

教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修
之留學生成果報告書

哈拉代茲·克拉羅維學校留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學 翻譯系 四年

級 獲獎生姓名：鄭○晏

研修國家：捷克 研修學校：哈拉代茲·克拉羅維大

獲獎年度：105 學年度



↑ 學校宿舍

在確定要赴國外交換的期間，初步除了要準備校內徵選相關的資料，參加口筆試，通過後由學校推薦至欲交換的學校。校外處理的事項，則包含申請良民證、辦理簽證、申請個人財產證明等等。個人申請的學校是位在捷克境內第二大城鎮哈拉代茲·克拉羅維的大學，學校交換生的接洽部門，有專為交換生提供接待服務的 **Buddy System**，讓我在通過各個程序還有考核，確定入選後，可以很快地透過他們的協助了解捷克的住宿、交通，還有一些日常該注意的事項。最重要的是可以透過網路告知 **Buddy** 班機抵達時間，讓他們安排機場接機的時 間。從機場到布拉格市區的交通非常便捷，透過大眾運輸工具就可抵達。



↑ 宿舍日常飲食

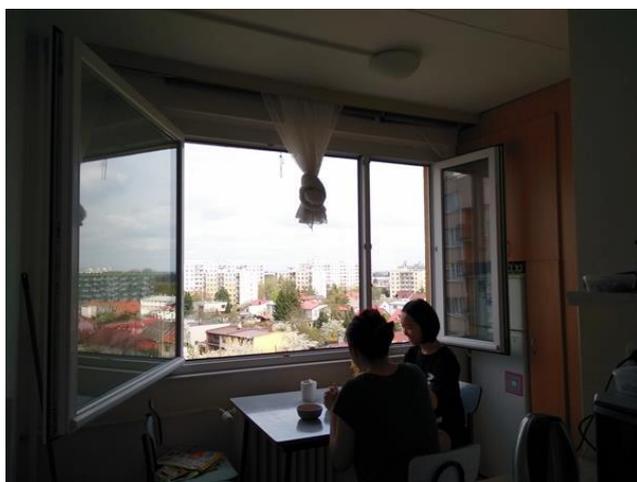
學校住宿的安排多為三人一房間，六人一廚房浴廁為主，宿舍費用的部分可以選擇一次繳清或者月付的方式，宿舍也提供付費的洗衣機設備，每個禮拜都有清理人員會到寢室清理衛浴及廁所。宿舍每個月會公布更換床單的時間，讓住宿生方便更換床單。透過接觸不同國家的室友，可以了解不同國家的生活日常及文化背景。在宿舍生活中，可以訓練自己自主生活的能力，在飲食方面多以自己下廚為主，從一開始的簡單便菜到最後大家熟能生巧已經可以煮出美味佳餚。在市鎮中心也有著許多大大小小的風味餐館，對於想偷懶外食的學生來說十分便利，只是相較之下價位會高一些，由於捷克有啤酒釀造場，當地的啤酒真的名不虛傳，

在每家餐館內也都有私釀啤酒可以小酌一番。從市區布拉格到哈拉代茲·克拉羅維城鎮的車程約兩個小時左右，車站到宿舍的距離約二十分鐘左右，宿舍的位置距離學校則約有十分多鐘的車程，鄰近有三間超級市場，方便於採買生鮮蔬果，每周三會定期更換的優惠品項，只要抓準時機就可以大省荷包。



↑ ESN Buddy 舉辦三日布拉格 sightseeing 活動

學校交換生的 **Buddy System** 也常常在周末安排大大小小的戶外活動，像是登山健行或是 鄰近城鎮之旅；平日也有各國文化交流的派對，加上捷克是個盛產啤酒的國度，工作閒暇之餘，派對小酌絕對是最佳的放鬆方式。異國派對的風氣十分單純，不會有太多亂象出現，不比台灣的夜店，大部分的人也都是為了放鬆而去。**Buddy System** 第一個舉辦的活動通常是捷克第一大城-布拉格的三日景點參觀，讓大家能透過活動對布拉格有更多的了解，布拉格有著 各大品牌還有林立的餐館，可以滿足大眾需求。這個活動也有助於剛到異國的交換生學習如何與來自歐洲各國的交換生互動，透過溝通還有 **Buddy system** 特別安排的闖關活動，讓我們 在三日短短的時間裡認識他人。



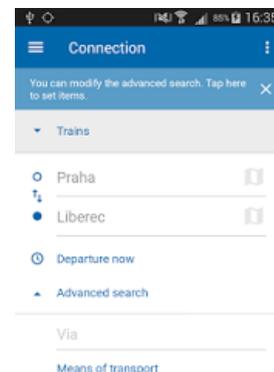
↑ 宿舍日常生活 對於學校的上課情形以及選課程序，

我個人覺得選課流程與台灣大為不同，國外的選課系統主要以本國生為主，其他國家的交換生雖然在收到入學通知時就能收到學校的課表，安排課程，但於交換學校開學時，卻只能透過詢問各門學科的老師是否還有空缺，如果當門課程已經額滿，交換生就只能另尋其他課程或直接利用電子郵件詢問相關課程的老師是否有空

