

姓名：游智羽

學號：01153155

系級：企四 A

交換學校：北京交通大學

## 交換生研習心得

前言：

還記得第一次出國遊學是三年半前學測申請上東吳大學時，參加學校辦的西雅圖遊學團，雖然只是短期的一個月國外生活，但卻讓我留下深刻印象，大學這幾年也去了舊金山、洛杉磯、捷克、奧地利、華盛頓、波士頓和紐約，喜歡出走體驗異國生活與新鮮事物，每次的旅行都是身心上的成長與收穫。轉眼間大學生活也快接近尾聲，我想在這最後一年留下些什麼紀念大學生涯，因此選擇申請赴陸交換生，雖然沒申請上當初想去的上海，但也感謝學校給予我機會來到首都北京當交換生，展開為期 130 天的交換研習生活，其中 85 天在北京、45 天在其他城市，以下便是我的交換生飛行日誌：

住：

其實在交換出發前想到學生宿舍與室友問題讓我有點困擾，因為跟陌生人一起同住一個寢室意味著這是一個小家庭，彼此間需要去了解、溝通、磨合與包容，北京交通大學安排我住在留學生宿舍，進出樓下的大門需要過卡，以免閒雜人士進入，留學生宿舍的學生多半是中亞、非洲與中南美洲居多，亞洲則是韓國與泰國比較多，我的室友是台灣人與一位福建人，整棟宿舍也只有我們兩位台灣學生。由於福建與台灣的地緣關係，在整體生活上並無太大差異，且除了普通話外還會說閩南語，在相處上又多了一種親切感，但兩位室友的打鼾常困擾我，我也學會包容與溝通，因此這個問題在之後並不對我造成影響。北京的九月在晚上時已能感受到明顯的涼意，宿舍開冷氣的時間也僅維持一個月，陪伴我接下來的日子是那台功率良好的供暖器，每間宿舍都配有一間獨立衛浴，也讓我洗澡更方便舒適，我一個月的宿舍基本開銷為\$20(網路費)+\$50(水電費)+\$1200(床位)=\$1270RMB，比校內其他宿舍與校外的宿舍貴，走廊外有公共洗衣機供學生使用，一次\$4 算便宜，同時也有免費的廚房讓學生煮菜，但幾乎多半是外國學生在使用，藉此看出不同國家生活習慣上的差異。

衣：

北京的冬天非常乾冷，加上室內與公共場所的供暖非常足，因此在穿衣上須採洋蔥式穿法，褲子也需多穿件保暖的發熱內搭褲，最外層是能防風的厚外套並戴上毛帽、手套與 PM2.5 口罩，頻繁的燒煤供暖使得霧霾加劇，外出時常都需要配戴防霧霾口罩剛入冬時非常不喜歡這裡的天氣，室內外的溫差達 20 多度、乾燥的天氣加上供暖，即使每天早晚擦乳液保濕還是脫皮，常看到整片灰濛濛的霧霾籠罩京城，這些都和家鄉的氣候與環境相差甚大；但我住的城市終於下雪了，剛好遇到近十年來最冷的北京，11 月初就看到京城的初雪了，泛黃的銀杏與白皚的雪景相容，真的美不勝收、讓我印象深刻，這也是從未有過的經驗。而南方的濕冷更是難受，因為南方的城市供暖較少，所以低溫時更是感覺刺骨，整體來說，冬天在大陸大多城市基本上都是寒冷，在穿著上都必須多加保暖，要常喝溫熱水補充水分，避免過乾。

