

# 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：許郁婕

系所年級：工業設計系 五年級

研習期間：民國 115 年 1 月至民國 115 年 6 月

研習國家：立陶宛

研習學校：維爾紐斯格抵米納斯科技大學

國外研修成績：29/30

---

### 一、進修計畫摘要

#### (一) 緣起

因生涯規劃，未來打算留在台灣工作，但由於從小對西方文化之嚮往，想短暫出走家鄉，體驗看看不同的風土民情。因此在完成畢業專題後決定申請學校的交換計畫，將想法付諸行動，透過與來自世界各地的人交流互動，我期望拓展國際視野、培養跨文化溝通能力，並從多元觀點中獲得新的啟發，進一步提升自身的成長與適應能力，成為未來設計的養分。

#### (二) 研修學校簡介

本次交換研修的學校位於立陶宛的首都維爾紐斯(Vilnius)的維爾紐斯科技大學(Vilnius

Gediminas Technical University)，主要校區位於宿舍周圍的區域(Sauletekis)以及在舊城區的創意產業與建築學院。舊城區是首都的中心，許多活動與博物館商店都在附近，搭乘公車約 30-50 分鐘的車程。

### (三) 國外研修之課程學習(課內)

共修習三門課程，總計 15 學分。

#### 1. Specialty English Language (3 學分)

因當初想更加強專科應用英語，因此選擇本課程來維持英文與感與進修。課程有很多不同時段與分類，而與我同選修的同學大部分是主修 Computer Science 與 Multimedia Design。每周的教學方式很固定，老師會提供一段文章或是影片作為教材，再請同學小組討論回答問題。期中時會請大家分享最近讀過的一本書並分享觀點與知識，同學們分享的東西都差異很大，學到很多新知識。期末則是與同學們準備一場自訂題目的辯論。總體而言不是一門非常有趣的課，但算是輕鬆。

## 2. Drawing 2

這門課是開設於建築學院，國際生班為每周一下午一點半至六點。由於下學期剛開始是嚴冬，所以課程一開始是練習室內建築的部分，後面則是比較著重於創造力訓練。等天氣轉暖後，老師會請同學出去拍照，並規劃一個主題繪製。作業的主要媒材為炭筆與麥克筆。學期末會與建築系的同學們一同展出作品評分。



期末展出



上課作品

### 3. Human Computer Interaction

上課分為兩部分，一部分是理論課程，每周 AB 組的同學共同在大講堂聽課，學習人機互動的理論基礎以及設計原則。另一部分是實際操作，整個學期需要產出一個 APP 以及報告。期末時會根據學到的設計原理原則與同學之間相互評分。老師上課很用心也很扎實，每堂課都會希望同學們可以做筆記，並會留時間給大家問問題，許多同學都很踴躍發言，與台灣的上課氛圍差異很大。

#### (四) 國外研修之生活學習(課外)

##### 1. ESN

在交換期間，ESN 社團每個月也會籌辦不同的活動，讓交換生能夠體驗當地文化或認識更多朋友。由於很多活動都會有免費的茶點飲料，因此經常與朋友一起去參加。同時也體驗了人生中的第一次派對與其他不同的夜生活。在立陶宛的 ESN 也會聯合舉辦一些活動，讓不同學校間也能夠交流認識，包含芬蘭旅遊、情人節派對、體育競賽等等。



新生週的桌遊活動



體驗蠟染復活節彩蛋

## 2. 立陶宛當地節日

立陶宛總共有兩次的獨立日，分別在二月與三月，整個國家可以明確感受到對於民主自由的認可和珍惜。隨處可見的支持烏克蘭標語與烏克蘭國旗，以及脫離俄羅斯帝國或蘇聯的紀念碑與遺址。除此之外，五月底的粉紅湯節(Šaltibarščiai)是整個立陶宛最盛大的節日，總共為期三天。個人覺得十分有趣，整個城市都會在五月漸漸變成粉紅色的，也有很多餐廳會推出限定料理，商場與博物館也會有很多活動。其中我最喜歡的是泡泡滑水道，活動會場會搭建一個約兩層樓高的充氣滑水道在河岸上，在市中心滿身泡泡的走在路上是很特別的體驗。



2/11 立陶宛獨立日的篝火儀式、5/29-31 立陶宛粉紅湯節活動

## 二、研修之具體效益

我認為最明顯的成長莫過於比從前更獨立，也更能夠從容面對突發狀況。由於不會立陶宛語，初來乍到時還是很緊張，從簽證、辦會員卡到與教授討論，在零下 20 度的雪路中從機場走到 IKEA 採買生活用品。公車故障的時候，也從一開始的緊張焦慮轉變成輕鬆愜意的心情，拍照發限時紀錄。也因為平時需要自己料理三餐，料理能力也有顯著提升，能夠從有限的食材中變化花樣。另外，語言能力也有所提升。雖然出國前的英語能力就不算太差，但在這邊每天都與來自各地的交換生聊天聊地，聽力與表達變得更流暢。在最後寫卡片給朋友們的時候，發現自己的腦袋不再中翻英了，也很快速的能夠構思表達感謝之情。正因為與他們的交流，不僅增進了在各式文化背景得認識、討論反思社會制度的缺陷，同時也讓整個交換生活增添了許多滋味，認識到不同面向的自己。