位，以修得規定學分數，相較之下是比較沒有保障的。捷克當地主要語言以捷克語為主，所以在交換學校能選擇的課程多半與語言相關，老師多為全英文授課，在課堂上也常分配當地生與交換生進行會話交流，不僅能增加當地生使用英文的機會，也能透過對談，交流異國文化。在與捷克人對談的過程中，我發現捷克受限於歷史背景的封閉，對國際語言-英文的接受度並不高，有些捷克人對英文甚至一竅不通，有時候在學校隨機找個人問教室方向的時候，他們會很無奈的表示自己不會說英文這件事。透過英文課堂上的會話交流，可以感受到捷克學生積極學英文這件事，但矛盾的是有些人還是單單只會說捷克語。我曾經聽捷克生表示過，他們其實都知道英文是國際通用語言，但有礙於歷史背景還有對外開放的程度，使他們會有不學英文也不會影響自己未來的想法。許多捷克人可能一輩子活到六、七十歲都不曾踏出捷克國土，即便處在占有地理優勢的中歐，捷克人還是秉持保守安然的人生態度。當地的交通方面，最大為不同且讓我印象深刻的是行人優先這件事，在捷克街道行走，你可以很從容的過街，因為當地的交通規則中，行人最大，即便是車速不慢的車子，一旦看到路口有行人欲過馬路，駕駛就會立即放慢車速，禮讓行人。



↑ 捷克超市 Billa



↑ IDOS 捷克境內交通 APP

在哈拉代茲·克拉羅維這個城鎮中，對交換生來說，最便捷的交通方式莫過於市區公車，在抵達宿舍後的幾天之間，學校的 **Buddy System** 會有服務大使，帶領交換生辦理市區公車卡。辦理公車卡的手續非常迅速，只要持大頭照及欲儲值的金額就可以完成，儲值金額可以依照個人需求而定，年繳、月繳或是自訂儲值額度都可以，但要特別注意的是公車卡只適用於哈拉代茲·克拉羅維這個城鎮，其他區域則不適用。公車卡的辦理並非強迫性，你也可以選擇在你搭乘公車時，直接跟公車司機買票，但票價相較之下會高一些，我個人不太推薦要久待這裡的交換生使用。市區公車的班次非常密集，路線也規畫得不錯。在這人手一機的網路時代，一套實用的應用程式，能讓更多的民眾願意下載使用。**IDOS** 就是一套非常推薦交換到哈拉代茲·克拉羅維大學的交換生下載的應用軟體，簡單的使用頁面，可以立即抓準公車啟程及抵達的時間，不僅如此，應用程式也適用於整個捷克境內的鐵路系統，可以隨時 **follow** 交通動態。關於研習期間的費用支出方面，除了要繳交台灣的學費外，到交換學校最先遇到的支出費用含蓋交通、住宿、飲食，除此之外，生活上很少會遇到要掏腰包的時候。住宿費用依照季節會有不同的價差，因為冬天有供應暖爐所以費用會高一些。飲食方面，則取決於個人購買的食材為主，捷克這個國家，主要以酪農畜牧為主，有充足的肉類、乳製品類，相較於台灣的牛奶價格，台灣一瓶 700ml 的牛奶大約是捷克的四倍至五倍；蔬菜類，主要以根

莖蔬菜為主，多以紅蘿蔔、花椰菜、馬鈴薯為主；水果類則較多樣，常見的有蘋果、柑橘、葡萄、香蕉，另外又依照季節的不同產出草莓、桃子、鳳梨、莓果等等。



↑ 宿舍聖誕節交換禮物活動

出國研修這一年，除了有更開闊的視野、國際觀外，我想學會自理、安排自己的時間是最實際的感受。課外之餘的時間，可以自行規劃欲前往的鄰近國家，從交通票到住宿點，大大小小的事都要縝密的規劃一番，才能出行。在不同的國家裡，即便都是歐洲版圖，也會發現不同的風俗民情、日常生活。透過人與人之間的互動，增加自己英語溝通的能力，也可以從中了解如何與素昧平生的陌生人溝通、相處；校園生活，最需要適應的是要在全英文的授課環境，在台灣雖然有些課程也是以全英文授課為準，但大多出了教室就回歸到我們最熟悉的母語-中文，但在國外來說，其實整個環境都是你可以利用英文溝通的環境，加上捷克學生現在也都紛紛開始學習英文，如果有機會讓他們開口說英文，有些人還是非常樂意與你聊天的。很多時候，不見得要會說一口流利的英文才有機會與人交談，只要你願意，到處都能給你練習英文的平台。記得在課堂上，一位當地的學生十分困惑的問我一個他對交換生一直存有的問題，他不解為什麼大部分的交換生會這麼積極的安排週末往歐洲各國旅行；那時我也反問了他，我不解為什麼他們處在地理優勢的中歐，卻很少甚至沒有踏出去，體驗不同的文化和風俗民情。隨之，我直接上台解釋了這個捷克學生都困惑卻沒問出的問題，我讓他們知道台灣要經過十幾個小時的飛行時間才能踏上捷克這塊國土，另外的轉機時間還有從布拉格到宿舍的路程時間就先不提，就已足以讓他們覺得我的老天！開始好奇台灣到底在哪裡，之後也讓他們知道以台灣的教育體制，一個學生要出國交換要通過大小程序，有時簽證下不來就前功盡棄。或許，窺探在台灣我們也是如此吧！安然的處在熟悉的環境裡，不敢離開，害怕改變。這一年是非常寶貴的一年，台灣並非不好，只是能有機會出國研修增廣見聞，就要勇敢踏出舒適圈。一開始的生活、飲食等等不適一定有，但適應之後，你可以得到更多。很多時候機會錯過了就沒有了。