

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學年第二學期
薦送學校、系所、年級	國立台北科技大學應用英文系五年級
中文姓名	王以諾
研修國家	西班牙
研修學校	瓦倫西亞理工大學
<p>一、 緣起</p> <p>從國小開始我就非常喜歡讀英文，到了大學也繼續讀英文系，學英文也已經超過十年了。平常的休閒娛樂是看美國影集與電影，可以同時學習英文及練習聽力，這些年長時間與英文的接觸增強了我的英文能力，也因為經常透過看影集而開始嚮往居住在國外的生活，我認為能使用到自己學習的第二外語成功在異地與他人溝通是令我感到非常有成就感的一件事。在還沒上大學前就經常耳聞很多大學生出國交換的故事，所以我自己也設立了目標想要在大學期間出國交換。</p> <p>因為知道自己會延畢的關係，所以決定要在延畢的第二學期出國交換。其實原來是非常嚮往能去英語系國家讀書，畢竟從小到大都是學習英文，也很想藉此機會好好訓練自己英文能力，但是在北科若要去英語系國家交換讀書需要再繳交換學校的學費，非英語系國家像是歐洲或亞洲地區的學校就只需要繳北科的學費，因為預算的考量，就決定歐洲地區的學校。最後會選擇到西班牙瓦倫西亞理工大學是因為在英文系二、三年級我們需要選第三外語的語言課程，而我修了兩學期的西班牙文加上兩門學校另外開的基礎西文課程，在學習過程中覺得西班牙文蠻有趣的，加上西語是世界前三大語言之一，有著西語的基礎所以最後就決定前往西班牙交換。</p> <p>二、 研修學校簡介</p> <p>瓦倫西亞理工大學（西班牙語：Universidad Politécnica de Valencia，縮寫UPV）是西班牙城市瓦倫西亞的一所理工類大學，在2020世界大學排名是前350名。學校地點位於市中心與海邊的中間，附近交通工具有腳踏車、公車、電車，交通非常方便。學校創建於1968年，1971年正式成為大學，其中一些學院超過100年歷史。大學共有3個校區（Valencia、Alcoy 和 Gandía），下設12個學</p>	

院，共開設58個本科學位課程，44個碩士學位課程以及25個博士學位課程。學校擁有近4萬名學生，2600名教學研究人員及1700名專業的行政管理、服務人員。學校擁有現代化的校舍，完善的設施，如圖書館、信息中心、健身中心、網球場、書店、咖啡廳等。

三、 國外研修之課程學習(課內)

我在北科讀的是英文系，但在瓦倫西亞理工大學並沒有相關的語言學系，但在英文系有些課程與商業有關，所以最後決定進入企業管理系(Faculty of Business Administration and Management)。我選修兩門課程，分別是服務設計(Service Design)與西班牙文A2課程。

服務設計課程屬於企業管理系系上開的課程，開放給當地西安牙學生和各國交換學生選修，班上大概50幾位同學，大多都是外國交換學生，有來自歐洲其他國家和美國的學生，亞洲人只有我和我朋友以及另一位女生。這堂課主要是教如何站在企業與消費者的角度實際實現商業想法。課程分為十堂課，每一堂課都有確切的主題，每個主題都環環相扣，每個禮拜都要分組討論做報告。教授使用英文授課，人非常友善而且喜歡與學生互動，但英文不是非常流利，講話有時候會卡住。

西班牙文課程是專門開給交換學生的，有依照程度分等級，最初階是A1再高一階是A2。因為我在北科有學過基礎西班牙文了，所以就直接選A2。A2的老師全程都是使用西班牙文上課，完全不會講到英文。我自己常常聽不懂老師在講什麼，都要問旁邊同學進度到哪裡，老師人也非常友善，在分組討論的時候都會來關心我們有沒有聽懂。老師會鼓勵我們多多使用西班牙文發言，無要害怕講錯，這樣才會進步。

在學期中間因為疫情的關係，學校全面改成用線上的方式上課，我也因此回台灣遠距離上課並且用線上考試。線上課程對服務設計課影響不大，因為老師還是可以單向教課，讓學生自行在家做報告。但對於西班牙文課就影響很大，因為語言課最常需要老師與學生的互動，以視訊的方式效益其實不大，加上旁邊沒有同學一起討論所以常常跟不上進度。

四、 國外研修之生活學習(課外)

