

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	張○華	學號	
性別	女	就讀本校系所	會研所 二年級
研修學校	弗羅茨瓦夫科技大學	研修系所(學程)	管理學院
研修學校獎學金補助經費	X	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： 27,672 學雜費：(69+20+18.27+21.56)*8.5=1,095 住宿費：(720+700.06+674.96+664.93+600)*8.5=28,560 生活費： 1200*5*8.5=51,000 來回飛機票： 29,200+360=29,560 合計:137,887 元		
國外修讀學分數	15 ECTS	薦送學校採認學分數	7.5 學分
實際出國日期	2018 年 9 月 16 日	實際返國日期	2019 年 3 月 2 日

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張)

一、緣起

選擇來波蘭交換，主要因為弗羅茨瓦夫(Wrocław)科技大學的課程吸引了我，身為管院學生，在台灣學習商學相關知識已不下數年，但這間學校將資訊及管理完美結合，開設諸多相關課程，使我非常感興趣。此外，波蘭在歐洲歷史背景裡的地位也很微妙，來回分合了好幾次，Wrocław 就曾是德國的領土，而 Kraków 的 Kazimierz 更曾是猶太區，他們都是後來才回歸波蘭，藉由在當地學習，同時也能深入不同文化的歷史內涵。



▲(左)Breslau 是 Wrocław 在德文的名稱 (右)小矮人是 Wrocław 的代言人，他們散佈在城市各個角落

二、研修學校簡介

弗羅茨瓦夫科技大學坐落在市中心附近，鄰近購物中心 Pasaż Grunwaldzki、超市 Biedronka 等，在 Wrocław 裡，公車、電車路網遍布，生活機能良好。學校有 ESN 國際學生組織，經常不定期舉辦各類活動，如露營、旅遊及 party 等，讓各國交換生有機會互相認識，另外，貼心的 Buddy 制度，使初來乍到波蘭的我也不需太擔心語言及生活上的大小問題。

三、 國外研修之課程學習(課內)

- IEZ002205W e-Economy (e化經濟 - 老師: Dr inż. Ewa Prałat)

- IEZ002203W、IEZ002203P Data Mining (數據挖掘 - 老師: Dr hab. inż. Barbara Gładysz)

由於之前有實習的經驗，了解零售業的電商作業，同時對這方面的知識很感興趣，也希望能多了解國外電商運作模式以及數據分析等運用，恰巧姊妹校是科大起家，管院與資工合開系所、設有相關課程，老師也鼓勵學生分享自身的相關經驗，故實習所做過的內容如 B2C、B2B 等便能派上用場，立即與課堂所學連結，整學期的內容都剛好跟我在實務所接觸的環環相扣，非常連貫。

- ZMZ002203S Seminar II (研討會 II - 老師: Dr hab. inż. Adam Kasperski)

除了修習一般性課程，交換時也想參與當地的研討會，體驗不同的討論課文化，所以選了 Seminar，在這裡課堂上沒有固定要看的論文篇章，而是將自己的論文與師生討論，而這樣的上課方式，除了在報告自己的論文時能得到回饋並加以修正，同時也能從同學們的報告裡吸收新知、獲得不同靈感。



▲ 研討會課堂個人報告

- WFW013152C Hiking (體育課: 健行 - 老師: Mgr Anna Lisek)

此外，姊妹校的體育課程森羅萬象，且多半是在台灣少見的項目，如：滑雪、北歐式健走、多項專業健身課程(鍛鍊不同部位)等，但交換生最多只能選一門，猶豫許久最後選擇了 Hiking，由於波蘭有許多山區，透過該課程除了能在老師的帶領下接觸到波蘭不同種類的山地地形，在冬天白雪覆蓋時該些山區更是滑雪勝地。然而，還沒正式上課前我其實挺擔心的，因為體育課是用波蘭語跟當地的學生一起上的！果不其然，第一次的行前說明會中就只有我一個國際學生，還好有熱心的波蘭學生幫我翻譯老師講述的內容，讓我不至於像鴨子聽雷，且在後續的三次 Hiking 裡，更讓我一滿想登遍南部山區的夢，還陸續認識了來自不同國家的國際學生，也算是一大收穫！



