

# 國立雲林科技大學

## 學生出國研習成果報告

研習類別：交換學生或境外雙聯學制

學生姓名：洪妤蓁

系所年級：四應外四A

研習期間：民國108年8月26日至民國109年8月15日

---

### 一、進修交流計畫摘要

#### 學習層面：

- Français langue étrangère séminaire intensif
- Français semestre 1
- Français semestre 2
- Eloquence et Leadership
- International Marketing
- Change Management

#### 社團層面：

- Hip-Hop dance club

#### 文化融入層面：

- French Family Program

### 二、研習心得

在到法國之前我從來沒想過我會愛上這個國家。

法國是我心中交換的排名第五，可卻也因為這樣的機會，讓我在這一年中體驗到了很多美好的事情。法國就像是相見恨晚的朋友，而巴黎也的確是一場流動的饗宴。你可以看見每個人都是自己的活招牌，不會因為現實的束縛而顯為市儈，這和亞洲國家天壤之別。過去的我過於執著在自己怎麼沒和大家走在相同的路上，現在的我卻反倒為自己感到自在。每每矛盾著自己延畢一年出來交換是不是不好，卻又心想著這是我從小到大夢想的事情，一定得要完成。在這般反反覆覆的心態拉扯中，最終還是將自己推向這趟未知的旅程。

還記得抵達法國戴高樂機場的第一天就遇到扒手，活生生的上演在眼前。所幸我本來就對巴黎的浪漫不抱期望、反倒覺得這樣的社會議題到底是什麼原因促成。接著遇上法國黃背心大罷工，所有公車、機票、地鐵、火車、有些公立學校等等都開始營運停擺，當初計畫的旅遊也只能一改再改。接著遇見巴賽隆納加泰隆尼亞獨立遊行等等的社會事件，以為跨年後一切就會恢復正常，沒想到回家投完票後再回到法國的後一週，整個法國宣布封城。

而且還是整整兩個月。

在那個時候我所有的朋友匆忙地訂了機票，被取消了，又訂

這樣心急如焚的只為趕快逃回家去，反觀我，只希望自己不要跟著慌張。

這兩個月過得很煎熬，前一個星期不斷的在自我否定，無法從團體中的到共同體感覺，找不到自己的定位，開始喪志。心靈的狀態的確直接影響到身體，到家的朋友和我說他確診了，而在我回法的那幾天和他每天黏在一起，法國的醫療體系

申請繁瑣，更何況在三月中的緊要時刻若不是重症患者根本不會即時得到醫療照護，當下我只能冷靜地打給臺北法國辦事處、房東、寄信給學校通知說我有密集接觸確診案例。在那當下酒精和消毒液早就不再販售，我很想跟著慌張，但我知道那無濟於事。

於是我買了漂白水稀釋，把整個家裡都擦過兩遍。

隔了21天後才敢打電話給家人說我沒事，並且繼續維持每天量體溫。學業也都改為線上，本來想說這學期可以在參加更多活動，一切都是意料之外。

學期結束、解隔離後生活又重新開始了，這次，準備好了新的自己。

在接下來的幾個月，活成自己喜歡的樣子，慢慢的調適自己

---

因為在雲科就已經完成所有的學分修業，到了法國是以興趣在學習。正好自己高中有商業的背景，在Y Schools所選修的課更為得心應手。在整個交換的期間，除了學習課業之外，更多的是放在學習以及融入整個法國的文化。除了自己喜歡的跳舞之外，也參與了很多學校舉辦給各國交換生的活動。也因為學校的安排，我參與了French Family的計畫，幸運的是我分配到的是一個法國媽媽的單親家庭，但他們家人間的相處從不讓我覺得缺少任何一樣東西。這和在臺灣的價值觀差很多。法國媽媽給我的愛有如我是她親生女兒般，我們開放的討論很多事情，很喜歡一起分享想法，在很久沒見面的時候捎來一則暖心的問候，或許我會喜歡法國不是因為他的街道很浪漫、不是因為他的法國麵包很好吃，而是建立在這些東西之上的，一輩子的情誼。

我愛法國，一定會再回來的。

### 三、檢討與建議

與其說是給學校建議，不如說是一個雙向的學習經驗。

謝謝學校提供這個機會讓我能夠出來交換，儘管一路上跌跌撞撞，可也是因為一路上遇到很多難題才可以延伸出這麼多精采的回憶。比起很多人喜歡抱怨，我更覺得這樣的挑戰和磨練是在大學期間比書本上學習到的知識們還要重要很多的東西。雖然在行前學校沒有說過這麼多事情的提點，到了法國才知道法國行政真的爛到爆，速度慢到不行，如果你總是好聲好氣就會被欺負，真的鳥到不行。總之臺灣真的太棒了！：）