這次交換是人生第一次跨出亞洲，一個人搭飛機在新加坡和德國轉機，一個人抵達西班牙。從搭飛機的開始心理上就有巨大的變化，因為當時覺得接下來六個月真的要自己一個人打理生活上的所有事了，沒有家人和朋友的陪伴。因為不想在當地才開始找住宿，所以我在出發前就先利用當地學生租屋網找好在西班牙的長期住宿，正式入住前的住宿也用Airbnb先找好。因為我其實不太會說西語，只能查字典讀懂文字，而且加上西班牙人大部分都不說英文，

所以溝通有很大的障礙。初期害怕溝通不良，常常去速食店用有顯示英語的自動點餐機點餐，或是去超市買食物回宿舍自己煮。

一個人在國外生活跟出國玩的感覺是完全不一樣的，出國玩大概都是短時間，不需要處理太多住宿和手機的問題，也因為知道是短時間所以可以很盡情玩樂。但是在國外長期生活對我來說有時候是很孤單的，很常想念家人與朋友。心理上需要調適的地方很多。同時，一個人在外生活也學習到很多東西，像是學習煮飯、學習融入當地的文化、學習用第二或第三語言與當地人溝通。我覺得最大的收穫是自己心理層面，開闊了視野自己的想法和觀念也會慢慢改變。

五、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 瓦倫西亞理工大學校園腹地大，有許多多元設施像是學生交誼中心、學生餐廳、咖啡廳、眼鏡店、攀岩場、商店街。這些都是北科沒有的。
2. 上課時老師問問題，台下一定有學生會回答，而且還會勇於發表許多個人感想。在台灣，通常很少有學生會在課堂上舉手發問。
3. 在瓦倫西亞理工大學的學生可以同時選兩門時間衝堂的課程，學生可以自行決定該時段要去上哪一堂課，老師也都能接受。然而在北科學生不能同時選時間衝堂的課。
4. 在瓦倫西亞大學除了有期中、期末考，學期末還有專門給考試不及格的同學再補考一次。在台灣通常沒過就是沒過，不會有再一次補考的機會。

六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 一個人在國外生活每天都要學習獨立自主，任何事都必須靠自己詢問、靠自己解決。
2. 學習與非自己文化的人溝通相處，有開放的心態去理解並包容與自己不同的文化和習俗。
3. 遇到形形色色的人事物，開闊自己的視野。
4. 學習到基礎的西班牙文，並利用所學到的應用在日常生活的溝通當中。

七、 感想與建議

雖然因為疫情的關係被迫提早回台，但在西班牙交換的兩個月絕對會是我生命中印象最深刻的一段時光之一。出國交換的這個經驗實現了我想長期居住在國外生活的一個夢想。在交換期間，有遇到美好的人事物，也有遇到不好的人事物，所以使這段經驗變得刻苦銘心，一輩子都不會忘記，只聽別人的心得感想是沒辦法體會

的，一定要自己親身經歷才能理解。

如果我要給想要出國交換或是即將出國交換的同學建議的話，應該是要有基本英文溝通能力加上勇敢的心，我覺得這樣就夠了，剩下的就是靠自己去體驗，一定會收穫滿滿的回來。

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)

赴外研修調查表

姓名：王以諾 所屬系所 / 年級：應用英文系五年級
聯絡資訊(同意公開)：LINE: wangenoch
研修國家：西班牙 研修學校：瓦倫西亞理工大學
研修學期：上學期 下學期 當地研修科系：企業管理系
研修期間：西元 2020 年 1 月 27 日至 2020 年 6 月 19 日

初期規劃

選擇此校原因：比較有名氣、位於市中心
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 2019 年 9 月 1 日
何時繳交資料提出申請：西元 2019 年 10 月 15 日
何時獲得錄取通知：西元 2019 年 10 月 31 日
申請所需資料清單(若有網址請提供)：
<http://www.upv.es/entidades/OPII/infoweb/pi/info/818854normali.html>

簽證申請

是否需要申請簽證：是 否
簽證費用：\$ 2100 (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：西班牙駐台辦事處
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)：如官網公告之文件
申請所需時程：2019/11/25 (申請日期) 2019/12/18 (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用
學費：\$4175 (新台幣)
其他項目：保險 費用：\$9494 (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)：\$135048 (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 9
是否可跨系選課：是 否 其他：

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：0 堂課，共 0 學分
- 當地研修之課程名稱：基礎西班牙文 學分：4.5
服務設計 學分：4.5
北科大抵免課程名稱：無 學分：
無 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

修習基礎西班牙文課程，線上選課申請就可以。

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

\$ 13000 (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：_____ (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：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：

無

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：18-24

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 西班牙瓦倫西亞：1.5 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

1. 當地連鎖超市

2. 亞洲超市

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：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：

餐廳名稱：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：

其他建議

其他建議
