A. 學校簡介

里昂商學院（emlyon business school）成立於 1872 年，是法國歷史最悠久的頂尖商學院之一，更是全球少數同時獲得 EQUIS、AACSB 及 AMBA 三大國際認證（Triple Crown）的菁英學府。該校以「創客精神」（Early Makers）為核心教育理念，鼓勵學生在快速變動的世界中積極實踐與創新。

我所研修的校區是於 2024 年正式落成的里昂新校區，坐落於里昂第七區（Gerland）。校區設計極具現代感，環境開放且富有活力。地理位置優越，鄰近地鐵站，且從聖修伯里機場搭乘機場快線（Rhône Express）僅需約 30 分鐘即可抵達，對於頻繁參與國際學術交流或於歐洲境內移動的交換生而言，生活與交通極為便利。

B. 國外研修之課程學習（課內），推薦受益最多/最喜歡的課程

本次研修我共修習了 35ECTS（歐洲學分傳輸與累積系統）的課程，包含：策略競爭優勢管理 (Managing a Competitive Advantage)、市場策略 (Strategic Access to Market)、卓越營運 (Operational Excellence)，以及主修大四限定的數位行銷 (Digital Marketing) 專業課程。

【推薦受益最多且最喜歡的課程：搜尋引擎行銷與分析 (Search Engine Marketing and Analytics)】

這門課是由具備深厚產業經驗的業師授課，課程內容完全跳脫傳統理論，直擊商業實務。教授從最基礎的網域（Domain）概念開始，指導我們使用 WordPress 一步步架設網站。在實作過程中，我學習操作 **GA4** 與 **Semrush** 等專業工具，藉此分析顧客跳出率（Bounce Rate）與點擊率（CTR），並深入

理解 SEO（搜尋引擎最佳化）與 SEA（搜尋引擎廣告）在行銷漏斗中扮演的不同角色。期末時，教授更利用 **Screaming Frog** 工具為我們的網站品牌打分，這種嚴謹且與業界接軌的訓練，讓身為外文系學生的我，在商管專業領域獲得了極大的成就感與實戰能力。

C. 國外研修之生活學習（課外）

在法國生活的五個月中，旅遊是我學習「生活管理」的重要媒介。從規劃機票比價、跨國交通調度，到管理個人預算，每一環節都在磨練我的組織能力。除了造訪名勝古蹟，我更喜歡觀察不同國家的生活步調與社會氛圍。在異地生活，必須學會與孤獨共處，並在完全陌生的環境中建立新的生活秩序，這讓我變得更加獨立且從容。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1.跨專業知識整合： 掌握數位行銷與網站分析實務工具（GA4, Semrush, SEO）

2.危機處理能力： 在巴塞隆納失竊事件中展現了冷靜報案、理賠處理與安撫情緒的實戰領導力。

3.語言實踐與溝通： 透過全英文授課與異國旅遊，不僅精進英語，也初步掌握法語生活溝通

4.全球協作經驗： 透過小組報告與各國交換生交流，體悟全球青年面臨的共同課題，建立國際友誼。

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?

在交換進入尾聲時，我與友人在巴塞隆納遭遇了重大的困境：我們租賃的車輛車窗被敲破，朋友的貴重包包與財物不翼而飛。當時身處西班牙語不通的環境，且伴隨著隨之而來的驚嚇與焦慮。

【解決方式】：我意識到情緒崩潰無濟於事，身為團隊中較冷靜的成員，我立刻主導進行危機處理。首先，我陪同朋友前往警察局報案並取得正式證明；接著聯繫保險公司進行理賠諮詢；最重要的是，我持續安撫同伴的情緒，確保大家在後續旅程中能相互扶持。

【啟發】：這次事件讓我深刻體認到，在國外生活最核心的能力是「冷靜應變」與「資源整合」。即便遇到預期之外的惡意，只要保持理性並按部就班處理，任何問題終會有出口。

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?

初到法國，最大的文化衝擊莫過於行政效率與語言隔閡。相較於台灣的高效率與服務導向，法國社會更強調「生活平衡」，許多事務處理節奏較慢。

【面對與適應】：我選擇以「尊重與參與」來應對。我發現語言是打破隔閡的最佳武器。每到一處，我都會嘗試使用當地的語言進行簡單的問候。記得在德國聖誕市集時，我用德語點餐，店員驚喜地表

示我是當天第一個嘗試說德語的外國客人。那種眼神中傳遞的溫度，讓我明白跨文化交流的重點不在於語言精準度，而在於那份願意踏出舒適圈、尊重他人文化的誠意。

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?

