

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

交換之姊妹校校名：Universidad de Sevilla - 交換於 108 學年度-第 1 學期

<p>~寫在前面~</p> <p>還記得臨出國前對未來的惶恐與期待嗎？直到滿滿地帶了一堆行李與未知出國。</p> <p>還記得初到異國的複雜情緒嗎？那種想說、不敢說、也不能說，只有當事人才懂的感覺。</p> <p>還記得參加活動的快樂、送別友人後的落寞、買到特價品的喜悅、驚惶時光流逝的感覺嗎？</p> <p>還記得返國後，一肚子說也說不完的留學經嗎？</p> <p>如果你（妳）已經走過這段路，如果你（妳）願意種下一株小樹苗，</p> <p>讓我們一起期待，期待這一株株小樹能茁壯，</p> <p>也讓我們攜手讓往後實踐的交換生們能有一個更好的起跑點。</p> <p style="text-align: right;">實踐大學國際事務處</p>			
填表人： 陳〇〇		性別 <input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	原屬系所： 國際經營與貿易學系
留學校名：賽維亞大學(Universidad de Sevilla) 研習系所：旅遊與金融學系		留學時間：自民國 108 年 09 月 23 日 至民國 109 年 02 月 08 日	
居住處： <input type="checkbox"/> 宿舍 <input checked="" type="checkbox"/> 校外租賃		住宿費用每(<input type="checkbox"/> 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 月)：NTD <u>8750</u> 元	
搬入時宿舍內已有設備： 床、櫃子			
建議另行添購或攜帶物品： 可攜帶個人隨身藥物或隱形眼鏡(較不易在國外找到的東西)			
除繳交實踐全額學雜費，在留學學校額外繳交之費用名稱及金額： (如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)			
名稱：	學雜費	金額：NTD	210 元/月(學期)
名稱：		金額：NTD	元/月(學期)
名稱：		金額：NTD	元/月(學期)
名稱：		金額：NTD	元/月(學期)
名稱：		金額：NTD	元/月(學期)
名稱：		金額：NTD	元/月(學期)
名稱：		金額：NTD	元/月(學期)
名稱：		金額：NTD	元/月(學期)
其他：		金額：NTD	元/月(學期)
每月基本生活費預估： <不含娛樂及文教費用，僅最低生活必需> 細項(以月為單位)		有無取得獎助學金補助 <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 獎助學金名稱與獲補助金額	
伙食費	NTD 15750	元	名稱：
交通費	NTD 700	元	金額：NTD
宿舍費	NTD 8750	元	
水電及電信等雜費	NTD 1050	元	
教材書籍費用	NTD 1575	元	
其他	NTD	元	

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

建議第一次入國所需攜帶金額：

NTD 38000 元

機場至學校之交通方式

☐ 校方派員至機場接機

☐ 自行前往至某處會合(請詳述車種方式,並註明金額及在何處搭乘)

方式：學校無派任何交通工具及人員接待，一切由學生自行前往住宿後再去學校

出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等)

海外旅平險及醫療險，建議保險期限可長一點，以備不時之需。金額依保險公司及保險種類的內容而有不同。

保險：赴姊妹校後校方協助辦理 (☐國民健康保險；☐學生平安保險；☐其他保險)

金額：無

簽證：辦理簽證所需天數、金額、及特別注意事項

為時間充足，簽證建議辦理 180 天；一次簽證 1500 元。須帶齊所有文件並多準備義憤影本，文件皆須待正本。

其他校方提供使用服務：

☐ 是否有直接網路連線 (☐ 宿舍 ☐ 圖書館 ☐ 電腦室)

☐ 是否有安排輔導人員 (☐ 輔導老師 ☐ 義工同學)

有無使用行動電話？公司與費率方案為何？

有在當地辦理手機門號

學校週邊生活機能，是否有下列設施：

書店	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所附近約略 3 - 4 間
超級市場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：距離系所大概 5 分鐘
百貨商圈	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：距離系所大概 10 - 15 分鐘的一商城
24H 便利商店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：歐洲沒有開 24 小時的店
醫院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：附近沒有大醫院
地鐵車站	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所外面有地鐵、公車、電車
公園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所走 5 分鐘有公園
電影院	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：百貨商城上有一電影院
體育場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所附近有籃球場及健身中心
社區文化中心	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所到住所附近有一社區中心
其他			

你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面之電話<例如：學校、宿舍、駐外單位等...

