

University of Burgundy 交換心得

我是台中教育大學英語系四年級的齊00，我在 2025 上半年的時候選擇去了法國交換，雖然已經需要延畢但是我還是認為這非常值得。那我將從交換前的動機與準備，交換中的環境適應、文化衝擊以及交換回來的自我回饋來說，希望可以幫助也有想去交換的學弟妹。

一開始會決定申請交換其實是因為看到朋友的經驗，加上疫情解封，讓我覺得自己是不是也有這個機會去看一看這個世界，對於我來說交換學生好像一直都是一個遙不可及的體驗，但是看到身邊有成功的案例讓我覺得自己是不是其實也有這個能力，並且想到出社會後就不會有這個機會了，所以決定奮力一搏，最後發現自己有獲取資格的時候真的讓我又驚又喜。不過在驚喜過後緊接著就是準備出國的手續了，由於我是第一次出國，對於簽證那些的都不太清楚，但是還好有之前去過的同學的幫助。對我來說最難準備的是去外交部的簽證面試，除了需要上台北兩趟以外，面試時間申請也讓人有點頭疼。由於法國教育中心一天開的名額並不多，所以盡早開始準備也可以更有餘裕的準備之後的各項資料以及行李。

那準備好各項資料以及行李後接下來就是出國啦！由於我是第一次出國的關係，自己前去搭飛機也讓我十分緊張，包括之後需要再從巴黎到第戎的交通也是，但是這也讓我理解到其實我的能力是遠超於我的想像的，整趟旅程可以說是非常順利。我第一次感受到文化衝擊是在買輕軌票的時候，跟臺灣不一樣的地方是，第戎的輕軌系統是買時間的不是像台灣是買地點到地點。那時候在輕軌站研究了好久，還好有遇到當地人來幫忙。接下來就是準備上課了，跟臺灣不一樣的地方是他們的課程是密集上課的，每個禮拜的課程都不盡相同，也有可能一門課在一個禮拜就全部上完了，這讓我一開始覺得有點吃不消，畢竟不是像以往我熟悉的整個學期都是同個課表的上課模式，但是習慣之後就覺得得心應手了，優點是會多出比較多的自己的時間，加上法國的假比較多，可以有比較多探索當地或其他城市的機會。缺點的話就是需要花費比較多時間來自我進修與準備課程以及考試。

在課程結束後要準備回國時，雖然在上課的時候都覺得哇臺灣真是好方便好想趕快回去，不過要離開之際還是充滿了不捨，法國的風土民情與更加自由的社會風氣都讓我感受到跟臺灣差距許多的生或環境，尤其是春天來臨時加上氣候溫暖，生活是十分的愜意，甚至可以在太陽下野餐與閱讀。不過跟臺灣相比較不方便也是事實，許多的商店在晚上八點後就關了，不過我想這也是為什麼在當地生活會比較愜意的原因，許多人都擁有除了工作以外的其他興趣與愛

好，這點跟臺灣忙碌的工作環境也是有滿大的不同，並且讓人心生嚮往。這趟旅程除了讓我更明白我未來的方向以及學術上的收穫以外，也讓我體驗到了世界不同的面貌以及風土民情，除此之外，更讓我了解到自己的能力其實並不差，可以完成許多我原本以為遙不可及的事，不要輕易的畫地自限。







24.03.25



30.05.25