

國立雲林科技大學

學生出國研習成果報告

研習類別：交換學生

學生姓名：李文靜

系所名稱：四國管四 A

研習期間：民國 110 年 9 月 11 日至 7 月

一、進修計畫摘要

➤ 出國進修交流的目的及意義

系上非常強調國際視野的開闊與國際移動力的培養，自從大一入學開始，我想以「交換學生」的身分體驗異國的學習環境。即使疫情在當時仍舊猖狂，我很慶幸自己把握住這個機會勇敢來到西班牙，並且申請到學海的獎學金分擔部分的生活開銷。

➤ 進修學校系所簡介

哈恩大學位於西班牙南部「安達魯西亞」自治區，相較於馬德里、巴塞隆納這些人聲鼎沸、繁華熱鬧的大都會，它是個充滿人情味的靜謐典雅小鎮，以盛產「橄欖」聞名。這個小鎮不像大家所想的那麼鄉下，生活機能蠻不錯的。交通便利，不論是去學校、商場甚至到其他城市（格拉納達或是馬德里）都有巴士可以搭。



圖 1 哈恩小鎮俯瞰圖

從學校的建築不難看出它歷史悠久，早在 16 世紀就已經成立了，1993 年才正式命名「哈恩大學」。學校共有 7 個院所、40 個科系，包括學士班與碩士班；而我被分在“Administración y Dirección de Empresas”（企業管理）

學系。

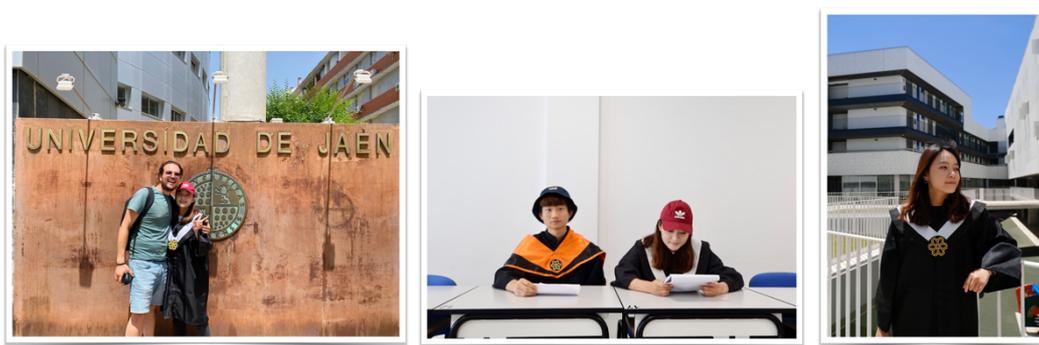


圖 2-4 哈恩大學和語言中心

➤ 進修課程概況

在交換前，我已經在本校修完所有專業課程。因此，在西班牙這一年的學習目標是精進西班牙文。交換期間我選修了四門不同的西班牙文課，分別是「西班牙語基礎課程 A1、A2、口說 I 和單字與文法 I」。雖然在出發前，已經花了一年在學校選修過「西班牙文（一）與（二）」，但是西文老師一學期以一門基礎課程 A1 就把我在雲科學過的西文教完。基本上老師還是以西文授課，步調可能對零基礎的同學來說比較快。



圖 5 與西文老師（Marta）合照



圖 6 西文期末報告

二、研習心得

➤ 感想與收穫

（一）語言能力

雖然我在出發前了解到南歐人的英文能力普遍不佳，儘管在繁華的觀光區講英文，總有雞同鴨講的狀況發生；剛到西班牙的我甚至埋怨起當地居民的英文程度無法與他們溝通。實際融入當地生活過後，發現這

是我要檢討的問題。畢竟來到一個「西文世界」體驗異國文化，沒有資格要求當地人要配合我們講英文，是我們應該要精進西文克服在生活中遇到的種種困難。初來乍到西班牙，以為可以用在台灣學過的西文安穩地在這裡過生活，殊不知在面對「辦理居留證或是公車卡」的問題上還是碰壁了。但我覺得只要你勇敢和當地人溝通，不論是到超市買東西或是到餐廳點餐，西文一定會進步的。「語言不是阻礙你看世界的理由，」我就是這樣一步一步達到能夠自信地與當地人溝通。

(二) 文化差異

我覺得在出國前要好好調整心態，應該說「放寬心」，歐洲不像台灣一樣任何事都好解決。有太多太多令人崩潰的事來舉例，真的別怪自己太倒霉，是身為在台灣的我們不知道自己有多幸福；在歐洲有許多煩心事，它們就像滾雪球般不斷地砸向自己，讓我一發不可收拾地火大。出國前我向學校的國際處申請了「學伴計畫」，已經一年了，學伴是男是女，連個身影都沒見到；即使寫信給學校反饋，學校也盡心盡力幫我處理，但學伴仍不見蹤影。同樣在哈恩大學交換的台灣朋友們卻沒有遇到類似的問題，這點只能自認倒霉。經過這一年，讓我得知「有沒有學伴」這件事對我來說不是那麼重要，很佩服自己身在異國，生活上的大小事幾乎都可以打理好，這也使我成長了，讓我能獨立完成所有事。

