學校簡介

里昂政經學院是法國培育出國家政治、外交人才的名校。一般學生需花費五年時間畢業，其中前三年為獲得大學學位、後兩年為獲得碩士學位。課程範疇囊括經濟、政治、法律、社會學、歷史等領域，學生也必須從亞洲、中東、非洲、美洲選擇一個專長，因此課程種類多元，平時也常常有請歐盟、法國政府各單位官員給予講座的機會，並有與其提問、對話的機會。一般學生必須在第三年的時候至所選專長的某一國家進行交換、除了培養英文能力之外因此，大一大二便開始學習阿拉伯文、中文、日文、□班牙文等、以助於交換時更容易的融入當地生活。因為至他國學校交換為畢業條件，學校每年也接收非常多的交換生，整體學習環境相當國際化，多數學生對國際學生也十分友善、時常對於文化及語言交流感到熱情，而少了一般法國人的含蓄。

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

修讀DFES(Diploma of French and European Studies)學程，課程依當學期師資、國際形勢而有所變動。在學程中我修了「英國脫歐始末」「法英歷史淵源」「法國社會與政治」「動物福利」「英國核能與歐盟」及法文語言課程。學程規劃以英文授課，整體使我非本科系的學生對歐洲大陸政治經濟局勢有基本的認識。最喜歡的課程為DFES課程外的「南非概論」及「衣索匹亞概論」，兩門課皆從國家歷史出發，引導到近代史、政策及政治衝突等討論，讓我對非洲大陸的多元文化、殖民史、環境、政經問題有更多的認識。

國外研修之生活學習（課外）

我從學校教授以及法國同學的學習態度觀察到，面對高等教育及對廣泛的學習中，學生應具有的一種主動，以及在這環境中訓練思考，內化資訊及對收集知識、形成對知識的批判能力。因學校法語課程時數有限、第一學期時我在線上語言學習平台Lingoda 上了兩個月的密集法語培訓課程，下學期至Alliance Française Lyon上了三個月的語言學校。這一年，我也在社交上學習拿捏獨處與付出多少精力認識朋友的平衡，抓住自己不舒服的界線並懂得為自己發聲。此外，因上學期放假離下學期開學中間夾著暑假，有四個月左右的空白時間可以讓我很放鬆的旅行。我從法國的文化之都—巴黎開始，花了三個禮拜的時間走遍巴黎市立所有大大小小，為數二十多間的博物館，在學習欣賞美的同時，我也開始發現頭腦與心步調上的落差，並慢慢學會選擇那些會帶來自己平和、快樂的東西。巴黎後，我花一個半月的時間在義大利漫遊，從維尼斯開始、到米蘭、弗羅倫斯、羅馬、拿普勒斯，欣賞建築、雕塑、歷史古蹟；同樣逛了無數的教堂、博物館，思考自己與畫作、歷史、同身作人類的哲學關係，探索自己對藝術史、博物館學、戲劇、文學的興趣、釐清對於未來的方向以及對自己的期許。我透過旅行，體會過去在課本生硬的一二次世界大戰、歐盟的來由與價值。除了義大地，我後來造訪了許多國家、城市，透過與當地人的對話，詢問並聆聽他們轉述國家歷史、政治，文化、或是思考方式的差異，增長自己對世界的見識，也學習尊重每一個人擁有自己意見的權利。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

深化對於世界的認識，見識到世界的廣闊
增加自信
法文能力進步
找到興趣並確認未來發展方向

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?

最大的困境自然是嘗試在全法文的學習環境中融入並生存，誠實來說，才剛開始要克服就必須回台灣了。思考未來同等狀況該如何面對，從接受每天都會很打擊開始，而不因此頹喪、放棄。專注在每日能夠做的進步之上，不及格也沒關係、按照自己的步調走，有努力，一定會慢慢適應的。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

法國人思考方式較亞洲文化多了自我的概念，適恰的自我能夠在人與人的相處之間多增取自己能佔取的空間。不用事事為他人著想、而是先問自己的意見為何而在這基礎上進行溝通，是我很欣賞的態度。

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?

個人特質的轉變為說話多了些底氣、生活方式開始以自己為出發，才能建立讓自己舒服的關係。此外，不得不說的是歐洲的藝文資源早了台灣好幾百年的發展，一般人對於藝術的態度一樣多了許多重視，因而在交換期間接觸到各國的博物館、展覽皆有助於我釐清未來發展的方向。

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?

獎學金金額佔整年總花費的五分之一，能夠間接讓我在交換時期更能夠游刃有餘的決定旅遊計畫、語言學校的支出多寡，雖不會影響到是否決定出國，但仍增加了交換體驗的品質。

感言及心得感想

交換期間所學習到的事物，除了在獨立生活所促成的務實技能，包含煮飯、社交、自我相處、為自己負責，更重要的是給予了自我成長的心理空間，能夠更清楚的知道自己的喜好、意識到握在手裡的選擇權、善用時間的重要、以及思考所賦予的自由，更懂得為自己而活。我很幸運我能在出社會之前有如此自由探索生命可能性的機會，當在異地深切的感受到一無所有時，卻反映出自身能夠創造環境的潛力、所有的犧牲及付出便一目瞭然，可以從自己努力的過程中獲得成就感，而感到更加的自信。回頭看，我學會對於在台灣之前感到理所當然的事物多了許多的覺察，並更懂得對在台灣所擁有的人事物及善意心存感激。這一年所習得到的感悟一言難盡，總之對於自己感到更踏實、並更相信自己具備創造自己想要的未來的能力。我對於這一年所有的所有感到感激。心中唯一浮現的建議是提醒未來將前往法國的同學們這個國家對其他語言的排他性容易使學習法文的路徑更加的挫折，因此建議若有志於融入法語大學學習環境，出發前應至少有法語B1、B2的程度，學習上會少許多波折。

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)

Sciences Po Lyon is a prestigious grande école known to produce the countries' political and diplomatic elites. The curriculum encompasses four basic fields: Economy, Politics, Law, Sociology, providing a well-rounded knowledge in their respective specialty- Asian, Middle Eastern, African, American Studies. A typical student has to exchange to a country of their specialty, therefore, besides having an above-average level in English(compared to general French students), each student is equipped with basic capabilities in their second foreign language. Many students are therefore friendly and welcoming towards exchange students as they also wish to learn about cultural, historical, political aspects of other countries. The only down side to the institution's course availability towards exchange students would be the extremely limited amount of English-taught courses, posing a significant learning barrier if one is not at least B1,B2 level in French. However, depending on your luck, there might be some interesting courses in English, for instance, my most memorable course was an Introduction to Ethiopia and also a course on South African history. This helped to bring an entirely foreign continent while in Taiwan to my understanding and helped me form a basic level of knowledge to comprehend current conflicts in the area. Outside of the exchange school, I also enrolled in French language programs to deepen my language abilities as Sciences Po's French language courses are far from rigorous. I also backpacked around Italy, Eastern Europe during the summer and visited countless museums and cathedrals, both refining my taste for art as well as comprehend the historical heritage that Europe is unique to. These experiences helped me clarify my future path in study and career. All in all, a year in total independence in France not only gave me space to explore what I want out of life, but also reserved me the space to develop independent thought and crucial life skills that both enhances my confidence and sense of self, but also broadens my imagination of a dream life and feeling capable in achieving it.