食：

剛到北京時發現飲食選擇跟台灣其實差異不大，有多樣化的飲食選擇，但是口味實在是太鹹、太油、太辣，不管是外面的餐廳或是學生食堂都一樣，因此外食點餐時都會要求服務員註記少鹽、少油、微辣，而大陸的餐廳的桌上大多不提供紙巾，需要時要額外購買。北京的簋街有著許多火鍋店與小龍蝦店，冬天時常大排長龍等著吃鍋，麻辣的口味讓他們欲罷不能，而北京繁華的三里屯、工人體育館區則有著許多酒吧與洋食餐廳，是年輕人喜歡聚會的地方，相當於台北的信義區，而我最喜歡的是冬天吃著地道的涮肉火鍋，溫順的清湯湯頭涮著羔羊肉與牛肉，並配著特製的麻醬調味與酸梅湯解膩，在寒冬中是最棒的選擇了，這裡的羊肉和台灣相比下較無羊騷味，因此讓我吃得津津有味，東來順與南門涮肉是饕客吃涮肉的首選；而在北京另一道代表美食就是烤鴨，當然也去朝聖了久仰大名的“全聚德”，鴨肉的美味不在話下，北京許多烤鴨餐廳也做得非常地道，烤鴨美食還列入大陸的國寶之一，但冬天外面下雪或起風時非常冷，因此外賣的生意就會非常好，大陸有許多叫外賣的軟件例如：百度外賣、餓了麼，在街道上都能看到外賣車在穿梭著，且透過軟件下訂外賣還可以有優惠。大陸的北方城市與南方城市飲食習慣也不同，北方人的早點偏向粥、餅與麵食，在西安就能深刻體會到；而在湖南則是偏向酸辣口味，四川是偏向麻辣口味，每個城市都有當地的飲食習慣與地道特色菜，也形成獨特的城市文化，在

每趟城市的旅行中，地方美食不僅僅是填飽肚子而已，也是伴隨我記錄旅行的印證。

行：

北京交通大學附近有地鐵西直門站，約 15 分的不行路程，與東直門站同屬地鐵 2 號線的大轉運站;學校周邊也有公交車可以到達市中心，因此學校周邊的交通機能算是方便的，北京的地鐵網相當發達，與上海的地鐵相當，約有 15 條線路，但北京市的人口有 800 多萬人，每天的上下班時間總擠得水泄不通，搭乘地鐵的民眾都要等到第三班才能搭上;而自行駕車或打出租車的則是堵得讓人快失去性子，在我去的其他二線城市中例如：重慶，地鐵也是擠得像沙丁魚般，讓人動彈不得，大陸幅員與人口都相當廣大，基本上各個城市的交通狀況都是壅塞的，在大城市中的現象更是明顯嚴重，即使實施限行尾號的政策，改善情況仍相當有限，因此外出時總要提早個四十分至一個小時出門，以免中途交通壅堵造成行程耽擱。在大陸有個很火紅的叫車軟件叫“滴滴出行”，跟 Uber（優步）一樣屬於素人司機的載客服務，由於叫車方便、費用較出租車來得低、乘坐舒適，因此許多人都使用滴滴出行或優步叫車，在我叫車的經驗中，大部份遇到的素人司機都非常親切健談，聽口音就知道我是南方人，甚至更準確地猜到我來自台灣，彼此聊著各自的家鄉與生活，分享生活在北京的心得，這方面我覺得比一般的出租車司機來的更有親和力，很喜歡這種聊天交流的感覺。另外，在地鐵站出口常會看到許多素人騎著電動車或是改裝的三輪車拉客，價格都是由雙方協議，雖然有時前往近處方便，但素人往往逆向行駛相當危險，且出意外事故時這些交通工具不在法律保障內，因此為了安全起見仍需三思，大陸各城市均有這類問題，也是造成交通堵塞與紊亂的來源之一。

育：

當初申請交換生是來到北京交通大學的經濟管理學院研習，我選修了電子商務概論（1~8 週）、商業倫理與職業道德（1~8 週）與旅遊經濟學（9~16 週），另外又向語文與傳播學院的老師申請修課許可，選修了英文系的英文口譯（1~16 週）。北京交通大學的課程制度與東吳大學不同，有一學期的課程與半學期的課程，半學期的課程只需要前八週或後八週上課，但一週需上兩次課，屬於密集濃縮課程，能讓學生有更多的自主時間去進修或做自己想做的事，這是在台灣的大學中較為少見的課程制度;在課堂的評分方面則是由出席、作業、小組報告與個人論文組成，期中考與期末考較少為筆試而是偏重報告與論文，

