



赴大陸地區進修學生回國心得報告書

系（所）名稱：工業設計學系

年級：碩士班二年級

學號：M0228003

姓名：陳昱如

姐妹校名：北京科技大學

進修期間：2015年02月至2015年07月

一轉眼，四個月的時間就這樣悄悄過去了，從剛來時的3月的寒風刺骨到現在7月的酷熱夏季，北京這裡的最熱以及最冷都被我體驗過了，現在想想才發現像是做了一場夢一樣。雖然剛來這裡的時候遇到重重難關，不過也都是默默挺了過來，在這裡真的有好多要了解與體會的事項，就讓我為大家娓娓道來…

首先，必須先解決「吃」的問題，到國際交流處報到後，會知道自己的學號，就要去辦卡處辦一張校園卡，因為如果你沒有校園卡，就不能吃食堂的食物(因為全數不收現金)，也無法用校園網路了，學校的網路需要自己購買流量(1G=5元人民幣)，只能用校園卡內的金額來購買，然而最重要的事，如果你要去圖書館借書也必須持校園卡才能進入與借書，所以校園卡是非常重要的，等同於台灣的學生證一樣，但特別的是反倒是這裡的學生證，卻就真的只是學生證證明你是學生而已，而沒有太大的功用。

再來就是「住」的問題，我們外地交換生將統一住在學生宿舍4齋留學生公寓內，以兩人為一個房間內有獨立衛浴，用電量為一個人一個月有50度電所以一間房間一個月就有100度電供我們使用，然而較麻煩的就是網路的部分，首先必須先去買一個網路分享器(路由器)，有了分享器才可以登上校園網路登入自己的學號，也才能用校園卡買的網路WIFI流量唷!! 然而寢具的部分，房間內備有彈簧床、枕頭與書桌椅，定期也會有大媽來幫我們換床單，只是房間與房內廁所還是要自己打掃唷!!

接下來為大家介紹「衣」的問題，來到北京時是3月份，正值酷寒乾冷的季節，對於身長在熱帶國家台灣的我們，根本無法適應，因為在台灣就算最冷也都是在零度以上，一來到這裡就是零下3-5度來計算，所以一定要準備足夠的禦寒衣物，例如：毛帽、手套、發熱衣…等，絕對不要小看這裏的氣溫，然而就算我們準備十足卻也犯了一個大錯，忘記這裡的夏天可說是又熱又乾，台灣四面環海溼氣重雖然氣溫高卻也常常有陣陣涼風，然而北京不常下雨沒有濕氣因此雲少又有霧霾，所以一遇到沒有風大太陽的天氣，真的直逼把人烤成肉乾呀!! 因此務必請之後來的學弟學妹，就算北京的北緯很高也別忘記他有高溫的夏季唷!!

當然來這裡交換最重要的還是「學習」的問題啦!! 當你一人來到異地時，真的是一個很好訓練成長的時刻，不管你以前有多麼的內向害羞，都要從現在開始學會獨立與敢問敢發言，北京科大的台澳辦事處就是一個很好我們有問題時可以提問的地方，但畢竟人多難顧全，所以當辦事處發出消息時我們一定要主動的回覆與接收才行，最好的聯絡方式是wechat與電話，因此我們得先去大陸的電信公司辦一支門號，然後加入wechat的交換生聊天室，最好還要辦一個QQ的信箱，不只方便跟大陸同學聯繫外，也可以利用免費信箱傳遞檔案與郵件唷!!

再來為各位介紹「行」的問題，北京跟台灣一樣有公車，但叫公交不叫公車，辦卡的需到地鐵站才能辦卡，建議都辦成人票比較方便加值，如果辦了學生票雖然收費便宜一些，但加值處就非常難找也少，為了減少麻煩真的建議全部辦理成

人票最好，而且這裡的公交收費比台灣便宜唷!!再來介紹這裡的地鐵，類似台灣的捷運，一樣有很多線路可以搭乘，因為都是以數字命名，所以一定要用百度地圖查好路線，不然真的會很容易就搭錯線了，以上兩種交通工具都是用同一張公交卡就可以付款的。之後介紹的就是火車了，類型有很多種也有很多種坐法的選擇，主要就是價錢的高低了，然而對外國人較麻煩的是要實名制購票，我們不可以用機器領票一定要到窗口才行，進出地鐵與火車站時都要檢查包包，這也是跟台灣很不一樣的地方，也請之後來的學弟學妹一定要注意唷!!

最後就是「樂」的問題，來到一個陌生的地方最大幫助你能快速的熟絡這裡，唯一的方法就是要展開心胸的去體驗與嘗試新的人事物，大陸畢竟跟台灣有許多不一樣的地方，加上南北的遠距離差距，導致在風土民情與文化特產上有極度大的不同，所以藉由此次難得的交換機會必定要好好體驗大陸各地的，EX:像台灣很難看見雪，所以有機會就一定要去「哈爾濱的雪鄉」看雪推雪人；一定要去體驗中國五千年的文化歷史，找時間可以到水鄉古都「江蘇的同里古鎮」看古蹟划小舟；當然也一定要去體驗電影小時代裡的時尚風情，到「上海外灘」看夜景好享受…等，以上這些都是我利用交換時期所做的旅遊與觀光，而即將來交換的你想好要去哪裡了嗎?!我的介紹就到此告一段落，剩下的就請來交換的各位學弟妹自己親身體會嘍!!

最後，我將這不長也不短的四個月輕輕地做一個短短的總結，老實說一下子離鄉背井了這麼長的時間，說不緊張害怕那都是騙人的，但也真的有這樣的親身體驗你才可以了解到原來其實克服這一切沒有這麼難，只是你願不願意踏出這第一步而已，而當你踏出去時，你也才會發現其實你可以成長到你無可預料到的境界的，我很慶幸因為這次的交換機會我真的感受到我成長了，懂得在不習慣又刻苦的環境下，脫離熟人的保護不怨天尤人不自我放棄的生活與自我生存下來，我想這段旅程可真的說是我人生中的轉捩點，相信未來的我在回憶起這裡的一切，心頭湧入的是可口的酸甜苦辣，最後再次感謝給我機會來交換的華梵大學與北京科技大學，也謝謝我在北京遇見與幫助我的每一位朋友，謝謝大家。