



國立金門大學赴大陸地區交換學生心得報告

姓名	詹小禾	學號	110613103
就讀本校系所	國際暨大陸事務學系(所) 二 年級		
研修學校	東華大學	研修系所(學程)	行政管理
研修期間	自 107 學年第 1 學期起至 107 學年第 1 學期止		
姐妹校修讀學分數	19		

心得內容(1000 字以上，請附照片 3 張以上)

一、 緣起

申請交換是我來金門大學的緣因之一，透過交換學生除了想增廣見聞、拓展視野外，也可以更加深入了解國家的民俗風情和文化。同時，我本身專業就是關於中國大陸發展的相關科系，除了從書上了解中國外，直接親身體驗我想會是更好的學習方法。

二、 研修學校簡介



上海東華大學(DHU)，是一所位於中國上海市的公立大學，教育部直屬、國家「211 工程」重點建設的高等院校。前身為華東紡織工學院，是一所以工為主，理、管、文等學科為輔的綜合大學，同時也是紡織與服裝設計的龍頭，位於國際性的大城市更是這間學校所擁有的優勢。

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)

1. 選課狀況

東華大學的課程相當多，應有盡有，**通識課一般都是 8 周，專業課則有 12、16 周區分**，除了學校本身的課程外，也可以至周遭他校修習課程，讓學生有多樣性的選擇。選課或是課堂活動等都可以透過學校網站去得知，但是唯一美中不足之處就是**學校的教務處網站需要透過特定 VPN 才能進入**。

2. 上課情形和學習成效

在上課期間，最讓我不適應的大概是休息時間，因為**同一門課之間是沒有休息的，因此當遇到多學分課時，常常會使我精神狀態不佳**。好處在於，因為學校面積過大，足夠的下課時間是利於同學更換教室的。

東華的教授上課情形其實跟台灣差異不大，主要是因為教授來自四面八方，所以有時候說話的口音會讓我稍微混淆。

3. 社團

東華大學的社團也是滿目琳琅，其中最讓我印象深刻的大概是-團委，是關於共產主義青年團委會的社團，算是偏向政治思想領袖團體方面的社團。除了上述的以外，也有一些學生會組織、合唱團、球隊等。

4. 課餘活動

在沒有上課期間，我基本上會四處遊覽，但因為修習學分數較多，所以都在上海本地居多。上海的文明源自松江，因此在我們學校附近就有許多知名歷史遺跡，像是廣富林文化遺址、七寶古鎮等。上海因為地鐵相當的方便，幾乎你所想像得到的景點都能以乘坐地鐵或是公交車到達，可以說是相當的方便。



廣富林文化遺址



七寶古鎮



星巴克旗艦店



中華藝術宮

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)

東華大學有兩個校區，**我所在的是松江校區**，松江是一個大學城，數十間學校都在周遭，到處都是滿滿的學生。生活機能方面，應有盡有，尤其是門口就有兩個美食廣場，不怕學生沒有選擇。

松江校區的宿舍是以隔間淋浴為主，讓原先很擔心是大澡堂的我鬆一口氣。**我所居住的宿舍屬於舊式，每天固定晚上 11 點熄燈**，這也讓我養成了早睡早起的健康生活。

東華大學最特別的大概是它有兩間健身房、兩個操場以及電影院還有三個食堂!!!基本上不出校門也可以在學校享受娛樂。

在交換期間，學校會有一位學伴幫助我們適應環境，因為跟學伴同一個科系，讓我們從陌生到熟悉，成為了我在上海最要好的朋友。同時，我也認識了學伴周遭的同學，交到許多有趣的朋友。



五、 文化交流經驗分享

上海作為一個國際性城市，少不了的是摩天高樓，從世界最高大樓上鳥瞰地面，上海的母親河—黃浦江，波濤洶湧，讓我心中滿是澎湃，除了感慨人類的渺小外，也讓我不禁思索，站在高處上的恐懼。想要從人群中出類拔萃，除了需要一個努力不懈的過程外，更多的是如何去維持高處的平衡。盛極必衰，正如世界高樓一直不斷的被取代，漸漸被遺忘的將會是曾經的輝煌。

除了探索上海的人文風情外，我還曾經到深圳和蘇州遊覽。遊覽期間，剛好碰上中國國慶日，人山人海的車站、景點，讓我不禁卻步。周圍的陌生人，各式各樣的口音在耳邊繚繞，更讓我的心徬徨不已。

深圳的城市風貌與上海最大的差異是在人群方面。在深圳的街頭漫步，你可以聽到各式各樣的口音，說著你似懂非懂的話語，然而上海即便是國際大城市，卻也沒有這般的多樣。



上海外灘和陸家嘴



正逢國慶的深圳北站

綠皮火車

江南味道

六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 拓展視野，增廣見聞
2. 獨立自主
3. 危機處理的臨場反應
4. 提升個人價值思考
5. 磨練應對能力

七、 問題與建議

1. 上海的冬天基本上天天都在下雨，夏天則是太陽大到爆炸，建議一定要隨時帶著傘!
2. 宿舍距離較是真的很遠!!上課一定要提早出門。
3. 行政效率真的很低!!!建議同學一定要提早把事情辦妥。

八、 其他綜合感想與建議

我想交換學生的目的不僅僅是在於學習課堂的知識，更多的是增進自己的經歷。走出舒適圈的我們才能明白這個世界是如何運作，我們又該如何應進退。很多時候，我們害怕獨處，害怕自己去探索這個世界，因為害怕，讓我們不敢有行動，繼而錯過很多美好的事物。我很開心我能擁有一個機會去探索這個世界，同時也給自己勇氣去走出舒適圈。學習獨處，學習一個人旅行，學習自己去探索這個世界，才讓我發現原來自己也可以這麼勇敢。如果你願意也剛好有機會，希望你也能鼓起勇氣去探索這個世界!

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