繕打中文及英文心得報告，應包含下列項目

（中文至少 1,000 字+英文至少 500 字。赴中國交換者不需撰寫英文心得。）

A. 學校簡介

- 里昂商學院（emlyon Business School）建立於 1872 年，是法國少數百年商學院之一。擁有國際商管學院皇冠認證：AACSB、EQUIS、AMBA，並且為法國前四大商學院，在 2024 年 QS 全球商學院排名第 63，在全球有六大校區，包含校本部里昂、分校聖埃蒂安、巴黎、卡薩布蘭加（摩洛哥）、上海（中國）與布巴內什瓦爾（印度）。
- 里昂為法國第三大城市（僅次於巴黎、馬賽），擁有豐富的資源與人才，其提供的課程包含知名的供應鏈管理 （全球排名第 4）、行銷（全球排名第 8），以及大數據、創新創業等多元選項。學校於 2024 年將校址移至里昂市區第 7 區，將大學與研究所的校區整併。

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

Introduction to Data Analytics & Bus Int

這堂課的老師非常非常認真，每週提供的上課簡報上百頁，會從基礎介紹數據分析，循序漸進一步一步帶你認識資訊系統、商業智慧，以及數據對於企業的重要性，之後教數據的清理、分析、視覺呈現、看圖表講故事等。除了理論，這堂課的實作重點主要放在「資料視覺化」，教學如何使用 Tableau Prep 清理資料，再使用 Tableau Public 將資料視覺化。期末報告同時考驗從數據中發掘商業問題，以及動手分析數據及做資料視覺圖以求解方的能力，也考驗小組團隊合作、個人獨立作業的能力。雖然 loading 相較重一點，有三次課堂小考、兩次個人作業、兩次小組報告（期末報告要做 ppt 並錄成影片），但八堂課下來會吸收到不少知識，很推薦對於商業分析有興趣的人！

Global Purchasing Strategy & Operations

當初選擇這堂課的原因，第一是因為線上課，第二是因為供應鏈與採購是里昂知名的領域（全球排名第 4、法國排名第 1）。儘管課程內容有滿多和在中山企研學習到的重複，不過還有許多沒聽過的理論，老師在課間也會使用 Zoom 分組讓個別小組自行討論個案與理論的應用，而且老師很喜歡和學生互動，有時會請同學分享相關的工作經驗，在倒數第二堂課也會請業界人士分享。尤其，我覺得最有趣的是期末小組的模擬遊戲！透過模擬遊戲了解真實情況的企業與採購管理在風險發生的前中後期要如何預防、應對、補救，同時要評估多重面向以衡量權重，最後小組再一起將此模擬遊戲中所學到的做成一頁報告指南書。整體 loading 較輕，老師很可愛風趣！

C. 國外研修之生活學習（課外）

當初選擇到國外交換最主要的兩個目的就是「增進外語能力」與「體驗歐洲生活」，盡可能的多走多看，也意外地收穫與當地人更多交流的難忘回憶。除了學校的 BDI 社團為國際生舉辦的小活動之外，因為住宿有法國室友，課堂也有法國組員，在這樣的環境下，自然有更多用簡單法語打招呼、用英文聊天的機會，而他們沒有我對法國人難親近的既定印象，反而很熱情的邀請交換家鄉料理、酒吧聊天。另外，他們也推薦了很多里昂的特色美食紅酒、Bouchon 餐廳、其他法國值得旅遊的城市 Annecy，讓我可以有更道地的法國文化體驗。

除了遊歷法國的幾個城市，到了後期，我將更多時間放在環遊歐洲各國，去了西班牙、德國、瑞士、捷克等 21 個國家，每到一個國家、一個城市，都能深切的感受到當地獨特的氛圍，不僅更深地拓展國際視野，也從日漸積累的旅遊經驗中發掘不同文化的相近相異之處。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 提升外語能力：最重要的是促使自己敢開口
2. 增進國際視野：有機會遊玩多個國家，體驗不同文化
3. 增強獨立自主能力：出外靠自己！雷達必須全開，會變得更勇敢

4. 培養解決問題能力：國外鳥事不少，也會漸漸培養出耐心
5. 結交外國朋友的機會：不放過課堂、社團活動和外國人交流的機會，從台灣皮蛋開始交朋友吧:)
6. 小錢賺寶貴經驗：歐洲廉航很便宜，而且歐洲各國對 26 歲以下學生優惠多 (門票免費等)，CP 值超高！

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?

初到歐洲時我非常的警戒周遭，包包用八字鎖之外還用外套蓋住，手緊緊抓住以防小偷。然而，由於後來去了很多地方都沒事，甚至覺得很安全，後來漸漸放下防備，就在我要回台的一個禮拜前，錢包就在巴黎被偷了。在錢包被偷之前，其實在羅馬也有遇到扒手的經驗，那時是有三位約 10 多歲青少年女生，長相完全看不出來是扒手，那時地鐵門開大家湧入車廂，那三位女孩就開始往我們身上擠，我朋友就親眼看到其中一個人從腰包下伸出手往我袋子裡伸，只是剛好那時我的袋子裡沒什麼重要東西才沒事。

而巴黎我則是完全沒有被偷的記憶，是之後看到包包拉鍊沒關好，檢查裡面才發現不見。遇到事情的當下除了難過還是氣憤，但當下就算再怎麼驚慌失措，也必須趕緊著手該做的事，確認錢包放了哪張信用卡並辦理掛失、確認還遺失了什麼、報警、聯絡去過的地方是否撿到錢包。因為被偷的隔天一早我就要離開巴黎到別處旅遊，只能不斷調適心情，告誡自己要提高警覺，也因為這件事，讓我將這句話謹記在心「就算一切順遂，也不要鬆懈。」

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?

