

國立臺北商業大學交換生心得報告

姓名：黃明珠 日期：109 年 2 月 10 日

活 動 名 稱	108 學年度交換學生
活 動 時 間	108 年 9 月至 109 年 1 月
活動地點(學校名稱)	中國大陸，北京外國語大學

心得報告

在五專畢業二技就學前之際，決定以交換生的身分到國外開開眼界，而綜合考量下，決定以北外作為交換的大學。以下心得部分我將分成幾個重點層面，來為有意前往北外的同學做參考：

一、 科系選擇與選課

北外身為語言重點學校，語言類科系的排名在當地是數一數二的，而北外的英語系與德語系被列為國家重點學科，因此在選擇學院科系方面，我選擇英文系就讀。北外的交換生皆須以紙本選課，且到當地才能看到所有課程並選課，來之前只能在北外交換報名網上選擇想就讀的學院與科系。學校那邊會建議同學選擇本身已熟悉的領域或科系就讀。而我這邊建議若你是初學者，在填寫志願科系若想選擇日語系的話要特別注意，北外這次日語系的初學班人數太多，導致該科系不願意再多收學生（包括交換生或當地其他語種的本科生），所以初學者就沒辦法在該學院正常選課。這次交換只發現北外的日語學院有這個現象，但大家還須特別注意！而在通識課上，不管甚麼學院的學生皆可選，若對該課程有興趣的跑教務處紙本加選即可。我這學期有修一門「東南亞國別研究」的通識課程。因本身對東南亞很有興趣，加上身為商科的學生，在期末我以「新加坡移民的經濟考量—海底撈創辦人張勇移民新加坡之案例探討」作為論文選題。老師從中很細心協助論文修改與提供建議，收穫良多。

二、 課程內容

當初到校進行報到選課時，很驚訝發現我是北商第一位選擇英語系就讀的交換生。英語學院比較特別的是他們內部還分成高翻生（高級翻譯）與英語生，因此在課程上有許多翻譯類相關課程，而我們都可以選。因為我非英文或應外系的學生，在課程上我選擇交際口語、語音、敘事文寫作、辯論與精讀等較基礎又實用的課程，又因我選擇的課程較多，上課時數也多（像是精讀一周要上 3 次），所以個人時間就會比較少一些。老師教學方面都非常用心，同時也很鼓勵同學進行批判性思考，很多問題是沒有答案的，而考試又會考，預習需要花很多的時間，作業量很大，課間需要自己主動複習與自主進修，學生程度普遍良好，因此建議修課上同學可以根據自己需求和來交換的目標而自行評估。

三、 飲食

北外學生食堂有 4 層，從便宜(一餐人民幣 5~6)到中等價位(人民幣 12~20)都有，吃食堂非常省錢，除了學生食堂，校內的清真食堂和教師食堂也可以吃，而北外附近也有很多大小餐廳，和朋友聚餐可以到那邊吃。而吃膩食堂外賣也非常方便，可以下載"美團"或"餓了嗎"，寒冷冬天美食就可以直接送到宿舍樓下囉！

四、 宿舍

我這次被分配到的是 1 號樓留學生宿舍，為男女混宿，除了台灣交換生也有大陸本科生和很多外國人，基本上我們都會和台灣交換生住，一房四人。1 號樓有五層沒有電梯，這次交換生皆住在四樓。拿重行李會比較辛苦一點，上下樓可以請別人幫忙，平時上下樓習慣就好不會很累。宿舍都是基本款的，水龍頭沒有熱水，飲水機有熱水要刷卡付錢，和浴室熱水一樣都供應到晚上 12 點止，建議可以自行帶保溫瓶(冬天用)和塑膠水壺(很輕夏天用)，而抹布、小條浴巾、洗臉毛巾、衛生棉類可以自行攜帶一些因為大陸賣得比較貴，盥洗用具、吹風機、衛生紙(可以淘寶買整箱，一開始不用帶太多)當地購買即可。

五、 交通

北京交通方式一般為公交與地鐵，地鐵站辦"北京一卡通"或手機下載 APP 即可搭乘這兩種交通工具。乘坐滴滴也非常方便，價格也較台灣計程車便宜許多；而天暖時近距離也可以選擇騎乘共享單車，能隨騎隨放，先驗證身分，之後掃碼即可騎乘。外出旅遊飲食交通可下載"大眾點評"做參考，有各項指南及評價非常方便；而跨省分旅遊可下載"去那兒旅行"及"攜程旅行"訂票。

六、 銀行與網路

抵達北外報到後，銀行與網路相關處理先後順序建議：

報到→校園網卡與手機號→北外一卡通→銀行開戶→生活需要 APP 綁定手機號

1. 報到現場可申辦校園網卡(200 人民幣/年，30GB 校內校外皆可用)，同時可以辦理大陸手機號。校內用 WIFI 要額外買(30 人民幣/月)，若想翻牆順暢可以花錢買(買了同時筆電手機皆可用)，手機 4G 直接翻不好翻，一般免錢的翻牆軟件不一定好連，就看人品。不過我只有買手機網路所以看各位需求。
2. 北外一卡通建議當天報到就趕快辦理，不然沒辦法洗澡。洗澡需要刷卡。
3. 北外附近有工商與建設銀行，有了手機號才能開戶，開完戶可下載該銀行 APP，方便追蹤帳戶現金狀況。
4. 各處消費皆需行動支付，此時開完戶有手機號就能綁定需要的各項 APP(像是淘寶、美團等)。

七、 校內活動

北外有很多校內活動可以參加，像是社團、港澳台交流會、SICA 的語言角和桌遊等等活動，可依自己的興趣參加，期末也有很多精彩的社團成果發表可以欣賞。北外的所有社團都要面試，我選擇參與的社團是職協(職業與生涯發展協會)，是學校就業創業中心附屬的唯一社團，有很多任務、講座和文章要寫，也會有大大小小的聚會活動。當初對大陸的就業與企業非常感興趣所以參加的，很幸運有和大陸公司的 CEO 接洽進行辦講座的經驗，在社團也認識了各個科系學院的同學，是個很好的交流與體驗。

實際遭遇到之困難/解決方法：出外靠朋友，朋友除了是一起旅行玩樂的好夥伴，在重要時刻或有需求的時候也能互相幫助。

對未來前學妹的建議：享受當下！這次因為武漢疫情提早結束了一年的交換，很多還未體驗與接觸的東西也沒辦法做了，希望下屆同學要好好把握交換的時光。然後多交些外國朋友！有學外語的可以多跟外國人互動，北外非常難得，有很多學習中文的外國人，可以做語伴互相學習對方語言與文化～

活動照片

(插入照片，下面可寫些有關於照片的事或是心得之類的，不用太長)



(辯論課情形)

(插入照片，下面可寫些有關於照片的事或是心得之類的，不用太長)



(英語系七班，寫作課)



(日韓台好友跨年)



(商務談判比賽隊友)



(SICA 港澳台交流)



(社團活動-北外職場人)