

北京大學 102 上學期交換心得 人社院學士班大四 鄒函儒

一個學期四個多月的時間，非常快就過了，還沒去北京前，其實沒有那麼擔心自己是否能夠適應，因為時間不長，能讓你/妳好好適應的時間不多。事實證明，當一切漸漸變成習慣時，交換也即將結束。所以即使生活有一些衝擊，我都當作體驗處理，好好記下當下的感受，因為有些事情可能再也沒有機會遇到，比如說北大宿舍的洗澡間，大家全部脫光光。在交換之前可以先想過要把交換生活重心放在哪一個部分，學業？旅遊？當地生活經驗？這樣才能玩得盡興。

以下將心得分為食衣住行育樂和其他等部分。

食—油、鹹、辣

首先替學校裡的食堂排名：

上：家園(已成為我和室友的老地方)、百年講堂地下室的燕南餐廳、物美超市一樓的煎餅、大澡堂旁一排的小吃攤

中：松林、農園、桂林、藝園

沒進去過：學一、學五

以上排名不代表學校食堂的人氣指數，只能反映出中國和台灣學生的口味差異。此外外賣也是我們的最愛，可以下載“餓了嗎”app 來訂購外賣，有非常多種料理的選擇，但價格就是北京的物價，會比較貴一些，好吃的便當幾乎都要人民幣 20 塊以上。

而學校小西門外的暢春園和附近中關村商場有些餐廳還不錯：1+1、比格 pizza、沒名兒生煎包、五大粥、鐵木真燒烤等，也可以利用美團網和大眾點評網搜尋團購卷和人氣餐廳，大眾點評網還有成為會員就有折扣的功能。兩個都可以下載 app 使用，頗方便的。

如果不太能吃辣或是胃不好的同學要記得帶胃藥，在北京真得比較難找到清淡的食物，學校裡的松林食堂有賣清粥。

因為到了冬天很乾燥，水分補充非常重要，所以一開學可以訂桶裝水，一次訂 30 桶不會太多，我們寢室最後一個學期喝了 45 桶。

衣—淘寶是我們的好朋友

原本在台灣不太喜歡上網買衣服的我，都因為淘寶淪陷了，因為它真得很方便，多方比較下又可以找到便宜的衣服，但真的要注意看評價，或是事先和賣家接觸，來衡量這家店的品質。

想要逛實體商場可以到五道口、動物園站那也有市集、秀水街的衣服不那麼好看，但鞋子包包還可以。

最後要說的是淘寶什麼都買的到，也可以買到台灣的食品，我和室友們因為太想念就訂了北海道燕麥片，中國雖然蠻多食品和台灣很像，但很多還是吃不慣。淘

寶取貨是在北大南門外，算是中國一大奇景，大家可以去朝聖。

在北方到了 11 月就會開始供暖，到時候在室內穿短袖短褲都沒有關係，所以穿著上我覺得最重要的是可以防風的大衣、手套、圍巾和刷毛的褲子，裡面不用穿太多，我常常是小背心配毛衣，另外我都會戴上口罩防冷風，臉的皮膚也不會那麼乾燥。這個冬天我沒有穿過發熱衣和套頭的衛生衣，因為到了室內後會變得很熱，只要在室外可以防風就好了。

住一宿舍真的只有住的功能

北大的宿舍是四個人一間，交換生都住在同一區塊，可以互相照料和交流訊息。宿舍隔音沒有很好，所以大聲講話別寢都聽得到。北大的宿舍每一層樓有自習室，這是他們唯一的公共空間，沒有交誼廳之類的地方，再加上 11 點就斷電(期末考期間不斷電)所以很多中國學生會在走廊、廁所和洗衣間朗誦或唸書。很多中國學生都會用水瓶打熱水，早上洗刷可以用，可是我們的經驗是其實沒有那麼冷，不用花錢買熱水瓶。

行—中國真得太大

在北京移動最好下載“百度地圖”，google 地圖在中國沒有什麼用。輸入繁體字一樣可以搜尋，會給予最好或是最快的路線。雖然問路也是一個好方法，但中國人喜歡以東南西北表示，比如說 XXX 只需要再往北走 150 公尺就到了，這對於台灣人來說是一大挑戰，所以我喜歡靠自己找到目的地，沿途也可以看到不同的風景。

育、樂

來到北京交換一定要到外地旅遊，我覺得開學前就可以安排好想去哪些地方和查好旅遊資訊，要不然九月開學後熟悉完環境，一下子就到了十一假期，有可能會搶不到票。另外在訂旅館時要確認台灣人是否可以入住，我們曾經有被拒絕過，因為他們官方把台灣人歸為外賓，有些旅館沒有申請相關執照就不能接待。可以透過“去哪兒”網站訂購火車票，或是查詢最好路線。但我建議還是在學校販售交通票處購買比較好，可以詢問阿姨意見，而退票時也是當場退錢，不用透過網銀。

其他補充

來到北大後每一個人會有一個學伴，但不是每個學伴都會出現或是整個學期給予關心；上課時就算需要分組報告也不一定可以和當地學生更熟。所以交換生其實沒有什麼機會和當地學生有更熟的機會，我想主動參與社團是一個方法，或是和兩岸交流協會的學生多接觸，可以更了解他們的生活。北大未名 BBS 上也會有一些活動訊息能參考。

北大其實沒有很大，所以我和同學們很少有人買腳踏車，況且冬天騎車超級冷，自己的雙腳是萬能的。

希望以上分享對於接下來要去交換的同學有一定的幫助，希望大家都能有個美好又回味無窮的交換生活，如果有任何問題，也歡迎來信詢問：cj8a8bj6@gmail.com