

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	楊皓	學號	
性別	女	就讀本校系所	行銷學系碩士班三年級
研修學校	捷克科技大學(CTU)	研修系所(學程)	Masaryk Institute of Advanced Studies (MIAS)
研修學校獎學金補助經費	無	實際教育部/本校補助經費 (領取者填寫)	新台幣 60,000 元
實際花費金額 (新台幣)	學費：11,580 元 (中興大學 108 學年度上學期學費) 雜費：0 元 住宿費：19,515 元 (包含基本電費、住宿保險費，入住期間 146 天) (大陸交換-宿舍類別： <input checked="" type="checkbox"/> 一般生宿舍 <input type="checkbox"/> 外國學生宿舍) 生活費：100,000 元 來回飛機票：24,741 元 旅行費：100,000 元 合計：255,836 元		
國外修讀學分數	8 ECTS	薦送學校採認學分數	0 ECTS (已達畢業學分，無需採計學分)
實際出國日期	2019.09.11	實際返國日期	2020.02.08

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張，至少含上課照片 1 張)

一、緣起

早在參加行銷所新生說明會時，就已經獲得學校赴海外交換計畫的相關資訊，真正下定決心申請卻是在申請截止日期前夕，不論是英文檢定的申請門檻，或是校內申請資料，都是在一定的時間壓力下完成的，藉此經驗，希望有意願要申請交換學生計畫的同學們，能夠提早準備好必備資料與條件是最理想的，才能夠在兼顧課業與外務之餘，又能夠順利且從容地遞交申請。

二、研修學校簡介

本次申請交換的學校是捷克科技大學（又名捷克理工大學），位在捷克的首都布拉格，創立於 1707 年，是一座歷史悠遠的學校。學校行政大樓與系館主要座落在布拉格第六區，以理工相關科系著稱，包含機械工程、電子工程、建築、生物工程、資訊科技等等，亦設有管理學院 Masaryk Institute Advanced Studies 可供管理學院領域的學生申請就讀，開設許多以英語授課的課程以供國際交換生選修。

三、國外研修之課程學習(課內)

本學期我的選修課程，共計兩門課，一門是 Marketing Innovation，與我在中興大學主修的專業相關，一門是基礎捷克語。

Marketing Innovation 授課教師的上課風格十分幽默風趣，節奏緊湊但氣氛輕鬆，老師是久居在捷克的美國人，上課時生動的肢體語言，總是讓每次長達六小時的課程愉快地度過，亦能夠從中學習到理論基礎與實務經驗分享。每堂課經常以小組討論的方式進行，所以有機會與來自各國的同學一起討論當周議題，每堂課都會針對老師給出的題目，繳交討論結果，並於下一次課程收到老師的回饋。此課程在本學期沒有期中考與期末考，學期報告是實地走訪當地店家進行市調與服務品質的分析報告。

基礎捷克語由捷克科技大學國際處所開設，統一於國際處在學期初公布的表單申請選課，名額有限，學期成績達標時，並可於學期末獲得修課證明，授課老師上課氣氛輕鬆，每堂課都會有一定的進度，互動方式豐富與活潑，若無相關語系背景的同學，建議每堂課後可以花一點時間複習，學習的效果會更好。此課程有三次隨堂小考、一次學期作業、一次期末口試，隨堂小考的考試範圍都是上課內容，只要有認真複習，通常可以獲得不錯的成績，學期作業則是運用目前所學的捷克語寫一篇短文或是對話，期末口試則是以基礎捷克語與老師進行對話練習，課程壓力不會很大，我覺得是一門很有趣也很有收穫的課程，推薦大家選修，當能夠進行基本日常對話與具有捷克語的基礎認識，對於適應當地生活是很有幫助的。

#### 四、國外研修之生活學習(課外)

本次入學 CTU 並同樣來自台灣同學們，幾乎都是入住 Strahov 區域的宿舍，優點是宿舍費相對其他宿舍區來說非常便宜，並且與機場交通往來相當方便，附近設有直達公車約 45 分鐘，旁邊就是著名觀景台佩特辛觀景台、平日每天都會有清潔人員進行公共環境清潔；缺點是宿舍設備老舊、男女生的洗手間與淋浴間沒有分開、淋浴間沒有門只有浴簾、每層約 100 人共用兩間廚房(正常使用下，每間有四個爐子與一個烤箱、一個微波爐)與 8 間洗手間、6 間淋浴間，走廊上常有同學圍著浴巾或者打著赤膊走，不過這在當地是很常見的事情，習慣之後便也見怪不怪。

