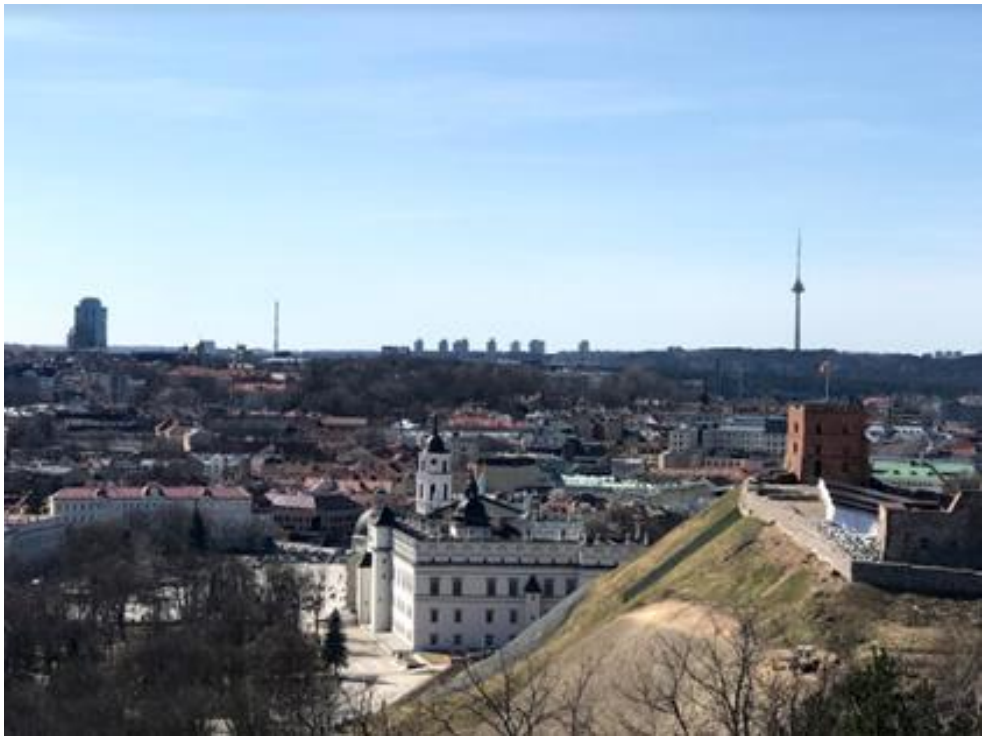
學生出國研修心得報告



106-2

台北科大化學工程系四年級

陳怡勳

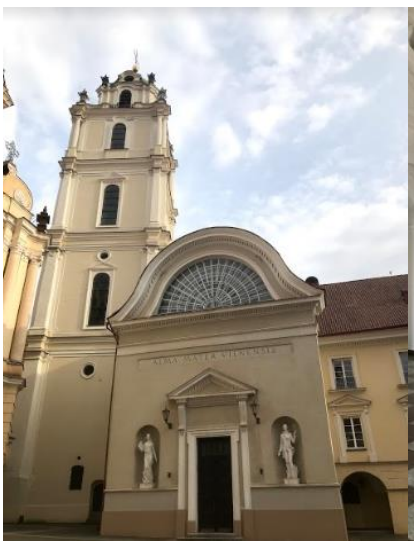
立陶宛-維爾紐斯大學

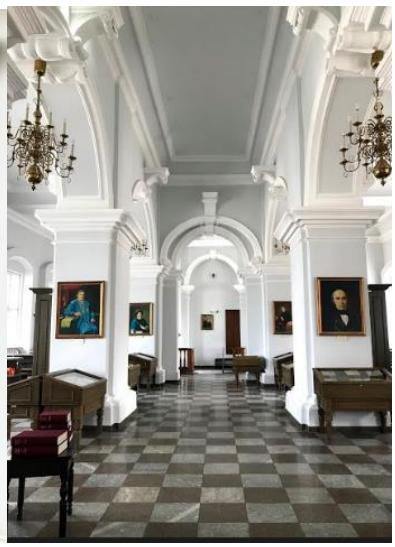
一、緣起

新生時就知道學校有交換生的計畫，覺得很羨慕可以增加國際視野，但想都不用想馬上就放棄念頭，這個原因我想也是大家打退堂鼓的主要因素—會花很多錢!不過我都做到了我相信你也一定可以！家境清寒的我為甚麼能不顧一切重新爭取機會？什麼樣的念頭與動力讓我無所畏懼的行動?一場演講和一位教授徹底改變了我的想法，你知道你要的什麼嗎？你知道你的優勢特點適合什麼嗎？我開始思考詢問自己，我想在最後的大學生活中做有意義的事，一直以來都是打工對於科系也沒興趣，迷惘著未來方向，我們之後都會工作大半輩子，但多少人有機會再出去到國外體驗地方文化、結交新的朋友?最後，總總考量讓我下定決心勇於接受這場硬仗!出發探索異地世界還有發掘自己內心的渴望，當作給自己人生的洗禮。

