

國立東華大學  
National Dong Hwa University  
國際交換交流學生至姐妹校心得報告  
International Outbound Exchange Student Report

姓名 Name	楊承珍	學號 School No	410314206
原系所 Home Department	物理學系		
前往國家 Nationality	中華人民共和國		
前往學校 Host University	北京理工大學		
交換系所 Host Department	材料學院		
交換交流期間 Exchange Period	自 From __2018__年 year / __2__月 month 至 To __2018__年 year / __6__月 month		
電子信箱(供未來有興趣的 同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	410314206@gms.ndhu.edu.tw		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(RMB)	9320 元		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	18761 元		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	60000 元		
<p>(一) 交換學校簡介</p> <p>我選擇前往交換的學校是北京理工大學。一方面是因為台灣的媒體常報導大陸學生是多麼的認真，且口才辯給，另一方面是因為花蓮常有大陸的觀光客，有時他們的行為會讓我反感也想不通為什麼他們會這樣，所以我選擇前往大陸做交換學生，不但能多了解他們，也能和大陸的學生學習。大陸那麼多所大學提供交換的機會，而我選擇北京，原因很簡單，因為北京是首都，許多建設都會是領先在前的，許多頂尖高校野都位在北京，在課餘時間也能去其他學校聽講座增進自己的知識，畢竟脫離學生身分後就很難進入那些高校參觀了，像北京大學現在已經立個牌子不讓校外人士參觀了，除非是去聽講座或是旁聽才能進入校園。</p> <p>(二) 交換學校生活</p> <p>1. 報到手續和住宿介紹</p> <p>北京理工大學有兩個校區，一個在海淀區（地鐵魏公村站），另一個則是在較為偏僻的良鄉（地鐵良鄉大學城北站），可以依照自己選課去選擇較方便的校區入住。此外，北京理工大學並沒有接待交換生的志工幫忙，不管是銀行開戶或辦理手機門號通通要自己來，而當時我是禮拜六到的，校內的中國聯通和工商銀行都沒有上班，地鐵上也都沒有 wifi，當時足足一天沒有網路，心裡超緊張，因此在找路的部分也需要事先做好功課，另外也聽說有同學在台灣有先買了暫時的 sim 卡，也比較方便和家人報平安。當初報到時必須先到海淀區的校區，會拿到一張校</p>			

園卡，這張卡是用來吃飯、喝水、買學校超市的東西，同時也是進出宿舍的門禁卡。完成報到手續後再到宿舍辦理入住。選擇良鄉校區入住的同學，報到後學校會有車載大家過去，平時兩校區內也有接駁車，車程大概一小時左右。

到達良鄉校區後，需繳交一百元人民幣當作鑰匙的押金（在離校後會退還）和兩千元的住宿費。宿舍被安排在良鄉校區的留學生公寓，宿舍條件比海淀區校區要好一些，相對的價錢也高一些。良鄉校區的宿舍是雙人房，男女都住在同一層，但是不是同一間，還有一個簡易的流理台和獨立衛浴，不需要去公共澡堂，門禁是十二點，不會斷電，只是熱水的部分在三月那時停止供應暖氣後，晚上 12 點過後到下午四五點是沒有熱水的。良鄉的交換生較少，彼此感情也會比較好，不會有台灣人小圈圈而導致無法做到徹底的國際交流，甚至還能趁這時候多練習英文口說。像我是有被分配到墨西哥人，也能更了解到墨西哥的文化等等，這部分我覺得挺好的。

剛到的那天有熱心的同學介紹校園，但那時我一心只想趕快買到寢具，因為是二月到的，北京還是很冷，雖然是內都有暖氣，但還是擔心晚上沒被子蓋，所以在校園導覽結束後，我們坐公車到離學校五站距離的家樂福購買寢具用品。（因為沒有網路的關係，甚至在一開始不知道學校附近有家樂福，就連公車站牌也需要問人，沒網路真的是非常不方便。）學校內也有超市，可以購買洗髮精之類的生活用品，非必要的時候是不必到家樂福採購的，因為超市東西蠻齊全的，但忘記有沒有賣床墊了，整體是很方便的。

這裡的宿舍在飲水機和洗衣服的部分和東華不一樣。飲水機一率需要用上面提到的校園卡感應才給水，也就是說都是需要付費的，最不一樣的是只提供沸水，喝起來也有一種怪怪的味道，因此我們另外會訂水，一大桶 18 公升 12 元人民幣的水，若擔心的話可以另外淘寶購買熱水壺把水燒開再喝。洗衣服的話會有另一張洗衣卡，不是直接投幣，也是可以退還押金的。

