

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：114學年第2學期赴捷克馬薩里克大學出國報告書

出國期間：2026年02月05日~2026年07月03日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學管理學院交通管理科學系

職稱：學士

姓名：黃安榕

中華民國 115年 7月 24日

中文摘要

這篇出國報告書記錄了此次赴外交換的目的，闡述我為何想申請赴外交換計畫，以及申請過程辦理各項文件的時程與細節，像是良民證、簽證、保險等。在研修期間部分包含五門課的修課心得，主要是 Faculty of Economics and Administration 的課，也有記錄我教ESN中文課的過程，還有日常生活方面的資訊，有宿舍、消費以及氣候的當地情況，最後則是經歷赴外交換之後的心得與建議事項，有一些獨旅和飲食方面的經驗分享。希望這份報告書裡的内容對有意申請赴外交換計畫的人是有幫助的，或是在大家準備出國文件、行李時派上用場！

英文摘要

This report documents the purpose of my student exchange program and explains my motivation for applying to study abroad. It also provides a detailed overview of the application process, including the dates and some details I prepared required documents, such as the police clearance certificate, visa, and insurance.

The section on my exchange period focuses on my academic experience and includes reflections on the five courses I took, most of which were offered by the Faculty of Economics and Administration. It introduces the course content, discusses the challenges I encountered during my studies, and explains the assessment methods used in each course. In addition, the report describes my experience teaching Chinese classes for ESN.

The report also covers various aspects of daily life during my exchange, including accommodation, payment methods, as well as the local climate. These experiences provide practical information that may be helpful for future exchange students preparing for life abroad.

Finally, the report concludes with my reflections on the overall exchange experience and offers suggestions for future participants. It also shares my personal experience of solo travel and local diet. I hope this report can serve as a useful reference for students who are interested in the exchange program and help them prepare for both the academic and cultural aspects of studying abroad.

目次

摘要·····	2
目次·····	3
目的·····	4
申請過程·····	4
研修期間·····	5
心得及建議事項·····	8
附錄·····	9

目的

剛升上大學排完四年課表後，發現在大四上就能修完所有畢業學分，加上一直以來我都對國際交流感興趣，同時我也好奇在國外讀書的生活，於是我便決定申請學校的赴外交換計劃。當時花了一些時間選擇交換的國家，選擇歐洲是因為那是我從來不曾去過的地方，有著與台灣截然不同的語言與文化圈，我認為這是非常好的機會跳脫舒適圈，而選擇捷克則是因為它的生活成本與地理位置，物價相對西歐國家低也很方便探索鄰近國家。

申請過程

我當時是五月初請導師協助撰寫申請表的推薦意見，並在五月中繳交申請資料，大概等一個月後上網看名單。

確認錄取資格並繳完保證金之後就會進到交換校提名階段，除了提供學校提名所需資料外，也需要在10月初之前到交換校網站填申請資料，我10月中下旬就收到交換校的welcome letter。

接下來就是開始準備良民證等文件，網路上有詳細教學，以下提供當初的時程

事件	日期	備註
申請良民證	10/31	需網路預約
第一次預約簽證	10/31	因為還沒跑完外交部那關所以改期
申請財力證明	11/5	
領取良民證	11/6	100元
民間公證	11/6	750元
第二次預約簽證	11/6	可以直接在信件中提出期望的日期
良民證外交部文件複驗（送件）	11/7	400元
良民證翻譯成捷克文	11/10	700元
良民證外交部文件複驗（取件）	11/11	
至辦事處繳交簽證文件	11/13	2721元
線上選課	11/22	
辦事處來信簽證已獲批准	12/8	
訂來回機票	12/25	我是搭華航，飛維也納的機場
上網選宿舍	1/6	
買保險	1/7	我是買PVZP
至辦事處領取簽證	1/13	

研修期間

修課

我是交換到Faculty of Economics and Administration，我總共修了八門課共26ECTS，要修多少課完全看來交換的目的，我主要是想體驗在國外讀書的感覺，其次才是去不同國家旅遊，所以這樣安排我的課表。