這趟旅程帶給我最大的成長在於「自我價值的重新定位」。過去我常對未來感到徬徨，但在與世界各地學生的對話中，我發現迷惘是全球青年的共通點。我學會了「不畫地自限」，不再過度糾結於標準答案。 我最大的轉變是從一個「尋求他人認同」的人，轉變為一個「能與自己深度對話」的人。這五個月的獨處與探險，讓我對生命保持熱誠，並深信「人人自有出路」，只要對世界保持好奇心，未來的道路會自然延展開來。

H. 感想與建議

交換生活是一場大型的實驗，實驗室裡沒有標準答案，只有不斷嘗試的可能。

給學弟妹的建議：

心胸開放 (Open-minded)： 不要帶著成見去評判異國文化，嘗試去理解背後的成因。

彈性的行程規劃： 歐洲有太多不可控因素（罷工、交通延誤等），留白的行程反而能帶來意外

的驚喜。

主動出擊： 不論是課堂提問或社交場合，主動權掌握在自己手裡，收穫才會超乎預期。

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) 500 字以上

1. Introduction of the Institution

Emlyon business school, founded in 1872, is one of the world’ s most prestigious business schools, holding the prestigious "Triple Crown" accreditation (EQUIS, AACSB, and AMBA). Known for its "Early Makers" pedagogy, the school encourages students to experiment and innovate. I was fortunate to study at the brand-new Lyon campus in the 7th arrondissement (Gerland), inaugurated in 2024. The campus is modern and vibrant, conveniently located just 30 minutes away from the Saint Exupéry Airport via the Rhône Express, providing easy access for international students.

2. Academic Learning and Course Highlights

During my semester, I completed 35 ECTS credits, focusing on **Digital Marketing** and management strategy. My favorite and most beneficial course was **"Search Engine Marketing and Analytics."** The professor, a seasoned industry professional, provided a highly practical

curriculum. We didn't just study theories; we built our own websites using WordPress from scratch. I learned how to use professional tools such as **GA4** and **Semrush** to analyze consumer behavior, including bounce rates and click-through rates (CTR). Understanding the strategic differences between SEO and SEA was a game-changer for me. This hands-on experience bridged the gap between my English Literature background and the practical business world.

3. Extracurricular Learning and Life Abroad

Life as an exchange student is as much about travel as it is about study. I managed all aspects of my trips, from comparing flight prices to coordinating complex transportation schedules. Beyond the sightseeing, these experiences taught me how to manage my time and finances independently. Living in France allowed me to slow down and appreciate the local "art de vivre" (art of living), fostering a sense of resilience and adaptability in a foreign environment.

4. Challenges and Problem-Solving

One of the most challenging moments occurred in Barcelona when our rental car was broken into. A friend’ s bag was stolen, and we were faced with a language barrier and a sense of vulnerability. I took the lead in handling the crisis by accompanying my friend to the police station, documenting the incident for insurance, and most importantly, providing emotional support to the group. This incident taught me that staying calm and rational is the key to

overcoming unexpected hardships. It transformed a negative experience into a lesson in crisis management and leadership.

5. Specific Benefits and Personal Growth

- **Cross-Cultural Collaboration:** Through group projects, I worked with students from diverse backgrounds. We realized that despite our different nationalities, we shared similar anxieties about the future, which fostered a deep sense of empathy.
- **Global Vision:** I made it a point to learn basic greetings in the local language of every country I visited. This simple gesture of respect opened doors and hearts, proving that language is the most powerful tool for breaking down international borders.
- **Self-Discovery:** The greatest change I experienced was a shift in my mindset. I learned not to limit myself or fear the unknown. I discovered that staying curious about the world—even in small things—leads to unexpected opportunities and personal fulfillment.

6. Conclusion and Suggestions

This exchange journey was a profound process of self-discovery and academic enrichment. My advice to future exchange students is to **stay open-minded and flexible.** Do not over-schedule your trips, as the most beautiful moments often happen unexpectedly. Embrace the uncertainty, take initiative in your learning, and you will find that the world is much bigger and more

welcoming than you ever imagined.