

# 國立臺中教育大學赴姊妹校交換學生心得報告

107 年 7 月 4 日

姓名	楊宜寧	就 讀 系 所 及 年 級	語文教育學系 四年級
交換期間	自 2018 年 3 月 4 日 至 2018 年 6 月 20 日	交換學校名稱 及 地 點	中國長春 東北師範大學
學號	ALA103103	E - m a i l	annie6031415@gmail.com

## 心 得 報 告 內 容

### (一) 申請動機

因為大四下沒有必修學分，其他學分也都修完了，再加上前年參加夏令營去過東北師大，覺得那邊的環境還不錯，所以才想趁最後一學期去外面看看。

### (二) 在本校之申請流程

在學校申請的流程其實很簡單，只要把網站上要的資料備妥再交給國研處即可。

### (三) 交流學校特色、學期制度等

東北師大是一間師範體系的學校，所以很多課程跟系級其實都跟中教大很像，但不一樣的是東北師大還有很多非師範體系的專業，像傳媒、電子、商學院等，可以選擇的課程非常多，是一間綜合型大學。

而學期制度跟台灣一模一樣，一年兩學期，分春季跟秋季，只是那邊的暑假比較短，從七月中才開始放。

### (四) 出發前準備過程（如簽證護照、選課繳費、安排接機、申請宿舍等）

#### 簽證：

去大陸的簽證就是一張台胞證而已，找旅行社辦就可以了，價錢是 1500 台幣，這個不能自己辦，一定要找旅行社。

#### 選課繳費：

大陸那邊沒辦法預先選課，只能等到當地看這學期有開什麼課再選，。

#### 接機：

再去之前會有老師負責聯絡，只要提前跟老師說時間學校會安排接機。

#### 申請宿舍：

報名表裡有一個可以選擇單人宿舍還是雙人宿舍的選項，基本上勾好以後到當地老師會直接帶你入住。東北師大基本上交換生都住留學生公寓，單人間一天 32 人民幣，雙人是 50 一天。

### (五) 抵達後過程（如報到、選課、安頓生活所需等）

抵達後學校會安排人來接機，從機場到學校大約是一小時，到學校後第一件事就是去安排入住宿舍，辦理入住的時候要先繳交房費，可以一次繳清也可以先繳一部份，但只收現金。東西放進宿舍後就是採買生活用品跟辦電話、銀行卡等等，基本上這些事可以請接機的學伴

一起去，但因為我比其他台灣去的交換生晚兩天到，所以這些事是另外一個台灣人帶我去辦的，營行卡跟電話都用台胞證就可以辦，跟他說一下事來讀書的就好。生活用品可以在學校的超市採買也可以到學校附近的桂林路上的大超市，東西都很便宜所以生活用品的部分真的可以不用從台灣帶（除了洗髮精，因為大陸那邊進口的很貴）。

通常老師會通知在開學前一兩天到，所以安頓好生活部分後開學當天才去報到，第一天要先去國際處，那裏會有負責的老師帶我們辦學生卡跟一些學校的東西，之後就是去申請交換的系所報到，到那邊找系辦負責人跟他說是交換生就可以了，他會給課表跟說一注意事項。再來就是最重要的選課了，因為交換生沒有納入選課系統，所以只能口頭跟老師說你這學期要來上課，學期末再跟老師要成績，然後如果有想修其他專業的課的話，只能自己去該系的辦公室要課表，再自己去教室跟老師你要來上課，選完課之後呢就是乖乖去上課，然後跟負責老師說一下你選了什麼課就好。

#### （六）上課情形簡述及注意事項

上課的情形大致上跟台灣一樣，比較不一樣的是他們的大班課比較多，像漢語專業的課都是一百人起跳，而且基本上沒有期中考，都是期末考或期末交論文，而小班課就會有課堂作業跟報告。

#### （七）當地環境簡述及注意事項

環境最大的特點就是冬天真的非常非常冷，我剛到的時候是三月初，一下飛機機場外的氣溫是負十八度，但可能是因為乾燥的關係穿上長版羽絨衣之後，覺得還可以忍受，大部分時候天氣都像台北霸王寒流來的時候一樣，但東北那邊室內都有暖氣，非常溫暖，在宿舍可以穿短袖短褲的程度，所以基本上準備一件厚外套跟內搭的發熱衣之類的就沒問題，外套建議可以先在台灣買好帶去，因為那邊實體店面賣得比較貴，網路買的話因為吉林太遠要等三天左右。

