

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： 布達佩斯商學院 - 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。 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。 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？ 還記得返國後，一肚子說也說不完的留學經嗎？ 如果你（妳）已經走過這段路，如果你（妳）願意種下一株小樹苗， 讓我們一起期待，期待這一株株小樹能茁壯， 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：徐OO	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：布達佩斯商學院 研習系所：Faculty of International Management and Business		留學時間：自民國 108 年 9 月 9 日 至民國 109 年 1 月 25 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>10150</u> 元																														
<p>搬入時宿舍內已有設備：</p> <p>基本設備(床、廚具、冰箱、洗衣機、電磁爐、微波爐、熱水器、電視、暖氣、吸塵器、吹風機等等)</p> <p>建議另行添購或攜帶物品：</p> <p><u>無</u></p>																																
<p>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：無 (如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>其他：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> </table>			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)	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)
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)																														
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)																														
<p>每月基本生活費預估：</p> <p><不含娛樂及文教費用，僅最低生活必需> 細項(以月為單位)</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>伙食費</td> <td>NTD4000</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>交通費</td> <td>NTD400</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>宿舍費</td> <td>NTD9340</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>水電及電信等雜費</td> <td>NTD900</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>教材書籍費用</td> <td>NTD0</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>其他</td> <td>NTD0</td> <td>元</td> </tr> </table>		伙食費	NTD4000	元	交通費	NTD400	元	宿舍費	NTD9340	元	水電及電信等雜費	NTD900	元	教材書籍費用	NTD0	元	其他	NTD0	元	<p>有無取得獎助學金補助</p> <p><input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無</p> <p>獎助學金名稱與獲補助金額</p> <p>名稱：</p> <p>金額：NTD</p>												
伙食費	NTD4000	元																														
交通費	NTD400	元																														
宿舍費	NTD9340	元																														
水電及電信等雜費	NTD900	元																														
教材書籍費用	NTD0	元																														
其他	NTD0	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 30000 元																																												
機場至學校之交通方式 <input type="checkbox"/> 校方派員至機場接機 <input type="checkbox"/> 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：皆無，自行前往住宿地點																																												
出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等) 種類：申根險 公司：南山人壽 金額：NTD5560 元 期限：180 天																																												
保險：赴姊妹校後校方協助辦理 (<input type="checkbox"/> 國民健康保險； <input type="checkbox"/> 學生平安保險； <input type="checkbox"/> 其他保險) 無加保保險																																												
簽證：辦理簽證所需天數、金額、及特別注意事項 辦理天數：至少一個月 金額：60 歐 特別注意事項：須至少提前一個月預約辦理																																												
其他校方提供使用服務： <input checked="" type="checkbox"/> 是否有直接網路連線 (<input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input checked="" type="checkbox"/> 圖書館 <input type="checkbox"/> 電腦室) <input type="checkbox"/> 是否有安排輔導人員 (<input type="checkbox"/> 輔導老師 <input type="checkbox"/> 義工同學)																																												
有無使用行動電話？公司與費率方案為何？ 在當地的 telenor 電信公司辦電話卡。 方案為一個月 NTD200 元，流量 1G，社群媒體(FB, Instagram, whatsapp)不限流量																																												
學校週邊生活機能，是否有下列設施： <table border="0"> <tr> <td>書店</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>無</td> <td><input type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>超級市場</td> <td><input type="checkbox"/>無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：有一家小型超商</td> </tr> <tr> <td>百貨商圈</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>無</td> <td><input type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>24H 便利商店</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>無</td> <td><input type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>醫院</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>無</td> <td><input type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>地鐵車站</td> <td><input type="checkbox"/>無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：學校最近的火車站有 15 分鐘的距離</td> </tr> <tr> <td>公園</td> <td><input type="checkbox"/>無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：學校最近的公車站有 15 分鐘的距離</td> </tr> <tr> <td>電影院</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>無</td> <td><input type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>體育場</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>無</td> <td><input type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>社區文化中心</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>無</td> <td><input type="checkbox"/>有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>其他</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	書店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	超級市場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：有一家小型超商	百貨商圈	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	24H 便利商店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	醫院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	地鐵車站	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：學校最近的火車站有 15 分鐘的距離	公園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：學校最近的公車站有 15 分鐘的距離	電影院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	體育場	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	社區文化中心	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	其他			
書店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																									
超級市場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：有一家小型超商																																									
百貨商圈	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																									
24H 便利商店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																									
醫院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																									
地鐵車站	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：學校最近的火車站有 15 分鐘的距離																																									
公園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：學校最近的公車站有 15 分鐘的距離																																									
電影院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																									
體育場	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																									
社區文化中心	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																									
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...> Budapest Business School International Mobility Department H-1165 Budapest, Diósy L. u. 22-24. +36 1 467 7800/898 Ms Petra Kiss (International Coordinator) kiss.petra@uni-bge.hu																																												

