

國立雲林科技大學

學生出國研習成果報告

研修類別： 交換學生

學生姓名： 嚴翊凌

系所年級： 應用外語研究所 三年級

研修國家： 立陶宛

研修大學： 維爾紐斯格抵米那斯科技大學

研修期間： 民國 108 年 1 月至民國 108 年 6 月



一、 進修計畫摘要

生有夢最美，而如何美夢成真，唯有不斷努力地去實踐它。就讀應外所的我，除了完成在校所學，更希望透過這次交換學生計畫來增進自己的能力以及運用所學。對於我來說，語言是溝通的橋樑，想藉此機會透過它，去了解更多我所沒接觸過的人事物，拓展自己的世界觀與人生觀。雖然沒有申請到原本想要前往的國家，但這也是另外一種契機，讓我從零開始認識了這個小國—立陶宛。前往的大學位於首都的維爾紐斯格底米那斯科技大學(Vilnius Gediminas Technical University, VGTU)，研修商管學院的課程。

二、 研修成果與返校後學習的關聯性

商官學院課程多元，基於各種考量後，選擇了一堂與自己論文題目相關的，跨文化溝通 (Intercultural communication)，這堂課來自各國的學生，當然也包含立陶宛當地學生，老師安排了許多與同學間的互動課程，讓你不斷得與各國的同學們接觸，更也促進了文化上的交流。當然也會多少有一些文化上的衝擊，但這些就是所學之處了，受益良多。也因為亞洲人相對較少，在文化差異上，老師總是希望透過我們來做些說明或是證實，相較於台灣的授課方式，發言次數增加了很多，這也是一個很好的訓練經驗。小組報告，和一個立陶宛女孩共事，雖然不能以偏概全，但也多少認識了一些當地人的行事作風，還有處事態度。沒有學分壓力下，選擇了另外一堂課，體育課 (Body Design)，雖然與所學沒有直接的關係，但也在課程中，了解了健身真的是全世界運動。大家對於雕塑身材，健康議題都是非常注重的，所謂的身體健康比什麼都還重要。再者，也培養了規律的健康作息，做起事情也更有動力與規劃。最後，每段過程都是在充實自己，不管與所學有沒有關係，這都是總經驗。因為經歷過，所以學會，這經驗是沒有人能取代的。雖然過程不一定凡事順利，更可能跌跌撞撞，但我學會的是勇敢站起來，持續努力迎接努力後的甜美果實。

三、 本次出國進修經驗與心得分享

從一開始的申請流程，其實就要撰寫很多東西，但這些都是養分的開始。雖然過程繁瑣，但經歷過後，才會懂這些努力都是值得的。值得一提的是，立陶宛這個國家，我相信大家跟我當初一樣對於這個國家，一定覺得很陌生，或許還會有點害怕，因為它的鄰近大國就是被稱為戰鬥民族的俄羅斯；再者，網路上的資訊也非常稀少。對於這個國家，最有記憶點的大概就是高中地理提到的波羅地海三小國之一。但這也曾為我選擇前往的原因，因為未知所以好奇，但身為女生，家人一定會擔心，自己也會害怕。還好最後有和另外一個學弟，結伴前往，但其實也沒想像中的恐怖，因為學校都會在事前安排



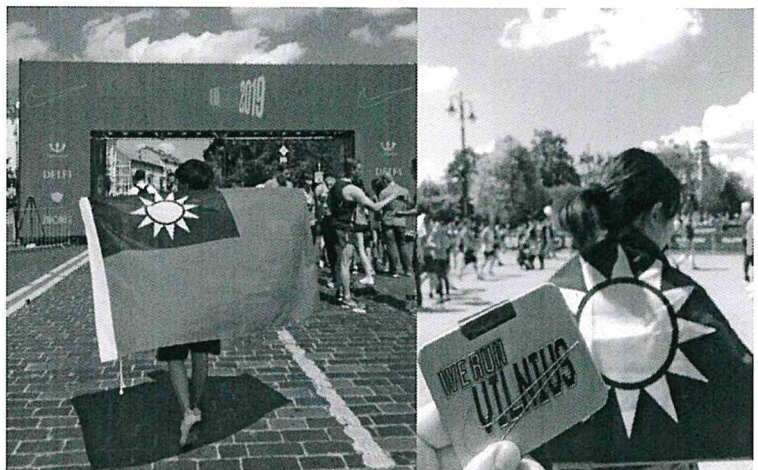
好一個學伴，提前與你聯繫接機等等。只是比較特別的是，他們是男女配，我一開始也覺得我的學伴有點怪，但基本上會願意參加這個團隊的夥伴們，都是很熱於助人的，我也很感謝他因為我班機延誤，大半夜的還是前往機場接我，把我安全的送達住宿的地方才離開。

