

國立雲林科技大學赴國外姊妹校交換學生回國報告書

- 姓名：章芹菱
- 系級：國際管理學士學位學程三年級
- 交換國家及姊妹校名：西班牙瓦倫西亞科技大學 (Universidad Politécnica de Valencia)
- 交換期間：2017.09 – 2018.02

一、進修計畫摘要

a. 目的

2017年9月至2018年2月，我彷彿做了一個很深很長卻又很美好的夢。早在申請雲科大國館學程時，我的規劃裡便有一項是「參與交換學生計畫」。其實一開始是決定要到美國念書的，但大一時我接觸了西班牙語這個熱情奔放的語言，讓我決定要到西班牙交換。交換時我修習了一堂非常受用的課：西班牙語。雖然都是西班牙語課程，但老師讓我們探討的內容非常像是在交換前所修習的一門課：跨文化溝通。有一個章節探討各個國家的生活方式，我才發現在異國求存的一切都關乎於自己的心境。有些人覺得自己格格不入，但有些人卻可以完全融入其中，這一切都是自己願不願意去接受這個文化罷了。六個月有的時間不夠我看盡西班牙，卻也足夠我感受文化衝擊、打破刻板印象、學習獨立、建立自己的價值觀。

b. 意義

從小到大我都有了一個出國讀書的夢想，但從來沒想過會是西班牙。自從大一開始學習西班牙文後，一直很希望有天可以流利的使用這個在台灣並不太有用途的外語。很幸運的在大三時有了這個機會，於是經過半年的準備、加強西班牙文，準備在大三上時到西班牙交換。雖然主要目的為加強第二外語，但更多的是想要利用這段時間好好走走、看看歐洲，走出舒適圈認識新的朋友、接觸不同文化、讓自己激盪出更多的想法，或許會對未來的趨勢更有所了解吧！獨自在國外生活也會因此習得許多生活技能，如煮飯、獨立解決問題、辦理各種事務、規劃旅遊行程等，是個讓自己成長的好機會。

c. 研修主題

在西班牙我被分配到的是工程設計系，因為他是唯一跟雲科有合作的學系。雖然是工程設計系，但其實課程是看你想修甚麼就修甚麼。身為一個商學院的學生，基本上我修的都是商業相關的課程。

d. 進修課程概況

在交換期間，我修了三門課，其中包含商業專題、科技英文、和西班牙語課。其中我最喜歡的就是西班牙語課，因為他最實用，而老師上課的方式也特別的有趣，遇到不知道該怎麼說的時候，老師也特別鼓勵學生每堂課都要講到話，並且耐心的去試著了解學生想表達的是甚麼意思。雖然有挑戰性，但這是讓人有學習動力的好方式。

e. 修讀學分及成績

在西班牙，我一共修讀了 15 學分，成績大約在 7.0-9.0 之間，表現算是不錯的。

f. 進修學校系所簡介

瓦倫西亞科技大學分為三大校區：位於瓦倫西亞市中心的主校區、位於海邊的 Gandía 校區、位於山上的 Alcoy 校區。大部份科系都位在主校區。我進修的學校就是在主校區，科系名稱為工程設計系(ETSID)。瓦倫西亞為西班牙第三大城，是個生活機能相當便利的城市，市內交通有地鐵、公車、電車以及類似 Ubike 的 ValenBici。雖然瓦倫西亞有許多來自其他歐洲國家的遊客，但如果你不會西班牙語可能會覺得很痛苦，因為在這裡英文非常不普及，連許多大學生的英文程度都不是很好。

g. 國外指導老師學經歷

老師的學經歷我不清楚，但印象很深刻的是有一門科技英文的老師是來自英國倫敦。在西班牙的大學雖然大部分的老師都是來自西班牙本地，但其實外籍教師也很多，大部分都是來自歐盟內的國家。

二、研修成果與返校後學習的關聯性

由於我的科系是國際管理，在出國後更能了解管理來自不同國家的人事物需要用到甚麼方式，畢竟每個國家都有不同的文化習慣。

三、本次出國進修經驗與心得分享

在還未啟程前，總認為踏出舒適圈沒有甚麼，依著以往自助旅行的經驗，一定可以很快融入異地生活，適應一個新的環境絕對不成問題。沒想到刚到西班牙狀況不斷，沒有網路、迷路、語言不通、系辦問事情一問三不知的態度等等，會覺得他們懶散，效率極低，常常讓自己疑惑當初為什麼選西班牙。漸漸了解他們生活方式之後，反而很喜歡西班牙人享受生活的態度，凡事“Tranquilo”和“No pasa nada”沒關係別擔心，總是能以樂觀的角度看待事物。與鄰居相遇總是簡單的“Hola”、“Buenas”打聲招呼、與不熟沒見幾次面的朋友也能寒暄幾句不尷尬、走在路上或是在夜店被搭訕、酒吧中聽別人的生活瑣事、參加派對都會端出一切與好友共享等等小事都讓人覺得人與人的關係