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)：

布達佩斯商學院與台灣大學給人的感覺真的不一樣，來到布達佩斯商學院的第一印象就如同來到電影場景，外觀是一般的現代建築設計，內部則是典型的歐式風格，有一個諾大的中庭；學校是開放式，不論是學生或是社區民眾都可以自由進出，不時還可以看到附近民眾帶著小孩來散步。布達佩斯商學院分為好幾棟，方向感不好的我，開學 1 個月都還常常迷路呢！布達佩斯商學院的老師們都十分親切且樂於幫助學生，

留學心得感言 2000 字：

其實直到現在回到台灣，還是很不敢相信自己竟然真的來到匈牙利交換了一學期，的一切都像夢一般的不真實。

還記得當初申請交換，撰寫自傳、讀書計畫以及請老師寫推薦信等等過程非常的焦慮痛苦，害怕自己的成績不如別人、履歷沒有別人好看、經歷沒有別人豐富而被姊妹校拒絕；然而在收到入取通知信的那一剎那便明白了一件事，與其擔心不如放手一搏，有時可能有出乎意料的結果。然而緊接著而來的是一連串更麻煩的是，一般來說台灣到匈牙利旅遊是不需要簽證的，但長期交換的學生要辦學生簽才可以。在辦學生簽時需要具備的其中一個資料則是住所的合約，但當時布達佩斯姊妹校通知我們學校已無宿舍讓我們住，於是我們只好自行在網路上尋找住宿，幸虧現在的社群媒體很發達，我們在 FB 的社團裡找到了布達佩斯租屋社團，裡面的房屋仲介都是具備政府官方認可合法執照的，我們幸運地遇到好的房屋仲介，也順利租到了地點好、交通及生活機能都很方便的公寓(歐洲的郊區真的很不方便，如果找房子一定要盡可能的選擇市中心，我們後來才發現學校位在蠻郊區的位置，還好當時沒有選擇學校宿舍)，過程中沒有遇到什麼被敲詐或是危險的事，唯一頭痛的就是歐洲的辦事效率真的不容小覷，就這樣來到 9 月開學，我及另外 2 位台灣室友開始了我們的交換生活。

在抵達布達佩斯後，首要任務是去辦居留證，因為沒有居留證的話就不能離開布達佩斯到其他國家旅遊(到時候會進不了布達佩斯)，而辦居留證也是一個慘痛的回憶，只能說歐洲人辦事的效率真的實在讓人很無奈，去了兩三趟辦事處每次都等至少 5 個小時以上…，但開心的是至少最後還是有順利拿到居留證。

之所以會選擇在布達佩斯交換，原因大概就是這裡的物價和台灣差不多，比起歐洲其他國家物價已經很親民了，治安也算是比其他國家安全多了，被偷或被搶的機率很小。除此之外，匈牙利附近有許多鄰近的小國家，國內巴士及廉航十分方便，隨時可以來場說走就走的小旅行。但生活一個月後才慢慢發覺，在歐洲生活的好處大概僅此而已了吧！

