

出國研修時間：102 學年度/第二學期

薦送學校：台北科技大學 電機工程系 四年級制四年級

中文姓名：李登融

研修國家：中國大陸

研修學校：北京理工大學

心得報告



2014年2月22日，這天是我第一次出國，第一次來到大陸，滿懷興奮的迎接交換生的旅程，很感謝學校提供這個機會，讓我可以大四下學期到北京理工大學交換學生，更感謝老師和學長姐們在我行前給予許多的幫忙和建議，讓我的旅途更加順利與豐富。北京理工大學位於北京市海淀區，北理有兩個校區分別是中關村校區和良鄉校區，我這學期主要待的是中關村校區，若要去良鄉校區只要搭校車就能到，良

相校區主要是大一大二的學生，大部分科系到大三大四後就會搬到中關村校區，北理的學生在大一大二對於社團的參與相當活躍，所以一學期裡面有相當多的活動可以參加，也能藉此認識更多不同科系的朋友，以下的心得是我在北理的生活所認識到的一切，希望能幫到未來即將前往北京理工大學交換的學弟妹們！



食

記得我剛到在北京的時候，最不習慣的就是吃的方面，就如先前的學長姊說的，這兒的料理比台灣的口味習慣還要更油更鹹更辣，口味較重是北方人的習慣，因為在這兒的天氣較南方嚴寒，口味油膩能讓身體獲得較多的能量，身體才能維持體溫對抗寒冷，而且也比较不容易餓。但是千萬不要因為口味重就害怕嘗試，因為還是有很多很多美食，口味重的習慣只要時間一久自然就能適應。

北理校園裡有好幾的食堂，因為學生很多，所以一到中午肯定食堂都是人，不過各食堂的差異不大，但還是有些特殊的食堂，例如清真食堂，因為考慮到有宗教信仰上關係，所以學校裡面就有這樣的食堂，當然千萬別在清真食堂裡說你想吃豬肉…我覺得學校在這方面算是考慮得很周到！

在北京有許多大陸各地的美食聚集在這，例如山西的麵食、川菜(四川)、魯菜(山東)，要尋找這些美味的食物，



手機 app 在這就發揮很大的功用！例如：大眾點評、美團網，這兩個不僅能幫你找到好吃的美食，還能有許多相關的優惠，非常方便！如果懶得外出，{餓了嗎} 這個 app 可以幫你找外送，也是相當方便的工具，不過千萬可別因為太方便就宅在宿舍了！

在北理吃飯都會用校園卡，初到北理的時，就能領到校園卡跟學生證，校園卡是在北理生活不可或缺且相當方便的卡片，就像校園裡的悠遊卡，校園裡吃飯、搭校車或小商店都是用它消費！



衣

衣服方面，如果想下手買些便宜的衣服，淘寶、天貓、返利網…等等，已經相當方便！大陸的網購已經發展得很成熟，在大陸網購已經是生活的一部分，而且到貨速度比台灣的網購要快很多，一般兩三天就會到貨，在北理學校的小南門天天可見同學們網購送達的各種商品，但是衣服及網購商品的質量等等，就待自己去評估囉！

網購方面值得一提的是支付寶，支付寶在大陸相當方便，不論網購、團購、火車票、電影票、打車…等等，就連販賣機都可以用支付寶線上付款，手機連上網路後，應用 app 功能比台灣還要更豐富和方便。

住

到北理的交換生都是統一住在學校的留學生宿舍，一天是 45 元人民幣，因為住宿費比北理的一般在校生貴，所以環境也相對好很多！生活也相當方便！記得剛到的時候，就可以先付一部份的住宿費，這樣錢在身上比較少，壓力也比較小！

如果要出外旅行，找旅館過夜是不可避免的，但是要注意！因為港澳台都算是外賓身分，所以不是所有的酒店、旅館都可以讓你入住，出發前訂房一定要問清楚是否有接待外賓，以免向隅。另外如果想找便宜的價格酒店，也可以善用美團網，上面的價格，會讓你荷包壓力減輕不少。



行

由於北理校園相當的大，所以建議即將前往北京理工大學的交換生們不妨可以考慮買一台二手腳踏車，等要離開的時候再將腳踏車賣掉，會讓你在北理的大校園裡方便許多！例如留學生宿舍在學校的西門，要到學校的東門坐地鐵的話，

