

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	謝甫鍵	學號	111013130
就讀本校系所	國際暨大陸事務學系(所) 3 年級		
研修學校	廈門大學	研修系所(學程)	政治學與行政學系
研修期間	自 112 學年第 1 學期起至 112 學年第 1 學期止		
姐妹校修讀學分數	8		

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

從進到金門大學的第一個學期我就知道交換是我的目標，雖然我還不確定我會去哪間學校，但是最重要的就是把自己準備好，所以我在前兩個學期盡量地把課修滿，最終選擇廈門大學作為交換的目標，當初會選擇的原因有四，一是因為系上在上課常常會提到中國社會發展，而且常常會提到關於廈門與金門的特殊歷史淵源，所以讓我相當好奇廈門的實際狀況；二是廈門大學的風景在大陸的大學中算是數一數二的，校園中的芙蓉湖、情人谷，數不勝數的校園景點讓身歷其中的學生在課業壓力之餘也可以有很好的生活體驗；三是因為廈門大學在中國的排名靠前，去交換肯定不只是過去玩，可以與當地的學生交流、學習對我來說才是最重要的；第四就是還是地理環境的關係，廈門與金門的地理位置相近，所以如果有急事需要回台灣一趟也比較不會那麼麻煩，綜合上面的因素，廈門大學成為我交換的選擇。

二、研修學校簡介

廈門大學(Xiamen University)，簡稱廈大(XMU)，由著名華僑領袖陳嘉庚先生於 1921 年創辦，是中國近代史上第一所由華僑創辦的大學，先後進入「211 工程」、「985 工程」和「雙一流」建設高校行列。並建有思明校區、翔安校區、漳州校區及馬來西亞分校，設有六個學部、34 個學院、17 個研究院。

三、姐妹校研修之課程學習

選課狀況

在廈大上課最重要的就是選課時間，在選課前就需要完成帳號的開通，而且會有另外的選課系統，所以申請上的同學要稍微注意一下學校公告的時間，或是要留意信箱中的信件，

會有下大台港澳辦公室的老師發信件過來，但是對於交換生有個不錯的優點就是想要的課基本都可以跟教秘說，請他們協助加入課程，而大部分的老師也會願意，另外如果是想要抵免學分的同學可能要是先看好課程內容，並跟原先課程的老師討論好抵免的事情，才不會到時候選錯課。

還有就是廈門大學的課都很硬，大家要有心理準備，所以在跟志願者取得聯絡之後可以先問問看上課的內容，另外學期的第一堂課請務必一定要去上，因為廈大並沒有期中退選的機制，所以在看完教授對於課程的說明之後，發現跟想像有差異的話要盡早做出選擇。

上課情形

我這學期交換的是政治學與行政學，因為交換生在課程選擇上比較自由，沒有必選課的壓力，所以我基本是看自己的興趣在選課，另外我也跟系上的教授協調可以抵免的課程，最後我選了四門課：

西方政治思想史:(王云萍)

西方政治思想史這門課，是我所選的這幾門課中最硬的課程，雖然沒有期中考試，但整個學期有兩份讀書報告，分別是柏拉圖的〈理想國〉、霍布斯的〈利維坦〉，要理解整本書的內容並額外搜尋資料來補充自己的文章，可以想像壓力絕對不輕，但如果是喜歡閱讀文獻的同學這門課非常適合你；上課的過程基本上就是老師一個人在上面講，同學在下面把所有 ppt 拍起來(這很重要因為期末會考的東西都在上面)，偶爾會點幾個同學上來回答，但基本上都是本科生，所以身為交換生的我們可以不用太擔心。

當代西方政治思潮:(聶安祥)

這堂是對岸本科學生也認為的涼課，上課老師第一次上課就說，如果有你們覺得比較重要的事情就去做，大學生不應該被約束在教室中，但是他還是會點名，因為那是學校規定的，但他不會扣出缺席的成績，所以這堂課的出席人數一職都不多，但是期末大家都會出現，但身為交換生，除非你有認識班上的同學，願意跟你說教授在課堂上說什麼，不然我還是建議各位不要翹太多課，因為他會突然在某一節課說出期末報告的規定，如果有選到這堂課的同學可以注意一下。

