

學生出國研修心得報告內容大綱

研修學年度/學期	106 學年度 第二學期
薦送學校、系所、年級	國立台北科技大學 電機工程系 四年級
中文姓名	張耕苙
研修國家	拉脫維亞
研修學校	里加工業大學

一、緣起

我是一個高中生，在陰錯陽差之下，我申請上了北科電機系，對於一個高中生而言，電路學、電子學都是以往我所沒有碰觸過的科目，所以顯得特別吃力，在努力兩年後我發現自己似乎對於本科不是很有興趣，於是我決定要探索自己的興趣與天賦。因此在大三我決定要在大學生涯進行一次國際間的交換學生，學習不同文化與國際視野，再以較具有國際觀的視野去思考台灣近年來的一些怪象與社會問題，思考可以從國外帶些什麼樣的思考回台灣，進而改變台灣社會上的一些問題。

二、研修學校簡介

我交換的學校是拉脫維亞的里加工業大學，以當地語言寫作 Rīgas Tehniskā Universitāte 簡稱 RTU，學校座落於拉脫維亞的首都 - 里加，以拉脫維亞語與俄羅斯語為主要教課語言，對於國際生有提供以英文教學之獨立課程，不會與當地人在同一個班級一起上課。同時學校有參與歐盟的 Erasmus 計畫，因此在校園內不乏來自地緣靠近歐洲的亞、非洲學生，教學風氣開放。對於校區的部分，非常之分散且有些校區距離很遠，國際學生事務處在老城區，我所就讀電資校區就在宿舍 Kīpsala 後方，去上課非常方便。學校總共有八個學院，分別是：建築與都市計畫學院、土木工程學院、計算機科學與信息技術學院、能源與電機工程學院、電子與電信學院、工程經濟學院、材料科學與應用化學學院以及交通與機械工程學院，另外還有人文研究所和語言研究所。

三、國外研修之課程學習(課內)

我在 RTU 這學期選了熱力學、流體力學、高壓氣體動力學、拉脫維亞語、拉脫維亞歷史、電力電子、離散數學，不料熱力學、流體力學、高壓氣體動力學在離宿舍開車一小時車程的校區，所以後來就沒去上課了，電力電子教得則是比台灣更加理論實務結合，離散數學的內容有一部分在台灣的高中都已經有教過了所以學起來滿輕鬆的，有兩三次小考考全班最高分，拉脫維亞歷史則是教一些拉脫維亞的政府與國家基本資訊，接下來便是一連串的校外博物館教學，拉脫維亞語開課比較晚在開學後第六個禮拜，當時我已經開始旅行，故沒有去上課。整體比較下來，這邊的修課壓力相較於台灣輕很多，所以能有比較多的時間去社交經營人際關係，了解不同文化間的差異與習俗。

四、國外研修之生活學習(課外)

這也算是一種另類的國民外交。交換期間我與很多不同的朋友去過不同的國家，有愛沙尼亞、德國、瑞典、義大利、立陶宛、波蘭，在這些國家都有不同的風俗民情，如果想知道的更詳細可以聯絡我。對於生活中所有瑣事的學習，是我在這次交換學生當中，經營且學習得最多的部分。在台灣我本來跟家人一起住，所以煮飯、買菜、洗衣與日常用品的添購，在台灣這些日常生活的打理都來得容易許多，在國外一切都得自己來，沒有人會管你幾天沒洗衣服或換床單。還好宿舍就住離大型購物中心 Olimpia 非常近，且里加市區有全歐洲最大的中央市場，在那裏可以買到更便宜的價格，不過市場裡的幾乎都是老人，只會講俄語或拉語，想買到東西都得比手畫腳或是帶個當地會英文的朋友擔任翻譯。在這裡我們會被指派為兩個人一間房間，所以都會有來自另一個國家的室友，在這期間我跟兩個不同國家的室友一起生活過，第一個是來自烏茲別克信伊斯蘭教，每天固定時刻都會像聖地麥加朝拜個五次；另一個室友來自印度剛脫離伊斯蘭教，對人生抱持著開闊的態度，為人豪邁也不太愛乾淨整潔，房間地板常會有莫名的黏液，因此在住宿的同時也要學會如何跟不同民族的室友相處。而且住在同一區的都是印度人，本身就不太愛乾淨，為此宿舍管理員常常來調查我們的區域找麻煩，所以在國外要有足夠的英文能力跟別人辯論或為自己辯解，否則只能啞巴吃黃蓮，罰款事後打掃的責任，一個人全攬下來。課餘之時，這裡的學生團體每個禮拜都會辦超過一次以上的活動，因此

不論國際文化交流或是交朋友，都比在台灣開放許多，不會有太過保守的包袱，這裡的活動常會接觸到酒，從紅酒到伏特加各種都有，文化上，這裡的學生從高中以後基本上家裡都會把他們當作是成人看待，可以自己掌控自己的行為，且很少有門禁。在活動過程中，大家一定會問你叫什麼名字，從哪個國家來，如果想到國外交換學生的同學們要先做點功課，有些人會想要深入了解你的國家，國家的歷史、風土民情，一些國家或政治的英文單字要先查好，方便在講解歷史的時候可以比較通順不用一直查字典。學校的宿舍附有廚房，我常常邀請很多不同國家的朋友到宿舍來吃我煮的台灣料理，在國外以國民外交的方式，讓大家更知道台灣。

