

國立臺灣科技大學海外研習心得

姓名：劉O瑜

系所：設計研究所

學號：M10410105

研習學期：

106 學年度第 2 學期



交換國家/學校：中國同濟大學



研習學校授課語言：中文



研習期間：

107/03/01 ~ 107/07/31

2000字報告必須包含下列幾項：

- 一、行前準備
- 二、修課介紹
- 三、生活面臨的困難與解決方法
- 四、心得分享
- 五、給學弟妹之建議
- 六、附說明之出國研習照片12張

* 篇幅若不夠請自行複製使用





一、行前準備

1.從薄到厚的衣物、羽絨外套（可壓縮）：

上海的天氣冷的時候凍的像冰塊，熱起來像烤爐，3月酷冷最好還要搭配圍巾跟毛帽，只要過了4月，5月的天氣混亂到讓你一週感受到酷冬炎暑，加上日夜溫差極大，一般都是採用洋蔥式穿法，最好是能帶一件羽絨衣在身上，壓縮放入背包，感到冷的時候再穿上。

2.手壓式真空壓縮袋：

裝冬天衣服的神器，儘管是大行李箱，只要裝冬天衣服就快裝不下了，建議在大賣場或是網路買幾個手壓式真空壓縮袋，把冬衣裝進去用手擠壓就能達到壓縮空間的效果。

3.保健食品、藥品、保養品：

因為大陸的飲食習慣與台灣不同，高油高鹽多加工食品，在當地看醫生非常昂貴，健康食品變成日常需要，可以帶些維他命C、B群預防感冒，感冒藥、腸胃藥、個人常見疾病用藥，為以防萬一可以先向台灣診所開藥。除此之外，保養品非常重要，護唇膏、乳液一定要帶，大陸的美妝和保養品超級貴！進口的更是天價！上海的冬天乾燥的皮膚會發癢，嘴唇會乾裂，保養一定要做好。

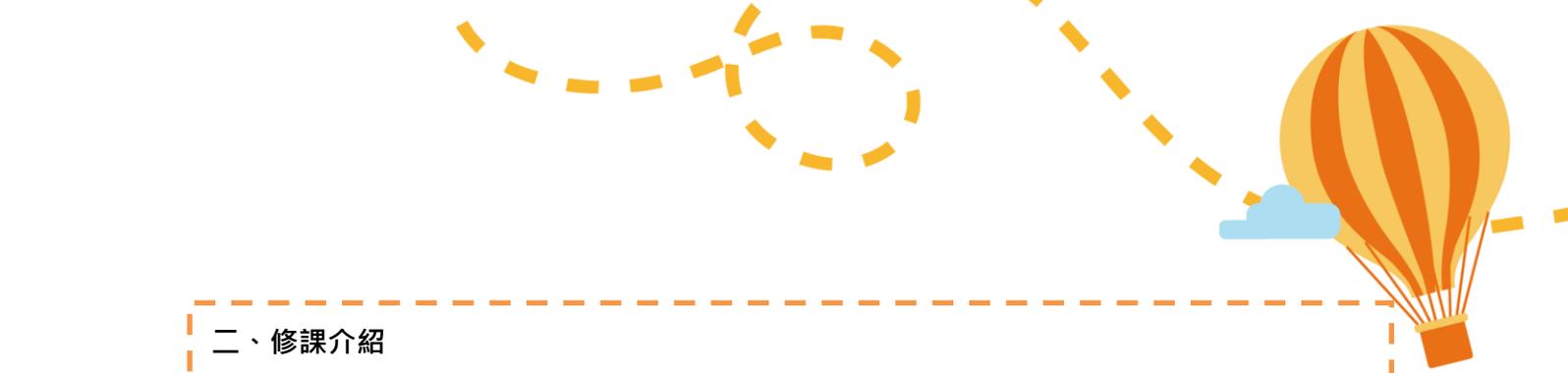
4.生活用品：

基本用品去大陸採購即可，洗髮精、沐浴乳假如有習慣用的品牌，還是從台灣帶過去的好，在大陸一樣的品牌除了價格昂貴以外，味道也不太一樣，還有防曬乳，在台灣就買好，因為大陸的價格是台灣的五倍，因為防曬乳幾乎都是日本品牌。棉被跟床墊在大陸的學校超市買就可以了，便宜又好用。

5. 防水鞋子、拖鞋：

上海其實蠻常下雨的，最好帶一雙好一點的鞋子來，能速乾或是防水就更好了，所以可以帶雙拖鞋或涼鞋，假如想來大陸買有品牌的鞋子比較便宜，那就錯了，雖然說是產地，但是因為大陸保護國產品牌，外國品牌賣得比台灣還貴上許多，還是從台灣帶的好。





