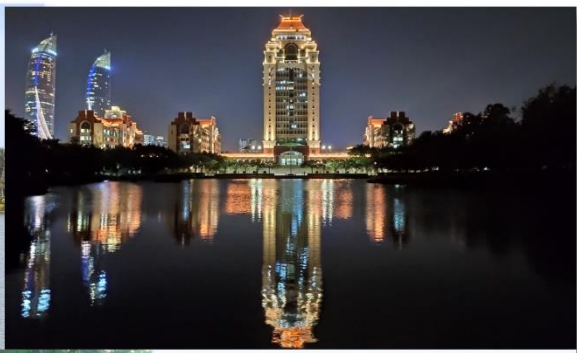




廈門大學交換心得 吳宛潔



交換學生基本資料：

姓名：吳宛縉

系所：犯罪防治碩士學位學程

交換學期：1081

交換學校：廈門大學

交換系所：法學院國際碩士

出國日期：2019.09.10

回國日期：2020.01.01



一、行前準備

(一) 要帶什麼？

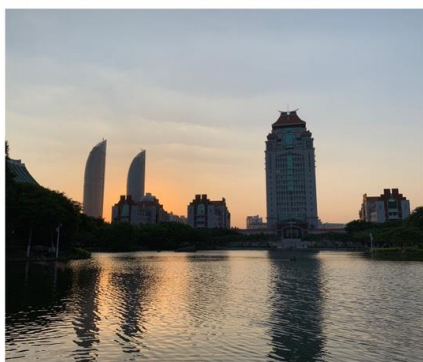
1. 基本的日常用品可以在宿舍樓下超市購買，棉被買薄即可，但12月開始晚上比較冷，可以先攜帶一條小毯子過來，或是直接淘寶訂購也很方便。另外那邊的沐浴乳、洗髮精、護髮乳、洗面乳、化妝水及各式美妝用品價格都比較高，建議從台灣攜帶過來使用。
2. 廈門飲食和台灣類似，但有時會出現較油鹹或口味不習慣的情況，建議攜帶胃藥、普拿疼及伏冒熱飲等感冒成藥，或是預備台灣診所備用藥品。
3. 廈門天氣和溫度都和台灣差不多，12月底學期結束前溫度大概是15-16度，幾乎無雨，但因廈門靠海冬天風蠻大的，建議攜帶1-2件外套或大衣，羽絨衣雖然不會用到，但若有去北方旅遊走走，羽絨衣是必需品！另外雨傘一定要帶，雖然不常下雨，但9-11月太陽非常大需要遮陽。其他一般衣服淘寶都很便宜，商場偶有特價，像是GAP最低有到4折，A&F在國慶及雙十一時也都有特價，閒暇時間逛街就可以多比價挖到更多寶。
4. 吹風機建議同寢室的一同購買，我們自己攜帶去的，因電壓不同都不能使用，大家平分吹風機的錢也不會到太貴，交換結束後則捐出去給慈濟做公益。

(二) 出發心情

在申請交換學校的過程中，資料都會到6月才會告知您是否有錄取，等待是漫長的一件事，到出發的前一天會非常緊張不知所措，但後來會發現其實有很多交換學生跟你一起要前往同一個學校，你不是孤單的。

跟我一起申請廈門大學交換學生的是一位國企系的學弟，我們是一起購買出發的機票，一同前往廈門，有任何問題都互相幫忙解決，就這樣抱著既幸奮又害怕的心情開啟4個多月的旅途。

二、關於廈大



廈門大學是中華人民共和國教育部直屬的綜合性重點大學，是中國「211 工程」和「985 工程」重點建設的高水平大學，2019 年全國綜合排名第 14 名，有「南方之強」之稱。

1921 年由著名愛國華僑領袖陳嘉庚創辦，是中國近代教育史上第一所華僑創辦的大學。1937 年廈門大學由私立改為國立，更名國立廈門大學。2017 年，廈門大學入圍世界一流大學建設高校名單。廈門大學同時還是國際上公認的「中國最美大學」，也是廈門旅遊勝地之一。

三、手機需要哪些 APP

1. 通訊軟體：微信
2. 翻牆 VPN：Pulse Secure(手機電腦都下載，學校提供的翻牆軟體)
這是教學網址 http://www.cpcm.pu.edu.tw/service/super_pages.php?ID=service3&Sn=57)
3. 購物：手机淘宝
4. 瀏覽器：百度
5. 旅遊必需品：攜程旅行、铁路 12306、飞猪
6. 吃貨必備：口碑、大众点评、饿了么、美团
7. 搭車：掌上公交、滴滴出行
8. 中國 Ig：小红书
9. 支付方式：支付宝、微信
10. 廈門大學學生必備：i 厦大