五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 學生不會被課業壓得喘不過氣，有自己的時間經營社交
2. 大多數學生知道自己追求的是甚麼
3. 有系統的實作且理論實務一起上，不拆課

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 對於未來人生的看法更加開闊，人生充滿可能
2. 與來自各地的朋友交流，了解他們的文化與思維
3. 讓自己對於挫折與恐懼，更有處變不驚的態度

七、感想與建議

英文能力在國外真的很重要，與生活品質成正比，尤其是遇到一些有自己想法的外國朋友，倘若滿腹經綸卻不知如何表達，在國外也是只能望洋興嘆。來拉脫維亞的話我建議搭土耳其航空在土耳其再轉飛到拉脫維亞，比較不會因為沒有學生簽證而被遣返回國的風險，如果在德國轉飛八九不離十一定被遣返，通常學生的長期簽證(D-Visa)會在拉脫維亞當地辦理，如果不希望出差錯或是怕文件不齊全，可以寄信到日本請日本外交部幫忙簽，因為台灣與拉脫維亞沒有邦交，在拉脫維亞沒有大使館，只有台北駐拉辦事處。但同時台北駐拉辦事處得負責波羅的海三國的事務，所以如果之後在立陶宛或愛沙尼亞碰到問題時，也可以來請大使幫忙。我在剛到拉脫

維亞的第一個月就弄丟手機，所幸後來找回來了，在找回來期間，我去了警局好幾趟，國外的警局真的沒有台灣方便，員警大多也不會英文若遇到刑事案件，還需要請翻譯官，滿有趣的是，有一次我遇到一位來自中國的董事長在白俄羅斯被誣騙的案件，我直接充當他的翻譯官，幫她把事情的原委翻譯成英文，同時在警官問話時擔任翻譯，這是一個滿有趣的經驗。出國前要先準備一些介紹台灣的資料，食、衣、住、行、育、樂等，宣揚台灣的美好，如果想不到能分享什麼的話，stopkiddinstudio 可以給你一些啟示，然後可以準備一些台灣特有的調味料(個人是特別推薦沙茶醬 當地沒有賣)、食物或是伴手禮，來這裡跟外國的朋友交流，學幾道台灣道地美食在這做給朋友吃。最後秉持著一顆接納各式文化的心，相信你會有很大的收穫。

照片分享

里加中央市場



駐拉脫維亞台北代表團



第一次參加朋友的聚餐



與第一個當地朋友吃飯



第一次參加 Erasmus 30 公里健行
11pm to 8am 圖為日出



第一次吃異國朋友的家鄉菜



請各個國家的朋友吃飯 (俄羅斯 科索沃 中國 約旦 台灣)



旅行 - 愛沙尼亞



旅行 - 瑞典



旅行 - 德國



旅行 - 義大利



中國橋評選



與北科同伴餞別



這裡的 PIZZA 很大



旅行 - 梵諦岡



與舞團 Doza 去立陶宛比 WOD



旅行 - 波蘭



兩岸交流 - 中國朋友



兩岸交流 - 香港朋友



離別前 最後的晚餐



在波蘭遇到的台大交換生



赴外研修調查表

姓名：張耕苙 所屬系所 / 年級：電機工程系 四年級
聯絡資訊(同意公開)：搜尋 #蛤蜊的異國大冒險
研修國家：拉脫維亞 研修學校：里加工業大學
研修學期：下學期 當地研修科系：人生探索兼國際外交
研修期間：西元 2017 年 2 月 5 日 至 2017 年 6 月 28 日

初期規劃

選擇此校原因：物價便宜、天氣寒冷、曾被蘇聯統治

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 2016 年 月 日

何時繳交資料提出申請：西元 2016 年 月 日

何時獲得錄取通知：西元 2016 年 月 日

申請所需資料清單(若有網址請提供)：成績單、

簽證申請

是否需要申請簽證： 是 否

簽證費用：\$0(新台幣)

申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：拉脫維亞移民局

申請所需文件(請逐一列出)：

申請所需時程： (申請日期) (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 35 下限 25

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：0 堂課，共 0 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

拉脫維亞語 學校有開相關課程可以選

學費

當地學校需繳交費用

學費： (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：

學校宿舍雙人房 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： 152 歐元/月

您所住宿的房型費用：\$5200(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：\$5200(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

學校附近交通工具 (距離可以步行距離計算)

公車 站名：Kipsala (距學校距離：200m)

計費方式：

火車 站名： (距學校距離：)

計費方式：

捷運 站名： (距學校距離：)

計費方式：

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

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：-15~24
校園內是否有提供無線上網(Wifi)：有 無
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.台北為 1.2 比 1 (即為當地物價比台北貴 20%)
比台灣便宜很多
生活用品採買地點
學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等
宿舍旁 Olimpia 購物中心
其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

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

飲食

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

這份問卷問得可以少一點、簡略一點

