

## 國立臺北大學赴外交換生心得報告書

交換之姊妹校: \_\_\_\_\_ 武漢大學 \_\_\_\_\_ 交換於 \_\_107\_\_ 學年度 第 \_\_1\_\_ 學期

填表人： 柯●文	性別： 女	原屬系所：法律系
交換校名:武漢大學 研習系所:法律系		交換期間:自民國__107__年__9__月__1__日 至民國__108__年__1__月__13__日
居住處： <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租賃		住宿費每 ( <input checked="" type="checkbox"/> 學期 <input type="checkbox"/> 月 ): RMB 約 600 元
搬入時宿舍內已有設備 (請列出)： 書桌椅櫃		
建議另行添購或攜帶物品(ex:衣物、生活用品、化妝品、保健藥品等)： 個人衛生、藥用品 (胃藥、消炎、感冒藥必備) & 妝品 & 隱形眼鏡上述有備無患。 其他生活用品來再買即可。		
除繳交臺北大學全額學雜費，在交換學校額外繳交之費用名稱及真實金額: (如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)		
名稱	金額 (RMB)	備註
校園網路	?	學校有但個人沒有使用
水電費	100	以宿舍為單位。主要為空調費。 空調卡儲值依使用習慣而定、洗澡熱水卡亦同
手機費	29	湖北聯通開學方案 每個月 100 G
交通費		若待在學校基本不用錢
其他		可參考下
<b>每月基本生活費預估：</b> <b>(僅最低生活所需費用，不含娛樂及文教費用)</b> 細項(以月為單位) 伙食費: NTD_4000__元 (校內) 其他: NTD__1000__元 生活雜物購買		<b>有無取得獎助學金補助：</b> <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無(以下免填寫) <b>獎助學金名稱與或補助金額：</b> 名稱： 金額：
建議第一次入國所需攜帶金額： 建議帶足預估的所有費用，在地開戶後直接存入。需考量宿舍用品雜支最低約 300~500 人民幣		
<b>機場至學校之交通方式：</b> <input type="checkbox"/> 可以搭地鐵到街道口站 (無需換乘，約 1.5hr) 10 rmb 以下 <input type="checkbox"/> 機場打車至學校約 140rmb，1hr，切記出機場要小心，門附近黑心司機坐地起價		

## 國立臺北大學赴外交換生心得報告書

出發前所買之海外旅遊平安保險（種類、公司、金額、期限等）： 星光旅平險
保險： <input type="checkbox"/> 是否赴姊妹校後由校方協助辦理（ <input type="checkbox"/> 國民健康保險 <input type="checkbox"/> 學生平安險 <input type="checkbox"/> 其他保險） 金額： 3000 左右 （其他備註:其實校醫很便宜，自備充足藥品即可）
簽證：辦理簽證所需天數、金額及特別注意事項(ex:護照、台胞證，是否準備影本等等) 內地台胞證為主、護照為港澳台用。宜多準備 2~3 份影本。
其他校方提供使用之服務： <input type="checkbox"/> 校內 Wi-Fi 之提供（可自行購買校網。圖書館免費 wifi） <input checked="" type="checkbox"/> 安排輔導人員（交流生微信群，各種疑難雜症） 志願者幫忙處理交流生辦理手續之範圍程度簡述： 入學手續通常有志願同學帶領開戶、手機號、跑流程。唯若提早到建議自行開戶、辦手機號，校內門市通常接受入學許可通知書，此方面可先行詢問相關人員。
學校週邊生活機能，是否有下列設施：有，港澳台辦事處有提供周邊簡介 1. 文具書店 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述: 大部分商品建議網購 2. 超級市場 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述:_____ 3. 百貨商區 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述:_____ 4. 24H 便利商店 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述:_____ 5. 醫院 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述:____校醫院看診約 10rmb /次 6. 地鐵、公車站 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述:_____ 7. 電影院 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述:_____ 8. 體育場 <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="checkbox"/> 有，簡述:_____ 武大機能完善，主校區走 20 分鐘有百貨商圈及地鐵站，什麼都有。
你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面之電話、E-mail 或其他聯絡方式： (例如：學校、該校承辦人員、宿舍、駐外單位、國際交流社團等...) 有留微信於國際事務處。希望是有禮貌的學弟妹們一起分享交換心得。
你(妳)所交換的姊妹校在你心中的印象： 武漢大學校地廣大，坐擁珞珈，旁鄰東湖，可謂依山傍水。校內景色優美，社團活動繽紛，課堂以系級論，不敢說生動有趣，但以台灣生的角度而言，每堂課必能收穫滿載。在武大所遇到的同學對台灣都很感興趣，不過據大陸友人所說，他們比較傲嬌，並不會特別顯露出好奇心來～所以不要誤會哦！

## 國立臺北大學赴外交換生心得報告書

### 交換心得感言

這份報告書是希望對學弟妹的赴陸準備有所幫助，以下我想分成前期準備與實際生活兩大方面。

首先給大家參考我的觀察角度，這是我第一次在大陸長期生活，此前也從未到過內陸地區。武漢大學交換期間，我實際選修法律系、中文系與公選課（通識）的課程，並參加兩個社團運作，社團規模都在百人以上（這點便可直觀與我校差別）。課餘連假時，也與同學到大陸其他省份旅遊，基本除了實習經驗之外，若學弟妹有相關好奇的事情也歡迎私訊聊聊。

大陸跟台灣的环境有不少差別，我想最重要的是心態，包含適應武漢大學的課業，和能力所及多多規劃到各地走走。隨時保持著寬容心，以及發覺處處都有的驚喜，會讓你們更享受來大陸的這段生活。



取自武大官網

### 行前準備

這個階段我是分成三個部分：個人生活用品、校園生活與假期規劃，對我來說，由於我只交流一學期，若要實習會花去大部分時間，所以沒有考量（當然實習對有意留在大陸發展的人有很大優勢）。自確定去大陸交換時，我便建立上述三個清單，只要有想法就會先紀錄，每隔一段時間整理。不過直到實際來武大之後，才覺得很多事情無法改變，大可不必擔心太多，或許調整好自己心態才最有用。當然我的意思並非兵來將擋，而是事前能對基本情況有所掌握，並把大部分精神專注在可以準備的事情更為經濟，以下我也是儘量以此為出發點書寫，當然這其中的分寸只有自己能拿捏，姑且把我的心態轉折分享給大家參考～

## 生活用品

包含基本行李、藥包、重要證件、電器等等，鑑於每個人情況不同，這邊主要以我觀察到同期台灣交換生遇到的情況給大家建議：墨鏡、相關的胃藥、感冒藥、過敏藥、口罩一定要備足；電器用品要注意保修；女生的生理用品與妝品其實都買得到，就是貴了不少；還有重要證件影本、大頭照多帶一些，都能在突發情形派上大用。其他衣物、宿舍用品以及若規劃到不同省份所需的東西，淘寶足矣，帶去以輕便為主，離開時會很感謝當初！

## 校園生活

### 1

在行前最擔憂的就是選課制度，包含學分換算、課程大綱等等，這部分的網路資訊比較不可靠，畢竟學校行政手續年年都有變動。大部分課程並無大綱，若在選課系統裡想知道實際課堂內容，私訊該課老師或是想辦法找到上過課的同學，才比較有幫助，因此對於想要抵免學分的同學，可能要在學期開始後再跟自己校系多作確認。而港澳台交換生選課有得到港澳臺辦幫助，幾乎想要的課都能選上，且確認選課的緩衝時間較充足，等到學校之後再考慮選課都來得及。但最好要去聽想選課程的第一堂課，因為他們通常在第一堂課堂說明&建立QQ群組（公選課），專業課就需要注意加入班級或學年群組；課程講義或書籍也都是第一堂課便處理好，之後諸如臨時停課、小考大考、作業分組等等都是線上運作。so 加入群組是很重要的事情。（重複三遍）

### 2

至於宿舍，我和前幾屆的學長姐交流心得是，每屆分派都不一樣，可能讓交換生集中在某一棟，也可能大學部的四個室友裡，只有自己是交換生。希望大家都能滿意自己的分配囉～而我這次住到的宿舍生活機能方便，可惜是舊宿舍，因此衛浴必須樓層共用。這部分也是我這屆交換生們很難適應的一環，原因並非硬體（公用衛浴才翻新過），而是無數個夜晚裡，我們百思不得其解，為什麼同學的衛生習慣非常差勁，很不愛沖水……從學期初到學期結束沒有改變過，這點有待更多交換生一起交流一下經驗哈哈

## 網路翻牆

到大陸基本不能用臉書 ig line（除非上海或某些沿海地區）需要先行下載 vpn apps。網速很看時段，yt 影片偶爾能看不卡。個人使用量不大所以沒有付費。另外有些付費管道除了 app 內建之外，有些微信上也能搜尋到，得看本事了。而我校其實有校內 vpn 帳號，但知道的人似乎不多？所以特別在此提醒。只可惜我當初發現這管道為時已晚，這需要自行申請，學弟妹可以去資中相詢，網速與穩定度也有待大家反饋。

