

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

Hradec Králové  
學校留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學 航管 3A

獲獎生姓名：張 O 玲

研修國家：捷克

研修學校：University of Hradec Králové

研修期程：108-1 學期

獲獎年度：108 年度

## 緣起

體驗西方教育、感受歐式風情這幻想已在我心中滋養多年，選擇至捷克交換除了個人金費考量外，UHK 所提供的多元化課程更是迷人！

身為航運管理人，我希望自己在服務旅客與貨物之前，能多拓展交友圈，而親自走過的路、看過的歷史足跡、感受過的文化、讀過的書，都將展現在未來的個人氣質裡，帶著更愛的自己，為台灣增一份心力。

順利通過校內徵選後、各項文件辦理(簽證、保險、獎學金及雙方學校的申請手續)、選定機票後，那前所未有的期待感時常刺激腎上腺素，但比我還興奮在規劃藍圖的，非女兒的媽媽莫屬了！

一直到了暑假，那漫長等待的出發過程，已讓我翻閱無數的歐洲風情介紹…一個因緣際會之下，感謝老師讓我加入了青少年兒童電影節的團隊擔任接待，又因為突發狀況加入了翻譯的角色，很感謝當時的自己無所畏懼，在過程中預借未來的自信而撐完整個活動，也與德國友人結交深厚的情感，他們成為我的精神支柱，那未出發歐洲所帶來的慌張全數消除。相信經過這次的考驗，我也能繼續帶著自信但謙虛和承擔自己選擇的肩膀享受在國外生活的每一天！

## 接機

因本屆國際學生人數較多，學伴組織的人員無法相較以往的皆所有學生。抵達布拉格國際機場後，準備前往宿舍，這趟路程就展開捷克之旅的第一個震撼教育！火車時刻表看不懂、行李占用到其他乘客的空間…現在回想起當下的混亂，實在覺得我和旅伴都很可愛！

布拉格機場至 Hradec Králové 可參考此影片：

<https://www.youtube.com/watch?v=XsXMMbcvNjA&t=2s> (影片由 UHK 所提供)

以下為我和旅伴所遇到的問題，以供參考：

AE(機場接駁)：上車購票即可

火車：建議下載 APP- Můj vlak，方便訂購車票及選座位(布拉格火車總站是沒有 WIFI 的)。



## 赫拉德茨－克拉洛維大學 University of Hradec Králové



赫拉德茨－克拉洛維大學 University of Hradec Králové(UHK) 位於捷克 Hradec Králové(HK 小鎮)，該大學設有 Faculty of Education、Faculty of Informatics and Management、Faculty of Arts、Faculty of Science 四個學院，各學院皆有屬於自己的教學大樓，圖為 Faculty of Informatics and Management (FIM)的教學大樓 Building J。UHK 具有專門幫助國際學生的辦公人員，也有多年的姊妹校合作經驗，學生來到這裡，不僅能感受到熱情的歡迎，在學習上也提供學生多元化的課程。

Erasmus Student Network Hradec Králové(ESN HK)：<https://www.buddyhk.cz/en>

此為學伴組織，除了該組織的官網能瀏覽資訊外，在學期開始前，學伴們也會邀請當期國際學生至臉書社團，以便接收新訊息；學期間會為國際學生接機、辦理 ESN 卡、SIM 卡…，也會密集的辦理活動。如以下；

社交活動	Welcome Party、International Dinner、Dinner in the dark
學術討論	What' s with the world today、Countries' Presentation
城市探索	Sight Seeing、Survival Weekends、Southern Bohemia Tour



## 課程學習

赫拉德茨—克拉洛維大學(UHK)針對國際交換生開立英語教學的課程，而資訊管理學院(FIM)之每堂課程多落在 2~6ETCS，此學院的課程可分為 IT 相關、基礎管理、語言學習、體育相關。第一學期我選擇「基礎市場行銷(Fundamental of Marketing)」、「物流管理(Logistics)」、「捷克語(Czech Language for Foreigners)」、「德語(German Language for Foreigners)」、「體育課-滑雪(Sports)」，五門課程，共 15ETCS。

