

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 學期赴愛爾蘭 都柏林三一學院出國報告書

出國期間：2026 年 01 月 12 日～2026 年 05 月 17 日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學 管理學院 企業管理學系

職稱：學士

姓名：張妍庭

中華民國 115 年 06 月 01 日

摘要

本文目的為分享於 2026 年 1 月至 5 月，我到愛爾蘭的都柏林三一學院進行國際交換計畫之申請階段準備作業以及實際體驗，內容包含：(1) 參與交換學生計畫之目的、(2) 申請校級交換學生與等待結果之過程、(3) 交換期間之學習與其他生活體驗，以及 (4) 整體交換心得及建議事項。成為交換學生無疑是令人期待的挑戰，而其中所認識的同儕、旅程中碰到的大小麻煩、初次嘗試的活動等更是無可取代的回憶。希望這份報告能提供有意願至都柏林交換的同學更多資訊，也在未來順利地達成出國交換的目標。

Abstract

During the period from January to May 2026, I participated in a visiting program in Dublin, Ireland. Spending a semester of my bachelor's degree at Trinity College Dublin has become one of the most precious memories of my university life. The following content includes: (1) my objectives for participating in an international exchange program, (2) the overall process of applying for the university-level exchange program at NCKU, (3) my main learning experiences and other aspects of life in Dublin, and (4) reflections and suggestions for future travellers. There is no doubt that, on the way to all the exciting modules and events, multiple mundane tasks must be dealt with patiently and sometimes even with a bit of luck. However, with an always open-minded attitude, the friends made along the way, the scholars we get to meet during the journey, and all the first-time experiences make the frustration in between highly possible worth bearing. I received kind assistance since day one, even before deciding which destination would suit me best. Therefore, I hope the pages covered in this report could provide at least some handy information for those who may feel slightly confused about becoming an exchange student, especially in Ireland.

目次

一、目的	3
二、申請過程	3
(一) 校內甄選過程	3
(二) 交換校申請流程	3
(三) 愛爾蘭居留證申請	4
(四) 其他行前準備	4
1. 海外保險及財力證明	4
2. 行李準備	4
三、研修期間	5
(一) 新生週	5
1. 宿舍入住	5
2. 通訊服務	5
3. 新生講座	5
4. 加退選課程	5
(二) 修課經驗	6
1. 組織理論與分析 Organisation Theory and Organisation Analysis	6
2. 羅馬歷史 Roman History	6
3. 古文明的視覺與物質文化 Visual and Material Culture in the Ancient World	6
4. 初級愛爾蘭語 Irish for Beginners	7
(三) 生活體驗	7
四、心得及建議事項	7
五、附錄：影像紀錄	9

本文

一、目的

意識到自身視角的侷限，我相信踏出相對舒適的生活圈與不同專業、文化背景的同儕密集地交流，將帶來無可替代的啟發。審慎思考後，我決定申請校內國際交換計畫，深入探索異國風俗、了解不同的學習制度，也培養以更全面、多元角度分析事件的能力。

有關於交換國家的選擇，以愛爾蘭為志願的第一原因是其為英語系國家。在個人有限的語言能力之下，我又期許自己盡力地體驗在地生活；因此，當地普及語言是我之於要待上一個學期的國家評選要點之一。除此之外，愛爾蘭同樣是靠山也四面環海的島嶼，有許多值得探索的自然景觀。

比較各個國家之生活層面並與家人、朋友討論後，愛爾蘭似乎是適合我的選項。我十分期待自己能在充滿文化衝擊的陌生環境下，獲得嶄新的想法，也嘗試在短時間內融入截然不同的生活模式。

二、申請過程

由於我原先未在大學期間考取任何英語文證照，也是臨時決定參與交換計畫。因此，我在交換計畫開放報名前一個月才發現參與者必須提供兩年內的英語文能力證明。所幸為時未晚，最終成功取得校級交換資格。以下內容包含：(1) 校內甄選過程簡述；(2) 交換校申請流程與等待時間；(3) 其他行前準備，包含愛爾蘭居留證申請準備文件、行李準備等。

（一）校內甄選過程

即使於本文開頭，我表示愛爾蘭為適合自己的交換地點，但在申請之初所填寫的第一志願其實為捷克另一所大學。猶豫是否前往都柏林三一學院的主要原因是：於成大交換心得網站中部分學長姐所描述的「期末課業壓力繁重」。然而，我相信校內甄選結果便是最好的結果。而親身經歷後，我更認為在學校的整體付出時間為合理的學習量。如果有意願申請校內跨國雙向獎學金，於結果公布後，也得於申請期限內完成獎學金申請程序。