四、報到當天

2019 年 09 月 10 日，從桃園國際機場搭乘中華航空直飛廈門高崎國際機場，出關後會有下志願者在機場外接機，新生和交換生會一起坐遊覽車到廈門大學。廈大和台灣的學校不一樣，各院皆各司其職，不是統一全校辦理，所以到學校後要自行尋找系所辦理報到手續。

辦理報到手續時，記得廈大午休時間是到下午 2：30 分，別記錯時間在外曬太陽喔！還有繳交資料必須是影本，不然就會跟我一樣在炎熱的太陽下四處尋找影印店，建議是正本影本都帶著。

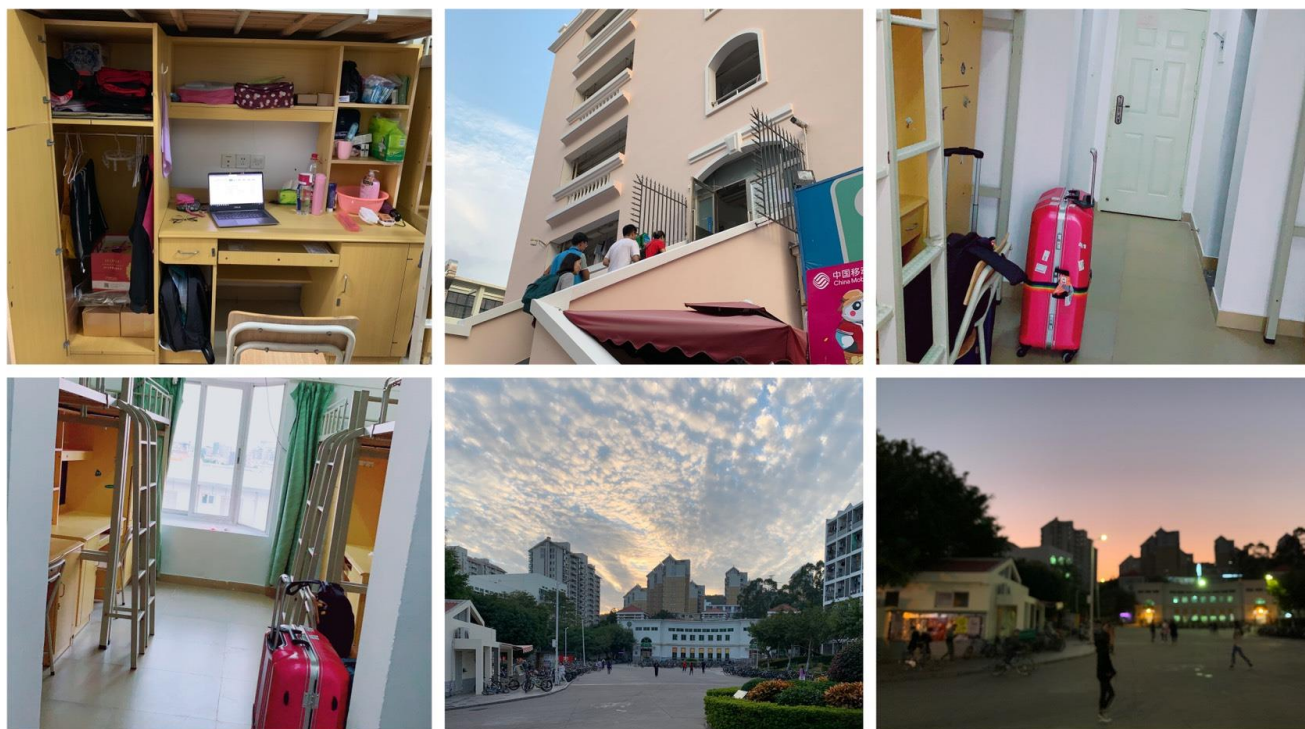
報到、手機合約、銀行卡申請以及宿舍登記，都是在同一個地方區域辦理，建議行李先寄放在各系的報到處，再去辦理其他手續，才不用拖著行李到處跑。

還有一個很就是學校會規定要去公安局辦理住宿登記，會先到公寓辦公室領取住宿

證明，再到公安局辦住宿登記，要帶台胞證相關證件，詳細的攜帶資料在報到隔天的說明會上老師會告知，但千萬要記得公安局也是午休到下午 2：30 分，不要白跑一趟啊！



五、宿舍環境



研究所的交換生會被分配到海韻學生公寓，室友是廈門大學分配的，這學期有幾位來自台灣各校研究所女生來到廈大，這次很剛好的是我的室友皆為台灣交換生，也有同學是分配與廈大研究生住一間。

