

國立臺中教育大學赴姊妹校交換學生心得報告

年 月 日

姓名	陳又瑄	就 讀 系 所 及 年 級	英語學系大四
交換期間	自 108 年 9 月 1 日 至 109 年 1 月 31 日	交換學校名稱 及 地 點	University of Valladolid / 西班牙 Valladolid
學號	AEN105116	E - m a i l	aen105116@gm.ntcu.edu.tw

心 得 報 告 內 容

(一) 申請動機

我一直希望能在大學期間到國外交換，拓展國際視野，學習西方的教育制度。但卻因為沒有很喜歡的學校而卻步。剛好去年得知這所新的姊妹校而我也因為有修系上的西班牙文課，讓我對西班牙的文化很有興趣。也期望自己能夠跨越舒適圈，挑戰未知的旅程。

(二) 在本校之申請流程

自行至 University of Valladolid 該校網站線上報名並上傳所需資料，公告錄取時以 email 通知為主。

(三) 交流學校特色、學期制度等

1. University of Valladolid 本校生是依照各系各年級分成兩個班，一班是早上 9 點到下午 2 點，另一個是下午兩點到晚上八點的班。交換生並不受此限制，可依自己系上所採納的學分排課或是選擇自己有興趣的課選修，但一學期指少要修 24 個學分。
2. 學校因為 Erasmus 計畫，有大約兩百位學生是來自其他國家，若修英文授課的課，班上會有大約有三分之一的學生都是交換學生。

(四) 出發前準備過程 (如簽證護照、選課繳費、安排接機、申請宿舍等)

1. 西班牙學生簽證分為兩種，交換 90~180 天(一學期)為短期，半年以上為長期簽。詳細申請資料皆可至西班牙駐台辦事處網站查詢，申請到拿到簽證大約是三個禮拜的時間。
2. 選課是依照他們上課時間自己安排想修的課(就跟中教大差不多)，開學後的一個月都能再更改，但是要經過該課教授和院長同意。此 Erasmus 獎學金計畫不需繳交任何學分費，且提供一期無須繳費的西班牙文課，並會依照程度進行分班，一班約 10 人。
3. 學校會根據你的簽證日期安排機票日期，並在確認購票前和你確認出發和回來的時間是否可以再進行訂票。經確認後，若要再更改機票時間手續費由自己承擔(一次為 100 歐起跳)。
4. 住宿選擇則是學校會根據你的意願提供住宿，若沒有適合的也可以自己找，其一是學生宿舍(男女不分棟不分層)，一人一間房含衛浴及餐費(400 歐/月)，其二是寄宿家庭含一日兩餐(450 歐/月)，較適合能用西班牙文正常對話的學生，因為當地轟爸轟媽都不太會英文，且日常規矩可能會比較多。最後一種是家庭式分租(200~350 歐/月)含廚房、客廳，這也是我所選擇的。室友可能是當地的西班牙人或是其他交換生。
5. 學校會幫我們購買好馬德里機場到 Valladolid 的客運車票。到 Valladolid 後，是由學伴

來車站接我到我的住處。不過因為歐盟的交換生實在太多，所以不一定每個學生都會分配到學伴。

(五) 抵達後過程 (如報到、選課、安頓生活所需等)

1. 抵達西班牙的當天，學校傳 email 通知我們隔天到學校，並且會有專人和我們說明發下獎學金的時間和註冊時間。
2. 其他生活上就是靠自己摸索或和其他交換學生互相交流，調適好心情，就能越來越適應那邊的生活。學校也有為交換學生組成的學生組織，會由當地的學生安排課後休閒活動，例如各項體育交流或講座遊行，幾乎每個假日他們也會有旅遊行程可以自費參加。

(六) 上課情形簡述及注意事項

教授很常臨時調課，學校不會即時的給通知。所以若要即時收到訊息，可以和當地學生打好關係，請他們通知你。上課方式依不同教授而有不同，有些是以發問式教學，有些是講課式教學，並沒有一定的教學方式。

(七) 當地環境簡述及注意事項

Valladolid 是個很簡樸、適合養老的的小城市，沒有大都市的喧嘩和車水馬龍的喧囂。生活步調很慢、很恬淡，不會有什麼奇怪的歐洲小偷和搶劫，且大部分的當地人都很親切，只是都不會英文，所以像我一樣西班牙文不好的至少要會基本的日常對答。有幾間很小的中國餐廳和台灣餐廳超市，是亞洲交換生的天堂，可以好好思念一下亞洲口味。也因為是小城市，對於吃的沒有很多選擇，大多也都是歐洲口味。如果想吃自己習慣的口味，還是自己煮東西來吃會比較快又省錢。西班牙的用餐時間也相對比較晚一些，大部分的餐廳午餐時間是下午兩點到五點，晚餐則要到晚上八點才開。且大部分的商家下午三點到五點半會休息，所以最好先查好營業時間以免撲空。另外值得注意的是，每個禮拜天和國定假日，除了餐廳，全部的商店和超市都不會開，所以要記得先備好食物，準備宅在家的的心情，或是不嫌無聊的話也可以選擇 window shopping。他們的夜生活也很精彩，每天都會有各式各樣主題的派對或是合作的酒吧，但是半夜沒有計程車必須走路回家，所以如果很晚回家必須小心自身的安全。

(八) 總體心得

對我來說要長期獨自在一個陌生的國家生活，是很需要勇氣去跨越原本的舒適圈。原本因為自己西班牙文沒有很好，很擔心語言溝通不良，但親自走一遭才發現並沒有自己想像中的困難，用一些身體語言或關鍵字也可以溝通。從一開始真的很不適應他們的食物和生活習慣，也導致我很想回家，但慢慢的認識越來越多朋友，也越來越適應他們的生活步調後，已經變得捨不得離開西班牙了。這五個月以來，我學到了很多學校學不到的事情，也拓展了對世界的想像。學習自己煮飯、怎麼和各國的交換學生相處、到歐盟各地旅遊。也發現其實交換學生並沒有每天都那麼多采多姿，只是到了一個完全不同的地方生活，但是也更讓我懂得怎麼利用時間和自己相處，慢慢的也會改變很多想法。可以看到很多來自不同文化背景下學生的差異，也觀察到不同的生活模式。另外這趟最吸引我和令我最開心的的是能夠花很少的錢到各國旅行，歐盟內來回機票不超過台幣 2000 且選擇青旅的話一晚也大約只要台幣 600。在旅行的期間能夠真的看到很多電影或是照片上才會出現的知名景點，對我一個大學生來說是很

大的心靈滿足和衝擊。儘管有時候在行前沒有很充足的準備，但保持著冒險的精神，也常常有一些意想不到的事情發生。除了因為有 Erasmus 的獎學金支持，減少了很多金錢上的負擔，這一路上也讓我意外的充飽了滿滿的電，讓我擁有更充實的體驗和生活，我相信足以讓我能夠更有勇氣和力量面對未來的一切挑戰和挫折。也期望未來的自己有能力時，能夠再回歐洲好好回味一次。

(九) 生活照片二~五張



備註：

- 一、心得報告內容請依上列項目簡要敘述，表格大小可自由調整。
- 二、心得報告檔名以『系級+姓名』存成 doc 檔， email 至 ics@gm.ntcu.edu.tw，俾利上網刊載。
- 三、返國後，請於二週內繳交心得報告，以免影響校內經費補助。