

國立臺北科技大學 化學工程與生物科技系
四年級



波蘭
華沙科技大學
Warsaw University of Technology
Environmental Engineering

陳宥琪

104 學年度/下學期

一、緣起

到了大四部分同學準備考研究所，部分同學準備找工作，由於朋友圈都選擇繼續申學，使我也毫無想法的決定申學，但又不想花時間讀書，最後選擇推甄進入研究所，將補研究所的時間精進英文，而大四下通常沒有課也沒什麼是，所以選擇出國交換，體驗不一樣的生活方式及教育模式，在週末藉由旅行更認識其他國家。

二、研修學校簡介

在到達波蘭前，宿舍及 Student Buddy 須由網路申請，華沙科技大學有 12 個宿舍，學校會藉由不同上課校區而分配宿舍，搭大眾運輸工具幾乎都離校區 10 分鐘。據說為了吸引更多女學生就讀，所以將 Main Building(如圖 1)漆成粉紅色。華沙科技大學離火車站搭車約 10 分鐘，到較大的超市、菜市場、Pub 區及觀光景點，搭車都不遠，地點十分方便。



圖 1. 華沙科技大學的 Main Building

三、國外研修之課程學習(課內)

在波蘭我選修的三門課分別為 Informatics、Polish Language、Biology and Ecology，其共通特點為無論授課老師上課到哪個階段，只要同學有問題即可馬上提出，而老師也都會馬上解決學生不懂得地方，講一次不懂就講兩次，講到學生懂為止，且老師也不會不耐煩或認為學生上課不認真，我該就是因為此特點使得國外的學生較勇於在課堂上問問題。

華沙科技大學的課程，是將本地學生、交換學生分開開課，即使能認識到當地人的機會變小，但還是有些特殊的波蘭人會和我們一起上課，在課堂上常有分組討論的機會，藉此可互相交流上課所學也可認識朋友，使學習變得更有效率。

四、國外研修之生活學習(課外)

學校的交換學生社團(ESN)會在開學前辦一個 Welcome Party，此場合大部分的交換生都會參加也”務必要參加”，社團幹部會在活動中發佈語言學習的消息、近期活動內容、發送歡迎禮(贊助商的贈品，ex: SIM 卡)及關於波蘭歷史的小遊戲。透過 Welcome Party 認識到一些朋友，也同時讓別人認識自己，接下來的一週(Orientation week)每天會有活動，包括景點參觀、文化交流、了解波蘭文化(Vodka、Pierogi)...等。透過第一週認識到來自不同國家的

朋友，而我認識的第一個朋友來自約旦，因為認錯人而相識是個特別的經驗。在某次的 Tandem 他遺失了他的護照...而波蘭沒有約旦的辦事處導致護照重辦需花一段時間，就這樣一學期過去，他的護照還是沒來，過程中他一點也不焦慮彷彿習慣這樣的辦事效率，如果是台灣人應該早就急得跳腳。接下來的日子 ESN 依舊有許多活動，每次參加活動就會有越來越多熟悉的人，話題不再是你叫什麼名字、你從哪裡來、為什麼會來波蘭，而是學校最近如何，生活上有遇到什麼有趣、難過、特別的事...等，一開始的我總是擔心著話題會不會太平淡無趣、講話方式不夠生動而很少表達自己的心情，藉由每次傾聽大家的聊天內容，漸漸的我也可以開始分享我生活瑣事，拉近大家的距離變得像一般朋友。

空檔時間常安排國外旅遊，在半年也去不少國家，藉由交換學生計畫來旅遊的人大部分為亞洲人，邀約到其他國家的朋友一起出遊的次數相對少，在我的旅行裡，大部分還是與亞洲人一起，且玩樂方式較相近，旅行途中才可以玩得盡興。值得一提的是，曾經與法國人一同到北波蘭的城鎮 Gdańsk(如圖 2)，部分歐洲人的旅遊宗旨為放鬆、休息、快樂就好，不須為了玩而早起、即使沒拜訪到著名景點也沒關係、花時間在 go kart(各個城市都有)，只因為很好玩，在 Gdańsk 的三天，我們過著非常悠閒的生活，也是我第一次旅行，玩得最愜意，身心真的得到放鬆，不為行程而趕、不覺得沒去到哪個景點就覺得遺憾，與亞洲人的旅行方式相比，沒有好不好，只有適不適合，建議嘗試此種旅行方式，會有不同的收穫。而留在波蘭時也能約朋友到華沙最大的蕭邦公園聽音樂劇，聊聊近況，與不常出遊的朋友拉近距離，如圖 3。



圖 2. 北波蘭城鎮 Gdańsk



圖 3.

