

交流心得

来台湾交换已经是从小开始时的愿望，因为许多原因终于在读研究所的时候才得到了这个交换的机会。不能说来交换几个月会改变我的人生，但这次经历还是终生难忘的。

宝岛景色的秀美早就在网上看了遍，但是来到东华大学仍然是深受感动。最美的不是外面的风景，最美的是让我感受到人们的关怀。来东华的四个月里，我已经大大小小出了七八次自行车故障，每次只要我停在路边就会有同学来帮忙，更不用说摔倒，总是有善良的东西扶我，关心我。真的让我在这个陌生的环境中感到了万分的温暖。上课的时候也是一样，旁听的课程都会遇到善良的同学和认真的老师，虽然作为一个不太合格的旁听生，但是我觉得台湾系两位郭老师的课都上的十分精彩，对我的研究有很多帮助。学校学院也都充满关怀，各种活动，虽然只参加了围炉活动，但是也感受到了无限的热情，院长还亲自来给我们发红包。

来做交换生，让我又体验到了理想中的大学，让我学会了我最渴望的两项技能，骑脚踏车和游泳。学习单车的过程并不容易，虽然可以骑了，但是并不熟练，在志学街上骑还是心里会慌，从一开始连刹车都不会到后来可以自己修车的链子。我想如果没有来交换，我可能以后也都不会学骑单车的。作为游泳课的初级选手，连憋气都不会到现在可以游五十米，这真的是我从来都没想过的事，出生在海边，却一直不会游泳一直是我的遗憾，在游泳课上老师耐心的指导，课后去水里自己练习，到现在认识的同学来指导，一步一步，游的越来越熟练。这些经历让我认识到新的生活状态。

最让我感到幸运的事是选择了观游系迟老师的课，还有参加了谘商中心的活动。选择迟老师的课和选择东华大学一样，其实都误打误撞的。这门性别与休闲的课，让我结识到数位友好的台湾朋友。最初选择这门课是抱著多学一点定性研究的方法，帮助自己的论文。

这门课让我收获最大的一点我想是，我学会了更平等的对待所有的群体。这些议题一直一来都存在著，我自以为是不带偏见的去看待的，但是随著一堂堂课进行下来，我越来越发现我自己也是在這個社會所構建的框架下看這些問題，但是这门课给了我许多新的角度，我现在能更平等更尊重的看待各种文化。在研究方面，我觉得我学到了不同的看待问题的角度，一些新的研究问题的方法，一些之前可能不太会深入接触的议题。虽然这些不一定能马上用到我自己的论文中，但我觉得这些对我来说有很大的帮助，我会在论文写作的時候更加全面的去看我要研究的问题，甚至在现在生活裡遇到了各种問題，或者未来研究的時候我都會更多的去考量這些學到的東西。

来台第二件让我难忘的就是谘商中心的活动，其实一开始并没有想着参与，但是一些巧合让我报名参加了中心的一个爱情主题的活动。第一次这种尝试让我对心理谘商有了新的认识，在这个场所，大家都可以畅所欲言，可以去分析自己的喜怒哀乐，我想不管最初是抱著怎样的心情来到谘商中心的，在这样的交流以后，我都得到了一定程度的疗愈。参加这次活动让我知道原来心理谘商不是枯燥的聊天，而是各种有趣的活动掺杂在一起，在活动之后的交流中不知不觉就找到了一些自己想要的答案。

还好遇到迟老师的课和谘商中心的活动，参与这两个，让我在台湾的生活充实了起来。作为硕士生枯燥的生活丰富了起来。让我在陌生的环境不在孤单，对台湾，对东华都更加的亲切。

能够通过这个机会认识到了其他来交换的同学，也是一种奇妙的缘分。我的室友和一个系的同学，在台期间受到了她俩很多的照顾，对我的学习和生活都有着很大的帮助，面对即将到来的离别，心中开始涌起了万分的不舍，虽说一起回去，但未来不知什么时候才会再相遇。很感谢东华给了我们遇到的机会。

在东华我感受到了开放的态度，对师生的关怀，感受到了人们的友好热情，也感受到了台湾的美丽动人。虽然一开始没有选择东华却来到了东华，如果再给我一次机会，我一定会直接来到这个好山好水好有爱的地方，来度过我的交换生涯。在这个将要离别的时候，想对遇到的所有善良的人说一声谢谢，想对在学校里遇到的所有老师同学说一声谢谢，希望我们后悔有期。