

．〈表五〉國立臺北商業大學交換生心得報告

姓名： 陳欣儀 日期：106 年 8 月 1 日

活 動 名 稱	105 學年度交換學生
活 動 時 間	105 年 8 月 至 106 年 7 月
活動地點(學校名稱)	北京外國語大學

心得報告

我與北外的緣分，其實早在 2015 年的北京之春就開始了，那是我第一次沒有跟父母一起的出國，那次與北外的相遇，真的給予我好多美好的回憶，然後很幸運的，我在 2016 年以交換生的身份重回百外，我想這區區的幾千字是無法訴說我在中國，在北京，在北外冒險的這一年的故事。

在北外，我選擇的是韓語系，因為當時我是以五專延畢的身份去，所以我不受學分及科系限制，可以選擇我所喜歡的科系，從之前到北外交流，旁聽課程，我就很喜歡北外上課的方式。雖然成績不足去到想去的韓國，但能在北外學習韓語也是一個不讓我後悔的選擇。北外，北京外國語大學，從校名就可以知道北外是以一間專攻外國語的大學，北外所授課的語系從大語種到小語種，只要你說得出來的語言，基本上都能在北外學習到，而北外採取的是小班制，一班人數都不超過 30 人。而老師也都是一個比一個認真、細心，也上得很扎實。就拿我來說，我是直接進一個班級學習韓語，以前沒學過，所以我是進入了大一一起學習，光是一開始的韓文四十音就很扎實地上了一個多月，而一年級專業課的陣容有三個老師，韓語精讀（閱讀寫作）課，是中國老師；韓語口語課及韓國文化課是韓國老師。雖然老師們都很認真，但想獲得好成績及追上進度，其實只上課和考前複習是遠遠不足的，加上學的是語言，其實都需要課前的預習及複習。還記得一開始上課，老師無預警的抽點了我，叫我上台寫單字，那時一開始我還沒適應北外的上課方式，算是毫無準備，那次的結果不太好。老師說：「希望你在北外體驗的不只是生活，希望你也可以把北外的韓語教學給帶回台灣」，老師這句話激勵了我，於是我開始課前預習課後複習。北外喜歡把語言課都排在早上，所以只選專業課的我其實有很大把的時間可以複習，複習完也還很有時間可以去體驗生活，漸漸的開始找到步調，真的這樣一步一步扎實地打基礎起來，再加上一下課外的看韓國相關影片，大約 2 個月後，我可以只用韓文跟韓國朋友打簡訊，到學期末甚至可以只用韓文跟韓國朋友交流。現在回想起來真的是一個很神奇的事情。從一開始大約聽得懂韓文，但一句話都說不出來的我，這樣學了一學期，居然可以這樣只用韓文與韓國朋友交流。

此外，為了不想忘記有關商業的課程，我也有簡單地選擇了有關商的課程，人力資源管理，這位老師是從業界請來的，很喜歡他以談諧的角度來分析人資，也很不吝嗇地跟我們分享他所做過的案例，可以在不知不覺中獲得很多知識。另一門是批判性的溝通與思考，這個課主要是要我們用一些理性的思考，去想

想這社會及自己人生上的問題，該要如何冷靜地思考及處理，這是一個外師，雖然後期上的有點像哲學課，但他上課會一直誘導大家進入課程，一直要我們舉例子給他，他才願意進入下一個單元或進度，也會促使大家一直思考。考試的時候也是，只要有認真上課，回家再思考一下，看些時事新聞，其實那些申論題都能寫得很好，他大多就是把上過的專業名詞，要你舉例與討論。雖然他西班牙文式英文，一開始適應有點辛苦，但到後期也是蠻喜歡這個老師的課。

在北外上課我學到了很多，其中讓我讚嘆的是中國學生們的競爭性，一開始最讓我印象深刻的事情是，當時我們上了文化課，我們上課的方式是一週看電影，一週討論那部電影。討論的時候，每個學生所說出的話都讓我驚豔到了，他們雖然只是剛升上大一的年紀，但他們的思維並不是那種剛成年高中生的想法，而是能用一些特別的角度去切入評論電影，或進而衍伸到一些社會的議題，又或者能引經據典的說他們的心得，這也代表著他們平常是有大量閱讀，且有關心社會時事的，他們在這樣資訊不開放的國家都能做到這種程度，我想這部分是我們都該去學習的。（此外這一年當中，我幾乎沒有看過班上同學有人遲到）我也有與各國的留學生一起上課，就是前述所說的批判性思考的課，留學生的班風比較開放，很多人其實看起來都很混，在玩手機，但其實他們都有在聽課，老師隨便點人，他們都能講得頭頭是道，把理論應用在“最近“的新聞時事當中，我想這也是我需要多去改變的，滑手機應該多看國際新聞，而不是只看台灣的新聞，應該要學習如何更擴展自己的眼界。

