

國立東華大學
National Dong Hwa University
姐妹校國際交換交流學生心得報告
International Inbound Exchange Student Report

姓名 Name	楊雯迪	國籍 Nationality	中國
學號 School No	W10701408		
交換系所 Host Department	中國語文學系		
原學校 Home University	江蘇師範大學		
原系所 Home Department	漢語言文學（師範）		
交換交流期間 Exchange Period	自 From ___2019___年 year / ___2___月 month 至 To ___2019___年 year / ___6___月 month		

Report About 1500 words

交換生有感

江蘇師範大學交換生 楊雯迪 中國語文學系 W10701408

2019年2月13日在桃園機場下飛機後，一切感官和心理都還沒有處於遲鈍的狀態，並未意識到未來六個月的交換生生活已經開始了。坐上了始往花蓮的商務車，一路上聽著司機的講解，耳邊還有同伴們關於選課的種種議論，我內心是平靜的，和往常去學校沒什麼兩樣。

當晚到了花蓮，和接待我們的志工見面吃了晚飯，一起坐接駁車來到學校，看到漆黑一片的東華和空蕩的宿舍，我才終於意識到，這個學期不一樣了，種種不安和迷茫湧上心頭。這樣複雜的情感像是一汪深不見底的渾水，翻滾在腦海裡，攪得我心緒不甯長達一個月。

我自認為，自己的獨立意識和外出生活能力遠遠高於同齡人，但是跳出舒適圈讓我往日的心理弱點不斷放大，逼迫著我自己面對。第一個月的心理壓力排解，是我作為交換生上的“第一課”。

當我面對學分兌換、選課不均衡、水土不服、飲食不習慣、蚊蟲、夜晚等一系列生活問題時，每一樣都令我感到焦慮。看著一起過來的同伴都有自己煩惱化解的方式，或是追星，或是追劇，或是美食，我就像沒有浮木似地飄在大海裡，不知道漂了多久也不懂什麼時候會起來。我開始瘋狂地找以前的朋友聊天，瘋狂地在手機裡寫下自己的想法，然後坐在椅子上發呆或是早早睡覺。這對我來時簡單地解決了白天裡一些不必要的負面情緒，但是沒有根治。賤賤的，我開始融入宿舍生活，和兩個臺灣的室友一起去買菜、做飯，突然每天都有了一些生活的氣息。我早上常常是在室友做早餐的聲音裡醒來的，晚上伴著室友吹風機的聲音入睡，他們給了我家一樣的感覺，不安全感在正逐漸消退。

之後，我從每天的日記裡不斷地反省自己的心理狀態，發現我並沒有那麼糟糕。我為自己制定了一些不太具體的學習計畫，每天都完成的同時也不會糾結是否落實到每個具體的頁數；給自己做了一個回家的倒計時，每天看一看會緩解一下想家的情緒；開始靜下心來思考，回到大陸以後自己的生活規劃；考慮自己在未來到底需要什麼；審時度勢，衡量著放下許多無謂的職位和頭銜；向朋友打聽一些優秀的電影，閒來無事就欣賞一下；偶爾也會跑到全家，買上一大堆零食給自己放鬆放鬆。這是我在大陸那樣一個喧囂、浮躁而有快節奏的校園生活裡難以企及的充實和愜意，一切都是井井有條，都是雲淡風輕。

自然，東華大學的教育與課程也讓我大開眼界。

第一節課就是中國語文學系的專業課“文字學”，老師瞭解到我們是交換生後，有善意的勸說我們選修別的課程，因為這和上學期是銜接的，容易更不上。

我們一方面需要學分兌換，另一方面也對《說文解字》很有興趣，堅持上完了課程。發現很多問題，老師都是在討論中進行的，很難說有什麼正確的答案，就連考試都是談一談某某人的見解或者自己的想法。這和大陸完全不同，所以在備戰期中考和期末考的時候還是非常緊張的。

教學原理課程和美學課程可以說是命運多舛。找到這兩門課程就費了很大功夫，因為他們本身不是中文系的課程，但是符合我們原來學校的學習要求。上課的狀態也突破了我們以往的見解，教學原理是沒有筆試考試的，一切來自於日常的教學評量和實踐報告，整個課程都很生動活潑，也因此認識了很可愛的臺灣同學們；美學老師也將報告看得很重要，我們負責報告的《黑格爾：美學》確實讓我們有不小的負擔，但是老師的評論和專業性地講解都讓我們收穫頗多。

英語口語聽講是我在東華求學期間最愛的課程，鄭育琳老師的口語非常標準，透露著一種英國貴族的氣質，且一對一的口語對話和發音糾正更是讓我對自己的口語有了自信，也有了練習口語的正確方法。整個英語口語都有了質的飛躍。可惜於這六個月的時間，我們只學習了三篇文章，如果我是東華的四年制學生，我一定會每個學期都去聽鄭老師的課。

來了臺灣，當地風土人情也成了我們同大陸親友交談的主要內容。

一開始並不能理解商店的作息時間，尤其是週三放假或是週末會有公休，或者關門太早、出攤太晚等等，我們常常調侃“臺灣人都不做生意的”。最方便的就是全家便利店，因為那裡可以使用支付寶，不需要現金。在臺灣，我們都拿起了好幾年不碰的錢包，以往一切靠手機的生活又回到了數錢的狀態。

在臺灣的這六個月，墾丁、高雄、臺北、台中都認真旅遊過了，細心做了 VLOG 視頻，收藏在自己的電腦裡，這是一份珍貴的回憶。

我想，用一段歌詞總結我在臺灣的交換生活：

我曾難自拔於世界之大

也沉溺與其中夢話

不得真假

不做掙扎

不懼笑話

我曾將青春翻湧成夏

也曾指尖彈出盛夏

心之所動

且就隨緣去吧

感謝東華，感謝這場交換生之旅。