二、修課介紹

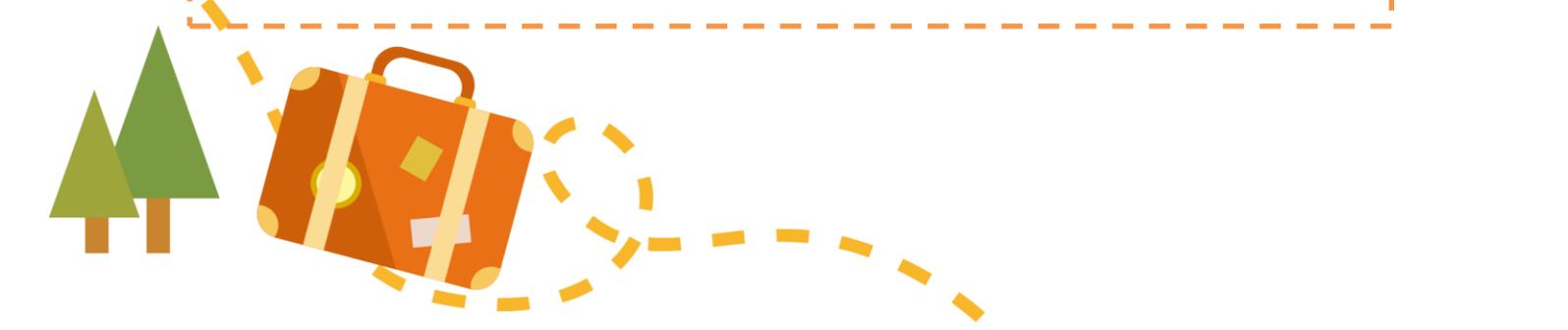
創意設計學院所開的「體驗設計」課程為期一個月上課非常密集，課程時間是禮拜三晚上、禮拜六下午到晚上，而這門課是由美國知名 frog 設計公司的資深設計師開課，在同濟大學擔任業師，課程要求為兩個人一組，期末時要發表一個完整個設計提案，而每個周三都要跟老師討論，每個禮拜六都要做簡報進度發表，禮拜六老師都會請兩個都是業界的評審到場聽發表，通常請到的評審都是來自上海知名大企業、外商，像是 Apple、騰訊、攜程...等大公司的設計師，並給予學生們實務的建議。

由於是業師所開的課程，跟在台灣的教學方法有蠻大的區別，並且每周腎上腺素爆發的密集報告，並且與大陸的學生組隊討論與實作，其中我深刻體會到兩岸學生的不同，而且看待事情的方式也有點不同，在同濟看到在學習上有不一樣的思考模式。每周來指導的老師與評審們的意見跟看法，有些更是一針見血，犀利但是很中肯，常常提案都是批評與指證，對我來說是最大的啟發，因為能讓思路更清晰，覺得這種非常直接的教學方式，很令人振奮。在課程的最後一次期末發表，老師邀請我們到 frog 設計公司的上海分公司發表，在他們的會議室去體驗什麼叫做業界的氛圍，並且評審都是公司的設計師，告訴我們可行性、未來發展性，給予我們鼓勵與建議。經過這次課程後，我覺得非常的充實並且學習和了解到在台灣從未接觸過的國際知名公司的設計思考。

三、生活面臨的困難與解決方法

1. 手機遭盜事件

剛到上海的時候，就出現了幾起交換生 iPhone 被盜的事件，而且被偷的地點都是在地鐵上，雖然告訴大陸的同學他們都說：「不可能吧！這裡是上海耶！」，事實上，人在不熟悉的地方，面對自身財務還是要有很高的警覺性的，而被盜手機的同學報公安後，跟我們分享，公安不抓持有手機的盜竊者，只抓現行犯，所以手機被偷了，基本上就算你跟著尋找 iPhone 找到了你的手機，基本上也處置不了竊盜者，而在大陸買的手機是完全無法下在 VPN 的，所以那位同學後來還是請親戚帶台灣買的手機來大陸。我建議來大陸之前買一個手機掛袋，最好掛袋能有分層，像是我買的掛袋，可以直接透過觸控膜，不需要把手機拿出來就能使用，後面有一層拉鍊夾層裝有我的一卡通跟台胞證並且還能裝宿舍鑰匙，因為掛在前面基本上是完全不可能被偷偷摸走的。





2. 女生避免單獨出遊

大陸的人是非常多的，雖然說自己單獨挑戰去別的城市旅遊，但是個人覺得安全係數並不高，例如有次在火車上，座位通常都是隨機安排，跟一個男子同坐，這名男子竟然跟我說：「我覺得妳不適合這樣的褲子，你應該穿紗裙這樣會很性感，可以迷倒路上的男人。」就我了解，除了大城市以外，民眾對什麼是性騷擾的認知應該是低的。在別的城市常常會有騎電動車的大叔，騎到你旁邊問你要不要搭車，就是想賺點小錢吧，但是一個女生在外，被這樣隨意搭訕其實是很容易受到驚嚇的，儘管他們可能不是有心的。所以建議就是，女生最好不要單獨出遊，有男生同學一起成群結伴能安心許多，也比較不會被人騷擾。

