

國立東華大學國際交換學生心得

National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

姓名Name	巫欣怡	學號 School No	410496007
原系所Home Department	族關係與文化學系		
前往國家Nationality	捷克		
前往學校Host University	Tomas Bata University in Zlin		
交換系所Host Department	Department of Pedagogical Sciences		
交換交流期間 Exchange Period	自From __108__年year / __9__月month 至To 109 年year / 1 月month		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫, 非必要) Contact Email (Optional)			
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	U7宿舍3770*5(月) =約18850元臺幣		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	去程俄羅斯航空約 15000臺幣 回程長榮航空14000臺幣		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	購買生活必需品, 三餐自己煮與外比例一半一半加活動餐費酒水 一個月大約9000~12000臺幣 (沒有特別省錢但也沒有出門旅行的前提下)		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)	旅行花費沒有詳細計算 12個國家 交通、吃、住 含重複去過的數个城市大約20萬		

謝謝東華大學以及國際處的長期努力耕耘下, 讓我有機會到捷克交換, 也非常感謝教育部學海飛揚的幫助成為我成長的羽翼。

很幸運的在交換之前去年去交換過的同學給了我們許多事前須知及注意事項, 在出發前撫平了不少焦慮, 縱使在交換期間仍然走了不少冤枉路, 犯下許多小錯誤但回過頭來覺得都是烙印在腦中很實在的經驗。

必須老實的說, 我的這份心得或許會與許多人的心得沒有太多差異, 有許多曾經聽說過的曾經看過的, 而這些東西對於一直生活在台灣的我來說確實太過抽象, 因為沒有接觸過相似的環境、人以及價值觀無法紙上談兵般的看一看就能學會的, 無論多麼的耳提面命, 當問題出現在你面前時還是會將所有的忠告忘在腦後, 我想說的是, 對我來說這些遇見事情後你努力運用自己的方法解決的過程才是最重要的學習。也曾想過要不斷挑戰自己, 最後寫出厲害的心得呈現給大家看, 但最後我還是決定寫出我在短短幾個月內透過遇見的人以及自己看到的產生的實質性改變以及心態的轉變。

課堂上的感受-你才是你最好的老師, 學會透過書本及線上資源自主學習

我們從小習慣性的, 上課就是老師講課, 畫下老師說的重點並背下來。考試會寫最重要, 而分數當然是越高越好, 同時我們也害怕寫出與大家不同的答案, 說出不同的看法, 心裡擔心著要是錯了怎麼辦? 要是大家聽不懂我的意思怎麼辦? 要是被笑怎麼辦? 縱使心裡有再多的念頭, 仍然因為認為自己懂的不夠多而不敢說出口。

我自己感受到大部分捷克學生與臺灣有些相似有些被動與消極, 但同時能夠自信的與老師討論的同學也不在少數。我在課堂時間更深刻的確認, 許多東西並沒有所謂正確答案, 但重要的是如何聆聽不同的聲音, 以及如何從中自我反思。

這其實蠻荒謬的, 我在大學時期許多課程的分組討論甚至是辯論, 老師最大的用意都是讓我們

能自己閱讀消化後形成論點，再透過討論去修正成為自己的知識。但大部分的人向我，還是會焦慮並且陷入不停的去尋找正確答案的框架。交換期間或許是因為老師更願意放手讓學生自己動手做又或許是學習環境的改變讓我格外意識到以及覺察到這件事情。

