A. 學校簡介

清華大學位於北京海淀區的清華園，學校佔地非常大，環境結合了以前清代的皇家園林造景跟現代化的教學大樓。清華在理工、計算機和各類科技領域都是非常頂尖的學校，校園內的學術氣氛非常濃厚，走在路上常常可以看到同學們都在認真討論功課或專案，大家都很自律、很優秀，是一所能提供非常多資源和前沿技術學習的好學校。

B. 國外研修之課程學習（課內），推薦受益最多/最喜歡的課程

在清華這學期，我收穫最多、也最喜歡的課是「大模型驅動的軟件開發」。

這門課真的讓我學到了很多目前最新、最前沿的技術知識。但最吸引我、讓我收穫最大的，其實是老師在課堂上分享他自己對於「科技（AI）」這件事的看法，以及對未來整個技術發展趨勢的見解。每次聽完老師的課，都覺得很有啟發，甚至發現自己可以用完全不同的視角去思考事情與技術的應用。另外，這堂課是用個人專題報告的方式來呈現成果。在看大家報告的過程中，我觀摩到了很多同學非常厲害的創意、想法，還有他們在底層技術上的實現與架構組合，從同學們身上也學到了非常多寶貴的經驗。

C. 國外研修之生活學習（課外）

在課外生活方面，清華的地理位置很好，交通四通八達，去哪裡都很方便。

北京本身擁有很多資源，而且有逛不完的歷史古蹟，整個城市給人一種很穩重、很大氣的感覺。此外，因為很多大公司的總部都在北京，交換期間有了很多寶貴的企業參訪機會。去參訪時能近距離認識一家公司的真實運作，最棒的是，現場接待人員跟主管會跟我們介紹很多在網路上根本查不到的內部資訊和實務經驗，這對開拓眼界很有幫助。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

這趟交換下來，我覺得自己學到了幾個能力：

1. **學會快速找尋解決辦法**：遇到突發問題時不再手忙腳亂，能更冷靜迅速地找到對策。

2. **合理安排遊玩與學習的時間**：在課業和大作業繁重的情況下，學會把時間分配好，兼顧學業與出門探索。
3. **更勇於表達自己**：在優秀的同儕面前，更敢於舉手、說出自己的想法和觀點。
4. **提升與他人的溝通交流能力**：適應不同的團隊協作模式，學會更有效率地與不同背景的人對話。
5. **快速適應不同的教學風格**：訓練自己去適應不同學校、不同教授在講授知識時的邏輯與方式。

E. 海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題? 如是，請說明如何解決問題;如未解決，請說明事件最大的啟發及思考未來可以怎麼解決?

在交換期間，有一次我在清華校內的食堂跟另一位同學發生了「羽絨服事件」的糾紛。因為當下牽涉到了金錢賠償的問題，情況比較棘手。

我當時的第一反應是保持冷靜，並且決定不要私下私了。我立刻打了電話請警察來現場協助，同時在事件一發生的時候，就馬上通報了負責我們交換生事務的老師，把事情的來龍去脈清楚、如實地跟老師說明。後來在警察的調解、雙方各自清楚表達觀點後，事件順利解決了，也沒有留下任何後續問題。

所以在外面遇到突發糾紛時，最重要的是千萬「不要慌張」，一定要找具有公信力的第三方（如警察或負責老師）來作為證人或調解方，依循正規流程處理，絕對不要草率私了。

F. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

在生活上最直接遇到的文化衝擊，大概就是宿舍洗澡是「沒有隔間的大澡堂」。

剛開始確實有點不習慣，所以我會特別挑人少的離峰時間去洗。但後來隨著學期推進，要做的事情越來越多，根本很難每次都卡在離峰時間去，最後只能硬著頭皮在人最多的時候去洗。結果去洗過一次之後，發現其實大家根本各自洗各自的，完全沒有想像中那麼尷尬，心理障礙一下子就消除了。我覺得很多文化差異其實就是循序漸進，時間到了、習慣了就好。

G. 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?

這段生活帶給我最大的改變是：**我變得更加敢於去嘗試新事物、不會害怕去探索未知，而且更有勇氣去追尋自己真正想做的方向。**

在清華交換這段時間讓我深深體會到，一個好的平台和好的學校，確實能提供學生更多的資源與競爭力。就像俗話說的「站在巨人的肩膀上，可以看得更遠」，這趟經歷不僅開拓了我的視野，也讓我在面對未來的挑戰與目標時，心裡更有底氣。

H. 感想與建議

交換的時間真的過得飛快，是一段非常充實且難忘的體驗，建議的話，我主要有兩點：

1. 及早開始行動，不要拖延：剛到交換學校的時候，就可以立刻開始享受跟體驗交換生活了！千萬不要想著「之後再去」或「以後再說」，因為交換的時間其實不長，而且越到學期後面，大作業跟期末的事情只會越來越多、更沒時間。

2. 提早做好功課與排程：出發前可以先把想去的景點、想參訪的企業或想做的事情查好資料並記錄下來，到了當地才不會手忙腳亂，能好好的利用時間。

I. 英文心得(包含學校簡介、課程學習、生活學習、具體效益、心得感想等等) 500 字以上

赴中國交換者免填英文心得