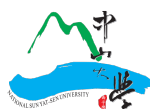


國立中山大學出國交換計畫 返國報告書（心得感想）

null / null
0
null null

2024年7月6日



國際事務處
Office of International Affairs

目錄

學校簡介	3
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	3
國外研修之生活學習（課外）	3
交換/研修之具體效益（請條列式列舉）	3
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？	3
海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？	4
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？	4
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？	4
感言及心得感想	5
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)	6

學校簡介

行政大樓位於市中心，文學院位於市中心旁的老城區，遠一點的校區需要搭區間車到，大部分的交換學生會住在Ciudad Jardin，因為這裡集中許多房東是專門租給外籍生的，而離Ciudad Jardin最近的學院就是文學院，我在的觀光系則需要走路大約30分鐘才能抵達。

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

很推薦上學校提供的免費西文課程，會到另外一棟外語中心上課（UCOIdiomas），距離Ciudad Jardin大約走路20-30分鐘。

有不同的老師，剛開始誤打誤撞上錯第一堂課，上到別堂課的老師，後來比較一番，才發現自己比較喜歡誤打誤撞上到的老師的教學方法。所以我需要更改上課組別，以我的學院來說，如果想要換西文課程的老師，需要先問老師能不能再收你，然後以及老師這班的組別，再回系辦跟秘書說，才能更改。（注意：UCOIdiomas樓下的櫃台不受理這個業務）整體西文課程的速度對我來說偏快，但可以學到很多，會有點壓力，但老師都教得很好，很推！

國外研修之生活學習（課外）

1. 參加了伊斯蘭教的開齋，品嚐傳統食物
2. 參加當地Patios跟Feria的節慶
3. 學習基礎佛朗明哥舞
4. 參訪哥多華四星級旅館、餐廳，聆聽創辦人的創業故事
5. 在旅途中，了解到當地歷史，學到西班牙收復伊比利半島的歷史，也很開心能夠親自去見證歷史曾經發生的地方。
6. 參觀北部的史前博物館，更了解當地質、適合居住的史前洞穴如何形成的，以及史前的壁畫藝術。
7. 本來只覺得高第的建築就是很特別，親自去參觀之後，更了解他每個元素背後的意義，也很敬佩他的毅力與熱情。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 西文能力成長，更敢講西文，有自信可以到西語國家旅行
2. 認識世界各國不同的朋友，聽到各種精彩的故事
3. 體能變好，因為常常走路

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？

1. 剛開始西文零基礎，數字、點餐都不會 > 自學+上課+請教室友跟室友練習西文，生活中遇到不會的字就請教朋友

2. 租屋處的鎖壞了，非人為破壞，但有可能會面臨巨額賠償＞積極蒐證並證明並不是人為破壞，且耐心的跟房東溝通

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

沒有太多負面的文化衝擊，頂多只有跟別人意見不合，大多數都是正面且有趣的文化體驗

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？

1. 變得更有自信，比較不在乎別人眼光
2. 更有自助旅行的能力，比較會安排行程的節奏
3. 比較會與人社交，對別人防衛心下降

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？

我覺得對我的幫助挺大的，因為當初交換就是決定要用自己的存款去交換，所以有獎學金對各個部分幫助很多，如果沒有獎學金可能會考慮改變出國交換的計畫。

感言及心得感想

#事前準備

出國前真得很忐忑，要做足所有準備工作，預先想好在西班牙會遇到什麼樣的問題，要如何在台灣先準備好，真的發生又要怎麼因應，可以詢問有經驗的朋友，以及要先上網爬很多文章去多了解可能會發生什麼問題。以我自己來說，疾病跟搶劫是我在出發前最擔心的問題，所以出國前很認真的準備各種藥物跟藥物說明書，還有很多防盜小工具，但很幸運的帶過去的藥品幾乎都沒有用到，在巴塞隆納獨旅的時候也沒有被搶劫，但還是建議要先預想過一切比較好。

但也不是所有網上文章都是符合當地的情況，比如說我之前有看到文章說，一些手機相關充電線會很難買到或者很貴，建議要帶齊全，但實際情況是很多商店都買得到，專賣店跟亞洲商店都有賣，所以不用太擔心。

#課外活動

當地主要給交換生的組織就是ESN跟Erasmus Family，ESN跟Erasmus Family都會辦旅遊活動跟派對，但ESN會額外辦比較多文化上的活動，舉凡當地有什麼盛大的活動，ESN就會號召大家一起玩的概念，像是學佛朗明哥舞、同志遊行、哥多華景點介紹、爬山、廚藝大賽。當然自然的也會在ESN認識新朋友！