我覺得在去之前能準備者，可以先從手機 **app** 入手。所謂在大陸行走，微信支付寶（微讀作威）。（關於大陸行動支付的普及對比臺灣的紙鈔，有弊有利。這課題蠻有趣，因為在這裡生活處處能有直觀感受，暫按下不表）可以先註冊好微信、支付寶與 Q Q 帳號，等到當地之後可以再手動更新當地電話，到學校後辦電信跟銀行開戶好即可馬上綁定。微信上可以關注多個公眾號，有點像臉書社團，如「實習僧、掌上武大、武漢吃貨、武大圖書館、武大學生會（or 社團中心）等等」，可以透過這些管道獲得更多資訊。

第二重要是高德地圖與大眾點評（或百度等等），我主要使用前者，尤其在一開始不太熟路況時，地圖不僅能幫助你在廣大校園內不迷路，也可以估算計程車錢，避免搭到黑車。只是有其他朋友使用高德地圖帶錯路，還有屁股導航等等情形～。另外武漢的地鐵從 2018 年尾有款 **app** :Metro 新時代上架(appstore)，可以直接綁定支付寶賬號，對少搭地鐵的人更方便，可以斟酌是否要辦武漢通地鐵卡（類似悠遊卡）。

大眾點評：可以搜尋所在地附近的大小餐廳評價，幫助我們適應當地口味，也可以在嘴饞時快速查到想吃的店。我常與高德地圖的評價交叉比對，又這款 **app** 幾乎能查到大部分服務業，如果不想在手機裡下載太多 **app**，有上述幾個就很基本了。

其他 **app** 諸如美團、餓了麼（外賣）\去哪兒、攜（攜讀作鞋）程、飛豬、馬蜂窩（旅遊攻略）\12306、高鐵管家、航旅縱橫（管理訂票）\淘寶、閑魚（二手買賣）、菜鳥裹裹（記得用簡字）.....這些大多需要綁定當地電話號碼才能使用更多功能。不過旅遊的 **apps** 基本都發展成多方面的玩樂平台，內容豐富，早下載早發掘～

### 假期規劃

原先在台灣列出許多想去的地方，但到學校後，才注意到許多忽略的細節，比如課業權衡、約好一起的夥伴臨時有事、超過預算等等，而各地的台灣商會常會針對台灣學生辦許多接待活動，招待同學觀光體驗等，稍微留心便會發現有不少機會，只是此類行程通常有些共通點如特定政治目的性、固定餐會節目及較不定期宣傳等等.....這些很容易讓我們陷入猶豫～所以面對可能增加的無數選擇，我覺得不如選定一兩個務必想去的地方，早早安排，不要讓自己後悔，其他便隨緣吧！

既來之，總要把握機會多多出行！長假的安排越早開始越好，最好一個半月到兩個月前就先訂好住宿，因為每到連價的住宿一定會翻倍，往往品質不好又貴。也可以儘量利用選課優勢，安排在連假開始前幾天或晚幾天出遊，如此錯峰一天，在車

站、景區都有很明顯的感受。我首先列出想去地點的交通往返時間來考慮，因為武漢的地理位置很方便，值得好好利用。

另外在武漢大學校內，要特別推薦蒲公英社團，此社團專門組織寒暑假旅遊線給校內同學，參加他們的線路不但安全又性價比高，更能認識許多新朋友。在上學期中的小連假是去張家界，去過的台灣交流生都很推。這次19年寒假中，他們規劃三條路線，分別是東北雪季、俄羅斯貝加爾湖以及雲南線，也是口碑非常好的行程，聽說夏天可能有西藏線路，若有興趣可以詢問他們微信公眾號，趁早安排哦。

## 武漢生活篇

### 兩岸用語小觀察

可能用語差異在兩岸年輕人之間是互相通用，我們俗稱的國語雖然跟他們的普通話差不多，但仍有些差別。而我的感受是，武漢相較北上廣來說是內陸地區，與中年人、老師等溝通要比較注意他們有沒有聽懂。另外建議先學拼音輸入法，對生活也很有幫助！



便宜又好吃的水果

以下列舉些用法：

台灣用語≈陸版普通話

計程車≈打滴、打車（滴滴）

交換生≈交流生

公車≈公交、公交車

捷運≈地鐵

迴轉≈掉頭

ok≈好勒、好的

影印≈打印

通識課≈公選課

司機、運將大哥、包裹或外賣的派送小哥、食堂打飯菜的阿姨叔叔≈師傅



（師傅一詞包羅萬象，基本上是對於較低文化素養的勞動工作者泛稱）



雪景

#### 大學課堂差異

和大陸朋友聊天知道，他們從小學自國中都有毛概、馬列思想等課程，到高中後社會組會更深入，台灣與之相對的科目就是公民。我在大陸課堂最強烈的第一印象就是同學們對唯物主義、政治思想等話題大都熟知標準答案且侃侃而談，不過隨之而來的批評更是不少，開玩笑的說，可能尺度到台灣人怕被「查水表」時，在他們眼裡是促進社會進步。當然對我們來說，談到這類話題可能會有些不適，也可能會產生些衝突需要好好拿捏，不過我認為同學能以理性的態度多做討論，可以讓彼此有更深度的瞭解，也是到大陸交換的優勢。所以不妨試著聊看看，此外常常從同學言論中感受到強烈愛國家愛民族的情懷，那與鄉民不同的風格，也是很寶貴的經驗哈

