

長榮大學選送優秀學生至海外學校擔任交換生
之成果報告書

東華大學留學心得

就讀科系/年級：科工 4A

學生姓名：蘇○皓

研修國家：中國

研修學校：東華大學

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，至少 3000 字及 6 張圖片(含說明)，12 號字：

當知道自己選上交換生後，要確認自己過去要相抵的課是否有開，如果是大四前往最好把自己畢業學分修完，而要出國前男生兵役事一件麻煩的事，要跑去市公所辦理，一定要提早 2、3 個月處理好。我之前就有出過國了護照沒問題，沒有的話又要提早辦理了，相關出國程序交給旅行社會省下不少麻煩。

此次交換的是上海東華大學的松江校區，松江校區是由 7 所學校相並所組成的一個大校區，而東華大學是裡面最大的學校，我覺得交換生活每天都有驚喜。去年因為與東華來台交換的學生認識，並且是學伴所以才決定過來，然而也很順利的讓我申請到東華大學。在 2/27 當天，我和三個一樣到東華交換的同學搭了同一班飛機到了上海，東華的曉冬老師也安排了接機，到達上海浦東機場當天學校有安排同學來接機以及處理入校程序，要盡量在最短時間把銀行卡、電話卡、學生證等等相關證件讓接機同學幫你一起處理，不然開學後可能就找不到人了。而我之前就有認識上海東華來台交換的學生，有他們的幫忙就更加輕鬆了！

到學校處理完簡單手續之後直接帶我們到宿舍，前幾天因為還沒有帶我們去買床墊睡得有點不好。我住在研究生樓 4 號樓，是三人一間，在一樓有公共澡堂，浴室有隔間也有門，當然也有開放式的空間，門禁是晚上 11 點每棟宿舍都有專門管理的阿姨時間過後就會鎖門，帶朋友進去要登記，因為事研究生樓的關係晚上不會熄燈或斷電、斷網。學校附近的最大的商場是樂購，可以在那邊買到日常用品，直接走去約 30 分鐘，也可以到宿舍外的公車站牌搭公車，我們大部分的日常用品都是在那買的。而大陸的電子商務 非常方便，除了眾所皆知的淘寶外，如果要買零食可以上一號店，要買 3C 產品可以上京東。到貨的速度很快，有一次我們晚上訂，隔天中午就送來了。取貨的地點離宿舍非常近，在宿舍附近有三間是專門領網購商品的。剛來上海的時候，其實有些不習慣，這裡的食物普遍比較鹹比較油，洗澡要用一卡通插卡 才会有熱水，去食堂吃飯也要用一卡通，用餐時間可以在食堂儲值，在學要吃飯要注意時間，中午過了 1 點、晚上過了 7 點後，食堂就沒有食物了，而且是會關燈的。電費也要自己繳，當你電費快用完的時候，住宿阿姨會在門口貼公告，看到公告後記得去綜合樓繳電費。網路不像台灣那麼方便，上很多網站也要翻牆，手機網路我是買一個月 50 RMB，有 2G 的全國通用流量可以用，宿舍網路我們是買一個路由器，和室友分一年 20M，200RMB，路由器可以在學校內的通訊行買到。錢的部分，我是一次帶夠多的人民幣，到上海的第二天就去銀行開戶存進去。等真的不夠的時候，再請家裡匯錢過來。我是用中國銀行的，辦開戶的時候記得說要開通網路銀行，學校內的 ATM 有中國銀行的，領錢很方便。到大陸一定要下載一些 app，百度地圖、攜程、去那兒，訂青旅訂火車票訂機票很方便，還可以用網路銀行直接支付。大眾點評，可以找附近有什麼好吃的，大部分都蠻準的。wechat 就和朋友聯繫方便，還可以綁訂銀行卡用微信支付，建議可以在台灣先載好，因為大陸的流量很珍貴，在剛來的時候因為不慎過了一段沒有網路的失聯狀態。學校有兩個食堂，離我們宿舍最近的是一食堂，但個人認為二食堂比較好吃，東華食堂是被松江校區學生評比為最好吃的食堂，有時也會推出一些創意黑暗料理。在學校食堂一餐約 8~10 RMB 就可以吃很飽了，如果在外面吃的話，小餐館約 10~20 RMB，餐廳的話要 40~60 RMB。我覺得外面的消費比台南貴。而早餐的話非常推薦學校紅房子裡的”中華飯糰”真的是我吃過最好吃的飯糰。但是到最後都會淪為外賣的魔手中，因為常常辦很多優惠削價競爭，又會直接送到宿舍，方便又便宜。

