

# 臺師大鼓勵學生赴境外進修補助學生赴國外修習

## 返國後心得報告書

### 一、學生資料

填寫日 108/1/3

獲補助出國年度： 107 學年 第一學期	
中文姓名： 吳奕嬋	英文姓名（姓，名）： WU, YI-CHAN
臺師大就讀科系所、年級： 國文系四年級	臺師大學號： 40420206L
修習國家： 中國	
修習校名： 北京師範大學	
修習學院： 藝術與傳媒學院	
修習科系： 美術系	
修習期間： 107 年 9 月 ~ 108 年 1 月	
護照入出境時間：	
出境： 2018 年 8 月 31 日	<input type="checkbox"/> 使用自動通關
入境： 2019 年 1 月 16 日	<input type="checkbox"/> 使用自動通關

## 二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	研修學季/期
電影概論	任盛妹	2	秋季
成長小說研究	張國龍	2	秋季
白描	韓慧榮	3	秋季
中國民間美術研究	韓慧榮	2	秋季

(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）

我這屆交換生剛好是最後一屆直接分發，不像 107-2 之後的同學，可以依據自己的交換排名，再重新排定符合自己成績排名的交換學校；交換申請的規則變動有好有壞，像我的第一志願是清華大學，後來因為排名關係，來到了第二志願—北京師範大學。看過之前學長姐們的交換心得，個人覺得他們對北師大的評語太過含蓄，以下向大家詳細說明行前準備、我在這間學校所遇到的問題、學校的處理方式以及日常生活：

#### 1. 機票

大約六月底的時候，對方學校就會開始寄發電子檔的入學通知書，上面會規定學生必須在一定的期間內報到，因此當初收到時，我就直接買好華航的學生來回機票（回程時間可先預估為學期的第十八週，然後再多預留幾天時間），買學生機票的好處是託運行李限重三十公斤（一般是二十公斤），這樣回來的時候比較不會怕超重。

當初購買機票時，華航有要求要看國際學生證（注意：在台灣的學生證跟交換學校的入取通知書一律不接受），所以只能乖乖花四百元去辦啦~但這張學生證效用不大，當初在桃機報到時，根本沒檢查，到中國後根本也不會有機會用到，因此只能說是花錢買心安。

#### 2. 行李準備

北京因為緯度較高，因此冬天也來的特別早，我在攜帶行李方面，以「帶必需性消耗品過去，帶戰利品回來」的理念在整理行李。夏季衣服我只帶四至五套（下半身穿著多以長褲代替，這樣冬天也能繼續穿），冬季的衣服也差不多，因為十一月還有雙十一，所以很多衣服可以等到那個時候再買。此外，我有自己習慣使用的盥洗用品，因此洗髮精、沐浴乳，甚至是保養用品都自行攜帶；建議可以先估計好一個學期的用量，屆時學期結束都可以直接丟掉，行李箱空下來的位置可以放淘寶買來的戰利品~

#### 3. 電話卡、銀行卡

一到學校辦完入學手續後，最重要的當然是電話卡跟銀行卡！特別要注意的是，中國所有的支付程式等都需要綁定電話卡，因此必須先辦完電話卡，而後才能去辦理銀行卡。電話卡的話推薦選擇「200 打一年」的方案，聯通跟移動都有推出，我是買移動的，後來跟其他同學比較後，二者有些微差異：移動的網路訊號超好，在內蒙古跟青海地區（無人區）都還能收到訊號，聯通的訊號就比較差，有時甚至是無訊號；在手機直接播打電話方面，則是聯通較佳，移動會出現 E 或 G 等訊號，因此選擇哪一家就見