>

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

你（妳）交換的姊妹校在你心中的印象(簡述 100 字以上、300 字以內)：

姊妹校為西班牙城市的地方大學，校方面積極大，每個系都分布在城市的各個街角；而我所選的旅遊與金融系系所位置良好、交通方便。學校授課老師、同學各個親切，但由於學校人員及學生不大講英文，因此在溝通上有些困難；但處理交換生事務的老師完全不會說英文，且對交換生態度極差，對此難免覺得不受照顧。

留學心得感言 2000 字：

(例如：出發前，抵達後一個月...回國後的感想---歡迎貼上個人留學代表照片若干；另歡迎提供留學國的作法、經驗，以利國內之參考)

臺灣很小，世界很大！在上大學的那一刻，我就告訴自己如果有機會一定要去參加交換計畫，因此我陸陸續續看著姊妹校的簡章，對於自己申請的志願也一換再換，最後選擇到西班牙做交換—雖然當時的我只有自學了一點西班牙文，但秉持著增進語言，拓展視野及體驗生活等想法，我還是選擇為第一志願。

從一開始的準備、申請到3月中交換生初選錄取通知下來的過程中，不免俗的有過猶豫跟想法的變化，甚至是放棄，但都在老師的一句「我已經把名單送出給姊妹校了」，才讓我真的立下決心，為自己早已想好的交換計畫堅持下去。終於，到了5月中，不少姊妹校已陸續公布錄取名單，看著同學們一個個接到通知，這不禁也讓我開始緊張了，除了簽證的流程要辦理，還有學校及住宿等手續需要處理...也因為這樣，我持續再跟承辦老師聯絡，詢問姊妹校進度如何，雖然老師也持續在跟姊妹校做接觸，但都只有等待；一直到7月，因為簽證手續需要一段時間，加上中間保險，機票等相關問題要處理，讓我又開始詢問起承辦老師，只是對方學校依然沒有消息，直到同赴姊妹校交換的同學用西文寫了信做詢問才發現，我們的名字根本不在姊妹校的交換申請名單內...

得知消息後，我們與承辦老師聯絡，迅速地重新繳交我們的資料，通過申請，接著就是聯絡姊妹校進行接下來的選課事宜及獲取宿舍資訊等，這才發現，我們需要直接到姊妹校才能選課，而且他們並沒有提供宿舍，於是透過網路資訊、前人經驗好不容易地找到租屋處，這時，我也才終於能進行接下來簽證及機票的手續...短短一個半月，連續做了很多事情，與此同時也讓我陸陸續續聽了不少同學分享西班牙的經驗談，但也讓我更確認這次的交換計畫。踏上未知的旅途，聽說西班牙人因為語言關係，容易自視甚高，而我當時對西語的概念可說是零基礎，雖然或多或少會有想放棄地念想，但我仍舊抱著好奇又緊張的心情到了西班牙—從馬德里到姊妹校城市「賽維亞」有著一段距離，需要透過火車、地鐵、公車來轉乘，所幸一路上遇到的人都不錯，即便我們的語言有著隔閡，但他們樂於幫助你，也會適時地提供協助，這也才讓我對這片陌生的土地有了一點點的期待。

與馬德里不同的是，賽維亞城相對來說較為鄉下，所有的景色給人的感覺也比較不像在歐洲。剛開始，除了陌生的環境及語言，我們還需要添購一些生活上的日用品，查詢課程的手續等，所以格外地棘手；而我所選的租屋處正好位於就讀系所約10分鐘的路程，到達市中心也算方便，因此有了初步的了解，加上之前在網路上的一些資訊及房東迅速地介紹附近環境及一些交通機制後，讓我們對當地也較為熟悉。然而，這才是我們考驗的開始，走進偌大的校園，詢問幾些人才知道了辦公室的地點，拿著選課單，用英文加上西文問了些相關事宜後，就到了承辦老師那做登記，哪才曉得，我們到達的時間已經有點晚了，除了選課時間不符外，若要配合臺灣學校的學分抵免，連組別都不符了，最重要的是他們用英文上課的課程人數已經額滿了一言下之意，我們只能選西文上課，用著不同的語言上課已經有些壓力了，何況是幾乎不懂的

