

# 教育部學海飛颺暨學海惜珠

## 國立彰化師範大學受補助學生返國後研修心得報告書



姓名：林佳盈

交換學校：捷克西波希米亞大學

交換期間：2023/2/3-2023/06/30

一、學生資料 填寫日期：西元 2023 年 7 月 13 日

中文姓名：林佳盈	111 年度學海飛颺
彰化師大就讀系所、年級：特殊教育學系三年級	
研修國家、學校：捷克 西波希米亞大學 (University of West Bohemia)	
國外研修科目數及學分數：3 科 /12 ECTS	

## 二、緣起

### 夢想萌芽-異國文化的洗禮

申請成為交換學生的念頭，從十五歲那年的夏天悄悄扎根。當時我參加了學校為期十八天的澳洲遊學團，第一次身處異國，學習自己解決問題、與不同文化背景的人相處，那種喜悅與氛圍使我愛上了文化交流的過程，從此我便積極參與許多國際相關的活動。

我認為透過成為交換學生，不但能拓展視野、從中學習國外的風俗民情與教育方式，同時也能將自己學校以及家鄉的特色分享給來自各地的人們，達成更多文化交流的機會。

### 踏出舒適圈，看見更廣闊的世界

雖然交換學生一直存在於我大學時期所列的目標清單之一，但真正下定決心其實是一瞬間的事，當時因緣際會選擇來到了這個如童話小鎮般的國家，隨後在國際處網站恰巧也看見了同系的學姐到捷克交換的經驗分享，迷人的景色與自由的上課模式又再次深深的吸引了我，希望自己也能親身體驗這趟不凡的旅程。

## 三、研修學校簡介

西波希米亞大學(University of West Bohemia)位於捷克的第四大城市-比爾森，距離首都布拉格搭火車約一個半小時的路程。除了主校區之外，有些學院是散佈在比爾森的各處，像是我所屬的教育學院，便是位於市中心，從宿舍搭電車十分鐘即可到達，交通可說是非常便利。而這裡有交換生的學伴配對系統(Buddy System)，在開學前按照指示註冊與填寫個人資料，就會幫你配對學伴，協助你到達學校後一些程序的辦理和宿舍入住等等事宜。而 Buddy System 平常也會舉辦一些活動，可視自己的興趣決定要不要參加。



比爾森市中心



B2宿舍



教育學院



教育學院討論室

#### 四、國外研修之校內課程學習

##### 研修課程：

No	修習課程名稱	任課教授	國外學分數	本校學分數	所屬學季/期
1	Communication and culture	William Andrew Tollet	2	1	夏季
2	Global Anglophone Culture	William Bradley Vice	4	2	夏季
3	Play study. residency or professional experience	Mgr. Jiřina Karasová	6	3	夏季
合計	合計學科數： 3      合計國外學分數： 12      折合本校學分數： 6      學分				

#### 五、國外研修之生活學習

##### 1. 學校生活與活動參與

或許是因為夏季交換的關係，交換生沒有上學期來的多，我是教育學院唯一的亞洲交換生，而所選的課程都是跟其他本地學生一起上。一開始蠻不適應的，但我很感謝幾位熱心的同學向我解釋課程的規定與相關的注意事項，老師也很體諒我，會以較慢的速度問我問題，並給予更詳細的解釋。除了上課以外，我們偶爾會參加其他學校辦的活動，像是歡迎派對、舞會，或去看冰上曲棍球的比賽。我覺得很幸運的是，我有一個很棒的學伴，她總會提供相關的資訊給我們，在參加這些活動的時候也很照顧我們，帶著我們認識新朋友，促進更多的交流機會。

##### 2. 宿舍環境與當地日常

我是住在 B2 宿舍，它內部的設備算是蠻新的，住起來也舒服。而我的室友是一個韓國女生，我們很快就成了好朋友。雖然偶爾會因為語言的隔閡造成小小的溝通障礙，但是透過比手畫腳或圖片輔助依然能溝通或是聊天。偶爾我們幾個交換生也會一起逛超市、一起煮飯，分享各自家鄉的特色料理。因為歐洲並不像台灣那樣便利，沒有便利商店，所以大部分的時候還是必須自己料理三餐，藉此我認為我的廚藝也進步了不少。

##### 3. 人際互動與文化交流

在交換期間，認識了很多不同國籍不同文化背景的人。藉由與他們相處，我學習到了以開闊的心去尊重其中的差異，不抱有先入為主的成見，親身去感受它的魅力與熱情。從文化交流的過程裡，也讓我對自己的文化、生長的這片土地有更高的認同感。



#### 4. 旅行碎片分享



德國-新天鵝堡



奧地利-哈修塔特



荷蘭-盛開的鬱金香花田



瑞士-遼闊的大草原與牛羊



冰島-神秘的藍冰洞



義大利-浪漫水都威尼斯



巴黎-羅浮宮與金字塔



英國-兒歌中的倫敦鐵橋

## 六、研修之具體效益

- 1.增加外語溝通表達能力
- 2.培養國際視野
- 3.體驗多元文化交流
- 4.提升問題解決能力
- 5.生活技能進步(ex:廚藝、旅遊規劃)
- 6.勇敢自信的表達自己的想法

## 七、感想、建議

回首過去五個多月的日子，還是覺得不可思議，或許過往的我從未想過二十一歲的自己會經歷這樣一場驚心動魄的奇幻旅程。九千多公里的距離、耗時二十一小時的飛行、六小時的時差，我來到一片完全陌生的土地。整趟旅程中遭逢無數困難與突發狀況(尤其是第一個月)，然而我始終抱持著一切都會好起來的想法，努力用樂觀的心態面對每項挑戰。我認為這段日子裡的自己成長了不少，無論是在處世與解決問題的能力上，還是日常生活的能力，以及與人溝通相處方面，都有所長進。或許一路上不是一帆風順，但我認為自己的運氣並沒有太差，遇見了很多友善親切的人，在我遭逢困難時伸出援手。我也從這趟旅程中更認識自己，為我的人生增添了幾篇難以忘懷的故事。

交換期間對自己的期許，是能夠成為有故事的人，並將這些溫柔美好一一闡述給每個想聽故事的人，帶給世界一點希望與歡樂。

## 八、給學弟妹的話

人生只有一次，若真的有夢就啟程去實現吧!雖然踏出第一步需要不少勇氣，途中也可能面臨無數考驗和挫折，但初期經歷的一切都是過程，撐過以後有無數的新奇與美好等待著你去發現。當你真心渴望追求某件事物時，整個宇宙都會聯合起來幫你完成。勇氣加上努力和自信，會讓你的人生變得很不一樣!

## 九、其他

1. 遇到有些同學對於台灣其實是蠻好奇的，我便會向他們介紹台灣的文化、節慶等等，也鼓勵他們若想出國交換的話，可以選擇來台到彰師交換，台灣是個便利且美麗的地方，這是在出國後才深深體會到的。
2. 返國後會協助舉辦心得分享講座，因為在準備的過程中，受到很多人的幫助，我也想把這樣的經驗繼續傳承下去。將在海外習得的經驗與準備過程分享給其他想申請交換的同學們，為他們解惑並給予建議，幫助他們可以勇敢追求自己的目標。