

哈拉代茲·克拉羅維返國報告書

學校簡介、國外研修之課程學習（課內）

學校位於捷克第四大城 Hradec Králové，雖然與首都布拉格有 1.5 小時的火車車程，但整個小鎮基本上應有盡有，對於必需品的添購並無有任何困難，學校附近就有醫院、咖啡廳、小吃，而宿舍 Palachova 附近有賣場、或是火車站附近有小型百貨，整個小鎮主要交通工具-公車非常發達所以交通也是滿方便的，治安也十分良好，對我而言就像家一樣。

另外學校內部有許多不同的學院，以 { } 來代表，中間以 => ... * ~ 各代表不同學院，而我所交換的資訊管理學院標誌則為{ = }的樣貌。資訊管理學院中負責我們交換生的負責人給予交換生有非常充足的資源，並且友善的指導我們選課事項，讓交換生不會有所擔心及害怕，而在一整個學期之中，我總共選了六門課（包含滑雪課），共 15 學分。

- 與商管方面相關的為：跨文化商業溝通、財務理論

我十分推薦跨文化商業溝通的老師 Mr. Marcel，因為有德國背景所以英文腔調並無奇怪之處，可以非常舒服的聆聽，並且因歷屆許多亞洲學生以及老師本身也到過台灣，上課會時常提到許多歐洲與亞洲不同之處，而會希望每一國家的人分為同組，按照順序來報告該國的溝通習慣以及禁忌（這是最重要的報告），真的是非常實用的一堂課！

- 與語言相關的課程為：德文、捷克文、英語會話

其中最推薦的課為英語會話 English in practice 是由正統美國人 James White 來授課，上課方式非常輕鬆，也都會讓每個同學有機會分享，是練習講英文的好時機，而且老師上課非常有趣，這堂課也都是當地捷克人推薦的課，有機會認識捷克朋友！

另外捷克文以及德文課的老師也是非常的好，不過若是對於捷克文沒什麼興趣的人可以不用選，因為還是會有點吃力，捷克文老師頂著金色的長髮十分可愛，語調也很活潑可愛，是個有趣的教授！而德文老師則是緩慢的步調，但只適用於初學者哦(完全入門)！

- 最後也是最推薦一定要搶到名額的：滑雪課

平時並不會上課而是到 12 月初左右會有 4 天 3 夜左右的小戶外教學，會帶你到捷克一個山區附近的滑雪場教大家滑雪，但像我們為滑雪初學者必須要有全身會痠痛的準備，因為很累但其實很好玩的，因為若成功從頂端滑下去會非常的有成就感！除了滑雪課還會有爬山的活動、有氧運動的帶領、晚上小木屋中的破冰遊戲，以及晚上探險活動，整個行程非常的充實，完全推薦！（但需另外依照老師給的名單去向體育老師報名繳費）

另外校內 Buddy System 組織非常的完善，帶我們體驗許多不同的活動，定時準備例如：International dinner, Country presentation, Trip to Prague, Lots of trip, Christmas Party, Grilling, Ice hockey game, Survival weekend等非常多的活動，雖然只是自由選擇參加的，但我真的非常推薦一定要參加！可以認識更多人，也可以更加瞭解到他們的文化。最大的一高活動莫過於

“Survival Weekend”，這個活動與其他校一同舉辦，會帶大家去野外進行活動並住在小木屋，3天兩夜的行程就像大學宿營一樣，非常有趣可以體驗射箭、團康、也會有派對及圍營火烤香腸的活動等等，這個活動也是非常的受歡迎，需要好好把握！（有讓我體驗到一輩子都不會體驗的事情）

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- 一、體驗與國內不同文化、拓展自身視野學習到各式各樣的新鮮事物。
- 二、透過交換期間出國旅遊，可以變得更加獨立、面對問題可以更加冷靜處理
- 三、結交不同國家的朋友，四海皆朋友的概念，讓彼此都能更加瞭解到自己國家，並且也可以學習到如何尊重他人，從中學習到處理事情的不同方法以及頭腦
- 四、體驗國外上課方式，了解亞洲及歐洲的教學差異，並且從中如何更有效率地學習
- 五、經由一學期在外的生活，遠離原有的舒適圈去體驗不同的文化，可以不僅認識朋友、增進英語能力，更重要的是發現到了自己內心的成長以及想法的提升。

