

100 學年度下學期赴大陸交換學生 心得報告



交換學校:北京清華大學

交換科系:熱能工程系工程熱物理研究所

交換期間:2012/02/15~2012/06/30

學號:100011523

系級:工科所碩一

姓名:陳柏睿

目錄:

一、 前言.....	p3
二、 行前準備.....	p3
三、 校園生活.....	p3
1. 生活在清華.....	p4
2. 學習在清華.....	p6
3. 交友在清華.....	p7
4. 節慶在清華.....	p8
四、 中國走透透.....	p9
五、 結語.....	p11
六、 附件.....	P11

一、前言:

人生只有一次，何不瀟灑走一回?

從大學時期就待在清華的我，數一數待在清華的時間也邁入第六年了，然而，在大四畢業前夕，一次巧遇下，認識了來台灣交換的大陸同學，從他們身上，我可以感受到一股更強烈的求知欲與上進心，使我對他們身處的校園環境與學習風氣，充滿了好奇。於是，在上學期中左右，收到推廣教育組寄來的一封信:赴大陸學期交換生計畫。心想，何不把兩間清華都待過?就這樣，帶著一顆充滿熱血的心，北京清華我來了!

二、行前準備:

因為是下學期去交換，所以約莫在 11 月中左右之後，會收到北京清華寄來的錄取通知，裡面會有詳細的通知文件及最重要的錄取通知書，之後就可以開始準備訂機票了，且北京清華的接待小組是委由{兩岸海峽交流協會}幫忙接待。

1. **接機時間:** 海協會統一訂一個時間到機場接機，因此在訂機票的時候要注意一下規定時間。
2. **行李方面:** 航空公司的限重是 20kg，因此建議行李箱帶最大 size 的，畢竟一去就是半年；且由於去的時候是冬天，北京的氣溫白天約在零度以上，到了晚上就會到零度以下，該有的保暖衣物如:羽絨衣，手套、耳罩、長褲....等等，最好事先準備，建議不管男生、女生，一定都要帶“內搭褲”，就是穿在牛仔褲底下的貼身褲子，因為在零度以下時，那股寒風是會穿透長褲的，至於 Gore-tex 也是個很棒的選擇。
3. **手機與電器方面:** 大陸的電壓是 220V，所以一般在台灣使用的吹風機、小家電等等，大可不必帶過去，一來電壓不符，二來會增加行李重量，建議在台灣時買個旅遊轉接萬用接頭，而筆電與手機由於都是全球電壓通用，因此不必擔心電壓規格問題。手機方面，建議帶兩支，一隻智慧型手機，裝大陸 SIM 卡；另一隻帶普通的，裝台灣 SIM 卡。大陸手機費率比台灣便宜許多，且有許多台灣沒有的服務:飛信、微信等，非常方便且便宜。
4. **個人藥物:** 在台灣時，要準備好一些成藥，如普拿疼、正露丸、張國周強胃散等，因為在北京看醫生時，不管大小病，都要先抽血，且最後也是給一些沒看過的成藥。建議路邊攤的小吃不要亂吃，不然如果食物中毒，就很麻煩了。而關於皮膚保養，也是個很重要的一環，北京冬天的氣候極為寒冷且乾燥，不像台灣是屬於海島型氣候，水氣較充足，乳液等保養品要帶夠，避免臉部過於乾燥而凍傷。

三、校園生活:

1.生活在清華:

食:

北京清華的食堂，號稱是全中國大學裡面，種類&食堂數目最多的，每到用餐時刻，人潮就會開始湧現，而跟台灣比較不同的是，食堂開放時間很短，中午從早上 11 點到下午 1 點；晚上則是下午 5 點到 7 點，因此這也改變了我的用餐時間規律，不然時間一過，食堂可是很準時關門的。平均一餐下來，花費不到人民幣 10 元，就可以吃到很飽，這點是台灣值得效仿的地方，只能說，在食堂吃飯，便宜又大碗。如萬人的涮羊肉、蛋包飯，清芬園的早點包子、雞蛋餅，桃李園的鐵板蓋飯，丁香園的香鍋.....等等，都是很受學生歡迎的餐點。