且學校的老師都非常準時上課，大多數在上課前就已經在教室等待同學們，也很少耽誤同學們的上下課時間，能看出“準時出席”是老師非常看重的。

在”電子商務概論“課堂上，老師期初是找尋業界相關的成功案例讓我們課堂閱讀與討論，之後是進去電腦室做實務操作，期中是要求各組假想自己是家企業，開發一個有關電子商務的軟件，並用企劃案的方式去規劃企業的經營理念、行銷與客群、財務分配、短中長期發展目標...等，期末論文則是選擇一家電子商務企業來做各方面的分析，雖然說這門課只是概論，但安排循序漸進讓學生了解電子商務的實務與案例，讓我對電子商務感興趣，且阿里巴巴、PayPal 這些電子商務巨頭對世界的消費方式也產生了影響，未來人們會有更便捷多元的消費選擇。

另外，”商業倫理與職業道德“主要是針對企業的會計誠信與審計方面，剛好也有幾位台灣學生選修這門課，老師安排我們台灣學生為一組並報告台灣企業倫理的案例，而我選擇了前年重大的食安風暴-頂新黑心油事件，大陸這邊也是受害者之一，但他們的食安觀念較為薄弱，認為黑心油是常見的事，且前陣子北京簋街的火鍋店也被食安檢查出在湯底添加罌粟粉，因此讓消費者吃上癮造成店家總是座無虛席，但積少成多也使消費者染疾傷身，在食安問題方面也是大陸在改善解決的問題之一。老師也請我們台灣學生分享台灣與大陸的差異，我列舉人民素質、經濟發展、交通、飲食與兩岸學生做分析，台下的老師與學生也與我們互動熱絡，雖然他們的固有觀念認為台灣跟大陸是一起的，但從各方面比較後能發現兩國差異甚大，我也透過這個機會讓他們對台灣更加了解些。

後半學期的“旅遊經濟學”也非常有趣，因為我喜歡旅遊再加上老師的幽默講課，讓這門課上起來格外輕鬆，期中請每位同學上台報告各個旅遊景點需改善的現象與辦法，而大多數均是有關大陸國民的不文明行為與旅遊業管理，許多國家級景區因為遊客的刻字、吐痰、亂丟垃圾造成景區的破壞，而無照導遊或黑心旅遊團宰客的案例也層出不窮，旅遊產業近年來在內地非常火熱，住宿與門票錢隨著淡旺季之分，價格相差好幾倍，因為經濟發展快速使得大家追求更好的生活品質，國內外旅遊人數是逐年急速攀升，在旅遊休閒的需求面便大幅增加，住房時常是供不應求的情況，但人民的水平並未隨著經濟起飛而跟著迅速提升，對於旅遊業的控管也未有更詳盡嚴謹的旅遊法規去規範，因此造成許多旅遊周邊糾紛，整體的旅遊水平下降也讓外來遊客留下不好的印象，進而影響再訪意願。透過旅遊案例讓我們去思考旅遊這塊第三產業的供需市場，若台下同學不認同台上同學的說法可以進行辯論，所以能看到同學們不一樣的觀

點，大陸上課的互動熱絡，而這是台灣上課時較少有的。旅遊產業與航空產業也息息相關，近年大陸出國免簽增加，使國民出遊方便；中國大型機場航線已達極限，因此增設次級機場及二線城市的航班來分散客流；中外旅遊產業合作也成為熱點，國內航空與國外航空合作，連電子商務付款也有合作，能深刻了解到大陸旅遊業正積極發展，尚需更佳的規劃來維持良好的旅遊品質。

