

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：長榮大學航管系四年級

獲獎生姓名：唐于婷

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：100 年度

1.緣起/準備

記得大一某天在校園內的公佈欄看到交換學生的徵選海報，當時的我有點心動，但是對自己的英文能力還不夠有自信所以作罷，就這樣直到我成為即將畢業的大四生，無意間我聽到班上的同學參加了交換學生的徵選並成功的選上了，讓我好生羨慕也想起了我曾經也想成為交換學生的那個夢想，後來學校舉辦了二招，我想這是我最後的機會了，於是我便將資料送出去申請，最後我很幸運的成為交換學生了!

雖然持台灣護照可以免簽到歐盟旅遊 90 天，但我們是去讀書的，所以還是要辦學生簽證。辦理簽證其實不會很麻煩，只是事前要準備一些資料必須跑很多地方，比如說，要去警察局辦良民證，再持良民證去公證然後再去外交部領務局驗證，還有信用卡跟財力證明都要準備好才能去捷克辦事處辦理簽證，上述那些前置作業從準備資料到捷克辦事處申請簽證我大概只花了一個多禮拜的時間，不過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。

因為是我第一次出國這麼長的時間，加上對捷克這個國家不是很熟悉，害怕很多東西買不到或是食物吃不習慣等等原因，我帶了兩個 29 吋塞滿滿的行李箱去，到了那邊後才發現雖然我們學校位在布拉格東北方的一個小鎮，但是宿舍附近有一個購物中心(裡面有 24 小時營業的超市)，還有好幾個大大小小的超市，根本不用擔心東西沒代齊或是買不到要用的東西，或許有些東西可能比台灣稍貴一些不過總比自己提著大包小包還冒著行李超重需加錢的風險好。



*圖 上課情形

2.研修學校簡介及學業篇

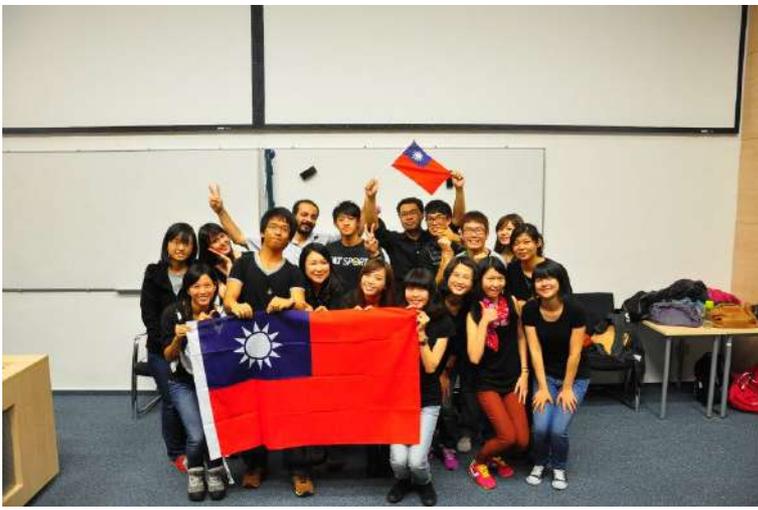
我在哈拉代茲·克拉羅維大學是唸資訊學管理系，開學前 Buddy 會帶我們去學校領學生證還有帶我們認識未來要上課的環境及設施，同時你也會拿到一張課程表，你有兩個禮拜的時間去旁聽你有興趣的課，在截止日前向負責交換學生的辦事人員確認你的選課就可以了。

我們系上有分英語授課的課程還有捷克文授課的，當然交換生上的都是英語授課的課程。除了語言類的課程可以選擇之外還有一些比較專業的科目可以選擇。班上的同學有捷克人還有其他來自各個國家的交換學生，但是人數都不多，所以老師幾乎可以照顧到每個學生。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看待事情的角度等等，比較不會拘束於只教授課本上的知識，因為課本上有的東西你只需要回家自己讀就可以了，有問題在課堂上提出與老師討論，不然就像是交學費去自修一樣沒有意義。

所有課程的書在圖書館都可以借的到，或者跟老師要電子檔，上課時帶著筆電去上課也可以，學校二樓有 Copy Center，如果有需要的話只要持加值過的學生證去列印即可。