3. 實名認證問題、善用客服

在大城市所慣用的 APP 其實大部分都可以使用台胞證實名認證，但有時候有些 APP 並沒有設想到台胞證的號碼其實只有 9 碼，導致在使用一些 APP 時會有卡關的問題，雖然說 APP 原本的設定也許不完整，但是為了因應很多個人問題，基本上都是會有線上客服或是電話客服能做詢問。舉例來說，有次到千島湖旅遊想租借當地的共享單車，因為卡在實名認證不能開通，於是打電話給客服，客服馬上在線上就將權限開啟能立即使用。為了省錢，去別的縣市旅遊經常會想住青年旅館，或是便宜旅店，經常在網站上看到限內賓，其實只要打去確認，說不定都是有機會可以入住的，只要老闆說可以，基本上不要因為看到內賓兩個字就退縮，只要簡單打個電話基本上是可以省到很多錢的！

四、心得感想

上海為大陸最國際化的城市，是最為科技最先進與設計發展最悠久的地區，許多國外企業、知名公司都以上海為據點成立分公司，是貿易金融的重鎮。而同濟大學雖以醫科起家，後以土木工程為重，而建築也是赫赫有名，而設計系近幾年都是大陸排名第一、第二，這幾年還在全球設計系排名的第 18 位，而且與芬蘭有合作關係，並且每年都有招募大批國外的交換生做交流，在課程上有許多國際化的課程安排，在學習上能體驗到很多不一樣的國家思考方法。





上海的學生都知道「食在同济」，也就是說同济的食物非常的出名，初到同济時，志願者就跟我強力推薦同济大排檔，是他們學生最愛的消夜食堂，晚上七點開始營業，大陸的飯點跟台灣有蠻大的差距，基本上因為學生眾多，好吃的食物通常也是掃得很快，一般台灣午餐是中午 12 點吃，大陸是 11 點；台灣晚餐是晚上 6 點吃，基本上晚上 6 點去同济食堂已經開始收了！所以晚上 7 點對他們來說就是開始吃消夜了，而我們台灣交換生都很喜歡去同济大排檔吃晚餐，因為晚上 7 點吃飯很正常啊！他們有一般食堂就有學苑、北苑、西苑，外國人食堂有三好塢，消夜食堂有同济大排檔。好吃的基本上一開賣一小時內就會賣光，來大陸吃飯真的要習慣早吃啊！

五、給學弟妹的建議

在修課的同時記得認識多一點大陸的朋友，了解一下他們的老鄉在哪，之後出去玩的時候再請他們給你好玩的景點，剛去大陸時會有機會跟不同學校的交換生交流，要趁那個時候多多認識人，像是之後大西北、青藏都是需要包團才能出遊的，認識多點人之後可以一起揪團分擔費用。大陸有蠻多 APP 可以使用，尤其是外賣配送超級方便，晚上想吃消夜，或是天氣不好不想出門時，外賣都是一個好選擇，因為配送費真的很便宜。去別的城鎮，大眾點評是個很好用的 APP，但是有時候分數高的店不一定好吃，還是要樣本數夠多，記得看多少人評分才會准！玩的同時一定要配上吃！因為假如發文發風景照，朋友不一定會羨慕你，發美食照朋友對你的關注度就會上升！





照片說明：

一群台灣交換生去朱家角古鎮遊玩！遊船好玩！



照片說明：

當時有迪士尼買一張去兩天的活動，超級划算的！



照片說明：

同濟大排檔，9個人去吃點一桌炒菜，每個人才花11人民幣！





照片說明：

體驗設計課最後發表去美國 frog 設計公司上海分公司超棒！



照片說明：

修課跟我一組的大陸同學！合作無間喔！



照片說明：

同濟大學 111 年校慶舉辦同濟路跑！我跑完全程獲得獎牌真開心！





照片說明：

桂林陽朔-數一數二美的地方



照片說明：

龍脊梯田-從元代就開始蓋的梯田非常壯觀



照片說明：

內蒙古-响沙灣
因為沙子很細，所以風吹時
會發出聲響





照片說明：

同濟櫻花祭，滿滿都是人



照片說明：

我們最喜歡吃學校附近的妙庭羊肉鍋



照片說明：

安徽黃山，黃山歸來不看嶽！根本就是看水墨畫！



照片說明：

北京故宮博物院，超級壯觀彷彿到了古代