### 三、本次出國進修經驗與心得分享

#### 1. 飲食

立陶宛一般的餐廳沒有像西歐國家那麼貴，若外食的話平均落在 7-15 歐之間，偶爾吃外面當小確幸也很方便。舊城區也有一間小小的珍奶店兼亞洲超市，麵條、火鍋鍋底、咖喱都有，但如果真的很喜歡台灣味的話，還是可以攜帶一些調味料，例如五香粉、滷包、素肉鬆之類的。一般超市也買得到亞洲菇菇們、圓米跟龜甲萬醬油，真的不用浪費行李重量扛過來。

#### 2. 宿舍

交換生的宿舍都在同一棟，男女共宿（分房不分層）可以認識到很多朋友，如果對個人空間沒有特別追求的話，非常推薦住宿舍。每間房間都是雙人套房，廚房是兩個房間共用一個，有烤箱跟四口 IH 爐，因此不需要特別帶快煮鍋。距離公車站約走 7 分鐘，如果上課校區都在主要的話很方便，很近很方便。



浴室與共用廚房



房間主體

### 3. 交通

立陶宛的主要交通都是靠公車、計程車及火車，我認為總體而言對於語言不通的外籍生來說非常友善。例如，因為維爾紐斯的公車是站站停，因此不需要按下車鈴，大部分車內也有明確的顯示螢幕，而宿舍位於

許多班公車的終點站，也不用擔心坐過站。另外，維爾紐斯有自己的公車 APP (Trafic)，一定要下載！買學生月票以及查路線都很方便，有時比 Google Map 還精準，買月票之後也不用上車刷卡，搭到飽，星期四到六也有夜間巴士，如果跟朋友去酒吧聊天也不用擔心安全問題。

#### 4. 天氣

如果同樣是下學期來交換的同學，保暖羽絨厚大衣一定要投資一件！雖然立陶宛同學們表示今年是二十年來的嚴冬，但誰知道明年怎麼樣。剛落地機場時，氣溫零下 22 度，真的是快凍僵了，暖暖包也因為天氣太冷不起作用，要在室內搓熱後放在口袋才會發揮功能。但基本上室內的暖氣都很暖，所以裡面不需要穿太多。手套、圍巾、毛帽、發熱衣和發熱褲都是必備。今年四月底的時候還下了一場雪，那天的天氣就一下大太陽一下下雪，非常詭異，而就算到六月最高溫也不過 20 度而已，所以夏天衣物不用帶太多。



二月初與宿舍同學一起在森林健行



四月底的變化無常古怪天氣的一天

## 5. 旅遊

許多人來歐洲交換的目的在於瘋狂旅遊，當然我也不例外。許多次的旅遊都是選擇獨旅，不僅能更彈性調整行程規劃，也認識了更多有趣的同伴。例如在克拉科夫的青旅與香港人暢聊到深夜、在格但斯克與留法

墨西哥人一起參觀博物館吃晚餐、在巴黎杜樂麗花園曬太陽吃冰淇淋等等慢活有趣的體驗。也去了很多未來旅遊團不容易安排的景點，像是 IKEA Museum 以及丹麥設計美術館。同時很推薦去周遭國家搭 Flixbus 可以省下一晚的住宿費用。

但課程要安排好，我選修的課程都很注重出席，請不要玩瘋了都缺席，有同學因為出席率不達標而無法參加期末考。

## 6. 心態與交友

當然，我並不會說我的交換生活不精彩，但同時也不那麼光鮮亮麗。有很多與同學朋友歡笑開心的時候，但也有因為趕不上巴士，出去玩時磨合吵架的時候，更多是普通的生活碎片。日常被買菜、煮飯、社交與其他小雜事給塞滿。但也因為有這些平凡時刻，才讓友誼變的深厚與真誠。儘管最後幾個禮拜總是不斷在道別，也很困難很傷心。但有限的見面次數使我每次都非常投入其中，或許當下就是最後一次見面也說不定。這是我人生第一次認真地說再見，當下總是故作輕鬆地說現在有飛機又不是 18 世紀要坐幾個月的船。我只希望未來三五年內能夠有機會再遇到我的異

國好朋友們，再繼續創造更多難忘精彩的回憶。後會有期！

#### 四、建議事項

非常推薦在台灣就先辦好 WISE 的約定帳戶，就不用一開始帶很多現金在身上提心吊膽。宿舍費請家人每月固定匯款到帳戶，再自己轉 REVOLUT 給學校就可以了。不然去郵局繳費，不一定遇到可以英文溝通的櫃台，還要再扣手續費。一開始記得準備 600 歐元的押金給學校。立陶宛整體而言治安很好，不用擔心被偷被搶。

#### 五、附件

- (一) 其他有關資料
- (二) 成果報告檔及照片檔(照片或影音檔請上傳至雲端硬碟並開啟共享)

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

※ 備註：

1. 成果報告請用 A 4 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。


國好朋友們，再繼續創造更多難忘精彩的回憶。後會有期！

#### 四、建議事項

非常推薦在台灣就先辦好 WISE 的約定帳戶，就不用一開始帶很多現金在身上提心吊膽。宿舍費請家人每月固定匯款到帳戶，再自己轉 REVOLUT 給學校就可以了。不然去郵局繳費，不一定遇到可以英文溝通的櫃台，還要再扣手續費。一開始記得準備 600 歐元的押金給學校。立陶宛整體而言治安很好，不用擔心被偷被搶。

#### 五、附件

- (一) 其他有關資料
- (二) 成果報告檔及照片檔(照片或影音檔請上傳至雲端硬碟並開啟共享)

所屬系所 審核意見	<p>報告評定 學有所得！</p> <p>指導老師簽名： 馬永川</p> <p>系所主管核章：</p> <p>( *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 A 4 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。