#當地安全性

雖然哥多華真的算是相對安全，但也是有聽過一些不好的故事，所以會建議不要獨自晚上出門閒晃太久，也要多注意街坊鄰居有沒有奇怪的狀況，因為大部分的人都是住家庭式，除了有自己的室友之外，也有其他層的街坊鄰居，所以一棟樓層裡面的人比較複雜。如果遇到任何危險請撥打112求救，講英文也沒問題。

#水電花費

可以建議先問房東大概之前每個月平均都是多少錢，這樣會比較評估自己能不能接受。因為他們這裡的家庭式不會像台灣有獨立的冷氣電表，所以所有水電都是室友均攤，我自己的2~6月的水電費大約都是落在約20歐一個月，也有聽過10~30幾歐一個月的，所以波動也是滿大的。

#心得

雖然哥多華的地理位置沒有算最佳，但整體很推薦來西班牙交換，因為跟其他歐洲國家比起來天氣、物價、生活步調都很適中，食物水果都很好吃，尤其水果都超甜。

人文方面，大部分的西班牙人也都很熱情跟熱心，自己在旅行中也受到很多西班牙人的幫助。最喜歡在西班牙的一件事情是，開口說西文不會有壓力，雖然我的西文是幾乎零基礎去的，發音文法可能都不是非常正確，但大部分店員都會很有耐心的聽你講完，就算有點小瑕疵，他們也不會直直的糾正你的瑕疵，還有遇過反而是慢下來跟我慢慢溝通的店員，所以讓我覺得在這裡學習西文是很舒服的一件事情。

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)

Most of exchange students live in Ciudad Jardin because most of the landlords focus on lending to foreign students.

Administration building is located near the city center, while the Faculty of Philosophy and Literatures is in the old town, which is next to the city center.

For the farther faculty, you need to take the train to reach.

From Ciudad Jardin to the Faculty of Philosophy and Literatures is about 10 minutes, while to my Faculty of Labour Science is about 30 minutes.

I recommend taking the free Spanish class provided by UCO.

You will need to go to another building called UCOIdiomas to take the class, two times a week. About 30 minutes of walking from Ciudad Jardin. The progress of the class was a bit fast for me, but I made a big advance in Spanish in the end.

For the extracurricular activities, below are the things I have experienced in Spain.

1. Join the Ramadan, and enjoy Muslim traditional food.
2. Participate in the Cordoba's Feria and visit beautiful and historical heritage --- patios.
3. Learning how to dance basic Flamenco.
4. Learning the history of Spain reconquest.
5. Visit the prehistory cave exhibition in the north of Spain.
6. Visit Barcelona for Gaudí's breathtaking architectures and I was touched by Gaudi's passion and perseverance in his works.

#What do I get from this period?

1. Improvement of Spanish
2. Get the opportunity to know many different friends from all over the world, and listen to their interesting stories.

#My reflection

Before going abroad, I was really nervous. I had to make all the preparations, think ahead about what kind of problems I might encounter in Spain, how to prepare in Taiwan beforehand, and how to respond if something actually happened. I consulted friends with experience and read many articles online to understand potential issues. Personally, I was most worried about illness and theft, so I diligently prepared various medications and their instructions before departure, as well as anti-theft tools. Luckily, I hardly needed any of the medications I brought with me, and I wasn't robbed during my solo trip in Barcelona. However, I still recommend thorough preparation and considering all possibilities. Not all articles I read accurately reflected local conditions. For example, some suggested that certain phone chargers were hard to find or expensive, but in reality, many stores sold them, including specialty and Asian shops, so there was no need to worry too much.

Although Córdoba's geographical location may not be considered the best, I highly recommend coming to Spain for an exchange program. Compared to other European countries, the weather, cost of living, and pace of life are quite moderate here. The food and fruits are delicious, with many fruits being exceptionally sweet. Culturally, most Spaniards are very warm and helpful. During my travels, I received a lot of assistance from locals.

One of my favorite things about Spain is that there's no pressure when speaking Spanish. Even though my

Spanish was almost zero when I arrived, my pronunciation and grammar were probably not very accurate. However, most shopkeepers patiently listened until I finished speaking. Even if there were minor flaws, they wouldn't directly correct me. I even encountered shopkeepers who slowed down and communicated with me patiently. This made learning Spanish here a comfortable experience for me.