

26-1 學校簡介

復旦絕對是大陸最值得去交換的學校之一(或沒有之一哈哈)，首先就排名而言，是大陸最頂尖大學清北復交之一，再者，其位處上海，如果是商科類的同學是再適合不過了，不論是學校內的學術資源或是在校外實習的機會，都比大陸其他大學多非常多，隨便一個校內的演講就是西班牙總理，不是聽完演講就能超凡入聖，而是全大陸最好的資源都在這了。

26-2 國外研修之課程學習（課內）

沒有修習課程。

26-3 國外研修之生活學習（課外）

我這次交換最大的收穫就是實習了吧，我在上海麥肯實習，職位就是廣告 AE，由於沒有修習任何課程，我是全職實習生，一到五每天都到公司上班，以一份正職工作的態度做實習。客戶是 L' OREAL，所以每天都忙到昏天黑地。然後跟大家講一下怎麼找實習，基本上學校是不會幫忙媒合的，到復旦之後，輔導老師和交換生、台生會都會在一個微信群組裡，群組裡會有各式各樣的實習資訊，但都只是資訊，不提供任何的內推名額，所以想要找一份好實習，還是要靠自己去實習網站上找。

實習網站就找實習僧和趣實習就夠了，大公司的實習幾乎都發布在這兩個網站上，還有一個人脈網，算是微信上的一個平台，只有上海地區的實習，實習僧和趣實習都是全國涵蓋。

可以在台灣就先把語言成績考好，去找實習時會方便很多，大陸看的語言證明是雅思、托福、四六級，雅思最廣泛，四六級就是大陸的全民英檢，我們不會去考也不需要，就是考好雅思跟托福就夠了。想在外商公司實習的話大多比較看英文，畢竟平日 email 跟開會都是全英，所以語言考高機會會大很多，但是也不是那麼的絕對，工作態度與個人特質才是最重要的。我是雅思 6.5，算不錯，而且台灣人的英文學習環境適合考雅思，成績會考得比托福高非常多，大推雅思！

說到工作態度和個人特質，在我實習快結束前，來了一個英國諾丁漢大學畢業的中國留學生當我的 replacement，語言能力自然不用說，但是就在我跟他交接後一個禮拜，他就被辭退了，就是工作態度不佳。所以想要實習的同學真的不用太擔心，就儘管投吧，喜歡的公司，想要的職位就投，但是不要瞎投，我自己是就鎖定兩間我想進的廣告公司投而已，然後也很幸運一次面試就上了。

這邊的實習說好上好上，說不好上也不好上，就看你給自己設定什麼樣的目標，上海世界五百強的企業非常多，就算不是五百強也都是鼎鼎有名的大企業，但也因為這邊的市場非常大，對人力的需求也非常渴求，所以就看自己要的是哪一種實習，沒有是非對錯，只有適合不適合，有公司 title 好聽輕鬆倒茶水、接待的實習，也有我這種累的跟狗一樣的實習，但學到非常多東西，就看自己要的是什麼。

26-4 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 實習和未來工作機會
2. 找到自己的興趣
3. 認識了很多很棒的朋友(復旦、社團、公司)

4. 知道自己的能力和定位在哪

26-5 感想與建議

釐清自己去交換的目的和意義是什麼，選定一兩項，好好做就夠了。

26-6 相片（2~3 張貼進 word 檔案，含說明，並 Email 原檔給國際處承辦人）



實習時參加最大的活動，L'OREAL MEN EXPERT 型男競技場，當天主角是吳亦凡。



跟復旦車協假日一起騎車出去玩，上海近郊澱山湖，超棒。