還記得剛到布達佩斯時那種雀躍興奮對未知的歐洲充滿好奇的心情，或許是當初對歐洲幻想的太過於美好，在布達佩斯生活一個月後這種興奮雀躍的感覺就消失得差不多了，來到歐洲

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

才發現，歐洲只有風景和建築物能夠小小勝過亞洲，論生活機能、方便性、治安、食物等等都無法與亞洲相比；食物都是冷冷的生菜沙拉、義大利麵、披薩、啤酒等等，才生活一個禮拜就已經非常想念台灣的食物了，而治安更是不用說，地鐵站隨處可見喝醉酒鬧事的醉漢或者遊民，真的都要非常小心不要和他們對到眼，偷搶拐騙的伎倆更是在一些著名的旅遊勝地層出不窮；除此之外，往往外國人給人的印象都是活潑熱情大方的感覺，然而實際上卻不盡其然；在學校上課時，有些許的歐洲人對於我們亞洲的交換生，態度其實還是有些差異呢！服務的公務人員對於我們的服務態度也不是很好，或許東西方仍然存在著些許的歧視吧！

除了生活方面之外，在布達佩斯商學院學習的方面，最明顯感受的差異則是上課方式的不同。課堂上很注重團體討論，時不時就會現場要你組成一個幾人一組的小團體，討論問題並且向大家提出你的看法，老師很注重個人的發表及討論；偶爾也會有團體作業，而這樣的課程的好處就是能夠藉由這些機會認識一些新朋友，訓練你的口語表達及應對能力，不適應的地方可能就是對於歐洲腔調的英文需要花一段時間才能適應，對於不同文化間的隔閡也要有耐心的去彼此了解才不會鬧成笑話。

交換生活說長也不長，說短也不短，但短短的一學期真的一眨眼就過了。交換的這半年，嘗試了很多以往從未嘗試的事情，學會下廚、一個人半夜前往其他國家展開小旅行；也見到了許多以前從未見過的景色，認識了許多新朋友；儘管氣候環境、飲食文化差異甚大，在學習的過程中遇到語言及文化隔閡造成溝通問題等等，壓力確實比在台灣的時候大很多，但這些種種的一切都是成長的證明，回顧這一學期，確切的感受到自己變得更加獨立與勇敢；而其中讓我最有感觸的是，這段交換的經歷讓我真切地明白我真的很幸福，能夠有這樣的機會來到匈牙利交換，能夠有這樣的機會看到在台灣看不到的美景，卻也因此讓我著實地發現了台灣的好。

我只想說，從前做一個井底之蛙，總想著外面的世界多麼美好，實際走訪過一遍，才知道最美好的原來是自己的家鄉。

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。



拍攝日期：2019 年 9 月 3 號(二)

拍攝地點：布達佩斯商學院管院大樓

照片描述：

我們一行人於開學前先到學校場勘熟悉環境，看看上課的教室是在什麼地方，而此棟為管院國際交換生主要的上課大樓。



拍攝日期：2019 年 9 月 5 日(四)

拍攝地點：學校的公車站

照片描述：

這天是新生訓練，在這裡見到了要一起相處學習一學期的各國交換生，還認識了台灣其他所大學的學生。

回程一同前往公車站搭車，圖片為布達佩斯的學生月票，換算成台幣一個月只要 345 元呢！



拍攝時間：2019 年 9 月 24 日(二)

拍攝地點：布達佩斯商學院圖書館

照片描述：

小小的圖書館，總共只有 8 個桌子可供讀書；平常空堂之餘會來圖書館自習，可以想像考試期間的位子有多難搶。

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 9 月 27 日(五) 拍攝地點：布達佩斯多瑙河 照片描述： 與一起在布達佩斯交換的日本人、法國人與其它台灣學生參加學校交換生協會舉辦的船上派對。</p>
	<p>拍攝時間：2019 年 9 月 13 日 拍攝地點：聖依什特萬聖殿 照片描述： 這天一同與法國朋友在聖依什特萬聖殿附近的廣場逛逛，碰巧有傳統的合唱表演，表演者很大方地與我們合照。</p>