

## 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             | 108學年度/第一學期       |
| 薦送學校、系所、年級           | 國立臺北科技大學 工管系 碩二   |
| 中文姓名                 | 溫敏雯               |
| 研修國家                 | 法國                |
| 研修學校                 | Esiee Paris Motis |
| 一、緣起                 |                   |
| 二、研修學校簡介             |                   |
| 三、國外研修之課程學習(課內)      |                   |
| 四、國外研修之生活學習(課外)      |                   |
| 五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉) |                   |
| 六、研修之具體效益(請條列式列舉)    |                   |
| 七、感想與建議              |                   |

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)

## 一、緣起

在碩一的時候偶然知道了學校有提供交換學生的機會，就想利用這樣的機會體驗國外文化、學習獨立甚至吸收新知識。這樣的機會實在是太吸引人，所以就在完成研究後就開始著手申請交換生。實際在國外生活和書上體會到的完全不一樣。



## 二、研修學校簡介

ESIEE是一所位在巴黎郊區的高等工程師學校，為五年制度的大學。唸完學位並完成實習之後就等同於碩士畢業學位。學校位置於巴黎近郊，學校旁邊就有車站(RER Nosi y Champs)，進到巴黎市區只要30~40分鐘。學校內共設有Motis, International Master of Computer Science, M.Sc. Connected Objects Devices and Systems 和M.Sc. Electrical and Electronic Systems Engineering共四個系所。

### 三、國外研修之課程學習(課內)

我在 ESIEE 選的系所為 MOTIS，Motis 全名為 Management-information systems，Motis 系所為專為國際學生設立的國際研究生計畫，透過一年的課程與半年的實習以獲得碩士管理學位。Motis 主要在學習專案管理技巧，著重在國際專案團隊的整合。因為 Motis 是國際研究生計畫，所以班上的每一個人都來自不同的國家，唯一的缺點就是不會有法國學生。



### 四、國外研修之生活學習(課外)

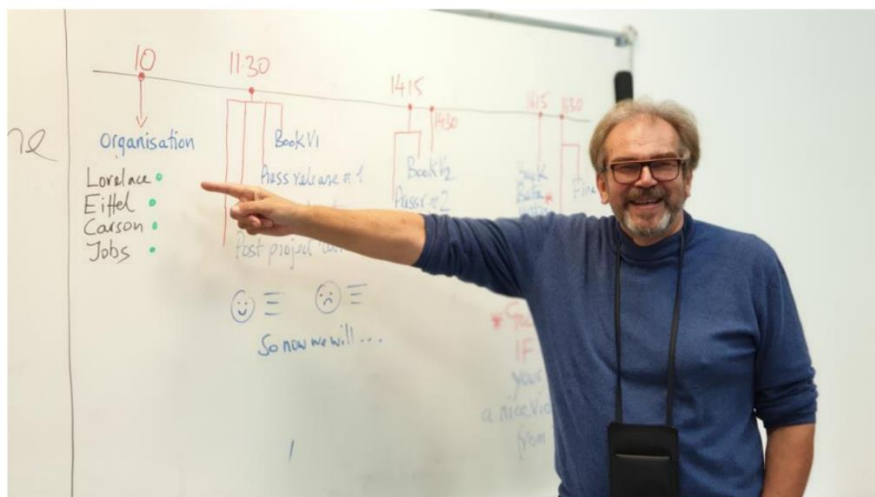
在念書之餘也需要體驗當地的生活，ESIEE設有國際學生會，從一開始的接機到後來的學校活動組織都是由國系學生會的成員籌辦的，學生會的成員會帶領國際學生融入法國人的生活，透過辦理各種學校活動。在MOTIS這樣的大家庭中，來自不同國家的同學也會舉辦交流活動，在學期中我們就曾自組文化交流活動，透過準備各國美食、跳舞以及音樂讓同學體驗不同的文化。在你生活中遇到難以解決的事情也可以詢問國際學生會的成員，他們都非常熱情會幫你解決。下面的圖片就是與國際學生會的成員以及日本、大陸同學一起去法國迪士尼的照片。



#### 五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

在ESIEE的學習環境:

- 教授與同學皆來自不同國家，因此相當注重國際化交流。
- 小班制上課。
- 相當注重出席率。
- 著重小組討論與發表個人想法。
- 沒有上課鐘聲，上下課時間由教授決定，約莫1.5小時會有15~20分鐘的休息時間。
- 教授與學生的關係較親近，沒有階級距離。





#### 六、研修之具體效益(請條列式列舉)

- 法文學習
- 融入法國文化
- 增加外文對話能力
- 吸收並了解他國文化。
- 增進相關專業知識。

#### 七、感想與建議

感想:

透過這次的經驗我充分的了解，實際體驗比從書上獲得知識更加實際。當然在交換期間學習也是一項重點，在學習的過程中我學會觀察，觀察不同國家的人做事的方法，學著去理解對方