「融入飲酒文化」對西班牙的交換學生來說是一個重要的課題。西班牙人幾乎每餐都會飲酒，不論在家、餐廳或是夜店。在安達魯西亞最有名的就是「Tapas」，點飲料就會送小菜，這對喜歡飲酒聊天和派對文化的西班牙人來說是最棒的娛樂消遣方式。俗話說「賺錢是為了生活，而不是為了賺錢而失去生活！」我覺得西班牙人妥實地做到了。亞洲人的生活步調相較於歐洲來說比較快，無限的工作加班而忘記了生活帶來的美好。在歐洲，「社交」對他們來說非常重要。



圖 7 ESN 活動照



圖 8 ESN 活動照

另外我覺得對台灣人來說很不習慣的是，下午兩點到五點是西班牙人的午休時間。聽起來可能覺得很尋常，有些人也有睡午覺的習慣，但這個時間點商店都不會開，更別提六日幾乎沒有商店會營業。當時我也很詫異，詢問當地的朋友才發現，那個時間點天氣太熱，他們需要吃午飯並且休息。南部的地中海氣候，夏天炎熱多霧，降雨稀少，十分乾燥。九月到那邊，我居然流鼻血，但是習慣之後還是蠻喜歡相較於台灣不那麼濕熱的天氣。

在課業方面，歐洲同學的學習習慣跟我們很不一樣。他們上課比較著重在「聽講」，亞洲學生比較喜歡先把重點摘錄下來。歐洲的同學很訝異為什麼我們喜歡在老師講重點的時候埋頭動筆；對他們而言，比起老師用語言傳達訊息，動作和面部表情以及眼神交流，調動「感官」的部分參與學習更重要。另外，我覺得歐洲的老師和學生的相處方式很輕鬆，雖然是師生關係，但他們對我而言更像「朋友或家人」。老師了解各個學生的個性，知道一些學生比較內向，不好意思舉手回答問題，幾乎每個老師都以輪流點名的方式讓同學參與課堂。

（三）廚藝增進

在歐洲外食不便宜，不像亞洲國家街頭小吃林立。所以必須學會如何增進自己的廚藝。平常就會烹飪料理的人，可以學做當地的美食佳餚。很开心和一群台灣朋友們在西班牙做了好幾次台式料理還有火鍋招待外國朋友們，身為台灣人真的要對我們多元的飲食文化感到自豪，所有朋友們都對「珍奶」讚不絕口。



圖 9-12 料理成果

(四) 學會道別

不論是「人與人之間的緣分」還是「對那片土地的熱愛」，無法用三言兩語來形容。在不知不覺中，我已經把西班牙當成第二故鄉，沒有料想到離別時是那樣的難捨難分。我是最早到西班牙，也是最晚離開的。目送身邊的「歐洲家人們」離開，那滋味真不好受。直到現在回想起來，眼角還是會泛淚。「學會道別」對我來說是一門重要的課題，我依舊在摸索、尋找方法，或許這份感覺會隨時間沖淡，偶爾駐足回首，會發現人生這條路上，上帝安排的每個人都是那麼的重要且有意義，不論對方是不是你的過客。



圖 13 與交換生們登城堡



圖 14 與房東 (Maria) 合照



圖 15 與台灣交換生們野餐



圖 16 與室友們的巴塞隆納之旅

➤ 返校後學習的關聯性

交換的這一年收穫最多的變是語言能力，生活中的大小事都必須透過溝通解決。身邊的交換同學來自四面八方，最主要還是用英文和他們溝通，在口說方面我覺得進步不少；很慶幸的是，在這一年我遇到了很多韓國的交換生，和他們朝夕相處使我之前日月累積的韓文實力更上一層樓，不論是日常溝通或是訊息聊天都不在話下。同時，我也很感謝西文老師的教學方式，從第二學期開始讓我的西文突飛猛進。回國後，我還想繼續精進西文，畢竟西文是世界前三大語言，想必對日後工作會有幫助的。

這一年，除了從書本中汲取知識外，我也真實地體會到世界的浩大。我

非常認同「讀萬卷書，不如行萬里路」這句話。不僅僅是開拓眼界看看外面的世界，更是讓我體驗到社會層面，不是只有台灣人會抱怨自己的政府，也不是生活在歐洲就像想像中那麼無憂無慮。現實總會向我們潑冷水，家家都有本難唸的經，各國也有難題需要解決，每個人需要良好的心理建設勇敢踏出舒適圈。這一年，我走訪了 23 個國家，數不清有多少城市，我還去了心心念念的「瑞士」、「冰島」還有荷蘭。每個人在不同的人生階段都有不一樣的感悟，慶幸自己把握機會看到了不可思議的「極光」、雄偉壯觀的「馬特洪峰」和美不胜收的「庫肯霍夫花園」。



