

國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：__2018/11/4__

中文姓名： 林宗億	英文姓名(姓, 名): Lin, Zong-Yi
臺師大就讀科系所、年級： 公民教育與活動領導學系. 四年級	臺師大學號： 40307217E
修習國家： 中國	
修習校名： 重慶大學	
修習學院： 美視電影學院	
修習科系： 攝影系	
修習期間： 107 年 3 月 ~ 107 年 6 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
攝影燈光	陳自強	3	春
影音編輯	李伯全	2	春
現代舞	陳暖	2	春
攝影入門			春

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

交換心得

動機

從高中開始，每兩三個月都會去羅斯福路上的獸醫院報到（寵物龜的健康檢查），當時獸醫師常說，大學要念師大，念師大一定要去交換。這幾句話當時沒有在我心中留下太深的印象。但隨著我在師大的時間越長，身邊越多的朋友赴外交換，師大的姐妹校也都是一流的大學，我也不禁反問自己：如果不去看看，是不是太浪費了？赴外交換，無非就是想換換學習環境，期待在不同的文化衝擊下，能帶給自己多少的成長和改變。所以在環境的選擇方面也就重要許多。每個人所嚮往的國家及文化各不盡相同，起初我認為西方國家所具有的拉力更吸引我，但各方考量下我最後選擇了中國重慶（英歐語系國家須具備的語言證照、物價水平、語言等等）另一方面也對於中國有很大的好奇心。撇除政治因素不談，中國無論在文化、語言、經濟都影響台灣至深，因為地理位置以及歷史因素的緊密相連，國文、歷史、地理、公民的課本上都對中國有很深的描述，但對於這

些知識我們都是較被動的接受，總有些事情是需要實踐才可以看清全貌，尤其在現今的情勢下，我想我們更應該對中國有更深入的了解，而不只是透過網路上的隻字片語去妄作猜想。

申請過程

由於中國與台灣的友好以及台灣師範大學的努力，幾乎中國各地都有大學可供交換生做選擇，在名額及門檻上都對台籍生非常友善，只要透過校內國際事務處的徵選環節就可以報名，幾乎不用準備其他的文件。

重慶大學第一印象

中國的地大物博，是台灣所感受不到的，因此在交換地點的選擇上，當然要選個符合上述描述的地方。上海北京一直是大部分交換生所嚮往的地方。城市的光彩絢爛、進步科技生活的激情，對於在台北生活許久的我並沒有太大的吸引力，赴外交換，無非就是要去個自己所嚮往的地方，廣闊自己的見聞也遼闊自己的心靈。中國沿海城市與台灣的頻繁交流，我想在未來並不會缺少前往這些城市的機會，所以我選擇了在重慶的重慶大學。位居內陸又發展快速的一線城市，美景與人文交織，麻辣辛香的道地美食，值得讓人前往一探究

竟，且重慶大學為該市第一大學，雖為工業重點大學，但在其他學科也有亮眼的表現，對於就讀社會學科的我來說也非常適合。我在三月初抵達重慶，天氣沒有想像中的悶熱，反而非常涼爽甚至會覺得有點冷，從下機場到旅館，要先穿越地下道還有蜿蜒的小路，大樓旁就是輕軌的軌道，隔天到重大的路上也差不多是這樣，重慶交通非常方便，但由於山地地形，道路大多都是依著地勢所建立的。

重慶大學校區有三個，每個校區占地都非常大，也各有特色。我比較常去的是老校區以及被稱作大學城的虎溪校區。我的宿舍位於老校區，雖稱作老校區，但校內設備非常齊全，宿舍內的裝潢也非常新（甚至每間房都有獨立衛浴和熱水），光學生餐廳就至少五間，每間的駐點餐廳數量也很驚人（不禁好奇真的有這麼多學生在校內用餐嗎？）但事實上，校外人士也可以享用這些便利設施，有時候也會請學生代付學生卡限定的餐點，學生們也習以為常，並不會覺得麻煩或不便，成為了一種學生與居民和諧相處的大學社區。

另一邊的虎溪校區，相對地在設施和整體設計上就較為新穎，且地

勢較為低平，校內可供學生利用自行車通行，也有其他如荷花湖、劇場等特殊景點，校外也有商圈徒步區，與老校區相比有著截然不同的風貌。

學習環境與課外活動 我就讀於重慶大學的攝影系，蠻意外的是，大部分專業課程都邀請到在外執業的師傅到校授課，專業教學也不脫離市場，這種模式是我非常期待的，且每位老師都非常用心上課，甚至也願意提供器材給學生操作（每個攝影器材都要價不菲，要不是接觸到這幾門課，一般人是不會有機會碰到的）。在課堂上學生與老師的互動都非常良好，並不死板，老師也不會過於嚴肅而讓學生有距離感，也許是這樣的氛圍所致，同學們都很熱心，即使我交換期間只有一學期，在台灣也不是攝影專業的，但對於我的任何疑問同學們都很熱情地回答我，在課堂上以及其他方面都給我許多指引，即使隻身前往中國交換在學習與生活上也不會有甚麼困難。

