

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	陳俞儒	學號	110911408
就讀本校系所	運動與休閒學系(所) 四年級		
研修學校	暨南大學	研修系所(學程)	市場營銷
研修期間	自 112 學年第 2 學期起至 112 學年第 2 學期止		
姐妹校修讀學分數	4		

心得內容(1000-1500 字，請附上包含自己的照片至少 3 張以上)

一、緣起

剛進金大就知道學校可能因為地理位置的原因，有蠻多交換交流的選擇和機會，所以進學校後就有計畫要申請交換，只是大一時還沒有很明確的規劃，到了大三已經大致確定好自己要去交換後，就提前規劃把畢業所需的學分利用大三下、大四上的時間修完了。但最一開始想的是交換回台灣，後面看了一些到大陸姊妹校交換的心得和一段時間的考慮後，最後決定想要好好利用這次交換的機會，離開舒適圈，到大陸體驗他們的文化、風俗民情和生活等，順便拓展視野、開開眼界。透過親身到當地體驗，去認識大家口中的中國，親自去感受一定比從別人那聽說、看到得更加準確、更加深入。也想說是蠻難得的機會，所以決定申請到大陸的姊妹校交換，雖然上海我想去的學校因為宿舍的問題無法申請，但是廣州作為我第二想去的城市就填了暨南大學，從此開始了我在廣州地交換生活。

二、研修學校簡介

暨南大學是中國第一所由政府創辦的華僑學府。“暨南”二字出自《尚書·禹貢》：“東漸於海，西被於流沙，朔南暨，聲教訖於四海。”意即面向南洋，面向海外，將中華文化遠播到五洲四海。學校目前是中央統戰部、教育部、廣東省人民政府共建的國家“雙一流”建設高校。暨南大學是中國歷史最悠久的大學之一，在中國高等教育史上有著重要地位：第一所由國家創辦的華僑高等學府。學校學科齊全，涵蓋文、史、哲、經、管、法、理、工、醫、教育、藝術 11 個學科門類，文理工醫兼備，綜合性特色顯著，交叉融合潛力大。學校深耕粵港澳大灣區，在廣州、深圳、珠海三地設有五個校區，校本部在廣州市天河區石牌街道。



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)

選課的部分可以看一下各個課程的上課週數，因為有些課可能第五周才開始上課，有些是上課週數比較少，時間的運用有比較大的彈性，就看自己怎麼選課，選課如果有什麼問題可以向負責交換生的老師尋求幫助，老師回復訊息算很即時。

上課情況的部分我覺得和台灣學生上課的狀況大同小異，並沒有如聽說的那麼主動、熱烈

的參與可成，一樣有認真上課的學生，也有上課滑手機、睡覺的學生。但是老師上課都很用心、很認真，連體育籃球課都會從最基本的開始帶著同學做，而且每堂課都有安排進度。

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)

我交換的校區是在番禺校區，住在 T10 的 12 樓，宿舍是上床下桌，因為宿舍是 4 人改 5 人間，所以格局會比較奇怪一點，但因為我們只有住 3 個人，所以相對比較沒有太大的影響。床墊、棉被、枕頭等一些生活用品在學校的興安超市幾乎都能買的到，就是稍貴一些，不急的話可以去南村或新造附近買。

交通的部分學校離地鐵站有一段距離，人多的話可以一起打車去地鐵站，自己一個人或是想省點錢的話南門有往新造地鐵站的校園小巴能搭，班距根據時間段的不同而有一些差別，大概是 10-20 分鐘會有一班車，從新造地鐵站回學校的也一樣，但回程有停東門，搭校園小巴可以刷地鐵碼，一次 3 元；如果要去的地方搭地鐵要比較多站的話也可以考慮搭校車到石牌校區，再走到崗頂站搭地鐵去目的地，搭校車的地方在教學樓前，建議最少提前半小時去排隊等車，搭校車的話需要刷校園卡，一次也是 3 元。校園卡儲值可以去裕華食堂一樓的旁邊用現金儲值，但是他有固定的服務時間，另外一種就是用微信，透過暨南大學服務號的微服務，用手機儲值後再拿校園卡到學校食堂或學校便利店裡的 POS 機過個卡即可。

飲食的話學校有兩個食堂，裕華有三個樓層，弘禮有現煮的麵食類，晚上有賣一些甜品類的東西，興安超市一樓也有一些店家，小山丘上有膳北小館和特色餐廳，選擇很多元。外賣的話，美團和餓了麼是沒辦法送進學校的，只能送到南門的外賣櫃，或者東門外面，住 T12 的話放在東門比較近。學校也有幾個校園外送平台能送到寢室門口，用微信小程序下單就可以，但缺點是它不是即點即送，要注意點餐的時間段。總而言之吃的不會有太大的問題，學校內選擇很多，外送也還算方便。就是口味因人而異，於我而言我是覺得這裡的食物偏重油重鹹，口味比較清淡的人可能會比較不習慣，建議帶些腸胃藥。出發去交換前也可以請醫生幫忙開一些感冒藥、過敏藥之類的，會比較放心。



