

## 學生出國研修心得報告內容大綱

請於封面上方列標題(標題內容須含：選送生研修學年度/ 學期、  
薦送學校系所、年級、中文姓名、前往研修國家及國外研修學校名稱)

研修學年度/學期	106學年度/上學期
薦送學校、系所、年級	台北科技大學/電子工程系/四年級
中文姓名	李奇樺
研修國家	立陶宛
研修學校	維爾紐斯大學
<p>一、緣起</p> <p>最一開始接觸交換學生事項的時候是在去年年初，中午沒有什麼特別的事情於是我和同學跑去聽之前在捷克交換的學長心得分享，我其實一直覺得自己大學生活過得非常普通，並沒有參加任何社團或是系學會之類的活動，也時常忽略班上大大小小的活動，不喜歡太多人一起或是厭倦台灣的校園生活，但是到了大四，我已經修完我所有的課程，原本是有提早畢業的打算，但是聽完學長的分享，便激起我去參加這個交換學生的動機，一個你人生可能只能嘗試一次的事情，一個可以便宜以學生身分去歐洲玩的機會，一個可以讓你庸庸碌碌大學生活轉變成光鮮亮麗的轉捩點。</p>	

## 二、研修學校簡介

維爾紐斯大學是在立陶宛的首都，也就是同名維爾紐斯，相對來講是一個比較有年代的學校，宿舍也比較老舊，但是設備和教室都非常齊全，校區分成三個部分，每個之間都有一段距離，大部分的課程都在市中心最古老的校區，裡面的建築就像哈利波特裡面出現的一樣，毫無規則，比起學校，裝潢更像是一個教堂，有著彩繪玻璃還有一個雕刻，還記得第一次找教室的時候實在費了不少功夫，另外兩個校區就比較現代化，也像台灣的學校教室，多媒體設備非常齊全，可能是沒有地震的關係，建築物總是可以保留古老的外在但是內部的裝潢卻是全新的！

## 三、國外研修之課程學習(課內)

這一學期我總共修了三門課，由於我在原本學校已經達到畢業門檻也沒有抵學分的壓力，我可以自由選擇自己想上的科目，想說既然都到國外了，不如換換口味，於是從原本的電子工程系，相對的我在維爾紐斯大學都選一些文組的課程，順便訓練自己的英文能力，有文化概論，莎士比亞文學，以及東歐電影發展，課程全部都是採討論的方式進行，大家回去分別照著老師網路上的作業或是文章，讀過之後在下次上課的時候發表出自己的意見，大部分的歐洲人都非常踴躍在發言，相對著亞洲

人比較內斂，但是為了跟上進度以及融入課程，老師有時會拋問題出來，久而久之我們亞洲人也開始會主動舉手，主動提出意見和想法了，這是在台灣非常難得的心態改變，也許是因為地方變了，人也跟著變了吧，另外在歐洲考試的風氣並沒有那麼高，我選的課程都是以論文來做成績的評斷標準，還有對於上課的感想以及發言，這也是歐洲上課不一樣的地方。

#### 四、國外研修之生活學習(課外)

生活上最大的不同大概就是吃的以及交通，食物方面由於是處在東歐，物價是比台灣還要低的，肉類食品可以說是便宜到不行，舉個例來說，熟食區烤熟的大雞腿只要台幣30元，而生的大雞腿台幣不到10元，所以大部分的時候我都是自己做飯，在台灣就常常做飯的我這點是比較沒什麼問題，比較特別的是可以跟不同國家的室友和鄰居一起做飯，嘗試不同國家的料理以及文化，亞洲人大部分都內向，印度人比較嗨，歐洲人通常不太會煮飯，另外交通的方面，立陶宛算是發展中的國家，並沒有捷運這樣的東西，只有公車作為主要交通，是用類似月票的卡來搭乘，但是平常是不會查票的，警察是隨機設在公車站上車查票，交通價格比較貴，要是沒有學生卡的話，一個月差不多要30歐左右，另外有學生卡的話一個月只要5歐，非常的划

算，來歐洲當然不能錯過四處跑國家，半年中我跑了10個國家14個城市，多遊歷是好的，在開學典禮中，學校也很打趣的告訴我們，來歐洲交換，讀書是其次，生活和旅遊才是第一，隨時掌握便宜機票，結交不同國家的人一起出去旅遊，發現大家在吃得注的要求上也很大的不同，而且跟著外國人，自己感覺也會比較放的開，向外走出去，讓世界走進來!

