滿了或是課程沒有教室資訊等等問題，一律衝去教務處課務組詢問基本上都可以有解決辦法

● 上課情形、學習成效

我個人的體驗過的感覺是和台灣大學沒有太大的差異，學生上課的情形仍然均勻分布，但如果硬要說哪不一樣就是他們認真的學生真的會讓人有點膽怯，那個認真程度是我此生第一次見過，還有他們沒有所謂的期中考，只會由一次的期末考來決定你的生死，更沒有期中退選這東西，所以選課之前一定要確實的考慮清楚，選了就要堅持到課堂的最後一堂課。

- 社團、課餘活動

聽說學校社團有很多，但可能是因為下學期才去交換所以只看過幾張社團的海報而已，也可以詢問一下學伴他們多半都會參加一個社團是專門對交換生和國際生舉辦活動的，記得都多多參加可以認識很多國家的學生。

四. 姐妹校研修之生活學習

生活環境、住宿、交通

雖然同為上海，但是校區有很大的影響，**延安校區在比較市區的地方**，離學校大門不遠處就有地鐵站，**要去哪裡都方便**，可**松江校區聽說就沒有那麼方便了**，但在上海生活的環境基本都不算差該有的都有只是自己習不習慣而已，畢竟在那得我們很大部分時間都要靠 11 路公車來解決。住宿的話我這次是**和陸生同一棟宿舍**，**一個月 120RMB，4 個人一房、共用廁所和衛浴**，但男生宿舍離學校大門很近，所以即使採買很多東西也不用怕走很遠。

上海的天氣冬天可以冷到下雪，夏天可以讓人熱到溶化，所以要看自己是什麼時候交換，要特別的注意衣服的準備

飲食

延安校區內有 2 個食堂，總類超級多，必須用校園一卡通支付，所以剛去時就要先拜託學伴幫忙一下了，還有記得一定要體驗一下處處是外賣的世界，經歷過一次回來都會覺得好想為了外賣的方便性而留在那裡。



五. 文化交流經驗分享

學伴這個生物真的會給予很大很大的幫助，剛到那邊時總有許多的問題都可以去請教學伴、老師和之前交換的同學，他們都可以幫助你的。至於東華我覺得對交換生可能沒有其他學校來的周全(因為交換生有點少)，但只要你需要並開口基本上都一定可以得到幫助。上海算是比較開放的城市，所以討論彼此對彼此的疑惑或差異時可以比較輕鬆一點，但有些敏感話題還是不要去處碰的好。還有一定要跟室友好好相處畢竟遠在他鄉也只有他們可以一起思鄉一起解決在那邊遇到的趣事。

六. 研修之具體效益

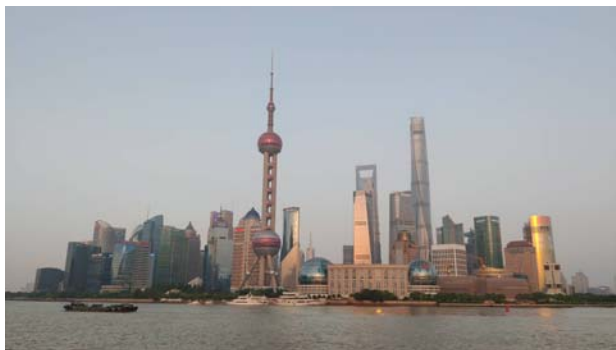
1. 藉由生活去體會到生活和文化的差異性
2. 可以結交到很多朋友，了解不同國家的風情
3. 可以知道自己的渺小與不足
4. 讓自己拓展眼界也才了解世界多麼有趣

七. 問題與建議

1. 個人藥品一定要準備齊全，那邊我們沒有健保看醫生會是很大的麻煩。
2. 去之前處理 VPN 的事情，不然入境就很難處理 VPN 的問題
3. 美團、百度、高德地圖等等 APP 記得能先載就載到那裡才不會不方便

八. 其他綜合感想與建議

這次的交換真的是我這輩子最最最難忘的經驗了，這 4 個多月中，真的發現世界很奇妙，嘴裡明明說著同樣的語言，但隔著一個台灣海峽就會覺得什麼都不一樣了，有著不同的文化、不同的生活方式和不同三觀。這段期間當然也不忘出遊啦~去了上海、杭州、成都、稻城、色達、重慶和菲律賓，其中讓我難忘的就是稻城、色達和菲律賓，人生第一次去到那麼有當地特色的地方，沒什麼科技的摧殘更沒有被主流文化同化的地方，看著如天堂般的景色體驗著當地居民的文化，才知道世界如此有趣，這次的交換真的讓我收穫很多很多，也看到了很多，很感謝當初的我願意衝動的去申請交換，才能讓我的人生之中添加了一筆色彩。





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