

國立東華大學
National Dong Hwa University
國際交換交流學生至姐妹校心得報告
International Outbound Exchange Student Report

姓名Name	陳思彤	學號 School No	410585029
原系所Home Department	幼兒教育學系		
前往國家Nationality	中國		
前往學校Host University	華東師範大學		
交換系所Host Department	學前教育學系		
交換交流期間 Exchange Period	自From2018年year /2月month 至To 2018年year /7月month		
電子信箱(供未來有興趣的 同學與你們聯繫, 非必要) Contact Email (Optional)	dear950144@gmail.com		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	2000左右		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	19000(來回)		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	15000/月 包含旅遊		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)			

其實交換這件事是我從沒想過的，一來並不覺得爸媽會答應讓我去國外交流，二來是我並沒有勇氣離開舒適圈，就連決定去交換也是非常突然的決定，在報名截止前的一個禮拜才決定要去，契機就是和朋友聊到未來時有點茫然，而朋友也提出了可以去外面交流看看，於是我開玩笑地問媽媽我能不能去交換，沒想到媽媽答應了這件事，我開始在短時間內準備好所有資料，抱持著一個我認真準備，但如果沒成功我也沒關係的心情，第一階段通過後緊接著第二階段的團體面試，我的表現我自己認為非常糟糕，幾乎是半放棄交換計劃，後來放榜那天朋友說我錄取了，我還覺得不太真實，本來的心情其實是期待的，但慢慢接近要出國的時間後，所有的期待都轉化成害怕與緊張，對陌生環境的害怕和即將離開舒適圈的恐懼都籠罩著我。

這是我第一次的飛行，也是我自己一個人坐飛機，對我來說是一件非常有勇氣的事，後來到了上海，對一切都是又新鮮又緊張的，華東師範大學的位置很好，交通方便旁邊也有百貨公司，但就在第一天晚上我的手機就掉了，這對我來說無疑是一大重擊，所有徬徨都在瞬間湧上來，感覺我失去了與台灣的聯繫，深深的無力和後悔，老師也說手機不可能找回來，剛好我身上多帶了一支手機，在哭了一個晚上後也慢慢地復活，不讓自己困在這個痛苦中，我的朋友和我一起交換，只是她先到上海，在這件事上她也幫了我很多，讓我更快速脫離這種狀態，對這個地方也開始從難過轉換成期待與興奮，這趟旅程我給自己最大的目標—找出自己真正想做的事，其實有點難，除去自己的專業外，真正想做的事，清楚自己完全不想做什麼卻不太清楚自己適合與熱愛什麼。我自學了自己有興趣的軟體，包含剪輯影片與修圖，看著自己練習的作品會有小小的成就感與繼續進步的動力，也在學習之餘到中國各地旅遊。

說到旅遊，三月份我跟著所有台灣交換生一起參加港台辦策畫的湖北行，在一個叫神農架的景區是我這輩子第一次看到雪，因為高度，前陣子下的雪都尚未融化，神農架的山頭被白雪覆蓋，很像地理課本上歐洲才會出現的雪景，而這裡有個野人的傳說，我認為野人應該存在，甚至還存在這世上，畢竟這裏有好多山和未開發的地區都是人們還沒踏進去過的，這旅程還有最讓我印象深刻的就是四天同樣滋味的農家菜，我想大概是因為我吃不太習慣這口味。在四月份時突然對南京有所嚮往，大概是因為別校的交換生分享的秦淮河夜景和南京美食才有所望，於是跟著朋友一起去了金陵古都—南京，古色古香與充滿美食的城市，這個城市其實不在我的計畫

中，這趟旅程可以說是意外驚喜，在秦淮河我能想像原來古時候的夜晚也能如此熱鬧，河上有金碧輝煌的畫舫、遊船，河邊也有華麗的酒樓，雖然都是現代重新翻修過，但也不難看出古金陵舊貌。五月份去了我從國中就很嚮往的北京，興許是小說看太多，一直很想看真正的皇宮長得如何，電視劇無法給我真正的臨場感，於是我參觀了北京故宮，比我所想像的大了幾十倍，走了一個早上也只看到了主要建築，在參觀的時候也發現階梯上的扶手或是地面上的石板都有它的特殊意義，舉兩個對我來說印象深刻的例子，太和殿前的白玉色階梯，它的材質特殊，不會吸熱於是在高溫曝曬下它摸起來依然涼爽，能避免在爬階梯時隨手一靠不會被燙到，但建築時的想法我就不清楚了，還有一個是御花園的地板有兩條設計不同的步道，一個是石板一個是石子，石子的有點像現代的天堂路，石板是給妃子走的、石子則是給皇帝走的，跟我本來所以為的恰好相反，我想得是石子走路會痛，而皇帝的想法是邊遊花園邊做腳底按摩，很有趣所以記得非常清楚，到了北京也不能錯過萬里長城，於是我去爬了傳說中好漢坡，實在是累死人不償命，但是眼前的景象真的讓人興奮和震驚，感嘆那時候的人力與物力竟然能蓋出如此震撼的建築，後來也去了頤和園和圓明園，還有參觀北大與清華，北京的行程結束後也去了天津。後來的一個多月我都待在上海，把沒去過的景點自己走一遍，想多留一些關於上海的回憶。

上海這座城市真的很進步很繁華，第三方交易非常盛行，在尚未體會過支付寶的方便，我不太願意使用第三方支付，總會讓我有不踏實的感覺，後來到中國接觸後才曉得，這平台有多麼厲害和方便。這四個多月我稱它為旅程，不只是學習，我是非常享受這段時間的，除了學校的課業我學到了幼教的技能，大概就是我們系上的增能課程，即使學得意義一樣都是為了在教學上能使用但兩邊的作品和教法都不一樣，還有我在這認識了兩個不同學校的交換生，他們都影響了我許多，讓我從不同的角度看事情、和我分享他們打工的經驗甚至是自學了什麼軟體，我想我們都互相在對方身上有收穫，舉例來說我這個人感性大於理性，而其中一位學姊理性大於感性，當我們對問題有疑問時，也能從對方的角度得到不同的答案，我想這部分是交流期間很重要也很美好的事情，後來回到台灣我收到很多疑問，有來自學姊學妹也有來自好朋友與家人，「中國好玩嗎？」其實答案都一樣，好玩是一定的，在不同的環境下每個場景事物都是特別的，「有學到什麼嗎？」學到了什麼每個人想學想得到的都不一樣，至少我是有些許得到我當初選擇交換所迷茫的問題的答案，最後我記得還有一個很深刻的問題，也是我最想說的「你覺得我應該去交換嗎？」我的答案都是肯定的，只要家裡可以負擔或是去申請補助之類，只要踏出這個舒適圈都會有收穫，不論收穫為何，都是會對自己有所影響，也能在其中提升自己的競爭力，但有得必有失，例如我得延畢、我得省吃儉用，不過這一切都是值得的！我所收穫的很多並不能全部都用文字敘述出來，但在十九歲走出舒適圈是我送給二十歲的自己最好的禮物。