

國立中興大學學生赴海外研修

心得報告

姓名	成○安	學號	7111022015
性別	男	就讀本校系所	國際政治所 二年級
研修學校	比利時自由大學	研修系所(學程)	國際政治
研修學校獎學金補助經費	0	實際教育部/本校補助經費 (領取者填寫)	130,000
實際花費金額 (新台幣)	學費：40,000 學雜費：0 住宿費：27,000 生活費：40,000 來回飛機票：47,000 合計：154,000		
國外修讀學分數	0	薦送學校採認學分數	0
實際出國日期	6/26/2023	實際返國日期	7/31/2023

心得內容(最多 5000 字，請附照片 1~3 張)

一、緣起

教育部為鼓勵青年學子出國研修或至國外專業實習，自民國 96 年起，歷年累計受惠學生人數已達 4 萬多名，且獲補助學生前往國家多達 85 國。教育部執行「學海築夢計畫」，鼓勵國內公私立大專院校選送在校成績優異學生赴國外大專校院研修或企業、機構實習，全面擴展國內具發展潛力年輕學子，參與國際交流與合作活動之機會，以期培養具有國際視野及實務經驗之專業人才。

「學海築夢計畫」之具體實踐方法為運用國際合作計畫管道，選送學生赴國外非南向國家之企業、機構進行職場實習，由薦送學校自行安排實習機構及規劃實習領域，充實實習課程，落實學用合一，加強職涯生活輔導。本次「學海築夢計畫」之國家為比利時的首都—布魯塞爾，布魯塞爾也是歐洲的政治和經濟重鎮，除了有豐沛的政經資源，也有著美麗的人文歷史，我也藉著本次實習機會，親手揭開這座城市的神秘面紗。

二、研修學校簡介

自由大學布魯塞爾分校的校園位於比利時布魯塞爾市中心，是一種傳統和創新的獨特結合。校園的位置讓學生可以輕鬆接觸到歐洲的文化和政治中心，使之成為學習歐洲相關知識的理想地點。除了地理位置，校園擁有美麗的綠地和廣闊的戶外區域，為學生和教職員提供了愉快的學習和社交場所。自由大學提供的不是一個普通、填鴨的求學環境，校方是考慮學生的舒適和幸福度的，因此創造出一種以學術卓越和學生福祉為中心的特殊學校文化。

三、國外研修之課程學習(課內)

歐洲政治及經濟和國際組織相關的議題一直以來都是我所在意且極度好奇的，我熱衷於在歷史演變中尋找蛛絲馬跡、在現代關係中抽絲剝繭，我在 2022 年撰寫了一篇研討會論文《國際組織的極數對國際組織自主性之影響》，當中正是在探討美國對於北約自主性的影響，而這篇論文有幸受到了 MPSA 的肯定，但因為我當時還有許多論文及期末報告需要處理，因此忍痛放棄了赴美國發表

的大好機會，退而求其次選擇了線上發表論文。儘管我無法親自到場發表論文，但收到了 MPSA 的邀請對於我來說已經是莫大的殊榮，也成為了我人生重要的里程碑之一，讓我離我的夢想又前進了一大步。

正因為上一次錯過了現場發表機會，所以在知道「學海築夢計畫」時我暗下決心，告訴自己千萬不能再重蹈覆轍，一定要好好把握機會築夢。本次「學海築夢計畫」的實習地點為比利時的布魯塞爾，自第二次世界大戰結束以來，布魯塞爾一直是比利時及國際政治的主要中心，也是眾多國際組織、政治家、外交官和公務員的所在地，除此之外布魯塞爾也是歐洲聯盟事實上的首都，因為它擁有許多主要的歐盟機構，包括歐盟高峰會、歐盟執行委員會和歐盟理事會。

歐盟的司法部門位於盧森堡，歐洲議會在布魯塞爾也有分處，然而全體議會每年在史特拉斯堡舉行少數會議，正因如此，布魯塞爾的名字有時被用來形容歐盟及其機構。另外比荷盧聯盟及北大西洋公約組織的總部也設在布魯塞爾，由於其在布魯塞爾泛歐交易所的金融中心，依照全球化及世界城市研究網絡 (GaWC) 所公布之《世界級城市》名單中，布魯塞爾屬於 ALPHA 級別的國際都市。布魯塞爾是比利時鐵路、公路和空中交通的樞紐，經常被視為歐洲的地理、經濟和文化十字路口。

