

國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期2022/3/7

英文姓名(姓, 名): Chao, Tien 趙恬	臺師大就讀科系所、年級: 歷史系111級、大四
修習國家: 中國大陸	
修習校名: 北京師範大學	
修習學院: 歷史學院	
修習科系: 歷史學系	
赴外學期別: 110學年(民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 110年9月~111年1月	

二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
中國古代史(上)	羅新慧	3.0	2021-2022 學年
中國近代史	賈琳、湛曉白	3.0	秋季學期
白壽彝與20世紀中國史學	朱露川	2.0	秋季學期

(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）

2022年秋季學期，我到北京師範大學進行為時一學期的交換。在疫情期間，有關核酸檢測、機場動向與集中檢疫等資訊十分複雜，好在北師大的聯繫人方老師有建立一個港澳台交換生的微信群組，我在群組中與其他兩位台灣交換生結伴，彼此分享資訊並約好一同出發。由於疫情，飛抵北京的旅客都需隔離21天加7天自主管理，於是我和伙伴們訂了提前於開學一個月的機票，在7月27日從桃園機場出發北京。

抵達北京首都機場，機場的動線規劃得很清楚，一旁的地勤人員也會提供幫助。手續包括核查台胞證、提供聯繫方式、採集核酸等；建議先備好一個大陸的手機號，在入境時會比較順利。辦完機場手續，旅客們統一登上防疫巴士，被送至指定的防疫旅館。北京的防疫旅館品質與價位略有參差，我被分配到北京密雲區的雲湖度假村，屬於價位偏高（21天共支付8640人民幣，自費14天，北京政府補助7天）但環境佳的集中觀察點。入住時就要付全款，建議備好一定數量的人民幣，但若有微信或支付寶會方便很多。集中隔離21天實際上加上前後兩天不算，總共是23天。期間醫護人員會來核酸檢測數次，檢測結果會顯示在微信小程序北京健康寶中，微信上的記錄就是憑證。集中觀察結束後，尚有7天自主管理。北師大有提供昌平校區作為學生的自主管理點，並提供免費食宿，但聽說不是每間學校都有提供。總之，我抵達北京師範大學北太平庄校區時，已經8月底了。

抵達學校，入住在留學生住的新松公寓，為雙人房。新松公寓是北師大中配置較好的宿舍，但也比較貴，一學期住宿費為8645人民幣。到校本部後，還要趕緊去辦理銀行卡與手機號，並開通微信支付，因為現在在中國大陸很少用到現金，甚至有的店家排斥收。因此辦理手機支付是非常必要的，同時也讓生活方便許多。只要帶手機出門，基本上可以辦好所有事；如公車、地鐵都是掃碼上車，餐廳、便利超商等也都是掃碼付費。除了付錢需要用到手機，北京在疫情期間到公共場所需要掃健康寶，類似台灣的實聯制，所以如果沒有帶手機出門很可能哪裡也去不了。

北師大在九月初開學，我就讀於歷史學院。本學期我選了三門課：中國古

代史、中國近代史以及白壽彝與20世紀中國史學。北師大歷史學院在先秦史方向很有名，因此我旁聽了一門商周金文研讀課程。透過此門課，除了認識數種商周青銅器形制，還學習了金文釋讀；學習了平時比較難有機會接觸了領域。中國古代史課程是由羅新慧老師授課，老師很注重和學生互動，會在上課時指定同學翻譯古文，或提出問題要同學思考等。由於老師是先秦史專業，所以對於新石器時代及夏、商、周三代的考古與歷史講述了非常詳細，大約花了十周的時間授課；而秦在20分鐘內就滅亡了。課堂中有一周羅老師還請了已七十多歲的晁福林老師為大家講授春秋史，很榮幸能在交換期間接受晁老師的教導。北師大的古代史課程十分注重對於中華民族多元一體的形成及大一統起源等議題的探討，這是台灣的歷史教學中較不會關注的主題。中國近代史的湛曉白老師會綜述各個近代史專題在中國現代以來的學界研究成果與評判趨向，使我了解了在大陸過去幾十年來對於太平天國、義和團等的歷史是如何詮釋與評價。白壽彝與20世紀中國史學此課程則讓我接觸到中國現代史學發展中的多位重要史家，特別是20世紀的中國馬克思主義史學家。在交換的過程中，使我感受到了兩岸歷史課程在史觀與教學上的異同。

至於在北師大的日常生活，一般支出偏低，在食堂吃一餐大約十幾塊人民幣，不到新台幣五十元就可以吃飽。叫外賣比較貴一點，但選擇很多樣。課餘時間可以和同學、朋友去北京市各大名勝古蹟走走，但疫情期間不太能出京遊玩。我在交換期間去了天安門、北海公園、景山及天壇等，也和朋友們品嚐了北京烤鴨、涮羊肉等特色料理。北京大約在10月就會逐漸轉冷，羽絨衣是一定要準備的，當然也可以在雙十一的時候下單，我就是這麼做。交換期間我很幸運地觀賞到人生中第一場雪，夜晚的大雪紛飛與翌日早晨白雪覆蓋校園的景色，令人難忘。在北師大我也認識了很多新朋友，有在課堂上認識的，也有在排球場上認識的，也和交換生們彼此熟悉。大家都很友善，交換結束後仍和數位保持著聯絡。

北師大一共上十七周，最後兩周是期末考周。我這學期上的課都是期中報告加期末考試的形態。1月15日是寒假開始日，我也在這天和台灣的夥伴們一起搭飛機回到台灣並再行14天的隔離。此次為期半年的北師大交換之旅，也在此告一段落，留下了新奇、充實且溫暖的回憶。

四、照片（如有，請提供）



學期初港澳台交換生在北師大主樓合影



在北師大歷史學院會議室聽講座



中國古代史課堂上晁福林老師講課



冬天和北師大歷史學院的朋友吃涮肉



北京的初雪覆蓋北師大校園



周末和港澳台交換生夥伴們去天壇



返台前最後一晚和北師大門牌合影

五、影音檔（如有，請提供連結）

無

六、其他

無