### (1) 基礎市場行銷

課程內容：

基礎市場行銷課程包含市場行銷本身的基本知識，包括市場上的新聞討論、溝通的技巧，現今使用的方法等，此課程的目的是對客戶行為的基本了解，以及了解公司行銷對於實現競爭優勢的重要性。

教授會將所有的課程內容上傳至校園的教學系統(oliva.uhk.cz)供學生預習及複習，每堂課會介紹理論，再以當週的課程內容為主題，希望學生在課堂間以現今公司的案例做分享，如此師生間一來一往的互動，能促進學生思考與提升對實際市場概況的關心。

課程心得：

10 週的緊密課程，讓我從一個過度緊張、畏懼表達自己想法的菜鳥，化身為輕鬆暢談、視野更廣的偽西式教育學生，很滿意現在的自己；當然，並非到了該環境學習，就能得到該教育方式下授予的知識內涵，必須在玩樂之餘也花上心思、時間來自我學習，還記得有部分內容是曾經在台灣學過的課程，像是 BCG 模型、馬斯洛需求層次、SWOT 分析、產品生命週期、行銷組合、行銷環境等等，看似興致缺缺，讓人無心再學習一次定義，但教授總能在課程的開頭，燃起我重新學習的欲望。

### (2) 物流管理

課程內容：

物流管理課程包含供應鏈管理(SCM)、顧客服務(Customer Service)、無線射頻辨識系統(RFID)、倉儲(Warehousing)等等，此課程的範圍雖然涵蓋較廣，但透過實務上的案例，不僅能學習到各項物流的概念，還能實際計算、安排物流的操作。學生也必須將所學，融合自己有興趣的物流方法，與組別合作，在學期最後交出報告。

課程心得：

帶著滿滿的自信來上這門課，因為物流是我的專業之一，很享受平時上課能隨時和老師分享該堂課主題的想法，也享受將這些轉換為英語模式思考；期末時，我們以喜愛環保議題-綠色物流來做為報告主題，其中也有一組博士生，以逆物流來作探討，略為相關的主題，但兩組著重的精隨很不一樣，他們專一在逆物流的意涵、特性，而我們則是分析實務上公司的操作方法，這就是在多國學生組成班級之下，所迷人的地方，能感受到不一樣的思維模式及學習方式。

### (3) 捷克語

課程內容：

著重於生活上的用語，如基本的招呼語、超市的採買、心情的表達，為較隨性的授課方式。

課程心得：

老師常以一問一答的方式與學生互動，同時也能練習將所學組成完整的句子，讓記憶更深刻。

#### (4) 德語

課程內容：

德語字母的發音、基本的招呼語、疑問句、心情用語、數字、聖誕節主題，以教材為授課方式，教授也會將當時的節慶、活動帶入德文教學。

課程心得：

選這門課的學生皆為亞洲人，老師也時常讚嘆我們會開口跟著念一遍的習慣，在最後一堂課剛好是聖誕節前，不僅學到德文的各個聖誕市集會出現的物品，也體驗了小朋友過節的方式，其中一個是在12月時，每天倒數並打開一扇門拿巧克力。

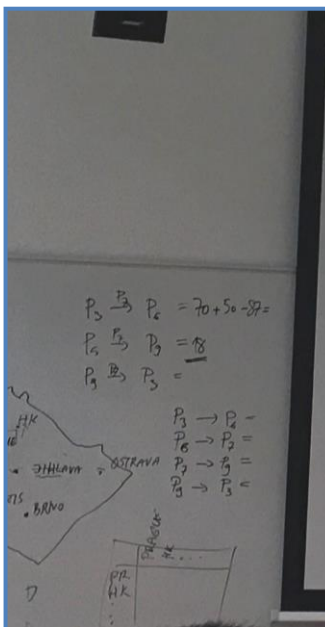
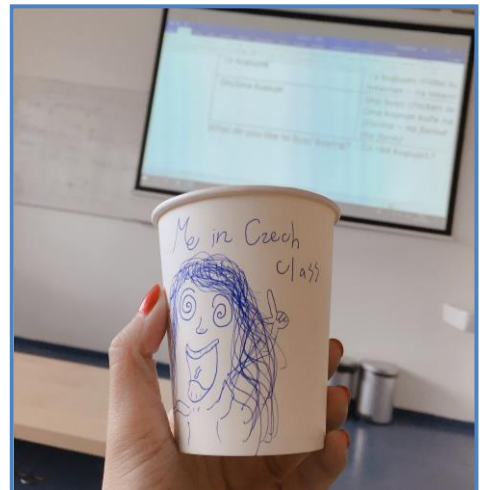
#### (5) 體育課-滑雪