如此的親近。一學期下來，不論是旅行中、求學中、酒吧小酌時，遇到形形色色來自世界各地的人們，即使難免有刻板印象、文化衝擊，也慢慢懂得放下成見，包容各種族群。在文化交流、結交朋友方面，常常發現對自己的國家台灣，甚至對自我認識的不足，因為我們覺得理所當然的事，常常就會疏於表達，一時間難以解釋給別人認識。因此，學習他國文化的同時，也花了更多時間認識自我。總之，交換期間就是不斷的接受衝擊，了解認識後，思考並慢慢調適。一路上，勢必不延充實自己的語言能力與保持開闊的心胸，接下來，就是好好享受這段旅程了。

四、建議事項

除了在出國前一定要會一些基本的西班牙語之外，前往西班牙前可以看一部描述交換學生的法國電影《西班牙公寓》，片中很巧妙又真實地刻畫了每個交換學生必經的心路歷程：覺得室友很討厭、和遠距離的情人吵架、上課老師聽不懂等等。很多快樂的、難過的、憤怒的、難為情的、尷尬的情緒，交換結束後卻全都成了美好的回憶，或是飯桌上的輕描淡寫的笑話一則。地中海教會我的是陽光和陰影一樣重要：在快要被熱暈的大晴天找到陰影就會感到涼快、在冷得直打哆嗦的颶風天找到陽光就會感到溫暖。有時候你以為的障礙都是墊腳石、有時候你以為的機會卻會絆住你，感覺生命中不再存有善惡，因為所有善都是惡而所有惡也都是善。看過這部電影後，在交換期間遇見的挫折，應該能夠以更豁達的心情去調適，而變得更堅強。

五、附件

a. 簽證申請

西班牙的長期學生簽證分為兩種：半年期的交換學生得以直接申請6個月的學生簽證、超過180天者則只能拿到3個月的學生簽證，到當地後須向外事警察局申請「居留證」。西班牙的學生簽證須至位於台北市的西班牙商務辦事處申請，須準備文件大致有：護照、兩份長期簽證申請表、證件照、身分證影本、入學許可證（交換學生須提供台灣就讀學校核發之交換資格英文證明，記得向國際事務處提出申請）、英文版交換期間有效海外醫療保險證明（基本上買申根保險就沒錯了）、英文版財力證明、機票訂位紀錄等，每年會有所更動，可到辦事處網站確認。辦理簽證的時間約為二週，建議確認前往交換後就立刻著手辦理相關文件。

b. 住宿選擇

當時我選擇的是在校外租一間四人同住公寓的其中一間房間，公寓內備有廁所、淋浴間、廚房（一個電磁爐與一個烤箱）等，離學校步行約10分鐘，一個月房租不含水電瓦斯是210歐，確認租期後必須匯一筆訂金

(一個月房租)，退房時會一併返還。在出發前可聯繫當地的交換學生服務團 (Erasmus Student Network, 簡稱為 ESN) 協助找房事宜，或是加入 ESN 的 Facebook 社團，他們有一個社團是專門給房東發文的，品質都不錯，而且最大的好處是不需要仲介費，我那時候就是透過這個管道找的。如果和房東難以溝通，ESN 也會予以協助。

c. 選課事宜

向瓦倫西亞科技大學直接申請交換時即必須選課，當時線上系統的規定是一學期至少 25 學分 (西班牙的學分制和台灣不太相同，一門課通常為 4~6 學分)，但是開學後一週內可以加退選，交換校方面沒有特別規定最低學分數，只需要注意的是否符合雲科的規定即可。選課前可以上網站查詢申請學系的課程，我所在的校區並沒有規定只能修習該交換系所的課程，但建議還是先詢問當地的國際事務處。網站上也可以找到該學年的英文授課一覽表，多數的英文授課班上不會有西班牙本地學生。