五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 由於同儕間的言語及表情影響，使得上課時台灣學生較不敢提出問題。
2. 當學生在某部份遇到問題，授課老師會立即回答問題，並講解至學生聽懂為止。台灣部分老師會擔心進度問題，要求學生下課後再來詢問，將會造成學生在接下來的課程都無法聽懂。

六、研修之具體效益(請調列式列舉)

1. 簡單的烹煮技巧
2. 走 2 km 路不是問題

3. 了解自己的不足，擁有繼續向前的動力
4. 認識外國朋友，擴展人際
5. 破除刻板印象，更了解其他國家文化

七、感想與建議

出國前先了解要去國家的歷史文化，也同時懂一些其他國的歷史、語言、較嚴肅之新聞事件等，台灣的歷史文化也須清楚了解(特別是與中國間的關係)，在未來與新朋友聊天時較容易有共同話題，也可同時知道每個國家的人對自己國家的看法。普遍外國人都知道刺青，可以準備一些有趣的例子(髒話、沒意義的詞語等)與他們分享。許多外國人都會很驚訝為什麼可以在交換期間去那麼多個國家，有些他們沒去過的國家可以推薦他們去，去過的可以一起分享經驗，此時英文的地名要記得非常清楚，較容易討論。

波蘭當地人較少接觸外國人，當有問題想請教波蘭人時，如果會一點波蘭語，他們會變得比較親切，也較願意幫助外國人。但在其他國家如北歐，他們就比較積極友善，英文也較好，一個人旅行時，只要拿出地圖就會有人向前幫忙，也讓我的第一次自助旅行留下很好的印象。

旅行建議

1. 冰島、挪威看極光，雖然物價為台灣的 5 倍，但一生看一次極光絕對值得，加上自助旅行所花的團費也會比旅行團來的少。
2. 希臘(非觀光島嶼 ex: Santorini)，由於 6 月天氣較佳為旺季，房價會翻倍，建議 5 月底去雖然海水有點涼，但房價便宜、租車便宜及物價和台灣差不多。
3. 其他國家因人而異，但在歐洲機票算便宜，遊玩一個國家不算私人購物經費，旅遊 5 天約 1 萬-2 萬台幣，建議有空盡量往外走，體會不同文化風情。
4. 在冬天許多國家都會有免費的溜冰場，如 Hostel 有提供溜冰鞋租借，也是個學習溜冰的好機會。
5. 足夠的旅遊經驗後，也能嘗試只訂住宿及機票，抵達目的地再詢問遊客中心或 Hostel 遊客，有時能得知私房景點及相約新認識的朋友結伴遊玩。
6. 在特殊節慶建議待在原始國家，通常會有許多活動，如果節慶連假出國會有許多店家沒開，除了景點則沒店家可以逛。

以下為部分旅遊照片：



Germany Berlin



Hungary Budapest



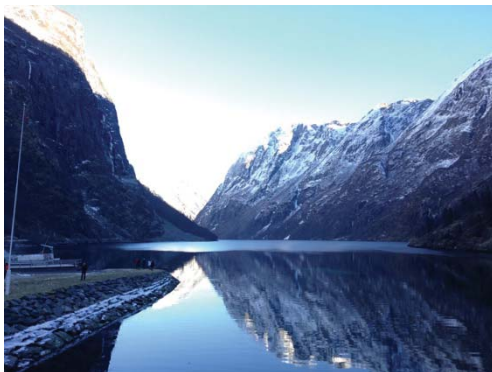
Sweden Stockholm



Finland Helsinki



Norway Tromsø



Norway Sognefjord



Germany Fussen



French Paris



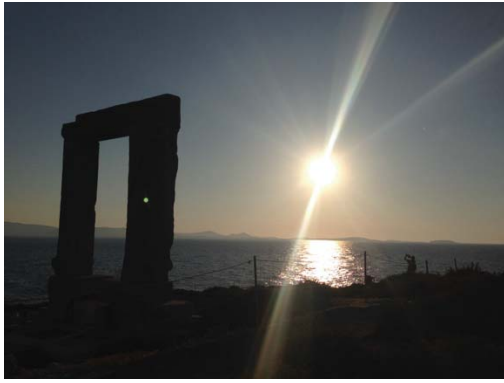
Czech Republic Prague



Spain Barcelona



Austria Hallstatt



Greece Naxos



Belgium Brussels



England London



Switzerland Jungfrau



Denmark Billund



Turkey Istanbul

平日修課；假日出去玩，訂機票、住宿，查遊記，和朋友聊天搏感情，看似平順容易的交換過程，卻也在外界看不見的地方慢慢成長、變勇敢。曾經看到媒體轉播之新聞就認為現在的社會就是如此混亂、危險，對歷史沒興趣、也不用心關心社會大事的我，如果沒去交換，永遠不會知道有人在還算安全的敘利亞首都大馬士革遇到槍戰，驚險逃過；未來要嫁給自己表哥，即使自己不願意；土耳其的軍事政變其實常常上演，這些事情是與不同國家的朋友聊天時得知，經由當地人的敘述能更客觀的去看待事情，也同時瞭解即使活在這樣的國家裡，還是要為生活而活著，而不是為活著而生活。

赴外研修調查表

姓名： 陳宥琪 所屬系所 / 年級： 四化四乙
聯絡資訊(同意公開)： _____
研修國家： 波蘭 研修學校： Warsaw University of Technology
研修學期： ☐ 上學期 ☒ 下學期 當地研修科系： Environmental Engineering
研修期間： 西元 2016 年 2 月 23 日 至 2016 年 6 月 30 日

