

A. 學校簡介

Czech Technical University in Prague (捷克科技大學，簡稱 CTU) 創立於 1707 年，是中歐歷史最悠久、規模最大的理工大學之一，位於捷克首都布拉格。學校以工程、科技與應用科學聞名。其主要校區位於布拉格第六區的 Dejvice。

在八個學院中，土木、機械、電機、建築以及資訊學院皆位於 Dejvice 主校區內，彼此步行約 2–5 分鐘即可抵達。運輸學院校區較為分散，部分位於 Dejvice，其餘距離主校區約 3–5 公里。生醫學院距離主校區約 25 公里，搭乘火車約 30–40 分鐘。

B. 國外研修之課程學習 (課內)，另外推薦受益最多/最喜歡的課程

1. SW Development Technologies

主要訓練學生熟練使用 Git 與 GitLab，學習分支開發流程、規範化 commit 撰寫、專案結構設計與 CI/CD 自動化測試。重點在於培養專業的程式碼管理與協作能力，而不只是單純使用 Git 指令。

這門課原則上採**全遠端**教學方式進行，老師會全程直播授課內容，因此不需到教室也能同步聽講。

整個學期共有四個作業，並會在學期初一次公布。完成作業並上傳後，可以在網站上查看各次作業成績及累積的學期總分，所有成績一目瞭然。

本課程沒有期中考、期末考，也沒有報告，成績依四次作業的表現計算。

2. Network Technology 1

課程內容主要涵蓋交換器 (Switch) 與路由器 (Router) 的各項設定，以及 TCP/IP 網路協定等基礎與進階概念。Lab 課程則以操作 Cisco 模擬器 Packet Tracer 為主，進行實作練習。

上課方式採混合式教學：平時先在線上觀看老師上傳的課程影片，**每兩週**再到實體教室上一次課，進行討論與實作。

本課程沒有期中考、期末考，也沒有報告，成績主要依 Lab 表現評分。Lab 採兩人一組，現場完成指定作業後由老師檢查，通過即可提前離開。每次 Lab 通過後即可獲得該次的學期配分，累積總分達到通過標準即可取得學期成績。若當週 Lab 時段未能完成，也可以在之後的 Lab 時間補交並請老師檢查先前的作業。

3. Physical Education

一開始體育課不會出現在選課系統中，需要主動聯絡系上負責課程的職員，請對方協助開啟選課權限。我選的是羽球課，每堂課採**紙本簽到**。我認為只要出席率達到七成左右，基本上都能順利通過。課程沒有期中考或期末考，只要跟著老師的指導練習、開心打球即可。

不過是否計入正式學分，以拿去抵免你的學海，建議事先向相關單位確認。

C. 國外研修之生活學習（課外）

我的宿舍被分配到 Strahov 第二棟。這裡的管理方式和台灣宿舍統一管理的模式很不同，除了租金、床墊、洗衣房等由校方統一處理外，其餘許多事項都由類似學生會的組織 Silicon Hill 負責。以宿舍網路為例，需要先支付 200 克朗加入會員，若想使用網路，還需再付 1000 克朗升級會員資格，可使用半學期。據了解沒有裝置數量限制，但必須將要連線的設備帶去請管理員登記。會員權限是分層累加的，例如再多付 500 克朗，似乎可以解鎖健身房使用權。

宿舍也會定期舉辦各種活動，從大型演唱會，到各棟之間的小型聚會都有。不過可能因為交換生較少，多數活動以捷克文進行，但他們仍會很熱情地敲門邀請。若不排斥，也可以拿著杯子去喝杯免費啤酒、體驗一下當地氣氛。

Strahov 原本是舊蘇聯時期的選手村，整體設施較為老舊，而第二棟又是其中最舊的一棟，價格也最便宜。實際住下來的體驗尚可，沒有床蟲問題，浴室熱水充足，且有直達公車可前往機場，交通

算是方便。若想更換宿舍，官方規定需在十月後提出申請，但也有同學實測於入住前用捷克文寫信，成功換到 Sinkuleho 宿舍。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

語言溝通能力、獨立處理問題、提升文化涵養。

E. 海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？如是，請說明如何解決問題；如未解決，請說明事件最大的啟發及思考未來可以怎麼解決？

在交換期間，我遇到最大的困難之一是取回各項押金。

以電信商為例，不同分店之間的處理方式並不同步，甚至在同一間門市，不同店員給出的說法與處理結果也可能完全不同。有些同學很順利地拿回押金，有些人卻反映像是什麼都沒有處理成功，而我則遇到押金被直接拿去預扣月租費的情況。至於剩餘的押金，在撰寫這份心得的當下，仍不確定是否已成功退還。綜合多位同學的經驗，較建議前往 Palladium 的 Vodafone 門市辦理，相對處理較為穩定。

宿舍押金的部分也並不順利。管理室與舍監之間溝通不夠協調，甚至曾要求我們在非辦公時間前往辦理退押金手續。所幸及早發現問題，反覆確認後，才順利取回押金。

因此建議未來的交換生，在回國前一個月左右就開始著手處理押金相關事宜，並預留充足時間。相關流程通常不會一次就完成，提早準備可以避免最後手忙腳亂。

F. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

我覺得捷克人相較之下較為內斂與冷靜，無論是在商店中，或是宿舍舍監，較少主動寒暄或展現熱情。起初我曾感到些許距離感，然而隨著相處時間拉長，我逐漸理解這並非冷漠，可能只是因為語言不通，而不會隨意對陌生人釋出善意。只要主動開口交流，對方仍會真誠回應。

