

國立臺灣師範大學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

填寫日期：2025/08/20

獲補助出國年度：學年 第一/二學期	
中文姓名：夏意惠	英文姓名(姓, 名): HSIA IHUI
臺師大就讀科系所、年級： 設計學系 碩二	臺師大學號： 61068033t
修習國家：中國	
修習校名：中央美院	
修習學院：設計學院	
修習科系：設計學系	
修習期間：2025 年 02 月 24 日～2025 年 06 月 30 日	
護照入出境時間： 出境：2025 年 02 月 21 日 <input checked="" type="checkbox"/> 使用自動通關 入境：2025 年 07 月 21 日 <input checked="" 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
元数据：物质世界的批判性平面设计	何君/刘治治/吴勇		2025 年第二 三学期
金属工作坊	李沐阳		2025 年第二 三学期
北京博物研学	牛牧菁		2025 年第二 三学期

（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）

這次交換生活在日常適應上相對順利，因為我過去曾在中國生活過，對文化環境並不陌生。然而，住宿問題仍是我遇到的主要挑戰之一。由於中央美院並未為台灣交換生安排校內宿舍，因此我需要自行尋找校外房源。

在過程中我也了解到，部分其他國家的交換學生可以選擇入住校內宿舍，這讓我意識到不同地區學生在住宿資源上的差異。雖然最後我順利找到合適的住處，但在初期確實花費了不少時間與精力。若能統一提供住宿資源，對交換生在初來乍到時的安置會更為便利，也能讓大家更快進入穩定的學習狀態。

生活開銷：

住宿是此次交換中最大的支出之一。由於沒有校內宿舍可供選擇，只能選擇外宿，每月費用較高，且需要額外支付押金、水電與網路等費用。相比之下，部分交換生若能入住校內宿舍，則能相對減輕這方面的壓力。

- 住宿費：校外住宿每月約 2700 人民幣，整學期五個月合計約 1.35 萬人民幣。
- 餐飲費：每日三餐，每月約 1500－2000 人民幣，整學期約 8000－1 萬人民幣。
- 交通費：以地鐵與公車為主，每月約 300－400 人民幣，整學期約 2000 人民幣。
- 學習材料費：金屬工作坊需要的材料、課程產出書籍、印刷、參訪門票等，約 2000－3000 人民幣。
- 其他生活開銷：日用品、水電網路、社交娛樂，約 4000 人民幣。

學術方面：

1. 元數據：物質世界的批判性平面設計

這門課程的重點在於「建立個人的資料庫」，而非僅僅完成單一作品。首先我們需要從廣泛的領域蒐集案例，範圍不限於設計，還涵蓋文學、書籍、電影、藝術評論等。這樣的要求突破了我過去對設計課程的既定印象，也迫使我去思考如何跨領域地整合知識。

隨著案例逐漸累積，我開始學習如何歸納、分類與標註，將零散的素材轉化為有結構的資料庫。這個過程考驗的不只是蒐集資訊的能力，更在於能否透過編輯與再敘事，讓這些資料呈現出新的觀點。最終的成果我選擇以「製作一本書」的形式呈現我所選擇的關鍵詞，這不僅是設計物件的完成，更是我思考與整理過程的體現。這門課程啟發我將設計視為一種「知識編輯」的行為，而不只是單純的視覺美學操作。

2. 金屬工作坊

金屬工作坊屬於高度實作導向的課程。從切割、焊接到打磨拋光，每一個步驟都需要專注與反覆練習。相較於數位設計，金屬工藝具有重量與材質的限制，任何一點操作失誤都會直接影響成品。

在學習過程中，我經歷了不少挫折。例如焊接時若掌握不好火候，接合處容易鬆脫；又或是打磨時，表面質感難以達到理想效果。但也正是這些嘗試與失敗，讓我更加理解工藝的價值：它需要耐心、技巧，並且要求對材料保持謙卑的態度。完成作品時所獲得的成就感，也讓我重新體會到「親手製作」的意義。

3. 北京博物研學

這門課程的特色在於走出課室，透過實地參訪北京的多座博物館與專題講座，直接從館藏與研究內容中獲取知識。北京作為歷史悠久的城市，博物館資源十分豐富，涵蓋自然科學、人文歷史與專業領域。

在課程安排中，我們參訪了北京自然博物館、北京動物園、國家植物園與自然博物館等場館。這些參訪讓我能夠近距離觀察珍貴的動植物標本與地質礦石，對自然科學與生態多樣性有了更直觀的理解。除了館院的參訪之外，我也參加了王西敏教授的講座與何長歡老師的分享，透過專家的視角深入了解相關研究的最新動態與思考方法。

這門課程讓我在短時間內接觸到跨領域的學術資源，透過「實地觀察」與「專業講解」累積知識與學術視野拓展了對自然與文化的理解。

在課堂之外，央美的國際事務處也特別安排了交流活動，舉辦「春遊長城」活動，兩天一夜的行程全程免費，提供給來自不同國家的交換學生參與。這不僅讓我有機會造訪世界知名的文化遺產，也能與來自各地的同學進一步交流。這段經驗不僅豐富了我的留學生活，也加深了我對中國歷史文化的體驗。

總結：

整體而言，這段交換學習不僅豐富了我的專業知識，也深化了我對生活與文化的理解。

在學術上，三門課程分別帶來不同的啟發：從建立資料庫的知識整理能力，到手工工藝的實踐精神，再到博物館研學的文化觀察。

在生活上，我學會如何在陌生環境中快速適應，並以開放態度面對文化差異。

在財務上，我更加理解交換並非單純的學習經驗，而是一項需要全盤規劃的生活投資。

另一方面，在課程安排上，我體會到與台灣截然不同的模式。一門課程往往一週上三天，每天三小時，學習節奏十分緊湊。這種安排雖然能讓學生在短時間內深入專注於課題，但同時也壓縮了整理與消化知識的時間。此外，央美的選課制度是「一個半月才正式確定課程」，相較於台灣開學初期即完成選課的方式，更具彈性，但也會在前期帶來不確定感，需要學生更快適應並調整學習進度。

對我而言，這樣的制度既是一種挑戰，也是一種磨練，使我不得不更加重視效率與時間管理。這次交換不僅帶給我知識與文化的累積，更讓我在時間調配與壓力調適上獲得實際的訓練。這段經歷無疑將成為我學術與人生道路上的重要養分。這段經歷讓我更加成熟，也為未來的研究與生活提供了寶貴的養分。相信這份跨文化、跨領域的學習經驗，將持續影響我日後的學術道路與人生選擇。

四、照片（如有，請提供）



-與校門合照



-金屬工作坊與同學合照



-設計系樓



-黃花城水長城 春遊