老師幾乎都提進教室，這也意味著上課後沒有同學會遲到。比較傳統（old）或受歡迎的老師，結束課堂時同學會鼓掌感謝，若講到痛點，全班也會激動鼓掌回應；被教授點到回答時，應聲起立……大陸的通識課最常開在晚上，而我上學期所上的課程從早八到晚九都有，也從沒遇過幾個把食物拿進教室的人。我覺得應稱這些為課堂禮節，優缺見仁見智，個人贊成的原因，一方面是與其散漫不如更加重視禮節（或許也符合具身認知？），二來也是入鄉隨俗，剛開始會感覺有些神秘，不過很快就能適應了～（以下為集中在武大的經驗分享）

#### 校內環境

武大的景色令人回味無窮。百年多的校史更使得珞珈山有許多豐富人文景點。感興趣的同學推薦讀 齊邦媛的巨流河一書。而自然方面，四月的櫻花、十一月的金秋，珞珈山與東湖處處使人流連忘返。推薦來校園務必走一趟東湖（有時間還能去東湖綠道騎腳踏車）、看看環山路上十八棟、博士生宿舍（俗稱櫻頂&老圖書館）、912操場與弘毅大道、信部青樓……



校內東湖一隅

### 新總圖與萬林美術館

武大新的圖書館總館與萬林美術館相鄰，圖書館讀書風氣熱烈，座位要線上預約，在館內特定區域能大聲朗誦，想練上台練口語是非常好的去處；若是怕人多，法學院圖書館或工學部圖書館也不錯。萬林美術館有定期展覽，很網紅，很藝術。有空也可以去美術館上的咖啡廳享受午後。礙於版面，最後再提兩項。



東湖日出

### 武漢的氣候

我這次交換有幸可以體會最熱到最冷的武漢，剛到武漢市九月初，每天熱得像火爐，但隨著十二月進入冬季，武漢論冷可以比三峽還溼冷，當地人稱冬天有怪風，吹到令人頭痛手指痛。我自己的感受是與台灣的氣候有些雷同，比如在濕度方面，冬夏都很潮濕，宿舍要注意寢具發霉、除潮。如果皮膚有過敏的人一定要多加注意，否則會非常非常非常痛苦。無論好天氣或壞天氣似乎也是連續的，常常一週晴天，一週陰雨。秋天的武漢則非常舒適，可惜我沒有待到三四月，無法和春季比較。





金秋

## 初來乍到：入學幾件事

剛到學校總是有一堆行政手續要辦理，姑且不提生活適應。提早到校的人考慮到沒有手機號碼、銀行帳戶等，在大陸諸多不便，所以提前一兩天到已經很充足了（武漢的經驗），建議到校就先去看一眼宿舍以便安排行程（與報到手續分開，請先確認），想我當初先到宿舍，那灰塵積得滿滿一層，光用手指頭一沾都是清晰指印，不經歷一番開疆闢土絕對住不了人，更別提若是經歷冗長報到手續後才發現的窘況。

我有一位朋友，從機場孤身前往武大時，坐計程車花掉人民幣五百多塊……很紮實地學到一課。好在他學到的代價只是金錢而非人身安全，更多時候我們在武漢、在大陸時，尤其剛來的時候，很常見到花費很多時間，甚至明明是小事情，最後耗費很多心力才解決。建議剛到學校的大家，事先與學伴或志願同學聯絡，找到可靠的求助管道，當然充足的準備是避免麻煩發生最好的方法！

## 結語

來到武漢，我努力從我的角度感受對整個大陸的印象，去追求偶然間所存在的客觀。雖然短短數個月，對於大陸只覺有更多未曾接處的層面，對我而言，這是一從些許矛盾複雜的情感出發，轉為逐漸能理解的過程。感謝耐心閱讀這篇瑣碎文字的你們。也祝福每個人能把握初衷，在即將迎來的交換生活中滿滿豐收！

最後一定要特別感謝我校國際事務處的陳老師與武漢大學港澳臺辦公室的張老師，無論從行前準備到回國，大大小小的事項都是經過他們處理，只有經歷過才更加明白這其中的繁瑣與不容易之處，非常感謝、慶幸能有他們的幫助才讓交換生活順利圓滿。

201903 柯又文敬上