此外，當地商家與行政單位在週末幾乎全面休息，也讓我一開始相當不適應。台灣的生活節奏較為

便利與即時，而在當地，許多事情必須提前安排，否則週末便無法處理。雖然初期曾因此感到困擾，但我也從中學會更妥善地規劃時間，並理解當地社會對於工作與生活平衡的重視。

G. 海外生活歷練是否為您人生帶來不一樣的改變或者個人特質上的轉變，最大的成長是什麼？

這段海外生活對我來說，不只是換了一個國家念書，而是真正重新認識世界，也重新認識自己。

第一次站在那些曾經只在課本或照片中看過的名勝景點前時，其實內心真的會有一種說不出的感動。以前覺得世界很遠，但當親眼看到那些歷史建築、走在歐洲的街道上，才發現原來那些畫面真的存在，而自己竟然也能站在那裡。那種震撼讓我開始覺得，世界其實比想像中更遼闊，而自己也不該只侷限在熟悉的環境裡。

在那裡我也認識了許多來自不同國家的朋友，大家的成長背景、文化習慣都不一樣，但正因為不同，才更有交流的價值。我特別想感謝中山的學伴計畫，因為在台灣時就先認識了學伴，原本只是覺得是一段單純的交流，沒想到後來我們竟然繞過大半個地球，在歐洲再次相聚。那種在異鄉遇見熟悉面孔的感覺，真的非常溫暖，也讓我更深刻體會到國際交流的意義。

下面兩張照片是與在中山大學所接待的外國交換生學伴，時隔幾個月，橫跨半個地球，於義大利和葡萄牙相見。最後一張照片為在捷克所分配到的當地學伴，於學期結束後去他家附近的小鎮滑雪，晚上借住他阿嬤家。

當然，成長的過程也不是一直都那麼精彩。很多時候其實是孤單的。一個人旅行、一個人找路、一個人面對突發狀況，有時候也會想家、會懷疑自己。但也正是這些時刻，讓我慢慢學會獨立。從規劃行程到處理生活大小事，我開始發現原來自己其實可以做到很多事情。當一次次順利完成旅程或解決問題後，我對自己的信心也慢慢建立起來。

如果說這段經歷帶給我最大的成長，我想是變得更勇敢，也更願意走出舒適圈。我學會享受探索世界的感動，也學會面對孤單時不逃避。這些改變，會是我人生中非常重要的一部分。

H. 感想與建議

經過這一學期的交換生活，我深刻體會到，出國不只是讀書，而是一段完整的人生體驗。它有感動、有挫折、有孤單，也有成長。雖然在過程中曾因行政問題或文化差異感到困惑，但回頭看，這些都是讓我變得更成熟的重要經歷。

如果再給我一次機會，我仍然會選擇出國交換。因為正是走出舒適圈，才讓我看見更大的世界，也更認識自己。

給未來有意願交換的同學，我會建議提早處理行政與押金問題，預留充足時間；週末商店不營業的情況也需提前規劃。同時，不要害怕主動與不同文化背景的人交流，多參與活動、多嘗試旅行，這些都是難得且珍貴的經驗。

這段海外生活，將會成為我人生中一段非常重要且難忘的記憶。

I. 英文心得(包含學校簡介、課程學習、生活學習、具體效益、心得感想等等) 500 字以上

Czech Technical University in Prague (CTU), founded in 1707, is one of the oldest technical universities in Central Europe. Located in Prague, the capital of the Czech Republic, the university is well known for its strong focus on engineering and applied sciences. Most of the major faculties are in Dejvice, which makes the campus compact and convenient. Studying at such a historic university allowed me not only to experience a different academic system but also to live in a city rich in culture and history.

Academically, I took two courses. One of them was Software Development Technologies. The course focused on professional Git usage, structured commit writing, branch management, and CI/CD practices. There were no midterm or final exams, and our grades were based entirely on four assignments.

I also took Network Technology 1, which covered switch and router configuration and TCP/IP concepts. The labs were conducted using Cisco Packet Tracer, and grading was based on lab performance instead of exams. This hands-on learning style helped me better understand networking concepts and improve my technical skills.

Life outside the classroom was equally meaningful. I lived in Strahov Dormitory, which is known

for its older buildings and student-run management system. Unlike dormitories in Taiwan, many services were managed by a student organization. Even internet access required membership registration and device approval. At first, it felt confusing, but it gave me insight into how student autonomy works in a different country.

There were also challenges. One of the most frustrating experiences was handling deposit refunds in the end of the semester. Different telecom stores provided inconsistent information, and the process was far from straightforward. The dormitory deposit refund also required repeated confirmation. These experiences taught me to prepare early, keep written records, and remain patient when dealing with administrative matters.

Culturally, I noticed that Czech people tend to be more reserved compared to what I was used to in Taiwan. At first, I felt a bit of distance, but I gradually realized it was simply a different communication style. Once I took the initiative to speak, people responded kindly. I also had to adjust to the fact that many shops and offices are closed on weekends. This forced me to plan ahead and manage my time more carefully, but it also helped me understand the importance of work-life balance.

Personally, this exchange experience changed me in many ways. Seeing famous European landmarks in person was deeply moving. Places that once felt distant suddenly became real. I also made friends from different cultural backgrounds. I am especially grateful for my home university's buddy program. Through it, I met international students in Taiwan before going abroad, and later we unexpectedly reunited in Europe. Meeting familiar friends halfway across the world was an unforgettable moment.

Of course, there were lonely times—traveling alone, solving problems by myself, and sometimes missing home. But those moments helped me grow. I became more independent, more confident, and more willing to step outside my comfort zone.

Looking back, this exchange was not just about studying abroad. It was about learning how to adapt, how to communicate across cultures, and how to trust myself. If given the chance again, I would still choose to go. It was one of the most meaningful experiences of my life.