不曉得是因為錯過上次 MPSA 現場發表的耿耿於懷，還是因為布魯塞爾是歐洲的政治及經濟命脈，在整趟實習過程中我格外的認真，對於每日的課程、個人報告及小組報告都不敢有絲毫懈怠。在這趟海外實習的過程中，我體驗到了不一樣的工作、讀書環境，我平常的讀書方式是獨自一人在研究室裡埋頭苦讀，雖然有時候真的廢寢忘食，但頗有成效；在布魯塞爾時大部分的時間都和同學們待在一起，原以為會無法靜下心來，但同時也讓我知道了我並不是孤軍奮戰。

在同學們的陪伴及教授們的指導之下，我們的團體報告和個人報告都進行得非常順利，而在這趟旅程中我也學習到了許多，除了參訪過程對於歐洲聯盟之各組織更為了解以外，國際局勢對我來說也更加明朗。我原先認為臺灣在歐盟的討論度會趨近於零，但沒想到在某日的演講中，講者提到了臺灣是會在歐洲議會被討論的，講者提到歐洲議會非常重視臺灣，甚至欲和臺灣談進一步的合作，這讓我感到喜出望外，但開心之餘，我也發現了自己的不足。

在實習過程中我了解到自身對國際局勢的敏感度不足，我認為在學習過程中，除了認知到自己的長處很重要以外，發現自己的短處也是非常必要的，畢竟沒有人是完美的。在這趟海外實習的過程中我不僅探索了歐洲，也探索了自我；我更加了解了歐盟各組織，也加深了對自己的認知，在本次的「學海築夢計畫」中，我獲益良多。

四、 國外研修之生活學習(課外)

本趟實習對我來說也算是一種社會化的過程，因為從行前準備到真正在國外的日常生活等，我們採用的是分工的方式，一部分的同學負責訂機票，一部分的同學負責訂住宿，一部份的同學負責買伴手禮；在這樣的分工過程之下，我們需要大量的溝通，透過這個過程我學到了更多的溝通技巧，也學會了如何讓自己變得更圓融。

我一直都認為只要有機會就應該多看看全世界，畢竟世界上有許多種風景，不能讓自己永遠當一隻井底之蛙，所以在平日的實習課程中我認真的學習，而在實習之於我便認真地多去看不同的風景、品嚐不同的美食，希望透過不同的方式了解其他國家的文化。我規劃了幾個國家的小旅行，除了在比利時當地走走看看以外，我還去了法國、荷蘭、德國和義大利。

首先是我實習的國家—比利時，比利時最為人所知的食物為巧克力、啤酒及薯條，我在比利時吃的第一口薯條是在比利時自由大學的學生餐廳，那時我尚未發現到比利時薯條和一般薯條的差異性，直到我真正的在街邊吃了道地的比利時薯條，我才赫然發覺比利時薯條不是浪得虛名。道地的比利時薯條會搭配著美乃滋，濃郁的奶香配上油香，再加上馬鈴薯的綿密口感，讓我回國後仍然為它魂牽夢縈許久。

比利時的啤酒也是赫赫有名，其中我認為最特別的是櫻桃口味的，它不只有啤酒花的清

香，還帶有櫻桃的酸甜感，而櫻桃的果香讓啤酒的嗆辣感降低的許多，但又不至於蓋過啤酒本身的香味，兩者相得益彰。最後是比利時巧克力，在事前做了功課後我買了 Mary、NEUHAUS 和 GuyLian 的，其中最為特別的莫過於 NEUHAUS 的覆盆莓夾心巧克力，在黑巧克力的外殼中夾有酸甜的覆盆莓流心，咬開脆殼時我彷彿置身於一座大型莓果樂園，沉浸在其中無法自拔。

