

國立臺北商業大學交換生心得報告

姓名：周一珉 日期：111 年06 月14 日

活 動 名 稱	110 學年度交換學生
活 動 時 間	110 年 09 月至 111 年 06 月
活動地點（交換學校名稱）	重慶大學

心得報告

重慶大學是一所位列國家“雙一流”、“211工程”、“985工程”，政府給予的資源比一般的高校還多得多。這一年在學習方面上感受到了大陸學生內卷的程度，上課大家都很認真發言，宿舍樓的自習室、圖書館都有學習的身影，尤其是到了期中期末考前，更是人滿為患，重大學生常說高考都不如重大期末；寢室裡室友們也都會參與各種校外競賽，即使作業任務繁多但大家也都會抽出時間做項目，為自己的大學生活添加色彩，沒有一個人是不努力的。我選的課程有些是翻轉課堂，就是一個禮拜看視頻學習，一個禮拜線下上課討論上次觀看視頻的內容。在課餘時間學校很常舉辦一些手做的活動，像是雕花、繪畫、寫生等等，快過新年也會宿舍樓舉辦寫春聯的活動，這些活動都會在學校的各處舉辦，像是寫生就會到後山上自然環境更好的地方，烹飪就會到食堂去，可以更加快速的了解學校的各個角落，假日生活一點都不無聊！

我大部分的時間都是生活在重慶大學的虎溪校區，位在大學城裡，附近有許多高校像是川美、重師，也因為羅中立美術館就在附近，我們很常到美術館去參觀，增加自己的藝術氣息。虎溪校區地勢較平，除了離市區比較遠之外沒什麼其他缺點，要到老校區上課或辦理業務的話學校也有校車一次6RMB，40分鐘就到A區了；如果是不趕時間的話，我們也會選擇乘坐地鐵前往A區，沿途可以欣賞到不同的風光，重慶的地鐵與其他城市不同，是在天上飛的，地鐵站不一定是在地下，也有可能在天上的，或許這就是山城的魅力吧。

在重慶度過了四季，重慶的夏天很熱，冬天很冷，跟台北的冬天一樣是魔法攻擊，穿羽絨服都抵擋不了的那種寒冷，常常上課一邊拿著暖寶寶一邊身體在抖。我想在大陸生活最方便的就是手機支付了，所有的商家都支持微信或者支付寶，出門只需要手機就可以，搭地鐵也只需要掃碼就可以進站，生活真的太方便。但較麻煩的是銀行卡的開戶，在開戶時銀行會要求出具相關的證明，像是入學邀請函或者學生證之類的，對每個月的支出額度也會有限制。

與過去的交換生最不同的地方就是我算是疫情之後第一批來交換的學生吧。記得上學期來重大的時候整個重大只有我跟另一個男生是台灣的交換生，那時候網路上的信息也不多，關於隔離、PCR之類的都不太了解，花了很多時間收集訊息，當時也很焦慮，深怕哪個環節有影響無法前往交換；到了重慶也多虧了很多朋友的幫助一切才那麼的順利，也度過了非常愉快而且收穫豐富的一年！

這一年比較特別的是因為疫情經歷了一次封校吧。因為疫情最嚴重的地方正好在虎溪校區附近的高校中，所以當時整個大學城的學校都封了，下午接到輔導員通知，連夜整個學校做核酸，效率真的很高。當時學校被封了將近1個月的時間，不能點外賣不能拿快遞，每天的生活除了學習就是在校園裡散步，真的很像提前體會老年退休生活，但也體會一次就足夠了！

只希望疫情趕快結束，未來學弟妹們過來交換手續也可以不要那麼繁多了!!!

給未來交換生的建議：

主要還是要抱著開放的心態去跟其他同學交往，其實他們對台灣人都很好！我玩得比較好的朋友都是本地的；還有這邊的同學真的都很努力，都會不知不覺的被這種氛圍給影響，除了宿舍跟教室，最常去的地方還是自習室或圖書館。

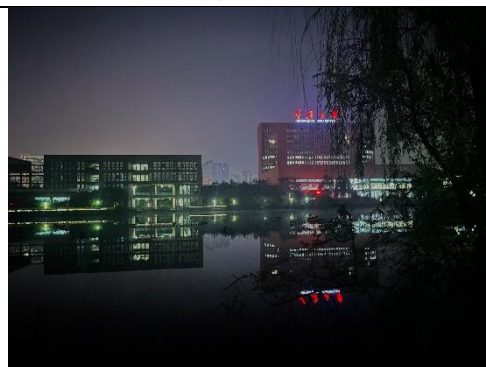
另外在疫情期間，關於兩岸的通航政策之類的還是要好好做功課，確實是有點複雜的。最後祝未來學弟妹們交換順利！

活動照片

(照片說明:) 秋天學校的銀杏樹黃了



(照片說明:) 晚上夜跑的校園景色，紅色建築為圖書館



(照片說明:) 上課老師在聽同學的報告



(照片說明:) 學校社團組織同學一起在食堂觀看比賽