首先是我在 Faculty of Economics and Administration 修的四門課：

International Tourism (6ECTS)

這門是碩士班的課，大概十幾個人修，課程有分lecture和seminar，lecture是老師上課，不同主題有不同老師來上，老師時不時會提問，讓大家分享自己國家的相關經驗，另外老師的國籍非常多元，從波蘭、斯洛維尼亞到奈及利亞都有，而seminar則是根據前一堂lecture的主題，每位學生準備簡報上台報告，前半學期是每兩週一次，報完之後老師會給一些評論，底下也會有人提問，只能說是非常刺激。至於能不能通過課程則是全看期末考成績，考試總共50分鐘，題型包含選擇題和開放式問題，出題範圍都是來自上課簡報，有讀熟去考應該都能過。

Impacts of the Transformation on the Regional Development (4ECTS)

這門課大概有六十個人修，只是每週來上課的人不多，可能是因為出席率不在評分標準中，但我都有去上課。這門課主要是在講特定事件的發生對區域發展造成的轉變與影響，像是疫情肆虐除了對全球經濟帶來衝擊，也無形之中改變了人類的行為，我覺得滿有趣的。這門課也是一樣每週上課的老師不一樣，主題很多元，比較特別的有waste management跟environmental reform，其中也有包含跟我科系領域直接相關的Mobility and Transition in Transportation。我記得線上選課時這門課只有期末考，但之後改成30%來自於每週課後的Self-assessment tests，還有期末寫一份佔70%的Individual assignment。Self-assessment tests的題目都是從上課簡報裡出，因為打開之後限時10分鐘要交卷，所以我都會先讀上課筆記跟簡報再開，裡面只有三題選擇題，每答對一題就能得到一分，這部分可以盡量拿滿。再來的Individual assignment在reading week時需要上網選主題，期末時上網選日期，老師就會在那天給你總成績。至於Individual assignment的內容，老師有給一個範例，上課也有非常詳細的說明評分重點，其中我覺得最有挑戰性的就是只能寫一頁！所以要非常了解上課的內容，並且非常言簡意賅地闡述，我當時花了一些時間釐清報告需要包含的部分，才開始寫我自己的主題。詳細的內容老師其實沒有特別限制，就是挑自己國家的案例，用上課講過的方法分析即可，我的主題跟交通有關，討論共享機車帶來的平台經濟趨勢。

Policies, Institutions and EU law (4ECTS)

這門課好像是大一的必修課，所以在能容納好幾十人的大教室上課，但是來上課的人有逐週減少的趨勢，比較文化衝擊的部分是，上到一半會有人背著背包從老師面前離開教室。課程內容就是每週圍繞著歐盟講不同主題，一樣是不同老師，因為台灣不在歐盟裡面，所以一開始覺得上課內容有點距離感，還有大概三、四週在講歐盟法，老

師是法學院的專業人士，會口頭帶到很多英文專業術語，讓我聽得有點吃力，但我後來就是聽到一個查一個，同時寫在筆記本上，聽不懂的部分就會越來越少。這門課的成績也是完全看期末考，前半學期的下課前會有類似Kahoot的測驗，不會算分只是讓大家熟悉題型，考前也有給一份20幾題的題庫，一樣說是讓大家熟悉題型，我在準備時就是把題庫的題目按照不同單元整理好，並且加上各單元的小筆記，這樣考前看那一份就好。考試當天因為人數很多所以分兩場考，題型是30題選擇題，答案用畫卡的，跟題庫重複的題目大概五題以內，所以還是要自己細讀簡報。

Business Policy (2ECTS)

