國立中山大學出國交換/研修(含寒暑期課程)/獎助學生返國報告書

學校簡介

艾克斯馬賽大學分為多個校區，我的交換校區為艾克斯普羅旺斯校區，校園廣大、環境清幽、治安良好，雖然交通略顯不便，但是個很適合唸書的城市。學校有很多科系，如果具備非常良好的法語能力，選課幾乎不受限制，只要不衝堂，從各種語言到精神分析都可以選修。

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

Français niveau B1是我主要的語言課程。在中山修完三年的法文課後，最多可能也只有A2到B1之間，但艾克斯馬賽大學最低只開到B1等級，一開始會覺得很難，老師也很嚴格，因為疫情，也只能透過線上交流，比較難問問題。但老師非常專業，在法語教學上，法國的師資培訓都是有專門科系的，老師通常很堅持全法文授課，一個學期上完就會進步很多，聽說讀寫都會充分練習到，不會有一直死讀書的現象發生。原本我在中山上法文課甚至是系上必修英文口說課的時候，上台口頭報告都是很慘的，但經過在法國一學期的努力，我的口說成績達到16.5/20，老師也說我的口說進步很多，不需要看稿而且台風變更穩了，算是在交換期間最有成就感的事情。另外，我最喜歡的課程為 littérature et pouvoir，是英文碩士班的課程，主旨為維多利雅時期的文學作品，此時期的作品可以很明顯地看見一些關於經濟的敘述，這堂課就著重探討金錢對當時社會的影響以及其如何反應在文學之中，在課程選讀的文本裡又有哪些對於經濟發展的「預言」。這堂課閱讀量非常大，跟我們外文系碩士班的課程差不多，大概一兩週就必須念完整本小說。內容豐富，每個學生都有充沛表達意見的機會，教授非常願意以各種形式幫助學生，除了私底下的rendez-vous之外，也會幫忙從圖書館借DVD和補充教材給真的來不及看完整個文本的同學。很有挑戰性，絕對值得修習。

國外研修之生活學習（課外）

生活中需要用到很多法文，聽說讀寫當中，進步最大的就是法文聽力！再來是口說。特別是艾克斯普羅旺斯很少人會講英文，即使學校的人員、課程都能用英文溝通，但生活中遇到大部分的人都不願意或是不會講英文，於是語言能力進步特別快。此外在法國交換非常方便旅遊，而規劃旅遊又能增進理財、時間管理、行程規劃等等能力。

交換/研修之具體效益

學習獨立生活（問題解決、金錢管理、自己煮飯）

了解不同學習方式和生活方式

學習平衡生活和唸書

法文能力進步，特別是聽力和口說

海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題?

在還沒到法國之前就遇到很多問題，當時中山的學期結束、艾克斯馬賽大學的學期開始還有宿舍可以入住的日期全部對不上，跟交換校用電子郵件溝通很久，也拜託中山的教授讓我提早考期末，才有辦法如期到法國。另外今年遇到疫情，選課和上課出了很多問題，有些課我選了卻無法上，反映之後，學校確實有把課程從我的線上課表移除，但實際上還是以選的課為主，變成當堂課沒有成績，未來如果再到歐洲學習，會對選課方面更加小心，也會多確認幾次。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

以前有聽過很多人在法國留學還是多少可以用英文，到了法國才知道會講英文的人很少，而且法國人對待不會法文的人時心中的不耐煩是會毫不掩飾的，如果有遇到語言不通還是很熱心的人，那算是非常幸運了。遇到自己語言能力不足，只能盡自己所能精進，提升到大約B1-B2的法語能力，生活上才會比較方便。

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?

海外生活的歷練讓我更加自律。我曾經以為在中山唸書也是離家唸書，出國可能也是差不多的意思，但心裡知道現在離家更遠、回家不是搭個高鐵就能到的時候，會更努力的好好生活。我本來很不會打掃的，最後在退宿的時候五分鐘就通過退宿的衛生檢查，還獲得了檢查人的稱讚；本來在台灣覺得自己煮個泡麵就不錯了，在法國外食很貴，特別是艾克斯算是物價很高的城市，我自己學會做牛肉麵、滷肉、糖醋雞丁等等家鄉味料理。另外我也不會害怕跟人溝通了。在國外時如果不懂拒絕或是不主動爭取，會非常容易吃虧，或是遇到根本不會有人主動幫忙的窘境，適時的提出自己的問題和需求並不是一件丟臉的事情，學會這一點相信會對我未來在台灣的日子或是再次出國發展會有很大的幫助。

感言及心得感想

我在法國艾克斯馬賽大學交換的這個學期，正好是疫情期間，很多跟以往不一樣的事情，讓法國的學校跟我都有些手忙腳亂。好在最後幾個月，法國的生活漸漸開始恢復正常，我還是體驗到了所有我在台灣所期待的點點滴滴。包括上課、旅遊、外食等等。除了念書我也看了好多不一樣的文化，跟一同前去歐洲交換的同班同學們四處遊歷，交了很多朋友，親身認識不同文化。

英文心得

Exchanging during the pandemic is a huge challenge. Everything may be different from what I previously learned in Taiwan.
Thanks to French generous health care system, I could get PCR or antigen tests whenever I needed for free and get vaccinated with the social insurance number I had applied for with my student VISA. Therefore, I wasn't really concerned when I was studying in France. Originally, I was a bit afraid of going to Aix-Marseille University because I didn't know which campus I would be assigned to. Marseille is said to be a little bit dangerous. After staying in Aix-en-Provence, I completely relieved from the concern because it is a safe and quiet city, Aix-Marseille University has abundant resources; the equipment and buildings are new, and Internet cover the whole campus, which makes working on homework or school project at school easy and comfortable. Although I bumped into numerous obstacles when communicating with school, most of the problems are solved eventually. Those that are not solved also taught me a lesson; the next time I encounter similar problems, I'll know how to solve them properly. Generally speaking, this is an unforgettable good experience. Half a year ago, I went away from Taiwan to France in a really bad condition both mentally and physically. I stayed in a beautiful and serene city for one semester, and I've seen different cultures and people. Gradually, I quitted sleeping pills successfully, I conquered my stage fright when speaking in a second foreign language in class, and I learned how to find every information I need and who to ask for help. Eventually, I came back to Taiwan in a much better condition than when I left. This priceless result would not be possible for me if I didn't attend the exchange program.