

國立東華大學國際交換學生心得及問卷
National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

個人資訊 Personal Info.			
姓名 Name	張佩琳	學號 Student ID	410888044
所屬系所 Home Department	教育與潛能開發學系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	410888044@gms.ndhu.edu.tw		
前往國家 Exchange Country	中國大陸		
前往學校 Host University	東北師範大學		
交換系所 Host Department	小學教育專業		
交換交流期間 Exchange Period	自 From __2023__年 year / __8__月 month 至 To __2024__年 year / __1__月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	2023/05/07		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	2023/06/08		
申請所需資料清單 Required Documents	申請表、簡歷、在校成績單、學生證、台胞證、推薦函、健康證明檢查表、家長同意書		
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee			
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office			
申請文件 Required Documents			
申請時程 Application Timeline			
課程資訊 Course Info.			
選課方式 Course Selection Method	<input type="checkbox"/> 線上選課 Online System <input checked="" type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork <input type="checkbox"/> 其他 Others:		
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)	無		
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	<input type="checkbox"/> 是 Yes <input checked="" type="checkbox"/> 否 No <input type="checkbox"/> 其他 Others:		

課程難易度 Course Level	<input type="checkbox"/> 困難 Hard <input checked="" type="checkbox"/> 普通 Normal <input type="checkbox"/> 容易 Easy
住宿資訊 Accommodation Info.	
住宿選項 (可複選) Accommodation Options (multiple)	<input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 學校配合之校外租屋公司 Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University <input type="checkbox"/> 學校 提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	<input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 自行租屋 Off-campus Housing 或其他住宿資訊來源 Other housing sources: <input type="checkbox"/> 學校 University <input type="checkbox"/> 朋友 Friends <input type="checkbox"/> 網路-網址 Internet-Link :
相關費用 Relevant Costs	
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	32 人民幣/天 (約 140 新台幣/天)
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	來回約 19000 新台幣 松山—上海—長春 (東方航空)
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	1000—2000 人民幣/月 (約 4400—8800 新台幣/月)
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	旅行費用 10000 人民幣 (約 44000 新台幣)
個人心得分享 Personal Report (1500-2000 字)	
<p>機票方面：可以利用交換學校錄取通知書或邀請函購買學生機票，可以多一個行李箱，方便很多！如果在上海浦東機場或北京大興機場轉機，盡量選擇可以行李直掛或轉機時間至少兩個半小時的班機，因為機場很大，用跑的很累哈哈。</p> <p>住宿方面：原本是要入住在東師國際留學生宿舍，但後來宿舍位置不夠，我們被移到入住園長大廈，但一樣是單人間，有獨立衛浴，不過好像少了許多公共的空間，例如：簡易廚房、交誼廳等，而且聽說他是在疫情時期臨時搭建的隔離宿舍，不知道是不是因為這樣隔音很差，還常常感冒……，但整體住宿環境其實挺不錯的。而且我們的宿舍沒有門禁，他們當地的學生好像有門禁是 23 點，且還要去公共浴池洗澡，在下雪的日子裡我格外珍惜我的獨立衛浴。而且還會有阿姨來定時清潔，管理員伯伯跟阿姨也都很和善。</p> <p>選課方面：當時是先到東師的港澳台辦事處辦理報到，老師會請你拿著交換通知書到學院找教務秘書協助你人工選課，會在寄送錄取通知書給你時，同時給予你課表，可以到現場之後跟老師一起討論選課，若早就看好也可以直接跟秘書說你要選那些課程，不過他們好像旁聽（他們叫蹭課）跟跨系選課的風氣不太盛行，在我提出能否旁聽其他課程時，秘書給予我模稜兩可的回覆。</p> <p>學校生活方面：學校裡有南苑北苑兩個食堂，每棟都有三層樓，賣著各種風味的食物，烤冷</p>	

麵、韓式料理、麻辣燙、自助餐等應有盡有，在食堂內消費需先將學生卡充值之後付款；北苑的地下還有一間天貓超市，裡面還有書店跟瑞幸咖啡，校園內的生活機能很不錯。學校其實有兩個校區，分為本部校區及淨月校區，若科系主要跟教育相關的都會在本部校區，淨月校區主要是政法、經管、傳媒學院等，學校有提供兩校來回的接駁車，但在寒冷的冬天要走出門搭將近一小時的車去上課，很痛苦！另外推薦路痴或是想要更了解東師相關資訊，可以在微信小程序上使用「in 東師」，上面有校園地圖可以幫助你了解學院位置，也可以探勘學餐菜色！