五、文化交流經驗分享

我的室友一個來自汶萊，一個來自巴拿馬，溝通的話汶萊的會講中文，巴拿馬的則需要靠英文溝通，一開始相處還算融洽，偶爾會一起出門，分享自己國家的一些民俗文化之類的。

我可能因為口音的關係，常常一下就被認出是台灣人，但其實他們也不會有太多的惡意和敵意，比較敏感的問題其實也不太會遇到，總之盡量避免就行了。來這交換認識的同學人也都很好，我們經常下課後會一起去食堂吃飯、聊天，因為有香港的、有台灣的也有中國本地的，所以能接收到各種不一樣觀點和想法之類的，能更了解不同地方大家的習慣和看法有什麼差異，一頓飯吃下來收穫良多，也很開心。剛到學校大概 3 月初的時候，學校有組織一次交換生和外招生的一日遊，帶我們去了一些知名景點。其他有趣的像是來廣州才第一次體驗到的飲茶文化，真心推薦來交換的同學有機會一定要去試試。



六、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 踏出舒適圈，迎接各種新挑戰
2. 學習更加獨立，處理各項事務
3. 增強溝通與表達能力
4. 妥善利用及安排自己的空間時間
5. 拓展視野和人脈
6. 體驗各地不同文化，建立世界觀

七、問題與建議

1. 學校部分，感覺暨大對交換生屬於一種比較放養的狀態，對於初來乍到的人來說，難免有些無措，尤其是剛到學校的時候有需許多瑣碎的事情需要辦理，沒有學伴的協助下，幾乎全部要靠自己去找、自己去問，但這也變相讓自己更加獨立。
2. 出發前建議先買個網卡，好度過還沒辦電話卡的日子，到當地一定要先辦電話卡，否則很多事情會很不方便辦理，因為很多都需要綁定手機號。
3. 要辦銀行卡之前建議先打電話去詢問需要帶什麼資料去辦理，因為每個銀行和不同時期去辦理可能會有不同的要求，所以最好先提前打個電話確認，以免要跑很多趟。我自己是在中國銀行新造支行辦理的。
4. VPN 的部分我自己是用金大的 VPN，學校的其實就很好用了，記得出發前就要先下載好、設定好。但如果需要比較穩定的連線，那還是建議買付費 VPN，看自己的需求來決定。

八、其他綜合感想與建議

在外面走路的時候記得最好不要一直看手機，因為即使走在人行道上也經常會被按喇叭，路上亂竄的小電驢是不會讓你的，所以一定要隨時查看路況、注意安全，再來就是路上也很常有隨地亂吐痰的人，自己要多注意。

再者就如同前面所說，有些課的上課周數較少，所以如果課程結束後，後面所剩餘的時間都可以自己彈性運用，可以去其他城市感受一下不同的氛圍、不同的文化。我自己是平常沒課就會搭著地鐵去一些景點參觀，交換的這段期間，不敢說把廣州逛透了，但蠻多知名景點幾乎都有去過了，所以當我媽和她朋友來廣州玩的時候，我也能幫他們安排一個大概的行程。誠心推薦大家，都到中國交換一趟了，有時間真的要出去走走，中國很大，我們交換就這麼短短不到半年的时间，一定要好好珍惜。我自己的話，在交換的期間裡，除了集齊了嶺南四大園林：順德清暉園、佛山梁園、番禺餘蔭山房和外，去了佛山、東莞、香港、深圳、蘇州，也去了我最想去的上海。尤其上海和蘇州的本幫菜，真的非常符合我的口味，回廣州後還在念念不忘；廣東菜個人感覺口味較重一些，但是飲茶除外，是回台灣之後會想念的味道，茶餐廳的凍檸茶

也一定要試試。

最後，真的誠心推薦大家一定一定要多出去走走，都說:讀萬卷書不如行萬里路，走出地理課本、歷史課本上中國，自己親身去體驗，一定會有截然不同的看法與感受。



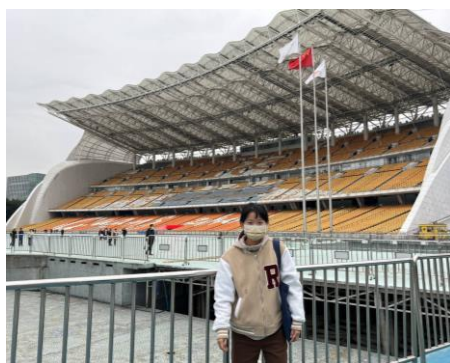
交換生&外招生一日遊合照



交換生&外招生一日遊合照



大佛寺



海心沙亞運公園



廣州塔



北京路



沙面露德聖母堂



沿江西路人民橋



粵海關



流花湖公園



廣州文化館



石室聖心大教堂



大佛寺



海心沙廣場



順德 清輝園



佛山 梁園



番禺 餘蔭山坊



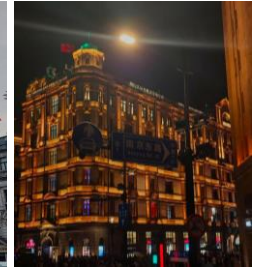
東莞可園



上海外灘



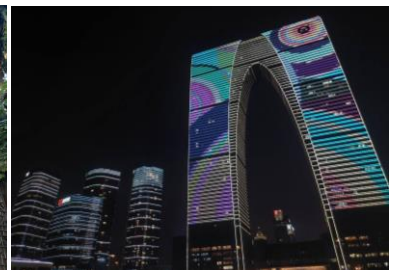
上海外灘建築群



蘇州 拙政園



蘇州 平江路



蘇州 東方之門



香港街道



中環摩天輪



堅尼地城



維多利亞港