

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

西南財經大學 留學心得

就讀科系/年級：資訊管理學系/四

學生姓名：賴○怡

研修國家：中國

研修學校：西南財經大學

※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：

1.緣起/準備（可就交換生甄選準備、出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）

家人希望我到中國去，而我也想到沒去過的內陸體驗，義無反顧就去面試了。護照和台胞證本來就有所不用特別去辦理。6 月的時候申請宿舍，8 月的時候申請接機，9 月開學。

2.研修學校簡介（可就該**研修學校特色**等事項進行陳述）

學校目前有兩個校區，分別是光華校區和柳林校區。西南財經大學是教育部直屬的國家“211 工程”和“985 工程”優勢學科創新平台建設的全國重點大學。2017 年 9 月，學校成為國家雙一流計劃一流學科建設高校。西南財經的辦學特色是以經濟學管理學為主體、金融學為重點、多學科協調發展，並堅持國際化辦學理念。



▲柳林校區



▲校園內

3.國外研修之課程學習(可就該校**選課程序及狀況、上課情形、學習成效**進行陳述分享)

課程我選擇的是金融學院的專業必修課和大學科基礎課，分別都是 4 學分的公司金融和貨幣金融學，和心理健康教育中心的大學生心理健康與人生發展，這門是屬於通識核心課，還有體育學院的通識基礎課。公司金融這門課老師剖析公司強大的根源，解讀公司的投資決策、融資決策以及分配決策的內在邏輯，用 Excel 和金融計算機實現公司金融學涉及到的計算與模型建構，從而突出金融學理論的應用性，老師的上課方式主要是訓練我們的思辨能力，要我們活學活用。貨幣金融學老師用淺顯的語言解釋複雜的金融學理論，上課積極回答問題、按時完成作業和期間有幾次隨堂測驗作為平時成績，並要求分組完成課堂展示。大學生心理健康與人生發展這門課，老師運用形式多樣的遊戲和測試親切而善意地引導我從正確的認識自我到妥善的情緒管理，進而良好處理各種人際關係，最後是必不可少的生命教育，以小組表現、課堂展示、實踐課程、作業和出勤作為平時成績。體育我選乒乓球，每一堂課的訓練內容都很扎實，包括體測和課後的自主鍛鍊。



▲開學第一個禮拜的圖書館



▲上課情形

4.國外研修之生活學習(可就**參加之社團、課餘活動或與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗**進行分享)

因緣際會下，我到了四川雅安當志工，孩子們無憂無慮、童言無忌，沒有紛擾的外界干擾，只有最純樸的

人性、生活、簡單而美好，那群孩子的笑容我會一直記得。開學幾週後會有組織和社團社員招募，當時我加入了吉他社，經常有空會約琴練習，顧及帶不回台灣所以我的琴是和同學借。常常利用課餘時間到市區，到錦江劇場看川劇、到熊貓基地、寬窄巷子、錦里、春熙路、太古里、大慈寺、國色天香、歡樂谷、梵木藝術館等等，利用假日到較遠的地方“拜水都江堰，問道青城山”，從成都站乘坐成灌線動車，只需 40 分鐘就到青城山站，出站後有分別到前山和後山的公車，無論是聽覺還是視覺，青城山給人最自然最清新的感受。也到了黃龍溪古鎮，具有強烈的川西古鎮建築特徵。接下來就展開流浪旅行一出四川省，到了陝西省和湖南省，去了西嶽華山走了長空棧道、到西安尋找兵馬俑、到張家界身臨其境感受人間仙境、欣賞了一場擁有湘西民俗風情的《魅力湘西》等等，一路上認識了好多當地人和旅人，順其自然、和人的互動保持直接、面對面的方式，交換期間擁有了很多值得的體驗。



▲華山



▲張家界

5. 國外研修之日常生活(請務必就**交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食**等事項進行陳述)

學校的設備、教室、學習環境都挺好的。一開始吃飯都在食堂(學校有 3 個食堂)，後來在學校外面或是點外賣(餓了嗎跟美團)，北門、東門有很多好吃的，像是川菜館、串串、抄手、冒菜、干鍋、狼牙土豆、怪味麵等等。宿舍是單人套房，設備齊全(有床墊，床單是我從台灣帶過去的，被子、枕頭、吹風機則是在淘寶和京東買)。學校西門就有地鐵(萬盛站)，東門也有地鐵(楊柳河站)，想到哪“打滴滴”也行，交通都非常方便。我一到大陸先去中國移動辦理手機門號和到中國工商銀行辦理開戶，基本生活像是點外賣、叫車、每月電信繳費、小吃店結帳等等都離不開手機，在台灣買了一張網卡以備不時之需。



▲寢室

6. 費用篇(請就**每月生活支出或研習期間必要支出等費用**進行陳述)

交換一學期我的生活費大概是 25000 人民幣，包括住宿費 4 個月 2000 人民幣，不足一個月的住宿費學校按

天計算。手機辦理的是中國移動每月話費 50 人民幣(依個人需求方案不同)。校園卡要儲值，除了食堂和校內的超商能用之外，比較重要的是使用熱水也會需要，洗澡一次大概扣 0 點幾人民幣，1 樓的熱水飲水機也是。

7.此次研修經驗的具體效益(請條列式列舉)

獨立運作、能屈能伸、談判技巧、規劃、大膽

- 學習金融相關課程
- 體驗四川文化、學習四川方言
- 參與海外志工
- 在中國大陸自助旅行
- 學習如何面對和應變兩岸議題

8.感想與建議

小時候經常到大陸，經過將近 9 年再踏上這塊土地，發展的速度顛覆了對中國的印象。在這裡學習難免碰到兩岸議題，但是因為尊重我們有很好的交流，老師和同學都很照顧我。記得有次體育老師給了我他自家養的雞生的蛋，還是煮好的。成都文化積澱深厚、一票名勝古跡排成隊、人傑地靈、文藝且接地氣，很愛這座城市。我喜歡吃辣，特別到四川幾乎每道料理都有花椒，讓我愛上這種麻麻的辣，川菜離不開一種調料，那就是豆瓣醬，郫縣豆瓣和二荊條(一種辣椒)是川菜之魂，好多美食都好好吃，但最讓我忘不了的是聽起來有點恐怖的雙流老媽兔頭，鼓起勇氣吃了幾口。沒有什麼要建議的因為太幸福，有什麼事找留管老師、宿舍阿姨或同學都能解決，很感謝他們在交換期間對我的關心，有形與無形的收穫很多遠超過我的預期，非常喜愛這次的交換體驗。

以下是在大陸用到的 APP：