課堂之外，因為在台灣有接觸街舞，所以參加了重慶大學的熱舞社。除了學術上的專業之外，重慶大學的社團也非常活躍，時常耳聞身邊同學課堂後會去參加社團活動，各個動態靜態社團都應有盡有。由於聯繫上熱舞社社員的時間已接近學期中，本以為會顯得格格不

入，但真正加入他們後才發現他們對於我這個台灣來的小夥伴非常歡迎，也時常找我一起練習，甚至還為他們的成果發表會排了一段將近四分鐘的舞，讓我留下了很美好的回憶。

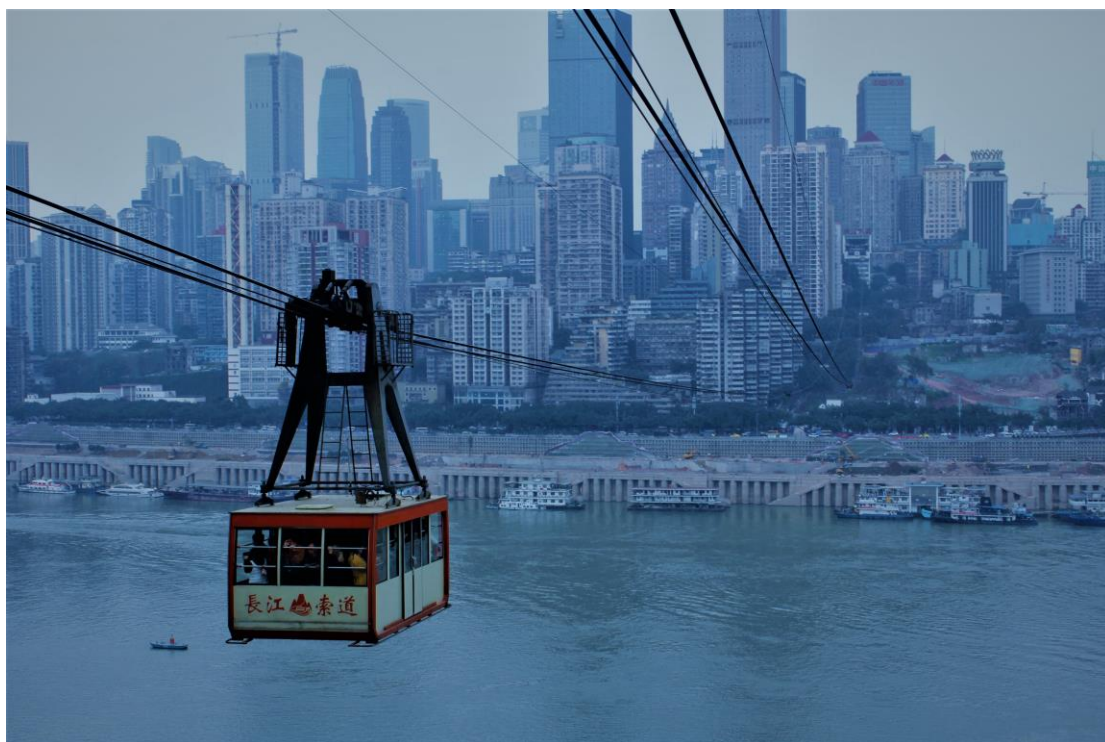
飲食

一般人對重慶飲食的印象就是：辣、重油、重鹹。但事實上這些都是既定印象，因為大部分餐廳都很貼心地會為不習慣這種飲食方式的顧客做味道上的調整或提供其他選擇。所以即使不嗜辣的人也可以一同品嚐重慶美食（當然我還是建議能吃辣就吃辣，畢竟那樣的香麻刺激是外地體驗不到的，不只過癮還很順口）

整體心得 在重慶大學的這一個學期我過得非常充實，平日到課堂上課，放學後找朋友練舞，其他空堂的日子也和幾個朋友組成讀書會一起相互學習；假日也會到附近的三峽廣場晃晃，或是到郊外景點觀光旅遊。總而言之，在這裡的日子不會無聊，校園的廣闊和便利，足以成為你舒適的生活圈；輕軌的便利也讓你閒暇之餘不會無聊，可以到重慶市內各個有名景點逛逛。

我曾聽過有人說：到了一個城市，就要看遍它的美麗與哀愁。我認為重慶是一個發達便利的城市，是足以讓每個重慶人驕傲的，但不知道是不是經濟的快速起飛，讓人不小心忽略了精神的富足，在待人接物上雖不失親和，但少了些應有的態度，許多開業店家也缺乏專業素養，讓人常常在消費的時候啼笑皆非。無論如何，重慶還是一個非常值得一去的城市。或許這就像重慶口味一樣，即使有時嗆辣逼人，但嚐過之後卻讓人回味無窮。

四、照片（如有，請提供）













六、其他

PPT 檔案,於承辦人郵件中查收