法國的旅遊行程我安排的較為觀光，當中也去了很多景點，如凱旋門、艾菲爾鐵塔、羅浮宮等，雖然因為時間限制無法到法國其他的城市有點小可惜，但屠城中總是要留下一點遺憾，才會更加期待下一次的到訪。法國被譽為甜點之國，是許多知名甜點的發源地，如可麗餅、閃電泡芙、馬卡龍、瑪德蓮等等，意外的是，我竟然在巴黎遇見了我這輩子喝過最好喝的熱可可。旅行總是充滿著不同的驚喜，就像愛情一樣猝不及防，但正是因為這無法預料的特性，才會讓人如此心嚮神往。

義大利被譽為浪漫之都，在親自到訪後我認為果真名不虛傳，威尼斯的每個角落都美不勝收，除了日落的夕陽美景外，夜幕降臨時那波光粼粼的河面映照著閃爍燈光的景象也會讓人情不自禁佇足欣賞景色。離開了威尼斯後我到了佛羅倫斯，佛羅倫斯是義大利冰淇淋(Gelato)的起源地，除了品嚐道地的 Gelato 之外，我也到了我嚮往已久的訂製襯衫店，訂製屬於我自己的襯衫，這是我第一次訂做衣服，感覺非常特別。

說到義大利，當然不能錯過義大利的國民美食義大利麵，這趟旅程中我也確實吃到了這輩子最好吃的義大利麵，是墨魚口味的，它看似不起眼，但入口卻是滿滿的鮮味及海味，搭配著彈牙的麵條，說是世界第一也當之無愧。義大利麵非常廣為人知，但其實義大利還有一項傳統料理也非常厲害，就是 Gnocchi，有人說它是義大利的麵疙瘩，但我認為並不然。Gnocchi 的原材料為馬鈴薯，它保留了馬鈴薯的香氣，但口感卻更像麻糬，軟糯不黏、口齒留香，是許多人容易遺漏的義大利國民美食之一。

我認為在這趟實習旅程中，我最大的課外收穫為對生活有了更多的動力。在本趟實習過程中我不僅學習到了很多課內知識，也發現了自己仍有許多不足、不知之處，讓我想到了之前讀過一句話：「小鳥枝頭亦朋友，落花水面皆文章」，以前我不懂這句話的意義，但在這趟歐洲實習過程中我領悟到了這世界不是缺少美，而是缺少發現。這世上各處都蘊含著知識，只是平常我們可能未注意，但透過這次的國外實習，我認知到了這點，我想這就是我這趟旅程最大的額外收穫。

五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 更加了解歐盟及其他國際組織之運作。
2. 培養了跨語言溝通之能力。
3. 將以往所學之歐洲知識融入現場報告，助於融會貫通。
4. 體驗嚮往之工作內容。
5. 訓練了臨機應變之能力。
6. 了解了與異國學者在同一事件上之觀點差異。
7. 消弭了文化隔閡，破除迷思。

六、 感想與建議

這趟實習之旅讓我獲益良多，首先我必須感謝教育部推行「學海築夢計畫」，讓我能能在追夢的同時體驗不同的生活，也讓我有機會學習獨立、分工，及最重要的成長，在這次的實習中我學到了不少課外知識，也利用課餘時間了解了更多不同國家的文化，讓我增廣見聞；再者我要感謝中興大學國政所的楊三億教授，楊教授為本次實習的籌劃者，也給了我們許多課內、課外的幫助；接著還需要感謝比利時自由大學的王萬里教授，王教授在實習過程中扮演著溝通橋樑的角色，除了安排比利時自由大學的課程之外也請了許多講者演講，讓我們獲益良多。

其實我要感謝的人很多，除了教育部、楊三億教授和王萬里教授以外，我也還要感謝支持我出國實習的家人們，如果沒有他們的支持，我也無法順利出國實習；最後要感謝一起出國實習的同學

們，我們有如夥伴般互相扶持，在國外遇到困難時大家都不吝伸出援手，友善的同學們是這趟實習順利不可或缺的一環。

總而言之，我認為這趟實習能學習到的東西太多了，讓我由衷地感到不虛此行，我會大力推薦學弟妹們踴躍申請「學海築夢計畫」，希望學弟妹們不要預設自己在國外會遇到什麼樣的困難，因為這將會是一個很好成長的機會，「學海築夢計畫」之海外實習不只有課程內能學到領域內的知識，課程外更是能增強獨立、危機處理等能力，所以勇敢的去追夢吧，不要再猶豫了！