平時生活方面：在大陸幾乎快要看不到現金，電子支付非常盛行，無論多麼偏遠的地方都使用電子支付，早市、路邊攤販、轉扭蛋等都用電子支付（但不得不說轉扭蛋不能投硬幣少了一點樂趣），在這裡真的可以實踐帶一支手機就能出門，甚至強烈建議少帶東西出門（短程出行的話），如果要搭地鐵、火車、高鐵那些的都要過安檢，超麻煩...，而且我們買車票是沒辦法買學生票的，因為沒有學生護照（想知道這是啥可以找小紅書），然後海底撈也不能打折所以不用特別去吃哈哈。

在大陸你會發現要下載一大堆軟體，洗衣服要下載U淨，訂酒店、車票要下載攜程、飛豬、去哪兒等，領貨要下載菜鳥，買東西要下載淘寶、京東、拼多多等，旅遊做功略要下載大眾點評、小紅書，就連地圖都要下載高德、百度地圖，付錢藥用支付保或微信，叫外送要用美團或餓了嗎等。點餐要用微信小程序點餐，吃飯的餐廳可以去大眾點評、美團甚至是抖音看有沒有優惠券、團購券，讓生活多一點小確幸。而且打車真的很便宜，大家一起出去可以一起打車，不會比你搭公車跟地鐵貴，雖然他們的大眾運輸也真的都很便宜，公車通常都1-2塊人民幣，地鐵大概2-4塊人民幣。

吃的方面東北有許多特色食物，烤冷麵、鍋包肉、鐵鍋燉、地三鮮、加了麻醬的麻辣燙等，但東北的食物比較重油重鹹，剛開始吃都會覺得很好吃，我大該兩個禮拜就開始覺得很膩了，甚至覺得在那裡速食是很清淡的食物，不過糖葫蘆真的又便宜又好吃，在東北的日子是我糖葫蘆吃過最多的時候！不過在那裏可以多吃水果，水果很便宜又好吃，我最常吃的就是晴王葡萄、湧泉蜜橘還有丹東九九草莓。

旅遊方面：十一連假的時候，我去了內蒙古的呼倫貝爾，雖然很多人告訴我們草黃了沒什麼可看的，但那時候的白樺林剛轉黃，非常有秋天的感覺，我非常推薦！後來還去了哈爾濱、瀋陽、大連、延吉、長白山北坡跟南坡，非常建議各位如果是秋季交換的，不喜歡人擠人的，一定不要等到冰雪大世界開始的時候才去哈爾濱，那時候的爾濱充滿南方小土豆，而且住宿費貴到不行，建議可以十月去體驗秋天的哈爾濱，剛好是淡季，旅遊品質好一點。

文化方面：雖然大陸的硬體設備真的非常先進，我很讚嘆，但人民的素質很一言難盡。在街上隨處可見亂吐痰、邊走邊抽菸的人，插隊、不禮讓下車乘客也是很稀鬆平常的事，這對剛開始到那裏生活的我很震驚，久而久之好像也覺得見怪不怪了，但就會覺得那些路邊隨處可見的標語、一直重複覆誦的口號，好像沒有人把他當一回事；甚至在地鐵上有人飲食、火車月台可以抽菸這些事情都讓我文化震撼很久，不過最讓我印象深刻的莫過於古蹟內是可以飲食的這件事，我在偽滿皇宮時親眼目睹，一位女子手上拿著冰淇淋，冰淇淋融化直接滴在溥儀第三次登基的地方，我看到的時候想起剛剛在前面看著如何修復偽滿皇宮的歷史，心裡不禁感嘆：「中國大陸真的好懂得古蹟保存阿！」

在這 136 天的日子裡，不論是好是壞都是一個人生的經歷。我遇到很豪爽待人親切的東北人；也遇到一聽到我們是台灣人就馬上變臉的東北人，但其實本來這個社會中就有著對不同國家或地區的族群帶有偏見的人。倒數返台的日子也發生一堆鳥事，其他台灣交換生美團、手機被偷，後續公安的辦案態度和國台辦的做事態度都讓人感到很憤怒及失望，希望之後大家出門在外都要有緊戒心提防小偷，但更希望的是能不要遇到這些事情，不得不說因為這些事我對中國大陸的好感扣分很多，有時候民主還是比獨裁要好太多了。