

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	邱○晏	學號	
性別	女	就讀本校系所	企管系(所) 四 年級
研修學校	歐波蘭大學 Opole University	研修系所(學程)	Faculty of Economics 經濟系
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)	50,000
實際花費金額 (新台幣)	學費：無 學雜費：24,215(中興學雜費) 住宿費：4000/月 (宿舍類別： <input type="checkbox"/> 一般生宿舍 <input checked="" type="checkbox"/> 外國學生宿舍) 伙食生活：5 萬 旅遊：15 萬 來回飛機票：38,000 合計：22-25 萬上下		
國外修讀學分數	18ECTS	薦送學校採認 學分數	未抵免
實際出國日期	2018. 02. 15	實際返國日期	2018. 07. 04
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

一切都有點匆忙卻是最好的安排吧

交換這件事情有想也陸續去過幾次學校辦的分享會，一直到三下學分都修完後才開始著手這麼人瑣碎的申請階段。事後想想其實時間更早一學期可能更適當，也就是四上的時候出國交換，但就要早一年申請，較利於回國後的人生規劃。

起初最想去的其實是法語系國家，總是想學以致用嘛。但估完預算後超出了家人的預期無法負擔後所以就很臨時的更改志願-選擇相對其他歐洲地區物價較低的波蘭。但在得知最後上 Opole 的時候也猶豫了一下要不要去，畢竟對波蘭語興趣不大，也不是首都華沙的學校。

但衡量人生規畫中目前沒有要考研，將來很難說再有交換的機會，所以就衝了現在回頭想想這個決定挺值得的。

二、 研修學校簡介

專業細節的資訊我想網路上或是前幾屆的心得分享都可以是參考，來分享較不一樣的。

為甚麼最後還是選擇要去及實際生活後眼中的 Opole

中興合作的波蘭學校中除了首都華沙外，Krakow 跟 Wrocław 都算是經濟發展不錯的城鎮，城市規畫相對 Opole 完整觀光度也較高。但個人感受上 Opole 的系所社會及人文科系的選擇較上述兩個城市的學校來的多，最後一根壓死猶豫的稻草就是學校景太美了太合我心了。另外學校的各個學院散落在小鎮中，都是走路可以到的距離(5-20mins)，完全取決於你選的課在那裡上而已。



2019.02 陰天的經濟學院

2019.06 CM 我最多課的地方

三、 國外研修之課程學習(課內)

若是一樣交換到經濟學院的話要注意他們有必修 Human Geography，英文版的地理課概念，Lecture 的方式授課，在這堂課能聽到不同國家的 ESN 學生簡報各國政經環境是很大的收穫。然後 Opole 一堂課上課時數大概是 1.5hr，相較其他歐洲國家算是蠻少的所以鼓勵學弟妹可以選不同的種類，一堂課的 loading 不會很重。

除了基礎的波蘭文我再修習了三門商用英語 Business English Correspondence/Introduction to Business English/Practical English2。通常你第一堂去或是事前看 syllabus 就大概可以知道會不會是符合你需求的上課形式跟內容了，加退選都蠻彈性的不用擔心。就收穫上來說，推薦商

用書信那門課，教學很紮實。後面那兩堂如果有商學概念的話就蠻得心應手地。Opole 有各種學院語言哲學經濟數理等等，端看你想要獲得甚麼，輕鬆的紮實的/會話讀寫能力的，或是培養國際觀的都有，大膽勇敢的選喜歡的課吧!

四、 國外研修之生活學習(課外)

必須說!Opole 的 ESN 的活動超多當地學生很用心在接待我們。City tour/Welcoming party/Pub Crawl/Culture Night...這些活動都是很好的機會跟外國人交朋友，鍛鍊英語聊天技能，認識各國文化，也讓他們了解台灣的文化。



另外旅行也帶給我不同的生命意義新的生活方式，獨旅、徵旅伴、熟人相伴，你會發覺自己喜歡的模式。覺得歐洲人與人之間距離很近，遇到的人都蠻友善的也很健談。課堂上跟旅遊上遇到人的性質不同，會給你帶來不一樣的感受。

五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

-包容心眼界大開

-旅遊之處的文化知識

-提升外語應用能力

-如何行銷台灣(食物方面鳳梨酥認真有喜歡 XD)

-職場商用英文

-歐洲政經情況

六、 感想與建議

不期不待，是上一屆學姐留給我的話。一路上，在學習或是在旅遊的路上，我都沒有特別激動也沒有感動，個性使然。就是換個地方生活然後超級充實的過了每一天，回頭望，那些足跡才感動了自己一把。可能也是因為這句話，我會很容易因為小事而感動。做自己以前沒有勇氣不敢做的事，當你完成他並且有好結果時，成就感巨大。「為自己在一次次小事上勇敢，才能活出自己最喜歡的模樣。」

蠻推薦確定要交換的學弟妹，不要嫌麻煩做 travel plan checking list，強烈的動機高效率的行動力嘛，在台灣就可以多查點資料，獲得更多的資源。

如果學弟妹有甚麼關於 Opole 想問的可以通過國際事務處取得個人 gmail 來信，非常歡迎交流!

* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw