

學校簡介

里昂高等商學院-emlyon，是一所很國際化的學校，在巴黎、里昂、聖艾蒂安、埃屈利、上海、卡薩布蘭卡和布巴內什瓦爾以及孟買，七個地方都有校區，而目前學士交換生是在聖艾蒂安校區。emlyon 2022年QS排名是全法第四，坐擁相當好的排名。而學校以 early makers 為宗旨，寄望學生能有遠見的為未來行動及規劃，而學校名稱 em 的簡寫也是與兩字作聯結，而用小寫寓意謙遜的意思。

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

customer experience 是我覺得受益最多的課程。老師是一位有業界實戰經驗的人，所以教受的內容是當前企業會使用來提升顧客體驗的方法，非常實用，老師也透過分組的方式請我們實際使用上課所提到的方法來制定出提升顧客體驗的提案，是一門實用又有趣的課。

除此之外，我蠻推薦學校開的package課程，有點像是微學程，像是「digital marketing」學程其中課程包含：digital communication, social media management, inbound marketing 等課程，整個是有組織的學習過程。

國外研修之生活學習（課外）

在外地生活一切都要自己打點，從剛抵達時需處理的電信、銀行、住宿到生活的食衣住行，都是很好的學習過程，尤其是在不同語言的國家（法國），需要解決與溝通的事情更多，這時問題解決能力與溝通能力就可以很好的被訓練到。而因為國外物價較高，自己下廚比較便宜，因此大多時間都是自己煮，而在國外也比較有時間研究食譜與下廚，是一個很好玩的過程。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

交換的具體效益有：

1. 適應力提升
2. 問題解決能力及溝通能力提升
3. 增長國際視野
4. 瞭解更多不同文化與思想

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?

我覺得在法國我主要遇到兩個困境：語言、健康與護照被偷。

1. 因為我不精通法語，在辦銀行與申請房屋補助上遇到蠻大的困難，在諮詢過學校如何辦銀行後，我到了有與學校合作的銀行開戶，銀行行員卻說我必須要在法國待2年以上才能開戶，但按照規定來說行員是不能拒絕我開戶的，且那是與學校合作的銀行，許多交換生也只待半年，因此絕對沒有「必須要在法國待2年以上才能開戶」這樣的規定，但剛到法國的我無法好好的與行員表達，只好摸摸鼻子換一間銀行辦理，而第二間銀行行員在詢問完我要辦理的業務後跟我說了一句：「you must speak french」，眼看又要被拒絕，我趕緊跟他說我是來讀書的我將來會學法語的，這次銀行行員才幫我預約了時間辦理銀行帳戶，而在開戶的過程也是遇到很多語言方面的問

題，雖然翻譯軟體能有所幫助，但有時因網路差等因素，還是不能完整表達。我覺得這就是到非英語系國家交換會遇到的問題，當然我也有朋友遇到很好的銀行行員，開戶很順利，如過遇到了，那就事先查好資料，盡力表達自己的訴求來解決這類的問題，如若不行還是要尋求學校幫助。

2. 在第二學期開始時，我單耳突然耳鳴且漸漸聽不見。因為在不熟悉的環境，我開始找如何看醫生、如何使用我有健保的權利，因為醫生不會講英文，我又遇到了困難。這次因為我有當地會法文的朋友陪同，所以順利很多，最後也順利康復。在國外健康安全是第一的，如果遇到困難還是要及時尋求幫助。

3. 我在希臘遊玩的第一天護照就被偷了，雖然難過但也冷靜的面對問題，先去警察局拿了遺失單再去台北代表處辦理臨時護照。不過我想著台灣護照有申耕簽證可以免簽進法國，因此就沒有花時間去重新辦理法國學生簽證，而到旅程結束在登機扣卻被法國移民署攔下，說我沒有任何出境章不能這樣進法國，我只能選擇留在雅典5天左右來辦理法國簽證，或是飛出申耕國家再進法國，當時的我情緒是崩潰的，因為護照、錢包被偷已經損失不少錢，而我又要再浪費時間與金錢處理這件事情，最終我選擇飛出申耕國到伊斯坦堡再回法國。在整個處理的過程中，我覺得最可怕的是因為沒有護照及可以證明身份的文件，所以在求助於當地單位時，會被質疑身份，自己深知沒有騙人被偷也很無辜，但在這樣的事情面前社會是現實的也是殘酷的，必須先把情緒抑制下來，才能冷靜解決事情。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

