

交換心得

很榮幸這次能參加溫州大學與國立東華大學的交換活動，讓我能夠親身體驗在臺灣的學習與生活。雖然只有短短的四個月時間，但是對我的影響卻十分深遠。在即將結束這段美好的行程之前，我對我在東華大學的一些生活與學習上的感觸做一個總結，為這次難忘的交換生涯畫上一個句號。

一、學習方面

國立東華大學雖然是只有一個 19 年歷史的小孩子，但是無論是在學校建設、師資力量預計學習氣氛中都不輸于許多的名牌大學。對我感觸最深的就是這裡的老師，這裡的老師不僅有深厚的專業學術功底，還有嚴謹的教學方式，並且上還可以同老師的課餘交流中我都可以很強烈地感受到一種輕鬆的學習氣氛。一直以來我在經濟學方面沒有下太大的苦工，造成自身對經濟學沒有太濃烈的興趣，久而久之，經濟學的知識也比較匱乏。可在東華大學，通過跟老師的交流以及學習上課內容，我學習到了很多經濟學方面的專業知識，體會到了學懂一門學科的那種滿足感與成就感，更加讓我熱愛上了這所大學，讓我更喜歡在這裡學習。

雖然這四個月中我沒有選擇太多的科目，但在這僅有的幾門學科中，我依然在東華大學的教學體系中領悟到了很多東西。在東華大學中，更加考察同學的自主動手能力以及小組間的討論，報告的完成通常是一個小組共同完成，區別於大陸內的報告方式。並且在東華大學的學科考察中，不僅有期中考、期末考，還有很多的報告和討論。學生們幾乎從一開學就感覺到考試的壓力，所以熬夜以及加班學習成為了司空見慣的現象。相對來說，大陸學生考試的壓力就比較小，基本只有期末考試的考察，對學科的把握相對來說比較薄弱，不過這也更需要學生的自我認知與自控。我個人喜歡東華大學的考試方式，雖然比較累，比較艱苦，但是感覺更加容易加深學科的認知，容易從點到面的整體把握所學科目。相對於大陸的老師而言，臺灣的老師更比較注重輕鬆的互動，老師與同學間的交流更像朋友間的交流，大陸的老師相對與臺灣老師而言更嚴謹，在這邊我看到了許多學生敢於跟老師開玩笑，這種情況在大陸的大學中是不常見的。我個人而言更喜歡互動的教學方式，這樣更容易與老師交流與親近，沒有師生間的壓力。

二、生活方面

臺灣花蓮地區相對於別的地區來說，具有更慢的生活節奏，這裡有好山好水好空氣，這也是花蓮縣政府一直來的宣傳口號，因此，生活在這裡真心很悠閒，身心非常的舒暢加上花蓮的美麗風景，讓你捨不得離開這裡。一想到回答大陸就要再度進行那種快節奏的生活方式，愈來愈對這個地方時生活現狀感到讚歎。在臺灣的日子裡，碰到了許多熱心的人們，經常可以碰見在你問路的時候人家會帶你到你想到的地方，但他們並不順路，這種舉手之勞對咱們大陸人而言有時都覺得太過於熱情，但這就是這邊人們的愛心。我很羨慕他們這樣的生活與思想狀態，有種怡然自得的情調。在與他們相處的日子裏，讓我對生活質量的定義發生了很大的改變，以前覺得生活質量很大程度上是由金錢來決定的，可現在我終於明白生活是否舒適是由你的心態決定的。我們不能將自身的生活好與否用物質的東西來衡量，心靈上的提高也是一種好的生活態度，我們應將幫助別人就是幫助自己這樣的生活狀態持續到底，並且擴散到每個人的心中。也許我們的物質是匱乏的，但是我們精神上是富有的，這也是我在這邊悟到的一個可以讓我終身受用的道理。總的來說，在花蓮的生活是我的一次脫胎換骨，讓我懂得了對人生的看待角度，是一次難忘的生活體驗。

三、思想方面

經過四個多月的交換支護，不管是對學習的看法以及生活的改善，都深深的烙印在了我的腦海里，這使得我在思想觀念方面有了很多的改變。通過經歷的事情以及所見到的人們，我想法改變了很多。這次臺灣的交換之旅不僅僅是一次學習的機會，也是改變自己，昇華自

身的機會。如果用一個詞來形容我的這次旅程的話，我願意用“完美”來表述，雖然其中有一些小波折，但是完美的生活以及完美的學習足以掩蓋經歷的挫折與不愉快。具體來說就是在對事物以及生活態度上的轉變，讓我更能清晰的、理性的面對今後要走以及想走的道路。讓我懂得我想要的是什麼，我追求的是什麼，我可以改變我自身哪裡從而變得更好，最直接的也就是改變了我的眼界，讓我接觸到了更多的新鮮事物，開闊了我的事業，也活化了我的思維。

每天，每個人都不知道他要面對什麼，等待他的又是什麼，但是我們可以堅定的走自己的路，用正確的認知看待問題。這就是我在臺灣國立東華大學的四個月的日子所學習到的知識，雖然我不知道我將來會變成什麼樣，但是我會一直記著這次的交換經歷，它對我而言是難忘的，是幸福的。再次謝謝這次臺灣之旅，謝謝東華大學的朋友們以及老師們，是你們讓我在這四個月裡留下了珍貴的回憶，這將是我一生的財富。

姓名：李 斌
系所：經濟學系
學號：W10242001