

學校簡介

University of Hradec Kralove位在捷克首都布拉格東邊的城市-哈拉代茲克拉羅維(Hradec Kralove)，從布拉格火車站出發約100分鐘的車程。學校有以下的學院：Philosophical哲學院、Informatics and Management資訊與管理學院、Education教育學院、Science理工學院。本校交換機制相當完善，擁有眾多各國交換生，且學校設施皆相當新且完善。

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

這學期在UHK總共修了5門課，包括English in Practice、Czech Language、Marketing、Corporate Communication、Sports，其實這邊的老師對待交換生都相對來說格外友善，如果有任何關於課程、或課程外的事情想與老師討論，他們都會很樂意地為交換生來做解答，所以不要害怕做提問，勇於發問！

English in Practice：

這堂課授課老師是James White，這堂課最主要就是鼓勵學生多發言，培養講英文的習慣，所以老師每堂上課一開始就會詢問同學的近況或者有什麼趣事想要分享，千萬不要錯過這就是訓練英文口說的好機會，不論分享什麼事老師都會分享他自己的看法甚至是自身的經驗，老師人很Nice上課的氛圍也很好，推薦同學可以選修。

Czech Language：

捷克文有三個班，開課日期不同授課老師也不同，而我的授課老師是Mrs.Katerina，這堂課大部份皆由台灣人組成，且由於是學習新的語言，難免會碰到一些障礙，老師的教學方式有點過快，但其實每個點都有顧到從發音到單字到句子，都有她自己的講義，但需要很認真專注的聽也不一定完全的吸收，但到了新的地方多學一點當地的語言，有益無害。

Marketing：

授課老師是Mrs.Tereza，老師人相當好是個相當照顧交換生的老師，沒有行銷背景的同學不用擔心老師在開學的第一堂課會先詢問每位同學的背景，來調整她的上課模式，上課主要以PPT講解的方式假如老師還想額外補充還會Google搜尋給大家看，此外，老師注重小組討論，幾乎每堂課都會有小主題會需要分組討論，分享小組內的看法，除了表達可以表達自我想法外，也是一個訓練英文口說的機會。

Corporate Communication：

授課老師是Mr.Pikhart，這堂課老師採取相當自由的上課模式，除了會分享各國文化之間的差異外，也會分享自身到各國出差旅遊或企業間所遇到的經驗，評分方式會需要上台報告一次並且繳交期末報告，若有任何問題去找老師他也都很樂意解答。

Sports(Skiing)：

可以說是這段旅程最期待的一堂課之一，老師會選學期中的一個禮拜帶我們到捷克的一個小鎮來進行這4天3夜的課程，還是初學者的我們老師們會一個一個步驟帶著我們做，所以不必擔心，這4天3夜成了我交換之旅不會忘記的回憶。

國外研修之生活學習（課外）

學校的ESN組織時常在重要節日舉行大型活動，像是開學的Welcome Party、聖誕節與萬聖節等重要節日，ESN組織及其相關人員會共同舉辦活動，讓交換生在國外也能體驗當地的風俗民情；課餘時間皆與朋友在規劃出國之行程，畢竟難得出國了，還是想要到各國去看看，增廣自己的視野。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- 1.增廣自己的視野、看看外面的世界也多大
- 2.建立及培養獨立的特質
- 3.語言能力的提升且更敢開口詢問
- 4.拓展本身朋友圈(國內、國外)
- 5.自我省思、確立未來方向

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?

沒有遇到所謂的困境，但一定有遭遇困難，舉例來說，剛到國外時就遭遇確診，且國外對於疫情的管制不如台灣嚴格，看診制度及就醫的不熟悉，造成剛確診時有些焦慮，後續詢問先前交換之學長姊得知去藥局買藥及何處得以做PCR，方能對此事有所解決。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