法國是一個很愛罷工、抗議的地方，而且都來的猝不及防。可能你很早之前定好要旅遊的車票，但出發前兩天收到因為罷工所以火車停駛，面對這樣的文化，只能學習放慢腳步，去順應所遇到的實情，遇到就遇到了，只能想辦法讓損失減少，c'est la vie 這就是人生活在當下吧！

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？

我覺得主要的成長是對於歐洲文化的深入了解，以及面對各種問題冷靜思考並解決的能力。以前的我只要發生規劃以外的事情就會覺得煩躁，但現在我學會慢下來，以較彈性的身姿接受所有的變數，並解決問題。

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？

很大的減輕了生活負擔，也可以讓我有比較多預算去更多國家體驗生活文化。若無獎學金我可能就會先投入工作，不會選擇出國。

感言及心得感想

感謝學校及教育部給大學生這樣的機會出去看看世界有多大多不一樣，雖然遇到很多困難但這些也成為成長的養分，相信將來有一天能夠用這樣的經驗來幫助到別人及自己。交換的一年，有很多人事物想要感謝，也很感謝自己有這樣的勇氣獨自前往不熟悉的地方生活並有照顧好自己。很慶幸自己有機會再出社會之前把歐洲走一遭，體驗了不同文化，最有趣的大概是可以從細微事情觀察到不同國家的人的思維不同，解決問題的方式也不同，這是課本學不到的事情必須由自己體驗。

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)

emlyon Business School is a highly internationalized institution with campuses in Paris, Lyon, Saint-Étienne, Écully, Shanghai, Casablanca, Bhubaneswar, and Mumbai. Currently, undergraduate exchange students are based at the Saint-Étienne campus. In the 2022 QS rankings, emlyon is ranked fourth in France, indicating its strong reputation. The school's mission is centered around 'early makers,' aiming to encourage students to have foresight in taking action and planning for the future. The abbreviation 'em' in the school's name is also associated with two words, symbolizing humility in lowercase. The course that benefited me the most was 'customer experience.' The professor had practical industry experience, teaching us methods used by businesses to enhance customer experience, which were highly applicable. Through group work, the professor had us practically apply the discussed methods to develop proposals for improving customer experience. It was a practical and interesting course.

In addition, I highly recommend the package courses offered by the school, which are similar to micro-learning programs. For example, the 'digital marketing' program includes courses such as digital communication, social media management, and inbound marketing. It provides a well-structured learning process. Living abroad requires managing everything independently, from dealing with telecommunication, banking, and accommodation upon arrival, to daily needs such as food, clothing, and transportation. It is a valuable learning experience, especially in a foreign country like France, where there is a greater need to solve problems and communicate. This enhances problem-solving and communication skills. Due to the higher cost of living abroad, cooking for oneself is more affordable, so I mostly cooked my own meals. Being in a foreign country also allowed me more time to explore recipes and cooking, which was a fun process.

The specific benefits of the exchange program are as follows:

1. Improved adaptability
2. Enhanced problem-solving and communication skills
3. Expanded international perspective
4. Greater understanding of different cultures and ideologies

I am grateful to the school and the Ministry of Education for providing university students with the opportunity to see how diverse the world is. Although I encountered many difficulties, they have become nourishment for personal growth. I believe that one day I will be able to use this experience to help others and myself. During the year abroad, there are many people and things to be grateful for. I am also thankful that I had the courage to live alone in an unfamiliar place and take care of myself. I am fortunate to have the opportunity to explore Europe before entering the workforce, experiencing different cultures. Perhaps the most interesting part was observing the different ways people think and solve problems in various countries, which cannot be learned from textbooks and must be experienced firsthand.