

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

長榮大學留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學/翻譯系/五年級

獲獎生姓名：連○琪

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

## 目次

1. 研修目的 (緣起/準備)
2. 研修學校簡介
3. 國外研修心得—
  - 課程學習
  - 生活學習
  - 日常生活
4. 費用支出
5. 此次研修經驗的具體效益
6. 感想與建議

### 研修目的

到國外交換學習是我夢想，期望在快樂與生活中體驗不同的文化，延伸自己的視野，以文化交融激盪創意與自我成長。

國外學習是我終身學習計畫的一環，我希望能透過到國外交換學習不斷充實知識、開拓視野及人生觀，並在學習中品味生活，不止能跟上世界的腳步，而是真正的了解，積極的參與這個世界。

### 出國準備的過程：

我先參加學校交換生的甄選，準備好學習計畫，入選後開始申請護照簽證，在辦理簽證時遇到一些語言溝通上的小問題，申請護照簽證時間較久，直到快出國前才發下簽證，讓人有些著急；其次就是與對方接機人員連繫等。其他還有的就是禦寒衣物、電器變壓、匯兌歐幣錢、信用卡、提款銀行與家庭連絡等，以及臨時遇到緊急事故應變措施。

### 研修學校簡介

哈拉代茲. 克拉羅維大學成立於 2000 年 6 月 21 日通過重命名大學教育學院 (Vysoká škola pedagogická)，它本身其根源追溯到 1959 年的痕跡。

其語言中心是負責指導的英語、德語、西班牙、法國、俄羅斯和波蘭內所有學位課程的文學院的必修課。該署提供英語教學中教師的工作人員。海關密切合作，與其他單位的教員，例如協助建立聯繫和與國外大學建立夥伴關係。

### 國外研修心得

非常的幸運在最後終於得到了能夠前往捷克共和國 Univerzita Hradec Králové 進行為期一年交換的機會，因此我格外地珍惜這個對我來說得來不易的機會，我所交換的捷克學校每年都會有許多來自世界各地不同國家的交換生，因此學校也有開設專門給的英語授課程的課程。在我所交換的學校中有個叫 ESN Buddy System 的學伴組織，針對每位交換生分配一位 buddy 協助抵達後的各種大小事宜，譬如接機、入學、宿舍入住、交通、居留辦理…等等，來幫助交換生能更快的適應以及安心的居留，其中也包括剛開學的學校、城市參觀、課程以及資訊等等的介紹，此組織常常會舉辦各式各樣的活動，多半都是免費的卻又非常的精采有趣，譬如一開始的 welcome party、介紹自己的國家、讓交換生來

做自己所說的語言的語言教學 language evening、特殊節慶的 party、鄰近的城鎮及國家的旅遊...等等，這些活動讓我們不但能夠認識彼此、深入了解其文化、結交到非常多來自各地的朋友並且留下非常多美好又快樂的回憶。





## 研修之課程學習

由於我所選的交換學校為了交換開了許多英文授課的課程，因此我也挑戰去選一些從沒選過或領域外的課程，甚至是別的學院的課程，雖然需要花很多時間理解，對於領域外的學習及報告別具挑戰性，但教授輕鬆的上課方式讓我比較有時間的查詢了解，壓力變得也像對較小了一些，而捷克的考試方式，捷克只考期末考，有些老師會以不當人的考試方式，從中了解學生到底是否瞭解上課內容並與學生討論應問題所在以及如何精進等，有些老師會採取期末報告的方式，而也有些老師會採取多次性的期末考試，所以部分的學生會考一個月以上的考試，如果某科不幸被當的話還會有一次補考的機會，相較之下，跟台灣的一次性為期一周的期中期末密集性考試體制相較之下為不同。另外，跟台灣不同的是，此校選課的方式是以寄 email 或直接到學院負責人的辦公室告知負責人或與其溝通討論所想選或棄選的科目，而非學生自行處理。

## 研修之生活學習以及日常生活

以文化景觀來說，Hradec Králové的建築物都是僅然有序且幾乎全都不超過一定的層數，除了建築物外也有許多的小森林，路上的小型垃圾不多，還蠻乾淨的，路邊不時會有些野生動物出現。以交流來說，大部分的人喜歡到酒吧聚會喝酒跳舞，很多人也都會抽菸因此所許多不同種及口味的煙，為此也有專門抽水煙的店，此外，也常常會在有草皮的廣場上野餐曬太陽或運動，且絕大部分的人都有喜歡的運動，因此比起台灣有著更多不同種類的運動，而外出運動或看賽事也是另一項聚會活動。



## 住宿以及來自各國的朋友的交流:

來到捷克後，我們住在學校所提供的宿舍當中，幸運的是我一直都能與來自不同國家的學生，並且與他們結交且發展出深厚的友誼，更擁有許多快樂美好的回憶。透過一起生活聊天、一起參加各種大小的活動，甚至是一起出遊到鄰近的小鎮及國家等等，這些都讓我們彼此之間有了更多的了解，也更認識到彼此的文化、思想、習慣等等…，雖然我們在生活及語言上非常多的差異甚至是不同，但我們感情卻變得加深厚，甚至已經是像家人般的情感。