丁香園的香鍋



桃李園的羊肉鐵板蓋飯

衣:

由於剛來到北京時，正值冬天，因此帶來的衣服以冬天為主，而如果想添購衣服的話，在五道口地鐵站有個華聯大廈 U-CENTER，是個滿方便的百貨公司，裡面有 Uniqlo&一些台灣沒見過的牌子，質料跟款式都還不錯；想撿便宜的話，可以搭地鐵到西單站的西單明珠&北京動物園站的批發市場，但由於這些地方的衣服款式&品質參差不一，且要跟老闆講價才不會被坑，有興趣的人不妨可以去體會看看，磨練一下殺價的技巧。王府井大街則是比較高檔的國際品牌，以百貨公司為主，如 GAP、H&M、ZARA.....等，晚上走在大街上，很有中國味的感覺。



左圖為著名的王府井大街

住:

研究生是安排與當地的大陸同學一起住在俗稱的“老樓”宿舍，是全校宿舍裡面最舊的一批宿舍，因此相關的硬體設施，如空調、電風扇、沐浴設備等，都是沒有的，且洗澡要到外面的公共澡堂，走路起碼要 7~10 分鐘才能抵達，尤其是在冬天的時候，出去外面洗澡回來一趟，頭髮都會結冰也不誇張，且是 10 人一間的格局，裡面就只有 10 個蓮蓬頭，連格檔的板子都沒有，還記得剛進去洗的第一天，是個大震撼，一時有點尷尬不知要遮哪是好，但偷偷觀察旁邊的大陸同學，都很大方的直接把衣服脫掉，因此就入境隨俗，回想起來，是個很特別的人生經歷。

行:

記得從機場抵達學校的路途中，在車上看著剛發的校園簡介手冊，其中的一句話令人印象深刻：**[買台腳踏車，才不會浪費生命在走路上。]**因為校園的直線距離有 4 公里，就是個大學城規模，非常廣大，甚至在第一天要找宿舍時，還因此迷路。所以腳踏車是必備的日常生活品，在學校裡就可以買到，記得一定要殺價，二手車一台約 100rmb 才是正常的價位。而在上下課的尖峰時刻，校園的主幹道會非常擁擠，不時會出現很奇特的場景“腳踏車塞車”，如下圖：



腳踏車塞車的場景

另外，北京的地鐵也是全中國最便宜的地鐵，每次只要 2rmb，就可以讓你不限距離搭乘，簡直就是佛心來著；而公交也很便宜，一次也只要 0.4rmb，以上價格都是要辦一張類似悠遊卡的市民公交卡，在地鐵站就可以買到，非常方便。

2.學習在清華:



著名的清華學堂

在清華學習，是件很棒的人生體驗，校園裡的風景與氣氛，彷彿令人身處在中國古代詩篇的場景，那壯麗的湖泊與具有歷史歲月的建築，很有味道。



冬天結冰的古月堂湖泊

因為是以研究生的身分來交換，因此有進實驗室學習。在此非常感謝這半年來細心指導我的工程熱物理所吳曉敏教授，很關心學生；同時也有把在台灣的研究方向與成果，跟實驗室的老師、同學們互相分享交流，藉此讓老師知道我的研究相關領域及告知我其他可利用的相關學習資源。

3.交友在清華:

在這一學期的交換期間裡，認識了香港、大陸、加拿大、美國、日本、韓國、德國、阿拉伯.....等各國的朋友，是這次交換生涯中，最棒的收穫，因為跨國的友誼，無價。在此推薦兩個管道給有意來清華交換的同學:

一是“海峽兩岸交流協會”，這是學生組織的一個社團，由一群對台灣很有興趣且熱情的大陸同學所組成，在學期中還有舉辦“台灣文化節”，身為台灣交換生的我們，義不容辭，當然要藉機一起幫忙推廣台灣的民俗文化與美食，也因此認識了許多很棒的大陸同學，其中不乏有已經或即將要來台灣交換的大陸同學呢。

