

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？	4
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

布拉提斯拉瓦誇美紐斯大學（斯洛伐克語：Univerzita Komenského v Bratislave，英語：Comenius University in Bratislava），或依斯洛伐克語譯為布拉提斯拉瓦考門斯基大學，是斯洛伐克最大最好的大學，大部份學院位於布拉提斯拉瓦。該大學創建於捷克斯洛伐克成立不久後的1919年，並受到了布拉格查理大學的幫助。其名稱是為了紀念17世紀捷克教師及哲學家約翰·阿摩司·誇美紐斯。

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

在學校的課程中，我所修習的是English for manager II與Data Analysis for management兩門課，課程都隸屬於管理學院之下。透過English for manager II 這門課，我有多次機會能與來自各國的同學進行小組討論，共同完成報告等等。透過這些經驗，一方提升自我的語文能力與表達能力，也有更多國際交流的機會，因為參與課程的多以交換生為主，因此雖然人在斯洛伐克，但同學也有來自葡萄牙、西班牙、義大利等等，所得到的文化交流不單單只限於交換國，而是全世界。

而在另一門課Data analysis for management則是紮紮實實的學習各式的程式語言與軟體的應用，是我給自己的一項挑戰，課程中所接觸到的軟體有Excel、SQL、Python與R，課程內容豐富，必須上課十分專注且在課後勤於練習，才能保持在進度之上。而透過這門課，也改變了我一往上課的態度。在台灣我往往以聽為主，吸收老師所傳達的知識與想法，給人一種嚴肅沉悶的感覺。但在夸美紐斯大學，雖然課程仍以講授的模式為主體，但十分鼓勵同學們發言，不管是問問題或提出自己的想法。勇於表達自己、提出問題是我除了專業知識外得到的另一收穫，因為課程是以英文進行，又有多個我先前毫無接觸過的程式語言，在課堂上出現很多不懂的點，從一開始的擔心害羞，到後來發覺，若此問題不在課堂中解決，要花費更多的課外時間去搜尋、處理此問題。也透過課堂的期末報告體會到程式的迷人之處，能夠以效率有條理的方式，完成分析與資料處理。雖然沒有學習到多艱深的程式語言，但我認為這門課為我開啟一扇大門，讓我了解程式語言，並讓我有動力在未來持續鑽研。

國外研修之生活學習（課外）

課程外的經歷一樣使我獲益良多，例如：到當地外國人事務警察局辦理學生居留證，在準備資料的過程中，程序繁瑣，在台灣備妥一切資料且經由各機關審核後，還要到斯洛伐克當地找尋能夠將文件由中文翻譯成斯洛伐克文的法院認證翻譯人員。而處理完翻譯後，到了斯洛伐克當地的外國人士務警察局更是因為語言不通，導致處理程序面臨許多問題，因此光是辦理簽證，就讓我學習到不少在學校不會遇到的問題解決方法。

也因為會接出到的同學大多也是交換生為主，因此能夠交流到各式不同的文化，如：其他亞洲國家、其他歐洲國家、甚至是南美洲國家。身在歐洲卻能將眼界開闊到全世界，著實難得與珍貴。我把握各種能參與活動的機會，了解當地文化、練習英文表達與聽力、與透過交談了解每個人所經歷的不同生活創造與世界更深厚的連結。

也十分幸運的到斯洛伐克這個申根國家，因此能夠順暢的在所有加入申根的國家中暢行旅遊，透過旅遊更是能認識更多不同背景的人，而旅行所遇到的困難，所參觀的世界遺產、博物館等，都讓我對學習與生活有更深層的感受，當實際走訪、親身經歷後，過往所學習到的知識或先前的各種想像，都將被打破再重組，也會變得更加立體。我認為這些體驗雖然在升學或學術研究看似沒有強烈的關聯，但卻能激發我們各種想法，以更不同的角度重新審視這個世界。當我們的思考因新的元素加入而掀起波瀾，反對於升學與研究絕對能帶來正向的效果。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 英文能力明顯提升
2. 自我探索、忍受孤單與學習獨立自主
3. 危機處理能力
4. 人際交往能力
5. 開拓視野 為思考帶來不同元素
6. 以不同角度面對工作與生活

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?

在辦理居留證時，需要到外國人事務警察局辦理，但由於其申辦流程規劃不是非常嚴謹，花費許多額外時間在等待。且行政人員雖是在外國人事務警察局工作，卻大多不說英文，且態度十分傲慢無禮，像我在辦理居留證時，承辦警察在要求我簽屬文件時，文件與筆就是用丟的直接丟在櫃台上，令我大開眼界。也在承辦中多次與同事說笑暫停我的申辦。

這件事給我的最大啟發是，擁有權力時，自己的行為能對他人產生很大的影響。無關乎地位、種族與性別，即使文化不同語言不相同，在與人交流相處時，仍應保持互相基本的尊重，而不是仗著權力與地位來欺辱他人。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

對於新冠疫情的處理態度 大多數較為鬆散 不像亞洲國家較為嚴格
適應當地與病毒共存的態度 但也是需要先確診 才能遵循這哲學

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?

變得更有自信 勇於表達自我 捍衛自己的權益

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?

讓我能無後顧之憂的享受交換生活
如果無獎學金會大幅降低我交換的意願

感言及心得感想

在出國交換之前正值歐洲新冠肺炎肆虐之際，當初十分針扎是否要冒險前往，在交換之後，很感謝當初自己有堅持這項選擇。所得到的經驗與體驗絕對是畢生難忘。

在國外讀書，很多時候要面對一個可怕的敵人，孤獨，身處不熟悉的環境，語言、體制、風土民情都不同，很多事情都要靠自己解決，真的很難，會很煩躁、很低落，但這也是出國交換所能提供最實際的訓練之一。必須靜下心來，好好分析問題，思考該以甚麼面向處理此問題。在面對語言問題時，也必須想方設法的克服，即使對方聽不懂英文，也要想盡方法傳達我們的疑問或需求。

而在歐洲交換有很大的好處是申根協定，透過申根協定能到各個國家旅遊暢行無阻。很多在課本學到的世界名著，都能透過這個機會好好欣賞，且又因為是學生身份，很多景點都給予學生或青年學生優惠，因此趁年輕到歐洲旅遊確實可以省下一大筆開銷。也透過旅遊與來自世界各地，不同背景的人交流，眼光不再侷限，體認到未來自己發展有無限可能。

最後很感謝國家提供這筆經費，讓我在預算壓力上能減輕不少，讓我無後顧之憂的體驗交換生活，透過交換也交到許多來自各國的好朋友，無論是在提升語文或文化交流都有很大的幫助。這次的體驗絕對是這輩子不會忘記的回憶，我會利用交換所學習到的一切，做為未來成長所需的養分，繼續提升自己。

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)

Comenius University in Bratislava (Slovak: Univerzita Komenského v Bratislave) is the largest university in Slovakia, with most of its faculties located in Bratislava. It was founded in 1919, shortly after the creation of Czechoslovakia. It is named after Jan Amos Comenius, a 17th-century Czech teacher and philosopher. In 2006, Comenius University had more than 30,000 students and 2,000 faculty members. As are most universities in Slovakia it is funded mostly by the government. Although there have been plans to establish tuition fees for university students in Slovakia for years, another attempt failed to gain sufficient support in parliament in May 2005.

My experience in Slovakia was amazing. I made so many friends from different countries, So I could learn about many different cultures even though I stayed in Slovakia.

I took two classes in the whole semester: English for manager and Data analysis for management. In English for manager I got many opportunities to finish a project in teamwork. So that not only improved my English communication skill but also taught me how to express my thoughts confidently. Don't hesitate or worry about others' opinions; everyone can have their prospects; everything could be a good element on the discussion table.

Another class I took spent a lot of my time. Because I learned 4 different computer languages in one semester. So I had to put my whole attention into the class and practice after the lesson. But I truly learned a lot from this course, not only gave me some basic programming knowledge but also made my interest in programming and computer science.

The extra-curricular activity was great; I spent time with people worldwide and learned about life in their country, city, or opinion about something. Some of those conversations made me think about it days later.

I think we have to experience as much as possible in this world. And to be an exchange student is an excellent way to achieve that. Something good will make us happy and laugh. But of course, there will be some difficulties we need to face, and we will feel depressed and hopeless. But that's the part of the adventure, and if we don't take the risk, we will never know what is behind the wall. Who knows? Maybe you will find your purpose after all of this!