

同濟大學交換心得

學生：東吳大學企業管理學系 林佑珊 03153225 企研 B

交換時間：2018.9-2019.1

交換科系：同濟大學 經營與管理學院 市場營銷系 大二(上海·四平校區)

目錄

- 一、前言
- 二、校園環境&生活
- 三、課程&學習分享
- 四、實習&求職分享
- 五、整體預算&穿搭準備
- 六、旅遊分享

一、前言

讀者好，這是我第二次申請交換學生，第一次申請交換學生時，因為出發前兩周家人大病，面臨手術房前的生離死別非常痛苦，無從選擇下放棄自己的夢想。而延畢再度申請交換，也從交換的生活中體悟到自己的人生哲理。提醒要離家生活的各位，珍惜生命，珍惜擁有的一切，別忘了定期與愛你的人保持聯繫。以下分享皆為個人經歷，盡可能用客觀、數字化呈現，若有疑問歡迎聯絡 email：aaron247596@gamil.com，所有的預算僅供參考

二、校園環境&生活

1. 學校介紹

- (1) 校區：共有兩大校區，四平主校區及嘉定校區，幾乎所有科系的大一大二都在四平校區上課，部分科系大三大四時在嘉定或其他校區。
- (2) 地理位置：四平校區位於楊浦區，鄰近市中心，地鐵 10 號線上，靠近五角場商圈(大學城)，到南京東路只需六站地鐵，交通位置非常方便；而嘉定校區則是在上海郊外，到市中心開車約一小時，搭大眾交通工具 1.5 小時以上。**地鐵站一出站就是同濟的校門口了非常方便**(復旦離地鐵站要一段路，其他學校不清楚)。
- (3) 校區選擇：我的科系是經營與管理學院裡的市場營銷系，這個科系大一大二都在四平校區，大三大四則在嘉定。礙於交換的主要目標為實習，希望留在上海市中心，所以我選擇降級申請該系的大二，住在四平校區。**強烈**

建議慎選校區，務必了解自己的交換目的和校區利弊。



左上星號：嘉定校區
右上星號：四平校區

2. 校園環境

- (1) 宿舍：這學期由於四平的交換生過多，所以安排住在四平校區的本科生宿舍-西南樓宿舍群。以往的交換生都是住在彰武校區研究生宿舍，距離四平和地鐵站步行 15 分鐘左右。而西南樓宿舍在四平校區內，距離校門口地鐵站步行約 15 分鐘。



A 點：西南樓宿舍群
B 點：彰武校區研究生宿舍
紅圈：校門口&地鐵站

- (a). 研究生宿舍：在彰武校區，走路到四平校區和地鐵站約 15 分鐘，20 幾層樓電梯大廈，兩人一房，獨立衛浴有熱水，坐式馬桶，木頭地板，床桌分離非上下鋪，幸運的話窗外可以看到東方明珠。固定某幾層樓有公用飲水機&洗衣機，沒有門禁也沒什麼管理員，唯一缺點沒有公用廚房(真的想煮就在房內...^^)，一學期¥1200 左右。



↑ 跟家一樣的研究生宿舍

(b). 本科生宿舍：我住的西南九樓，共六層樓，四人為一寢，室友皆為港澳台交換生，有公用衛浴(在一樓)、洗衣機(每層都有)、廚房(在一樓)、冰箱(在一樓)、熱水機(每層都有)。房內空間寬敞，號稱「公主樓」(大概 10 年前的號稱吧)，有冷水浴室、老舊洗手台(冰水)、半截門的蹲式馬桶、可曬衣服的陽台。有的房間是上床下鋪，也有的是床桌分離(我的就是這樣，睡上下鋪)。洗澡的話則是會到一樓的公共浴室，開放時間是 15-23 點，刷一卡通付錢才能洗澡，五分鐘 ¥1，固定溫度的熱水，有提供免費吹風機使用。洗衣機則是要用微信操作，公眾號「U 淨洗衣」付費使用。廚房有電磁爐、微波爐、冰箱免費使用，熱水機則是每層都有，自己刷卡付費打水，宿舍規定不能在寢室內使用熱水壺和大型電器(吹風機、快煮鍋...等)，查房看到時會沒收(沒看到就...^^)，一學期費用 ¥666