初期規劃

選擇此校原因： 有相關科系
是否有相對應科系： ☐ 是(系所名稱 _____) ☒ 否

赴外學校申請

何時開始準備資料： 西元 2015 年 8 月 30 日
何時繳交資料提出申請： 西元 2015 年 9 月 24 日
何時獲得錄取通知： 西元 2015 年 10 月 14 日
申請所需資料清單(若有網址請提供)：
<https://www.cwm.pw.edu.pl/index.php/en/Education-programmes/Bilateral-exchange/Incoming-students>

簽證申請

是否需要申請簽證： ☐ 是 ☒ 否
簽證費用： \$ 1300 (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)： 波蘭駐台辦事處
申請所需文件(請逐一列出)： 護照、1吋大頭照、來回電子機票、海外保險單、財產證明
申請所需時程： 2016/01/04 (申請日期) 2016/01/08 (取得日期)

課程與學分抵免

選課方式： ☐ 線上選課 ☒ 紙本選課 ☐ 其他： _____
選修學分數上限與下限： 上限 根據北科規定 下限 _____
是否可跨系選課： ☒ 是 ☐ 否 ☐ 其他： _____
課程難易度： ☐ 困難 ☒ 普通 ☐ 容易
學分抵免
• 是否有抵免學分： ☐ 有 ☒ 無
• 學分抵免難易度： ☐ 困難 ☐ 普通 ☐ 容易
• 抵免學分數： _____ 堂課，共 _____ 學分

- 當地研修之課程名稱： _____ 學分： _____
- _____ 學分： _____
- 北科大抵免課程名稱： _____ 學分： _____
- _____ 學分： _____

語言學習資源：☒ 有 ☐ 無（如：語言學習中心）

- 是否額外收取費用：☐ 是 ☒ 否

請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等

波蘭語，以小班制教課，開學前一天有 Welcome Party 會提到如何申請。英語也相同，申請時須先上網做測驗。

學費

當地學校需繳交費用

學費： _____ 0 _____ (新台幣)

其他項目： _____ 費用： _____ (新台幣)

其他項目： _____ 費用： _____ (新台幣)

整體總開銷： _____ (新台幣)

住宿

住宿地點

學校是否提供宿舍：☒ 是 ☐ 否

校內宿舍型式包含：☐ 單人房 ☒ 雙人房 ☐ 其他： _____ 人房

您採用的住宿方式：

☒ 學校宿舍 2 人房 ☐ 寄宿家庭 ☐ 自行租屋 ☐ 其他： _____

其他住宿資訊來源：☒ 研修學校 ☐ 朋友

☐ 網路-網址： _____

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ 5000 _____ (新台幣) ☐ 一週 ☒ 一個月 ☐ 一學期

就您所知，其他房型費用：

☐ 單人房：\$ _____ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

☒ 雙人房：\$ 3000-5000 _____ (新台幣) ☐ 一週 ☒ 一個月 ☐ 一學期

☐ 多人房： _____ 人房：\$ _____ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

交通

研修學校是否有提供接機服務：☒ 是 ☐ 否

若有，是否收取費用：☐ 是 \$ _____ (新台幣) ☒ 否

☒公車 站名: Pl. Politechniki 02 (距學校距離: 5 m)
 計費方式: 有時間票、周票、月票(3 個月月票, 學生價 500)

☐火車 站名: _____ (距學校距離: _____)
 計費方式: _____

☒捷運 站名: Politechnika Metro (距學校距離: 100 m)
 計費方式: 持月票可搭乘

☒公共自行車 站名: _____ (距學校距離: _____)
 計費方式: _____

☐其他: _____ (距學校距離: _____)
 計費方式: _____

☐無

當地平均溫度(攝氏)範圍: 4-25°C

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi): ☒ 有 ☐ 無

當地英語使用普及率：☐ 偏高 ☐ 普通 ☒ 偏低

當地物價與台北之比較

例如：捷克布拉格 VS 乌克兰基辅

波蘭華沙 vs. 台北為 1.2 比 1

生活用品採買地點

學校附近，請以條

學校附近：請以陳列式圖半晚勿店石、交通位置尋小Carrefour類似 7-11。步行 1 分鐘即可抵達

小 Callicebus 類似 I II, 步有 1 方踵即可搬運。

Centrum 搭公車離學校 10 分鐘。有士間 Carre

Centraal 指公平離字仅 10 分鐘，有大間 Carrefour、Biedronka 等超商

醫院診所與藥局

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

校園

☒校內餐廳 ☐宿舍餐廳 ☐宿舍含廚房設備 ☐其他：_____

校外

請大略分享校外附近用餐地點，並以條列式說明

餐廳名稱：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：_____

餐廳名稱：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：_____

其他建議

其他建議

1. 到波蘭先辦理學生證，即可以學生名義購買學生票。
2. 抵達波蘭前可填寫學伴申請書，到達時將有學伴可陪同辦理所有事項(ex：銀行開戶、校園認識、交換學生社團介紹…等)。
3. 波蘭學校之辦公室皆有不一樣的辦公時間，需先確認免得白跑一趟。