（二）交換校申請流程

在六月中確認取得校內交換生的資格後，國際處在八月的第一週以電子郵件寄送了薦外交換生提名通知；接著在國際處向交換校完成提名後，才依照後續的電子郵件提供之步驟至交換校系統申請。由於此屆的都柏林三一學院春季班申請截止日為十月

中，一直到十一月的第二週才收到錄取信。而校內宿舍也是在十一月時，陸續依照電子郵件的指令完成申請。因為是一月中開學，而學生要等到十二月的第一週才有校內宿舍確認信，緊迫的時程確實讓人有些緊張。但這即為三一學院的辦事習慣。十二月會有多場交換校提供給國際學生的線上講座，針對選課步驟、愛爾蘭生活等多做說明。

（三）愛爾蘭居留證申請

臺灣的學生至愛爾蘭居留超過 90 天不需要申請簽證，但是抵達愛爾蘭後要至移民機關網站申請居留證 Irish Residence Permit (IRP)¹。由於網站登記人數眾多，實際至移民機關辦理居留證的日期可能是在 90 天之後，居留證發下又得等待一至兩週；尚未取得居留證期間若離開愛爾蘭至他國旅遊，回都柏林在入境時向其說明已上網預約即可（此心得之資訊最後更新時間為 2026 年 5 月）。

而至他國短期旅遊也須注意各國規範。臺灣身分至英國、威爾斯、蘇格蘭、北愛爾蘭雖然不需要簽證，但要提前上網登記 Electronic Travel Authorisation (ETA)²。自 2026 年 4 月起，非歐盟免簽人員至申根區短期旅遊也得在首次入境時，需登記於 European Travel Information and Authorisation System (ETIAS)³。

（四）其他行前準備

1. 海外保險及財力證明

英文版的海外保險與財力證明在首次入境以及居留證實體辦理時需提供。辦理醫療保險前先核對都柏林三一學院以及愛爾蘭移民單位之要求，以做好萬全準備。

2. 行李準備

正式文件	衣物	其他
☐ 充分效期的護照 ☐ 入境審核文件 ⁴ ☐ 居留證申請檢核文件 ☐ 交換校宿舍入住證明 ☐ 其他	☐ 一雙防水的鞋子 ☐ 一件保暖的防水外套 ☐ 其他	☐ 現金 ⁵ ☐ 個人常備藥品 ☐ 英規轉接頭 ⁶ ☐ 國際學生證 ⁷ ☐ 符合航空公司規範行充 ☐ 其他

¹ Information on registering your immigration permission for the first time:

<https://www.irishimmigration.ie/registering-your-immigration-permission/how-to-register-your-immigration-permission-for-the-first-time/information-on-registering-your-immigration-permission-for-the-first-time/>.

² Get an electronic travel authorisation (ETA) to visit the UK: <https://www.gov.uk/eta>.

³ European Travel Information and Authorisation System: <https://travel-europe.europa.eu/en/etias>.

⁴ Suggested documents to present at border control: https://www.irishimmigration.ie/suggested-documents-to-present-at-border-control/#weglot_switcher.

⁵ 由於愛爾蘭各商家幾乎都接受無現金支付，因此不需要準備太多歐元，僅需確認信用卡或簽帳卡之海外刷卡功能及手續費。取得居留證後，也可以即時申請臺灣尚未開放的 Revolut 網銀帳號，以歐元消費。

⁶ 英國與愛爾蘭有相同的插孔，但歐盟使用另一種規格；因此可以購買萬國轉接頭或是以英規為主。

⁷ 視個人所需國外優惠斟酌申請，國際學生證 (ISIC): <https://www.isic.com.tw/ch/index.html>.

三、研修期間

(一) 新生週

1. 宿舍入住

入住學校提供的宿舍於我而言是最好的選擇，因為都柏林的房價十分高昂，而三一學院更是位於市中心，一室難求。填寫住宿意願表單時可能有 3 個選項，包含：On Campus / Goldsmith Hall / Trinity Hall。我選擇的宿舍是 Goldsmith Hall，和學校以空橋相連，與住在校內無異。而房型為四位學生各自有獨立的臥房、共用兩間衛浴、共用一個廚房。在學期間我共遇到 3 天（非連續）沒有熱水的情況，包含臥室內洗手臺、廁所、廚房，但整體而言住宿體驗合理。只要先有心理準備並且與室友建立和諧的關係，或許不會有太大的落差感，也不會有無法克服的問題。

