一、學校簡介:

土魯斯商學院是一個相當國際化、多元教學且友善的學校，身處在南法，在零法文基礎的狀況下要適應生活一開始遭遇了蠻大的挫折，不過學校的歡迎國際生團隊非常熱情的準備了許多活動與體驗，像是學校簡介、周邊環境導覽、如何辦理像是銀行、保險之類的手續、認識 Toulouse 這個城市、學校資源與校區介紹…等，讓我在開學的第一周就對他們有很不錯的第一印象。

土魯斯商學院共有五大校區，除了 Toulouse 的主校區，還有 Paris 巴黎、Barcelona 巴塞隆納、Casablanca 卡薩布蘭加、London 倫敦，提供各自不同的多樣化課程，選擇來這裡就讀 MBA 學位的同學，會有更大的機會能夠到不同校區學習，而我這次就僅僅以主校區為主，又分為 Lascrosses 和 Entiore，前者是碩士學程，後者負責學士與再教育學程，Lascrosses 校區其實是靠近市中心的，周邊生活機能相當方便，郵局、超市、賣場、餐廳與咖啡廳，但也因為是市中心內，校區不大卻也是應有盡有，圖書館、各種討論室、球場、還有小型的電影觀看廳，學校旁邊甚至就是一個著名的觀光景點 Jardin Japonais，內有日式花園造景，假日經常是許多法國家庭帶小孩子野餐的去處。

土魯斯商學院聞名之處莫過於其與許多國際知名企業的教學與實習合作，學校幾乎每周都會有像是企業演講、招募實習學生…等說明會或者是專案比賽的資訊，覺得對於想要爭取在海外工作機會的學生，具有相當大的吸引力和挑戰；另外學校裡有提供相對便宜的輕食 café、販賣機、有不用額外付費的影印機、有和藹可親的櫃台人員與隨時在門口過濾進出人物的警衛先生，另外與 Toulouse 當地其他一些學校也有合作夥伴關係，也就是持商學院的學生證也能夠到其他學校的餐廳或圖書館，詳細的時間與地點在開學的新生介紹時學校都會仔細地說明。

二、課程學習與生活學習

除了基礎法語，我還選了「專案管理小組討論課」、「營運管理」與人力資源領域中的「招募徵選與績效」，不得不強調在 Toulouse 這個城市，因為是在法國南部，大多數的人還是習慣使用法文交談，所以在生活上對於完全不會法文的人來說，還是有一點吃力。所以學校安排的基礎法文課就非常的重要，對此我也相當認真。老師不會從最基本的法文字母發音開始，而是直接以生活所需要的用語去帶入教學必須記住的文法跟句型，並且不斷的用圖片與聲音重複重複再重複，同時藉由遊戲與強迫發言，讓課堂上的大家持續練習，不過一周只有一堂課的情況下，大多時間還是必須自己練習與複習，老師也會在課堂中介紹許多法文的文化與習慣，是一堂很有趣又貼近生活的課。

其他三堂課就比較屬於學術上的，營運管理相對而言是最吃力的課，因為要用到數學與公式上的運算，老師通常是給個案學習，可能是算一家公司的產能、或者是滿足客戶交期的時間、最少成本…等之類的，個案和練習題都會先放在雲端，在課堂上也會持續有小練習，是一堂很扎實的課，困難的點主要在於要先聽懂與看懂英文，然後再算數學，所以如果連題目都看得一知半解，就算有公式可用，也會不知道從何用起。

專案管理討論課和招募徵選與績效則是相當實作性的課程，都是分組進行，所以能夠在此時大量的練習英文溝通與聽力，也更能從中體驗與來自各地的學生交流與討論，這兩堂課都是老師會丟個大主題讓大家自由發揮，並且都是在下課前必須要在同學面前報告，或者是表演。專案管理會是比較生活化的主題，例如在有限的預算下策劃一場婚禮，過程中老師還會突然加入許多突發狀況，必須隨之應變；而招募徵選與績效就會比較嚴肅，可能是互相扮演主管與員工進行績效考核面談、準備自己的履歷與 HR 人員進行模擬面試…等，而且這堂課因為講授的老師本身也曾是知名大公司的 HR 主管，目前也仍擔任顧問，所以課程中還請來了很多有不同業界或學界經驗的其他專業人士協助評分與講評，每堂課都讓人相當緊張卻又收穫滿溢。

至於課堂之外，因為我對於夜間生活比較不感興趣，在後期，學校國際生歡迎團隊的許多活動都是辦在晚間，參與的就比較少，主要是在開學不久課業還沒有那麼繁重的狀況下，報名過法式料理體

驗課、卡爾卡松城堡一日遊、划獨木舟體驗還有電影欣賞、與空中巴士(航空博物館)參觀之旅，透過學校的許多活動，更認識這個玫瑰之城的特色與法國文化的優缺點。另外在當地朋友的輾轉介紹下，接觸了空中綢緞的課程，不只變成了每周的運動，更多了練習法文的機會，也結交了一些好朋友!