曾經用 50 塊台幣買到的豪華鰻魚飯雞排飯套餐



東華校園很大，從宿舍走到上課的地方，最近的要走 20 分鐘，最遠的要走 30 分鐘。如果不想走路可以去買台二手的腳踏車，宿舍外的門口就有在賣，大約 100~150 RMB 一台，看個人的殺價功力。記得要買鎖，因為很容易被偷。如果剛過去水土不服，或是不小心生病學校有校醫院能看醫生，比外面價格便宜很多有打 1 折，但是還是沒有台灣看病那種專業及貼心感，是開成藥給你吃的。東華有兩個校區，依不同專業課程分別在不同校區，而延安路校區是在上海市區，松江校區在郊區，是松江七校其中一間，如果是要上這邊計算機方面的課，是在松江校區上課的，兩個校區能坐地鐵來往大約 2 個小時會到達。在東華上課有個挑戰是，老師上課有寫黑板的話那個草書簡體完全看不懂，老師在講解的時候會有很多詞跟我們在台灣習慣用的詞不一樣，一些翻譯用語也和我們不太一樣；剛開始，真的蠻不適應的，都需要想一下才知道老師在說什麼。松江有很多有趣多元的課程，如果沒有學分壓力的話，可以多修修松江七校各個學校的通識課，我就修了上外的成功人的心理素等等他校的課。而東華的學生，一般都很認真，空教室都有人在自習，上課不太會吃東西，不會上課睡覺，不然就是讀自己的書，我覺得他們普遍對出國的欲望很強烈，而且大多很想來台灣逛逛，喜歡台灣腔。學校社團也因為旁邊有其他學校，常常會辦聯合活動，非常浩大，感覺比台灣大學社團活動大太多了，我的學辦剛好是學校攀岩隊的副隊長，帶我玩樂了許多活動，也有認識上海外國語大學的社團部長，因此能偷偷帶我們搶到活動的票。在東華方面的活動也是只要告訴曉東老師，他就會盡最大努力幫我們拿到入場，真的非常感謝讓我們能體驗到那麼多活動。東華最有名的就是他的時裝周，有專門的學生設計服裝與模特兒班驚豔全場。



來交換，當然少不了四處旅遊增廣見聞。上海可以玩的地方很多，很多景點都是搭個地鐵就可以到了，可以在機場拿旅遊簡介，很好用。在上海大多都是江南古鎮為旅遊景點



當然也有發達逛街的外灘、東方明珠等，還有許多一國外風格蓋成的小鎮。在上海市的馬路上四處都充斥著各種豪車，假日更有學生開跑車來學校載人，可見大陸土豪富二代的口袋多深壓。

來的時候剛好是3月遇上我的生日，之前來台灣認識的交換生還特地從各地聚集過來幫我慶生，真是感動到哭



在大陸很多地方，學生票都是半價，只要出示東華的學生證就可以了。除了在上海玩之外，我還去了張家界，去之前自己排了背包客行程，要先找好自己要玩的路線與交通跟住宿，在大陸就是要感受”大”的景物，那種大自然鬼斧神工的壯觀。自己出去玩能認識到很多一樣是自由行的各國旅客，但離開上海大城市後，觀光客的素質真的待加強。



大陸的青年旅社蠻便宜的，上海除外，其他城市大概都一個床位 35~60 RMB 就可以住到蠻乾淨的。要訂火車票或飛機票的話，除了可以上攜程或是去那兒。

費用方面因為中途有回台灣參加畢業典禮所以 2 趟來回機票就 2 萬出了，也因為有出去玩非他們國內航班的飛機全部加起花費 10 萬多台幣。

這次來交換我成長了許多，來之前家裡其實是極力反對的，因為擔心我在大陸被拐走或是被騙，從小就沒有在外自己生活過，而這次飄洋過海的來到陌生的地方自己生活，很多事都要靠自己，我也學到很多，成長了不少。這次交換生的經歷就好像做了一場很美的夢，意外認識了很多有趣的好朋友，願意幫助身在異鄉的我，留下許多美好回憶。在大陸也不許多人問過台灣政治問題，大多都是太陽花運動，蔡英文上任，跟台灣是誰的等等問題，都要小心回答，深怕遇到激進份子。但在大學城年輕一輩的學子思想都是很進步的，很多台灣人對大陸不好的印象其實都是老一輩大叔大媽造成的，我在大陸所認識的朋友們真的非常希望能再與他們相見，非常不希望兩岸的情勢老是搞得這麼緊張。