

國立東華大學國際交換學生心得及問卷

National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

個人資訊 Personal Info.			
姓名 Name	許靜妤	學號 Student ID	411087023
所屬系所 Home Department	教育行政與管理學系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	411087023@gms.ndhu.edu.tw angle911003@gmail.com		
前往國家 Exchange Country	中國大陸		
前往學校 Host University	東北師範大學		
交換系所 Host Department	教育學部		
交換交流期間 Exchange Period	自 From 2023_年 year / _9 月 month 至 To 2024_年 year / _1 月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	2022 年暑假		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	2023/6/8		
申請所需資料清單 Required Documents	學校申請表、個人簡歷、學生證、推薦函、體檢單、學習計畫、台胞證、成績單		
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee	1500		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	向旅行社申請代辦，由中國移民局負責簽發		
申請文件 Required Documents	台胞證		
申請時程 Application Timeline	約一個月到兩週		

課程資訊 Course Info.	
選課方式 Course Selection Method	<input type="checkbox"/> 線上選課 Online System <input checked="" type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork <input type="checkbox"/> 其他 Others:
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)	無
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	<input checked="" type="checkbox"/> 是 Yes <input type="checkbox"/> 否 No <input type="checkbox"/> 其他 Others:
課程難易度 Course Level	<input type="checkbox"/> 困難 Hard <input checked="" type="checkbox"/> 普通 Normal <input type="checkbox"/> 容易 Easy
住宿資訊 Accommodation Info.	
住宿選項 (可複選) Accommodation Options (multiple)	<input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 學校配合之校外租屋公司 Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University <input type="checkbox"/> 學校 提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	<input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 自行租屋 Off-campus Housing 或其他住宿資訊來源 Other housing sources: <input type="checkbox"/> 學校 University <input type="checkbox"/> 朋友 Friends <input type="checkbox"/> 網路-網址 Internet-Link :
相關費用 Relevant Costs	
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	20000-25000
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	來回無直飛約 25000-25600
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	70000-100000

其他費用(新台幣)

無

Other Cost(NTD)

### 個人心得分享 Personal Report (1500-2000 字)

用學生的身份到不同國家體驗一個學期的交換生活真的是讓我一輩子都難忘的經驗，也讓我對於中國的東北的土地、文化、民俗風情不再是停留在短影音上的了解，而是透過親身踏足來自自己感受。我分為以下幾點來說說我在這半年內認識到的東北：

氣候：九月剛抵達東北時的天氣是涼爽偶而會較熱的天氣，因此還是必須準備幾套短袖衣褲，但是完全不像台灣會悶熱潮濕，也不常下雨，而是乾爽微熱的。到了十月後天氣就會漸漸變冷，這時建議可以直接在當地或網路上買幾套較為保暖的衣物禦寒並且為之後下雪的冬季預備，如內搭衣、羊毛襪、羽絨衣、兩件式衝鋒衣、手套毛帽等。入冬後就會初雪或是幾次大雪，溫度會直線下降，冷的時候可以到零下 20 多度。手和耳朵若是沒有戴上手套、耳罩就有可能會凍傷，這此羽絨衣、羊毛襪、毛帽、此時已經是出門的必備裝備。但是只要進入室內就會有多層門簾隔絕室外的冷空氣，室內的暖氣非常充足，甚至還會讓人熱出汗，所以在室內基本上可以穿著短袖就好。另外，在下雪時雖然空氣會變得較為潮濕一點點，但是東北的冬季真的非常乾燥，加上室內暖氣持續供應也造成乾燥的情況，因此需要特別注意皮膚保濕、呼吸道疾病等身體狀況，建議可以準備充足的面膜、臉部及身體乳液、加濕器等保持身體及空氣中的水份。

經濟：不管是早市攤販還是商場名牌，在中國大陸幾乎已經全都是使用行動支付了，學校會在抵達的兩天內協助辦理電話卡及銀行卡，擁有這兩個東西就能讓你的食衣住行都在微信支付或支付寶上交易使用。但在校園內有張校園卡（非學生證，學校不會辦理學生證）凡是在校園內的食堂消費或進出校園都要刷這張卡，需要另外儲值。物價方面，比起北上廣深或是其他南方地區，東北的物價是真的非常便宜。而與台灣對比，在日常飲食、車費等基本開銷更是幾乎只