這次交換的宿舍是 4 人一間，上鋪床都附有插座，研究生宿舍不斷電！大學部宿舍則是凌晨 12 點會中斷所有供電，包含所有插座，但冷氣不斷電，洗澡要刷熱水卡。研究生是 4 人共享一套獨立乾溼分離衛浴設備（1 淋浴間、1 衛生間），淋浴間也不需要刷熱水卡，熱水的費用來源包含在電費，電費使用是用「學付寶 APP」進行加值，開學時

與室友共同協調儲值金額，廈大的電費非常便宜，200RMB 可以使用三個月左右。

學生公寓有十幾棟樓，是一個類似台灣社區公寓，還有自習室可以提供研究生讀書，住在這裡要什麼有什麼，樓下就是影印店、飲料店、麵包店、天貓超市、操場、籃球場以及各式小攤位的道地美食，各家快遞也會在外設置領取地點，報上自己電話號碼所有的淘寶包裹都可以在這裡領取，非常方便。

六、交通方式

海韻學生公寓前往校本部(思明校區)的教學樓可以搭公車(20 號、135 號)到校門口下車，差不多搭乘 20 分鐘左右，若步行經芙蓉隧道則是 40-45 分鐘左右，通常可以搭公車上學，步行回宿舍。因為交童其實是方便的，若覺得人太多也可以選擇和同學一同打車，打車的話可以直接開進學校，費用差不多是 10-12RMB，同學一起評分也不會到太貴。很多交換生會去購買二手腳踏車，我自己是沒有買腳踏車，腳踏車若需要的話建議可以在淘寶購買全新的也是 200RMB 左右，記得買好一點的鎖！！有交換生買二手腳踏車看起來超破舊也買鎖，還是被偷了。

廈門公車是前門上車後門下車，上學尖峰時刻千萬要估算時間去搭公車，不然包準持到，我是法學院研究所交換學生，路線根本不學生不太一樣，是從廈大學生公寓搭到廈大藝術學院下車，差不多 4 站，千千萬萬要在下車前擠到公車後門，不然不會有人禮讓你下車的，然後你就會跟我朋友一樣被載到下一站才下車，再走回來。



七、選課/上課

從大學開始，一直很想申請交換學生，但為了不延畢，就打消這個念頭。碩一上，與班級導師溝通後，老師強烈支持我選擇自己想要的事情做，就這樣開啟我的交換之旅。

交換學生在選課方面有很多的選擇，就像是我是交換廈大法學院，但其他學院的課程都可以修習，這一次我選擇了法學院研究所三門課，其餘都是用旁聽的。選課時間通常有兩週，可以旁聽完再進行選課，不過旁聽的部分，建議各位事先詢問課程老師是否

可以旁聽，有些老師不願意學生旁聽課程。大學部與研究所的選課時間也有所不同，記得詢問清楚。大家在選課時，也要看好課程週數與時數，之後回靜宜抵學分時，才不會有抵不了的問題。我是108秋季交換生，廈大秋季上課週數是15週，靜宜是18週，抵免科目跟系辦秘書做接洽，記得把課程大綱截圖下來喔！正確是否需要抵學分，還是要詢問一下各系系辦與負責交換學生的Dora老師，以老師規定的為準。

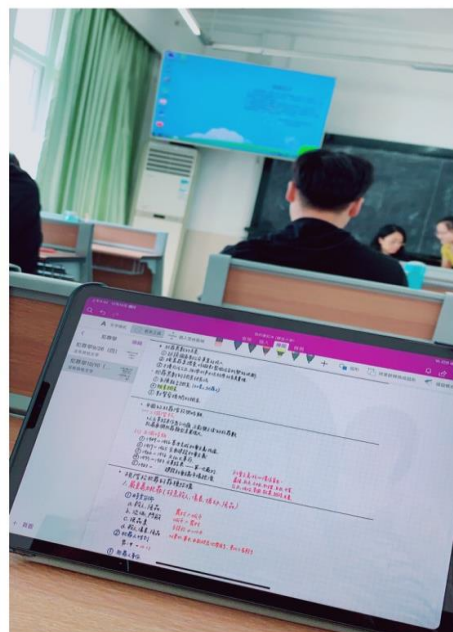
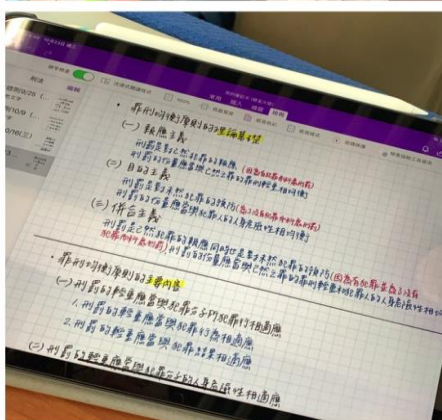
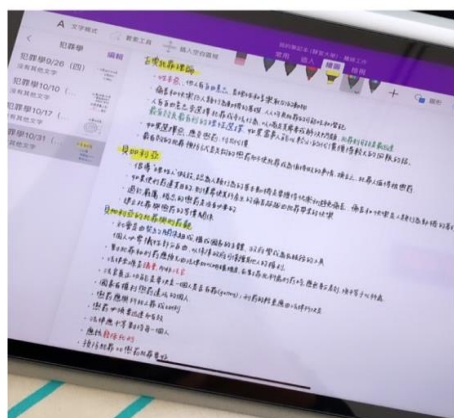
4. 作息时间表 (School Timetable)

