

國立東華大學交換學生心得  
National Dong Hwa University Exchange Student Report

姓名 Name	施汶汶	學號 School No	410754004
原系所 Home Department	自然資源與環境學系		
前往國家 Nationality	波蘭		
前往學校 Host University	University of Silesia		
交換系所 Host Department	Environmental engineering		
交換交流期間 Exchange Period	自 From __2022__年 year / __9__月 month 至 To __2023__年 year / __7__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)	y82sfjm@gmail.com		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	4500 左右		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	1000 歐 (看你什麼時候買)		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	10000-15000 上下		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)			

### 最初的挑戰

記得我最一開始自己搭飛機到捷克的布拉格機場的時候，真的是很害怕搭錯車，結果有好心的老爺爺給我指路、法國男生幫忙我提行李。在搭火車時在台灣買的歐洲網卡還壞掉，沒有訊號，開始了一路上問人的挑戰，在搭計程車時還意外丟了一張卡，被司機丟在學校的山坡上，我一個人拖著 17kg 行李慢慢找宿舍位置，礙於沒網路一切困難，與本地學生溝通障礙，宿舍一個亞洲人都沒有，還需要開始培養新朋友....。

最後終於找到路到了位於捷克和波蘭邊界的學校——university of Silesia(cieszyn)，那天晚上沒有吃晚餐，人生地不熟，連網路都沒有，只要出了宿舍就很慌張。

### 第一學期(cieszyn)

#### 生活

- 學校宿舍對面有一間 Lidl，非常方便/再走一段路也有小瓢蟲超市。
- 小鎮邊界也有很多越南商店，越過邊界之後就是捷克領土了，週末可以去那邊採購雜物，波蘭由於法律因素有時候週末超市是不會開的。
- 波蘭和捷克邊界那邊有公園是屬於兩邊政府合作的區域，公園很漂亮可以去逛逛，晚上可

以去捷克那邊喝個啤酒，另外在邊界有捷克餐廳很推薦可以去吃！捷克饅頭還有燉牛肉。

- 當地學生很習慣走蠻遠的路，如果你想採購比較特別的食物可以走上山坡去其他超市。
- 宿舍樓下有一間 club，晚上很多學生會在外面抽菸喝酒，club 裡面也有跳舞的地方。
- 關於睡眠品質：基本上有 club 的夜晚 bass 效果都很強，你會注意到你的窗戶也在震動還會聽到很嗨的音樂，但我個人還是睡得著。
- 學校離巴士站也很近，巴士站和火車站是在隔壁的，附近還有百貨公司和超市，很方便。

### 缺點

- 位於 cieszyn 的宿舍交換生並不多，我當時交換的時候只有一個土耳其交換生，其他學生大多都是本地學生或是少數來自俄羅斯、白俄羅斯、捷克、烏克蘭。
- 行政人員基本上都不會英文，可能需要自己拿 google 翻譯或找人幫忙去處理行政事務。

## 第二學期(Katowice)

### 生活

- 搭公車叫可以從 ligota 的宿舍到市區的校區，車程大概 38-40 分鐘，時間的話可以看 google map 上面的大多很準時。
- 宿舍在於 katowice ligota，白天晚上夜晚溫差大，要注意保暖。
- 夜晚有時候會出現野豬在公車站( 要注意安全 )，宿舍區動物還蠻多的，我有看過刺蝟、鹿、野豬、兔子。
- 學校有個 esn 的 whatsapp 社群，建議可以加入，和其他國際生一起做一些活動。

### 交通

- 可以去 katowice 的公車總站購買月票公車卡，通勤上學會划算很多。
- 此外手機也可以購票，有個軟體叫做 jakdojade 可以在手機上購買車票。

### 課程

- 波蘭語課，蠻推薦可以去上的，當體驗當地文化，但是網路授課的教師有時候參差不齊，有一些完全不會英文，當我換了校區之後我聽同學說實體課的老師比較好，但我第二學期沒有繼續學習波蘭語所以不確定。
- 建議在第一週開學時，可以先寫信去問教授是不是可以英語授課，如果不行的話可以嘗試和協調員溝通並且更改課程。

總體來說我在波蘭下課後和自己相處的時間是非常多的，我不是那種很喜歡去派對的人，也有嘗試參加過，但後來還是覺得不太適合，我覺得不同文化對於自己的挑戰是很大的。在此次交換之後我認為對於自己有更明確的喜愛偏好，更知道自己喜歡什麼、不喜歡什麼。

### 自我成長

- 自我相處

- 時間管理
- 自己為自己負責
- 相信不認識的人
- 勇於發問
- 煮飯技能 upup

### 食物分享

我帶了我的波蘭朋友去了克拉科夫的台灣餐廳 ( kuku )，這是他第一次吃，他認為實在是太異國了，他之前從來沒有吃過這種東西，還一直問我珍珠是不是植物做的。後來我做了炒飯給他吃，他說：「雖然吃起來很詭異但是是好吃的」。我一直都覺得和外國朋友互動是很有趣的，總可以在他們所身處的城市、或語言獲得更多沒有想過的事情，如：城堡的故事、他們家鄉的特產、語言的文化、節慶的特殊活動，多瞭解一點都可以更深入當地，我很慶幸在我大四下學期獲得這個得來不意的機會，讓我能體會外國生活、課程。