需要花上 20 分鐘的走路時間，你就知道北理的校園有多麼的大！我當初是朋友介紹，在清華附近就有便宜的腳踏車可以購買，不過要尋找一下。

北京城的建設已經相當先進，例如地鐵、公交車等等，已經相當完善！如果想前往其他城市旅遊，交通的選擇也相當多！

在大陸的安檢做得很徹底，例如進地鐵前或搭火車都必須安檢後才能進站，禁止帶打火機或一些危險工具這些，是做得很徹底的。



手機 app 方面，很推薦百度地圖，還可以下載離線包，方便在沒有網路的時候，開 gps 依然可以看自己在地圖上的哪處，相當方便。

購買火車票方面，可以在網路上訂票，但是要注意的是必須到火車站做身分驗證後才可以使用網路的票，或者也可以請大陸的朋友幫你訂，只是每個帳號都有取票次數限制，相關規則就等自己去詳讀了。



在大陸只要一到國定假日，火車票肯定很難買到，所以提前訂、提前規劃就顯得很重要，但因為港澳台身分特殊，所以即使訂到票了還是要到窗台取票，無法像大陸人一樣，可以直接刷身分證取票，排隊取票一到尖峰時段，那長度是台灣看不到的，以及搭火車前都必須安檢，所以到假日或人潮高峰期，就會出現排隊排昏頭的景象，所以建議即將前往大陸的交換生，取票要在出發前一天就到火車站取票，搭火車都提早一小時以上，才能讓一切旅途順利。

通訊

通訊方面，我一開始很好奇，在台灣使用的手機到大陸後能不能使用，原來是可以的，而 sim 卡方面，如果到大陸後依然要用台灣的電話使用也是可以的，只是會變成國際漫遊，帳單會貴得嚇人，所以剛到首都機場的時候，機場就可辦新門號，不過機場很大需要稍微找一下，至於費率方面，就待你自己去詢問了。我當初辦的是中國聯通電信，費率是每個月會先扣 25 元人民幣，有 300M 的無線網路可以使用，超過的話 1M 是 1 塊人民幣，通話就是看你打多少算多少，詳細我忘了，不過還不算太貴，在大陸的電話費就像預付卡，存入錢後再慢慢的扣款，需要注意的一點是，出北京城去旅遊的話，有可能網路跟通話都會變成漫遊費率，這點在申辦的時候，記得要詢問清楚，以上就是讓交換生們去參考囉！

生活費

我當初也有這個疑問，就是生活費要怎麼管理，我的方法是在台灣就換成足

夠的人民幣帶過去，在台灣的許多銀行都有提供人民幣兌換，只是匯率方面及手續費都不相同，待自己去考量，接著北理校園裡就有中國工商銀行可進行開戶，校園裡也有提款機，所以十分方便，然後如果真怕會帶不夠錢，可以到郵局辦郵政 visa 卡，記得開通國際提款功能，這樣在大陸，只要提款機有 visa 標誌，就能提供取款，至於手續費方面，就自己去詳讀，我有使用過郵政 VISA 卡，應急的時候很方便，手續費也不算太貴，但還是以前面提到的方法較好，手續費就能省很多。

在工行開戶的時候，他會問是否開啟網路銀行功能，記得說要，因為支付寶等等，都需要由網路銀行撥款到那些帳戶裡，這樣生活方面就大致沒問題了，只是當初我要撥款到帳戶裡方法也找了很久，因為港澳台身分特殊，所以很多不方便，就要靠自己去克服跟解決！

翻牆

過去大陸的交換生，免不了還是會用 FB，但在大陸的網路是無法使用臉書的，如果要用臉書，就必須透過翻牆軟體，手機及電腦都有相關的軟體和方法，這些可以在前往大陸時就裝好，或者到大陸後，大陸的一些學生還是知道怎麼翻牆的，因為關於一些敏感的話題大陸雖然用網路屏蔽了，但學生還是會去翻牆搜尋跟了解的！

在台灣我們都習慣使用 LINE 作為手機通訊 APP，但在大陸都是使用 WeChat 或 QQ 比較多，

生活圈

來到一個陌生的環境，我覺得最重要的，是能找到屬於自己的小生活圈，例如課程、社團、師長、朋友，因為能幫助你快速融入陌生的環境與生活，也能從中找到許多樂趣和收穫，我在北理