法國人做事效率：雖然大家都說法國的辦事效率低，但其實從 CAF 房補、學校行政、辦交通卡等，我遇到的處理速度都很快。但是，我確實很認同法國人的懶散，團體報告可以說是如果不在

群組 Tag 人，就幾乎不會出現（幸好在第一次有好好溝通過後他們有表現得更積極）。不過後來觀察，他們其實很快就能完成而且做得很好，只是很不積極並且喜歡把事情拖到最後一刻，所以我和台灣夥伴後來是先完成報告的前半部分，後半部分就交由他們，就不會受到影響~

法國人不會/不喜歡說英文：年輕一輩的英文其實都不錯而且很願意講英文，但在外面滿多像是電信、地鐵、郵局、超市的工作人員很多都不會英文，有些人會積極的找會英文的同事或努力比手畫腳、用 Google 翻譯溝通，但也有遇過有些人聽到英文的當下直接變臉或不理人，甚至我從國外旅遊回來法國過海關時還被刁難在法國留學怎麼不會講法文...。後來聽法國朋友說因為以前法文是最多人說的語言，他們對於講法文有自豪感，所以滿多人羞於(shame)講英文。但這個情況現在較多發生在長輩身上，剛開始遇到這種情況會滿受挫的，但後來漸漸習慣，對於不禮貌的人不要理會，把更多禮貌與親切留給尊重自己的人就好。

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?

在這幾次的旅遊，有時也會因為突如其來的交通罷工、天氣狀況不好而打亂原本的計畫，而在這過程中，我漸漸變得放寬心，在之前規劃旅程時都會查很多資料、將大部分行程安排好才安心，但當心態轉變後，我規劃事情的速度提升，不會對於行程斤斤計較，並且學會放寬心迎接突發事件，也變得更享受隨興所帶來驚喜的旅程。尤其在回台前決定的獨旅之行，我發現自己變得更大膽、更勇於挑戰未知的事情。因此，在海外的歷練，除了讓我學習如何和別人打交道，也多了和自己獨處、對話的時間。放寬的心，同時讓自己跟別人相處以及跟自己獨處的本身，變得更加開闊。

H. 感想與建議

趁在學生時期到國外走一趟真的很值得，不僅能體驗國外的教育，也能到各國體驗不同民俗風情，同時感受思想與文化的碰撞與衝擊。透過 5 個多月的時間遊走各地，這些經歷著實豐富了人

生經歷、開闊了視野，關注的國際情勢也變得更有熟悉感。從初到歐洲時看見美麗街景、山水秀麗的風景時，心裡的那份悸動，在回來後依舊記憶猶存，我相信在歐洲所見的形形色色人事物，都會成為人生珍貴的回憶。所以非常推薦學弟妹運用學校眾多姊妹校的資源，在處理完中山繁忙課業後再到國外遊覽，少了其他壓力與煩心事會有更多時間去結識國外朋友、探索世界。尤其會很感謝自己是以學生身分到歐洲遊玩的，優惠真的很多！！

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
赴中國交換者免填英文心得

Emlyon, founded in 1872, is one of France’ s top business schools, ranking among the top four in the country and 63rd globally in the 2024 QS rankings.

The **Introduction to Data Analytics & Bus Int** course focused on data visualization using Tableau Prep and Tableau Public. The professor provided extensive materials, and the final project required us to analyze business problems through visual storytelling. Despite the heavy workload, it was highly rewarding for those interested in business analytics.

The **Global Purchasing Strategy & Operations** course explored supply chain management through case studies, guest lectures, and a simulation game. Engaging discussions and hands-on activities deepened my understanding of procurement decision-making. With a lighter workload than my other courses, it was both insightful and enjoyable.

Studying abroad allowed me to improve my language skills and immerse myself in European culture. My French roommate and local friends introduced me to traditional food, cultural customs, and must-visit destinations. These experiences helped me practice French and develop a deeper appreciation for the culture.

Beyond France, I traveled to 21 countries across Europe, each offering unique insights. Navigating different cultures, languages, and customs broadened my global perspective. Every trip brought unexpected challenges that taught me adaptability and spontaneity.

A major challenge was having my wallet stolen in Paris just before returning home. Acting quickly to cancel credit cards and report the theft taught me to stay vigilant. Though stressful, it reinforced the importance of preparedness while traveling.

Adapting to French efficiency was difficult, especially in group projects where some teammates worked at the last minute. My Taiwanese teammates and I adjusted by completing our parts early, ensuring a balanced workload. Despite the different work styles, the final results were often well-executed.

Language barriers, especially with older French citizens, made certain interactions frustrating. While some people used translation apps, others refused to speak English or showed impatience. Over time, I learned to focus on positive encounters and appreciate those who made an effort.

Key Takeaways

Improved language confidence – I became more comfortable speaking foreign languages in practical settings.
Broadened global perspective – Traveling extensively exposed me to different cultures and perspectives.
Enhanced independence – Living abroad required self-reliance, problem-solving, and adaptability.
Strengthened resilience – Overcoming challenges, from theft to cultural adjustments, built patience and perseverance.
Opportunities for international networking – I made global friendships that expanded my connections.
Cost-effective travel opportunities – Student discounts made European travel accessible and affordable.

Studying abroad is more than just academics—it' s a journey of self-discovery, cultural exchange, and personal growth. Immersing myself in a foreign education system and exploring new cultures has been life-changing. I highly recommend this experience to any student eager to embrace the world.

學海惜珠暨乘風萬里或者乘風萬里，心得報告內容項目如下

A. 學校簡介
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
C. 國外研修之生活學習（課外）

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）
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?
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?
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?
H. 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?
I. 給乘風萬里獎勵金捐贈者的感言及心得感想
J. 別具意義的照片