#### 五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

- 一、 台灣多為講課式的上課方式，立陶宛多為討論式的上課方式。
- 二、 台灣校區比較集中不會分散 立陶宛校區比較分散距離比較遠。
- 三、 台灣一堂課時間差不多50分鐘，立陶宛一堂課時間差不多90分鐘。
- 四、 台灣的課程之間比較緊湊有所謂的下課時間，立陶宛的課程之間比較寬鬆下課時間是自己排的。
- 五、 台灣期中期末通常都有考試來評斷成績，立陶宛的期中期末主要是用論文還有上課表現來評斷的。
- 六、 台灣上課通常都會點名並且老師很注重學生出席，立陶宛上課老師比較不在乎有沒有學生出席也不太點名。

## 六、研修之具體效益(請條列式列舉)

- 一、 英文對話明顯進步
- 二、 親自走到地理課本曾經學過的地點
- 三、 學習跟不同國家的人相處
- 四、 生活能力提高
- 五、 體會有別於台灣的文化以及學習方式
- 六、 從不同的國家的角度看台灣的國際關係

## 七、感想與建議

真的很感謝學校和爸媽給我這個機會出去看看世界，一輩子都沒想過自己可以在20歲就前往歐洲完成歐洲夢，踩在巴黎鐵塔，比薩斜塔，威尼斯，大笨鐘這些著名景點，更發現自己的渺小，也把地理課本化成現實，讀萬卷書真的不如行萬里路，為了一些旅程，你會去了解一些教堂的背景，了解一些建築的歷史，邊走邊學習才是最有效率的方式，希望學弟妹如果有機會，千萬不要因為自己任何一個原因而退縮，我沒有任何活動經驗，沒參加社團沒參加系學會，英文多益也才600多，我做到了，我讓自己的大學生活不一樣了，沒有理由可以擋住自己追夢出國交換，也比想像中開銷少，所有困難都是可以解決的，如果現在不做的話，以後絕對會後悔，不做可能不會怎麼樣，

但是做了你肯定不一樣!

備註：

1. 請依規定大綱項目書寫，但格式不拘，可採用圖文並茂附加插圖
2. 字數限制：至少 2,000 字以上
3. 容量限制：8MB
4. 請另附研修相關照片原檔 20 張
5. 請勿呈現重要個人資料(身份證字號、出生年月日、住址等)



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

就一個專門給交換學生的空間，可以在那邊學習基本立陶宛語

---

### 住宿

交換學校所提供之住宿選項

交換學校宿舍

交換學校配合之校外租屋公司

交換學校提供之校外租屋資訊

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：\_\_\_3\_\_\_人房

您採用的住宿方式：

學校宿舍\_\_\_3\_\_\_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

\$\_\_\_2400\_\_\_(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：\$\_\_\_\_\_ (新台幣)  一週  一個月  一學期

多人房：\_\_\_3\_\_\_人房：\$\_\_\_2400\_\_\_ (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 \$\_\_\_300\_\_\_ (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： Vilnius University (距學校距離： 3 分鐘內)

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： -10~10

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%)

交換學校所在國家城市與比例 0.8 vs. 臺北：1

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

超商有四種 LIDL MAXIMA IKI NORFA 到處都有

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：\_\_\_\_\_ 九龍飯店 \_\_\_\_\_ 類型：\_\_\_\_\_ 中餐 \_\_\_\_\_ 價位：\_\_\_\_\_ 500 台幣 \_\_\_\_\_ 步行  
距離：\_\_\_\_\_

餐廳名稱：\_\_\_\_\_ 類型：\_\_\_\_\_ 價位：\_\_\_\_\_ 步行距離：\_\_\_\_\_

其他建議

---

## 其他建議

---

---

---