### 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）

※ 備註：

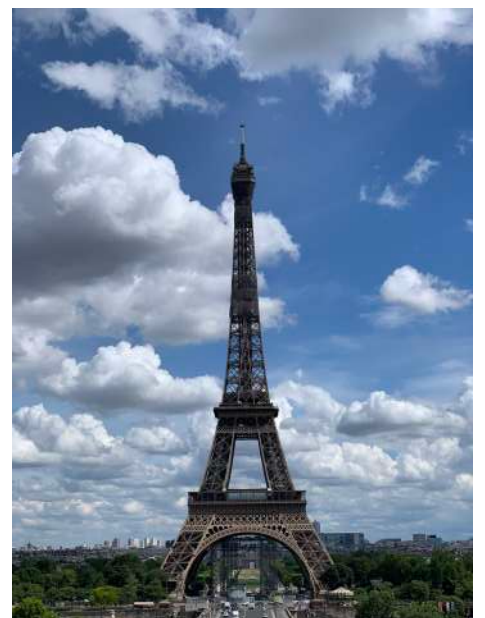
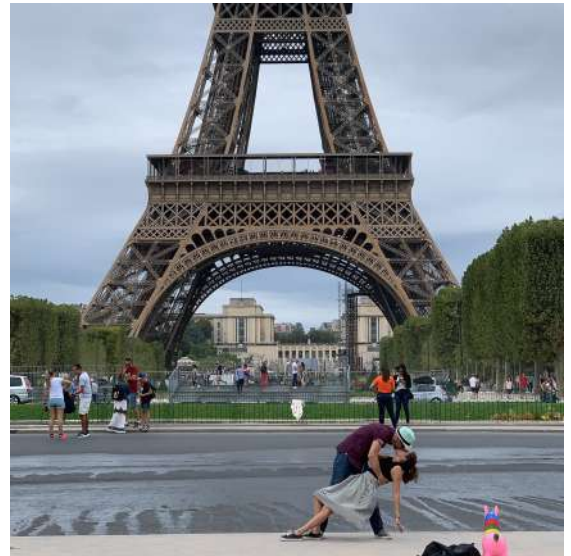
1. 受補助者應於回國後一個月內撰妥報告繳交國際事務處或補助單位（成果報告請用A 4紙直式橫書依規定格式撰寫，活動照片請附簡單文字說明）。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。

#### 四、附件（和法國家庭每週末都會聚餐、一起過聖誕）



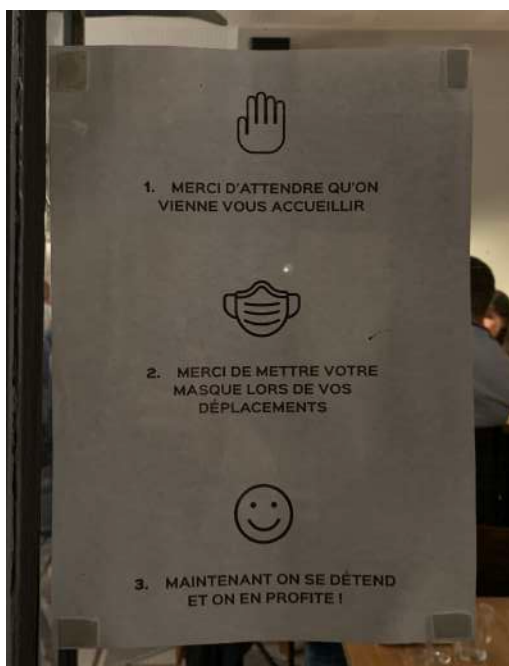
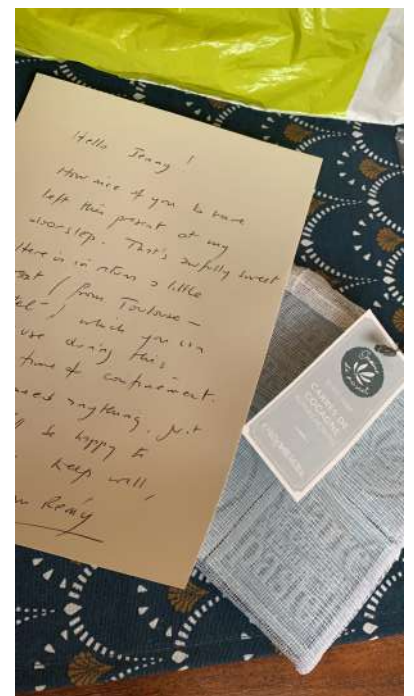
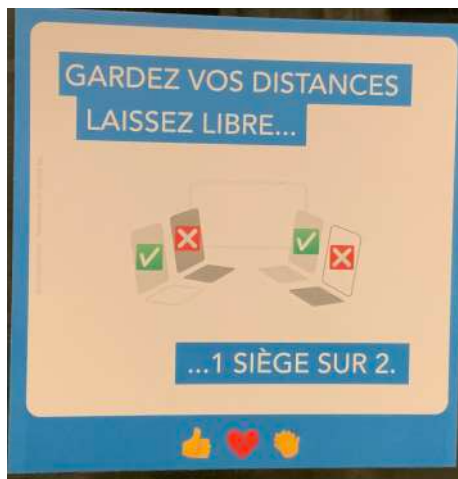


#### 四、附件（歐洲的景）





#### 四、附件（疫情期間）





四、附件（Y Schools國際交換生）