若時間允許的話，建議盡快辦好手機門號和銀行卡，先辦理門號再去辦銀行卡（又稱借記卡），因為沒記錯的話辦理借記卡時會需要手機號碼，而且一辦理完借記卡就可以馬上綁定微信支付和支付寶支付，這兩樣支付方式真的太重要了，在這邊除了購買門票和加值地鐵卡時，幾乎是不會用到現金的。

## 2. 校園生活

學校的食堂非常的便宜也多樣，因為學校都有補助，有自助餐類的也有點餐類的，自助餐類的我通常會點白飯和兩樣菜，菜是用勺來計價，不像東華自助餐是自己拿，這邊是讓阿姨來幫你，一勺都很多，所以我兩勺就很撐了，這樣的價錢總共五元人民幣左右。早餐的話是中式早餐，價錢也非常便宜，一個大包子是 0.7 元人民幣，一碗蛋花湯只要一塊，總之就是比台灣便宜太多了！

領取包裹的部分和台灣蠻不一樣的，分為兩大類，其中一類是學校有 24 小時自助領取包裹的機器，包裹送到時會接受到手機短訊，裡面會有領取的號碼和地點，只要到機器輸入那組密碼就能拿到包裹了，不用人工簽收，另一類則是和台灣一樣要人工簽收的。

## 3. 衣物

剛來的時候非常冷，現在夏天卻是非常熱，別以為北方會涼快一點，事實上跟台灣一樣熱，所以冬季和夏季的衣服都要帶齊了，個人藥品也盡量待其，因為有些人可能對霧霾會過敏，到這邊之後可以上淘寶購買 3M 的 N90 口罩，是防霧霾用的，因為一般感冒口罩是沒用的。很多同學問霧霾會不會臭，答案是不會，只是鼻屎會變很多，所以務必帶好口罩，千萬別像當地人都不戴口罩！我個人是過敏體質，鼻涕可以擤到變鼻水，一定要吃藥才會好的那種，當時選擇學校也很擔心霧霾會過敏，但幸運的是目前並沒有因為霧霾而過敏過。如果是因為霧霾的緣故在猶豫要不要選擇北京學校的同學，真的別太擔心，北京霧霾大概三天左右會減輕，空氣好時能見度跟在花蓮一樣，好空氣和壞空氣大概是三天一個週期循環，不是永遠都有霧霾的。

#### 4. 網路

宿舍的 wifi 是需要購買的，一個月最低 10 元人民幣，上網申請並用手機支付，但因為我的手機和合約是綁定吃到飽的，所以電腦上網都是連手機熱點，不需要購買學校 Wifi。此外，最重要的就是翻牆 vpn 了，我們是下載一個叫做 vpn master 的免費 app，蠻好用的，這一學期都是靠它度過的。

#### 5. 旅遊

在北京內就是搭乘地鐵，地鐵卡稱做一卡通，可以在地鐵站服務台購買，一樣可以退卡、退押金，但退押金就不是每個站都能退了，需要再百度一下。離開北京的旅遊通常是用「攜（T | せ´）程」訂票，不管是飛機票、火車票，或是景點門票等等都可以用它完成，也有些當地同學會使用「飛豬」來訂飛機票。旅館的話在「去哪兒」的 app 裡面可預訂，但大陸這邊會區分內賓和外賓，若住宿規定有標示限內賓入住的話代表只有本地人可以入住，這部分較麻煩，因此也建議在 airbnb 上搜尋就沒有這部分的困擾。

#### （三） 心得

既然選擇交換生的生活，就要保持開放的心胸去體驗並融入不同的文化，來大陸也要做好心理準備，這邊大部分的人還是理所當然認為台灣是他們的，例如填寫銀行卡中有個欄位是「國籍」，從小到大我們都被教導是「中華民國」，然而卻只能填寫「中國」，這些一開始都是需要調適的，包括這邊的地鐵一定要學會「擠人」，雖然我們的教育也是要排隊進去捷運、不能推擠，但是在這邊沒有人管這套，不擠的話不是進不去，就是被推擠受傷。

此外，大陸學生雖然上課和我們一樣有些會滑手機、睡覺，但是說實在的我沒有看過他們遲到，而且前面幾排也是坐滿人的，不像在台灣前面的位子通常都是空的。在課業方面，我覺得要顧好，畢竟是來交換的，這邊的課程分為 8 週、12 週、16 週的課，我有一門課是選擇上 8 週的，也就是說之後有很多時間可以出去玩，絕對不用擔心時間不夠玩，我們要做好交換生的本分，不要讓大陸學生覺得我們都是假交換的名義來玩樂的。

最後，因為我有在拍影片的習慣，如果不喜歡看文字分享或是瞭解更多細節的話，歡迎到我的 YouTube 頻道看更多影片介紹唷！<https://www.youtube.com/user/athena1212624/>