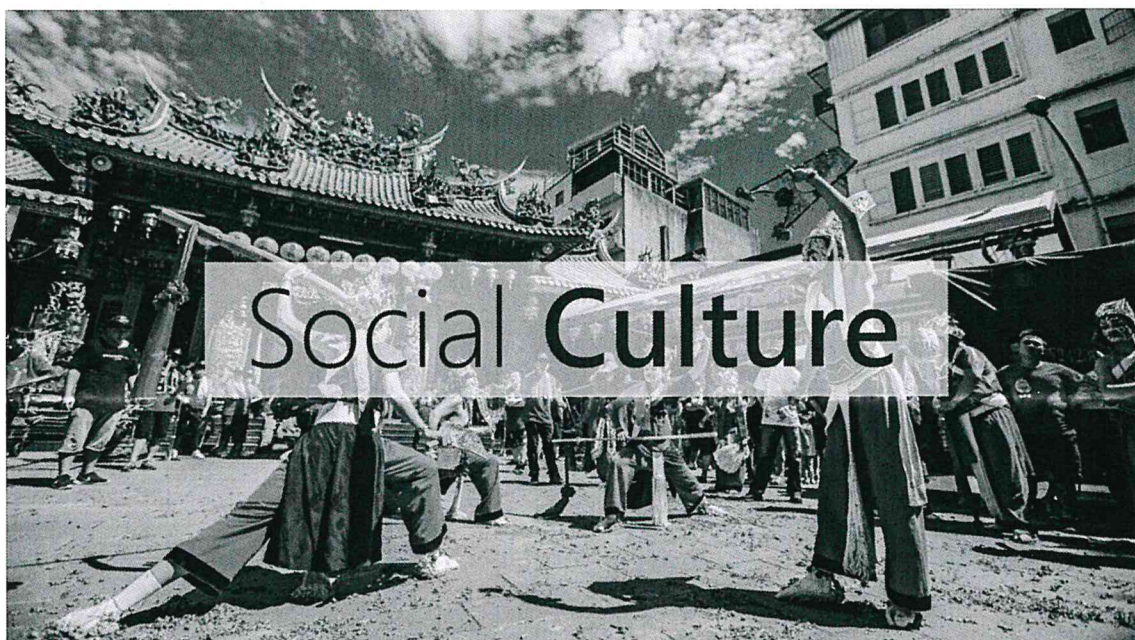
立陶宛的天氣，如果選擇冬季前往，一定要多穿點。地理位置偏東北歐的立陶宛，冬天是會下起大雪的喔，想起當天一出機場，溫度是在零下的(-7°C)，還飄著雨，真的是很冷。在歐洲一定會需要強健的身體，因為你必須很快的適應巨大變化的溫差還有天氣變化。這也會是你變強壯的一個好機會。立陶宛的夏季平均溫度(23°C)，算是一個很舒適的氣溫，但夏天真的算是很短暫的，令我印象深刻的是，四月初，還下起一場大雪，還有這裡雖然沒有颱風，但是有時候颳起風下起雨，好比台灣的颱風天。另外這邊的太陽都是假的，即便它燦爛的照著你，你都還是得背著外套保暖。



對於我而言，最讓難以忘懷的是這裡的物價，比起其他歐洲國家，這裡真的是一個非常親民的價位，如果有經濟上的考量，這絕對會是一個不錯的選擇。而且周遭就很多鄰近國家可以深入探索，學校也會透過一個歐洲交換生組織 (Erasmus Student Network, ESN) 提供很多資訊還有許多國際生的優惠，讓你好好安排你的歐洲之旅，也可以藉此認識更多來自世界各地的朋友。由 ESN 承辦的許多活動都蠻值得參與的也是很好的機會認識到更多來自世界各地得學生。如右圖，就是參加了前往俄羅斯聖彼的堡(免簽證入境 72 小時)，覺得是一個蠻不錯的體驗。整個旅程就像是跟團，但可以很自由的選擇各種活動參與的意願，多餘的時間都是可以自行安排到處走走晃晃的。此經驗也是我人生中第一次觀看芭蕾舞表演，大家在穿著上都相當正式，雖然沒有規定，但這是對舞者的一種尊敬，這些基本知識也隨之增長。