中國近現代對外關係:(沈惠芬)

這堂課是我很喜歡的一堂，雖然說壓力也很大，因為老師相當鼓勵同學發言，如果在上課前沒有將規定的範圍唸完的話，你那堂課會非常無助，不過整體上課過程還算是輕鬆，因為同學與同學之間的互動還有老師的補充會讓課堂變得熱鬧，而這堂課最大的特色就是他有點像是反轉教室，每堂課會先由同學報告當週主題，也會有提問環節，大部分同學都會對針對你的報告提問，所以相當考驗個人的臨場反應，但如果是喜歡跟班上同學互動的人可以考慮這堂課。

會選這堂課是因為需要配合學校的課程抵免，而這堂課可以說是我在廈大課程中的最大驚奇，因為這堂課的老師是系上出名的大刀，所以上課大家都不是很想來上他的課，所以這堂課只有五個學生，再加上又是選修，所以實際上課的過程是很輕鬆的，上課的過程基本就是老師說討論各個層面的中國社會治理，例如：法律、娛樂、飲食，其中最深刻的就是飲食方面的社會治理，從糖、酒精的原物料方面來說飲食習慣對社會治理的影響，到最後發現我是交換生所以向我推薦廈門附近老師覺得好吃的餐廳、酒吧，上課的氛圍就像是在聊天一樣，期末也也就是一份報告，雖然字數有點多，但沒有期中考試，所以整體上課還算是輕鬆，不過我想最會這樣的原因主要還是因為是選修課，所以打算修這位老師的課治的同學請三思。

四、姐妹校研修之生活學習

生活環境：

廈大的生活環境我認為還算是方便，如果沒有其他的需求，廈大校園可以滿足你基本的生活需求。

先從吃的方面開始，廈大校園有四個餐廳分別是：芙蓉、東苑、南光跟勤業，四間餐廳供應的東西不盡相同，雖然以中式餐點為主，但菜色算是蠻豐富的，而且如果你真的吃膩學校的食堂，沿著芙蓉隧道走出去，晚上都會有小攤販在那邊擺攤，可以吃到跟學校食堂比較不一樣的東西，又或是你可以直接點外賣，但是這要注意，因為有些外賣可能沒有辦法把餐點送進學校，所以如果要叫外賣的話，記得看一下店家的資訊，如果在資訊中沒有說可以送的話就代表這間不能送進廈大，另外價錢的方面，我只能說在廈門的學餐真的太便宜了，我在廈大學餐基本一餐的消費是12~13人民幣，以匯率4.3來算，大概是五十塊左右，這價格金門真的不能比，不過需要特別注意的就是，大陸的食物普遍比較油膩，口味也比較重，腸胃不好的同學記得提前準備腸胃藥已被不時之需。

再來是住，直接說重點，如果你對大陸的宿舍有任何的幻想，那你很可能會失望，廈大校園的宿舍普遍比較舊，有些甚至直接被列為古蹟而不能動工改建，所以廈大校園的住宿一直都是比較緊張的，國內學生普遍是四到六人住一間，國際生才會是兩人間，我一開始也是四人住一間，是後來因為學校整修調整宿舍我才被換到兩人間，另外宿舍的格局也不太一樣，有些有獨立衛浴，有些沒有，甚至有些沒有洗衣機，所以住宿這方面算是比較看運氣，再來就是住宿的手續，因為廈大有許多的宿舍群，不同的宿舍群負責的辦公室及所在的位置都不一樣，所以同學在辦入住手續的時候要留意一下自己的所在的宿舍辦公室在哪裡。

接著是交通，眾所周知大陸的出租車是相當便宜的，所以除非是要出島或是真的去很遠的地方會選擇地鐵，不然我基本都是用出租車通行，另外如果是要去廈大附近的景點，可以考慮公共自行車，但要注意的是，台灣人因為持有證件的不同，所以並不是所有的公共自行車都可以用。

