

心得分享

A. 學校簡介

捷克科技大學位於布拉格 6 區的理工大學。從學校到老城區只要半小時即可到達，附近也有超市或公車直達 Ikea，要採買任何生活用品或到市區都十分方便。不同於台灣的大學在校區與社區間有明顯的區隔，捷克科大比較類似大學城的概念，因此經常會看到外面的汽車與公車頻繁在校園內的道路上行駛，另外像是學校的圖書館是一座國家圖書館，由一般民眾與捷克科大的學生一起共用。在交換的修課上，學校只有建議的修課學分，並沒有強制規定，因此只要遵照中山的修課規定即可。這一點我覺得對於交換生來說蠻有彈性的，當然也更有時間安排到各國旅行。

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

在捷克科大交換期間，我總共修了兩門課程，分別是 Business Correspondence 以及 CSR。

1. Business Correspondence (商業書信)

這堂課是每週 1.5 小時的課程，課程中老師會教許多正式的商業書信的撰寫方式，包含傳統書信與電子郵件。這門課是以英文為主要的上課語言，因此會和許多來自各國的交換生 (當然也有捷克學生) 一起上課，是一個認識外國人的好時機。這門課只有期末的紙筆考試，考試內容都是老師的上課內容，因此只要有認真上課加上單字量夠，基本上可以輕鬆通過這門課。這門課雖然看似基礎但在撰寫書信中有許多的細節需要注意，我覺得這堂課最大的幫助是可以學習到很務實的內容且未來在工作上也經常需要用到。非常推薦大家來修這門課！

2. CSR (企業社會責任)

這堂課是每週 3 小時的英文課程，老師人非常好，講的英文也都淺顯易懂。課程中老師會介紹許多關於 CSR 和 ESG 的內容，從定義、法律到各國或各企業的案例都會提到。每次的課堂中老師都會很用心的準備問題讓同學們討論，在討論的過程中老師也會針對同學的想法給予補充。期中

期末則是會各有一次的報告，另外期末會多加考試。考試的內容都是老師上課提到的內容，因此上課認真聽並不會有太大的壓力。報告的部分則是小組選題目上台報告，因此有機會和外國人同一組，同時也會充分的體會到文化差異。這門課的老師人超級好，老師會一直找我聊天，詢問一些關於台灣的事情。整體而言是一堂非常讚的課程，推薦來捷克科大交換的同學都要去選。

C. 國外研修之生活學習（課外）

課餘時間我花了很多時間去歐洲各國旅遊。這半年下來一共去了大約 20 個城市，也體驗到了很多不同的文化跟看到很多漂亮的風景。最令我印象深刻的是德國的國王湖，那裡的湖面非常清澈而且群山環繞，可以看到倒映在湖面上的山峰，真的超級漂亮！在歐洲旅遊推薦大家要盡可能提早安排，提早訂票才能買到很便宜的價格，這個經驗也讓我養成了提早安排的習慣。還有要善用學生身份，許多國家針對 26 歲以下的學生都有非常優惠的學生票以及各式各樣的優惠。非常推薦來歐洲交換的大家把握機會多多到各地遊玩，體驗不同的文化。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 獨立自主

獨自生活在異國，在一個語言、文化完全不同的環境下有許多的事情都要靠自己獨立完成，像是遇到各種困難的時候要自己去尋求幫助才能順利解決問題。

2. 積極的態度

遇到問題的時候（特別是跟錢有關）要努力不懈地跟對方爭取或尋求他人幫忙。歐洲人相較於華人來說在許多事情都有可以商量的餘地，同一家店，同一個問題，有時候換了不同店員就會有完全相反的結果，因此要勇於爭取自己的權利，不要因為不好意思而放棄。

3. 英文口說能力

在交換期間遇到了不少問題，特別是跟電信有關的。這種時候就是訓練英文口說的好時機，要跟

對方用英文溝通 (或吵架)，為自己爭取到想要的東西。在其他國家旅遊的時候也是要用英文跟當地人詢問問題。交換的這半年，可能因為常常要跟電信公司來回溝通，我發現我的英文口說進步神速，也算是有達成我當初來交換的目的。

4. 提早規劃

歐洲的巴士、火車跟飛機票價格是浮動的，這點和台灣有很大的不同，有時價差可以差到一半。因此要盡可能的提早規劃，提早訂票才能省下錢去當地體驗生活。

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？

在交換期間我遇到了好幾次的問題，很幸運的最後也都有順利解決。印象最深刻的兩個是選課的事情跟被電信公司多收錢。選課的事情是因為要加簽課程，我寄信給行政人員請他幫忙加簽課程。過幾天他回覆我系統不允許，他無法幫我加簽，導致我前兩週的課程都無法繳交作業跟使用教材。最後，我在他的辦公時間到辦公室請他加簽，結果他十分鐘不到就搞定了。從這件事情之後，我變學到和歐洲人做事時要人在現場，不能透過訊息的方式請他們處理。另一間印象深刻的困難是被 Vodafone 多收錢。那時候我在瑞士打開門號要接收簡訊，結果被電信公司直接收取一天 199 克朗的漫遊費用，外加 1.80 的簡訊漫遊費。發現之後，我立刻到門市請他退款。一開始，對方不願意退款，直到我寫信去跟客服反應後才拿回那筆費用。這件事情讓我更加相信遇到任何問題要勇於爭取，捍衛自己的權利。