課程內容：

這門課並非每周上兩小時的課，而是為期四天三夜的課程，學生需搭火車到滑雪場附近住宿，老師會為我們準備安全帽、滑雪板及鞋子。這四天三夜裡，除了滑雪教學，也會有多項團體活動。

課程心得：

行程滿檔的滑雪課，天亮時上山滑雪，天黑時我們在室內跳舞、到野外闖關，實在心滿意足、筋疲力盡。一共有四位體育老師，每一位都讓我感受到滿滿的愛，很有耐心的教著每一位學生，也很相信大家的能力，很開心自己在最後，能獨立滑雪，享受雨、雪拍打在臉上的快樂和滑雪的自在與紓壓。



Case {=}

z/do	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9
P1	0	21	38	25	25	49	50	38	48
P2	21	0	17	28	46	70	56	41	40
P3	38	17	0	45	63	87	70	58	39
P4	25	28	45	0	24	48	25	13	23
P5	25	46	63	24	0	24	30	13	47
P6	49	70	87	48	24	0	50	37	71
P7	50	56	70	25	30	50	0	17	39
P8	38	41	58	13	13	37	17	0	36
P9	48	40	39	23	47	71	39	36	0
	294	319	417	231	272	436	337	253	343

## 生活學習

「生活中不是缺少美而是缺少發現」，而來到與台灣文化、建築、生活習慣相差甚遠的歐洲，放眼望去那平常不熟悉的街景、風格，更能提升對美的事務的察覺；或許是前往下午茶的途中、或許是買食材的路途又或許是上學的路程，就能發現創意的廣告、設計感的櫥窗、懂穿搭的居民或是最迷人的爺爺奶奶手勾著手也能讓我湧上各種情緒，這就是生活！踏出房門的那一刻起，沒有漫無目的滑手機的空間。

學習空檔，我也喜歡到美術館或地方展覽中心欣賞歐洲的藝術風情，除了享受藝術手法，有時還能在題材與題目中感受到歐洲人的思考模式，而大多數的美術館都有學生優惠價，只需要出示國際學生證(ISIC)。



在捷克生活，不免俗要學會最基本的招呼用語，您好(Dobrý den)/晚上好(Dobrý večer)/你好(Ahoj)/請、不好意思(Prosím)/謝謝(Děkuji)/對不起(Pardon)，最常使用的機會是在超商櫃台結帳時，例如：Dobrý den! Kartou, prosím! Děkuji, na shledanou! 在公共交通上，若要坐在他人旁邊或同一個包廂，大多數的捷克人都會親切的向對方問好，這是讓我最驚訝的地方，熟悉環境後，我也享受在與他人打招呼的互動，即使不是所有人都會理會，但在火車上，會熱情給予回應的人也是大多數。還記得在滑雪課的路途中，因為鐵路維修而改以巴士的方式前往，漫長的里程、漸漸雪白的風景，讓第一次看見雪景的我相當興奮，興奮地望著窗外，一旁的奶奶轉過頭來笑了一下，就好像確認過眼神，我遇上對的人，我便向奶奶打了招呼“Dobrý den!”，奶奶很甜的回了我一長串捷克文，雖然完全聽不懂，但還是要自以為一下，回了幾次“Ano! Ano! (是!是!)”終於被奶奶識破，感謝仍送我一枚尷尬又不失理的微笑，溫暖的用 Google 翻譯硬著頭皮和我繼續聊起來！