↑西南九宿舍內部(四人房床桌分離)，門外是陽台



↑西南九宿舍外觀



↑寢室內的馬桶和洗手台



↑宿舍一樓的公共浴室

(2) 食堂：

(a). 校內 – 學生卡付費，價格便宜，本地人說好吃，但交換生們覺得很鹹很油很不優。午餐 11-13 點，晚餐 16-18 點左右，建議早點用餐不然就沒飯吃囉。

- 學苑食堂：離上課大樓近，開放時間較久，六日會開
- 西苑食堂：離我的宿舍(西南九)近，B1 晚上七點後有大排檔(烤串、火鍋、小龍蝦...等)，網評大排檔很好吃但見仁見智啦
- 北苑食堂：較多異國美食，韓式、叉燒、牛排之類的，要早點搶，算是校園內真的美食了
- 三好塢：新疆菜，近留學生宿舍，可以看外國帥哥美女



↑排隊買餐



↑西苑學餐二樓的砂鍋 ¥8~15

(b). 校外 – 正常能吃的小餐館，善用大眾點評 APP 避免雷店

- 同濟聯合廣場：校門口對面，近地鐵站，有麥當勞、SUBWAY、星巴克和各式美食餐廳，最常用餐的地方
- 南門外：一些小吃店，宵夜好地方

(3) 便利生活

(a). 洗衣：宿舍各樓層都有自助洗衣機，需要關注微信公眾號「U 淨洗衣」來去預定&使用，一次洗衣費用 ¥3~5 元左右，需自備洗衣精，也有烘衣機可使用，體驗物聯網的厲害。

(b). 取物：快遞取物非常方便，四平校區的所有快遞幾乎都會送到近鄰寶，這邊有櫃台可以寄件 or 領取大件貨物，小件貨物(淘寶之類的)則是會方在快遞櫃裡面，可以關注微信公眾號「近鄰寶」會比較方便喔，快遞到時會用微信通知。淘寶退貨或是寄件也是在這邊處理，記得攜帶身分證核對資料

才可寄喔。基本上以簡訊或是公眾號通知取件地點為主，會比物流進度在慢個一天。

- (c). 超市：校內宿舍附近都會有「教超」，裡面可以買水果、各類零食飲料、日用品。西南樓附近的教超二樓也有賣寢具、運動衣、西裝、衣服等。
- (d). 地下街：某些宿舍樓下有地下街，西南八地下街有二手書店可搶購挖寶，還有影印店、眼鏡行；西南九地下街的理髮廳內有便宜又讚的美甲，也有洗衣店、裁縫店、照相館、電腦及單車維修站，有時候快遞取貨點(天貓生鮮之類的)會在這裡。



↑淘寶有活動時，貨物塞滿近鄰寶大廳



↑智能取貨櫃

三、課程&學習分享

1. 課程選擇

由於市場營銷系在四平校區開設的課程主要是大一大二的必修課，像是微積分、管理學...等理論性課程，而比較實務性的選修課都是大三大四的課，主要開在嘉定校區，四平的選修課都是 for 體育班的，交換生也可選修，但課程的強度和學習氣氛則有影響。我選修的兩門課程：國際市場營銷&工商管理講座。

- (1) 國際市場營銷：為體育班的選修，班上有一半的學生是台灣交換生，感受到老師(劉艷玲老師)上課用心，課程內容帶了很多國際案例，但班上學習氣氛很差，體育班學生常常翹課。若有興趣的同學，我蠻推薦劉老師的課程，她對學生也蠻好的可以，很願意私下跟同學們談論現今的市場環境。

- (2) 工商管理講座：此為該系大二選修課程，每周都有不同的老師來演講，但似乎沒有公布每周的演講內容，由於老師很少點名且只有期末論文心得，該班學習氣氛很差，翹課睡覺玩手機的都有，超級涼課衝學分專用。
- (3) 英語視聽說(旁聽)：該校的必選修課程之一，若要選修的話要跑系辦開通資格。朱邁青老師上課常與學生互動，特別加強學生的聽力和口說，教材用 CNN 新聞書籍為材料，考試蠻硬的且出席分數很重，收穫會很多但要慎選。
- (4) 碩班行銷管理(旁聽)：跑去經管學院旁聽碩班的必修課程，全英授課，班上很多外籍學生，但碩班教室很小不一定可以旁聽，且大學生不能選碩班的課程。