有參與社團，剛好是這學期剛新成立的海峽文化交流協會，這社團成立的宗旨在希望讓北理同學們，能更了解台灣文化以及閩南文化，身為台灣交換生的我們，社長當然希望我們能成為他們最重要的社團成員，社長的親力親為，讓我對這社團感到很有興趣，也希望藉此能認識更多的北理同學，還有讓更多人認識台灣，是兩全其美的機會。在這社團中印象最深刻的，即是他們邀請我幫助他們舉辦大學舞會，我便很興奮的答應，聽社長說在北理並沒有迎新舞會，而在我的大一新



生時最深刻的即是迎新露營，以及當晚的迎新晚會，為了讓他們能體驗台灣的迎新舞會，我擔任起舞會的總策畫及跳舞指導，將台灣我體驗到的迎新舞會，帶給他們。在海峽社的努力，還有信息學生會的幫忙下，舞會安排的十分順利，我們在良鄉校區成功舉辦台灣舞會！



我對羽球一直以來都有深厚興趣，在台北科大我也是羽球代表隊的隊員，所以當我到北理時，我也常常到體育館打球，當我看到北理的體育館的時候，我十分羨慕，因為他們的體育館正是 08 年北京奧運的排球館，所以場地和設施都十分的完善，能在這裡打球的我，也感到十分榮幸！藉著羽球，我也在這認識到許多朋友，剛好這學期北理的羽球社有舉辦全校羽球競賽，我在競賽中，獲得混雙第四名的成績，十分開心！

旅行

除了在北理的生活外，我也有到大陸的各個地方走走，例如：唐山、天津、濟南、青島，旅行最重要的是安排行程，建議即將前行的各位可以參考螞蜂窩、去那兒網、青芒果等等網站，會讓你的行程更豐富多元。至於交通、住宿方面等，在前面都有提過，不再贅述。大陸能玩的地方很多，光是一個學期是不可能走完的，所以我也打算以後要再去大陸各處冒險！

順帶一提，台胞證加簽的部分，要記得提早，因為會有工作天，千萬別因為台胞證的加簽時效而導致無法出北京城，因為火車票等都是需要看台胞證的，加簽的部分，我是直接加簽兩年 100 塊人民幣，因為在台灣加簽價格比在大陸貴，而且藉此也能鼓勵我自己能再次前往大陸旅行！

旅行不外乎要注意安全，雖然治安上感覺已經好很多了，但是旅行在外，多一分注意就多一分保障，扒手還是隨時會偷走你的東西，住的地方一定要問清楚價格，以免被宰割，旅遊的地方不免到處都是商家，千萬別以為他們很客氣，在你跟他殺價成功後又不買單，絕對會被兇罵和趕人。

雖然學長在心得當中提到有許多的正面收穫，但也有會很多困難和不好的經歷，這都是旅行的一部分！所以就像我大學的微積分老師教的，大膽嘗試，小心求證！

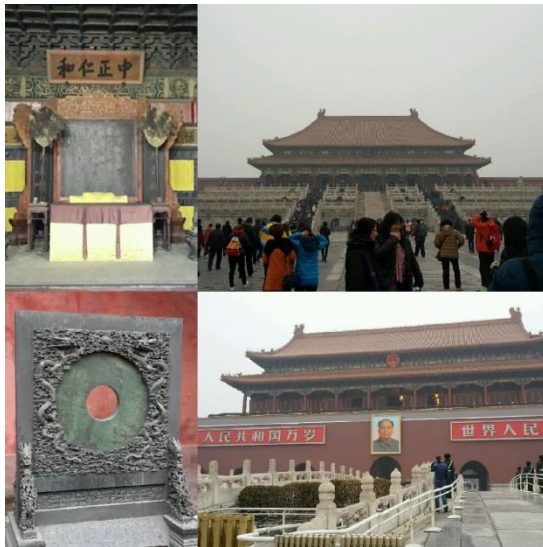
總結

以上即是我的交換生旅途心得，當然還有很多想分享的，就留給學弟妹去發現和體驗囉！

這趟畢業前的旅途，為我的大學生涯畫下完美的句點。在前往北京前，我一直覺得世界離我好遠，因為自己一直都是在台灣生活，甚至連台灣，我都還沒有走完，直到真正踏在北京的土地上，忽然覺得世界其實離我很近，只要一趟飛機，即可前往世界上的任何角落，讓我的眼界更加寬廣！我想要去看更多不一樣的世界，而不僅止於大陸，而現在的我更專注於前進，因為我發現隨著科技的進步，這世界的距離將越來越小，我們的競爭圈和生活圈不再僅止於台灣，而是這世界。最後再次感謝台北科技大學的師長、學長姐們及北理的老師、朋友們的一路幫忙，這趟旅程很充實、開心。