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

我覺得遇到最大的文化衝擊是歐洲人做事很慢。常常結帳隊伍大排長龍，店員仍然慢悠悠的結帳，甚至有時候結帳區一排有六個店員，但可能只有一兩個店員在結帳，其他都在聊天或做其他事情。很神奇的是後面排隊的顧客沒有人露出不耐煩的態度，或上前催促店員快一點，大家都默默的排隊。

等待。這一點跟台灣或亞洲國家非常不一樣。因此之後我也漸漸放慢速度，不需要每件事情都追求快速，有效率。

另一個遇到的文化衝擊是我發現捷克或多數的歐洲國家的電子化程度普遍不高，許多地方他們仍然使用傳統的方式進行。最明顯的例子是歐洲的停車場大多數仍然使用代幣而非車牌辨識。另外，在宿舍的管理上不像台灣大多都使用門禁卡，洗衣機則用自助投幣的方式，捷克的宿舍都有管理員管理也包含保管洗衣機的鑰匙，因此每次要使用時都要到管理員那裡登記，無法線上預約。最後再由管理員將使用的時數輸入到系統中，從下個月的宿舍費用中收取。這一點我花了非常久的時間才習慣，也突顯出歐洲人比起效率更注重社會福利的文化。

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？

我覺得最大的改變是面對任何事情都更加積極。在捷克交換的期間，遇到的所有事情最後都是靠自己積極處理才解決的。因此也讓我養成對任何事情都要勇於詢問、提出疑問跟爭取的態度。歐洲的環境也很鼓勵人主動爭取，自己嘗試後也確實因此達到自己想要的目標。我覺得這是和台灣特別不一樣的地方，讓我在遇到事情的時候都更加勇敢的為自己想要的目標去爭取。

H. 感想與建議

來歐洲交換的半年，我覺得非常值得，也讓我成長了許多。一開始選擇去交換的目的是希望可以增進自己的英文能力、國際觀以及體驗在國外生活的感覺。回首這半年，這些目的確實都有一一達到，像是現在我可以很從容不迫地用英文和外國人聊天；對於不同文化也更能敞開心胸去接受並欣賞他們的優點；面對生活中的困難時，可以獨自解決。另外一個意外的收穫是在與外國人聊天中，發現他們都知道或有聽過台灣，也在聊天的過程中讓他們更了解我的國家。非常感謝中山大學和捷克科大提供這樣的交換機會，讓我能趁學生時期到不同的國家看看，體驗到與台灣完全不同的文化與上課環境。這些經歷相信未來都能對我的人生與職涯有很大的幫助。

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)

● Introduction to the University

Czech Technical University (CTU), located in District 6 of Prague, is a prominent technical university. The campus is conveniently close to Prague's old town, just a 30-minute commute. Nearby amenities include supermarkets and direct bus routes to Ikea, making it easy to access daily necessities or explore the city. Unlike the distinct separation between university campuses and surrounding communities seen in Taiwan, CTU blends into the cityscape, resembling a university town. Public roads within the campus are shared by cars and buses. Additionally, the university's library doubles as a national library, serving both CTU students and the public.

● Academic Experience

During my exchange at CTU, I took two courses: Business Correspondence and Corporate Social Responsibility (CSR).

1. Business Correspondence

This 1.5-hour weekly course focused on teaching the formalities of business letter writing, covering traditional and electronic correspondence. Conducted in English, it provided a great opportunity to interact with international and Czech students. The course culminated in a final exam based on class content, making attentive participation and vocabulary knowledge crucial. This class was particularly practical, equipping me with essential skills for future professional communication. I highly recommend it to future exchange students.

2. Corporate Social Responsibility (CSR)

The 3-hour weekly CSR course covered CSR and ESG topics, including definitions, laws, and various case studies. The professor fostered a highly interactive environment, encouraging student discussions and providing insights based on our ideas. The course included mid-term and final presentations, along with a final exam. The collaborative projects offered a rich cultural exchange experience. The professor's personable approach made the class particularly enjoyable, and I would urge future students to enroll.

● Cultural and Personal Growth

Outside of classes, I traveled extensively across Europe, visiting about 20 cities. One of the most memorable experiences was at Königssee in Germany, where the crystal-clear lake and surrounding mountains were breathtaking. Traveling in Europe taught me the importance of early planning to secure affordable travel options. I also benefited from student discounts, available to those under 26, which made travel even more accessible.

● Concrete Benefits

1. Independence

Living abroad required me to handle many challenges independently, from resolving issues to seeking assistance.

2. Proactivity

Encountering issues, especially financial ones, taught me to be assertive in seeking resolutions. The flexibility and negotiation tendencies of Europeans highlighted the importance of perseverance.

3. English Proficiency

Frequent interactions with service providers, particularly telecom companies, improved my English-speaking skills significantly.

4. Planning Skills

The dynamic pricing of European transport emphasized the need for early planning to save costs.

- Challenges and Adaptations

I faced several challenges, notably with course registration and telecom issues. Resolving these required direct, in-person communication, underscoring the importance of persistence. Cultural shocks, such as the slow pace of service in stores and the less digitized systems, initially tested my patience. Over time, I adapted by embracing a slower pace and appreciating the societal welfare focus in Europe.

- Reflections and Recommendations

My exchange at CTU was immensely rewarding, enhancing my independence, proactivity, and adaptability. These experiences not only enriched my understanding of different cultures but also prepared me for future challenges in both personal and professional spheres. I am deeply grateful to National Sun Yat-sen University and CTU for this opportunity, which has undoubtedly made a lasting impact on my life and career.