

## 學生出國研修心得報告內容大綱

研修學年度/學期	107學年度第1、2學期
薦送學校、系所、年級	台北科技大學、英文系、五年級
中文姓名	黃薇娟
研修國家	西班牙
研修學校	Universitat Jaume I (UJI-漢姆一世大學)



## 一、緣起

因為一段機緣，上大學前對西班牙語言文化的好奇心已逐漸萌芽，終於在大四完成畢業專題後立即申請交換學生的計畫，期望自己在踏入職場前得以在地球另一半邊學習自主自立，期許得以在舒適圈外認識自己不同面貌，以及在面臨各種想像不到的，突如其來的困境下，學習如何好好處理、面對、放下。

## 二、研修學校簡介

漢姆一世大學位於西班牙卡斯特立翁省(Castellón)，卡斯特利翁-德拉普拉納市(Castellón de la Plana)，創立於1991年，是瓦倫西亞自治區最北邊的大學，也是卡斯特立翁-德拉普拉納市唯一的大學。學生人數大約14,000名，教師人數有1,700名。在2019年Times歐洲教學水平排名(Europe Teaching Rankings 2019)中介於151-200之間。

### 三、 國外研修之課程學習(課內)

研修的幾堂課程中，對於商業英文(English for Business Communication)及另外申請的西文課程最為印象深刻。雖然原本專業即是英文，但是對於國外同樣在英文專業領域中老師如何授課感到非常好奇。商業英文的第一堂課與我在北科大所經歷的一樣，老師簡單講解此課程的教學目的、教學概要、預定考試日期等，並希望我們在下堂課準備好紙本課程內容。正式開始上課前，我翻閱課程講義，每一單元的內容都與社會時事相關，例如比特幣或英國脫歐等時事，單看講義內容足以想像課程結束後會很充實。課堂中發現老師與學生互動頻繁，學生不吝嗇舉手發問，老師樂意接受任何問題，當老師不確定答案時會立即上網給予學生正確解答。這堂課稍有挑戰性的是一學期需上台報告三次，即使在北科大英文系課程中上台次數頻繁，在陌生環境面對陌生面孔的感受肯定不同。



#### 四、 國外研修之生活學習(課外)

城市相鄰海邊的關係，絕大部分不論交換生或當地學生皆喜歡無時無刻不攜帶小零食啤酒去海邊曬日光浴、玩水上活動、打沙灘排球，甚至下海游泳。除此之外，每個月有兩次去校外教學的機會，例如：拜訪西班牙第三大城—瓦倫西亞(València)，西班牙版聖托里尼—佩尼伊斯科拉(Peníscola)，當然也會拜訪第一第二大城市—馬德里與巴塞隆納等城市。此外，主辦社團還會邀請UJI觀光科系的學生擔任當地導遊，把我們分成英文組及西班牙文組來做導覽，想學任兩種語言的朋友絕不能忽略這機會練習聽力囉！



## 五、與台灣學習環境之比較

1. 學生相對自由但懂得自律
2. 老師與學生關係相較親近，但有時覺得學生過於強勢:

有一天，英文課的上課時間到了，但教室中的學生人數屈指可數，而且都是交換生，幾分鐘後老師才進門說不上課，因為課堂中其中一位學生是當日女權主義上街遊行的主辦人，同學都義氣相挺，再加上西班牙近年女權抬頭意識強烈，所以大家都缺席，重點是，老師也是上課前一天晚上才收到其中一名學生的通知。

3. 重視老師上課品質:

期中期末考前幾個禮拜，學校會派行政人員到各個課堂做教師授課的學生問卷調查，其課堂老師還要至教室門口等候學生問卷填寫結束。因此，相較於北科大每次於下學期的線上選課開始前才做的線上教師問卷填寫，感覺他們非常重視學生上課的感受及每位課堂老師的教學品質。

## 六、感想與建議

我覺得我非常幸運能夠前往歐洲當交換學生。

從出生以來未曾離開家人的我，終於在大學畢業前得到此機會，離開舒適圈，而且一離開就是一年之久(起初只交換一學期)。隻身離開台灣時緊張害怕又期待的心情，直至20小時後踏上歐洲土地，竟然轉變為內心強大的毅力與冒險的勇氣及動力。

交換期間，藉由長期居住在西班牙寄宿家庭(UJI提供之住宿選擇)而認識當地文化、飲食習慣及休閒娛樂等。再來，可以說是幸運也不幸運，此城市沒有其他台灣交換生，因此必須強迫自己多多與各國朋友交流，以徹底達到開闊眼界及國際化的目標。

事實上，我原本只是一學期的交換生，但是在當地生活沒多久後，就自然產生想多留一學期的想法，因此立即詢問兩邊學校的同意及開始確認流程，直到隔年二月底才拿到居留證。雖然申請過程有些繁瑣，但是我非常滿意當下的決定，因為確實下學期的生活更加多姿多采多變化!

