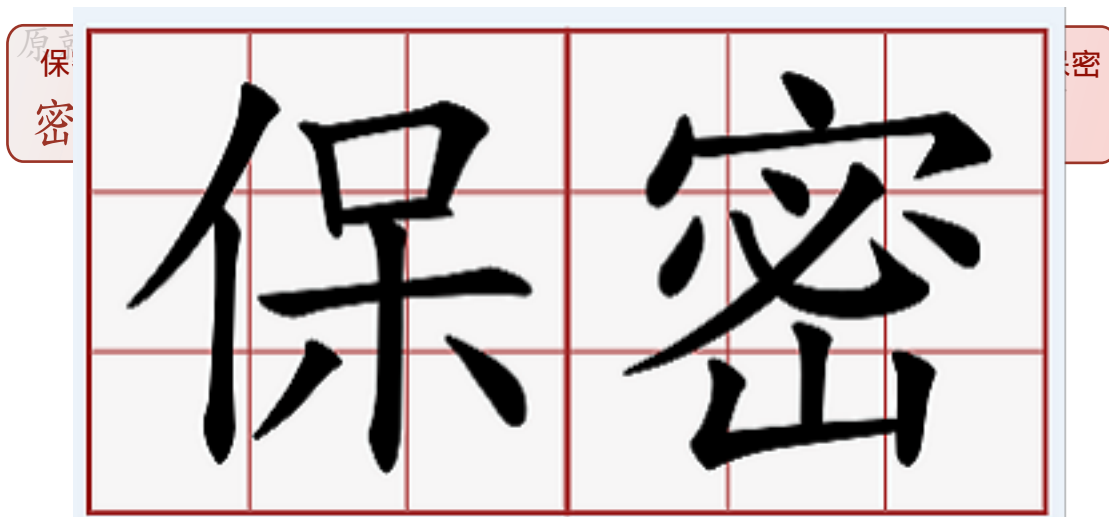


教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修
之留學生成果報告書

Ministry of Education Scholarship for Excellent Students to Study Abroad
Report on Exchange Experience

重慶大學留學心得

Report on Exchange Experience at Chongqing
University



獎助年份：(由口處填寫)

Award Year (filled out by OICC)

國外研修成績：

GPA Received at the Host University

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，中文至少 3000 字或英文至少 2000 字及 6 張圖片(含說明)，12 號字：

Outline of the report: Please describe your experience according to the following sections with a minimum of 3000 words in Chinese or 2000 words in English and six pictures(each with captions). Font size: 12

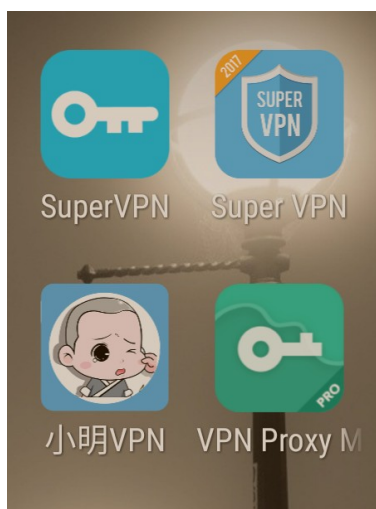
1. 緣起 Origin
(可就交換生甄選準備、出國前準備、簽證之辦理等準備事項進行陳述)
(This section may include the preparation for exchange, pre-departure procedures, visa application, etc.)
2. 研修學校簡介 Introduction of the Host Institution
(可就該研修學校特色、接機、報到與住宿等事項進行陳述)
(This section may include the features of the host institution, airport pickup, check-in and accommodation, etc.)
3. 國外研修之課程學習(課內) Courses You Took
(可就選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述)
(This section may include procedures of course selection, course content, class size, learning outcome, etc.)
4. 國外研修之生活學習(課外) Extracurricular Activities and Social Life
(可就參加之社團、課餘活動與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗進行分享，並介紹交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食及各項支出費用等事項。)
(This section may include details about the clubs you attended, social life, exchange of culture with local or other international students, residential life, transport, food, and living costs, etc.)
5. 研修之具體效益(請條列式列舉) Advantages Gained on Exchange (Please use bullet points.)
6. 感想與建議(Overall Comments and Suggestions)

備註 Notes：

1. 請依規定標題書寫，但格式仍請自訂。
Please complete the report according to the headings regulated above, though you can make your own format.
2. 容量限制：8MB
Capacity: 8MB
3. 勿呈現個人基本資料（身份證字號、出生年月日、電話、住址等）
Do not include personal information, such as ID number, date of birth, telephone number, and address.