還有，他們的課其實都很滿，看到那課表真的會讓我驚嘆，最滿的時候可以早上八點的課到晚上九點半都有…（因為教室的問題所以才會這樣安排），但他們還是能同時兼顧到社團生活，每天的生活得很多采多姿，同時又不忘顧好課業。

很喜歡北外的環境，北外的學生，是以一半中國學生和一半的外國學生所組成的，所以其實是一個很國際化的環境，只要有好好地參與活動，其實都很容易能交到來自世界各地的朋友，也能趁進拓展自己的國際觀！也能透過各種不同的文化角度，來了解這個世界，也許會有些文化衝擊，但也收穫很多，這一年走過來，認識了很多，交了很多朋友，這是我來北外所收穫的最珍貴的事。

也要趁機會多去中國的世界各地旅行，我有參加為留學生所組織的團體所辦的旅行，也因此結交到朋友。也有自己自由行，去過了山西、天津、河北、內蒙古、上海、蘇州、南京、西安……，雖然都是中國，但因為中國的地廣，讓每個城市的人文風情都非常非常的不一樣，可以好好的去感受一下不同城市的魅力。

想起賈伯斯所說的，人生，就是有一個點一個點所組成的，老實說我從沒想過我交換最後所來到的學校，居然是在中國。但我也要承認中國完全不是我所想像的那樣，也許有些我們負面的想法是真的，他們也有很多我們值得學習的地方，像是行動支付，支付寶及微信支付是真的很發達，在北京，完全不需要帶錢包出門。還有淘寶的物流，也是讓我覺得很驚人，基本上如果商家出貨很快速，北京到廣東的距離，不需要5天你就能收到貨！以及我所說的學生的競爭力，他們真的是很認真地在經營自己的大學生活。謝謝北外所給我的一切，這交換學生的生活，每天都很精彩又充實，雖然其中也有苦過，但想起一個喜

歡的部落客所說的話，有些當時覺得是悲慘的事，當你勇敢地挺過去，以後回頭看，就只是個能笑笑說過去的回憶了，我現在也是如此，現在說起一些當時覺得很低落的事，只覺得當時的自己很可愛很好笑，變成了一個我珍貴的回憶，當時去北外前所設定的目標也整個都被換了，覺得自己的想法變得比較不同，視野也較寬闊了，因為這一年讓我知道，啊，世界其實遠比我想像中的還要更大更大，一天一天過去也開始逐漸知道要怎麼規劃自己的未來，帶著這份動力，回到北商繼續努力。

實際遭遇到之困難/解決方法及給予學弟妹的建議：

這部分分為食、衣、住、行、育樂來說吧，但在這之前先提醒一下學弟妹們來到北外後，最先要處理的事情。

1. 機場接駁

北外會提供機場接駁，最好挑選在中午之前到，才可以來得及完成報到手續。（若沒有完成報到手續，會沒有學生一卡通（通行於北外及在北外花費所需使用的卡），將無法洗澡。）

2. 寢具

在北外的後門（又稱小東門），出去左手邊有間五星，或者較遠處有個超市發，可詢問一下同學，去購買床墊及枕頭棉被（或者學長姐由有留下來），我們住的宿舍是不提供的。

3. 手機門號辦理

這個也是超級重要的，要先有手機門號才能夠辦理銀行與支付寶等等事項。可以去北外的地下超市辦理，那邊會有學生方案可以詢問一下。每年、每學期的方案皆不同。

4. 銀行部分

1) 不需要從台灣匯款

可以直接在北外的西校區的中國建設銀行-北京外國語大學支行辦理。

2) 需要從台灣匯款

可至北外大門口（西門）右轉，至中國建設銀行—苏州桥支行辦理

食：

1. 學生餐廳

總共有四層，B1-3F，推薦 B1 及 3F。

2. 小東門後街

小東門一出去，就是北外學生們所稱的後街，已經可以應付日常所需了。

推薦餐廳：（地理位置可以百度地圖查詢）

中式料理—巫山烤全魚、醉麵、喜滿園水餃、黃燜雞米飯、金掌勺、海盜蝦飯…

韓式料理—金家湯飯、香豬坊

日式料理—加藤屋、巴達廚房

美式料理—站點 Pizza

3. 外賣 App

如果懶惰可以用外賣 App

餓了嗎、美團，可以都用，兩邊有不同的餐廳及優惠。

衣：

不用帶太多，淘寶應有盡有

住：

我去做交換的時候是住在 2 號樓宿舍，是四人一室，沒意外應該都會與台灣人同房。浴室是共用的，要用學生卡收費，不過有簾子有隔間，不用擔心。有時候衛生不良，但大致上還可以啦。門禁時間是 23:30，要好好遵守喲，太常晚歸，會被宿舍管理員給盯上的。