二、研修學校簡介

維爾紐斯大學是一所歷史非常悠久的學校，為中、東歐中最早的大學，建立於 1579 年，位在於立陶宛首都的最高學府，總共有 14 個系，學校根據不同系所有不同校區，主要為 Old Town 和 Sauletekio，也各有一棟圖書館〔分別最老 1570 年與最新 2013 年〕，還有三所大學醫院、天文觀測台、植物園和聖約翰教堂，而維爾紐斯大學鐘樓是老城區中最高的建築，可以俯瞰全景。因為每年有很多來自世界各地的交換生，學校有提供相關的表單填寫是否需要 Metor 等等提問，以及開學前的 Orientation week 和各項的活動，能夠幫助我們適應環境進入狀況，而透過活動也可以認識到新朋友，還有一個很重要的就是注意選課!如果有要抵學分就要先仔細查好，確定是否有英文授課，Metor 真的會幫你很大的忙，解決一些看似日常瑣事卻又很重要的問題，甚至現在我的最好當地朋友就是她了！





三、國外研修之課程學習(課內)

在台灣已經把學分都修完了，來這裡想上不同的領域，因為選修課我後來就對心理學感到特別有興趣，所以就選了這門和一些體育課程。這邊上課和台灣有什麼不一樣?，上課內容也許重要但我更想探究教學方式，畢竟學科一樣不會因為不同地方就化學變物理吧!我意外的被分到他們的醫學院，進到系所就感受到認真的資優學生，手上拿著書跟同學們積極討論，有些人穿著實驗衣討論報告，環境氣氛讓我更加緊張，語言程度沒有很好的我，面對要講英文更是提心吊膽，一到教室，就可以感受到極大的差異，人數大量減少了!

這裡是實施小班制，教授時常問大家問題，亦師亦友般的溝通，讓同學之間互相討論，勇於提出自己的看法和觀點，對於教授的論點感到質疑也會照樣提出，問問題在這邊是非常普通且正常的事，有別於我們擔心問到白癡問題，或怕老師說剛剛講過了等等各種藉口而害怕發問。

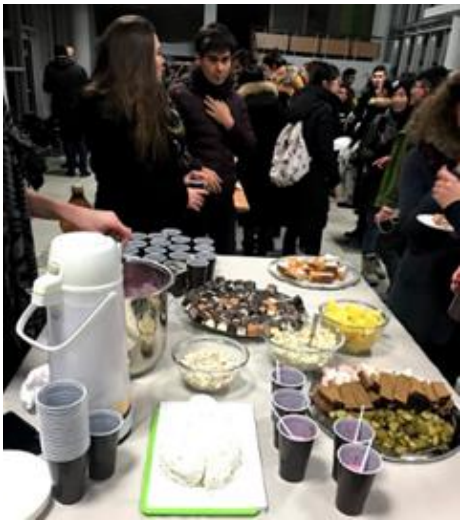
我們這堂課還採用每個禮拜不同小組上台報告，以小組當老師教導的方式，讓同學去了解各個章節，其實這真的是一大考驗，你要像老師講給同學聽懂，首先你必須完全看懂了解，還要花時間找相關資訊做報告，把內容簡單扼要的講解出重點，對於沒講過比較專業課程英文的我，是難度極為高的挑戰，也花了很多時間準備甚至請朋友幫我練習，到現在回想還是自己得一大突破，真的要奉勸大家要好好準備英文啊!!!