如果入住學校宿舍，前幾日來回往返商店添置床具（枕頭、棉被、床包等）、廚房用具（碗盤、餐具、食物等）為必備行程。愛爾蘭在地超市 Dunnes Stores 什麼都賣，囊括各項生活基本用品，所以我與眾多同儕皆是到此購買必需品。雖然 Dunnes 不是最便宜的選項，但或許是最方便且品項多元的超市。

2. 通訊服務

我在校內領取了免費的儲值電話卡，每個月到 3⁸上網儲值 €20 後，我應該有正常運作的網路以及通訊服務。然而，我與另一位美國朋友（由此可證並非手機設定地區之問題）使用此電話卡的期間，皆無法撥通任何電話；其網路服務也只是堪用，不甚理想。和其他國際學生交流後，發覺或許有更合適且划算的 eSIM 服務，未來的交換學生可以參考各服務之方案。

3. 新生講座

參與新生講座除了能對於選課、校內資訊，以及各生活注意事項有深入的了解，也有機會在過程中認識其他交換生。我在交換期間熟悉的幾位朋友也是於新生活動中碰面。

4. 加退選課程

三一學院的選課系統倚賴人工手動輸入，因此於選課期間需耐心等待各課程之更動。若是希望即刻收到加退選課程的結果，可以考慮不使用線上表單加退選，而是至教務處 Academic Registry 排隊與專員進行協調。

⁸ 3: <https://www.three.ie/>.

(二) 修課經驗

以企管系的身分至三一學院交換，原先申請的對應學院為商學院。不過交換學生在申請系統中需要選擇 2-5 個學院，所以我申請了商學院 Business、經典學院 Classics、愛爾蘭語與凱爾特語言學院 Irish & Celtic Languages、歷史學院 History，以及地理學院 Geography。然而，因為不具有相關背景，所以地理學院之申請被拒。除了商學院以外的其他三者則是不具備相關背景也歡迎修課。

最後我選擇了四門課共 20 ECTS，為交換學生最低選修門檻，分別為：(1) Organisation Theory and Organisation Analysis、(2) Roman History、(3) Visual and Material Culture in the Ancient World、(4) Irish for Beginners。

整體而言，部分學院重視自主學習。因此，學生可以依照自己的步調規畫學習進度，彈性地利用時間。遇到學習困境時，主動向授課教授或助教尋求協助，於我而言都得到了好的結果。最後準備期末考與報告時，除了學校網站上的歷屆考題、與教授諮詢以外，校內圖書館資源也可以善用。

1. 組織理論與分析 Organisation Theory and Organisation Analysis

Business / 5 ECTS / 每週 2 次 1 小時實體課程

Final Examination 70% | Class Activity 15% | Group Project 15%

這門課每週皆有大量的課前閱讀教材。雖然並非每位學生都會完成，但是依照課程進度學習有助於課程參與，也能更自如地準備期末考。而這學期的授課老師習慣於一週的第一堂課進行口頭講述 Lecture、第二堂課進行小組活動 Group Activity。由於這門課是商學院與組織理論相關的課程，因此頻繁的小組合作是期待中的課程模式。

2. 羅馬歷史 Roman History

Classics / 5 ECTS / 每週 1 小時實體課程、每兩週 1 小時討論課程

Final Examination 70% | Source Analysis 30%

羅馬歷史主要的授課模式為口頭講述 Lecture。若是與我一樣無相關背景的學生，依照授課教授的建議，閱讀相關教材便有機會跟上進度。而每兩週一次的討論課程 Seminar，如果認真參與，也盡力完成課前閱讀文章或書籍，有助於期末考申論題 Essay 之題材整理。

3. 古文明的視覺與物質文化 Visual and Material Culture in the Ancient World

Classics / 5 ECTS / 每週 1 小時實體課程

Research Paper 60% | Seminar Portfolio 40%

這門課與考古專業相關，每週閱讀不同類型古文物的相關資料，而貫穿整學期的主軸即為物件誌撰寫。每週課堂有一半的時間為小組討論，共同深入探究相關議題。對於不具相關背景知識的學生，針對個人感興趣的幾個主題多了解，也不是太難進入狀況的課程。

