

國立臺中教育大學赴姊妹校交換學生心得報告

111 年 7 月 4 日

姓名	尹沛琪	就 讀 系 所 及 年 級	國際企業學系大四
交換期間	自 111 年 2 月 5 日 至 111 年 6 月 29 日	交換學校名稱 及 地 點	University of Burgundy / 法國 Dijon
學號	AIB107112	E - m a i l	ycpss95223dk17823@gmail.com

心 得 報 告 內 容

(一) 申請動機

上了大學之後，我一直很希望能利用學校的資源出國交換。一方面是想趁出社會前，去看看不同的世界，感受一下異國的文化風情和社會；另一方面也覺得學校的交換計劃有師長的把關，比外面的交換計劃更加安全，同時也能讓父母安心。

(二) 在本校之申請流程

查看國研處最新的交換的簡章，評估國家、名額等，提交書審的資料，包括校內申請表和推薦信等，等待入選通知。

(三) 交流學校特色、學期制度等

University of Burgundy 腹地還蠻大的，校園是開放式的，跟馬路和外面的建築物之間沒有特別的區隔。學校除了一間很大的學餐外，還會有許多胖卡餐車，和咖啡廳，平日的飲食需求很容易滿足。法國研究所是兩年制，第一年在學校讀書，第二年到其他國家交換和實習。學校排課跟台灣不一樣，有可能一天上八小時同一門課，一周結束課程；或是一周上四小時，一個月內結束，每一門課的總時數比台灣少很多。

(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）

申請法國學生簽證的流程是參考網友的經驗分享，但當時因為疫情，所以有些行政作業上會不一樣，遇到問題多問多查，而且每個人拿到的簽證時長都不盡相同，同樣交換一學期，但有些人會拿到比較長的期限。去辦簽證的時候資料多準備比沒不夠來得好，大頭貼的尺寸也每種都備著，以防萬一。

選課純粹參考交換校提供的課程大綱，評斷自己對哪些有興趣而選課，但由於沒有詢問學長姊的經驗，所以不少課跟預期有落差。交換生是繳台灣學費在國外讀書，也不會像在台灣要買實體書，每堂課教授都是提供電子講義。

宿舍是透過 Crous，與學校屬於兩個分開的組織，有不同等級的宿舍可以選擇，我選最便宜的傳統宿舍，在校區內，上課很方便，月租大概台幣五千。

(五) 抵達後過程（如報到、選課、安頓生活所需等）

抵法前學校會寄 email，條列要提供和攜帶什麼文件才能順利報到。交換校國研處的姊姊人也

很好，有任何問題也會盡快回復和幫忙。

選課在出國前就已經選好了，如果想換課，也可以去找負責的老師換課。

到法國的第一天，因為有在地學生協助確認交通、協助入住手續，熟悉校園和市區，所以沒什麼大問題。原本填的宿舍感覺是雙人房，入住才得知是單人房，而且法國很多建築物是沒有電梯的，我住四樓，就要艱難地把行李搬上樓。剛住進去沒多久就被床蟲咬到亂七八糟，全身上下多達七八十個包，安排消毒，但也沒有一次清理完，還是有落網之魚，宿舍怕把蟲帶到其他房間，所以也不讓換房間，因此這五個月時不時就會發現又被咬，這真的非常困擾。

(六) 上課情形簡述及注意事項

法國老師喜歡以小組方式上課，發派小組作業，共同合作完成企劃或報告，一半時間教授上課，另一半時間給學生討論。老師們的實務經驗也很豐富，會分享許多在業界工作的經驗，也透過歐洲人的視角了解歐洲市場和亞洲市場，有可能是我們系上的課較著重於開發中國家或是亞洲議題，就可以用不同角度切入亞洲經濟、發展歷史等等，也會提到台灣地理重要性和高科技等，我覺得還蠻有趣的。學生也很敢發問和表達自己的想法，老師也很樂意接受不同的想法，相對於台灣的學生，這裡的同學較嗆辣，看到蠻多次刺激的課堂討論，文化衝擊。

(七) 當地環境簡述及注意事項

Di jon 雖然不是法國有名的大城市，大型量販店、MALL、百貨公司、醫院等應有盡有，T1 輕軌會經過火車站、市區、學校等較常去重要的地方，很方便，要到其他的城市也算方便，快車到巴黎不用兩個小時，到戴高樂機場再坐個一小時快鐵，還算可以，畢竟法國國土大，到哪都需要時間成本。Di jon 給人的感覺相對純樸安全，遇到的店家也都蠻友善的，幾乎都願意用英文跟我們溝通，但也是有少數人不會講英文，翻譯軟體就很重要，而且法國人很重視打招呼，進商家或在宿舍遇到人一定會打招呼。

(八) 總體心得

為期五個月的交換，我覺得是人生最多采多姿的回憶，體驗到跟台灣截然不同的教育體制和風格，我很欣賞同學的自信、老師的專業，因為我的個性比較慢熟害羞，所以第一次上課有點無法適應，壓力很大，再加上大家的英文都很好，不論是口說或是書寫，每次上課對我都是挑戰，但大家都友善，只要勇敢開口都很願意幫忙。

在國外也才知道原來自己是台灣胃，完全沒辦法長時間吃外國食物，所以很常在宿舍自己下廚。宿舍的大家也很酷，待在宿舍那麼久還是搞不懂外國人的作息時間，半夜還可以聽到聽音樂、講電話的聲音(房間隔音很差，要靠運氣遇到好鄰居)。

人在國外身體健康最重要，這幾個月經歷了被蟲咬、確診、腸胃不適等，在國外看醫生又沒有很方便，從台灣帶一些成藥真的很重要，只有自己能照顧自己。

法國的做事效率和時間概念也讓我頭痛不已，多次被火車或是地鐵弄到焦頭爛額；寄包裹的司機也可以遲到兩三個小時；再三確認預約的時間也仍然被登記錯日期，讓人哭笑不得！

今年二月到法國時，不是歐洲的旅遊旺季，因此二三月出去玩的時候很舒服，遊客很少，但四月開始遊客就多起來，觀光景點人潮湧現，小偷也重拾飯碗，身邊不少認識的人東西都被偷，損失不小，自己的東西盡量不離手。系上課程都儘量集中授課，有很多時間出去玩，多看看世界美麗的風景，體驗不同的人文風情，每個國家都讓人流連忘返，現在回想起來都還是開心幸福。

(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。