- 1.小費文化：歐洲各國不論大餐廳小餐館，都有所謂的小費文化，舉例來說假如今天到一間餐廳吃了487克朗，而你給他500克朗現金，有些服務生就會將剩餘的13克朗當作小費，一開始還不習慣但假如你沒有要給小費就要再跟他把找的錢拿回來。
- 2.交通：歐洲各國其實對於行人的路權都蠻重視的，尤其是在捷克，汽車駕駛遠在30.40公尺遠有看到行人要過斑馬線就會開始放慢速度讓行人先過，這點是在台灣很難見到的，需要花一些時間來適應。
- 3.語言：其實歐洲每一個國家都有自己的語言，而英文雖說是全球通用語言，但有時在一些國家的小鎮仍然是難以溝通的，以我們的小鎮來說，有些商店甚至是宿舍的打掃阿姨跟我們是沒辦法用英文來溝通的，而她們也知道我們是交換生不太懂當地語言，但她們仍舊以當地語言跟我們溝通，所以我們就只能猜測或透過翻譯來了解她想表達的意思。

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?

是，最大的成長我認為是培養獨立及建立自我省思的能力，在國外，食衣住行皆要自己來處理也培養出獨立的性格，且除了上課時間剩餘時間皆在規劃到各國遊玩的行程，從住宿、車票、行程、交通等資訊都需要與朋友們一同規劃，也讓我在遊玩行程規劃這塊有了不少的成長；至於自我省思的部份，到了國外不論交通中、睡覺前或玩樂之餘其實有不少時間能和自己對話，而我也特別喜歡在國與國的交通中自我省思，思考這趟旅程的成長、意義與未來方向。

您認為獎學金對您海外研修最大的幫助是什麼?有無獎學金是否會改變您的出國計畫?

一定會有幫助，能補貼海外研修的經費!

但若無獎學金學生一樣會進行出國交換，已經是人生清單選項之一，畢竟是人生難得且僅有的機會，固然要把握。

感言及心得感想

137個日子裡頭，走遍了11個國家，30幾座城市，在這段期間學到了很多也見識到世界之大，來之前的我容易畏畏縮縮遇到事情不敢發問，也很容易在意別人的想法而忽略初衷，然而到了國外人生地不熟，語言也不一定相通，任何事都得依靠自己，不會不懂的就要問，除了培養出獨立的個性外也對於任何事物不再懼怕發問；在這四個多月的日子，如果你問我會不會後悔延畢出來交換，我會說我從不後悔做出這個決定，畢竟出來這趟所獲得的遠比我想像的還多，包括視野的開闊、個性的轉變以及朋友圈的拓展都是這趟旅程難能可貴的收穫；最後想給還在猶豫是否要出國交換的學弟妹建議，如果經濟及家裡狀況允許，我認為不論到哪國交換，雖然花費可能會因為國家的不同而有所不同，但我相信學習到的一切肯定是大於這些價值的，最後很開心家人支持我做交換這個決定，也謝謝自己曾經勇敢過。

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)

University of Hradec Kralove is located in Hradec Kralove, a city east of the Czech capital Prague, about 100 minutes by train from Prague train station. The school has the following faculties: Philosophical, Informatics and Management, Education and Science. The exchange program is well developed, with a large number of exchange students from various countries, and the school has new and well-equipped facilities.

I took five courses at UHK this semester, including English in Practice, Czech Language, Marketing, Corporate Communication, and Sports. In fact, the teachers here are relatively friendly to exchange students. If you have any questions about the course or anything outside the course that you would like to discuss with the teachers, they will be happy to answer you.

The specific benefits of this exchange journey are as follows.

1. Broaden your horizon and see how big the world is
2. To build and develop independent traits
3. Improve language skills and dare to ask questions
4. To expand one's circle of friends (domestic and foreign)
5. Self-reflection and determination of future direction

During this period, I learned a lot and saw how big the world is. Before I came here, I was easily afraid to ask questions when I encountered things, and I easily cared about other people's ideas and ignored the original intention, however, when I arrived abroad, I was not familiar with the place, and I did not necessarily speak the same language, so I had to rely on myself for everything. If you ask me whether I will regret the delay in coming out to exchange, I will say that I never regret making this decision, after all, I have gained much more than I imagined from this trip, including the broadening of my horizons, the change of my personality and the expansion of my circle of friends are all valuable gains of this trip.