心得報告

一、學校簡介

復旦大學（Fudan University）是一所位於上海的綜合性研究型大學，也是中國最具聲譽的高等學府之一。創建於1905年，由教育家馬相伯創辦，是中國人自主創辦的第一所高等院校。校名「復旦」取自《尚書大傳》中的「日月光華，旦復旦兮」，寓意光明與自強不息。校訓出自《論語》中「博學而篤志，切問而近思」意指廣博學習、堅定志向，勤於提問並深入思考。

二、國外研修之課程學習（課內），推薦受益最多/最喜歡的課程

我在復旦修習了兩門課程，「基礎德文Ⅱ」「璽印賞析與篆刻實踐」，其中璽印賞析與篆刻實踐我很推薦，這堂課不僅會教授璽印、書法的美感賞析，以及歷史流變、材料挑選，最重要的是它是一門實踐課，最終的期末成果是要自己刻出屬於自己的印章，這種機會真的很難得，課上細節講述刻章技巧，亦會提供環境、工具，以及專業的指導老師，種種資源讓初入篆刻的學生來說，是非常完整的教學系統，我個人十分推薦這堂課，除了獲得美感賞析、歷史流變的技能與知識外，更重要的是當自己親手刻出印章時的成就感，成果的實體化更讓人刻骨銘心。

三、國外研修之生活學習（課外）

雖然我在這次交換並沒有參加社團之類的，但是卻參加了學校舉辦的多場活動，像是復旦十大歌手比賽、畢業晚會等，雖說這些活動並不是很直觀的學習活動，但是卻可以在其中認識到來自不同院系的學生，更甚至來自不同國家，而在欣賞、交流的過程中，便是一種到老都不會停止的學習。

四、交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 開闊國際眼界，豐富人生經歷
2. 結識各式人，連結彼此，互相學習
3. 增強自我學習，以及獨立思考能力
4. 接觸、看見、感受各種人事物，為自己的人生開啟更多可能

五、海外生活期間是否曾遭遇困境，以及是否解決問題？ 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？

其實我沒有遇到甚麼太大的困境，更多的是生活常見的煩惱，但其中有讓我的觀念產生改變的一概念，便是「旅伴」。旅伴的數量、與其關係熟捻程度，讓我在每一趟旅程開始之前都很煩惱，到底要約誰？誰的旅遊觀念跟我接近？沒被我約的朋友會不會生氣？但我也不希望人多，想法會太多，行程會拖延到，除此之外還有更多關於旅伴的煩惱。後來我意識到一件事，首先，要先搞清楚每一趟旅程對於自己來說擁有甚麼意義，比如雲南對我來說是必去的地方，我會想去打卡一些小眾景點，但如果旅伴人數多，很容易因為少數服從多數而決定最終的景點參觀，所以最一開始要先自己評估旅行地點對自己的重要性、意義，除此之外，我認知到了一個我從未想過的旅行形態，就是在一趟非獨旅的旅行中，再另外開啟一場小獨旅，即「我想去這個地點，如果你們不想去沒關係，我可以自己去！」我曾經認為一群人一起出去玩，就是要一直待在一起，要少數服從多數，但在這次交換的過程中，我發現很多人都會因為時間不多，機會難得，或著有自己一定要去的點，而有大旅行中開啟小獨旅的行為，我認為是一個兼併人際關係，又能實現自我執念的一個旅行模式，這是我認為在旅行方面的最大收穫。

六、海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

中國在語言方面有很多跟台灣不一樣用詞，像是我去學餐要外帶的時候，說「我要外帶」都會被阿姨糾正成「打包」，還有上德文課的時候，我跟同桌討論文法問題，我說「介係詞」的時候，他一直問我那是甚麼，結果他們是將介係詞分成「介詞」「係詞」所以才會沒聽過介係詞，這些其實問題都不大，只要再多一點溝通就能化解的。

但在生活方面有一些跟台灣很不一樣的，比如「外賣閃送」我個人超級喜歡，若突然缺少甚麼，直接閃購，幾分鐘後直接送過來，這一部分拯救了我很多次，尤其是在旅途中，突發狀況總是多；還有「抽菸」的問題，這裡抽菸的人真的很多，而且火車、高鐵的月台可以抽菸，車上雖說禁止抽，但還是會有很多人抽，這一點真的要認命地去面對，但也是真的很難適應。

七、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？

變得更「獨立」是絕對，但更有「共感」能力是意外，當我去到不同地方的時候，看到的景，遇到的人，關於他們的故事直到現在，我人在台灣都還在為其感嘆，北京故宮的一磚一瓦、景山公園上的明朝遺志、龜山公園大轉經筒下的祈願，很多很多都讓我的心揪在一起，這樣的共感能力是我在來交換之前，所期望能獲得的東西，我希望往後的人生能一直向世界萬物索取、連結一切感情，這對我來說才是活著的意義，這場交換便是我的論證。

八、感想與建議

我感受到來自各種人事物的感情，以後一定會一直往外跑，因為當我意識到去往各個地方其實沒有

想像中那麼難，天氣不好也不代表運氣差，錢不多不代表不享受，更重要的是只要安排得當，貌似什麼都有可能，可以一大早人在雲南，去往玉龍雪山的路上，下午就在上海復旦大學的宿舍，那一天的落差感我一輩子都不會忘，於是，敬祝每一位要前往交換的學弟妹們，不要被從前的認知限制住，願你們在接下來的路程不斷被打破、撕裂、重塑，一切順利。