整體而言，因為在校時間較少，課程參與的不多，沒有特別感受到傳說中很恐怖的競爭力，反而覺得同濟的商學院資源沒有很豐富，校內徵才(秋招)的公司都是建築、理工相關科系的職位，反而我想要的資源很少，**建議商學院的同學在選擇學校時也可以評估一下該校的重點科系學院。**



↑與校徽合照



↑經管學院

2. 學伴制度

在準備出發的前幾周會收信告知學伴的聯絡方式，好的學伴當天還會到學校迎接你，帶你參觀校園環境和協助處理銀行、手機事務，但多數學伴消失或是沒空理你。建議跟著學校的團體接機，比較有可能認識到朋友，前一周認識的朋友大概就會確定這半年的生活。學校會有一日遊活動，建議參加一下，免費的吃大餐遊上海，也是個認識交換生的好時機。

四、實習&求職分享

1. 實習

(1) 管道

- (a). 學校公眾號：ex 同濟實習圈、上交實習圈...等，可自行搜尋，有些可以加入群組，內有蠻多第一手資訊或是內推，不同校也可以加
- (b). 實習僧：通常今天投隔天就可能接到電話了，一天只能投 10-15 次(有限定數量)，HR 效率很快，必須要填好對方限定的履歷(也可以附上自己的版本當附件)

→建議可以到當地再投遞，他們會打大陸手機聯絡，而且很有可能第一關就是先電話面試，履歷可以寫交換的大學名，這裡實習風氣非常盛行，幾乎是先搶先贏的感覺

(2) 面試：

- (a). 美團點評：知名度相當高的互聯網產業，公司有點靠近虹橋、七寶那附近，交通的話對同濟來說不太利(車程約一小時要轉兩次地鐵)，公司氣氛蠻活潑的，而且成長性可觀。面試時是由主管直接面我的，也沒有特別寫人員資料，有二面(可能因為當天大主管不在)，後來因為有得到滿意的 offer 就拒絕二面了，而且應徵的部門我興趣不太大(負責寵物相關的部門)
- (b). 廣匯汽車：大陸汽車產業經銷商中的龍頭，旗下也有二手車網和租賃公司，在豪華車的市場中佔了大部分，公司也靠近虹橋(車程快一小時但不用轉車)，一整棟獨立辦公司非常氣派，HR 有先電話面試，也沒有填相關的人員資料。應徵品牌部實習生，面試內容以產業知識、財管能力為主，現場錄取，可以說是 OK 的人選主管就用了，負責的 HR 似乎也是實習生還放雷

(3) TIPS

- (a). 這裡實習的風氣有點像是先搶先贏，主管認為你可以用就馬上用了，給回復都相當快速，準備面試時記得攜帶簡體字的履歷，並了解在地化辭彙(ex 行銷=營銷)
- (b). 關於公司的詳細內容，除了 google 和百度找資訊外，也可以用「天眼查」去看看公司的狀況
- (c). 這裡的日薪是 ¥ 100 左右為基準，我的公司有多給 10 元車資補助和供餐，而薪資的部分是不用繳稅的，所以在開薪資轉戶時會特別困難(要求公司證明錄取文件)
- (d). 多數的公司可能在陸家嘴、靜安寺，或是一些比較環外線上商業大樓(虹橋附近)