生活學習究竟是甚麼，我想，每個人都有不一樣的方式去感受，若開啟觀察力與心胸，就算是平凡的生活，也能造就不凡！





## 交通

App	介紹
	<p>Můj vlak (推)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◇ 此為捷克鐵路營運商- České dráhy</li><li>◇ 供旅客穿梭在捷克及往返鄰國</li><li>◇ 持有效期內國際學生證，可購買 ISIC 學生票，在搭乘時需隨身攜帶</li><li>◇ 布拉格中央火車站- Praha hlavní nádraží (hl.n.)</li><li>◇ 赫拉德茨-克拉洛維火車站- Hradec Králové hlavní nádraží (hl.n.)</li></ul>
	<p>IDOS (推)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>◇ 查詢捷克公共交通</li><li>◇ 方便遊走 HK 小鎮</li><li>◇ 提供地圖查詢站名</li><li>◇ UHK 資訊管理學院大樓 Building J- Heyrovského、Zimní stadion</li></ul>

## 具體效益

### 1. 學業

- ◇ 增進英語表達能力
- ◇ 發問及表達自己想法的機會多
- ◇ 空堂時間多，能增加自我學習時間
- ◇ 能選擇自己想嘗試的新課程
- ◇ 認識不同國家或不同領域的朋友

### 2. 生活

- ◇ 提升肢體語言之表達能力
- ◇ 養成主動打招呼之習慣
- ◇ 能頻繁地與他國進行美食、美酒交流
- ◇ 建立環保概念
- ◇ 漫活又效率
- ◇ 學習新思維
- ◇ 培養軟實力

### 3. 旅行

- ◇ 能便利的在歐盟成員國間旅行
- ◇ 持有 ESNcard 及 ISIC 能享有多項優惠(Ryanair 特價機票及免費托運行李、Flixbus 學生優惠、國鐵學生票、羅浮宮免費參觀等)

## 感想與建議



在捷克交換所經歷的點點滴滴，都是充滿驚喜的！有些以喜、有些以憂，覺得自己好幸福能有獎學金的機會出國闖蕩，我珍惜每個境遇，也時常覺得像是翻拍電影情節裡的喜、怒、哀、樂，一直到確定提早結束交換生活，才撒地的把我從夢境拉回現實！

你說「快回來吧！外國的月亮沒有比較圓」，我說「外國的月亮確實沒有比較圓，但在夜晚來臨時，月色照耀著石磚路，我會拍拍肩膀大步向前，知道你們仍在世界的另一端支持著我！」到現在還在心靈雞湯，好啦！我回台灣了！

在國外生活，這夢想已醞釀在我內心多年，一直到出發前，我仍帶著女孩闖江湖的姿態，穿梭在石子路上左拍拍、右拍拍的幻想；在捷克，那女孩的勇氣、南部的熱情，讓我無所畏懼的生活，甚至只會 Dobrý den 和簡單的招呼語，也敢在火車包廂裡搭上兩句；在德國 Chemnitz，我的兩家人帶給我的是大寫的愛，他們的魅力也總是讓我放縱自己給別人添麻煩；還有其他旅行的國家…(如果你有一杯咖啡的時間，我很樂意借來聊聊)；突如其來，那震撼全世界的病毒，可讓大部分的交換生們措手不及，若說要學習世俗的高情商並勇敢面對，我傾向聽從內心的聲音，即使在追求現實與夢想平衡的過程是煎熬難耐。感謝陪我走過的家人、朋友、老師，也感謝他們沒有過度的保護我，讓我自己做了決定，淚乾了，我也是有足夠的勇氣和力量去面對！My scars, my talent!

說到此，出國交換的目的是甚麼，若能猜想，便不那麼刺激。所經歷的每一個瞬間、走過的路、交過的朋友、暢談過的陌生人、理出的道理、新的情緒，都是未知卻心滿意足！

**若你也有一個遊學夢，**

**畫個願景圖！放鬆心情！隨時準備好呈現自己最佳狀態的毅力！出發吧！**

因為就如同香奈兒女士所說的「你永遠不知道…」