

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

填寫日期：2019.07.15

獲補助出國年度： 107 學年 第二學期	
中文姓名： 蔡欣恬	英文姓名（姓，名）： TSAI, HSIN-TIEN
臺師大就讀科系所、年級： 社會教育學系 四年級	臺師大學號： 40402012E
修習國家： 中國	
修習校名： 華東師範大學	
修習學院： 經濟與管理學部 工商管理學院	
修習科系： 會展經濟與管理	
修習期間： 2019 年 2 月 ~ 2019 年 6 月	
護照入出境時間： 出境： 2019 年 2 月 16 日 入境： 2019 年 6 月 28 日	

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
繪本與中西圖像文化 Picture Books: An Understanding of Chinese and Western Image Culture	陳靜	2	107-2
美學 Aesthetics	劉陽	2	107-2
商業展覽會管理 Exhibition Management	吳楊	2	107-2

(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）

我在華師大總共選修了三門課程，美學、繪本與中西圖像文化、商業展覽會管理；並又旁聽了另外三門課程，電影理論概論、外國文學經典、拳擊。

「美學」是中文系必修，緒論先從「人終有一死」，帶到存在主義，再探討存在必然伴隨語言，最後是藝術與審美。這堂課並非只是抽象的哲學及理論，更把繪畫、音樂、電影等各項藝術及各流派的代表作品，都一併納進課堂的教材，帶領我們去感受美。期中要交一篇評論性文章，期末則是閉卷考試。

「繪本與中西圖像文化」也是很有趣的課，老師每堂課都會在教室座位第一排擺滿跟該堂主題相關的繪本，讓學生下課能去翻閱。繪本的特殊性之一是必然結合「朗誦」，我們在課堂探討關於聽覺、視覺、意識間的交互作用，文化、符號跟圖像的操作。更接觸到了一個我首次聽說的名詞「複演說」，有學者提出，某些先驗的特質或觀念，會透過基因達到生物遺傳，進而被保留下來；例如孩童的堅韌、純真、以自我為中心、萬物皆有靈等。

「商業展覽會管理」是會展系的必修，英文教材上課、英文作答考試，每人期中還要交一份完整的展覽計劃書；老師在第一堂課時說，上學期有很多人連題目都看不懂被當掉。能來到這裡交換畢竟是個難得的經驗，所以即便很有挑戰性還是決定修習。在課堂中學到，一場商業展覽從構思、企劃、行銷、執行、評估檢測，到異業合作等等，整個大產業的每個環節都是一門學問。

「電影理論概論」是傳播學院必修。老師在首堂課就一口氣提了幾十個經典電影、導演、名詞，我都不太熟，但在場其他同學看似都很有共鳴。每次課前要至少看一部電影跟讀一篇英文電影理論。我不想因為對中國電影圈的陌生而就這樣放棄，畢竟是個接觸專業知識的機會，便在徵得老師的同意後以旁聽的形式參與。

「外國文學經典」是文學院選修，有點像台師大的文學經典導讀系列課程，每週談不同的外國經典文學。在講《伊里亞德》的第一堂課裡，認識了荷馬史詩裡的環形結構，以及常在古典哲學聽說過的希臘精神“logos”。從古典作品，浪漫主義、現實主義的代表作到當代外國文壇的文本。除了一般性內容、背景知識、歷史淵源的介紹外，還有現代和後現代文藝和哲學理論。

「拳擊」課的老師其實人很好，主要是兩位助教在教學，這裡教的拳擊姿勢和標準都跟我在台師修到的不太一樣，可總歸一句都挺有趣的，而且我覺得自己需要

規律運動。

生活機能方面，因為我所在的閔行校區位於上海較郊區的位置，若想搭乘大眾交通運輸前往較熱鬧的市區，就需要一兩個小時的通勤時間。學校有校車可以通往市區，比自己走路跟轉地鐵要快得多；但週末的班次特別少。當初會選擇來上海交換，也是看中了這裡的藝文很發達除了想看展覽或參加活動等需求外，其實閔行校區對於滿足日常需求是很足夠的，餐館、蔬果行、電影院一應俱全。

生活在郊區的一大好處是，較不容易遇到霧霾的情況。剛開始看到還以為那只是凝結的過多水氣。直到點開百度地圖後，收到「霧霾嚴重，建議戴上口罩」的訊息，再點開天氣顯示頁面，發現唯有上海市一片灰。整個城市霧濛濛的，好幾次都以為是我眼鏡忘了擦。

宿舍寢室的配置跟台師大有點像，上床下桌。只不過是四人一間，兩兩頭尾相接，連在一起的兩張床其實是同塊木板，所以只要其中一人稍稍晃動，另一張床也會跟著感覺到搖晃。剛來的那幾晚，我常會在睡夢中突然驚醒，然後坐起來，以為地震來了，結果發現原來只是室友翻身。直到後來才想起上海根本不會有地震，我連在夢中都是帶著台灣標準的警覺。衛浴設備則是公共澡堂，熱水是按時間計費的。起先對於這些都還有些不習慣，後來也漸漸習慣跟適應了。

我原先是估了約兩萬五人民幣的生活費，但最後發現其實兩萬就很足夠了。雖說上海物價普遍較高，但平日三餐若都在學校食堂解決，其實能節省很大一筆開支，很多觀光景點的門票也能憑學生證半價。我的花費主要集中在看藝文展演的票價以及去外省市遊玩的交通費。抓緊不上課的空檔，我也趁機去了西安、南京、蘇州、黃州、新疆、內蒙古等地走訪，體驗不同的文化，感受當地的風俗民情。

最後，我認為在我交換生涯很重要的一個元素是人際連結，當地的學生、室友、課堂同學、同樣來自台灣的交換生等等都是。生活在全然陌生或甚至尚不舒適的環境，脫離舒適圈，當重新建立起在該地的人際連結時，也會更有力量及勇氣去克服挑戰，有人能陪伴及討論，不會一昧陷於焦慮或不安的泥淖中，。

四、照片（如有，請提供）

華東師範大學 宿舍及學校側門



上海 外灘



華東師範大學 宿舍桌椅及衣櫃



帕米爾高原 白沙湖