(e). 注意簽約合同，特別是薪資和工作時間的部分

(4) 實習經驗

我們部門有兩個實習生，另外一位實習生是一位法國碩士小姐姐，早我三個月進去但成功轉正了，而我們這群實習生(4-6 個左右)感情不錯中午都會一起用餐，大部分的實習生都是國外碩士回來的(但不代表很厲害啊，這世界洗學歷的一堆)。在公司首先遇到麻煩的是打字系統的不同，要麻煩 IT 灌注音系統(win7 以上就沒這問題了 QAQ)，或是自己學會拼音，遇到蠻多口音、詞彙的不同而產生的誤會。最讓我無言的是政治問題，由於該公司特別多黨員(老董是軍人退休)，容易被較沒國際觀的同事們問到國籍問題，也常常被貼上標籤，特別說明我是台灣來的新人，但大多數他們聊天聊兩岸之類的都還 OK，畢竟他們沒去過也不了解阿^^

2. 工作

(1) 找工作管道

(a). 秋招&春招

當地找工作蠻激烈的，看到人才就會搶，秋招式 9-11 月左右，春招則是 3-5 月左右，基本上應屆畢業生都會參與到秋招，學校也會有很多徵才說明會，或是公司企業另外有 OPEN DAY 之類的活動。

(b). 社招

就是一般的 104 這樣，剛畢業的話蠻推薦用「前程無憂」這個網站，比較多職位是給經驗不多的新人，且也有網路論壇可以討論秋招的試題和面試。該求職網可以付費購買服務，了解競爭對手阿或是那些公司對你有興趣。

(2) 求職經歷：

(a). 我參加美團和 adidas 的秋招考試，兩間公司的第一關都是填寫履歷資料，第二關是過幾天後的線上筆試，會規定你在某個時間點前完成網速測試之類的，筆試時會要求你要打開筆電鏡頭全程監控，且要關掉所有的通訊軟體，如果離開該畫面(像是訊息不小心跳出、按到桌布、打開其他網頁視窗)，該筆試網頁都會有紀錄，題目大多為基本的數學邏輯測驗、中英文測驗、企業相關資訊了解等，建議大家筆試前可以到網路上找一找相關資料或是練考題，大約會考個 1 小時左右，自己在選擇考試場所要特別注意(在宿舍室友很吵)

(b). 透過一般社招找到某家當地連鎖飲料店總部的行銷人員職位，過去曾是台商但後來都是陸資了，該公司的台灣人也非常多。雖然最後有拿到 offer，但因為上海生活成本太高而推辭了。該公司最後開給我 8K 人民幣(稅前，無房屋和機票補助)，算是我聽到商學院本科生的薪水蠻高的，通常他們大

學本科生畢業薪水很多人拿 5-6K，而租房至少 2-3K，物價又是台北的 1.5 倍，綜合考量下來拒絕該份工作。建議有興趣想當上海新鮮人的朋友可以多看看 PTT 的 WORKINCHINA 版，有很多網友經驗分享。

五、整體預算&穿搭準備

1. 預算

(1) 金錢

出國前務必先和家長討論好匯款方式，第一個月要繳納學校宿舍費用及購買寢具用品，消費金額較為龐大；且注意是否有遇到連假安排旅行，像是我剛到的第一個月馬上遇到中秋和國慶連假都有出遊，當月花費特別高，身邊很多只帶一些現金來，家人又是每個月平均匯款，對於金錢和旅遊的安排非常困難。而我自己**一次帶**了最高限額 2 萬人民幣(約 9 萬台幣，匯率 4.5)出國，後續則是朋友來找我時協助帶人民幣過來。**國際匯款**則是要注意大陸銀行卡的相關訊息，通常作業時間要一周左右，可能要為此跑一兩次銀行以上，較為麻煩，但多數人使用。**跨國提領**則是要事先開通金融卡磁條密碼，出國前就要跑銀行處理好，各家銀行手續費和匯率不同，建議一次提領大筆金額。若有家人或是朋友在大陸開戶，也可以善用**微信轉帳**的功能來舒緩金錢上的困難。以上粗體字幾個方法供參考。

(2) 費用估算

上海飲食物價約台北的 1.5~2 倍，但窮學生也有窮學生的吃法，費用僅供參考

每月生活費：一萬台幣*5 個月=\$五萬

住宿費+保險+寢具用品+雜費=\$一萬

來回機票=\$一萬五→省錢可買單程或廉航，行李可用淘寶找集運(一公斤 ¥ 14)