樂：

我的興趣是旅行，在大學的最後一年想留下些特別的回憶來紀念最後的學生時光，於是在有限的交換期間內想去探索內地其他城市來記錄自己的交換日記。北京算是我第二個家，我體驗了京城的古蹟與現代化的繁榮，古蹟方面去了雍和宮、天壇、故宮、司馬台長城，雍和宮保存了孔子的儒家思想，甚大規模的故宮讓世人看見了清朝的盛世，從景山上一覽夕陽下的故宮真的非常美麗，司馬台長城遊覽人潮相較於慕田峪和八達嶺少許多，因此能好好享受長城的壯闊；現代化建築方面，建外 SOHO、銀河 SOHO、鳳凰電視台、世貿天階、CCTV、798 藝術區、國家大劇院、藍色港灣到三里屯...等，將當代藝術融合到建築中，形成極具特色的商業區，我覺得京城裡的建築非常迷人，雖然冬天常被霧霾籠罩，但晴天時可是晴空萬里，那種藍天白雲的透徹是我在台北未曾見過的，到現在我還會想念北京的紅日落，但喜歡旅行的我還不夠滿足，因此決定去其他城市旅行，去享受從未有過的一個人旅行。

第一個旅行城市是吉林，我在十一連假前搭乘 14 小時的動車去這避暑勝地，那時的天氣約在 8 度，也讓我體驗到東北的冷，那幾天搭船游松花湖、在朝鮮族二道白河鎮泛舟，也去了朝鮮族家體驗他們的“炕”，之後來到長白山頂看天池，還不到十一連假就吸引一大群人來朝聖那一大片優美的火山口湖，山下的聚龍溫泉群的蒸氣瀰漫也相當特別，天池是我壯遊中第一個收服的美景。

11 月初我去湖南，可惜張家界與天門山那陣子都是陰天陣雨大霧，因此沒看到最佳的景色，但來到袁家界頂時看到電影“阿凡達”拍攝景點特別有感覺，一根根石柱被雲霧環繞顯得更加壯闊，之後前往鳳凰體驗古鎮生活，白天乘坐小船遊沱江；晚上邊散步邊欣賞燈火通明的夜鳳凰城，雖然鳳凰古鎮已經過度商業化，但還是能感受到當地城內的生活風情。

11 月中我計畫了 13 日四川行，第一站來到了重慶，市區觀光一日遊朝天門碼頭、長江索道、磁器口古鎮與洪崖洞，磁器口古鎮能嚐到許多重慶著名小吃，人潮絡繹不絕；夜晚的洪崖洞真的讓人置身在電影“神隱少女”的場景，讓我覺得滿特別的，隔天乘飛機到達海拔高度 4411 米的稻城亞丁機場，是世界上最高的

民用機場，接著便開始壯遊。第一天我從亞丁景區徒步穿過洛絨牛場最後登頂海拔 4600 米的牛奶海，一路上隨著海拔增加而變得呼吸困難，但依舊靠著意志力去克服，途中遇到的旅人給予的加油也是動力，當我達到牛奶海時終於瞭解到這裡被稱為「藍色地球上最後一片淨土」的原因了，也無法形容那種美麗；第二天則是到了珍珠海，坐在湖邊看著湖水、林群與貢嘎雪山，真的是從未有過的寧靜，讓我覺得在仙境般，即使身心具疲也讓我心滿意足。之後花了 13 小時搭車下山到海螺溝，結果發現竟然還在同一省，讓我深刻了解到大陸真的是非常大，景區雖然霧氣非常重但還能看到幾處冰川，對於首次看冰川也算是收穫。最後來到成都，最熱鬧的春熙路比我想像中發達繁華許多，成都太古里完全不輸北京的，甚至將懷舊與現代建築結合顯得更有特色，之後去了武侯祠、錦里、青羊宮、寬窄巷子和樂山，武侯祠看桃園結義；錦里與寬窄巷子嘗川味小吃；樂山看大佛的莊嚴，最後回重慶在南山一棵樹看一夜重慶結束這次的四川行。

