

## 在台湾东华大学交换的一些见闻与感受

大三上学期一开学，我就坐飞机来到台湾，开始了为期一学期的交流生活。在台湾的四个月我经历了很多，没有悲伤，都是欢笑。现在把握在台湾的感受简单的记录一下，就分几个方面来说吧。

### 一. 学习。

我在大陆兰州大学的专业是应用心理学，本次来东华大学交流的科系是咨商与临床心理学系。由于学制的不一样，我们科系的交流生没有被强制上制定的课，所以我们的课都是自己选的。这学期经过跟一起来的同学讨论过后，我最终选择了四门课：一门通识课——管理学原理，和三门专业课——认知心理学、人格心理学和心理学研究法。

因为选课选的少，我的课业压力是很小的，只有在期末的时候才比较紧张。在管理学原理的课上，我还是比较轻松的。老师只会布置少量的作业，而且在课堂上传授的内容也很好理解，让我了解到很多管理学知识。在期中之后，老师还为我们安排了一次企业参访，参观了光隆公司，让我们了解了企业的运作。在我的三门专业课之里，每一节课都要做报告，这也是我在期末感受到压力的原因。其中心理学研究法的报告还需要我们做一次实验，这次试验也让我学到了很多，也给了我很多乐趣。在认知和人格心理学的课程中，也学到了许多之前没学到的专业知识，丰富了自己的姿势水平。

东华大学的学风还是不错的，同学们上课的时候都比较认真的听讲，许多同学的书上和笔记本上都是满满的笔记，课下对老师布置的作业也会一丝不苟的完成，遇到报告和实验都会利用课余时间开会讨论。这里是一个适合学习的地方。

### 二. 生活。

说实话，在台湾的生活让我有点不适应。

首先是食物。台湾的食物比较清淡，而且种类比较少，所以我经常面临知不知道吃什么的窘境，有时候还要自己买辣椒酱给食物加点味道。

其次，这里的课余活动比较单一。东华大学所在的花莲县不是一个繁华的地方，所以日常生活中的娱乐项目非常有限，平时唱歌看电影或者聚餐等等娱乐活动，还要坐很久的车到市区，这也是我在台湾的一个小遗憾。

东华大学的社团活动还是比较丰富的。因为时间不够的原因，我没有加入自己喜欢的管乐社，在考量后我加入了本系的羽毛球队，平时课余时间会跟队伍一起训练。其中我还参加了东华大学的羽毛球赛，也在球队中认识了一些朋友。球队平时还有一些聚餐等活动，这也给我的课余生活增添了一点乐趣。

### 三. 人情。

在东华大学，我认识了很多有趣而且热情的台湾人。

我一个室友，住在我对面床，跟我比较聊得来，比较投缘，我们经常一起去吃饭。我有时会玩摄影，我舍友喜欢出门看风景，所以他经常用机车载我一起出去游玩和拍照，把花莲附近有名的景点都去看完了，还去了许多游客不知道的私房景点。

我还认识了一个原著民，虽然不是我们系的，但我们也经常一起去市区玩。通过他的介绍，我又认识了许多玩伴。

台湾人给我的印象是热情和礼貌。在任何时候任何地点，都可以听到各种礼貌用语：谢谢、你好等，台湾人不管对于人不认识的人，都会保持礼貌，在便利店买东西的时候，店员都会微笑问候，走的时候也会说“谢谢慢走”。而且，我在陌生的地方问路的时候，路人都会很热情的帮我指路，这让我感觉很不错。

### 四. 旅行。

在台湾，我利用这四个月的时间也走了不少地方。其中去台北去的最多。

在我以前的想象中，台北市一座很繁华的大都市，但当我真正走入台北的时候，发现台北其实并不如想象的繁华，台北的高楼大厦并不算多，而且街道比较窄，老旧的楼房也很多。单台被真正吸引人的是它的生活气息。在台北我会感觉很舒服，很自然。台北空气不错，街道也比较整洁，街上行人车辆井井有条。毕竟是台湾最繁华的地方，台北也比较适合 party 和逛街等活动。

台北之外，我还去了台南、高雄、宜兰等地方。台南和高雄算是大城市，属于比较繁华的地方，在哪里也有一些著名的景点值得参观。而宜兰跟花莲一样，算是乡村气息比较重的地方，在这里有一种悠闲自在的感觉。

台湾的夜市很多，其中最著名的就是台北的“士林夜市”了。夜市里面着实有许多好吃的好玩的，可以品尝许多台湾特色的小吃，让人流连忘返。

总之，在台湾的四个月很开心，希望有机会可以再次踏入宝岛的土地。

巖子埕 W10583404