緣起：

中國，一個擁有五千年歷史的國度，對於一個修習中國文學相關的學生來說有著極大的吸引力，因此在知道有交換生這件事時，我其實早已迫不及待的想前往這嚮往的國度。在準備過程中，第一個要準備的是學校的 W-Portfolio，將自傳、學習計畫等相關材料上傳之後就可以準備面試了。面試是採取中英文面試，題目並不會太刁難人，大多是問「為何想要交換？」等問題，面試完之後就等著撕榜啦。確定完要交換的學校之後就需要開始行前準備，要去中國的學校的話需要去辦「台胞證」，證件辦好後就可以準備收拾行李了，行李中除了一定要帶衣服外，也可以帶一點常用藥品，因為我去的是重慶，在川渝地區首先要克服的就是食物上的問題，這裡大多喜歡吃辣，因此為了避免吃辣吃到腸胃不適，一般的腸胃藥是一定要帶的；重慶是一個依山而建的城市，因此還有「山城」之稱，也因為其建築特色又被稱之為「3D 魔幻城市」，所以行走在這座充滿著坡道、階梯的城市一雙好穿的鞋是不可避免的，高跟鞋我是建議不要帶啦。另外，在中國需要連上外網的話需要特殊的 VPN 軟體，這裡介紹幾個還算比較好用的 VPN。



名稱	SuperVPN (鑰匙型)	SuperVPN (盾牌型)	小明 VPN	VPN Proxy Master
優點	可以瀏覽網頁、臉書、PTT、Line、看影片	可以瀏覽網頁、臉書	可以瀏覽網頁、臉書、YT，收訊佳	可以瀏覽網頁、臉書、PTT、Line、看影片
缺點	節點訊號有些不穩	PTT、Line 不能連	PTT、Line 不能連	節點訊號有些不穩

研修學校簡介：

重慶大學為中國知名的 985 工程、211 工程名校之一，也是中國著名的建築老八校之一，重慶大學目前擁有四個校區，A、B、C 三個校區位於沙坪壩區嘉陵江江畔，虎溪校區則是在距離校本部 A 區大約有二十公里的大學城。重慶大學是一所著名的理工科的學校。而我治次所交換到的學院是重慶大學的博雅學院，博雅學院一屆的學生約有三十名左右，課程內容涵蓋了人文科學、社會科學、自然科學等課程，一學期大約可修四、五門課，期中期末有三千至五千字不等的小論文。在接機方面，重慶大學會安排一天提供接機及安排報到事項、宿舍入住等相關事宜，在辦理報到事項時，我對於重大的廣闊校地有著又愛又恨的情緒，重大 A 區的地形充滿著坡道及階梯，有些處室又距離較遠，因此在跑處室上花的時間較久，在宿舍方面，我住的是 ACD 樓的三樓，因為地形的緣故，三樓其實位於一樓的位置，宿舍沒有電梯，因此我還挺慶幸自己不需要爬樓梯，宿舍裡有獨立的衛浴設備，熱水需要刷校園卡才可以用，熱水供應也有一定的時間，宿舍裡的電費需要網上繳費，整體而言可以算是很舒服的居住空間。

課程學習：

我在博雅學院一共修了四門課，分別是：西方文學史、宋明儒學、魯迅專題研究、文化研究的理論與實踐。西方文學史的內容大多都圍繞了西方的歷史脈絡，在知識點的部分是由學生整理出來的，每位同學先分成幾個小組，再由小組將特定時期的知識點整理成一份講義後在共享給全班，課程中每位學生也要依照自己負責的時期找一本代表作來提出問題及導讀。宋明儒學主要是依照宋

明學案的原文進行賞析及解讀。魯迅專題研究前期主要是說明魯迅的生平及這些事件對於魯迅的寫作有什麼改變，後期主要是讓每位同學選擇一篇魯迅的作品並且依照自己的觀點作導讀，上課內容除了魯迅的作品外還有一些學者對於魯迅研究的論文，而且課後老師也會適當的補充一些額外資料。文化研究這門課相對起來就比較活潑，主要是圍著四個主題做討論，利用文本找出一些文化現象去做探討與批評，題目分別是：過時的資本主義、消費社會、文化領導權與意識型態、鄉土中國，期末還有一個自訂題目的 PPT 報告，但是題目不可偏離文化的範圍。



地形特色。當天還去了一個重慶特有的交通工具，就是可以橫越長江的長江索道，這條索道原先是客運用的跨江交通工具，之後被選為重慶市的文物保護單位，有著萬里長江第一條空中走廊之稱。旁邊這兩張圖就是長江索道的算是招牌一



的景色。一日遊的行程中最讓我印象深刻的莫過於旁邊這一盤鮮豔的紅，當這一盤被端上桌時，說是全場最矚目也不為過，而這道引人注目料理據說是「辣子雞」，顧名思義，就是要從這一盤辣椒中找出雞肉，可惜本身不喜吃辣，因此只能淺嚐一點之後宣告放棄，畢竟它的顏色早已令許多人是退避三舍了。除了開學的重慶一日遊外，港澳台協會在期中的時候也會舉辦春遊活動，像是去爬峨眉山之類

課外活動：

在課外活動方面，重慶大學其實有一個學生交流協會是負責港澳臺學生的，其中也會辦一些活動讓交換生參加，當然了，連開學當天的接機也是由這個協會負責。交換的這學期，參加了幾項協會辦的活動，第一個是專門給交換生參加的「重慶一日遊」，這個活動是利用一天的時間參觀幾個重慶知名的地點，如：朝天門碼頭、鵝嶺二廠、長江索道等地點，全程免費還會提供當地特色料理。左邊這張照片就是在二廠拍的，從二廠望去可以看見依山而建的高樓建築以及一旁的江水，獨特的重慶



