

赴陸交換心得

中央財經大學。2019 春季學期。

東吳大學 企管系 廖友甄



寫在最前面

我是廖友甄，於 2018 年度第二學期前往中央財經大學交換。交換期間正值大四下學期，選修學分皆已修畢。因此個人在交換期間的安排以實習為主。申請交換的時候，我只知道我想要到大陸生活一陣子，而且必須是待在北京、上海這兩個一線城市，剩下的申請上什麼學校、生活條件如何，都是聽天由命。因此出發前也沒有特別搜尋大陸生活的撇布類的文章，有什麼就接受什麼，我想這也是交換生必備的心態之一吧！

中央財經大學簡介

根據中央財經大學，簡稱中央財大或央財，中財。根據官方說明“中央財經大學是教育部直屬的、教育部、財政部和北京市共建的大學，是國家「雙一流」建設、「211 工程」建設和首批「優勢學科創新平台」項目建設高校”。簡單來說是個財經人才匯聚的學校。學校有兩個校區，分別是學院南路校區及沙河校區。學院南路校區位於北三環，比鄰北京交通大學、北師大等學府，校地較小，是中央財經大學的校本部；沙河校區則位於北六環，校內硬體較新穎健全。兩個校區的分配基本上以“學院”為依據，而我交換的是商學院，分配到的是學院南路校區，以下心得內提到的也都學院南路校區的生活為主。

圖 1 中央財經大學學院南路校區大門

中央財經大學的生活

學習

由於個人安排，這學期選了兩門課，集中在星期一，分別是營銷創新與設計、電子商務概論。以下分別敘述這兩門課。

課程名稱	評分方式	說明
銷創新與設計	小組討論 個人上課表現 期末報告	本科生限選課的百人大班級。老師講授以創新的理論為主，並分享許多新穎的個案，每堂課都有小組討論，會請幾組上台發表。小組討論的過程可以很明顯感受到大陸的學生在分組討論的過程中非常積極，熱烈討論彼此的想法。 期末報告的主題很有趣，使用課堂上所學的創新理論，對現有的服務、商品進行改造。
電子商務概論	期末考	國際學生班級的電子商務課程，算是誤打誤撞選到這門課，班上學生只有十幾個人，來自不同的國家，有阿富汗、馬達加斯加、韓國、蒙古等地的學生。課程內容較基礎，老師會帶入許多中國電子商務經典的案例，也會時不時請同學分享自己家鄉電子商務的發展、人民的消費習慣等等。整體來說課程輕鬆，考試也不會太難。

飲食

校內有一棟食堂，食物選擇多樣性蠻多的，食堂內座位也不少，再加上幾乎所有學生都趕時間，吃飯速度都非常快，幾乎不需要等待就有位子坐。食堂分層大致以食物種類做劃分：地下一樓賣清真食物，意思就是不賣含豬肉成分的餐飲；一樓是自助餐，是最便宜的一層樓，平均一餐吃不到 10RMB 就很飽了；二樓是特色風味窗口，有許多大陸不同地區的菜色，有麵食、港式燒臘、台式餐點、甜品、麻辣燙等等，是我最常光顧的樓層。校內食堂用餐相對起來很便宜，平均 13RMB 就很足夠。校園外也有許多餐館或小吃甚至有麥當勞，但在我要離校時，政府正在拆違建，許多個人覺得很好吃的小吃，例如烤冷麵、煎餅就要被拆除了。外賣也是吃膩學校食堂及周邊餐廳的好選擇。不過在中央財經大學比較麻煩的事，外賣只能送到校門口，還得走個 10 分鐘到校門口拿，顯得不是那麼便利。



圖 2 食堂內的廚房區即時影像監控



圖 3 食堂自助餐



圖 4 食堂內麻辣燙 (13RMB)



圖 5 食堂內的滑蛋牛肉飯 (12RMB)

住宿

本學期被分配到的是有公主樓之稱的學三樓本科生宿舍，學三樓共有七層樓，每間房間可以住六個人，台灣交換生統一住在位於六樓的 613 號房。宿舍內是沒有電梯的，房間內也不能使用快煮壺、吹風機等耗電功率較高的電器，否則會跳電（但有冷氣）。沒有公用冰箱，若有東西需要加熱，可請宿管阿姨幫忙，管理室裡有波爐。

這學期到中央財經大學學院南路校區交換的學生僅三人。宿舍房間裡的設置是一邊桌一邊上下鋪，因此本學期每位交換生使用兩人份的桌子及一組上下鋪，由於房間裡沒有衣櫃，因此室友們都把衣服放在上鋪或是行李箱內，整體來說三個人住在六人間理算是挺舒適的，收納空間算充足。但真正的本科生就沒那麼幸運了，曾經參觀過其他寢室，所有的小空隙塞了各式各樣的個人物品。說句老實話，對學校宿舍得期望不要太高，在大陸宿舍生活過才真正了解大了本科生有多麼刻苦且值得尊敬啊！

