

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

捷克哈拉代茲·克拉羅維大學留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學/航管系/三年級

獲獎生姓名：郭○·風

研修國家：捷克共和國

研修學校：哈拉代茲·克拉羅維大學

獲獎年度：103 學年度

緣起/準備

在大二時，班上有同學參與了國際交換學生的計畫、學校在課堂間也做了此計畫的宣傳，身為航管系的學生語言能力及國際觀也是極為重要，因此讓我對交換學生這項活動產生更大的興趣。開始關注交換學生的資訊，準備各項甄選資料，通過第一階段書面資料後，第二階段的面試，我準備了我所填第一志願—「捷克哈拉代茲·克拉羅維大學」的相關資料，很順利的通過了甄選，下學期開始進行交換學生語言課程，提前熟悉全英文上課及增進語言能力，這些算是完成出國前一半的準備，再來準備工作就是最重要的簽證，雖然持台灣護照可以有90天的旅遊簽在捷克申根國，但我們是去讀書的需要辦理學生簽證。辦理簽證其實不會很麻煩，只是事前的準備資料必須跑很多地方，例如，警察局申辦良民證，再持良民證去公證然後去外交部領務局驗證，還有信用卡及財力證明最重要的入學通知書都要準備好才能去捷克在台辦事處辦理簽證等簽證發下來大概需要兩個月工作天的時間，所以如能儘早辦理是比較好的。

行李的準備更是一大難題，由於是第一次要在過外長時間的生活，加上對捷克這個國家的各項生活習慣的不了解，而且拖運行李還有超重的限制，因此在準備行李的時候需要花些時間整理，攜帶這一年中最需要的物品。尤其是藥品以及個人一些必須的物品，要詢問清楚當地是否販售，若攜帶不齊全有時候會非常麻煩。接機的部分捷克方的學校非常友善的安排BUDDY來接我們(出國前就BUDDY就會詢問抵達時間安排人員接機)，到達一個陌生的城市有當地的學生協助我們是最好的，因此從機場到宿舍我們都是非常的安心地抵達。到了當地才發現我們學校位於布拉格東北方的一個小鎮，因此需要花三個小時左右的時間才能抵達宿舍。雖然學校不是位於首都但是宿舍、學校附近都是便利的，宿舍附近有一個購物中心，還有好幾個大大小小的超市，因此在生活上是不用擔心的。

研修學校簡介



圖 1 學校教學大樓

我在哈拉代茲·克拉羅維大學是讀資訊學管學系，在開學前BUDDY會協助我們前往學校辦理註冊以及領取學生證，在註冊時會拿到接下來學期的課程表，我們有兩個禮拜的時間可以去旁聽選課，在這兩個禮拜內要決定自己想修甚麼課程，在截止日前向負責交換學生的辦事人員確認你的選課就可以了。

系上有分英語授課課以及捷克文授課課程，由於是國際交換學生因此我們的課程都是英語授課的。除了語言課程，體育可以選擇之外還有一些專業課程可以選擇。班上的同學可能會有捷克人還有其他來自各個國的交換學生，但每班的人數都不多，因此老師可以照顧到每個學生。老師與學生的互動也會比較頻繁不會像台灣某些一百多人的課程，老師講解課程內容學生只是在台下聆聽，我發現這邊的老師很喜歡與學生互動，老師會鼓勵學生多發言，甚至可以討論最近發生的時事以及學生想在課堂上學習的內容等等，比較不會拘束於只教授課本上的知識。

課程所需要的書籍只要在圖書館都借就可以了，不需要再另外購買書籍，上課所需要的講義只要用學校的電腦雲端都可以存檔或列印，只要持加值過的學生證就可以列印文件，只要遇到問題詢問其他捷克學生他們都很樂意協助幫忙。

國外研修之課程學習

選課是為期兩週的時間，在這兩個禮拜內可以自由地去旁聽你有興趣的課程，旁聽完有興趣想修這門課程，只要告知課程老師以及交換學生承辦人員就可以完成選課了，最重要的是這一切的程序都必須在開學後兩個禮拜內完成，一但過了期限就無法更改選課清單了，然而比較特殊的選課程序是體育課，體育課只需要告知承辦人員就可以選課了，但是這並不代表你有體育課可以上，因為體育課是專門開給捷克學生修課的，所以想要上體育課必須聯絡該課程老師確認是否有空位可以修課，收到老師的確認回覆後才算是真正得到體育這