另外，如果想要在網路上買東西也算是蠻方便的，像我有買了幾本老師推薦的書跟幾本筆記本，當然網購一定有風險，如果不想買到假的東西就可能就要慎選網購 APP，題外話，千萬不要在廈門的百貨公司買東西，尤其是名牌的鞋子，因為你通常可以在網路上找到正規的管道，價格也比在百貨公司很多，所以可以去百貨公司看看東西實際的樣子，在去網路上下單，不管銷售員怎麼推銷，真的，不要，在百貨公司買東西，很貴，切身之痛，給大家參考一下。

五、文化交流經驗分享

在廈門的這一個學期間，我認識到的最多是來自世界各地的國際交換生，大陸本地的本科生通常會比較忙，比較沒有時間參加聚會，這就導致可以認識他的機會很少，大多認識他們的機會都是透過課堂分組的時候，但我很可惜的只有選到一門課是有分組的作業，然後又很可惜的那堂課人不夠所以我還是自己一組，所以我在整個交流期間有認識的大陸同學沒幾個，比較特殊的就是我有去參加系上的羽毛球賽，也是因為這場球賽，我才能在練球的過程中認識到一些同學，在聊過天之後，我認為大陸的同學真的相當認真，我問過他們的行程，基本上就是教室、圖書館、宿舍三點之間移動，更高年級的學生更是如此，上課時也很難看到有人遲到，而且通常上課前十分鐘，教室的位置就都坐滿了，可見他們對課堂的專注。

而在課堂之外，廈門大學也常常舉辦各種活動，不管是研討會、交流營，廈門大學可以說是中國的文化研究重鎮，其中讓我印象最深刻的就是關於『「花開中國」名校台港澳青年互訪計畫』，我們從廈門坐飛機到吉林，訪問了吉林大學，參觀了許多代表性的企業與博物館，學校甚至安排了滑雪的行程，在互訪的過程中，我們一路吃了東北著名的食物，羊肉火鍋、餃子宴還有朝鮮族的特色餐點還有最有名的糖葫蘆，在短短的幾天，學校安排的行程讓我們一群從南方大學生體驗到了中國東北的各種社會、文化、經濟等方面的發展歷史。

六、研修之具體效益

1. 補足金門教育資源不足的問題：

雖然金門大學是一所國立大學，但他還是一所在離島的學校，你可以獲得的資源再怎麼說還是會比本島的資源還要少，所以到廈門交換(其實也不限於廈門，應該要是說要多使用交換制度)，可以說是讓你獲得多一些經驗擴展眼界的機會。

2. 擴展眼界促進學生獨立思考：

身為國際系的學生，我認為去到廈門(抑或是說整個大陸)交換，最重要的就是增加自己獨立思考的能力，跳脫出平常社群媒體上看到的大陸，從自己的親身經歷與當地社會建立聯結，在未來如果看到媒體上的新聞就可以用過去的經歷來簡單判斷真實性，避免成為一個人云亦云的人。

3. 跨出舒適圈的文化交流：

在金門的生活，除了打工、念書、打電動，能做的事情真是寥寥無幾，跨出舒適圈，讓自己重新進入一個陌生的生活環境，面對各種不同的挑戰，不管是要重新認識朋友還是要面對沉重的課堂壓力，因為與不同的人、事、物產生連結，都可以刺激自己重新找到對生活的熱情。

七、問題與建議

在最先開始申請廈門大學的交換資格時，因為廈大有自己的交換生系統，所以還需要額外出填寫，還要做健檢，如果是按照正常金大公佈錄取名單的時間，要填寫廈大的交換生系統時就會很趕，所以希望國際處可以跟廈大台港澳辦溝通，是否可以放寬填寫交換生系統的時限。

八、其他綜合感想與建議

綜合下來，我認為如果對於現階段人生感到迷茫的話，申請交換會是你最好的選擇，不只是因為可以出去玩、可以暫時讓課業壓力沒有那麼重，對我來說，交換最重要的意義就是可以認識不一樣的事情，逼迫自己在陌生的環境下生活，可以刺激自己找到對於生活的熱情，找到自己想做的事，交換結束後，在本島還是在離島或許也就沒有那麼重要了。

