

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

菲律賓中央大學 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：陳

研修國家：菲律賓

研修學校：菲律賓中央大學

獲獎年度： (由國際交流組填寫)

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，至少 3000 字及 6 張圖片(含說明)，12 號字：

- 1.緣起/準備（可就交換生甄選準備、出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）
- 2.研修學校簡介（可就該研修學校特色等事項進行陳述）
- 3.國外研修之課程學習(可就該校選課程序及狀況、上課情形、學習成效進行陳述分享)
- 4.國外研修之生活學習(可就參加之社團、課餘活動或與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗進行分享)
- 5.國外研修之日常生活(請務必就交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食等事項進行陳述)
- 6.費用篇(請就每月生活支出或研習期間必要支出等費用進行陳述)
- 7.此次研修經驗的具體效益(請條列式列舉)
- 8.感想與建議

備註：

1. 電子檔容量限制：8MB
2. 請由本人書寫，勿呈現個人基本資料（身份證字號、出生年月日、電話、住址等）

1. 在一次偶然的機會得知了學校交換學生的計畫，因為目前的身分是大四的關係在這之前也詢問過大四出去當交換生的學姐一切的情形以及需要注意的事項，也參加了學校替我們舉辦的說明會，已經下定決心要參與這次的計畫著手開始準備。從準備申請資料開始照著學校說的規定繳交資料，也從準備資料中獲得當地學校的資訊更加了解當地學校。到得知通過面試甄選後學校替我們安排了英語溝通與表達的課程讓我們增進語言能力，雖然已經通過面試但課程也是極為重要因為沒有通過課程依然沒辦法參與交換學生計畫。
因為在參與計劃以前自己已經多次到菲律賓旅遊深深喜愛這裡的環境所以下定決心要來這裡更深入了解這個國家，不像其他同學申請多個國家，因為有以前的經驗在出國的準備相對容易，學校讓我們自行辦理觀光簽證在到當地辦理延簽，辦理簽證在北中南各地皆有菲律賓辦事處，我們也自行上網訂機票因為到當地學校要到首都馬尼拉轉機要特別注意的就是訂機票時要記得先訂一張回程機票這樣航空公司才會允許出境，接著在出發以前很开心有當地的同學先行與我們聯絡讓我們順利轉機到機場時有學校接機。
2. 抵達學校後開始所有事務皆由當地學校的國際辦事處負責我們所有的相關問題，但很多時候來到這裡最重要的就是訓練我們的自主能力不能凡事都依靠學校，我們所在的學校是菲律賓中央大學位於菲律賓第三大城市-怡朗市。學校已有百年歷史也很高興我們此次來時參與了他們一百一十一年的校慶，怡朗市是著名的教育城市因此許多人遠道而來這裡就讀。
3. 抵達學校後由國際處幫我買選好了課程，基本依照我們在台灣學校相關科系下安排我們的課程，在抵達學校後可能有些繁瑣的程序需要耐心等待，一切都跟台灣很不一樣所以需要適應但了解及適應過後即會習慣。上課後我們第一學期選了藝術人文，文學，演講這三門課程，對於我們來說語言方面進步很大因為老師皆以英文教學雖然他們的主要語言是菲律賓語但在我們的日常生活中常以英文與人溝通，所以在口說方面的練習是非常足夠的。在課堂中老師也常以小組方式讓我們跟當地的同學能互動討論有效的讓我們交流，不管是在課業上，生活上，都可以了解他們的風俗民情，我們也藉此讓大家了解台灣。



4. 在來到這裡的第一個禮拜舍友們就帶著我們到這裡最有名的芒果島「GUIMARS」，很开心馬上就能體驗到當地文化，舍友們非常熱情還親自下廚為我們準備去島上享用的午餐琳瑯滿目的當地特色小吃讓我們興奮不已。



接著我們平日上課時間認識了很多當地同學也熟悉了這裡，學校設有健身房與游泳池，我們在平日下課後皆會到健身房運動。

在學期中間學校也會有一些國定假日或是特殊節日假期，因為聽說菲律賓有許多知名的島嶼所以我們計畫到離我們最近也最知名的長灘島「Boracay」，怡朗到長灘島要先搭五六個小時的車程相當於台北到高雄，到卡蒂克蘭在搭船抵達長灘島。第一次來到長灘島美麗的海景映入眼簾，長灘島顧名思義是一個很長的島，島上分為三個部分，我們在出發前做了許多功課網路上有非常多長灘島的資訊，非常幸運的是我們從怡朗出發的花費比台灣來到這裡便宜非常多。島上隨處可聽到中文以及韓文因為中國與韓國的觀光客眾多，這次旅遊規畫也讓我們學習，體驗到很多。