TOTAL 基本花費：\$七萬五台幣

旅遊花費

北京五天四夜(自助)：¥ 2400

張家界五天四夜(自助)：¥ 2600

蘇州兩天一夜(自助)：¥ 600

烏鎮兩天一夜(自助)：¥ 600

黃山三天兩夜(自助)：¥ 1100

甘肅青海環大西北(包車六日)+西安(自助 2 日)：¥ 4000

杭州(一天自助)+南京(兩天自助)：¥ 1200

哈爾濱大東北(跟團 5 天+半自助 1 天+自助 1.5 天)：¥ 4500

2. 穿搭

(1) 上海溫度穿搭(9月出發)

9月的天氣還算熱，大概 25~30 度，短褲短袖配上薄外套即可，覺得蠻常下雨或陰天

10月天氣開始轉涼，秋裝薄長袖不用帶太多，上海沒有秋天的，前一周 25 度後一周 15 度，突然變冷，厚帽 T 和毛衣直接套上吧

11月的天氣開始 15 度左右，大概就是台北冬天 1 月那種感覺，沒台北常下雨，但也算濕冷，毛呢外套&西裝厚外套還撐得住

12月天氣開始 10 度左右，冷氣團來的話會到零下甚至下小雪，需要厚毛衣，可以淘寶買加絨衣物和加絨衛生衣，當地衛生衣品牌(南極人)或是自備 UNIQLO 發熱衣都行，本地人都會穿起長版的羽絨外套，建議至少帶羽絨外套一件

1月天氣寒冷，遇到零下的話非常痛苦比台北還冷，室內基本上都會開暖氣(特別是公司、地鐵)，溫差大建議洋蔥式穿搭，0~-5 度寒風刺骨，圍巾毛帽手套口罩不可少，會凍傷

(2) 冬季北方旅遊穿搭指南

溫度零下的穿搭都差不多，一定是發熱衣+厚毛衣+羽絨外套+毛帽手套口罩圍巾+加絨加厚褲，頂多發熱衣多多穿幾件，褲子穿個 2 件或是買超級厚的，暖寶寶貼全身，腳部羽絨服沒遮到的部分特別寒冷下列提供我在各地不同溫度的穿法

溫度	地點(乾溼)	上衣	下裝	配件	感覺
0~-5	杭州+南京 (濕冷)	薄發熱衣+ 厚發熱衣+ 厚毛衣+ 羽絨外套/	加絨牛仔褲/ 500g 厚褲襪	圍巾 薄手套 毛帽 貼式暖寶寶*1~3 足部暖寶寶*2	食物放室外不會壞掉，像是台北寒流時騎機車，呼吸有霧氣
-10~-15	青海省青海湖(乾冷)	薄發熱衣+ 厚發熱衣+ 加絨背心+ 厚毛衣+ 長版羽絨服/ 加絨衝鋒衣	加絨牛仔褲+薄絲襪/ 一般褲子+ 貼身薄毛秋褲/ 700g 超厚褲襪	圍巾 加絨毛手套/防風手套 毛帽(加絨可護耳) 貼式暖寶寶*5 足部暖寶寶*2 手部暖寶寶*2	皮膚接觸到空氣會不舒服，沒戴手套 15 分鐘會覺得痛，皮膚太乾凍傷脫皮，iphone 拿出來 30 分鐘會關機

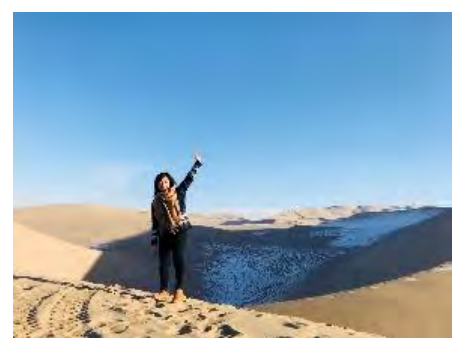
-25~-35	哈爾濱市區 (乾冷)	薄發熱衣+ 厚發熱衣+ 加絨背心+ 厚毛衣+ 長版羽絨服 /加絨衝鋒衣	加絨牛仔褲 +500g 厚褲襪/ 防風褲+一般牛仔褲+秋褲 /900g 超厚東北專用厚褲襪	圍巾 加絨毛手套/防風手套/兩層手套 毛帽(加絨可護耳)/ 雷鋒帽 貼式暖寶寶*7 足部暖寶寶*4 手部暖寶寶*2 (一天換兩次暖寶)	街上的水果都超級硬，潑水成冰霧，走在路上 10分鐘感覺四肢末端痛，睫毛、鼻涕、口水都會結冰，羽絨服沒遮到的腳會冷，擤鼻涕會有血，iphone 拿出來 10分鐘關機
---------	---------------	--	--	--	--