行：

西門有公車站，東門出去大約走 10 分鐘可以到魏公村地鐵站 D 出口。
可以多多善用百度地圖或高德地圖。

育樂：

1) 支付寶及微信上面可以購買電影票，這裡看電影很便宜。

2) 旅行

自由行：

可以善用攜程、去哪兒 APP，上面有攻略及訂房、訂火車票。

(但訂火車票建議提前幾天去北京南站拿票，北京排隊人潮可是很可觀的)
或這也可以去學校附近，有家售票點，很方便，帶台胞證就可以拿到實體票。
火車票飛機票代售點(果園東路) — 北京市海淀區新幹線學校第二教學區北跟團：

在北京有很多為了留學生所舉辦的旅遊活動，可以比較方便的出去玩，像是有些北京近郊，去的話自己搭交通很麻煩，可以選擇跟團。或者是一些較荒涼的地方也可以選擇參與這個團體，一起同行的大多都是來自世界各地的學生，可以趁機多交朋友，很有趣的。

可在微信關注官方帳號：山羊皮校園(CET trip 北京)、Laowai 在華。

參與過幾次山羊皮所舉辦的活動，經驗都還蠻不錯，但還沒參加過在華所辦的活動，但也是有名的組織。

可以下載的 APP 們：

除了前述所提過的，還可以下載**大眾點評**(有時候有優惠或可以提早預訂)、**空氣檢測**的 APP，順帶一提口罩在北京買就好，畢竟霧霾從這裡開始，在這裡買的比較適合。

可以關注的微信官方帳號：

北京外國語大學學生會、北外WE圈，可以了解北外的事。

活動照片



北外西院校門口



校園一隅一小碧池



北外圖書館



北外，冬天



韓語班同學合照



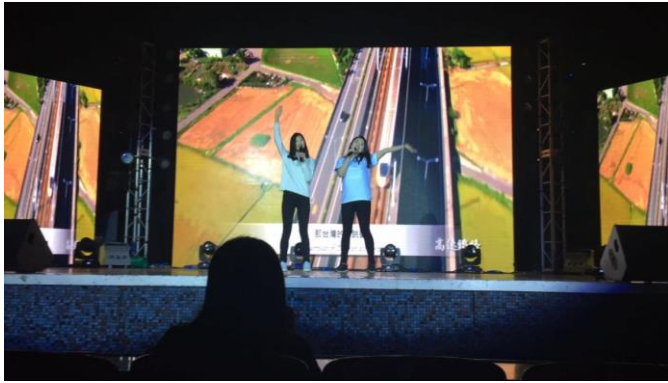
105 上學期台灣交換生



105 下學期台灣交換生



文化活動，韓服
及和韓國朋友合照



留學生晚會，
台灣交換生表演



北外T風，
學校模特兒社團走秀



河北壩上草原



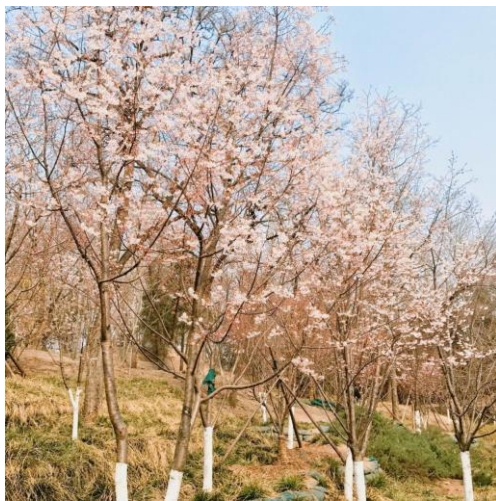
河北壩上草原



紫禁城



八達嶺長城



北京，春



北京，春



天津，海河



青島



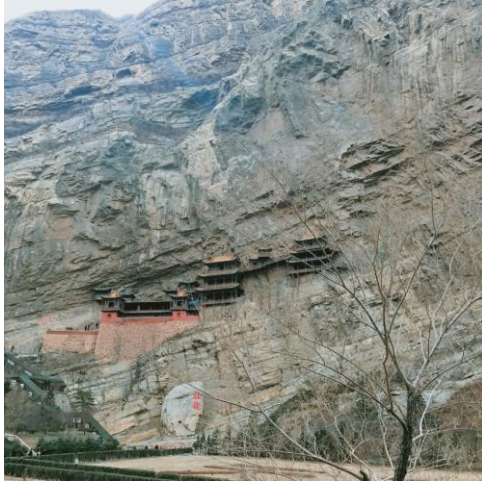
西安，秦始皇陵，
兵馬俑博物館



西安，華山



上海，外灘



山西，懸空寺



山西，雲岡石窟



蘇州，楓橋夜泊



蘇州，山塘街



南京，中山陵



南京，秦淮河



內蒙古草原



內蒙古沙漠，
遇見沙漠之舟



上海迪士尼