圖 2 體育課-滑雪

門課，這是一個比較特別的課程。體育課對於捷克的學生來說是人氣課程通常都是爆滿的狀態，但是老師對於國際交換學生都是非常歡迎的，因此想要上到體育課不會到非常困難。

在這裡上課老師經常鼓勵學生發言，與學生互動頻繁，上課的模式也經常使用小組討論，例如捷克文課以及德文課，老師所教給我們的都是生活上的一班對話用語，讓我們雖然只有短短在歐洲一年的時間而已但是還是可以用到基本的當地語言，上課過程老師會一職讓我們彼此對話練習甚至是與老師進行簡單對話，老師會讓每個人都進行到練習，照顧到所有學生這事讓我在捷克體驗到的不同上課模式。英文課也有相較於台灣不同的教學模式，我選的一門英文課主要是在進行對話的訓練，老師上課會讓我們自行決定今天要上課的主題，當天的內容就是圍繞著主題進行團體的討論，課程中可以發現歐洲學生的思考模式與亞洲人的不同，同樣的問題不同學生思考的角度不同，因此在課堂上可以進行很多方向的思考不單單只是語言的學習，有時候甚至是用遊戲來進行課程，然而遊戲的目的只是增加趣味性，重點還是在語言的練習，在歐洲學習的這段期間讓我學習到最多的是表達自己的想法，在任何的課程或事情最重要的是你知道如何適當的表達自己的想法，當你在一個教室裡發現大家都在發言而你卻安靜地坐在那時，就會發現別人都在努力的吸取知識，而你只是坐在教室裡聆聽別人而已，這是讓我在捷克上課期間感受最深的。

國外研修之生活學習

學校有一個 Buddy System 的組織負責處理交換學生們各種生活上的問題還有在你交換期間所舉辦的各項活動都是他們花費自己的心力所籌備的，他們策劃這些活動都是沒有酬勞的，為的只是讓我們在異地也可以受到很溫暖的照顧，在各項活動中能夠很享受放送的參與。在每一個學期都有各種不同的活動。開學的第一週是 ORIENTATION WEEK，在這個禮拜幾乎每天都有活動像是開學第一天的 Welcome Party，每週三晚上都有 Country Presentation 來自各國的交換學生向大家介紹自己的國家，然後還有 International Dinner 大家準備自己家鄉的料理與大家分享在這些活動中，除了可以認識各國的文化習俗以外還可以順便交交朋友，異國的朋友也是語言訓練的一種方法，甚至可以交換語言來學習這修都是難得的經驗。除了



圖 3 Welcome Party 與韓國交換學生

這些，在學期期間也會有各式各樣的活動可以參與，例如：萬聖節、聖誕節、校園舞會等等…… 交換期間不只是上課參與這些活動也是一種學習。

國外研修之日常生活

雖然學校不是位於首都但是宿舍、學校附近都是便利的，我們住在距離學校約十分鐘車程的學生宿舍，宿舍的樣子像是公寓一樣，一層樓有三個 Flat，每個 Flat 裡面有兩間房間，共用浴廁及廚房，大約

是 4-6 人共用一間 Flat，每週會有人來打掃浴廁。宿舍也會提供寢具給你，枕頭棉被等等，每兩週還可以更換一次乾淨的床單被套。宿舍的設備其實還滿好的，地下室有洗衣間，只要付 20 克朗就可以使用兩小時，外面的籃球場是大家運動聊天野餐的好地方。

宿舍附近有 Futurm 一間購物中心，裡面除了超市，日常用品外還有電影院跟小美食街，這裡也能領錢以及換匯，宿舍附近也有兩間超市，旁邊就是一間叫 Albert 的超市，再遠一點的距離十分鐘的路程有一間 Billa 的超市，超市是學生最重要的地方可以在超市買到便宜的食材以及生活用品，因此在生活上是不用擔心的。