雖然如此，我也發現到語言和文化在某方面來說依然有著無可取代的位置。尤其是語言，通常擁有相同語言的學生大部分的時候喜歡聚在一起成為一個團體活動，譬如西班牙語系的學生常會聚在一起活動、波蘭人會聚在一起、土耳其人會一起行動、亞洲人像是台灣人大部分的時候都會聚在一起團體行動等等…，因為溝通上比起英文以自己的語言是最為方便的，但是也會有些的例外，因為這

和我出國留學的理念相反，所以我絕大部分的時候都是和他國學生在一起生活做交流，也因此，我有了更多的機會深入了解其他國家文化及思想，也與其有了非常深厚的交情。



### 處事方式從經驗中學習

從一開始的所有的流程像是計畫、交換申請、簽證以所有所需文件、機票，到出國後辦理居留證、公車卡、在捷克開新帳戶開卡、出遊規劃、生活自理、甚至是在遺失所有證件後的重新辦理手續等等…許多繁雜的手續流程都要自己處理去問解決方法、摸索等，尤其是在國外，事情處理起來是需要花費更多精力，因為語言不通，有時還需要 buddy 或是同時會講英文及捷克文的人的幫忙才能完成，從中也學習到如何處理事情，尤其是當臨時找不到能幫忙翻譯的人時應該如何在沒有人的幫助下依然能達到將事情完成。

此外，與以往在台灣在學的生活不同，在捷克上課時或是到較遠的往往都是需要搭公車的，因此我也學著從一開始看著地圖尋找分布於市區的學院、所選的課程的開課位置、如何看時刻表、找站名站牌搭車到學校或甚至是到其他地方，有些時候甚至要事先問好 buddy 或其他人，因為絕大部分的當地人是不講或不會說英文的，但也因此到了最後車站成了自己最熟悉的地方。

## 日常生活的費用支出

捷克生活的物價與台灣相仿。住宿方面是依學校宿舍的安排，價錢依房間格式而有所不同，一個月大約 3150~3600 台幣不等，包含水電及共用廚房；三餐則大多是自己或與朋友一起煮，偶爾外食或與朋友在聚餐，不同的選項價格有高有低，以正餐而言價位大多位於 130~325 台幣不等，依所選的餐廳而有所不同；購物方面也與台灣相仿，有時也會有大特價；交通方面，每位學生都會辦公車卡，一個月大約 200~300 台幣，可以無限次搭乘公車、路面電車，十分划算，若是沒有公車卡的話，不論多少站每次上車需付 20 克朗，也可事先到特定店家買票每張約為 12 克朗。

## 研修經驗的具體效益

### 學習：

1. 國外課程的學習雖與國內相關課程類似，但從全外語教學，到不同角度看待社會、心理、經濟、政治、文化等問題，學習到真正能以更開闊的態度思辨問題。
2. 規畫外出旅遊及結交的外國朋友家住，細膩的體會到當地的生活、人文、歷史與自然環境。

### 文化交流：

1. 交到許多不同國籍學生朋友，習慣各種不同口音英語。
2. 實際的經驗真正體會學習到世界許多國家地區不同文化及不同生活習慣、認知、思維及對事情的態度。
3. 將台灣的人文、地理介紹給許多學生及朋友。

### 生活：

結交許多國外朋友，學習處理遇到室友種族生活文化差異的問題，異國氣候、人文、飲食習慣的適應，也學會一些中餐及西式的烹調。

### 處理事物的能力：

在國外，尤其是外旅遊在人生地不熟的地方，正是考驗處事能力，語言、溝通及面對困難時學習好情緒管理的能力。例如辦理金融卡及領取被扣的郵件時與該國相關機構人員交涉；旅遊時如何規畫旅程，旅途中查詢各種事情；證件錢財失竊，如何緊急求援；遇到不友善的人員及外國執法人員，如何求援及應對等等。

## 感想與建議

### 總結

其實來到歐洲一直是我的夢想，尤其是在捷克以交換生的身分待上一年的機會，在許多地方學生是有許多優惠的，而由於位於歐洲的中心，到各個國家更是方便，因此藉著這個機會到其他國家做旅遊去認識更多的地方、國家及文化，也見識到許多不同的美麗事物，真的是讓我學到了不少，也開拓了我的視野及人生觀。

### 建議

在捷克的天氣日夜溫差大，早晚的穿著可能就也要有所不同，早上外出天氣熱會穿較少但到了晚上或許會需要換上長袖或加多一點外套，另外，在 Hradec Králové 大部分的人是不講或不會說英文的，所以在溝通上會比較困難，在處理問題時也會有比較大的挑戰性。