

## 靜宜大學出國研修學生心得報告書

◇ 此心得報告書須在回國兩週內繳交，請寄至 411family@gmail.com

◇ 411 遊留學中心確認收到本心得報告書後始能抵免學分

姓名	廖O綿	日期	113 年 7 月 11 日
班級/學號	OO系		
研修管道	<input checked="" type="checkbox"/> 交換學生	<input type="checkbox"/> 語言學校	<input type="checkbox"/> 雙聯學制
研修國家/學校名稱	中國/南京大學		
研修期間	113 年 2 月至 113 年 6 月 <input checked="" type="checkbox"/> 一學期 <input type="checkbox"/> 兩學期		
1. 在國外研修期間的花費共___100000___台幣 (學費_0_元、機票___8000_元、住宿___0_元、交通___20000_元、膳食___50000___元、保險___1425_元、其他生活費___20570_元)			
2. 在國外研修時的住宿是 <input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 <input type="checkbox"/> 外面租屋 <input type="checkbox"/> 寄宿家庭			
3. 學校 <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 沒有 學伴制度			
4. 國外研修期間共修了___3__堂課、共___7__學分			

### ※心得報告-南京大學

在很小的時候，我對中國大陸就非常有印象，因為我的媽媽正是大陸人，每次和媽媽回到大陸(江西)，總會讓我感到特別溫暖，這次終於有機會再次來到大陸。剛下飛機，搭乘出租車前往南京大學的路上往車外看，感到格外陌生、緊張，忐忑的心直到我看到學伴才有好轉一點，很幸運在一開始就遇到我的學伴，也很謝謝她在一開始我校園卡無法開通時，積極幫我處理，也解惑我的疑問。

南京大學的半年交換是我人生中一段難忘的經歷，感受到校園寬廣，融合著悠久的歷史與現代氛圍，與來自不同文化背景的同學相處，課程設置豐富多彩，深入了解到中國文學、歷史和社會，拓展了我的視野。

在課堂上，與當地同學建立了深厚的友誼，我學到了書本上學不到的文化內涵以及文化差異，不僅收獲了專業知識，更培養了團隊協作和跨文化交流的能力，我們共同學習，互相促進，感受到同學的努力和對知識的渴望，這激發了我更加熱衷於深入學術研究的決心，使我們成為了彼此成長路上的陪伴者；在宿舍和社交場合，我感受到了大陸人民熱情好客的特質，這種經歷使我更加理解和尊重不同文化之間的差異，培養了我更廣泛的國際化視野。

在南京大學上的每一堂課都像是一次啟迪，拓寬了我的學科視野。其中最印

象深刻的課程是團體工作級學校與青少年工作，團體工作這堂課中，老師讓我們每組針對不同主體設計活動，在每次的活動中，除了學到了更多帶領活動的技巧及方式外，與同學間的感情也隨著每一次活動更加升溫；學校與青少年工作這堂課，每位同學會進行案例的分析與討論，在這堂課中，我認為是成長最多的課程，在案例分析與討論環節，因為不太敢在大家面前發表想法，所以一開始都是沈默聽其他同學分享，從中觀察到，班上的同學對此不會感到害怕或是緊張，很輕易地說出自己的想法，而就在一次的研討中，老師點了我，我在顫抖的聲音中表達了自己的看法，老師感受到我的緊張，她是先鼓勵我說的很好，告訴我這沒有對與錯，不用感到害怕，有想法就說出來，大家可以一起思考討論的，往後我漸漸的開始會發表自己的看法，在與其他同學切磋想法的這兩個小時，是我在台灣課堂中沒有過的，我想這對我來說是很大的進步及轉變，我也相當珍惜可以與來自不同地區的同学交流。

除此之外學校也會舉辦台港澳生到各地走訪，像是無錫、蘇州、鎮江等地區，除了可以多認識不同地區的朋友外，也對南京周邊的城市有更深入的認識。

除了校園生活及校外參訪外，南京的美食和風景也為我的生活增色不少，在這座古老城市中，我沈浸於豐富多彩的文化活動和美味佳肴，每一次的探索都是一次心靈的盛宴，我遊覽了夫子廟、明城牆、秦淮河等古老建築，感受到了千年歷史的沈澱。在夫子廟的古老街巷中，我仿佛穿越時光，感受到千年古都的獨特氛圍；走在明城牆綠道上，感受到大陸對於城牆保存的用心，望眼看亦能到看到秦淮河，遊覽明城牆，讓我對中國古代文明有了更深刻的體驗和理解，也讓我更加珍視歷史遺產的保護和傳承。希望未來明城牆能夠繼續承載著歷史的記憶，為更多的人展示中國悠久燦爛的文化。

此次交換經歷讓我不僅學到了專業知識，更錘煉了我的獨立思考和解決問題的能力，適應新的文化和環境是一次全方位的挑戰，但正是這些挑戰讓我更加堅定地走向未來，南京大學的交換經歷不僅是一段學術之旅，更是一次心靈的洗禮，讓我對自己和這個多元世界有了更清晰的認識。這段寶貴的經歷將成為我人生中的一座重要的里程碑，為我未來的發展打下堅實的基礎。

回顧這段時光，我深感自己在南京大學的交換半年中得到了極大的啟發和成長。這次經歷不僅開拓了我的學術視野，更讓我在文化、社會和個人層面都取得了顯著的進步，往後面對新的環境和挑戰，我更加勇敢地面對，清楚知道自已的潛力和能力，感激這次交換，它成為我人生一段珍貴而豐富，南京大學將永遠是我心中一座充滿回憶和感激之地。

### 給接下來交換的同學一些前置作業的建議~

1. 機票的部分如果想要省錢，可以選擇轉機會便宜很多，如果嫌麻煩可以直接搭直航。
2. 可以與先前的學長姐請教經驗，並了解學校地理環境。
3. 不用太過擔憂，帶著一顆好奇的心準備出發，好好享受這一趟的交換之旅。



港澳台交流營

課程活動

課程活動

