

國立台北科技大學出國研修心得報告



研修學年度/學期：107-1

薦送學校、系所、年級：

國立台北科技大學 化學工程研究所 三年級

學生姓名：楊涵宇

研修國家：捷克共和國 Czech Republic

研修學校：Technical University of Liberec

一、緣起

從小到大以來，每次媽媽公司有辦員工旅遊一定都會帶上我，所以出國次數不在話下，並且家中的大姊出國深造定居在美國，在大學暑假期間也曾有機會去姐姐家附近賓州大學的語言學校上過課，對於英文的口說以及生活有莫大的幫助。於大學期間參加立法院辦的上海春雨團將近兩週的時間，對於中國的科技發展、學術研究上有莫大的瞭解，也深刻的體驗了當地的文化生活，從此一直都很嚮往國外的生活。但是以上的經驗都不代表具有在國外工作的經驗以及能力，所以在研究所暑假的期間參加了北科大和泰國KMUTT大學共同舉辦的泰國企業實習計畫(TKIP)，以學校的名義去泰國暹羅水泥集團(The Siam Cement Group, SCG)進行為期兩個月的企業實習，在實習的期間之內體驗了未來有機會遇到的工作內容，並且努力向公司學習，最後完美的在實習結束之後得到主管的認可，更加讓我嚮往著國外的生活且不排除有出國工作的機會。

於是在最後的學生生涯發現有交換學生的這個途徑可以讓我再次體驗異鄉的學生生活，前往歐洲這塊未知的領域克服語言的困難並且自食其力的生活。之所以選擇捷克的原因是其位於歐洲大陸的正中心，鄰近眾多國家，且捷克是目前已發展的國家中物價算是便宜的，在花費的部分比起其他西歐國家來的平易近人許多，也成為我的首選國家。

二、研修學校簡介

位於捷克第六大城的 Liberec 中的 Technical University of Liberec 是一間校地不大的科技大學，其中今天，該大學有七個學院和一個專門學院：機械工程學院、紡織工程學院、人文與教育學院、經濟學院、藝術與建築學院機電學、訊息學和跨學科研究學院、健康研究學院、奈米材料研究所，許多系所是北科大所沒見過的，也讓我們知道國外大學所注重的科系和台灣的大學不同，也更加多元。

由於捷克就已經不大了，Liberec 又是第六大的小鎮，所以物價跟首都布拉格相較而言便宜許多，跟台灣的物價相差不遠。

從市區到宿舍區需要搭公車，所以買食材、生活用品需要特別到市區買再帶上來，生活都還算是方便，上課的部分可以走路大約 15 分鐘到最大的校區，其他的校區建議搭乘公車，宿舍區有小超市、學生餐廳、和酒吧及健身房。

三、國外研修之課程學習(課內)

自己讀了化工的課程讀了六年，在 Technical University of Liberec 並沒有相對應的科系，而這次交換學生我並沒有學分壓力的狀況之下，我選擇了四堂非相關科系的科目，當作興趣取向去學習這些課。分別為：實用英文、進階英文、個人成長、捷克地理。實用英文上課和台灣上課的方式差異不大，自己必須印好教科書後搭配老師在講台上面使用 PPT 上課，講解一些文法單字，上課途中也會需要跟隔壁同學進行互動，學期末有一個期末考，也會有補考機會。進階英文是四堂課裡面我最喜歡的一堂，上課的方式跟一般老師完全不一樣，課堂的同學普遍不多，每個人講話互動的機會很多，老師每堂上課都會有不同的主題，分組進行遊戲活動、介紹自己國家的文化、最喜歡的一部電影並且闡述...等，每個人都一定會和其他同學們互動，加強每個人的溝通能力和技巧，上課起來也沒有壓力，偶爾會有回家作業。個人成長是一門心理學的課程，在探討著人類從小到大的一些心理變化，再加以定義每一段行為發生的原因，以及探討如何解決，期末每個人挑一個主題，然後個人報告 20 分鐘左右。捷克地理，上課的內容不只包含著地理、也包含著歷史，上課闡述著各個小鎮的歷史、以及目前的狀況，期末有一個小考試，上課也沒有壓力。

