

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	張如意	學號	110614326
就讀本校系所	社會工作學系 二年級		
研修學校	華中師範大學	研修系所(學程)	社會工作專業
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		

心得內容(1000-1500 字，請附照片 3 張以上)

一、緣起

很久以前，我以為當個交換生只能是夢想，特別遙遠的那種，於是聽著學長姐的交換分享，我也只是想想，畢竟初來乍到，甚麼也不會、甚麼也不懂，卻要在自己不瞭解的地方學習、生活，似乎真的只能從頭來過；而我在金門、在海中央，一邊思鄉、一邊作夢，直到踏上這片土地後，我的夢才開始。



二、研修學校簡介

華中師範大學是一間歷史特別悠久的學校，同時也是大陸 211 工程計畫中的重點學校，並且他的歷史也展現在建築裡，特別是學校北門的「華中師範大學」字樣，據說是當年鄧小平先生親自提筆之筆跡；在華中師範的校史中提到當年由文華書院漸漸轉變之經歷，也能看出華師之所以強大的原因，在於海納百川式的吸引、培養各式人才，並不斷成長，這點從系所學院數量可得知。

學校位於桂子山上，據說古時為墳墓後改建為學校，因此乒羽中心附近的階梯仍留有亡者碑文之墓碑，雖說整建時都有經過處理，唯一只保留了墓碑作為階梯材料罷了，不過華師人仍視乒羽中心為極陰之地，難為乒乓球隊、羽球隊的人都要在那裡練習；室友還曾在那裡迷路一小時，嚇得半死跑回宿舍，而我也前去朝聖過，不過並沒有那麼恐怖，大概是以訛傳訛的故事才妖魔化了一個地方。

三、 姐妹校研修之課程學習

初來乍到，就連上課也戰戰兢兢，看著學校的選課網看了半天，反而犯了選擇困難症，在交換來之前，選課其實很簡單，畢竟學校開的課堂並不多，能選則選，而華師人數眾多的背後有龐大選課系統作支援，課程更是五花八門、應有盡有，羨慕、感慨之餘，或選或旁聽一些課程，在華師的生活也正拉開序幕。順帶一提，當時單位給的選課時間與實際時間不完全一致，請務必加入華師港澳台台辦之交換生群組，以群組老師、助理給予的訊息為準。

在交換之前一定要為自己選的課程做功課，尤其想要抵學分的人更不能隨便，在金門時向學長姐與系上老師詢問課程細節。所以我在交換之前已知華師社工教的統計是 STATA 程度較難最好選擇旁聽、而社會心理重點無太大差異可直接修習，也因此能讓我少走冤枉路；到了華師後主動向課程老師說明自己的情況，確認課堂難度、進度是自己水平可以理解的，否則未來的學習情況不只會加倍痛苦，更可能修習不是自己所預期的知識，反徒增困擾。

平時上課其實不會有太大的差異，當然教學風格由老師決定，自然而然十分多元，在這方面我並無感受到困難或其他甚麼，有趣的是，台灣口音在武漢人眼裡實在太過「顯眼」，老師很難不去注意到課堂上的台灣交換生，甚至會因此特別點名你回答問題，當然大部分都是友善的。在出作業或題目時，老師習慣給學生大方向，但大陸學生更能主動詢問將小要點補齊，而台灣學生一般都會沉默，雖然沒有好壞之分，但在這樣的情況下，沉默的學生能學習到的更少，這點是肯定的。

四、 姐妹校研修之生活學習

(氣候)似乎踏上這片土地後就有個難題——天氣實在太冷了！雖已是冬末卻不妨礙寒冷的天氣穿透外套刺激我的肌膚，即使我早已知道一度到三度的氣溫不過是常態，但身體仍抑制不住顫抖，也許武漢對許多人來說甚至不夠北方，但對我這個南方人來說，確實是個考驗，好長的一段時間裡，我都和同學想著再買些禦寒衣物，幸好冬末的寒氣很快過去，而我期待的春天也將來臨。

(電子貨幣)在我的生活有一個很大的改變，相信所有來交換的人都一樣，那便是貨幣的使用方式，變得更方便、更隨意，可說是只要一支手機，世界手到擒來，不論是外賣、網購、繳費、任何想得到的東西，只要手機按一按，交易就成功，不用特別花時間、體力或者領錢，還必須到特定的地方才能完成，這樣的便利性，是十分難得的，大概唯一讓我不習慣的是花錢的那種不真實感吧！眨眼兩下就交易成功，不見鈔票、不見錢包，偶爾也擔心花錢太迅速了！！

(校醫院)本想花不多時間去熟悉校園，初來一個禮拜，每天跑外面跑得好勤快，之前從未到過那麼大的地方，實在會擔心找不到上課的地方，想著儘快熟悉校園，沒想到樂極生悲，某一天突然腳痛得厲害，忍了幾天受不了，才只好去熟悉校園的另一個地方——校醫院。裡面也分門別類的好幾科，連中醫都有，還能用校園卡掛號也是方便，不過大家都用紙質病歷排隊，這又是一個不習慣了，不知道以後會不會電子化呢？