六、旅遊分享

1. 大西北

大推，最愛的行程，冬季旅遊景美人少又便宜，但真的冷且商店開的不多，包車師傅李軍長(18229022820，說是台灣交換生介紹的或許可以優惠一點)，三人包車 6天+西安自助 2天，全程總花費 ¥3500~4000

	107年12月14日 五 蘭州	107年12月15日 六 大西北1	107年12月16日 日 大西北2	107年12月17日 一 大西北3	107年12月18日 二 大西北4	107年12月19日 三 大西北5	107年12月20日 四 大西北6	107年12月21日 五 蘭州	107年12月22日 六 西安	107年12月23日 日 西安/上海
早	上海(浦東)2→ 蘭州T2 07:20-10:40 國航CA1935	塔尔寺 \$80/40	茶卡盐湖	青海雅丹地貌	鳴沙山月牙泉 \$80/40		扁都口 祁連草原			
午	蘭州市區	拉魯山 青海湖 \$100/50	克魯克湖 \$20/10 翡翠湖	當金山 阿克塞 \$10 陽关 \$60/30	莫高窟 \$100/50	嘉峪关 \$50/25 張掖七彩丹霞 \$75	門源油菜 \$60/30 達板山 黑泉水庫	華清池	兵马俑 \$120/60	西安→上海(浦) 13:30-15:40 東航MU291
晚	上海(浦東)2→ 蘭州T2 19:35-23:00 東航MU720							回民街/鼓樓 (吃吃喝喝)	回民街/鼓樓 (吃吃喝喝)	
住	蘭州	茶卡/德令哈	大柴旦	敦煌	敦煌	張掖	西寧or 22:50飛回to西安	西安	西安	



2. 大東北

哈爾濱自助&一日遊+東北包團遊(雪谷、穿越羊草山、雪鄉、長白山、吉林)，哈爾濱市區的冰雪大世界最冷，真的是冷到全身不舒服的狀況(體感-35度，甚至更低)，但市區沒有什麼特別好玩的，一定要報團或包車去附近旅遊，一日遊行程還不錯蠻推的(伏爾加莊園)，包團五日遊的部分則是攜程上看到的優惠團，但因為穿越羊草山額外花費¥450的交通費，以及導遊會強烈推薦消費，個人覺得CP值不高，且路途雪景沒有大西北的多，總花費¥4000~4500。

日期	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日
星期	五	六	日	一	二	三	四	五	六
主題	火车	哈尔滨	哈尔滨	哈尔滨	DAY1	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5
早			伏尔加庄园	圣索菲亚大教堂	车	步行穿越雪谷	车 镜泊湖风景区 吊水楼瀑布 冰窟捕鱼	魔界风景区 长白山北坡 天池 聚龙泉&瀑布	雾凇岛 松花湖滑雪场
午		上海→哈尔滨 硬卧24HR 18:39抵达	伏尔加庄园	冰雪大世界	(車上吃) 雪谷农家 包饺子	(路上吃) 羊草山 雪乡	车	(山上吃) 小天池&绿渊潭	(車上吃) 预计16:00 吉林车站解散 到机场30min\$22
晚	上海→哈尔滨 硬卧24HR 18:56出发 \$496.5	中央大街	中央大街	冰雪大世界	篝火晚会	雪韵大街 棒槌山观景台	(待到新店吃) 温泉酒店	车	长春→上海(浦) 19:45-22:40 东航MU9180
住		哈尔滨	哈尔滨	哈尔滨	雪谷农家	雪乡	长白山	吉林	