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

語言，頓時間，我崩潰了...幾經考慮，我們也沒時間掙扎，只能硬著頭皮先選了一些課。就在煩惱之際，我們正好遇見在該學系讀4年的陸生，拿著選課單敘說著我們的狀況，他們也為我們感到困惑，除了擔心我們用全西文上課會吃不消，也擔心我們未來的上課，因此，稍稍跟我們說他們的經驗及上課老師的內容外，同時也為了我們想了新的方法，協助我們能把課程轉成英文的；聽過也試過多少辦法，即便同學用西文跟承辦老師說話，即便我們找了同學幫忙，即便任課老師同意我們上課也跟承辦老師溝通過了，她依然不妥協的告訴我們不能轉成英文的課，甚至也不肯用英文跟我們溝通，原以為她只是對亞洲同學這樣，但在一些課程後，才發現她對於所有的交換生都是這樣，這也讓我們無力感加重了，面對這樣的態度，除了生氣，更多的是無奈.....與同學約好後，我們決定分頭行動，除了告訴臺灣學校的老師外，我們也試圖找了姊妹校的老師要幫忙—剛好那幾天姊妹校的人員到臺灣，因此，展逸老師也不停的協尋幫忙，而我們則是像姊妹校提出我們的訴求，直到我們寫信給了副院長後，事情終於有了轉機，當我們列出當初學校承諾的內容及條件後，她也同意並且承諾會讓我們有英文課可上！幾番波折後，雖然不是全部的課程都能用英文上課，但我們已覺得慶幸...

扣除掉前面一個月所發生的事情，對於這次的交換計劃確實滿意，短短5個月內學到的事情真的很多，不僅體驗到不一樣的生活，也交到許多來自不同地方的朋友；除了上課外，我們也趁著假日的時間到其他城市去看看，甚至趁著當地的節慶到其他國家走走，這不僅讓我們學會如何規劃行程、如何摸索一切，也學到了不少危機處理的技巧，同時，我們也能體驗到歐洲不一樣的冬天；學會各國不同的文化習俗，走訪歐洲不同的領域，開拓自己的世界觀，除了能了解他們的想法，也能分享自己的經驗，做為彼此旅途的樂趣.....只可惜，計畫永遠感不上變化，正當我們快回台灣時，新冠狀肺炎正逐漸遍布亞洲大陸甚至歐洲，除了接到家長的電話要求我們更改轉機地點外，連學校老師都傳訊息來關心狀況，雖然這樣要重買機票，但迫於疫情關係，我們也提早回臺灣了。如今，在新聞上看到西班牙的疫情狀況，不免也為留在那的朋友們感到擔憂，畢竟我們曾經一起經歷過各種喜怒哀樂！

「你們來西班牙就要會講西班牙語，沒有人會跟你們說英文的！」從處理國際交換生老師的嘴裡聽到這句話到同學邊用英文邊用西文的在跟我們溝通，才發現這間學校的國際觀真的沒那麼廣闊，但也透過這樣子的機會讓我知道，即便學校標榜著用英文授課，我們也該在到該國前先學會當地的語言，甚至，我認為如果想交換到這所學校的人必須要很熟悉西班牙文；這次參與交換生計畫，也讓自己成長了不少，的確，靠自己可以解決任何的問題，在一個完全不熟悉的環境下，我努力逼迫自己成長，努力聽懂他們的語言，5個月來，從西文單字都要拼拼湊湊的到現在我可以講出一句完整的句子，真的花了不少工夫.....努力克服了所有的問題外，也讓自己有更多的勇氣去做任何的嘗試與挑戰；趁大學的最後一年，我選擇了出國交換，除了增進自己的能力外，結交到的友情到現在仍然持續著，這次，我不後悔選擇去交換！