這門課一學期總共上四次，一次上三個多小時，系統限定24個人修課，因為名額滿了，所以我寫了一封闡述修課動機的加簽信，過一陣子就選到課了。上課方式的話，每次都是用工作坊的形式小組討論跟發表，有些人看起來是本來就認識的，雖然沒有認識的人跟我一起修課，但我第一堂就跟坐附近的人一起討論，後來也就形成固定的小組，其中包含捷克人、亞美尼亞人、土耳其人以及台灣人（我），最後一堂因為我的組員有點晚才來，所以我就先跟其他人一組。課程内容的部分，主要在教商業策略，第一堂我們組有討論怎麼把麥當勞展店到亞美尼亞，後幾堂教到怎麼spend less、earn more以及avoid extra cost，每組要想一個例子來實際演練那些步驟，我們這組是Four seasons的清潔服務。這門課是達成條件就能通過課程，沒有作業或報告，每次下課要去簽到。

接下來這門是Pan-university studies的課：

International Communication Strategies (4ECTS)

這門課也有限定修課人數，而且是中午12點在一個小教室上課，我早上的課下課之後坐25或26到宿舍轉另一班車過去，時間有點趕所以我第一堂課就有跟老師說我可能之後會晚一點到。這門課前半段就是教一些跨文化溝通的理論，還有給我們非常自由的空間發表想法，想回答就可以直接舉手發言，也沒有所謂的正確答案。而後半段則是開始跟義大利Communication Science的學生一起合作一個期末專案，有趣的部分是雙方的要求不盡相同，我們是比較著重合作的過程，而他們則是更看重最終成果，另外小組之間的合作模式非常自由，但這也是困難的地方，需要有人在群組定期追蹤進度，以及開投票決定開會討論的時間，不過上課時老師有留時間讓大家提出分組遇到的問題。雖然在小組合作的過程中困難重重，但理論與實作兼具的課程進行方式讓我學到很多帶動討論的小技巧，像是在訊息的最後加上“Does anyone have any other ideas?”或是“What about other people?”，比較容易展開後續的討論。

ESN活動--中文課

選課前爬文看到有門課可以當中文助教，但這學期好像沒有開，想在國外教中文的念頭就默默放在心裡。直到二月底我在ESN的群組看到他們在找volunteer teacher，看得我躍躍欲試，於是我就填了報名表單。這個活動是從3月中教到4月底，每次一小時，中文課緊接在烏克蘭文後面，第一堂課的那天我提早到教室外面等，看到裡面氣氛非常活躍，讓我內心有個不妙的念頭，因為我不太會炒熱氣氛。那一堂大概有10個人來聽我上課，老實說有點尷尬，但我還是硬著頭皮上滿一小時。下課之後我建了一個ig群組讓大家加進來，之後比較方便公布上課資訊。

用英文教中文對我來說有挑戰性，不過因為是沒學分、沒薪水的活動，所以上課內容非常自由，像是第三次我的主題是body part，在教身體各部位的中文，同時教一些常見用法，例如「大嘴巴」、「有一腿」還有「你是我的心肝寶貝」，那天有四個女生來聽課，我就是不斷帶唸和解釋意思，但不時會看到有人在抄筆記跟拍照，整體氛圍讓我覺得很自在，有不少即興發揮，所以我最喜歡那次的課。

宿舍

我住在Tvrdeho的高樓層雙人房，雖然回宿舍要稍微爬坡，但它的位置要去學校上課還是火車站前買菜都滿方便的。宿舍的廁所跟浴室都是男女共用，不像其他棟有分樓層，加上我附近房間大部分都住男生，所以頭兩週非常不習慣。廚房的話我那層因為三個爐子分兩邊，所以備料的空間滿大的，樓下那層就沒什麼地方切菜。房間的話床就跟網站上看到的一樣近，冰箱是個人小冰箱，完全不夠兩個人用，不過後來我室友搬走了，所以就勉強還行。洗衣服的地方在地下室，有兩台烘衣機跟四台洗衣機，都不用錢，但建議提前預約，還有因為宿舍沒有電梯，所以每次洗衣服都可以順便運動。