國外研修之生活學習（課外）、感想與建議

對於國外校園生活以及出外探險旅遊部分都感到非常的新鮮有趣，學校給我們很多資源讓我們不會有無聊的交換旅程，而除此之外仍然需要把握難得的出國機會，去交換校以外的國家探索。在說長不長，說短不短的140天交換旅程，我總共去了11個國家（包括捷克），在這些國家當中體驗到不同國家的文化以及人跟人間的溫度，有時也會保持著去好奇是否這個國家就像其他人說的一樣冷漠或是危險，因為親自體驗總比別人隨便一寫或一句話更來的深刻且有意義。大家說到老掉牙的一句話：「讀萬卷書不如行萬里路」，這句話也是我在這裡有著深深的體會。當你到法國巴黎，走進凡爾賽宮的時候，以前的歷史課本上出現的路易十四的歷史、金碧輝煌的凡爾賽宮等等就這樣出現在眼前；當你到丹麥哥本哈根的時候，走在新的路上依然呈現出與地理課本上一模一樣的圖片風景；身在瑞士感受到被高聳壯觀的山圍繞著加上清澈透底的湖水倒映在眼前，即使都在歐洲但每到一個不同的國家總是有令人意想不到、卻仍然能讓你驚嘆不已的風景樣貌打動自己的心。要說自己在這段旅程中得到最多的是什麼，除了交朋友、體驗國外校園生活、增進外語能力，最多的其實是我內心的成長。以前的我總認為自己適合什麼，自己應該喜歡什麼，在一開始的旅程我總是以為我可以很有效率的走完每個必去景點，喜歡踩點的成就感，但漸漸的發現到自己的身心都無法負荷之後，與朋友的一次瑞士旅遊之後開始思考了自己特問題，也成功的讓自己找尋到自己的步調以及自己到底喜歡什麼。另外，從旅程之中你也會了解到不同旅伴的相處模式以及每個人的個性，最重要的就是除了配合別人之外必須要學會做自己，在這樣際會下每個人的時間以及金錢都是珍貴的，大家要做自己，除了要會去包容配合別人，也要懂得拒絕！旅伴的重要性更是大課題，不過很幸運的是我遇到的旅伴都能互相包容創造快樂，這樣的機會很難得更是寶貴。很感謝中山大學能讓我有這樣一個交換機會去體驗不一樣的生活，讓我能在跳脫舒適圈去找到適合自己的步調以及增加自己的獨立性，也能去看這麼多美到不能呼吸的景色，這樣的

回憶是永生難忘，也像一場夢一樣，好愛也好捨不得。

During this exchange life, I think the most thing I have learned is being myself. I learned it from my foreign friends, my professor and also from traveling. One of my professor, Mr. Marcel, who taught in “intercultural business communication”, told us that “It’s really common to say no or yes in Europe. You need to show your true feeling and try not to hide yourself.” And my foreign friends also said that we need to learn how to say no when we don’t like it, because they would be misunderstood. I was confused why they take this really serious at first, but I really experience kind of these situation sometimes.

Being yourself is hard but necessary, without giving hurt to somebody, we need to grow up and think in different ways. I think that I do really grow up a lot from the exchange period, and I know how to find my own pace to live in the comfortable way. I will always remember the day I shouted out on the Mt. Pilatus in Switzerland that I want to be more confident and be myself. Till now, I think I can be a little bit proud of myself. I can not only do lots of things by myself, but also be calm to face every difficult.

I would like to thank everyone that I have met in Hradec Kralove or also other friends from whole world when traveling. I really love my life in Hradec Kralove, especially in Palachova(my dormitory), because it’s my home in Europe. This is a special experience that I got, and I am really happy for staying here. I have traveled with lots of people, and I learn different things from each friend. My exchange life in Czech republic just ended, but I would like to put these memories in my deep heart. It was just like a dream, a wonderful dream.

Besides, I love my school, “University of Hradec kralove” (UHK). The teaching style in

Europe is really different from Asia so that I can express my true idea and thinking more in lesson, and also we have lots of discussion during the class. We can also make friends and know more details from them to help us know how to think in different ways. Moreover, we have perfect buddy system. They held lots of activities for us without payment, and care much for us as well. You can ask them whenever you have any problem for school or the activities, so I think they are the best in UHK. They have taught my friend and I “Czech language” for the class, and we also taught them Chinese to exchange some information. We always have fun and do our best to join them.

Last but not the least, I would like to thank a lot to my parents as well. I am really lucky that they can always support me, and give the opportunity for me to explore this world. This is the best and the most unforgettable memory so far in my life, and I will definitely remember and keep in touch with my friends I met here.

相片（2~3 張貼進 word 檔案，含說明，並 Email 原檔給國際處承辦人）



Welcome Party 是第一個 Buddy System 的活動



參加啤酒比賽（真的得第一，得到 VODKA 獎勵）



Buddy System' s trip - Trip to Prague



Trip to kuks with my foreign friends



超有趣的滑雪課



交換生聚會- 固定週二 maty' s (休閒娛樂)



Maty' s 的酒超便宜(一大杯才 33 克朗)



學校招牌♥