四、 國外研修之生活學習(課外)

來Liberec交換的一大優點就是物價便宜、風景優美、冬天會下雪...等。學校宿舍的費用以及大小和清潔度相較其他國家的宿舍已經優良許多，宿舍的格局是一個大房間中有兩個兩人房，共用衛浴和廚房，空間的部分是沒什麼問題，一個月大約4000台幣。學生餐廳平常採用預約餐點制或是現場點餐，價錢50~150台幣不等。當初剛來到這間學校的時候，會有點埋怨學校的地理位置，因為有點偏僻，而且去超市採購食物的時候也沒有很方便，還得扛著大包小包從山下搭公車上山，再走路回宿舍。殊不知這樣的環境也形成了一種優點，正因為宿舍區在山上，所以所有交換學生以及當地學生們每天都會聚集在酒吧、撞球間、舞廳裡面，全部都是學生，不用擔心會有一些社會人士參雜在其中。如果想要體驗一些外國的文化，跟著他們酒吧每個禮拜辦的活動就對了。在這裡認識的交換學生大部分以土耳其人居多，將近有50幾個人，但是也千萬擔心他們會自成一群，來當交換學生的人其實都會很熱情的喜歡交朋友，尤其是亞洲人在這間學校其實非常稀有的，以我這學期為例，亞洲人分別為兩個馬來西亞人、五個台灣人而已，普遍都會對亞洲人蠻有興趣的，千萬別害羞，放開心胸和他們交朋友，大家的母語也都不是英文，不用太擔心英文不好的問題。

五、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 課堂上學生與老師的互動較多
2. 課堂學生較少，老師比較能顧到學生
3. 一堂課上課時間較少，學分數卻比較高
4. 教學方式更加多元

六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1.學會對自己負責

當初是自己決定要來當交換學生，北科只是負責接洽以及通過允許，其他例如選課、簽證、交通、課程內容、宿舍...等，一切的事情都是自己直接跟捷克的學校去做詢問，再麻煩再不懂的事情也得跟學校做請教。

2.勇於開口表達

經過一學期跟歐洲的學生交流過後發現，他們都非常的勇於表達自己的想法，也很熱情的與你交流聊天，即使自己的英文發音不是非常標準以及口音很重，但是他們不怕講話犯錯，和台灣人比較不一樣，我們害怕口說，要對自己有把握的句子才敢說話，我覺得經過這一學期之後，我更勇於的表達自己，英文口說和聽力也有進步。

3.處理事情、解決問題的能力

剛到學校的時候，難免會遇到一些日常生活的事情，網路、學生證、房租、上課課表、銀行開戶...等，這些問題都是你來之前無法準備的事情，一定要到現場才能夠解決。

4.規劃行程、隨機應變的能力

歐洲的特色就是國與國之間相距不遠，搭個火車、巴士不知不覺就出國了，就好像台灣行政區和行政區之間的感覺，但是下車後，卻是完全不同的文化以及風景甚至語言，這也是歐洲之所以迷人的地方，要學習如何在異國進行你的旅程、如何臨危不亂的解決旅行中發生的各種狀況。

5.拓展視野和國際觀

台灣是一個小島國家，當自己徜徉在歐洲各個國家之後，才發現這世界的風景原來可以這麼的美麗，有些景觀會美到懷疑自己的眼睛，回到了台灣之後才更會了解，台灣有什麼人事物是可以跟國外匹敵的，並可以加以行銷台灣，吸引更多觀光客來。