(交通)武漢的每一天都過得相當充實，一陣慌亂過後也逐漸安定下來，偏偏武漢的地理位置實在太好，華師更是方便，週末假日幾乎都安排了好多的觀光客行程，有時和室友一起、有時自己一人，近距離的東湖櫻花美景、年輕人的潮流光谷步行街或是漢正街、文青的世界曇花林還有學校附近的陽光碼頭，處處都充滿驚奇等待我去發掘；偶然間竟發現兒時好友就在長沙！距離是那樣的近，幾乎是立刻安排了行程與她見面，這時候不得不讚歎武漢的交通優勢，又位處中央到哪裡都不用多少時間，可不是給人極大的方便！總之來了趟長沙行，在他鄉遇見熟悉的人內心有難掩的激動，在長沙的三天基本都是徹夜談天度過，本來有些惶惶然的心，也在遇見故人時鎮定下來，也才算下定決心把武漢好好的瞭解一番，不愧於交換的這些歲月。



(食堂)說實話我覺得自己像個鄉巴佬，但這是我不曾想過的美好場景，學校食堂的多種選擇很能滿足我，即使後來同學們抱怨食堂不好吃，我也還是對各個學堂的存在心存感激，不過武漢口味時常超出我所能的負荷就是了。



(住宿)住宿的房間完全與我想像的不同，當然也與官網上看到的不同，這令我有點失望，我與室友在到之前臨時改到另一間寢室，雖是在抵達之前的事，但換了之後我們的房間卻是老舊，甚至門鎖、電燈基本是壞的，而四人房只有兩套桌椅也令人不解，我們以為每一間都是這樣，其他交換生房間卻不見得如此，但共通點是基本設備參差不齊。

五、文化交流經驗分享

五月時，華師的國際文化節到來，一時間好像所有事都聚集到了一起，我和室友興沖沖跑到露天舞臺那兒去看國際留學生的表演，真的是十分的精采、難忘，甚至有些人找不到傳統服飾可以自己做，有些中文好到可以當主持人，還有些在舞臺上表演的人，可能就住在我們附近吧！想來那些整天在廣場前踢足球的外國學生，就是華師的足球隊員了，要是有人知道他們和我是鄰居，可能會羨煞不少人啊！說來慚愧，同樣都是住在國際交流宿舍，他們都已經能聽明白我的中文，而我的外語能力卻沒怎麼進展，可能回去也得加把勁學習外語了。

六、 研修之具體效益

1. 訓練自己獨立自主的能力:在與台灣生活方式完全不同的地方生存，沒有認識的人、不熟悉的街道，不論如何能活下去一定會有不少收穫。
2. 開懷的心胸:國際宿舍使來自各國的人頻繁交流，不要害怕就能交到朋友。
3. 時間、金錢規劃運用能力:有限的時間、有限的金錢，如何分配玩樂與學習、如何規劃事物的花費是交換生最重要的課題。
4. 勇於承擔:這大概是交換後的交換生要面對的問題，試著面對回來後改變的一切或是本來逃避的，將責任、錯誤都承擔。

七、 問題與建議

1. 加入群組:請加入華師港澳台辦所創之交換生群組，以群組老師、助理給予的訊息為準。
2. 當個有禮貌的孩子:群裡的老師公布訊息請回覆收到或謝謝，畢竟港澳台辦的老師、助理，基本都是為了交換生們在奔波，而 QQ 系統也沒有已讀功能，老師也無法確定誰收沒收到資訊，所以還是回覆下較好。
3. 主動:有任何問題主動提出、主動詢問，爭取自己的權利。
4. 身體健康:將自己的身體調整到最好狀態再去交換為佳。

八、 其他綜合感想與建議

現在想來，我竟能在這陌生的土地擁有了這麼多的回憶和人們，不!武漢對我來說早不陌生，歷經了一個學期，我們早已從陌生到熟悉，這其中也多虧了港澳臺辦的老師們、同學們，從我們還在各地的時候，老師們就得包辦我們一切事項，而自願者的同學們則須在課業之餘為我們生活、學習等等事情挪出時間，在此由衷感謝他們的付出。

當然也不能忘了我的室友們，我想我是很幸運的，他們常讓我覺得有一種被姊姊照顧的感覺，雖然有時不太能適應得來，但他們也給了我很大程度的包容，是一種亦姊亦友的關係，我們一起經歷各種時刻，也想盡辦法共赴難關，真要說的話實難以一一說清，祝福她們回家後會更好，就像老師說得:好好學習，天天向上!而我也會在屬於我的一角繼續奮鬥，期待更好的我們相見那天。