三、此趟法國交換生之旅的具體效益

1. 法文的認識與進步，並產生了繼續學習的動力
2. 認識許多來自不同國家的朋友，文化與知識上的交流
3. 接觸了一些知名的國際企業與講師，獲得了更多推薦自己的機會
4. 更勇於表達意見與發問
5. 體驗了國外的測驗與上課方式，認為討論與實作更能刺激學生發揮創意與彼此激盪
6. 走訪了一些歐洲國家，增加旅行經歷與各國歷史文化的導覽
7. 回國前更剛好碰上了法國大罷工，深入了解後，覺得有許多地方值得台灣學習與探討
8. 生活上更獨立，學會用很多方式煮出好吃的東西，也與不同的朋友交流了一些各國料理

四、感想與建議

首先，真心建議日後想選擇法國的學弟妹們，還是要先有一些法文基礎，可以縮短適應生活的時間，也能夠更快速的交到朋友，南法真的還是有很多店家不會說英文，也仍然會碰到一些對英文或者是對亞洲人不友善的狀況，不過面對這樣的情況，我認為不要害怕爭取自己的權益，不要害怕用很破的英文去解釋去詢問甚至去吵架都沒有關係，隻身在外最糟糕的就是不敢問，隨著別人走有時候才是最危險的，只要帶著笑容問，至少八成都會獲得幫助。尤其是我在旅行他國的時候感受也相當深刻，有 1/3 的朋友是在旅行的時候認識的，其實就算只是隨便閒聊，只要是友善的，都會讓人願意耐心的聽你說話。

第二，台灣的治安真的已經是數一數二的好了，千萬不要因為熟悉而掉以輕心，在歐洲任何一個地方，哪怕你只是在你住的地方樓下，都要把貴重物品收好，最好都是那種有拉鍊有內袋的，除了非常不值錢的東西，外套口袋真的是最放不得的地方，就算只是走路都有可能東西被扒走，另外，如果真的發生了，就算再怎麼知道找不回來，都還是建議去報警，因為有報警的憑證，申請很多東西都會方便很多(像我錢包被偷，回來就有得申請海外不便險的理賠)，Toulouse 相對於其他前三大法國城市是相對安全的了，但還是有來自不同國家的居民與觀光客，這其中當然還是有比較不規矩的那種，所以隨時保持警戒，然後貴重物品一定要分開收納，分散風險，天黑後如果要去比較郊區的地方還是要結伴同行。

第三，其實大部分的法國人是很友善的，有時候他們不願意跟你說話不是討厭你，是因為他們可能英文也不好，如果你不會說法文，那他們當然也寧願不跟你聊天以免出糗，所以雖然學法文最快的方式就是多認識一些法國人，但如果你在想要認識他們的過程中遭遇挫折，千萬不要太氣餒，或者真的很多人說喝酒是最快能夠打成一片的方式，但如果不會喝酒的人也不需要勉強，還是會有其他機會跟方式的!!

第四，法國前幾大城市其實也都有蠻多中國人的，不論是來念書來工作或者是嫁娶來的，所以倒是不用擔心找不到中式菜或亞洲超市，只是價格當然還是會比台灣貴很多，建議還是要學著自己煮菜才能更省一點，不過我發現歐洲餐廳大部分不會有低消的規定，所以對於是小鳥胃的女生一起出去玩的話，可以不用兩個人都點很貴的主餐，相較於台灣，覺得很不錯。

最後，會建議既然都出國來交換了，也不用堅持在每個環節都要省錢，當作是體驗生活，能夠多走一點地方也是好事，歐洲的火車、廉價航空、長途巴士…等交通真的很方便，一個 APP 能夠完成很多事，如果時間上許可，找個伴假日多出去走走交交朋友看看世界，不管遇到什麼事，好事壞事只要能夠解決都能夠成為好故事，同時也會在不知不覺中成為你腦海中的經驗，總有一天會用到的，不過最重要的就是盡最大的可能別把手機跟護照弄丟阿。



上圖: 一起上空中綢緞的法國同學跟老師，是一種用兩條綢緞在高空中做表演動作的特技。



左圖: 參觀空中巴士基地



左圖:
報名學校開的法式料理體驗課程，大家專注的在看調酒師說明如何自己調一杯雞尾酒。

左下: 和班上同學去卡爾卡頌雙城城堡一日遊