圖 6 宿舍桌子區域

澡堂

或許大家時有所聞，大陸北方學校是要去澡堂洗澡的，中央財經大學就是。澡堂距離我住的學三樓，幾乎可以說是學校斜對角最遠的距離，單趟大概要走個 10 分鐘吧，冬天冷得要命，下雨天更是一洗澡完走回宿舍路上就被淋濕。澡堂的開放時間是 14:00-22:00，夏季會在前後多家半小時，改為 13:30-22:30。澡堂還沒開的時候是用傳統大鎖綁著，關閉時間一到，淋浴間會直接斷水。有許多學生為了節省時間，會在上課時就將洗澡用去放在教學樓外，形成特殊的景象。

圖 7 校內澡盆奇觀

澡堂真的是一個我完全沒有想像過的文化，每個地區來的學生在澡堂內的習慣也不同，有些人會光著身體排隊，有的會穿著大衣進入淋浴間。所謂“入境隨俗”這件事，實在很難在澡堂內看出來到底哪些是“正統的”習慣。

相較其他學校，中央財經大學的澡堂是比較有隱私的，有隔間夜有簾子。淋浴間有掛勾沒有置物架，學生們想盡辦法讓衣物保持乾爽，懶得想的就把所有衣服脫在外面的置物櫃裡。所有的淋浴間都是由上往下的固定式蓮蓬頭，水溫固定，插學生卡就會出水。

即便澡堂洗澡不方便，但貼心的是居然有提供免費吹風機！真是交換生的一大福音啊！因為功率的關係，台灣的吹風機是無法在大陸使用的，宿舍房間內也不允許使用吹風機，澡堂內提供的吹風機正好直接免除了要不要在大陸買一台吹風機的考慮。



圖 8 澡堂內一角



圖 9 澡堂淋浴間



圖 10 澡堂吹髮室

生活機能

交通：中央財經大學的學院南路校區，校門口就有公車站牌，離最近的大鐘寺地鐵站走路約 20 分鐘。學校外幾乎停滿共享自行車，騎車到地鐵站或是附近店家都非常方便。

購物：生活用品在學校內的、主教樓地下室的小商店幾乎都可以買得到。校內也有許多小賣部會賣水果、麵包、餅乾、飲料等小食。出了學校 5 分鐘內有兩個大型超市，走個 20 分鐘有家樂福。網路購物的話，校內有“近領寶”提供取貨送貨服務，我自己比較重的生活用品（洗衣精、洗髮乳）都會用淘寶買直接送到學校。



圖 11 近領寶

運動：學院南路校區的運動場地都在戶外，有操場、足球場、籃球場、網球場，都是需要刷校園卡才能進出的，也都有管制開放的時間。



圖 12 校內運動場

生活在北京

天氣

天氣是我再到北京前最擔心的問題之一，看著出發前零度上下的氣象預報，沒有去過北方的我很難拿捏衣服要怎麼帶。北京天氣乾燥，濕度通常只有 30%，晚上洗的濕答答還在滴水的衣服，隔天馬上就乾了。天氣乾燥的情況下，溫度低也不會覺得特別冷。防水外套、UQ 羽絨衣、毛線衣、發熱衣，就足以應付零下 5 度的天氣了。甚至回暖氣溫十度時，我居然穿的跟台灣二十度一樣的衣服。

北京室內皆有暖氣設備，今年是 3/15 停止供應暖氣的，許多人都說停暖氣的那段時間是最冷的，但同行的幾位交換生都沒有這種感覺。暖氣停止供應，也就意味著春天來了。原本光禿禿的樹紛紛開起了花，每天出門都可以看到哪株樹又長花了，令人心情十分愉快。



圖 13 三月初的枯樹

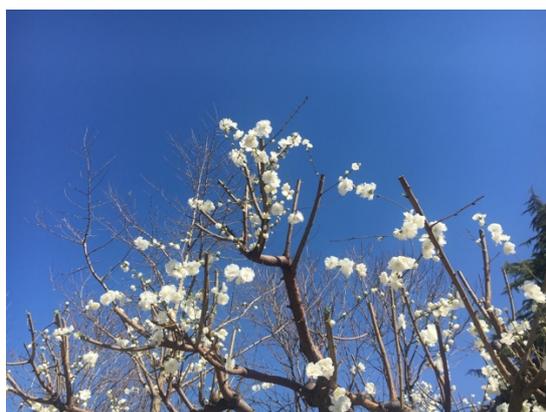


圖 14 三月中漸漸開花

至於空氣品質的部分，我想下半學年的這個時間段，是空氣蠻好的時間，天空灰灰的日子大概不到 20 天吧！抬頭看天空經常是一望無際的藍天，非常美！

交通

北京幾乎可以說是三分之二個台灣那麼大，加上環形的地鐵網絡，交通時間相對較長。基本上一個小時內可以到達的地方都算是很近的了。除此之外，行走的速度、耐力有很重要，交通工具間的銜接往往得靠雙腳自己走。

