

國立中山大學出國交換/研修(含寒暑期課程)/獎助學生返國報告書

學校簡介

復旦位於上海楊浦區，學校算是自成一區，沒有很靠近市區但周邊有一圈足夠日常所需的五角場區域。在中國算是排名前三的學校，主要以人文領域起家（對比清華和北大）。在上海有分成幾個校區，基本上最大宗的學生會在本部（邯鄲校區），除非是理工或醫科相關才會在其他的。

國外研修之課程學習（課內），另外推薦受益最多/最喜歡的課程

1. 產品創新管理：許多案例、專題和報告的機會（適合還沒有職場實作經驗的夥伴）
2. 社會創新與設計思維：有實際與外部的組織合作到case（適合已經有些實作經驗的夥伴）

主要就修兩門課，一門是社科學院，一門是管理學院。整體而言，很喜歡他們的課程都有許多case study的氛圍，因為透過case study也可以學習到不同理論，並且能夠透過這個去快速理解理論的差異之處。由於我選的課都是有project，所以大多都會分成小組的形式，會有很大的機會去實際接觸到陸生。

國外研修之生活學習（課外）

由於是疫情期間，因此沒有到很多地方旅遊，大多還是在上海城市和周邊生活。不過，上海有許多地方可以逛逛，選項也算是很多得了。此外，上海很適合喜歡各種夜間活動或是展覽的同學，加入展覽群組什麼的就會有很多相關資訊。假日和平日晚上也都很適合去參加！

另外，可以去踩點餐廳！由於上海會吸引各種國家的人聚集，因此會有很多異國料理和餐廳，也可以去探點。當然，還是要推一下復旦的北區食堂，去年翻新後還是很推的（不管是環境還是菜品）

交換/研修之具體效益

1. 體驗到不同科系的課程
2. 結交上海職場前輩
3. 實習機會

海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？

最大的困境是實習機會對比前年已經不容易爭取了。當時有機會面試支付寶和tiktok團隊，但是因為沒有很直接名稱的相關經歷，因此對比本土學生的同儕經歷會很沒有優勢。後來，是沒有選擇原本設定的職缺，選擇一個相關的，加上有長輩推薦（內推）面試後，就成功爭取到機會了。

最大的啟發大概是現在台灣學生在中國職場上的優勢並不如以前多，因此非常推薦考慮過要到中國工作的夥伴到這邊交換看看，一方面是認識這邊的同儕，另外一方面就是先體驗一下職場環境。確認是否適合自己的調性，也有聽說過很多覺得很不適應的！

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

主要遇到的文化衝擊就是與陸生的日常笑點或是在乎的議題會非常不同。另外，因為整體學業競爭激烈，因此會有比起台灣學業上更多的壓力。儘管交流生比較沒GPA壓力（學分不見得可以算），但是同儕還是會彼此影響。

應對的方式就是去觀察到這個情況後並理解。在用語或議題上，我會常常關注這邊的公眾號或是直接問問當地的朋友，小到用語的差異，大到價值觀。若有時間或意願的人，也可以下載中國的社交平台（weibo和小紅書等等），最快的了解近期的熱點新聞或消息。當然，最快的就是用問的。

至於同儕之間的學業壓力，大多是自己消化，可以先做好心理準備。建議每一堂課前做好所有準備，因為課堂上很容易會討論或是舉手回答累計小組分數。因此，如果先做好完全的功課準備就能夠比較自然和無壓力的面對這些。同時，這邊目前越來越嚴重的「內卷」文化也是因人而異的選擇，因此可以找更適合自己價值觀或學業關的夥伴相處，會輕鬆和自然許多。

海外生活歷練是否為您人生帶來不一樣的改變或者個人特質上的轉變，最大的成長是什麼？

最大的成長就是在本土職場實習，對比以前在北京是在外商實習還是很不同的。在實習過程中，剛好有機會接觸到很多品牌方的商業問題，也讓我透過職場環景更真實和更現實的了解到中國市場的大小事。這一點是學校內也無法補足的，畢竟學校老師整體還是偏理論和書本上case居多。如果沒有機會找到實習，也可以選擇校內有project的課程，這個也會有機會去接觸到企業或是校外組織。

特質上的轉變就是變的更加敢為自己爭取也變得比較「狼性」（笑。由於這邊有許多課程都要發表自己的意見，甚至發表太短大家會很意外，因此要讓自己時常準備好回答或是challenge他人。在工作上的開放和多元環境也讓我有機會去勇敢發表自己的想法，這一點挺不錯的。

感言及心得感想

整體感言覺得很不錯，畢竟能在疫情的情況下順利完成一學期還是很幸運的！

不過，要特別注意疫情的狀況，以及準備好足夠的口罩！基本上在校園內因為會控管外校人士，因此不太會有危險。但凡出去到校外搭大眾運輸，就一定要戴口罩。上海整體來說的場景還算是很安全的，推薦給擔心但還是想來交換的夥伴！