圖 17 荷蘭庫肯霍夫花園

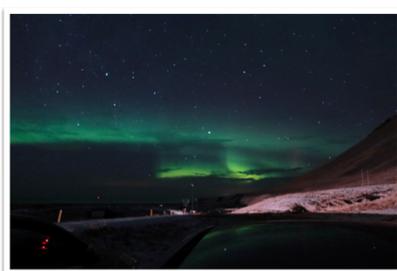


圖 18 冰島極光



圖 20 瑞士馬特洪峰



圖 19 冰島教會山星空



圖 21 荷蘭小孩堤防

最後我要感謝台灣教育部還有學校對於交換學生計畫的支持，讓許多有志向的學生們達成各自的理想；謝謝國際處的鈺涵學姐，不論是熱心的幫我們處理交換的流程或是關心身處在異地的我們；最後，也很感謝家人的鼓勵，讓我這一年在歐洲看見與眾不同的風景。

三、檢討與建議

➤ 首趟交通

幾乎所有的交換生到西班牙都選擇在首都——馬德里落地，到了馬德里之後還要從機場搭公車到 Atocha 車站，再轉火車到哈恩，身上背負大包小

包的行李，實在太麻煩；我建議選擇在「馬拉加」落地，機場門口有巴士直達哈恩，非常方便。

➤ 銀行開戶

如果只是去交換半年的朋友，我覺得沒有必要在西班牙的銀行開戶；若是一年的話，可以考慮看看。我雖然待一年，但依舊沒有選擇開戶。西班牙銀行每年會收取一筆帳戶管理費，約 10-20 歐不等。並且效率非常的慢需要將近三週才開戶完成。我推薦可以在出發前辦理永豐銀行的「國際學生證」，並且開通「歐元扣款」的功能，不僅可以規避匯差，每個月還有三次免手續費提款的優惠。

➤ 現金籌備

我在西班牙除了繳付房租以外，基本上用不到現金；Apple pay 或 Google pay 非常便利。出國前，我換了 3300 歐的現金，扣除每個月的房租 200 歐，剩餘的很夠用（之後要去交換的學弟妹可以參考）。有些國家仍需要以現金支付，例如：德國，Visa 或 Master 他們不接受。除非用 Revolut 或 N26。所以要出國旅遊的話，建議身上備一點現金比較保險。

➤ 居留證（交換一年）&公車卡預約

在西班牙交換一年的同學才需要辦理居留證，辦理方式網路都有資訊，照著步驟做絕對沒問題。但這裡我想要提醒一下，繳完文件之後，需要等一個月到 40 天，然後要向「外事警察局」再預約一次才能領到居留證，不然會白跑一趟。

辦理公車卡也是要提前向市政廳預約（網路或電話），沒有預約直接上門辦理的話，工作人員會生氣！

➤ 電信方案

帶著護照就可以辦理了，基本上交換生都是辦預付卡，我選擇 Vodafone 電信，在西班牙是每個月 20 歐 15GB 的流量（非常夠用），在其他國家則會降為 9GB（旅行天數在兩個禮拜內則夠用）。這邊也是貼心小提醒：儲值的時候不要突然改變方案，比如說選擇 15 歐 10GB 的流量，網路一天就會用完，需要再儲值一次（選回一開始辦理的方案），不要花冤枉錢！

➤ 口罩解禁

歐洲基本上已經解禁了，甚至在機場或飛機上都不必戴口罩，所以不用帶太多口罩佔行李空間。

➤ Blabla car

來往馬德里到哈恩之間的巴士沒有很多班，除了 Samar、Alsa 和 Renfe（火車）的選擇之外，還有 Blabla car。它是歐洲最大的拼車平台，在西班牙和法國很熱門。拼車共乘是在歐洲旅遊和移動最常見的省錢方式，不妨考慮看看。只不過要小心有些司機不懷好意傳釣魚網站，騙取乘客錢財。

➤ Emycet、ESN 和 Best life 旅行團

西班牙的交換生可以踴躍參與這三個組織舉辦的活動，不僅可以省錢和他們一起玩葡萄牙、西班牙境內城市、夜店和酒吧，還能夠藉此機會認識來自世界各地的交換生。

我很喜歡 ESN 這個國際學生組織，它盛行在歐洲 36 國，總成員超過一萬人以上，每個地區的 ESN 都不太一樣。哈恩大學的 ESN 組織很盡責，大家都蠻喜歡他們辦的活動。剛開學的時候，他們會詢問要不要辦 ESN



圖 22 Best life 葡萄牙里斯本之旅



圖 23 Best life 葡萄牙里斯本之旅

Card，這張卡非辦不可！花 10 歐擁有這張卡享有超多優惠，比如：以 9 折價格購買 Ryanair 機票並附送 4 次 20 公斤免費托運行李（單次購買托運或登機行李需要 20 歐）、搭乘 Alsa 和 Flixbus 享有 9 折優惠、在哈恩凌晨兩點前進入夜店免門票，甚至可以充當學生證以特價購買歐洲知名博物館門票……

五、附件

（一）其他有關資料

（二）成果報告檔及照片檔光碟片 1 份

所屬系所 審核意見	指導老師簽名： 系所主管核章： <p style="text-align: right;">（*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白）</p>
--------------	---

※ 備註：

1. 成果報告請用 A4 紙直式橫書依規定格式撰寫（活動照片請附簡單文字說明）。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。