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

留學期間生活照片紀實與分享

※請確實依照格式分享照片及加以簡述。

※除了提供生活紀實照片外，另請提供教室照片、宿舍環境照片、相關辦公室照片、參與交換姊妹校舉辦活動之照片數張。



(範例：請以 5cm x 7cm 格式附上照片)

(範例)

拍攝日期：2013 年 3 月 27 日(三)

拍攝地點：實踐大學國際事務處

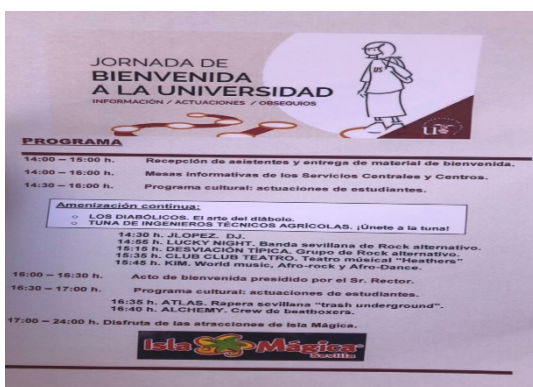
照片描述：此為國際事務處海外參訪團宣傳海報，此海報目的為吸引實踐大學北高兩校區之全體師生報名參加，所使用的圖片素材皆以此次參訪地點所觸及景色為主.....。



拍攝日期：2019 年 9 月 30 日(一)

拍攝地點：國際學院

照片描述：此場景為國際學院內部的教室場景，校院地大，有 3 層樓，主要作為語言教室使用—右排及中廊後為教室，中排及左排為辦公室，另附有一餐廳及幾台量販機可供學生及教師購買餐點。



拍攝日期：2019 年 10 月 4 日(五)

拍攝地點：國際學院

照片描述：此為 Welcome Party 的海報，內容為當天歡迎所有交換生的活動及行程，選當地的遊樂園作為場地，在場外擺設攤位，提供學生校園活動、當地交通等內容，有利交換生盡早熟悉環境。



拍攝日期：2019 年 10 月 7 日(一)

拍攝地點：旅遊與金融學系系所辦公室

照片描述：系所具有多間辦公室，此為行政人員其中的一個辦事處，內容為系所處理交換生事務的老師與其他老師再討論所選課程，前有 3 個窗口，許多學生會透過號碼機抽號碼牌進行事務處理，而交換生具有一獨立窗口，須預約進辦公室。

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

	<p>拍攝日期：2019 年 11 月 6 日(三) 拍攝地點：旅遊與金融學系系所大廳 照片描述：全系為連接 3 樓的 2 棟建築，此為系所一樓的大廳，具有行政窗口及活動公布欄，中間有幾張桌子可供使用。學生會利用課後或空閒時間聚集在此處自修，若圖書館或討論是沒位子，這裡是不錯的選擇，亦提供筆電充電。</p>
	<p>拍攝日期：2019 年 12 月 3 日(二) 拍攝地點：旅遊與金融學系外面廣場 照片描述：此圖為校園警報演練的景象，該姊妹校師生正確的落實警報演練，當校園警報聲一響，各單位人員立即開啟緊急設備，每個出口皆有工作人員幫忙疏通人潮，老師及學生也會快速到廣場集合，極具真實性的演練。</p>
	<p>拍攝日期：2020 年 1 月 2 日(四) 拍攝地點：賽維亞大學 照片描述：此為賽維亞大學最古老的一座校院，位於城市的中心，但現在已成古蹟，不再供學生上課；但此地仍是許多觀光客到此地會參觀的熱門景點。</p>

※本報告請於返校後 2 週內繳交—Email 國際事務處作業承辦人

※心得報告書及所提供之照片將做為國際事務處上傳至網路提供學弟妹分享資料以及作為國際事務處各項行政業務之素材，請同學勿提供不宜及不雅照片。