類的地點以及從纜車上拍到的景色，也因為這是一個特色景點，所以當天排隊排了很久才進去，而且整個纜車人擠到一個根本無法動彈程度，但是我幸運地剛好在窗邊，因此能清楚地看見索道





的，而這次的春遊是去西安，為期四天三夜的西安之旅，雖然去了夢寐以求的西安，可是總覺得玩不盡興，在期末的時候協會還會舉辦歡送交換生的餐聚。除了參加港澳臺學生協會舉辦的活動之外，我自己也有利用長假的時間去了許多地方，像是去大足看了聞名世界的大足石刻，去成都看了歷史古蹟都江堰，去杭州走了一圈西湖，去蘇州看了著名的江蘇園林等，除了去重慶以外的城市，我也在課餘時間去了幾個重慶的著名地標，像是去重慶動物園看川蜀地區的特產大熊貓，去趟千年古鎮磁器口，去了人民解放碑，以及當地

特有的吊腳樓景色洪崖洞等。

在旅行途中發生的所有插曲都是整趟旅程的亮點之一，當然有些事也是需要注意的，在中國旅遊時我大多是搭火車及高鐵，但是請記得這裡的車站並不像台灣的車站可以發車前十幾分鐘到車站就行，中國的車站就像機場一樣，要先驗證身份與車票一致後，再將行李通過安檢機器，而且發車前十分鐘就停止檢票了，因此建議在中國如果要搭火車出去旅行的話，最好提前兩個小時到車站，因為我就曾經趕不上列車，最後就只能改簽的經歷，除了搭列車外，中國的地鐵站其實也有設置安檢設施，因此也需要注意一下。另外在旅遊景點時，有些地區需要買票，這時記得出示台胞證及台灣的學生證，這樣可以有學生票的優惠，畢竟學生證的優惠可以為自己省下一些預算。

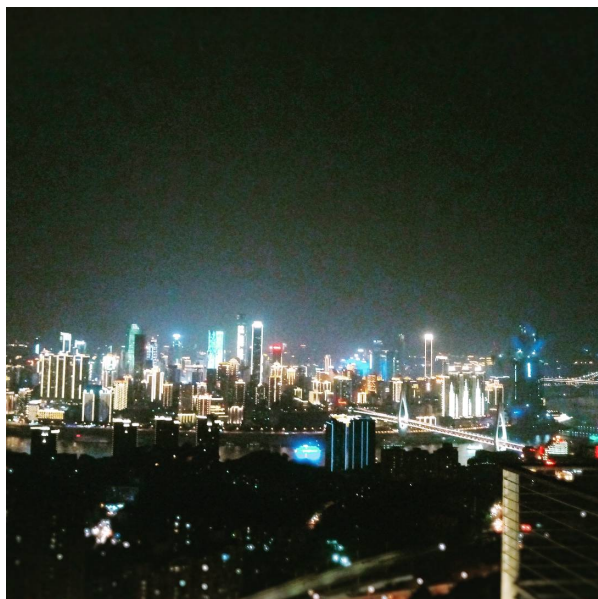


研修之具體效益：

1. 走出舒適圈：一直以來，我其實不太習慣離家太久的生活，就連上了大學也是習慣一個月回家幾趟，但是交換生的生活讓我離家有半年之久，走出了自己熟悉的舒適圈才瞭解到自己的獨立性仍然不夠，但也讓我體驗了舒適圈外的生活。
2. 拓展視野：正如上述所說，在舒適圈中待久了，其實自己的視野也受到了一定的限制，這次的經歷讓我走過了許多城市，也看到了許多不一樣的風景。
3. 發現自己的不足：在博雅的日子雖然是只有短短的一學期，但是總得自己的努力似乎還不夠，在這段日子我期許自己能夠更加進步。
4. 培養自己的交際：中國是一個有著十幾億人口的國家，在大學中的學生也來自四面八方，我在這裡認識了來自哈爾濱、湖南、浙江、福建等地的學生，並和她們成為朋友，這是我這趟交換行程中最重要資產之一。
5. 促進文化交流：雖說都是華夏文化，但是有些時候還是有些不一樣，尤其是在文化研究的課堂上，透過議題討論也是兩岸文化交流的一種。

感想與建議：

這一次前往重慶大學的交換生活，對我而言各方面都令我受益良多，不論是課業上不同老師的教學方式，能夠讓我吸收、了解到更多的新知；或是在旅行中有機會感受到中國不同的人文風情；以及在生活中認識更多的新朋友，於我來說都是很好的經驗與回憶。即使在學習過程中會因為兩岸教學方法的不同而很可能遇到挫折，但對我來說，這些也全都是成長、學習及自我追求的一部分！



一棵松觀景台的重慶夜景



夜晚的人民解放碑



西安的明城牆



重慶特產——麻辣火鍋



兵馬俑陪葬坑



早晨的第二教學樓一隅



朝天門碼頭



跨夜的臥鋪列車