消費

我出國前有去辦一張永豐多幣簽帳金融卡，同時也有先辦好Revolut。日常生活我是把Revolut綁在Google錢包，結帳時刷一下很方便，不用怕把卡片用不見。永豐卡則是拿來刷一些大額的花費，像是宿舍租金、住宿、車票等，刷完隔月會收到1.5%的回饋金，如果刷歐元還會加碼回饋1%，此外這張卡也能免手續費（永豐端）海外提款，我在德國剛好有找到也免手續費的當地銀行，那次提款完全沒有被扣額外的錢。不過最後一個月刷卡常常會收不到簡訊，只能用另一張回饋比較少的卡。

氣候

二月初剛到維也納時是零下四度，沒戴手套手就會冷到沒知覺。我沒有帶很多厚衣服，冬天的衣服不太適合用烘衣機，但因為歐洲很乾，所以掛室內很快就乾了，真的不夠穿可以去二手店買，我二月底去波蘭前有用79克朗買到一件很新的毛衣！！冬天的衣服我是一路穿到五月底，六月初我去維也納甚至還是17度，推薦外面帽T裡面短袖的洋蔥式穿衣，下午熱可以脫，還有他們室內都有暖氣，不脫厚衣服會很熱。

但是，到六月中下旬突然變超級熱，會到36度以上但很多地方包含宿舍都沒有冷氣，睡覺也沒有電扇吹，電器行Datart的電扇又被搶購一空，我是去一間地下室的小電器行才買到有牌子的手持站立兩用電扇，成為我回台前一週的救命稻草。

心得與建議事項

藉由這次赴外交換的機會，我實際體驗到在國外讀書的生活，首先是在國外的大學和其他國際學生一起修課，學習在全英文的環境下生存，在經歷課堂上的個人報告、期末書面報告等考驗之後，我更有開口說英文的勇氣，同時也意識到英文程度還有很大的進步空間，但很適合作為未來精進英文的動力。

在投入課業之餘，我也走訪五國以及捷克的七座城市。我滿推薦趁來交換的時候去捷克的不同小城市逛逛，來回車票很便宜，車程兩小時以內的可以安排一日遊，不過建議在六月中以前去，不然會熱到危及生命。另外，亞洲女性獨旅有時候會被騷擾，最常見的是用很輕佻的態度試圖引起注意，而我遇到最不舒服的是在Flixbus上被鄰座的男性碰手臂，經過我的制止他還是持續伸手過來，所以我便大喊「Don't touch me!」，這樣做不僅讓他停止不當行為，同時也能讓司機和其他人知道我正在被騷擾。

而關於增加行李空間，我有用一個大塑膠夾鏈袋（不是壓縮袋），把羽絨長外套和羽絨背心放在裡面，上面再放羊毛大衣等有份量的東西，邊拉行李夾層拉鍊邊排出氣體，多出來的空間就能拿來放要帶回國的紀念品囉！

至於食物的部分，對亞洲胃加上廚藝不好的人（我）來說真是倍感煎熬，尤其是4月初reading week時，好不容易適應學校課業，卻緊接著來一波亞洲胃的空虛感，我當時去亞超買了白胡椒粉，雞腿肉煎完撒一點就會有台味，還有我本來都在吃亞超買的台灣製蕾絲麵，但真的敵不過想配飯的欲望，就學會用一般鍋子煮飯了。另外，這裡的手搖杯一杯台幣100多，我都買Albert的果汁替代，一瓶一公升台幣40幾，不冰也好喝，讓我這五個月都不用喝手搖。

最後，我想說如果再回到2025年的5月，我還是會選擇申請去歐洲交換，在大學的最後一學期，把自己丟到一個文化、氣候、生活都差異很大的地方，學習面對一切的不確定性，學習怎麼在異地他鄉生活。

附錄



Brno dam賞雪



MUNI對上VUT的冰球賽



學院的復活節活動



ESN的volunteer teacher



下課和同學去吃Gelato