對於喜歡煮飯的同學，如果入住 Strahov，其中不便的地方是，宿舍是沒有提供冰箱的，要自己購買，可以詢問當地同學二手家電的相關購買資訊，或是當冬天來臨時，直接把窗台當作冰箱使用。雖然宿舍方面有很多不便之處，但是只需要一點時間，都是可以適應的。Strahov 也有重新翻新的宿舍，幸運的話或許也可以申請到比較新的宿舍棟。

以交換學生的身份來到 CTU，多出了比以往更多的自由時間，提前做好安排與規劃是很好的，如果一開始不確定方向也不用太擔心，CTU 的 ISC 學生組織，發展成熟，相當具有規模，整個學期都會有許多活動可以參加，尤其在學期初，活動十分密集，幫助國際學生更快地融入當地生活與認識來自各地或是當地的同學，這一個部分絕對是來 CTU 交換很大的優點之一，可以自由選擇自己喜歡的活動參加。

當提到捷克著名的文化，其中一個即是喜愛飲酒、喜愛派對，飲酒部分尤其是啤酒，平常滴酒不沾的同學可以試著體驗一下，或許會有不同的感受，但也記得不要飲酒過量。

#### 五、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 感受與台灣截然不同的上課方式與風格
2. 認識來自各國的同學，於課堂中和生活中，切身感受文化差異，適應文化衝擊
3. 訓練良好的時間管理、自制能力與金錢管理
4. 廚藝進步、酒量變好
5. 學習在各方面照顧好自己
6. 勇於開口說英文
7. 英文能力進步—聽、說、讀、寫
8. 學習基礎捷克語
9. 更加體認到我們的台灣真的很棒！
10. 走訪數個歐洲國家

#### 六、感想與建議

慶幸自己選擇交換，更慶幸自己選擇在捷克布拉格交換，對於有預算考量的同學，捷克、波蘭等國家都會是很不錯的選擇。我們所寫的心得只能將一百多天濃縮為這些字，著實無法完整的分享整趟旅程的酸甜苦辣，所以準備好自己，不要猶豫，就申請赴海外交換計畫吧！這將會是人生旅途中非常精彩的一頁。

如果家裡能夠給予支持與幫忙，那麼好好珍惜家人給的資源，妥善規劃運用，如果必須靠自己存錢，那麼及早存錢、提早規劃、好好爭取獎學金。如果像我一樣，英文沒那麼好的同學也不要擔心，提早準備檢定考試，只要過了門檻，再來只需要勇氣。

交換生活要怎麼經營沒有一定的正確答案，忠於初心、好好照顧自己、注意安全，能夠嘗試踏出熟悉的環境，就已經是很大的成長，照著自己的節奏，好好感受在這裡的每一天，必會有屬於自己的收穫。

除了走訪歐洲各國，好好認識捷克各地小鎮與各地的美麗城堡也是很棒的體驗，若預算與時間允許，亦可為自己安排跨國旅行，捷克位在中歐地區，來往德國、波蘭、奧地利等國家的交通都十分便捷，可以多加利用 Regio Jet 巴士與廉航作為往返方式，於捷克常會有學生(26歲以下)的優惠票價可以購買，預祝未來想要申請交換的你們一切順利。最後，能夠有這樣幸運的機會來到捷克科技大學交換一個學期，必須謝謝我的家人、好友們、我的老師，謝謝中興大學、謝謝國際處、謝謝學海飛颺，謝謝我自己，能夠有這樣的人生經歷，真的很棒！



左上：Marketing innovation 的最後一堂課  
與老師和台灣同學們的合照

右上：台灣同學們與 ISC 合力舉辦的台灣週活動

左下：布拉格的聖誕市集(Náměstí Míru)

\* 請於返國二個月內將本報告上傳至 Google Classroom 文件繳交區。