地鐵	每一個地鐵站都需要過安檢，遇到上下班高峰時間，可能就得排隊安檢，耗掉不少時間。同站換線的路線也比台北捷運長得多，幾乎沒有上個手扶提就能換線的（大多數地鐵站也沒有電梯，有大件行李只能認命搬），大部分都要走很長一段時間。
公交車	公交車則是要刷公交卡，也可以使用 Apple 錢包， 每台公車上都有一個保安人員，主要維護乘客安全，會照顧老人家，甚至會要年輕人讓座。
自行車	滴滴、摩拜為大宗，但是使用台胞證申請比較難驗證通過；支付寶內建的哈囉單車是最容易申請使用的。在北京有自行車可以騎的話可以省很多時間跟體力。

不可或缺的 APP

微信	<p>主要通信軟體，微信錢包可以付費、轉帳，AA 分帳很方便，揪團訂外賣也可以直接根據每人點的餐點金額直接收付款。</p> <p>主此之外。微信內有很多公眾號可以關注，例如觀光景點的公眾號內會有打折訊息、免費導覽、地圖。不少 App 也有小程序，可以節省裝 App 的空間。</p>
支付寶	<p>普羅大眾的支付工具。</p> <p>支付寶內結合了許多功能，連結了不少生活用的功能。例如優惠卷、購物頁面等。其中“餘額寶”是我最推薦使用的，把錢放到餘額寶，可以天天領利息，是個可以發小財的方法。</p>
VPN	<p>網路上有許多推薦的 VPN，個人最推東吳的 VPN，用學號就可以使用了，相較其他軟體穩定，同時支援手機及電腦版本。</p>
高德地圖/ 百度地圖	<p>兩個最大宗地圖查詢的 App，提供大眾運輸、開車、騎車、走路等路線推薦。個人覺得北京用高德地圖的定位比較準確。</p>
美團/ 餓了嗎	<p>兩個都是訂外賣的 App，兩邊的店家有些不同，熱門店家（例如耐雪的茶）就獨家在美團上才找得到。兩個 app 可以多多比較後，花少少的錢購買會員，獲得更多優惠。</p>
易通行	<p>北京地鐵的 app，內有地鐵路線圖，搭乘地鐵到一定金額/次數後有優惠。</p>
淘寶/ 京東	<p>幾乎所有的商品在淘寶上都能買到，甚至會比實體商店便宜。比較需要注意的是，同一個商品（商品照片）會有落差很大的價格，多比較、看評論，或是直接到品牌官方旗艦店購買才能避免買到假貨。若是需要購買電子產品的，用京東這個平台是不錯的選擇。</p>

實習

大陸的實習機會非常多，不怕沒工作，只怕你不敢做。有許多合約是三個月一簽，如果有想要在大陸實習的經驗的話，交換這段時間真的可以好好利用。在大陸找實習的管道很多，一些微信公眾號、企業官方招聘公眾號、前程無憂、實習僧等都會有實習職缺。我個人是到大陸才開始找實習，並用“實習僧”找到奧美的實習機會，體驗到了在大陸工作的職場生態、早高峰等。深刻的感受是，兩岸有很多工作上的用語是不相同的，剛開始實習時時有聽不懂的情形。幸運的是遇到了兩位非常友善的大陸實習生同事，樂於回答我許多問題，而這兩位同事也是這趟交換之旅中最要好的大陸朋友。



圖 15 地鐵早高峰



圖 16 不免俗的與公司 Logo 合影

旅遊

大陸土地之大，歷史悠久，自然景觀豐富，非常直得到處走走看看。推薦可以下載馬蜂窩、小紅書的 app 查詢旅遊攻略，或是關注微信上的官方公眾號，例如：啟程了、北清青旅行，會有很便宜（但比較刻苦）的旅遊團可以參加。

這次交換之旅，我去了中國第七大沙漠—庫布齊沙漠、內蒙古的火山，睡在零下兩度的帳篷；體驗了最在地的青島啤酒及青島出名的“綠瓦紅磚，碧海藍天”；充滿異國風情的天津；上海的繁華；江南地區的小橋流水人家，蘇州大學內的東吳老校門，挑戰了上鋪的過夜火車，在青年旅社與其他旅人暢聊到天亮。