仁見智囉~

至於銀行卡，推薦中國工商，據點多，辦手續也非常方便快捷，往地鐵積水潭方向直走就能看到。

#### 4. 宿舍

其實在中國交換一學期大約花費 20000RMB 就能活得好好的了，但在此要鎮重提醒想來這裡交換的同學，這裡的住宿費真的超級坑(只能怪我當初沒查清楚就把北師大放入第二志願)!學校會統一將交換生集中於勵耘學院，住宿費一天是 85RMB；兩個人住一間(有各自的小房間)，附獨立衛浴，每天都會有阿姨來收垃圾，一學期下來大概 10900RMB，因此想來北師大的同學需要多注意。當初我在辦理報到時有詢問能否換到一天四十或六十元的宿舍，但櫃台人員表示換舍需要排隊等候補，後來我才知道，如果換舍成功，那你原先住宿的房租就會變成短租價格(一天 120RMB)，所以只能含淚住下去了。

另外，在勵耘學院的所有住宿生中，韓國學生的比例高達約八成，以前看韓劇的時候對韓國人充滿無限美好的想像，但實際相處後才驚覺是噩夢一場!我的隔壁就住了一個韓國男生，每天講電話的聲音超大(其他韓國人也是，他們時常在深夜期間聚集於各樓層中庭喝酒，或是在走廊上奔跑喧嘩)，此外，他還會在宿舍內偷抽菸；由於宿舍內的冷暖氣管線是相通的，所以我從入住的那天起便時常和他共享二手菸味，我們屢次向學校反映都無效，最後在一氣之下向微信公眾號「無菸北京」檢舉後，才有一點效果(剛好接近學期末，隔壁的也退房了)。

#### 5. 選課

通常等到交換學校發入學通知時，已經過了學校的選課階段，所以只能等到開學後，再拿選課清單到各院系去請該系所的教務老師把你加到修課名單內。在此要抱怨一下文學院的教務老師，態度真的很差!當初成長小說研究已額滿，但交換生有修課特權，且我也獲得了老師的同意，但文學院的教務老師就是不肯把我加進選課名單內，甚至還在我面前丟筆!後來在幾番纏鬥之下才成功選到課。相較於文學院的教務老師，藝術學院的曹東竹老師就很和善，還會耐心回答各種選課上的疑問，因此想遇到好一點的教務老師，就得看個人運氣。

#### 6. 上課

選完課當然就得去上課囉!北師大的學生跟台師大比起來，多了許多，因此一堂課所容納的學生都是以「百」為單位，學生人數增加，教師的上課模式只能以單一講述的模式進行，再有趣的內容在我眼裡也變得索

然無趣，反而懷念起分組！

另外，我這次也選修了美術系的專業課程，白描(系必修)跟中國民間美術研究(系選修)一樣，都屬於短時間、高密度的課程。也就是說，在四週及兩週內，每個禮拜的四、五必需全天待在畫室畫圖、創作作品，雖然修課時間不長，但在課程結束後，會有滿滿的收穫，畢竟在上課那幾週平假日都不能出去玩，只能待在宿舍畫作業嘛。

既然提起上課，那當然也要介紹一下圖書館！這裡的藏書與台師大相比之下，多了許多，但限制也變多：四至六樓的書只能館內閱覽，所以懶得去圖書館的話，直接上淘寶或噹噹購買也是一個好選擇，這裡的書的價格很低，低到會讓人懷疑到底是不是正版的。另外，還要提醒大家，秋季交換生若要借書，借閱權限最多只到十月。記得約莫十一月中，我要去圖書館借閱論文參考書，當時使用了自動借閱與人工借閱，都無法成功借書；後來經圖書館人員查詢之下發現，若在十一月中借書，歸還期限是隔年三月，但交換生只能待到一月，所以無法借書。相信所有得知這件事的人都會非常傻眼！竟然會發生這麼誇張的事情！

## 7. 國際事務處&兩岸青協

在暑假尾聲，國際事務處會配給每個交換生一位學伴，但相信我，與其相信學伴，不如相信自己！我的學伴在互加微信後就開始問我政治問題，讓我覺得不是很舒服；事實上，學伴其實沒什麼功用，你問的問題他們不見得會知道，所以才要強調「相信學伴，不如相信自己」。