捷克料理普遍偏鹹，去外面餐廳吃飯幾乎都是肉配馬鈴薯或是酸菜或是義大利麵之類的，而且餐廳的價格吃一餐自己都可以煮很多餐了，因此這段期間我都是自己下廚來解決三餐的問題，一個月大概只有四五天是吃餐廳的。在學校附近有一間餐廳叫 U Dovra，他專賣捷克料理，價格不貴是當地人才會去的餐廳，因此如果想省錢有想試試看當必料理可以到這裡用餐。

平常在鎮上幾乎都用走的，或者可以購買二手的腳踏車，但是捷克冬天下雪溫度又低所以腳踏車在冬天機能性很低，我覺得最方便的就是搭公車，捷克的公車超級準時的，班次也滿多的，半夜還有夜班公車可以搭。BUDDY 在開學前會帶我們去公車總站辦理經常使用的公車卡，只要買類似月票的方案在方案期間就可以無限制次數的搭公車，但是凌晨的夜車例外，相當的方便。火車也是在這段期間會常常搭乘的交通工具，火車進入月台前是沒有查票閘口，所以一定要先買票再進去，每班火車上都有查票員，若是被查到沒買票的話是不能補票的，買錯票或搭錯車也會被視為沒買票所以要記得買對票，出發前要再三確認一有問題就要趕快尋求幫助，歐洲人執法是很嚴格的。



圖 4 宿舍廚房



圖 5 捷克當地食物-Knedliky

費用篇

捷克的食物的比歐元區便宜很多，超市的麵包一個約 3 塊台幣就可以買到了，如果三餐都自己煮的話還滿省錢的，大概一個月只要花 3000 台幣吧，去一般餐廳吃飯一餐約 150 到 300 台幣。

宿舍的費用是以天數以及房型計算的，因此每個月的費用不同，一個月大約是 4000 台幣上下，可以刷卡或付現，可以按月付或是一次付好幾個月都可以。每個學期學校會有住宿津貼可以申請，申請並不難只要繳交一份表單就可以了，上下學期加起來我領了約 10000 台幣的津貼。金錢的換匯也是一大重要的問題，由於台灣無法直接換取克朗因此需要帶歐元去做換匯的動作，但是要去國外這麼長的一段時間不可能帶著一大筆現金出國，所以我覺得當地辦理一張信用卡還蠻方便的，捷克是個信用卡非常普及的國家，所以只要去銀行(Equa Bank)申辦之後不管是換匯或是消費都只需要用捷克的網路銀行操作即可，可以節省換匯的麻煩，這張信用卡在歐洲其他國家都能使用，而且在捷克有一個帳戶需要金錢時從台灣匯款也是非常方便的。

此次研修經驗的具體效益

- 語言能力的進步
- 國際觀的視野更加開闊
- 嘗試到各種不同的新事物
- 獨立解決事情能力提升
- 思維更加多元化
- 廚藝增進

感想與建議

在這八個月的歐洲交換生活，語言的聽力及口說能力進步了，從一開始看到外國人在腦中努力的思考文法單字，到後來自然而然的表達自己想表達的想法，是一種比在台灣學習英文更快的辦法，但是並不代表仔台灣英文就會學不好，而是只要有勇於說出的勇氣任何人在什麼地方都可以把語言學好，在國外學得快是因為環境改變了我們，語言是人類最重要的工具，到一個新的環境要生活下去一定會使用到語言，在國外是環境逼迫了我們講英文，因此學習快速。所以我們要把這樣的觀念繼續保持下去就算回到了台灣還要持續保持語言的學習。然而在國外也會遇到來自台灣的朋友，認識更多的朋友在未來他或許都對你有幫助，因此在國外交換的期間，不但自己有了成長，在人際關西方面也有了成長，遇到同樣來自台灣的朋友以及來自各個國家的學生，這些都有可能成為幫助你的人，因此在這段時間認識了朋友，語言能力增強以及各方面的成長，這段經歷會是我人生難忘的一段回憶以及成長的過程。



圖 6 哈拉代茲·克拉羅維 老城區俯瞰圖