d. 銀行開戶

西班牙銀行開戶非常耗時，作業程序很短，但是行員可能會忘記。我去辦理銀行開戶時，第一次去是提出申請並簽屬申請書，他會請你過兩三天再去一次並且簽屬合約，之後再等一個星期就可以領你的簽帳金融卡了。我選擇的是 Santander 銀行，規模較大、分行較多，學生帳戶不需要收取開戶費與年費，相當經濟實惠，再加上學校裡計有一家 Santander 銀行，有事情要處理比較方便。辦理後會有一張現金卡 (tarjeta de débito)、以及網路帳戶，隨時都可以用 app 查詢帳戶餘額。現金卡在歐洲非常好用，舉凡出門買菜、上網訂票等皆可使用，不收取任何手續費，但如果出了西班牙要刷卡就必須注意，有些國家會另外收取手續費，但基本上歐盟內的國家都不會有太大的問題。

e. 當地電話卡：

原本我是打算我是一下飛機就立刻在瓦倫西亞機場購買 Orange 電信公司之 sim 卡，但沒想到瓦倫西亞機場太小，居然連一家電信公司都沒有，害我在完全沒網路的情況之下也成功迷路迷到自己家了。後來是在大學城附近的 Blasco Ibáñez 大道上的 Orange 電信公司買了一張預付卡。我的資費是一個月 15 歐，有 6GB 的網路，然後不能打電話。他們有其他很多種方案可以參考，最終再找出最適合你的就行了。

f. 食物

西班牙的飲食為健康的地中海飲食，麵包沾的是橄欖油，最多的水果是橘子。西班牙有名的食物有伊比利火腿 (jamón ibérico)、西班牙蛋餅

(tortilla de patata)、海鮮飯 (paella) 等。然而西班牙的用餐時間相對於其他國家晚許多，午餐多半於下午兩點半到四點用餐、晚餐則在八點半過後用餐，用餐之外的時間餐廳時常沒有供餐。西班牙人也很喜歡喝酒，除了啤酒之外，最有名的非果酒(sangria)莫屬。外食不便宜，漢堡王最便宜的經濟套餐 3.9 歐、一般餐廳午餐推出的「每日套餐 (menú del día)」多半在 7~10 歐之間，隨著地區物價浮動，套餐內容含有第一道菜、第二道菜、以及咖啡或甜點、飲料，份量足夠撐到西班牙的晚餐時間。

瓦倫西亞可以說是整個西班牙最多華人的自治區，有人常常開玩笑的說，如果你不會說西班牙語，到西班牙來可能學到最多的是青田話！因為這裡有很多來自浙江青田的移民，尤以瓦倫西亞北站附近的華人區最多，華人區中不乏中國餐廳、中國超市等，如果想要利用交換期間打工補貼生活費，也可以在這裡找到工作機會。在中國人開的超市裡頭不難買到食材，雖多半為中國進口的食物，但也有台灣的醬油、義美蔥油餅、維力炸醬麵等，可以解解鄉愁。

g. 境內旅遊

西班牙國土面積頗大，北部、東部、南部、中部都有不一樣的風景，還有在地中海上的馬約卡島 (Mallorca)、知名夜店島伊比薩 (Ibiza)、以及三毛曾經住過的加納利群島 (Los Canarias) 等，有各式各樣不盡相同的風景。其中最著名的城市大概就是巴塞隆納了！許多觀光客前往西班牙的主要目的都是為了飽覽鬼才高第的建築，如到現在仍未完工的聖家堂、奎爾公園、米拉之家、巴特婁之家等，或前往四隻貓咖啡館朝聖，或觀看一場巴薩的比賽。東部地中海沿岸有長達五百公里的海岸線，每年吸引了大批來自歐洲北部和東部國家的遊客，在這裡享受陽光。瓦倫西亞 (Valencia)、阿利坎特 (Alicante) 是東部較大的城市，海濱小城中最受外國遊客歡迎的是班尼多姆 (Benidorm)，沿岸也有許多顯為人知卻十分適合度假的小鎮。

北部的西班牙多雨陰冷，建築物有其他西歐國家的風味，東邊隔著庇里牛斯山脈與安道爾和法國接壤，西邊則與大西洋和葡萄牙接壤，連綿的海岸線十分壯麗，較著名的旅遊城市有：朝聖之路的終點聖地牙哥 (Santiago de Compostela)、古根漢美術館所在地畢爾包 (Bilbao)、擁有美麗海灘的聖塞巴斯汀 (San Sebastian)、奔牛節所在地潘普洛納 (Pamplona) 等。