另外，透過當地同學分享的資訊，報名了由 Nike 在立陶宛舉辦的路跑活動「We Run Vilnius」還借來了台灣的國旗，宣傳一下台灣，雖然我同學全程揹著國旗跑，真的是很辛苦，但這是一個不錯的國民外交，途中，還隱約聽到熟悉的國語，為我們加油打氣。
：「加油！加油！」





當然最值得回憶的，莫過於各種經驗中的人事物，學校每學期都會舉辦文化周 (Cultural Evening)，藉由介紹自己的國家，不僅文化上的交流，也讓更多人認識台灣，這是一個很棒的經驗。面對台下將近七十幾個人，在時間有限裡，如何用簡潔有力又有趣的方式來介紹台灣，挑戰著同期台灣人的團結力，更激發著我們的創造力，還有對自己國家的了解，藉此機會更深入了解自己的家鄉。



最後，學期結束後，當然要好好把握最後在歐洲的時光，好好的規劃歐洲之旅。不管一個人旅行還是結伴同行，都是值得學習的。身為女生，考量的點比較多，雖然沒有鼓起勇氣自己旅行，但也是在每段旅程中，透過與不同旅伴以及經歷的事件，不斷的成長與學習。旅遊雖然人人羨慕，但從中經歷的酸甜苦辣，只有自己才能深刻體會。旅遊不是說走就走，也是不斷地從經驗中，精益求精。身處異鄉，不做足功課是很容易受騙或是讓自己處於危險之中。當然不單只是學會了規畫行程，更是學會如何在一個群體中生活，讓一趟旅行能開開心心且收穫滿滿。如何當一個能言善道的人，真的是件不容易的事情，況且溝通上不是用擅長的母語。與不同國家的朋友一起旅行，最大的困擾不是溝通，而是誤解。因為文化的差異，有時候我們想表達的不一定是他們所能理解的，而造成誤解。當然了，更多次的溝通，終究會建立好一段良好的關係。這也是我從旅遊當中，所學習到的經驗。

—最美的回憶莫過於燦爛的笑容—

四、 建議事項

- ✓ 國際兩岸處承辦員的交接，不知道什麼原因，但承辦這學期的人員，不斷的更動，在交接上或許沒有處理的妥當，讓我們程序上變得有點複雜，學期都結束了也回到台灣了，我們都還沒有拿到學海飛颺補助的經額，這需要請處室協助辦妥。
- ✓ 簽證問題，如果沒有經濟上的考量，建議事前往東京辦理簽證。記得提早與東京立陶宛辦事處預約時間，並預留一天的工作天讓他們處理簽證，基本上隔天就可以拿到學生簽證了。再者也建議簽證可以完整簽六個月，基本上學期大概是五個月左右，可以預留一個月安排旅行，但如果簽證日期到了，可能會比較麻煩，因為有些國家可以自動轉換成觀光簽證有些無法，為了避免遇到問題或被刁難，可以將簽證的時間預留多一點。
- ✓ 住宿問題，校內住宿，當知道幾號開放登記，越快做決定越好。因為學校沒有規定，學期結束就要離開，所以有可能上學期的還繼續住而導致沒有那麼多的床位。學校和外宿的價位，差蠻多的，但如果注重生活品質或是個人空間，也是蠻推薦透過臉書的群組(Erasmus Accommodation Vilnius)，校外住宿尋找有緣人一同外宿，雖然價位上差蠻多的，但也是一種蠻不錯的體驗。像我自己的經驗就是因為沒有床位了，最後選擇外宿，和兩個女生(法國&波蘭)共租套房(共用衛浴與餐廳)。幸運地也遇到一個很好的房東還有兩個室友，是一個很棒的體驗。我自己的經驗是遇到好人，但畢竟在外住宿其實也如同台灣，還是要謹慎思考再做決定，也別因為貪小便宜而租到環境或是房東不家的住宿。

五、 附件



Orientation Week
(波蘭室友 & 斯洛伐克女孩)



參觀立陶宛總統府
(法國室友&她們朋友們)



俄羅斯-聖彼得堡之旅 (ESN)
(法國室友 & 義大利女孩)



芬蘭之旅-聖誕老人村 (自由行)
(旅行台灣最佳夥伴)