3.國外研修之課程學習

我們學校有一個 Buddy System 的組織負責處理交換學生們各種生活上的問題還有舉辦活動，從你下飛機那刻開始 Buddy System 的人會一直幫助你直到你可以獨立為止。開學的前一週每一天都有不同的活動，我記得第一天是 Welcome Party，然後還有 International Dinner，要求大家帶自己家鄉的料理與大家分享，開學後還有許多大大小小的活動，例如每週一晚上是西文之夜，週二是中、德文之夜，週三晚上是各個國家的 Presentation，除了語言交換以外還可以順便交交朋友。最盛大的活動大概就屬 Survival Weekend 了，十月的某個週末，散落在捷克各地的交換生一起到一個營地共度一個刺激又美好的週末，與互不相識的外國人成為團員一起同心協力闖關爭取勝利，其中有一關要我們每個團員都要吃一隻煎過的小蟲子，否則就要有另一人願意挺身而出吃更大隻的



蟲子，雖然百般不願，但為了團體精神大家還是硬著頭皮吞下，還好那味道像是洋芋片一樣。我這組很幸運的得到了冠軍，獎品是 Vodka 加 Redbull。

*圖 向外國人介紹完台灣後大伙們一起留影



4. 國外研修之日常生活

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，一層樓有三間，每一間 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。還有 24 小時的 Reception，只是有時值班的人不一定會講英文。

*圖 宿舍廚房及房間

宿舍附近有好幾個超市，旁邊就是一間叫 Albert 的超市，平常都開到晚上八點。遠一點的還有 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，平常沒事最喜歡往這裡跑，這裡也有換匯的服務，在這裡換錢不用另加手續費比銀行還划算，因為台灣不能換到捷克克朗，我們都是帶歐元去換克朗或是用提款機領克朗。

*圖 與室友們去 U Dvora 吃晚餐



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。在學校附近有一間我們常常去的餐廳叫 U Dvora，他專賣捷克料理，價格不貴是當地人才會去的餐廳，雖然他沒有英文菜單不過我們還是憑著上課學到的一點捷克文加上翻譯軟體順利的點菜，幾乎沒有踩過地雷。

捷克有名的料理是 knedliky，是水煮麵團切片加上肉塊及肉汁，麵團吃起來像有彈性的饅頭，看起來不多但一個人吃還滿飽的；另一個是 Raw Meat，一團生肉(可能是豬肉或牛肉)打上一顆蛋黃，然後隨你喜好加上各種調味辛香料攪拌均勻後配著烤過的麵包

吃。

平常在鎮上幾乎都用走的，不然就搭公車，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。火車的話進入月台前沒有查票閘口，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可不是補票就可以的喔，會被罰好幾倍的價錢，所以搭任何交通工具錢都要記得買票，歐洲人執法很嚴格的。

5.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。

宿舍的費用一個月是 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。我們因為是自己付住宿費的，每個學期的最後學校都會給我們住宿津貼，上下學期加起來我領了約 10000 的津貼，不過如果學校之間協定是不用付住宿費的交換生就沒有這項福利了。

因為常常會搭到公車所以我們都買公車卡，他有分三個月的，六個月的還有一年的，就看你的需求了。火車的話也有優惠卡可以辦理，像如果常常會搭火車去布拉格或是搭火車到鄰近國家就可以選擇三年的 75 折優惠卡，一張約 500 台幣，每次買車票時都可以打 75 折，像是從 HK 小鎮去布拉格的單程票就可以省下 30 塊，搭個十次就可以回本了，如果是買到布達佩斯或鄰近國家的車票，可能一次就回本了。或者也可以先上捷克國鐵的網路先預定跨國火車票那會便宜很多。



*圖 宿舍外的公車站牌，上面都有時刻表，非常的準時

6.感想與建議

在這九個月的交換生活，我的英文聽立即口說進步了，雖然仍稱不上流利但我確實比第一天到的時候想說個句子都要想老半天要好的非常多，有時候看著各個國家的外國人聚在一起用不是很好的英文聊天，你可能會聽不太懂(各式的腔調或是講話的速度太快)，但是你會發現他們很能馬上打成一片然後哈哈大笑，我想這就是外國人社交厲害的地方，而且他們很擅長於鼓勵別人讓你變的有自信，所以不要膽怯於開口說英文，就算你用的文法不正確，但是只要想表達的意思有出來就可以了，大家也不會去糾正你的錯誤，重要的是能溝通就好了。

去到陌生的國家一定會認識很多外國人或是同樣來自家鄉的台灣人，或許你們的交集就是在那邊的半年一年，但是不要因此而放縱自己的行為態度，不要忘了當你以交換學生的名義出去你所代表的不只是你自己，你的言行舉止對於外國人來說是他們認識台灣及你母校的最直接管道，所以還是要記得尊重他人以及注意自己的言行，如此才能讓自己有個愉快及難忘的交換生活，也讓大家都認識並喜歡我們可愛的台灣。



*圖 與其他交換學生一起去荷蘭梵谷森林公園騎腳踏車