时段	节	上下课时间
上午	第1节	8:00-8:45
	第2节	8:55-9:40
	课间休息	9:40-10:10
	第3节	10:10-10:55
	第4节	11:05-11:50
	第5节	14:30-15:15
	第6节	15:25-16:10
下午	课间休息	16:10-16:40
	第7节	16:40-17:25
	第8节	17:35-18:20
	第9节	19:10-19:55
	第10节	20:05-20:50
晚上	第11节	21:00-21:45

在廈大，每堂課程都是45分鐘，中間休息時間有不同的，大家也要記好時間以免在外曬太陽，午休時間是休息150分鐘，可以回宿舍休息後再出門上課，時間非常足夠。

每堂課程老師教課的方式都不一樣，不過廈大研究所課程幾乎跟台灣的大學部一樣，都是老師上課居多，學生負責聽課及做筆記，會有課程報告及期中期末考或是無期末考但要繳交期末報告，各老師規定不同，都會在上課時告知學生。課程報告建議詢問老師是否可以用繁體字，若老師規定不行，word都有繁轉簡功能，非常方便。

廈大學生在上課時，幾乎都是用平板或電腦做筆記，我自己是帶平板上課，做筆記方便又快速，還有廈大學生來跟我介上課筆記呢！筆記錄音都非常方便，有些老師腔調比較重，聽不太清楚，我都會錄音回宿舍補筆記的時候聽，非常好用！



八、飲食

以下是在廈門4個多月的飲食，大家可以參考，學校內的話幾乎4-10RMB就可以吃得非常飽，在食堂吃飯都是刷學生卡的，記得儲值喔！報到的時候老師都會教，不會也可以詢問一下，同學及老師都會幫助你的。



交換學生沒課的時候就是要到處走走還又發掘美食呀！以下推薦我和其他交換學生常去吃的餐廳及小吃，不知道合不合他人胃口，但至少是乾淨衛生的。公交車都可以抵達的，再不行打車也會到，非常推薦。





九、娛樂

1. 廈門



2. 廣州





3. 潮汕



4. 漳州 南靖土樓



十、心得感想

這趟交換生活在福建省的廈門市待了4個多月（2019/9/10-2020/1/01），由於廈門的高鐵及航班都非常方便，建議大家可以利用交換學生課餘時間去看看不一樣的世界，再到廈門大學當交換學生之前，我就比較常跑中國大陸了，也因為這樣，大家在討論旅途的時候可以給更多的行程及建議，只要勇敢一點願意和陌生人交朋友，都可以認識到會陪你一起旅行的朋友，出外大家一起幫助解決問題，相信一趟交換學生的旅途中，可以看到更遠更廣的世界，而且學習到的肯定不單單只有學業上的部份。

我在廈門生活4個多月，食堂和宿舍附近一餐可以用5-12元RMB解決，偶爾和同伴們吃大餐，另外旅行去了其他城市花費也不太高，大家可以一起討論行程，有很多景點使用學生卡都非常便宜的。10月因中國國慶假期放太多天，我還回台灣一趟。這四個月生活+旅行+淘寶費用差不多10萬台幣非常夠用。

感謝靜宜大學給予交換的機會，也感謝負責的Dora老師的幫助讓我在申請交換學生的過程中一切順利，更感謝推薦我去當交換學生的郭俊巖院長、郭冠甫老師和洪志明老師，讓我用四個月摸索一座城市、用一學期愛上一所學校順便透過旅行深入了解中國的地大物博。

若在交換學生的過程中遇到問題，像是申請問題、需要帶什麼？、第一天要怎麼報到？之類的，都歡迎學弟妹們來信詢問，信箱：a7100871236@yahoo.com.tw，。