二是“AICE”，這是一個由國際留學生所組織的社團，其社團會在每周一到五的晚上舉辦各國的“language corner”，如西班牙語言角、英語角、中文角、阿拉伯角、日語角.....等，是個很棒的場合，在清華的交換期間，晚上我都會抽空去參加各國的語言角。在參加的同時，會由每個國家的同學負責介紹其國家的文化與語言。甚至在學期中，會有各個國家的美食可以品嚐；學期末則會有個 Final party，與各個國家的朋友一起共同互相交流，增進彼此的友誼。



Arabic corner 的阿拉伯朋友



日語角的日本朋友



中文角的韓國朋友



英語角的大陸朋友



Final Party 的德國與日本朋友

4.節慶在清華:

在下學期時的三月七號，是清華的女生節，清華的同學們都很重視這個節日。在女生節的前一天晚上，本科生女生宿舍樓下，會有男生組成的大排隊伍，在樓下唱歌給女同學們聽；而在當天早上，每個班級的男生都會一大早起來送早餐給班上的女生們，老師則是在課堂上發放小禮物給女生，特別貼心。此外，在宿舍與教學樓旁，處處可以見到掛滿著很有創意的紅布條，內容都很有趣，看了讓人慧心一笑，也不得不佩服，清華男生的創意呢！



女宿樓下處處掛滿紅布條



今天，你是我們的沈佳宜！

四、中國走透透:

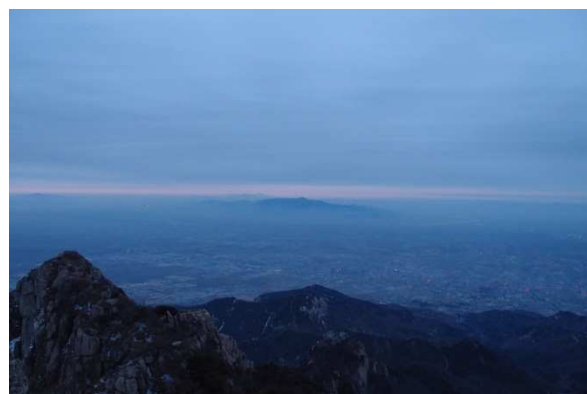
在交換期間，也趁著周末假期與清明連假&五一勞動節連假，去了哈爾濱、天津、山東、濟南、銀川、西安、南京、上海、杭州、內蒙古.....等等，搭過硬座、軟座、硬臥、軟臥的火車及高速動車。在大陸，火車上跨夜是很常有的事情，十幾個小時是最基本的，最遠的從北京到西藏，聽說要搭四十幾個小時才會到。而與其他交換生們一同出遊的時光，更是交換生涯的美好回憶，在此要感謝千信、玉米、小紅菇、小螞蟻、TOM、培伊、小麥夫婦、紹宣學姊、阿彬阿明、耀元香港團、百九、Melody、Joyee、昭賢、海珍、Stacy、Reny&大小嬌、穎子&懿龍.....等等，謝謝你們在我的交換生涯，帶給我美好的回憶。



哈爾濱冬季亞布利滑雪場



天津的歐式建築街道



夜登泰山而小天下



銀川賀蘭山美景



五嶽當中，屬華山最為險峻是也



秦始皇兵馬俑二號坑



南京夫子廟旁一景



起霧的上海外灘夜景



世界最高觀景台
上海環球金融中心 100F



天下黃河富寧夏之真人版地動儀



內蒙古壩上草原:

I ♥ THU

五、結語:

小時候在書中常寫的經典名句“讀萬卷書，行萬里路”，直到來了大陸，才能親身體會箇中奧妙，於是，我有了新的體悟“台灣腳，行大陸”。在這接近半年的交換生活裡，嘗試很多不同的新事物，也結交了許多新朋友，同時也開拓了自己的眼界，原來，世界是這麼的大，還有許多新奇且有趣的事物在等著我們去探索與挑戰，很慶幸學校給予我這個珍貴的交換機會，增添了不少寶貴的人生經歷。

六、附件:

這是我的電子郵箱: roy00533@gmail.com

有任何關於交換方面的問題，都歡迎來信詢問!!