沒有最美好的地方沒有完美的生活方式，只有一群朝著不同方向共同努力著的人

我會說這段時間在歐洲生活除了打破許多對歐洲童話般的想像外，同時也從許多方面重新思考臺灣、理解臺灣並以身為台灣人為傲。就以環境保護來說，歐洲在公共垃圾的處理、分類確實是更完善的，再者是對於山、河流與湖更是嚴格的控管車輛，以當地公車為主，甚至拒絕使用任何柴汽油交通工具。但必須要思考臺灣在地狹人愁的前提之下，環境議題的困境勢必會多很多，我知道有許多還能再更好的地方，但我不喜歡的是求學時期無論在課堂上的舉例或是媒體上的報導，常常過度美化其他國家的政策或是狀況，不考慮臺灣所持有的前提條件下是否適用，洗腦大眾讓大家覺得臺灣在各方面好像都不如人，但外國的月亮真的沒有比較圓。大部分的歐洲國家是高收入、高物價、高生活品質同時也非常珍惜人力，服務業不是我們習慣的以客為尊，而是更尊重每個人身為人能夠擁有的各式反應，會遇到怎麼樣的服務生就如同不能預測自己眼前的是好人或壞人一樣，待在臺灣我們太過習慣視為理所當然的善良客氣與熱情方便會崩壞再重組。而貧富差距似乎也更高，社會問題也有些不一樣。大街上翻垃圾桶的人，喝醉吼叫並嘗試和你說話的人、以及各路扒手都是台灣的好幾倍，亞洲觀光客常常因美景而鬆懈，要不斷提醒自己警戒心要一直有，要懂得先保護自己。雖然回來台灣後並不喜歡這樣過度質疑及不相信人的習慣，但適度得提醒自己是必須的。

我在歐洲感受最多的是便利與工資成反比，因為高物價的關係，出去旅行時少帶的東西必須重買的代價常常是在臺灣的四五倍，更不用說能購買的店家及選擇都非常少。手機充電線轉接頭、尤其是保暖的襪子都要在台灣就準備好。

country presentation

我想交換這段期間我最喜歡的部分一定是country presentation，我想我幸運的選擇了臺灣國籍問題沒有被中國被壓迫的捷克，有機會向所有交換生介紹臺灣，我聽說在很多國家由於有中國交換生，臺灣人幾乎沒有機會去展現自己。

我好喜歡大家愛著自己的國家自信驕傲的模樣，正向的交流帶來的氣氛是滿滿的鼓舞與喜悅。很多時候比起謙虛禮讓，如何正向像大家介紹與表現自己的好在國外是更為適用的。慢慢的更認同一句話，你要先喜歡自己才能去真正的欣賞別人。

旅行中的需要及想要

很幸運的在東華認識了許多交換生朋友，一起旅行了幾次也在歐洲相會，改變我最多的是旅行的方式。歐洲要走很多路，路面多是鋪石子路沒有交通工具只有雙腿的前提下，登山包登機包是最適合的。每一次的旅行每一次整理行李都更了解功能性強，實用且輕便的東西有哪些。

穿著不再是種無形的束縛，比起漂亮、卻帶有負擔感的穿著，我喜歡歐洲更追求的是高機能高品質，簡單實穿也能穿得更久的衣服。不以穿著去看這個人是怎麼樣的人，而二手衣物的流動在歐洲也是非常盛行，對我來說十分方便也減少了衣服過季就丟掉的浪費行為。

另一種獨立

在我剛離開家到花蓮讀書的時候我期待自己能夠更加獨立，不再依賴身邊的家人朋友，在我自認為足夠獨立時去到歐洲才發現自己遠遠不夠，說來也愧疚，我自己主修族群關係與文化，自以為具備足夠的文化敏感度能夠快速的適應與調適，但真正遇見不同的文化，習慣時又沒有辦法流暢的運用語言，在遇到各式情況時還是被自己既定的框架所綑綁，想用習慣的方式去處

理，但我想所謂的如境隨俗絕對不只是飲食與習慣而已，還必須先做好功課去遵守不同的規則還有足夠的耐心。

計畫永遠趕不上變化，開闊的心境遇到問題面對並處理。

我在交換過程中遇到最大的問題是簽證，我選擇提早到歐洲旅行並且在申根區國家中的捷克辦事處辦理簽證。中間過程一波三折，駐斯洛伐克捷克辦事處是我遇過最兇最沒禮貌的地方，有任何問題都部會回答你就叫你自己看網站，在辦事處的時候資料沒排好都會被兇。當初會選擇只是因為離捷克較近以為簽證會辦得比較快。但相信我，臺灣更快，辦事人員也親切很多，所有事情真的盡量在臺灣就弄好。出門在外google上的評價很重要，要查好資料也要先嘗試問人，我在後期聽別的學校的朋友說，一般都會推薦去奧地利辦理因為斯洛伐克的辦事處太糟糕，我在歐洲等了超過九十天，離開前才拿到簽證差點離不開歐洲。