很幸運的是我們能在12月時待在菲律賓，因為12月是菲律賓最熱鬧的月份，菲律賓是過最長聖誕節的國家從8月份一直到12月很多的商店街道已經開始有聖誕節的氣氛甚至可以看到購物中心有倒數的牌子。因為學校在12月份會有三個禮拜的聖誕節假期，舍友們也在宿舍舉辦了聖誕節派對讓我們體驗到菲律賓式的聖誕節。學校也有一個很盛大的聖誕節點燈活動，開始當天有一個點燈儀式這也是我們第一次參與學校盛大的活動之一。



5. 在生活的方面我們所住的是學校提供的宿舍位於校園內，男女分開，宿舍內的機能佳基本的都有，我們是兩人一間房間，宿舍內也有廚房可以供大家使用並有一位主要管理員來負責我們的大小事。



飲食方面基本上沒有太大差異但菲律賓因受美國統治過美式食物偏多，而道地的菲律賓人非常喜歡吃飯類，不管甚麼食物一定會有一個飯，在這裡我們也碰見許多韓國人在這邊讀語言學校或是做生意所以韓式食物也是滿街都是，當然嘗試當地美食也是必要的！如果你發現長時間吃下來可能會有些膩到交換後期我們幾乎是自己下廚，既省錢又多樣。



圖 1:當地特色美食 圖 2:韓式 圖 3:美式

交通方面菲律賓的交通非常便宜，計程車起跳價都是 40 披索，而他們當地的吉普尼車是二戰時所留下來的戰車所改裝也是最多人搭乘的交通工具像是台灣的公車價格也比計程車便宜很多，很多上班族，學生都會搭的交通工具在路上也隨處可見，還有一種是機車跟腳踏車三輪車，這些車看距離有不同的價格，上車前務必與司機詢問好價錢並砍價。我們通常是搭乘計程車由於吉普尼車的路線複雜如果有當地同學帶領我們一起搭會比較清楚，經過幾次熟悉我們也可以自己搭乘是一個很新鮮的體驗也是來到菲律賓的重要體驗之一。

6. 在剛抵達學校後，學校會幫我們申請相關資料需要花費五千披索左右，接著就是我們本身每 2, 3 個月需要的延簽費用是開銷比較大的部分，之後日常生活的花費就要一個人而定，剛開始一定會花費較高因為一切都在不熟悉的階段，但生活一段時間後就會比較適應當地生活。有時候學校會有一些假期，如有安排到各地逛逛當然支出會多一些，不過相較於在其他地區的花費還是算相當的便宜。
7. (1). 個人語言能力：因為在當地環境生活語言的使用相當頻繁，生活中必須要接觸的因此語言能力提升相當大，我們也透過學習，與當地同學溝通中學習到他們的文化，可以說是一舉兩得。不管是閱讀還是口說能力皆有提升，因為在課堂中老師也給我們很多文學作品做研讀。

(2). 自我應變能力:當我們自己一個人到外地學習時,我們就在學習獨立.在外地時雖然我們有朋友可以幫忙但大多數時間我們還是需要自己克服,解決問題.累積起來都是我們非常寶貴的經驗透過這些經驗的累積可以在未來我們踏入職場時做應用.

8. 在這次的交換學生計畫當中得到很多寶貴的經驗,很慶幸自己參與了這次的計畫,因為本身就有著想出外看看的想法,很感謝學校提供這樣的機會,在這趟旅程中得到了珍貴的友誼結交許多良師益友,也提升了很多個人能力.學習當地的文化與當地人交流,正因如此雖然有諸多的不習慣我們還是學習不抱怨,學習適應去克服一切.造就了現在的自己,很多舊有的想法也改觀.非常喜歡菲律賓這個國家很推薦大家參與這裡的交換學生計畫,會體驗到很多不一樣的事物.