至於國際事務處也沒什麼用處，開學第一天國際事務處有召開交換生會議，當時負責的高仁君老師要求我們有問題就在群組裡發問，盡量不要去辦公室詢問；後來在選課期間、期中至期末即將離開階段，其他同學陸續都有各個問題，結果高老師卻消失了！在接近期末考時才又再度在群組告知大家，負責港澳台的老師有人事變動，要我們日後有問題去向其他老師詢問。除了國際事務處的老師上演「消失的密室」外，國情考察事件也很誇張。我在暑假的時候就有問過學伴，學校會不會為交換生舉辦國情考察的活動(之前去中國其他學校交換的同學都說有舉辦)，當初他說沒有、學校方面也沒有任何通知，因此大家都認為學校不會舉辦，一樣到了期末考週，國際事務處負責國情考察的老師才忽然告知大家有這項活動！消息一發佈，眾交換生一片怨言，有些人早已訂好回國機票，還有一部分人(例如我)已事先規劃好期末後的出遊計畫，根本不可能參加；個人認為，這種事應該要在期初就先告知，讓大家能提前做好安排，而不是等到期末再來爆雷，讓大家都措手不及、失去免費旅遊的機會(後來大家都覺得這是學校的陰謀，因為未滿二十人就無法成團，學校也可以省下一筆錢)。

## 8. 吃

學校裡面有高達十多個食堂，但每個食堂的價位都不太一樣，如果懶得走路的話，宿舍旁邊的留學生食堂會是個好選擇，但價位偏高；如果願意多走幾步路，推薦教工食堂，便宜又好吃(學五也很便宜，但環境很陰暗，所以沒去嘗試過)；想要吃點西北味，推薦西北餐廳!西北以自助餐為主，三樓還有包廂合菜區，雖然價位有點高，但真的很好吃!新樂群也不錯，麻辣香鍋跟烤魚便宜又好吃，可以約幾個朋友一起當分母，會更便宜~

## 9. 行

建議到達機場後，立刻去辦一張北京一卡通，押金 20RMB，期末回國時可以在機場退還，通常公車一趟只要 1RMB，地鐵比較貴，大約 3RMB 起跳；想樣在北京生存下去，就得辦一張一卡通，還有摩拜、OFO 小黃車，才不會走路走到腿軟。

總而言之，交換期間真的會讓你瞬間轉大人，在離開自己熟悉的地方後，你必須學會如何快速適應陌生的環境，還有處理生活中瑣碎的事情；另外，我覺得北師大雖然在 QS 排名方面還算不錯，但實際上卻發生很多誇張、刷新我的三觀的事件，因此建議很想到北京交換的學弟妹們，可以考慮去北京市其它大學交換(北京市超級多大學，光是學院南路上就有三間吧)，住宿費也比較便宜；若真的很想上北師大的課，用旁聽的就行了!學校老師其實滿歡迎旁聽生，只要事先告知就可以了~希望看到這裡的同學能再考慮，也希望之後來這裡交換的學弟妹們不要在遇到跟我們類似的事件了!

#### 四、照片（如有，請提供）

內蒙古 烏蘭布統



青海大環線



## 五、影音電子檔（如有，請提供）

### 1. 交換日記【新生博覽會】

<https://www.youtube.com/watch?v=ADZW61E1sU4&t=5s>

### 2. 交換日記【宿舍篇】

<https://www.youtube.com/watch?v=s0f1mleralk&t=2s>

### 3. 交換日記【中秋烏蘭布統三日遊】

<https://www.youtube.com/watch?v=KDJLR0p0dkM&feature=youtu.be>

### 4. 交換日記【十一青海之旅】

<https://www.youtube.com/watch?v=ud0YxLHxosw>

## 六、其他