而長春的春天就是風很大，非常大，大概到四月中之後氣溫就會到14度到20度左右，不冷不熱很剛好，而夏天最高溫差不多30度，晚上跟早上都是涼爽的，不會像台灣這樣悶熱。

飲食方面，我覺得大部分的東西都有點油又有點鹹，還有辣，剛開始很難適應但後來就習慣了，如果腸胃不好的人要多帶一些胃藥。

再來簡述一下宿舍環境，留學生公寓無疑是全校最高級的宿舍，有獨立衛浴還有空調跟公用廚房、冰箱，洗衣機洗一次是3.5人民幣，用電量是一個月100度，超過要多付錢，剛入住的時候裡面有付棉被跟枕頭，只需準備床單與被單即可，門禁時間是晚上10:30（但只是簡單上鐵鍊，還是很多外國人會跑出去）。

最後是交通部分，東北師大的交通算方便，大門口旁邊就有地鐵站，宿舍外面的馬路也有公交（公車）站，離長春火車站很近，而大陸那邊計程車也非常便宜，起步價只要6塊人民幣，去大約20分鐘車程的地方，也不會超過30人民幣，所以在大陸打車是一個很方便的選擇。

#### （八）總體心得

我覺得這一趟對我來說比較像一段很長的旅行，因為不缺學分所以我都選自己喜歡的課上，比較沒有課業上的壓力所以過得很愉快。

最難得的經驗就是去了很多地方玩，有哈爾濱、內蒙古、大連、瀋陽、北京、延吉，每

個地方都有自己的特色，而且都在北方所以花費不高，如果真的到了東北很建議東北三省跟內蒙都要出去玩一玩。

另外我也在這裡結交了很多朋友，他們來自世界各地，有馬來西亞、日本、韓國，當然也有大陸本地人，我覺得這也是很珍貴的收穫。

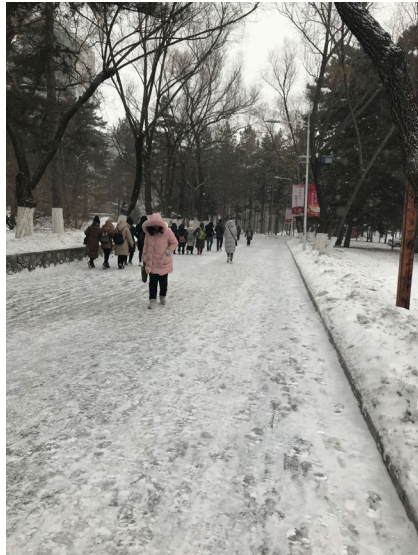
而心態上也有一定的成長，就算語言相通但畢竟還是一個人異地，所以還是有很多要自己面對的問題，不論生活上還是學習上，對我來說是一個成長的契機，因為不再有同學、父母給我靠，只能靠自己。

最後我想推薦一下東北師範大學，我覺得那邊的負責老師真的對我們很好，會請我們吃飯還會讓我們出去玩，很多大大小小的問題也都不厭其煩地幫我們解決，再加上東北師大對交換生跟台灣人也非常友善，宿舍環境也很好，所以如果有考慮要去北方的學校交換，真的推薦東北師大。

#### (九) 生活照片二~五張



宿舍單人間



下過雪的學校（地上超滑的）



宿舍樓外觀（一共 20 層）



學校食堂



學校春天的時候會開很多花，很美



食堂基本菜的菜色（這樣不到 10 塊人民幣）



學校門口的地鐵站（因為長春的地鐵是去年新蓋的，所以很乾淨）

備註：

- 一、心得報告內容請依上列項目簡要敘述，表格大小可自由調整。
- 二、心得報告檔名以『系級+姓名』存成 doc 檔， email 至 [ics@gm.ntcu.edu.tw](mailto:ics@gm.ntcu.edu.tw)，俾利上網刊載。
- 三、返國後，請於二週內繳交心得報告，以免影響校內經費補助。