有台灣的一半甚至更少，所以不太需要擔心日常生活的開銷問題，只是如果有要到各地旅遊的需求這筆費用就是額外的開銷。

飲食：東北的食物量大、口味重鹹重油，不太有喝湯的習慣，又因地理位置靠近朝鮮（境內有朝鮮族自治區）時常可以看見朝鮮或韓式的料理，個人感覺與台灣的飲食文化差異滿大，就算待了半年還是不太習慣。學校的食堂有內有打菜的自助餐和各式特色檔口，或選擇校外的餐廳堂食，也可以叫外賣（美團、餓了嗎）都非常便宜。飲料的部分基本上都 13-20 人民幣左右，和台灣的飲料店價格差不多，並沒有到非常便宜。

交通旅遊：學校出門就有地鐵站也備有共享單車，打車也算快速，而且價格都非常便宜，尤其是如果一群人一起出門打車省時又經濟實惠，因此在日常交通方面十分方便。而出門旅遊則是較為不便了，因為沒有學生證因此搭乘火車或高鐵出行、購買景點門票時常無法選擇學生（基本上是半價）優惠，而車站站務人員也可能不熟悉台胞證業務導致作業時常較久，和訂房時必須要找能夠接待台灣旅客的飯店都是比較不便之處。

住宿方面：由學校提供校內的住宿，學校共有兩個校區（本校、淨月）住宿都在本校區裡面，因為今年學校讓我們改為住宿在園長大廈（非往年留學生宿舍）所以都是單人間獨立衛浴，沒有廚房，樓下有飲水機、洗衣機、水果店、影印店，於同棟住宿或來往的多為辦公人員、東師本校博士生等或是來校參訪下榻人員，出入人口較為複雜多元，需要多加注意安全。

課業方面：由於我是申請教育學部教育學專業的交換生，所以我會以自己在教育學專業的主觀見聞來描述，各系所或各專業可能會略有差異，請斟酌參考。首先在選課方面，因為交換生並不能使用本校生的線上選課的功能，因此抵達後，需要先到教育學部辦公室和行政人員及老師討論、確認要選修的課程。但是教育學部規定似乎較為寬鬆，並沒有要求我們要開學時就選完，

而是讓我們自己去選擇想要修習的課程，取得授課教授同意後即可參與課程。最後鄰近學期末時和學部辦公室聯絡確認本學期參與課程，過程準時出席課程、按時繳交作業、期末考通過，就可以拿到學分了。上課部分，半年觀察下來，尊師重道的氣氛很是明顯，基本上沒有學生會遲到，甚至會提早半小時至十分鐘抵達，教室的座位也會有限，所以記得要提早出發前往教室，在課程中也會和教授問答有來有往，這部分和我以往在台灣的经验也有差異，另外時常會有教授詢問我的想法或類似情形在台灣的狀況為何，以此在班上進行交流，所以可能需要做好需要在課堂發言的準備。我修的每堂課作業都要繳交一份參考 15 篇以上文獻撰寫的 3000-5000 字論文，只有一個小組報告作業，和少量的平時個人作業。期末考都是手寫的簡答題和申論題，可以書寫繁體作答。圖書館不管平日或假日幾乎都是滿座的狀況，如果有需求可以提早抵達。

最後總結：東北和台灣差異真的很大，不僅語言會因為參雜方言而受影響（很常互相都聽不懂在說什麼），氣候飲食習慣也造就不同的文化差異和風情，是個很好的拓展視野的機會與挑戰。我個人覺得經過這趟旅程我最大的改變就是對於跟自己認知或經驗有差異的人事物有更開闊的眼界去接受、欣賞彼此的不同，這學期真的很難忘也很值得。

（如果有想進一步了解的同學歡迎來信詢問我的 E-mail）