祝福即將前行的學弟妹，在交換生的體驗中，能收獲到與我相當甚至更多的收穫，有機會就多學習多體驗，別因害怕而裹足不前，別因陌生而膽怯冒險，最美麗的風景，往往在最困難和陌生的道路上！

北京故宮



天壇



北理校園



萬里長城



唐山



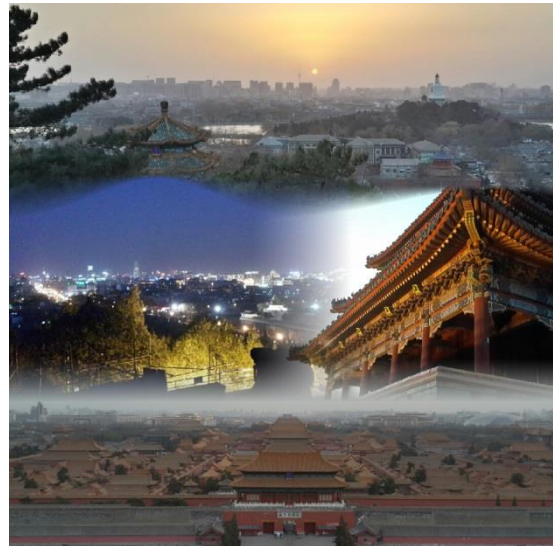
北海公園



頤和園



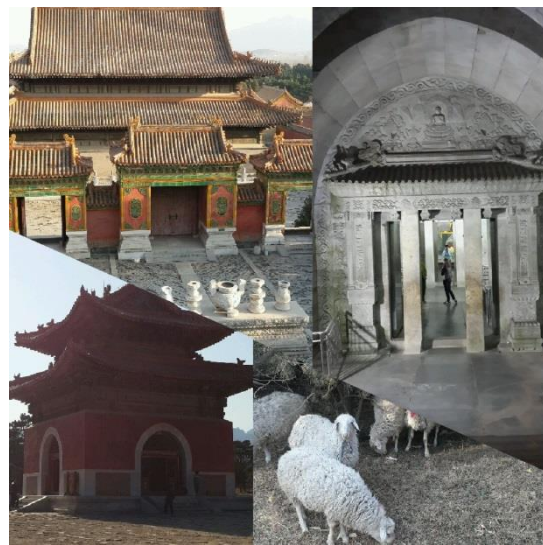
景山



南鑼鼓巷

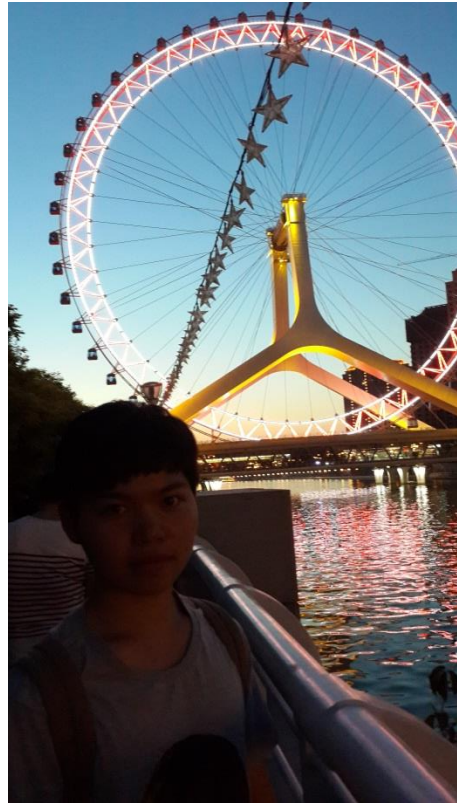


唐山 清東陵





青島海邊



天津之眼



北理工校園裡的小公園



北理運動會預演



北理國防生運動會

