

國立政治大學社科院交換學生報告表

基本資料

1. 系級：應用經濟與社會發展英語碩士學程
2. 姓名：梅圓圓
3. 交換學校及系所（全名）：上海交通大學 國際與公共事務學院
4. 交換學期：自 105 學年第 1 學期起至 105 學年第 1 學期止

交換學生報告

一、準備篇

其實去上海需區要做什麼準備，台胞證辦好買機票換人民幣就可以出發了，我出國前作最多的準備就是下載一堆 APP，包含翻牆的 APP、微信、支付寶、百度地圖、滴滴打車、百度外賣、大眾點評...等。其他事情大多是到了當地在處理就好。

二、學業篇

在開學前兩周，跟系辦人員要了課表後就可以去試聽喜歡的課了。因為交大的選課系統有點爛，所以最好是跟系辦老師要，之後選課也是可以交紙本的選課單給系辦。

經過試聽了兩周後，喜歡的課真的不多，加上有些課是從第五周開始，無法試聽，所以我這學期只選了三門課。開始上課後發現每個老師的風格都差很多，從國外留學回來的會跟台灣教學方式比較像，有 reading，要分組作 presentation。我選的課剛好都沒有考試，最後交期末報告，大約 20 頁。很幸運的三門課的分數老師都給得很高！

每堂課期中至少會戶外教學一兩次，去企業參訪或是老師帶我們出遊：



三、實習篇

在去上海前就開始找實習，有一個大陸的網站較做“應屆生”有非常多大陸各地的職缺，包含正職跟實習。在出發前兩周開始寄 CV，得到的答案都是到了上海再去面試，所以建議大家可以抵達當地再開始找也不遲。抵達的第一個月適應一下學校的新生活和新朋友後，就在第二個月開始實習了！上海的實習真的比台灣好找很多，雖然薪資也不高(約一天一百人民幣)，但是可以迅速累積經驗，看看上海的工作環境！

四、日常生活篇

1. 住宿：

我住在的是交大市區(徐匯校區)的宿舍，雖然設備不怎麼樣，但是地理位置去那裡都很方便！房間是雙人房，廁所與其他四間房間共用兩間。浴室沒有熱水，如果要洗熱水澡的話

要去傳說中的公共澡堂!澡堂的開門時間只有下午四點到晚上十一點，然後每間浴室都沒有門!!!!一開始真的很難習慣，但是台灣交換生都會帶浴巾或浴簾去掛，所以也還可以接受。

2. 交通:

上海最方便的地方之一就是叫車很方便!從手機下載滴滴打車，操作方式跟 Uber 很像，但是價格又更便宜，所以除了地鐵之外最常使用的交通工具就是滴滴了。

3. 飲食:

交大徐匯校區有三個食堂，但是菜色都大同小異，永遠是一樣的十道在在重複，所以第二個月開始我就吃不太下了。食堂唯一的好處就是價格便宜又乾淨，一餐平均不到十元人民幣! 吃夠食堂後就開始學會叫外賣了，外賣 APP 最多人用的是餓了嗎跟美團，平均 30 元就可以吃到很不錯的套餐了，而且都不用出門。但是，上海有許多美食和布高價又好吃的餐廳，也是一定要和朋友去嘗試的。像是必吃的外婆家、海底撈、南京大排檔...等。



五、文化交流篇

因為我的室友就是大陸人，所以算是生活在一起了!是一個很直接很方便認識不同文化的方式。另外，因為上的都是英語授課的課，所以認識許多來自世界各地的同學，假日和特殊節日一起開趴、一起認識上海這個奇妙的城市。我覺得，交流文化最快最舒適的方式就是對自己不設限，什麼是什麼人都可以去嘗試、認識，大家都用帶有自己文化的方式生活，所以多去感受和接觸就可以遇見沒預期到的驚喜。



六、旅遊篇

上海周邊:

1. 古鎮

上海有四五個維持舊時代樣貌的古鎮，其中我最喜歡的是朱家角，有小橋流水和整排的舊建築、感受滿滿的老上海風情。



2. 上海市區-靜安寺

上海市區的景點其實不多，其中靜安寺是少數特別的景點。金光閃閃的寺廟建在眾多百貨大樓之間，算是悠閒時可以來看看的景點。



3. 杭州

感謝上海交大的港澳台辦帶我們交換生到杭州兩天一夜旅遊



4. 內蒙古

利用中國國慶連假的時期和朋友參加了中國國內旅行團的蒙古行程，六天五夜機加酒加餐食大約三千人民幣，體驗不同風情的好機會。



七、費用篇（人民幣）

來回機票: 1800

宿舍費: 1500

家具設備費(床墊棉被..等):1000

餐錢: 30 元*2 餐*30 天*5 個月=9000

交通費: 700

旅遊費:約 6000

總額: 約兩萬人民幣