4. 初級愛爾蘭語 Irish for Beginners

Irish & Celtic Languages / 5 ECTS / 每週 2 次 1 小時實體課程

Final Examination 50% | Oral Exam 30% | Homework Exercises 20%

愛爾蘭最普及的語言是英語，但是仍有少數地區以愛爾蘭語 Irish 為第一語言。Irish 又稱 Gaelige，也稱為 Irish Gaelic（單純稱呼 Gaelic 指的是蘇格蘭語或是更廣義的 Gaelic Languages）。學習一個新的語言是令人振奮的事情，而學習愛爾蘭語更是讓我有機會多了解在地文化。雖然一個學期的基礎愛爾蘭語只能學到了一點文法和單字，未來也不一定有加深加廣的課程可以參與，但這仍是我特別喜愛的內容。

（三）生活體驗

在都柏林市中心上學，生活機能完善，想要的和需要的物品都在步行半小時內的範圍內可取得。至愛爾蘭成功申請青年交通卡（19-25 歲）Leap Card Young Adult 之後，每次搭乘公車或輕軌都相當便利，公車短程交通費用為 €0.75。考慮到都柏林行人友善的街道設計，走路二十至三十分鐘其實不會太久。至其他縣市旅遊時，如果不是重要城市，得先確認交通方式，因為愛爾蘭的鐵路並沒有連結所有城市。

並非每一位居民都喜歡如愛爾蘭不間斷下雨的氣候。但只要度過了三月，整座城市會像重新開機一樣，瞬間多了活潑的聲音和色彩。天氣逐漸轉晴之際，倘若不想在草皮上享受日光浴和嘈雜，搭火車 Dart 二十分鐘內也能抵達海邊，看看終於變得明亮的景色。

四、心得及建議事項

交換學生的生活既充實也混亂。並非每一週都如同新生週被社交活動填滿，也不是每一日都會如初至異國般新鮮。遑論每一個人適合的步調、碰見的人物大不相同；即使過得平淡，甚至是有些思鄉，只要有所感受都是有意思的體驗。

主動建立關係

我喜歡都柏林不是一個過分擁擠的城市，但偶有迷失的時刻。在有心力的範圍內，定期找同為交換生的朋友交談，或許能把自己拉回現實，並且認知到「這些疑惑以及感受不專屬於個人」。而無論是在哪一個國家進行交換計畫，與當地學生建立關係總是困難。只要找到感到自在的社交圈，或者是建立個人獨立的生活，並不需要和他人經過篩選或包裝所展示的交換生活比較。

嘗試

參與社團活動不一定得攜伴，而和社員談了五分鐘感到不自在也可以隨時退出。願意踏出宿舍門，並且嘗試當下感興趣的活動便足矣。我並沒有在各大社團建立朋友圈，但是也在電影社欣賞了很多有趣的作品、在一些社團的下午茶時間 Coffee Hour 留

下正向的談話記憶。除了校內活動外，校外的世界也有很多選項，包含演唱會、週末市集、遊行等。

旅遊規畫

有些交換學生每個週末都安排十分豐富的歐洲旅遊行程，有些人則是勤於學業。我在學期間僅於閱讀周 Reading Week 短暫地離開愛爾蘭，其餘的週末在愛爾蘭其他縣市、都柏林市中心、宿舍，有時甚至是圖書館間度過。只要是符合個人生活習慣的旅遊頻率、感到自在的安排，任何風格的旅遊規畫無優劣之分。

實用 App 分享

超市	交通	其他
▷ Dunnes Stores ▷ Tesco ▷ Lidl Plus	▷ TFI Live ▷ TFI Go⁹ ▷ Leap Top-Up ▷ Citymapper ▷ Omio	▷ TooGoodToGo

在愛爾蘭度過了收穫頗豐的四個月，不只是在於學習領域上有所拓展、認識多國文化與風俗，也有心境上的突破。我十分感激在過程中曾提供協助的所有對象，讓我有此機會體驗截然不同的世界。

⁹ 購買都柏林市中心至機場的快捷巴士 Dublin Express 時，若已辦理青年交通卡，即可以利用 TFI Go App 購票。實體購票車票價錢為€10、線上預訂為€9、TFI Go 青年票單程為€4.5、TFI Go 青年票雙程為€6。

五、附錄：影像紀錄



↪ 圖 1：Trinity College Dublin



↪ 圖 2：Bray（鄰近都柏林之城市）



↪ 圖 3：Howth（鄰近都柏林著名景點）



↪ 圖 4：St. Patrick's Day (Paddy's Day)



↪ 圖 5：O'Connell Bridge



↪ 圖 6：Dún Laoghaire-Salthill



↪ 圖 7：Book of Kells 校內舊圖書館體驗



↪ 圖 8：Cork（愛爾蘭南部重要縣市）