另外，我還擁有與其他交換生更不同的特別交換經驗，也是我最引以為傲的一項決定，那就是勇敢踏上一條非常具挑戰力，源自中世紀的古道一朝聖之路。我揹著8公斤的行李，花費了近一個月，以徒步的方式，從西班牙東北邊走到西北部，完成623公里的長遠路程。

聽起來雖然很嚇人，但我非常推薦在西班牙交換的學生勇於一試，必然是人生中最獨一無二的一個體驗！

最後，我覺得不需要害怕英文不夠好或語言不通、甚至個性內向等原因而局限自己，放棄交換的難得機會。要真的在嘗試挑戰後，我們才能知道自己的底線，這也是為什麼有人說，透過旅行可以更加認識自己。我一個人出家門這麼長一段時間，不要說我家人了，連我自己都感到不可思議...喔!原來我也可以這麼獨立!

在此跟所有交換生勉勵加油!有任何問題歡迎寄信詢問!☺



## 赴外研修調查表

姓名：黃薇娟 所屬系所 / 年級：英文系/五年級  
聯絡資訊(同意公開)：winnienie4389@gmail.com  
研修國家：西班牙 研修學校：Universitat Jaume I  
研修學期：上學期 下學期 當地研修科系：英文系  
研修期間：西元 106年9月3日至 107年5月22日

### 初期規劃

選擇此校原因：1.對西班牙文有興趣 2.離瓦倫西亞城市相近  
3.氣候佳、一年四季幾乎不下雨 4.以西班牙燉飯聞名的地區  
是否有相對應科系： 是(系所名稱FACULTY OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES)

### 赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2018年2月8日  
何時繳交資料提出申請：西元 2018年3月5日  
何時獲得錄取通知：西元     年    月    日  
申請所需資料清單(若有網址請提供)：\_\_\_\_\_

### 簽證申請

是否需要申請簽證： 是  否  
簽證費用：\$ 2500 (新台幣)  
申請/核發簽證單位：西班牙商務辦事處-Antor 外國駐台觀光代表聯合會  
申請簽證官方網頁：<http://www.antortaiwan.org/Member.asp?cid=9>  
申請所需文件(請逐一列出)：  
1.兩份長期簽證申請表      2.護照正反影本      3.身分證正反影本  
4.近日六個月大頭照兩張      5.入學許可證  
6.台灣學校核發之英文證明函      7.英文海外醫療保險證明      8.財力證明  
申請所需時程：06.08 (申請日期)      07.03 (取得日期)

### 費用

當地學校需繳交費用  
學費：0 (新台幣)  
其他項目：西語課程 費用：6000 (新台幣)  
其他項目：                     費用：                     (新台幣)  
整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：130000\*2 學期



(新台幣)

### 課程與學分抵免

選課方式： 線上選課

選修學分數上限與下限：上限\_\_\_\_\_ 下限\_\_\_\_\_

是否可跨系選課： 是

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 (CAL)

• 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

可以申請西班牙文課程，申請單位叫 CAL，可在學生註冊網站

(matricula)申請課程線上繳費或前往 CAL 直接申請繳費。

### 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：\_\_\_\_\_人房

您採用的住宿方式：

學校宿舍\_\_\_\_\_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

\$ 15700 (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： \$9000 (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： \_\_\_\_\_ (距學校距離： 校內)  
計費方式： \_\_\_\_\_
- 火車 站名： Castellon de la Plana (距學校距離： 2km)  
計費方式： \_\_\_\_\_
- 公共自行車 站名： \_\_\_\_\_ (距學校距離： 校內設有多個站點)  
計費方式： 一年€ 24
- 其他： 電車 tram (距學校距離： 校門口是終點站)  
計費方式： 一律€ 1.05(大約 36 新台幣)
- 無

### **生活**

當地平均溫度(攝氏)範圍： 25-30

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 \_\_\_\_\_ 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  
超市名稱: Mercadona，校園門口右方步行 1 分鐘可以到達

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  
藥局(farmacia): 校門口 500 公尺外能找到(藥局在城鎮裡無所不在)

## 飲食

### 校園

校內餐廳  (我不清楚)宿舍餐廳  (我不清楚)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： COMO ANTES 類型： 美式/西班牙式 價位： 5~20 歐

餐廳名稱： 100 MONTADITOS 類型： 西班牙 TAPAS 價位： 1~5 歐

其他建議

---

## 其他建議

強力推薦剛抵達 Castellon 並想快速認識當地的同學可以搭乘電車 (tram)，路線是一路從 UJI 門口直直開到海邊，沿路會經過城市最熱鬧的地方及逛街區，是價格便宜又便利的大眾交通工具之一。搭乘 tram 可以直接上車買票或在城市裡的 Tabaco 購買增值卡，而增值卡又分為一個禮拜或一個月，若要長期搭乘電車當然買卡會比較划算。