十二月中去上海與家人見面，相較於其他城市，上海人民的整體素質、街道環境、服務水平是我覺得最高的，也因此能成為國際城市，在 100 樓的上海環球金融中心觀景台一覽上海在夕陽下與夜晚的景色，讓人感受到魔都強大的魅力。隔天出發前往蘇州的周莊古鎮，相較於之前的鳳凰古城，這裡才有古鎮的感覺，沒有過度的商業化，讓人能好好享受江南風情。最後一天我們漫步在洋味十足的新天地、窄小卻頗有特色的田子坊、人來人往的南京東路、金碧輝煌的十里洋場、楓紅盛開的魯迅公園，雖然上海沒有大山大水的壯麗景色，但仍然有屬於自己的滬式風格，藝術區、金融區與美食非常成功。

2015 年的年底安排了九寨溝跨年之旅，白皚皚的冰雪童話世界真的讓人留戀，四季的九寨溝都有不同的面貌，水的豐富層層顏色與清澈是九寨溝的最大特點。接著我去了西安這座十三朝定都的歷史城市，兵馬俑、華清宮、西安古城牆、鐘鼓樓與陝西博物館均可見證各朝代遺留下來的歷史痕跡，看完歷史也順便去挑戰五嶽之首-華山，途中路段陡峻充滿挑戰性，最後還是順利征服。

我旅行的最後一站是東方莫斯科-哈爾濱，永遠記得穿三件褲子與四件上衣的那三天，走在結冰的松花江上滑冰滑雪橇、在零下 30 度的冰雪大世界看冰雕展、在冬奧著名的亞布力滑雪賽道滑雪，享受冰雪帶給我又冷又新鮮的體驗，走在俄式風情的中央大街上，吃著哈爾濱紅腸與麵包釀的格瓦斯啤酒，這些都是地道的哈式生活，雖然室內外溫差 30 幾度，在室外還是覺得非常凍，但我喜歡去嘗試、體驗新鮮的事物，最後我回到北京結束了這段交換學生之旅。

## 總結：

在交換研習的這段期間與學校的師生互動都良好，彼此都能和諧的溝通，除了課堂上所學的之外，讓我真正成長的是一個人的旅行。一個人的旅行會感到孤單是必然的，但我相信這也是成長的過程，我很感謝途中遇到的都是好人，大家來自不同的城市、不同的國家並說著各自的故事，年齡層從大學到成家立業的都有，每個故事也不乏人生哲理、生活經歷，而我也學習去聆聽與分享，走過的城市溫差很大，但我遇到的溫暖來的更大，讓我有更多的力量走到下一站，也許很多人很討厭大陸人，在我來交換前我也有抱持著成見，但他們其實都很平易近人，在我和同學們或是背包客溝通相處中發現我不該有成見的，彼此之間需要去溝通、尊重、包容，對於我們所看到的大陸人不文明行為可能是因為受教育程度不高，但並不代表我們能否定每個大陸人，只能說大陸人口太多，水平好壞相差甚遠，他們需要更長的時間去改變，雖然他們都認為台灣是屬於大陸的，這聽起來當然會讓人不舒服，不過藉由一次次的跟他們去溝通解釋但不傷和氣，對於政治彼此都不想有太多接觸，唯一共同的是希望彼此都更好。從來沒想過旅行能給予我這麼多衝擊與影響，很開心當時我替自己申請交換生這個決定，這是我從未有過也特別珍惜的經驗，也謝謝東吳大學給予我機會交換研習，也謝謝家人背後的支持，最後我想說：出走，才知道台灣的好；出走，才知道其實外面的世界你可以有更多的想像空間。