

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	曾鏡儒	國籍 Nationality	中國
學號 School No	W10789601		
交換系所 Host Department	體育系		
原學校 Home University	四川大學		
原系所 Home Department	體育學院		
交換交流期間 Exchange Period	自 From <u>2018</u> 年 year / <u>9</u> 月 month 至 To <u>2019</u> 年 year / <u>1</u> 月 month		

Report About 1500 words

來東華交換的這一學期，我感受到了老師們的和藹可親和同學們的友好互助。可以說是非常珍貴的一段記憶，下面來講講我的心得體會。

首先呢，讲讲学习方面。东华大学花师教育学院是一个友好的好家庭，刚进学院门，就有学弟学妹向我打招呼，友好地问候。一声亲切的“师兄”，抵过千言万语。这样的礼貌礼节，深深地触及到我的内心，感到很温暖，在异地学习也不会孤单。

课程由自己选择，可按自己的兴趣排课，这点非常科学合理。我选的是“运动社会学”和“质性运动心理学”。

在“运动社会学”课程里，我学到了，要做研究就必须要对周边或所发生的事情敏感，要有自己的观点和看法，并且查阅资料、书籍去印证自己的观点，不能盲目地听信于新闻报道或媒体宣传。对于一件事情，也要辩证全面地去看，不能只看好的一面或不好的一面。最好要有批判性的思维去看问题，从问题当中成长，找出解决问题的办法，提出合理可行的意见。在课堂上，老师以发散思维这种教学模式，分析以及讨论诸多体育赛事和运动项目，从体育运动中看待东西方的文化差异，并讲述自己的观点，同学们也积极讨论交流学术问题，氛围十分活跃，提高了大家的积极性。每位同学每周都必须做报告，然后上台向老师和其他同学讲述自己的观点，同学们再讨论观点，最后老师点评以及给与意见。这样的方法，不仅督促同学们多看书看文献，也有利于思维的碰撞，活跃学习气氛，促成每一位同学都能参与其中，收获是丰硕的。

“质性运动心理学”这门课程呢，我学到了质性研究的方式方法，明白了质性研究不同于量化研究，质性是深入人内心的了解，不只是单单的冰冷的数字量化而已。质性研究花费的时间和精力是巨大的，要做质性研究，就必须与被研究者交心，以真诚认真执着的态度去了解他人的人生历程或丰富经验。资料的获得是艰难复杂的，分析也是多元变化的，所以信息量特别的大。这门课程让我深深地明白要尊重别人的研究成果和珍惜别人的研究经验，要走心地去做

研究，不能三心二意，一定要怀着执著的态度去做研究。

然后，说一说生活方面。刚到东华的时候，人生地不熟的，感谢国际处老师安排志工同学引导我们，带我们去住宿，帮我们搬东西，带我们找路，志工们都非常热心，乐于助人，人很好，都不求回报地帮助我们，让我们觉得十分温暖，人与人之间的相处信任原来就是这么简单，真诚用心就好。

国际处也组织我们一起开会，介绍东华，介绍周边，介绍美食，让我们对东华有了初步了解，也对花莲产生了兴趣。接下来参与了国际处组织的一系列活动，不仅收获了美景美食，还收获了与国际处老师的情谊以及同学情谊。记得第一次活动是去太鲁阁大峡谷，觉得好壮观呀，又奇又险又峻的景象，甚是激动和兴奋，与小伙伴们一路兴高采烈。然后去了清水断崖，路程不远，但是路途很险很窄，大概同时就只能过两辆小轿车，大巴车相遇都得礼让再行，但俗话说的好，“越美的风景越是在峻险处”，果不其然，清水断崖真的太漂亮了，每一处都是风景，每一处的美都有不同的展现，大伙儿纷纷摆拍合影留念，心情也是好得不言而喻，感叹停留时间稍稍短了些，都舍不得离开，想要多享受会儿美景，多吹吹微风。后来，还去了“慢城”凤林，感受客家文化，亲手DIY制作了“昂古贵”和小夜灯。大家自己亲手做的东西，感受是不同的，“昂古贵”作为传统美食古早味，我们有幸亲手学习制作，真的很开心，并且很美味，大伙儿吃得都十分满足。小夜灯也是鲜学鲜做，很实用，也很有小文艺的感觉，做好带回宿舍，晚上插电很是漂亮。接下来，国际处组织了火锅大围炉的活动，为这一学期画上完美的句号。两三百人坐在一起吃火锅，热闹非凡，温馨无比，各地学生将情谊融入美食当中，一边吃火锅，一边聊天拉家常问虚寒，大家就像是一家人一样，一个大家庭，团团圆圆、开开心心地吃顿饭，这火锅暖到大伙儿的心窝里头去了。

最后，感谢国际处老师的付出与帮助，感谢体育系老师的悉心教导，感谢志工同学们的热心引导，感谢同学们的和睦相处。