四、國外研修之課程學習(課外)

學校以外的生活都是課外學習囉!課餘有很多學校辦的活動可以參加，除此之外就是當地的節日和文化，還有必要的當地生活技能，甚至更遠得就是如何出遠門探索世界。(因為真的很多活動內容以下就列舉一些)

文化與活動:

Esn international fair



Shrovetide Festival

2/16 立陶宛獨立日

Esn escape camp

生活:

宿舍生活第一件事就是安頓，除了日常用品那些，面對到的第一個挑戰就是要自行料理啦!這算是後來生活的一大樂趣呢!不僅在廚房可以來個飲食文化交流，還能認識新朋友喔!然後常搭公車，大家一定要下載神 app (Trafi) ，這邊的計程車也意外的便宜，太晚沒車或是有搭凌晨飛機要旅行

的，可以是很好選擇，我常用的是(Taxify/eTAKSI)，還有一件超重要的就是手機網路了，建議如果之後有要到歐洲其他地方旅行，可以到電信詢問計畫的價格，之後就不用到處買網路了。這邊東歐當地有名的小文化就是二手店很多，甚至喜歡古著的也可以便宜挖到寶，可以省一大筆錢呢!太晚知道有點懊悔…。(以上問題其實問 Metor 大致都可以解決不用擔心^^)

旅行:

一來歐洲，畢竟是遠得要命王國，總會開始想著不能錯失機會，好好把握時間一探究竟，但每個人都有不同的節奏安排，照著自己的步伐去感受當地生活，甚至後來想想才是最值得的，享受當下的時刻，畢竟一踏出來就發現世界很大，想看很多也還是看不完的，我排過很緊湊的行程，也試過慵懶的渡假風，更嘗試了其他不一樣的旅行方式，搭便車、沙發客等玩過一個禮拜不花車錢和住宿，各有優缺點也覺得體驗不同的過程，更是一種特別經驗和感受，有時一些人生哲理的啟發和想法會突然靈現，畢竟一路上你會碰到人事物，甚至有意外問題要解決，沒有說什麼方式就是最完美的旅行，而是那個過程你希望有什麼收穫，你看重的點是什麼，到現在回想起來那些奇幻旅程比電影還精彩!對我來說就是最深刻難忘的回憶~

Warszawa

五、與台灣學習環境之比較

1.國際生非常多，有機會與各國的交換生交流
2.課程為小班制，不只同學間認識師生關係的熟悉度也提升
3.非常重視討論與互動的關係，課程會分兩種形式，一種單純授課聽講，過程中教授會引導發問；另一種為小組報告或群體討論方式，讓同學間的想法互相了解
4.沒有嚴格傳統師生的想法，教授就是亦師亦友互相尊重，有不同論點跟他不一樣，或是有所質疑都可以詢問，一般都很願意說明及解釋
5.課堂上學生發問的意願非常高，都有自己個人的觀點和想法，也尊重同學間的發問，不會因為問題很愚蠢而取笑，有股不被他人影響的氛圍
6.新式圖書館開放24小時，提供良好的環境唸書
7.這邊的筆試小考不多，多注重在言語上的表達，還有討論間想法不同的磨合和溝通
8.學校重視國際生的活動，會辦許多活動讓彼此交流
9.除了問題答案的是非對錯，更在意你的想法過程和觀點
10.提供許多英文授課的課程可以選擇

六、研修之具體效益

1.增進國際視野，拓展交友圈
2.提升外語能力
3.獨立自主的生活技能
4.面對問題處理的應變能力
5.較勇於表達個人想法
6.文化上的交流的國際觀
7.勇於嘗試新機會或挑戰
8.各方面處事的學習經驗
9.切身體驗和感受當地人生活
10.學會思考更深，眼界更遠，格局放大
11.感受生活和旅行存在的意義

七、感想與建議

這次的交換就像為你打開了另一扇門，你可以看很多，也發現有很多的機會，有了新的想法和感受，甚至有一股動力，感覺只要你願意，時間永遠不嫌晚，促使自己多方學習，想要做什麼就做吧!每個人本來出發所受到的動力和目標就不同，甚至就算來到同個地方，遇到的人事物都會不同，都是屬於你自己的經歷，很多人問到出來交換不就是花錢玩?對我來

說，真實的感受和改變自己也會發覺的到，值不值得就看在自己的想法態度上。在這裡可以很明顯感受到，在台灣我們時常受環境影響而躊躇不前，考慮旁人的建議是好事，但是卻很少了解自己的想法，而當你說有所收穫，那些東西就是成為你的，別人也無法評論。來自台灣一起在這交換的朋友說，為甚麼我就能遇到一些人，而擁有不一樣的經驗?有很多時候都是有機會，但是有沒有看到，有沒有勇氣接受新事物，願不願意以開放的心態看待，我想才是那個所謂的不同。因為這樣當起教中文的老師，到當地青少年夏令營當志工，才發現我對當地的了解還不夠多，在這之前只是個交換生，經過和不同年紀的當地人相處，對文化融入感受又更深了。