

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：林劭容

系所年級：視傳碩三

研習期間：民國 109年 01月至民國 109 年 07月

一、進修計畫摘要

出國進修的目的及意義

偶爾在VGTU的校園牆上或教室的門邊，會看見一系列關於Erasmus+計畫的海報。不同的單色背景上印著相同的一段文字：

“ I’ve stepped out of my comfort zone.”

“ Are you ready for (ex)change? “

東方人時常會有出國留學等同於很厲害、取得高學位的這種觀念，但是在西方的文化當中，交換學生並非是打著高知識或者地位的口號，而是著重在「跨出你的舒適圈」，並且試圖讓每個學生都能有這樣的機會。或許從這個觀點來認知出國進修的意義才更為長久。

我們在舒適圈當中往往對於周遭的事物過於習慣、麻痺，不論是好還是會都變得無感，如果要讓生活產生改變，就需要能看見哪些事可以被改變的能力，跨出舒適圈的同時我們的視角也開始轉變，我們開始會懂得珍惜自己國家擁有的寶貴資源，並且透過實際進入其他國家生活，了解到自己更多的進步空間。

研修主題與進修學校系所簡介

這次交換的學校是位在立陶宛維爾紐斯城裡的Vilnius Gediminas Technical University，校區依據科系的不同分散在整個維爾紐斯舊城區及周邊，我就讀的科系Creative Industries 在舊城區的MO Museum對面，建築外觀完全看不出來是大學的建築物，保留著歷史的痕跡。系所的內容主要著重在跨領域的結合和創意溝通。

進修課程概況及成績

我選修立陶宛語課 (Lithuanian Language)、電影產業 (Film Industry) 以及校方特別鼓勵交換學生參與的體育課程 (Physical Activity and Health)。每個選修課程都是三堂課，但不一定會在同一天或同一週進行，這是與臺灣傳統上課方式很大不同的部分。

因此初期的幾週格外重要，每堂課開始前老師都會說明清楚整個學期的進行方式和成績佔比，如果隔週上課的教室不同，沒有留意的學生可能就會撲空，並且留下缺課紀錄。甚至在後期因應武漢肺炎疫情，全數採用遠端教學時，也僅會進行一次的通知並由各授課教師給予上課連結。如果沒有被通知或者有任何問題都是要由學生主動詢問或提醒教師，不像在臺灣傻傻等待老師的通知。雖然交換時的學業重要，但電影產業課程的老師鼓勵我們多去旅遊，他幾乎沒有點名；但其他幾堂課的老師則會進行逐一點名或是掃碼。由此可知每個老師的風格不同，因此在選擇上還是需要親身經歷再進行加退選。

二、研修成果與返校後學習的關聯性

戴上觀光客的眼睛

剛抵達立陶宛的時候，不論看見什麼都覺得新奇又有趣，包括路邊的告示、植物、超市販售的商品，每一樣東西都能帶給自己新的感受和靈感。於是我開始思考，這樣的事情只能在國外發生嗎？而我上一次在自己的國家日常生活時得到像這樣的樸實又有趣的新鮮感是什麼時候？交換並非是長久的，然而心態卻是可以攜帶回去。

每天挖掘新的事物

在學校沒有課的時間基本上都可以隨自己的心意安排行程，比起觀光景點，我更喜歡發掘當地人喜歡的生活方式，例如去森林裡慢跑或是到湖邊曬太陽、划船，同時也熱於在隱密巷子裡發現建築與光影構成的美景。去材料行探索它們有什麼樣的材料並拿來製作東西。

把握今天，要想著以後沒有機會

這次交換正好碰到疫情，隔離期間整個維爾紐斯的店家都勒令停業，只剩下超市。原本想去的很多地方或是很多想體驗的到後來都沒有機會。我們總會看著往後的時間想著之後再去哪裡、之後再去做什麼，但透過這次的經驗了解到沒有所謂的未來的時間，只有當下去做才是機會。並且要了解自己真正最想進行的是什麼，不要因為顧及人情而勉強參與不想參與的活動，排擠掉珍貴的時間。

三、本次出國進修經驗與心得分享

博物館

我自己規劃參觀維爾紐斯及考納斯的博物館和美術館，雖然中途因為疫情的關係無法參觀完地圖上全部的博物館，但仍舊感覺收穫滿滿。維爾紐斯舊城區幾乎每條路上都會遇到一個博物館或美術館，大的要花費一整天仍然無法看完，小的則在三至四個小時內可以略覽。博物館承裝這個國家的記憶，有些沈重中略帶點血腥，但都是真實發生在我們腳所踏之地，他們對於歷史資料的保存完整到令人驚嘆，並且用貼近現代的方式來述說。每個館的風格不同，內容也不重複，但都會有共同的歷史

脈絡。正因為臺灣對於立陶宛歷史的資訊不多，因此在參觀博物館的同時也像在拼湊記憶拼圖一樣，讓人對這個國家有著從模糊的霧中走出，逐漸清晰的了解。

獨立紀念日

這是在疫情爆發之前最讓我難以忘懷的大型活動。那天一早就下著冰冷的雨，卻仍然沒有澆熄這個土地的人民對於自己國家的熱情。看見他們望著自己的國旗逐漸升高，帶著肅穆的神情唱著歌曲。之後我們隨著遊行隊伍在雨中穿過街道，舉著長長的國旗，孩子們穿梭在國旗底下，一路到主教座堂廣場。因為過去有著那些為了獨立而犧牲的數以萬計的烈士，在獨立之日綻放的自由的笑容才得以存在。

四、建議事項

新生務必要參與orientation days

雖然orientation days蠻累人的，但還是建議提早抵達當地並且參與這個活動，它能幫助你了解整個學校運作、國家法規、系所位置和相關事項，讓自己更快掌握當地的情況並融入。

不一定要住學校宿舍

這次我有抽到學校宿舍因此沒有另外再去尋找外面的住宿地點，但如果再選一次我會建議和外國室友們一起找外面的房子租屋。大家會在社團揪沒有抽到宿舍的人，學校也會分派學生幫忙你找房子，因此不需要慌張。學校宿舍雖然方便且便宜，但隔音非常差，偶爾也會有煙味充滿房間，並且因為是共用廚房所以容易產生問題。因為這次遇到習慣較為髒亂的同學，例如吃剩的湯放在流理臺到發霉、料理工具用完放了好幾週都沒洗、把私人垃圾丟到公共空間留給其他人清理……等，有利有弊。

減少行李才能帶回更多東西

冬季衣物只需要帶簡單的兩、三件加上最外層的禦寒配備（羽絨外套、雪靴、手套、圍巾）即可，因為基本上室內的暖氣非常熱，像我這次帶太多冬季衣物造成回國的時候幾乎無法帶什麼東西回去，看到很多想抱回國的書和物品都因為托運的問題只好放棄。建議去程的行李盡量壓在托運上限的一半。

五、附件



20200311獨立之日舉國旗遊街



20200308聖卡西爾節



20200130 orientation day 城市導覽



20200216獨立火把



20200625特拉凱獨行



Kaunas古藥局博物館



農市集

所屬系所審核意見

指導老師簽名：

系所主管核章：

(* 本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白)