北京的歷史值得細細閱讀，假期不多的我造訪了非常多北京內的聖地：故宮、圓明園、頤和園、慕田峪長城、雍和宮、恭王府、國子監、孔廟、前門大街、煙袋斜街、鼓樓、南鑼鼓巷、北京大學、北海公園、中國人民大學、史家胡同、天安門廣場、天壇、國家大劇院、孤山寨、法海寺、景山公園、朝陽公園、王府井、奧林匹克森林公園、鳥巢、水立方等地，提供給假期不多的人參考。

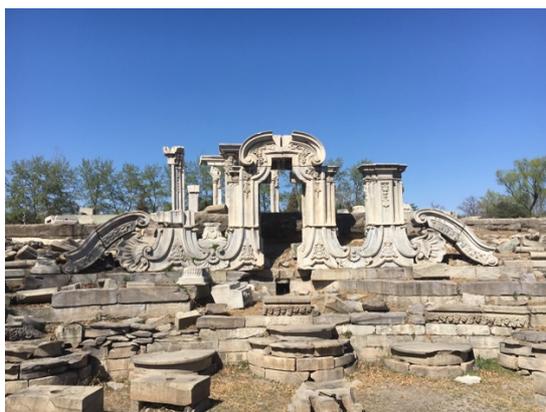


圖 17 圓明園



圖 18 內蒙古的火山



圖 19 庫布齊沙漠



圖 20 青島—紅瓦綠樹，碧海藍天

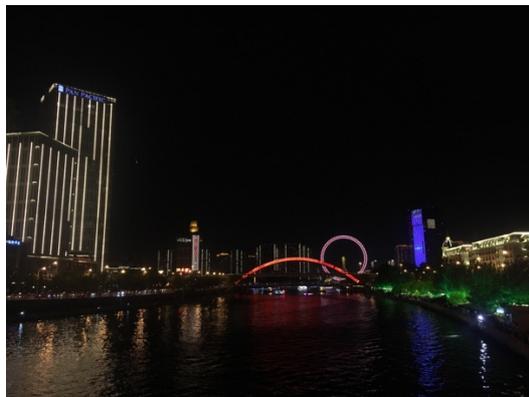


圖 21 天津夜景



圖 22 江南的小橋流水人家



圖 23 西湖夕陽



圖 24 孤山寨

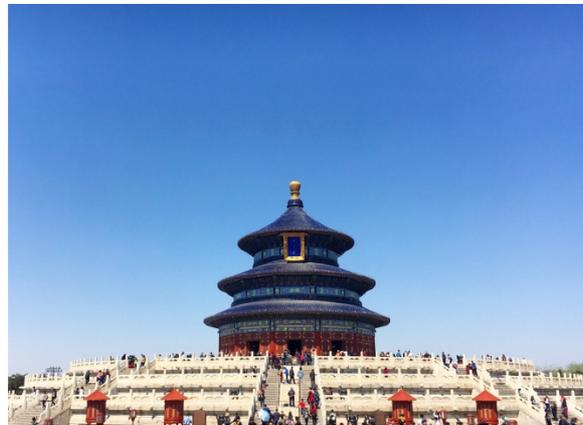


圖 25 天壇



圖 26 火車硬臥上鋪

後記

交換，真的可以說是大學生活中最燦爛的一筆。到一個陌生的環境，熟悉原本陌生的生活，改變一些想法、看事情的角度。交換之前，可能會覺得自己所學的歷史是真理，認識的世界是正確的、是最開明的；但到了大陸，以大陸的視角來看世界會有很多的衝擊，說不出是好還是壞，但也就是更了解 14 億人的世界觀吧！

交換的日子裡有起有落，不論是生活、學習或是工作上，更別說生了一場發燒三天的大病。身在其中的時候會覺得很苦，但現在回頭看看，每一件都是有趣又特別的回憶。相信十年後的自己仍會很感謝當初做了交換的決定。

一個未知的環境裡固然充滿著危險與挑戰，所幸自己遇見的都是善良可愛，樂意幫助我的人。不論是室友、老師、同事、主管，甚至是路上的保安、店員，在我最需要協助、最彷徨的時候伸出援手，度過難關。

提醒所有未來可能要交換的學弟妹，不論到哪個國家、什麼學校去交換，務必要計畫好這趟交換旅程的主要目的。比較常見的是旅遊、交換、學習這三個目的。一個學期的時間說長不長，說短也不短，充實而有目的的過，不論成功或失敗，都會讓這趟交換之旅收穫滿滿；若是沒有儘早想清楚自己交換的目的，這一個學期可能會過得極其漫長，甚至覺得浪費。