▲ Hiking 課的老師及同學們(來自印度、波蘭、埃及、法國)

四、 國外研修之生活學習(課外)

●<食> 民以食為天

出來交換若只當成換個地方上課，未免有些遺憾，於我而言，交換就是體驗並融入當地文化，而在這之中，首當其衝即是飲食，除了和不同國家的朋友一起煮飯、參加交換生的 International Dinner 品嚐各國家鄉味，更在波蘭及西班牙嘗到了聖誕限定料理！過程中，我們分享了某些料理背後的由來也學到各國語言，讓我跳脫傳統從冰冷文字去認識國家，而是從有溫度的飲食文化實際了解該國風情。



▲ (左)波蘭 Xmas Dinner: 12 道特殊料理 (右)西班牙 Xmas Dinner: 海鮮大餐

●<衣> 夏蟲不可語冰

交換是我體驗寒冬的最佳生活教育，因為完全沒有過處在攝氏零下的經驗，所以冬衣幾乎都是在當地購買的(更適合當地氣候)，首先，一件防風、防水的外套是必需品，嚴寒時會穿兩條褲子及兩雙襪子，雖然有時還是冷，但至少確保冷風不會直接灌入，而上衣的話無特別建議，帽 T、毛衣、發熱衣等需求因人而異，鞋子一樣選擇防風、防水且紋路深(因下雪地面濕滑，容易滑倒)的款式，外出建議戴上帽子、手套，因為暴露在低溫下加上冷風直吹容易感冒或引發頭痛。

• <住> 宿舍生活

選擇住宿除了交通便利，還能接觸來自各地的國際學生，因鄰近波蘭，來這裡念學位的烏克蘭、白俄羅斯的學生占多數，交換生則是西班牙、義大利及土耳其學生為大宗，透過日常交流，參加過烏克蘭、西班牙的寢室聚會，各異其趣。



▲ 在宿舍和朋友們(來自波蘭、西班牙、巴西)一起煮的國際版 Xmas Dinner

•<育> 語言交換，相互學習

在波蘭，雖然身邊學習中文的人不多，但剛好有位在中國工作過的波蘭小哥，斷斷續續學了幾年中文，程度很好，用中文分享了他的故事，雖然過程中我們主要還是用英文溝通，但在學了幾個月的波蘭語後，我仍鼓足勇氣用簡單的波蘭語和他交流，聊了有關波蘭和台灣的社會、歷史及他在中國的生活等，是個非常有趣的經驗！

•<行、寓教於樂> 地理是用走的，歷史是用看的，多嘗試新事物

安排旅遊的前置作業是一門大學問，除了廉價航空及跨國巴士外，我也喜歡嘗試搭乘不同交通工具，例如在德國及立陶宛時搭過便車，一路上和當地人閒聊，聽到了對同件事不同的看法；塔林和赫爾辛基只有一(波羅的)海之隔，所以選擇了渡輪，不僅比廉航方便，同時也能欣賞少見的海上日出，更加貼近當地的海文化。

• <其他> 同中有異的生活型態

學校附近的百年廳除了建築本身是 UNESCO 遺產，裏頭各式各樣的展覽更是精彩，這學期我參加過學生科學展以及職涯展，會場裡都是用波蘭語溝通，但因為主題很貼近生活，所以不會感到太大的壓力。

五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

•溝通言談:

語言能力提升(在學校英語是必備，生活中會些波蘭語更方便)

•獨立生活:

獨自在外生活，變得更加獨立

面對困難時，獨立思考解決問題的辦法

•人際關係:

結交各國志同道合的好友

•走出舒適圈:

適應不同上課方式及課程內容

接觸、認識並包容不同的文化

六、 感想與建議

交換的時光彌足珍貴，選擇一間適合自己的學校非常重要，更重要的是設定學習目標並實踐。這學期嘗試了許多新事物、接觸到來自世界各地的人，使我的眼界更加開闊，這趟旅程非常充實完滿。建議能以這幾個方向當參考，思考交換對於自己的意義為何，祝大家未來也有個愉快的交換生活！

* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw