

赴外交換心得

在確定到北京外國語大學交換之前，其實心中相當掙扎，一方面這是我第一次長時間離開家裡，同其他人一起住，另一方面則害怕自己無法習慣當地的飲食、氣候等等。但在那兒度過了一整個學期後，縱使還是會有不適應之處，但環境的改變真的能夠使人成長，加上室友的照顧，留下的卻是最為美好的回憶。以下想由幾個地方來進行心得分享：



一、 學校課程

北外的中國語言文學系課程具有相當的豐富度，身為中國數一數二的語文學系大學，其中的課程偏向於師大國文系和華語系的相加，在進行文學推廣的同時，也涵蓋華語教學師資的培育。而他們對於漢語的推廣也是相當不遺餘力，除了隨時能看到來自各國的外籍生在這裡學習漢語外，系館裡也設有「漢語角」使非母語者與母語者有進行語言交換的機會。

此外，北外也是非常重要的語言工作者培訓學校，因而除了讓非母語者學習漢語外，北外更擁有幾百個不同語言的課程，當中更有許多是無法在其他學校看到的，像是冰島語、阿拉伯語……，因此在校內也能隨時看到不同語種、膚色、國籍的學生在互相交流。

可能是要管理的學生較多，所以行政效率相較於師大顯得較為慢，在剛開學選課、離校及

成績程序，都花費了一些時間，自己也必須去詢問和隨時追蹤。但幸運的是，此次交換所遇到的教授，都相當地和善，教學也相當認真，除了學習到課程裡的知識外，老師也會分享當地的教育體系與該怎麼準備，真的收穫良多。



二、 宿舍

在台灣時，家裡就在台北，所以大學就以住家裡為主，不曾體驗過宿舍生活。所以在北京

的時光，可說是我第一次離家、第一次同不認識的人們相處生活在同一空間裡。房間雖然不算小，但對六個女生來說仍顯得有些壅擠，光是行李箱就佔了些空間，加上生活用品，使的空間更為珍貴。北方的氣候與南方有很大的不同，如果說南方不能沒有冷氣，那麼北方就是不能沒有暖氣，因而儘管房間裡有冷氣機，卻也只提供給住一學年的學生使用，好在住下沒多久，天氣就開始轉涼，接下來冬天開暖氣時，反倒暖到可以在室內穿短袖。

但真的較為不適應的是「大眾澡堂」，北方女孩相較於南方女孩來說的開放，許多女孩並非到了隔間才脫掉身上的衣服，反而更常看到她們在排隊的時候就已經呈全裸的狀態，剛開始感到些微害羞及驚訝，後期也就習慣了，較為麻煩的是，由於房間內的電壓不夠大，每次吹頭髮都要在澡堂完成，當人多的時候，不免要花上些許時間。

北外校園裡和校園外，各有一家超市，生活用品和各類零食都相當俱全，具有相當的方便性，校內也有幾家水果店，便宜外也相當好吃，不輸給台灣的水果，也因為平時三餐都較重口，水果的涉入就變得重要。

三、 氣候

到達北京的時間點，剛好接到了秋冬季。冬天的北京相當地「凍」和「乾」，有時候也會出現霧霾的情況，所以一定要準備防寒的衣物－大衣、秋褲、發熱衣、手套、毛帽、圍巾、口罩，雖然已冷到一定程度，但過乾導致結冰不降雪，如果不準備滋潤型的乳液、護唇膏，就會導致嚴重的脫皮、龜裂問題，也因為氣候與台灣相比嚴峻的多，成為交換後期最需要去適應的狀況。

四、 飲食

北京的食物跟台灣相比顯得重口許多，像是第一次吃麻辣燙時，吃了幾口就無法繼續；第二次，必須配著飲品才能將料及麵嚥下；第三次，則能不須飲品來沖淡辛辣，之後慢慢地連湯都能喝下了。學餐的餐點也少有清淡的菜色，但其優點在於便宜及份量大，即便不見得能夠接受所有的菜色，但那幾樣就己能填補一整天的辛勞，尤其到現在還無法忘記番茄雞蛋刀削麵、鍋邊肉、番茄魚……。

五、 交通

北京的交通相當方便，各個景點幾乎都能藉由地鐵、公車到達，再不行也可搭乘滴滴。從北外走出來，走個五分鐘即可看到公車站，但我們更常搭乘的是地鐵，十幾分鐘也可到達，而搭上地鐵便可去到北京各個名勝景點，像是紫禁城、雍和宮、圓明園、頤和園……，所以我會建議，在北京交換時，可直接買一卡通，會方便許多。

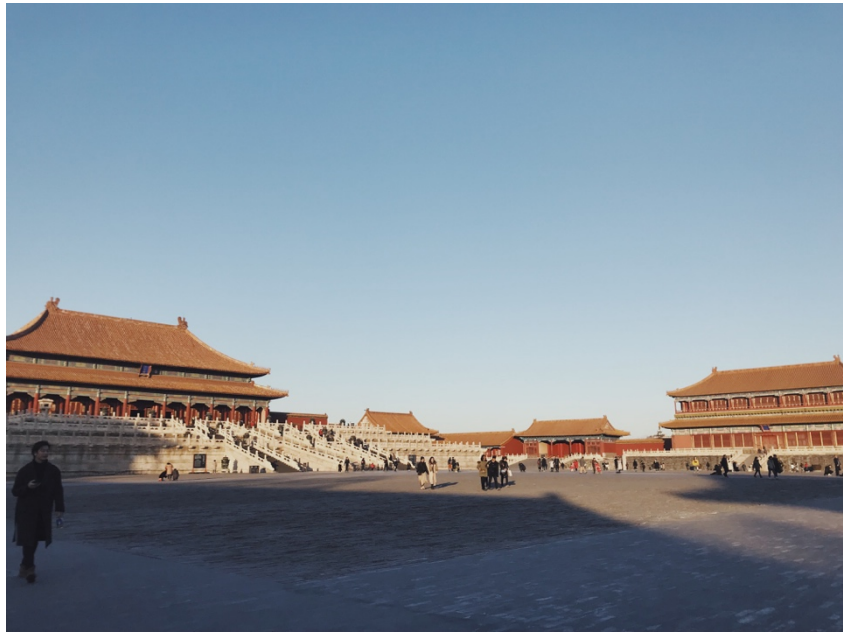
滴滴車在北京也相當方便，但因為剛到北京的時候發生了滴滴車相關事件以及室友在搭乘時被訛，除非不得已，否則都直接搭乘地鐵，但依然不可否認其便利性，尤其可以直接用手機進行叫車。

六、 旅遊

最不能忘的大概就是與室友一同去探索北京這個古都，因為交通的便捷性，去到了以往只

能在書上看到的各式景點，感受到了與台灣完全不同的氛圍，更讚嘆於這塊土地之大，也趁著連假去到了上海，即使在同一塊陸地上，卻呈現出不同的風土民情、不同的生活型態。更遑論在不同的季節下，北京又給我們看到完全不一樣的景色。







簡而言之，這次的交換，給了我超出想像的收穫。結識了一群有趣、又處處照顧我的室友，更學會了獨立以及解決事情的方法，不再像以前那麼被動，更重要的是開闊了自我的視野，看到自己的不足，確定未來的方向和目標，過程有歡笑有淚水，但更多的是學習和成長。