中部以馬德里大區為首，氣候較為乾燥、偏向大陸型氣候而溫差懸殊，

地貌非常的黃，高速公路兩旁常見矮小的灌木叢。觀光景點有：前西班牙首都托雷多（Toledo）、世界遺產城市昆卡（Cuenca）、西班牙古老大學生薩拉曼卡（Salamanca）、水道橋與白雪公主城堡所在的塞哥維亞（Segovia）等。

南部安達魯西亞大區（Andalucía）則是西班牙最有名的佛朗明哥舞（Flamenco）與鬥牛的起源地，此處以口音模糊不清著稱，又因為位於伊比利半島最南端，夏季時飽受熱浪襲擊，常常有四五十度的高溫。主要城市有埋葬著哥倫布的塞維亞（Sevilla）、阿朗布拉宮（Alhambra）所在的格拉納達（Granada）、畢卡索的故鄉馬拉加（Málaga）等。境內交通主要有大巴（常見的公司：Avanza、ALSA）、火車（國鐵 renfe，高鐵 AVE）、飛機，通常是越早買越便宜，如果提前兩三個月訂票，會有許多優惠，當天才買價格會哄抬得 非常驚人。

h. 境外旅遊

瓦倫西亞機場航班頗多，飛鄰近國家如英國、法國、德國、義大利、葡萄牙皆有很多班次，常見的廉航有 Ryanair、Vueling、Easyjet、Transavia 等公司，常常可以買到比飛西班牙境內還要便宜的機票。須注意的是廉航多半需要登機前自行上網 check-in，並列印出登機證或是用手機 app 網路登機證，否則到機場後會被收取一筆可觀的費用。我常用 GoEuro 網站找便宜的交通票，網站上會顯示出 Blablacar（一種共乘機制）、巴士、火車、飛機三種交通選項，建議比價後直接前往該運行公司的官網買票，可以省下一筆手續費。

i. 語言

西班牙人普遍英文不好，建議來西班牙交換前可以學生活會話，或者提前一至二個月到西班牙的語言學校進修，我覺得至少要會簡單的點餐、問路等，才不會在西班牙活得很辛苦。即使西班牙文有達到一定的水準，要和當地學生打成一片還是有點困難，日常溝通還是常常有許多課本上學不到的俚語，我常常在一群聒噪的西班牙人中成為一位啞巴。換個角度想，西班牙人的愛講話也讓我感到很舒服，不需要一直找話題。在校認識的國際學生則是多半是來自歐洲其他國家，而他們通常都是從小就開始學習西班牙語。但是他們的英文程度也非常好，所以基本上我們都是以英文混雜西班牙語溝通。

每週二 ESN 會固定在 Natura Dub 舉辦 Euro Dinner，不需要任何費用，可以吃 Paella 吃到飽，啤酒良大杯也才 2 歐，是個非常經濟實惠的社交機會。每周四個大夜店都會有 Student Night，持 ESN 卡通常不需要入

場費，這也是個非常好的社交機會。在國外去夜店、喝酒跑趴在他們眼中都是健康的社交方式，這點和台灣人的心態非常不同。除此之外 ESN 也會舉辦西班牙境內的旅遊團，我參加過一次去 Peñíscola，感覺非常好，很推薦和 ESN 一起去一日遊。

j. 購物

出國前會想要帶很多東西，但其實大多在瓦倫西亞都能買到，只需要攜帶一些個人習慣用品（洗面乳、化妝水、保養品、隱形眼鏡藥水等）、或是之後可以用完丟棄的消耗品即可。另外西班牙相對台灣較貴的是文具用品和隱形眼鏡，種類也比較少。瓦倫西亞的水不能生飲，有一股消毒的味道，可以在超市買大罐的瓶裝水。全世界最賺錢的快時尚品牌 ZARA 就是來自西班牙，所以出發前不需要帶太多衣服，西班牙的服飾相對台灣還是便宜一些、款式也非常齊全，除了 ZARA 外，其他品牌如 Pull&Bear、Bershka、Mango、Stradivarius、Primark 等也是西班牙人最喜歡購物的地方。

k. 娛樂活動

西班牙本地學生通常每週四晚上固定去夜店，從晚上十點開始吃飯，十二點開始 predrink 並且開始玩一些喝酒遊戲，到凌晨一點才會出發去夜店，一直到凌晨五六點才回家。喜歡運動健身的人可以買學校的健身房卡，一年只需要 20 歐，可以無限次使用學校健身房、上體育課。