的作為。因為國際學生都非常的熱情，時常會有house party，在晚上的時候聚在一起，聊天、聽音樂、吃東西甚至小酌幾杯。在這樣的交流活動中，不要覺得麻煩，拿出真心與同學交流你會遇到很多的朋友。

在歐洲待了5個月，說真的，與其中書中看實際走一回會讓你印象會更加深刻。這次的巴黎交換讓我深刻的體會到甚麼叫巴黎生活。在巴黎悠閒的下午茶是一大特色，走累了就在路邊喝杯咖啡，喝杯小酒是相當正常的，再冷的天都有人會在路邊喝酒聊天。

過去我們對巴黎的印象停留在浪漫、時尚，但在巴黎的五個月「巴黎並不浪漫」變成了我的口頭禪，每個跟我說要在左岸喝咖啡的朋友我都想叫他清醒，別再幻想了。在巴黎扒手、搶匪的猖獗讓你感到害怕，在歐洲的這五個月我從來沒有鬆懈過，也曾目睹過搶劫案，在那次搶劫案很幸運的是搶匪很快就被制止了，但多的是被搶了卻束手無策的案例。



這次在巴黎留學期間遇到了超大規模的罷工，罷工時間長達42天，涵蓋了聖誕節甚至到了跨年後都沒有改善，這次的經驗讓我體會到法國的不浪漫。減少的地鐵、火車班次，擠滿人的車廂、搶著上車的法國人這真的一點也不浪漫。再一次搭乘罷工時期的公車經驗中真的被嚇壞了，爭先恐後衝上車的法國人，直接肘擊旁邊的人就只為了上車。整台公車被擠到手根本舉不起來，人們爭先恐後的上車，短短10分鐘的路程竟花了快一小時，還沒到達目的地。當公車剎車時也只能拿旁邊的人當沙包，當我跟朋友決定改用步行時，還沒辦法一起下車，只因為人多到走不了，在那時候根本沒有所謂的禮貌以及禮讓，所有的人根本顧不上車內的嬰兒車、小孩和老人也是被推擠，儘管車上的人已經說了別再上車了，但沒人理會，我真的只能說台灣人的素養非常的好。

儘管如此，巴黎仍讓我著迷，就如海明威所說的「如果你有幸年輕時待過巴黎，那麼未來不管你身在何處，巴黎將永遠跟著你，因為巴黎是一席流動的饗宴。」。我想我從回國後心境上的也有所轉變，而且法國也依舊停留在我的旅遊清單上。

建議:

我強烈建議國際處需要幫助學生進行兩校之間溝通，因為並不

是每一個國家的辦事效率都如同台灣一般，在溝通上並沒有辦法好好地進行溝通，求助於國際處卻幫助很有限。在這次出發前就遇到宿舍申請相關的問題，但我認為國際處既然推廣了交換學生的機會也需要提供相對應的幫助。

## 赴外研修調查表

姓名：溫敏雯 所屬系所 / 年級：工管系 碩二  
聯絡資訊(同意公開)：\_\_\_\_\_  
研修國家：法國 研修學校：ESIEE PARIS  
研修學期：☒上學期 ☐下學期 當地研修科系：Motis  
研修期間：西元 2019 年 9 月 1 日 至 2020 年 01 月 31 日

## 初期規劃

選擇此校原因：研修系所相似，且交通方便，位於巴黎近郊  
 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 2018 年 12 月 1 日  
何時繳交資料提出申請：西元 2018 年 12 月 10 日  
何時獲得錄取通知：西元 2019 年 3 月 2 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：\$ 12000 (新台幣)  
 申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：法國在台協會 法國教育中心  
 申請簽證官方網頁：<https://france-visas.gouv.fr/zh/web/france-visas/>  
 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)

## 費用

當地學校需繳交費用  
學費：北科註冊費 (新台幣)  
其他項目：住宿費(5個月) 費用：73000 (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)：200000 (新台幣)

## 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\_\_\_\_\_下限\_\_\_\_\_

是否可跨系選課：☒ 是 ☐ 否 ☐ 其他：\_\_\_\_\_

課程難易度：☐ 困難 ☒ 普通 ☐ 容易

• 是否有抵免學分：☐ 有 ☒ 無

- 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

法文課程，在選填 learning agreement 時即可選課。

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 2 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

\$14700 (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：      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：RER Noisy Champs (距學校距離：                    )

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：RER Noisy Champs (距學校距離：步行五分鐘)

計費方式：距離計費

□無

### 生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：5~15℃

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 3 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

Super U 走路即可到達，穿過車站就可以到了。

CARREFOUR 搭公車 10 分鐘，走路大約 15 分鐘。

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

Ampere 宿舍樓下有間小超市可以補貨。

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

往返學校以及宿舍的路上有兩間藥局。

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： 麵包店 類型： 麵包店 價位： 低 步行距離： \_\_\_\_\_

餐廳名稱： 中國餐館 類型： 中餐廳 價位： 中 步行距離： \_\_\_\_\_

其他建議

---

## 其他建議

---

---

---