

## 輔仁大學學生赴姐妹校交換研修心得報告

撰寫日期	109 年 1 月 7 日
院系所級	外語學院 法文系/所 五年級
國外研修學校	中文：同濟大學
	英文：Tongji University
國外研修系所 (課程)	外國語學院 英語系
研修期間	自 108 年 9 月 2 日至 109 年 1 月 10 日止

(以下為參考項目，請自行依個人狀況調整)

### 一、研修學習概況與心得

#### 選課：

在入學前，學校會寄一個入學資料裡面就有教你怎麼選課，除此之外，開學時也有一個說明會再講解一次，交換生選課時已經到學校的最後一輪了，基本上在通識課會比較沒有什麼選擇，如果想上的課人數已達上限，就只能等別人退掉才能再選。第一個星期可以先去試聽再決定要不要選。然後，不同於台灣的是，同濟的課程有分成考試課跟考察課，考試課是在學期最後兩週考試，而考察課是在教學週最後一個星期考試，因此如果有想早點放假的人，就可以選考察課。(1-17 週是教學週，18-19 是考試週)

#### 管理學概論：

我覺得這堂課雖然是通識課，但是，不是爽課，有期末考，也有不少作業，其中還有一次大作業是企業參訪還要拍視頻，推薦給真心想學管理的人，雖然以通識來說，有點麻煩，但真的想學得到東西。上課內容方面，老師大多以 ppt 講述為主，有時候講解完理論會伴隨一些活動，讓學生學以致用，也會要求學生打成報告，當作一次作業，除此之外，老師這學期還邀請很多其他管理專業的教授來上課，例如：人力資源管理、營運管理等。

#### 商用英語：

這堂課是需要選課第一週的時候，去開通英語選課系統，才可以選到的，由於我知道此消息時，為時已晚，所以只能旁聽。這堂課是我旁聽幾堂英文課下來，教授的口音沒有這麼重的，上課時，教授並非全英上課，也會用中文解釋，我覺得這堂課的難度不高，但可以學到很多商用書信、MEMO、報告等寫法，這堂課上課的方式是搭配課本上課，如果不想買新的，可以去學校旁的二手書店購買。這堂課也是有作業、期中考跟期末考。

## 二、研修學校（機構）概況與心得

同濟大學主要分為四平校區和嘉定校區，四平校區為主校區，比較繁華，相較之下，嘉定比較偏僻，而外語學系通常會被分配在四平校區。每個交換生學校都會有一個自願者（學伴），在報到之前，就會聯絡你，寄給你學校資料，在此，我比較建議大家當時申請時，信箱填寫大陸的信箱，例如：QQ 信箱，以免收不到信。

**關於報到：**學校有派交通車到機場接送每位交換生，錄取通知上會說明交通車的時間，不一定只有一班，報到之前，學校可能會視情況加開。抵達學校之後，學伴會先帶我們去辦一卡通，吃學餐，洗澡都用這張卡付錢，教育超市也可以使用，之後才去辦手機跟銀行卡，一定要辦手機才能辦銀行卡，而中國的電信主要是中國聯通跟中國移動，我的學伴是比較推薦我辦中國移動，中國移動在學校校門口就有店面，銀行卡則是辦交通銀行，交通銀行就在中國移動的對面，相當的方便，而且銀行卡馬上辦就有。

**備註：**並不是每一家電信跟銀行都可以申辦，手機建議在校門口申辦比較保險，至於銀行卡也是一樣，有些銀行雖然可以申辦，但要等一個月才可以使用。

**食衣住行方面：**學校裡有很多食堂，有很多選擇讓大家嚐試，但這裡的東西也比較偏油，一開始可能會有點不習慣。在生活用品方面，學校裡有教育超市，報到當天，學伴會帶我們到學校的教育超市買生活用品，例如：床墊、棉被……等。宿舍方面，在四平路校區的交換生，幾乎都住在西南九樓一樓，而且室友也都是交換生，只有少數會被分配到其他樓層，而且室友會有當地學生，我就被分配到四樓，室友有一個也是來自台灣的交換生，其他兩個是大陸的學生，但滿幸運的是，大家都滿好相處的，而且宿舍裡的網路都已經辦好了，環境也不會太髒亂，很多問題也都可以詢問他們，省了很多工夫，但比較累的是，宿舍沒有電梯，洗澡也要去一樓才能洗，洗衣服烘衣服都要到別的樓層，最好是先用微信先預約（U 淨洗衣），除此之外，房間禁止使用熱水器、吹風機，因此都要買個熱水壺去打水，吹風機的話就是要小心不要被宿舍阿姨發現，聽說一被發現就會被沒收，但其實很多人都有吹風機。環境方面，房間不會到太小，每間都有廁所，但廁所環境就待加強。

## 三、國外生活體驗與心得

首先，如果你是跟我一樣很需要網路的人，建議可以上蝦皮買免翻牆網卡，但流量有限，至於 vpn，我原本也是已經載好很多免費的 vpn 了，例如：vpn master, vpn cat，但我出發前一晚還是買了一個付費的 vpn（express vpn），我覺得挺好用的！如果可以接受價錢的又有需要，真的很建議買個，除此之外，手機上的 app，都建議來之前就先載好，這樣比較方便。

APP 推薦：

學校方面：同心雲、掌上校園（可以看一卡通的消費）

生活方面：百度、高德地圖、支付寶

飲食方面：大眾點評、美團、餓了嗎

旅遊方面：馬蜂窩旅遊、攜程

心態方面，我覺得一開始到這裡一定會有很多不適應，但在這段時間裡，不僅是自己會有所成長，變得更加獨立、勇敢，更加認識自己，也會認識很多朋友，除此之外，也可以利用課餘時間去各地旅遊，大陸有很多地方都很美，很值得去看看！

#### 四、照片分享



同濟大學 校園



同濟大學 校園



甘肅張掖 七彩丹霞



上海 永康路



北京 頤和園



上海 外灘