

繕打 中文及英文 心得報告，應包含下列項目

( **中文至少 1,000 字+英文至少 500 字**。赴中國交換者不需撰寫英文心得。 )

A. 學校簡介

南京大學是一所歷史悠久、聲譽卓著的高等學府。此後相繼以國立第四中山大學、國立中央大學.....等名稱為校名，最終於 1950 年更名為南京大學。目前擁有仙林、鼓樓、浦口、蘇州四個校區，設有 40 個學院。自上世紀初建校以來，南京大學就一直是開展國際交流與合作最活躍的中國大學之一，與世界上眾多一流大學和高水平科研機構建立了緊密的協作關係。其中，始建於 20 世紀 80 年代的南京大學 - 約翰斯·霍普金斯大學中美文化研究中心迄今已成功舉辦三十多年，它是中國改革開放以後最早實施的高等教育國際合作長期項目，為中美文化交流事業培養了眾多骨幹人才，在海內外產生了巨大的影響。在日益交融、命運與共的當代世界格局中，南京大學正深入實施《全球開放發展戰略 ( 2020-2030 )》，不斷加大對外開放力度，探索全球合作新機制，為促進多元文化的互通交融、人類的和平與發展而不懈努力。

B. 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

我認為受益最多的課程是商學院(經濟學院)皮建材教授所教授的數字經濟學，因為數字技術是現代趨勢，例如:平台匹配效率模型、互聯網正負向效應...等，都是我在學校沒有學過的課程內容，上課時教授結合非常多生活實例解釋核心觀念，就連沒有接觸過相關領域的我都可以清楚了解課程重點和概念，非常詳細的推導步驟，讓數學模型分析的部分也不困難；再加上，教授對於課程掌握度非常高，在學期初就清楚介紹課程流程以及配分比例，讓學生可以妥善規劃整學期時間完成課堂作業、論文和期末考試。

C. 國外研修之生活學習 ( 課外 )

課外學習可大致分為運動、旅遊和美食探索三個部分。基於我和室友都非常喜歡探索網路上的特

色美食，所以我們會在各個城市和地區嘗試當地特色飲品、菜色或是糕餅，例如:蘇州的蘇式糕點、杭州龍井和北京豆汁...等。節假日或是周末，我和室友都會預約羽球場館運動，運動場館非常乾淨，大家也都非常有序的使用場地，雖然通風不良，但是不需要支付使用費用，是非常健康和方便的休閒選擇。交換期間規劃了多個省和城市的旅行，包括:上海、蘇州、杭州、滁州、北京、青島、深圳、廣州、澳門和香港，旅途中不僅學會了線上叫車、預定高鐵票和改票等實用的生活技能，也實地探訪了多個歷史與文學的重要景點，也參觀了很多博物館，例如:天安門、故宮和南京總統府，增加了國際視野和文化底蘊，在旅途過程中藉由與不同地區的人交流，粗略了解各地的人文風俗。

#### D. 交換/研修之具體效益 (請條列式列舉)

1. 資訊搜尋能力提升-平時在校外吃飯時，都需要先在各式平台搜尋是否有優惠券或是代金券；尤其是本學期各個平台在此期間進行降價競爭，爭取外賣平台的市佔率，所以搜尋和比價能力就顯得尤為重要。
2. 預先規劃-基於學期時長縮短的緣故，如果需要規劃多處的旅遊，就必須在各個小考和報告中間平均安排旅遊，對於旅行的路程、住宿和時程也非常需要提前規劃，因為有很多場館會在周一休館，第一次辦理的台胞證也有非常多景點免費，需要預約才能進館，所以提早規劃才可以確保旅途的順暢和便利性。
3. 立場堅定-在交換期間遇到非常多以個人立場為主要考慮因素，不會體諒或是體貼別人，所以當遇到自己權益被損害的時候，不可以默不作聲，應該要主動提出異議，並且態度堅決，因為當作出適當退讓後，對方很有可能在下次溝通時做出更過分的要求，所以當一個人在外生活時，應該要建立起強硬且勇於捍衛自己權益的印象，不可以輕易妥協，不然很有可能會被佔便宜或是欺負。

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？

學期初，校園巴士的司機中時常有一位男性司機，即使我和室友都比常人更大的音量告知我們需要下車的地點，司機也有透過後視鏡看著我們，但是他仍然每次都沒有回應我們，也都不會停車，我們在臆測會不會是因為台灣的口音讓他聽不懂，但是直到遇到其他司機都會非常耐心的聆聽，也都會回應我們的停車需求，就確認他是對我們有些偏見，起初我們對於與人溝通失敗感到有些沮喪和挫折。隨著期間去更多地方旅遊、接觸更多當地人就發現，探索異地的過程中或多或少都會遇到很多不友善的回應或是被漠視的經驗，但是這不該成為我們卻步的枷鎖，因為這也是文化體驗很重要的一部分，體悟就是所有遭遇的總結，無論好壞都能成為學習的養分，都是很珍貴的機會。

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？

無論是在室內、室外和高鐵站台都有人抽菸和隨地吐痰，機動車騎上人行道，經過路口都會頻繁按喇叭，而且不會禮讓路人或是減速，所以在校外走路都需要特別注意路況；景區有非常多攝影師和推銷人員，有些要給錢才刪照片，所以要保護個人隱私不要讓他們有機會偷拍，最好不要獨自出行，大眾交通運輸上打電話和外放聲音是常態現象，所以當要做長途火車的時候，要事先準備好耳機、耳塞和眼罩。

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？

在台灣時，我陌生的環境會傾向於保持沉默，即使需要幫助或是對於某些事情不瞭解，但是身處異地時，尤其是當這裡有非常多平台分享的資訊都難以確認是否可信時，開口詢問就成為最直接且快速的方式。再加上，大陸的推銷方式與搭訕方式都非常直接，如果不堅定拒絕他們就會一直跟在身邊，甚至是拉扯，所以相較期初會忍受對方的糾纏，我學會義正嚴詞的拒絕對方，讓對方

沒有理由繼續跟上來，所以我認為勇敢和堅決是我在這段時間最大的成長，往後的我在面對更多未知事物時，會更勇於開口求助，面對陌生人的攀談更加謹慎且堅決拒絕。

#### H. 感想與建議

我認為交換最大的困難處應該是在生活費的部分，看到非常多同學因為預算問題只能在學校附近的城市探索，並且刪減旅遊城市的清單，只能挑選最想去的城市旅行，要兼顧生活和旅遊的負擔應該是相對沉重的，非常感謝我的父母支持我到中國大陸交換，因為不敢入住公寓式酒店以及青年旅館，所以我在旅遊住宿的花費相較於其他交換生更昂貴一些，但是父母從來都沒有因此而有意見，抱持著安全第一的想法，讓我可以在經濟方面無虞的享受異地學習的文化和氛圍。

最後，建議要來中國大陸交換，但是沒有親友在這裡生活的同學可以先兌換一部分現金以防萬一，或是找有信譽的代儲商家，先儲值一些錢進支付寶，因為現金在大部分實體店家都是可以使用的，但是在食堂或是電費都只能使用支付寶或是微信儲值，很多功能 VISA 卡是無法使用的，而且入校後需要至少一周才能辦理銀行卡，所以這此之前要有足夠的錢可以應付日常所需。