六、感想與建議

當初選擇當交換學生，還沒出發前就覺得很緊張，畢竟是踏出舒適圈，在異鄉之中而且無依無靠的環境之下渡過一整個學期，完全是一個未知的世界，如今五個月過去了，我很慶幸自己鼓起勇氣走出台灣，正因為如此，才能讓自己成為一個有故事的人，認識各國的交換生，瞭解他們國家的文化與生活，才知道自己和台灣其實很幸福，也該知足，世界上有更多比台灣不好的國家。即使出來交換沒有得到任何的學位，甚至是延畢，但很感謝我的父母能夠讓我花這半年來歐洲學習以及旅遊，對我而言收穫的或許不是實質的事物，而是一種心靈的成長和自我實現，擴展自己的心胸和視野。交換學生的結束並不是人生冒險的終點，而是邁向下一次冒險的插曲。



Liberec附近最有名的景點Ještěd Tower



布拉格舊城廣場



德國啤酒節與穿著傳統服飾的當地人



在布拉格參加中華民國國慶酒會



捷克知名景點 庫倫洛夫Český Krumlov



與朋友同遊奧地利維也納熊布朗宮



參觀位於德國慕尼黑的BMW博物館



與台灣朋友同遊冰島



與老師以及同學們一起吃日本料理



與台灣朋友一起登上波蘭一座山的山頂



與台灣朋友於西班牙巴塞隆納的聖家堂



匈牙利 布達佩斯著名的夜景



德國Dresden的聖誕市集



在學校酒吧與其他交換學生聚會



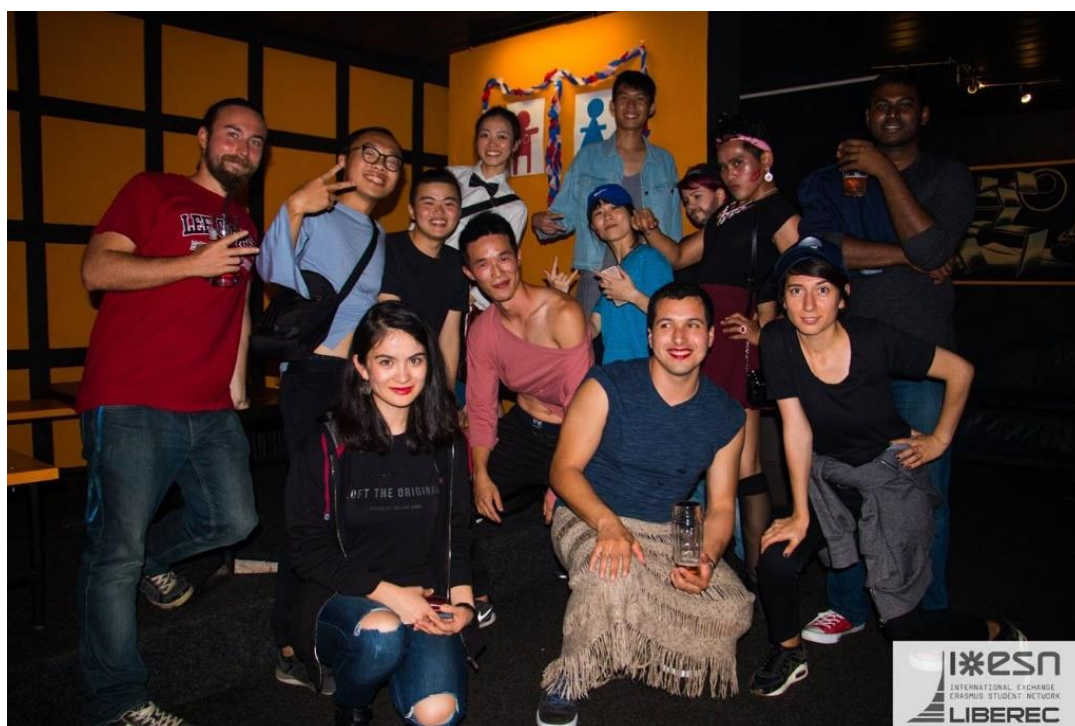
參加學校照顧流浪狗的活動



與西班牙和土耳其朋友共進午餐



學期末於課堂上進行20分鐘的報告



學生會舉辦校別交換的派對



與台灣朋友同遊倫敦



與台灣朋友同於倫敦跨年