

學校簡介

我的交換校是維洛納大學，歷史最早可以追溯到十四世紀。它在義大利國立大學中排行前十，除了理學院和文學院、商學院以外，也有美術學院和音樂學院。英文授課的課程以經濟學院和文學院為主。學校經常與市政府合作推廣藝文活動，而學校的國際生組織也對交換生非常積極熱情，開學後每周都有聚會跟派對。

學校的圖書館一周開放七天，且在主校區跟經濟學院校區各有一間圖書館。

學餐部分，幾乎各校區內都有學生餐廳和咖啡bar。包含主食、飲料、優格、蔬菜或肉的套餐一份換算台幣約150元。維洛納大學的整體環境充滿歷史人文氛圍，校園內有很多適合學生討論學習的空間。

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

international business and management

教授人很好，也會鼓勵學生發言。小組討論跟案例研究報告都讓學生能夠自主學習並深入了解國際企業的運作與管理，也涉及跨文化溝通等實際可以運用的知識，也透過全英課程精進了學術上的英文能力。

國外研修之生活學習（課外）

義大利本身是個歷史和藝術人文底蘊非常豐富的城市，因此光是遊覽義大利城市就花了好幾個周末的時間，慢慢探索這個國家的美。後來也去了西歐東歐等各個國家旅行，體會不同的國土民情，飲食和人文特色，也從一開始的不知所措到後來能夠快速適應。生活上也從完全不開伙的人，到後來能夠料理一日三餐，獨立處理生活大小事。除了旅行，也經常與朋友聚會聊天，去酒吧或派對，感受歐洲酒精與音樂充斥的夜間生活。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 培養獨立精神與抗壓性
2. 增進國際視野與全球意識
3. 加強歷史與藝文素養
4. 精進跨文化溝通能力
5. 外語能力進步
6. 增加未來發展考量選項

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？

居留證始終未能取得、宿舍押金要求使用IBAN碼轉帳(但我沒有歐洲銀行帳戶)。這兩項問題我個人認為主要是義大利的行政效率與處理方式不佳，且彈性非常有限，因此我三番兩次寫信溝通，處理進展依然有限，但是這兩項問題對生活影響不算太大。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

無

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？

1. 獨立性、抗壓性增加

我以前是一個非常容易感到焦慮，並且非常需要有人協助處理要務的人，依賴性很強。但來到這裡之後，我發現其實很多事情其實都不如想像中困難，也發現自己過去看見的世界真的很小。我變得更獨立也更能夠調適壓力，來到這裡幾乎都不曾有過思鄉的崩潰或在異地的不適應。

2. 萌生出國念研究所的想法

在義大利期間，就對這裡的藝術與歷史人文非常感興趣。在一次獨旅又去倫敦，更受到當地的藝文新創氣息吸引，因此決定更努力學習外語，並精進自身的能力，希望之後能實現到英國念書的理想。

最大的成長就是文化的適應力與溝通能力提升。

我對不同國家與人們的文化更加熟悉並結交了來自各地的好友，也能夠在一個人的時候獨立面對和解決問題，並且了解如何跨文化溝通和文化包容力的重要。

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？

無獎學金也不會改變我出國之計畫

感言及心得感想

交換的生活真的無比豐富精采，像是把幾十年分的人文風景和旅途或朋友都濃縮在這短短的時間裡。我會永遠銘記在這裡發現的一切，有時候也希望自己能再更勇敢、參與更多活動、認識更多朋友，但是目前為止我已經對我的交換生活很滿意。

我順利完成了經濟碩士班課程，踏上一直以來最最嚮往的義大利國土，感受歷史與人文，面對不同文化民情，不只是了解世界，也對於台灣在世界上的位置有更深一步的了解。

很意外許多外國朋友都對台灣的政治與經濟文化頗感興趣，甚至知道總統大選時間與國內各政黨立場，讓我感嘆自己的國際觀還有待加強。

當然這裡的生活也不是全然美好，例如費時費心的居留證流程、在某些派對感受到的不友善種族刻板印象(多來自幼稚的義大利男子)、罷工或行政效率差勁帶來的不方便，但整體而言，我仍會說義大利是我最喜歡的國家之一，而歐洲也確實夢幻迷人。

我去了世界各大知名博物館和美術館，皇宮與歷史名勝，總能在大相逕庭的藝術品中看見相似的文化發展，或是在雕塑中看見異國神話間的相互融合。最特別的感受之一，是在雅典看見殘破的幾乎毫無壯觀影子的帕德嫩神廟後，又在大英博物館看見矗立三名女神像的震撼帕德嫩遺跡，不禁覺得歷史很妙，國家之間的糾葛更妙。

交換生涯是認識世界也探索自己的過程。一開始我與幾個朋友過著讀書、派對、旅行交織循環的生活，又在後來時間體力實在無法負荷，於是派對漸漸從生活中淡出。在派對中結識的友人雖然緣分不深，但相識過程的歡笑都很值得回味。讀書也從一開始的苦惱後來漸入佳境，很開心每次上課都有室友的陪伴，讓我很快就能適應一切。

在宿舍的生活或許是我最難忘的一部份。七個女生共住一層公寓，起初也許有過不合，但後來也發現每個人溫暖可愛之處，尤其在離別時更感慨自己沒有更認真的與她們相處。除了自己的室友外，我也常常去別層樓串門子，和其他朋友一起一起喝酒聊天玩遊戲，或是邀請其他朋友來宿舍吃飯聊天，一起下廚也是充滿歡樂的時光。

選擇交換、選擇維洛納大學，我一刻也沒後悔過，愛上義大利的熱情友善、愛上磚紅色與橘黃交織的平房、愛上這裡的美食與咖啡bar，愛上陽光灑落城鎮與河畔的模樣。這裡已經成為我的家，在這裡結識的朋友之情也將延續到很久以後，而歐洲的藝術人文和獨有隨性氛圍與時尚品味也深深印上我的心靈。

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)

The University of Verona is a public university with excellent reviews and a long history. For international students, it has an international college with literature and economics as its main areas. At the same time, it also has many artistic and cultural activities in cooperation with the city government, and is famous for its School of Fine Arts and Music. It is a university full of artistic and cultural atmosphere.

I took two courses here for the master's degree in economics. International Business and Management and Resilient Risk Management. The latter is more difficult in terms of content, but I can still roughly keep up by organizing my notes after each class. The class time here is not like in Taiwan, which is two or three hours at a time, but one hour a day, two days a week, so it was a bit difficult to schedule classes at the beginning.

In daily life, since this is an apartment with seven people on one floor, we often have to coordinate the use of kitchen time and space, and also have to socialize a lot. It was a bit uncomfortable at first, but it gradually got better and I made friends with everyone and learned about each other's culture.

Here I learned to cook, take care of housework, communicate across cultures, learn course knowledge in different fields, adapt to foreign cultures, and became more and more familiar with taking trains and flights, and was able to plan travel itineraries in a short time. I believe that going abroad for exchange is not only about communicating with the world, but also about understanding oneself more deeply and growing into a more independent person with a deeper understanding of the world and oneself.