

國立成功大學

高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：赴法國里爾天主教大學(Catholic University of Lille)

交換報告

出國期間：111-1學期

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學

職稱：學士

姓名：廖翊涵

中華民國 112 年 2 月 10 日

中文及英文摘要

111-1學年度赴法國里爾天主教大學進行為期一學期的交換，體驗在法國的生活、接觸有別於台灣學習的環境，課餘時間至其他地區旅行，認識不同民俗風情並培養獨立面對事情及解決突發狀況的能力。在校期間，與里爾天教大學當地學生及來自各國的學生一同學習，進行文化、語言等交流。這次的交換計劃不僅僅是學術方面的學習，也是鍛鍊自我適應不同環境、文化的機會，同時從來自不同國家的人身上學習不同優點。體驗有別於國內大學的教學模式及師生互動、學生間交流情形。在法期間，面臨文化衝擊或語言溝通障礙，能夠學習自我調適及善用身邊資源解決問題。這次的交換體驗對我的大學階段有很大的收益，讓我更清楚未來想要發展的方向，同時也樂意協助將前往法國交換的同學提供建議或是經驗分享。

In the 111-1 academic year, I went on a semester-long exchange program at the Catholic University of Lille in France to experience French-style life, travel to other countries in my free time, learn about different cultures, and develop the ability to deal with situations independently and solve problems by myself. During the stay, I studied with local students from Catholic University of Lille and students from other countries and underwent cultural and linguistic exchanges. It is a chance to experience different learning and teaching styles, teacher-student interaction, and student-to-student communication from that of domestic universities. While in France, I learned to adapt myself and made good use of the resources around me to solve problems in the face of cultural shock or language barriers. The exchange program is not only an academic learning experience, but also an opportunity to train oneself to adapt to different environments and cultures. Furthermore, I learned from different people's merits and became unafraid of challenges in terms of my personality and accepted various kinds of rapid changes. Overall, this exchange experience is very beneficial to me in my university studies, giving me a clearer idea of where I want to go or what I want to do in the future. Furthermore, I am willing to give advice or share my experiences with those who would like to join the exchange program in France.

## 目次

- 本文
  - (一)目的..... p. 3
  - (二)過程..... p. 4
  - (三)心得及建議事項..... p. 5
- 附錄..... p. 6

## 本文

### (一)目的:

這次參與校級交換計畫希望能夠體驗有別於台灣的教學學習環境，跨領域學習有別於自己在成大學習的外文專業，自身對管理學方面感興趣，也得知法國的商學院相當出名，因此申請以企業管理聞名的 IESEG 里爾校區。里爾是一個大學城，有高達八成的民眾身分是學生，因此非常適合在該地學習，許多國家的學生都會選擇里爾為交換的城市，在那邊可以接觸來自不同地區的學生進行文化交流，並且結交各國的朋友，在共同迎接困難挑戰的同時一起享受交換生生活，與各個交換生或是法國本地生進行觀點上的交流及學習他們不同的處事方法和技巧。身為成大外文系第二外語為法文的我，期許自己能在法國期間精進自己的法文能力，融入法國當地的生活，學習一套新的法語學習模式，在聽說讀寫各方面能力都有所提升。同時也希望在交換期間摸索自己的興趣愛好、未來的規劃，設想回國後以及在法國的當下可以做甚麼樣的連結，想清楚未來想要在國外或是國內繼續就學或是工作。回國後，希望將在交換期間所習得的知識、理念發揮在學習、日常生活或是未來職涯中。有機會也能夠盡己之力，向學弟妹分享在法國的交換經驗或是提供建議。

## (二)過程:

在出國交換之前需要完成許多資料繳交及出國代辦事項。首先需要選定自己想要出國交換的國家級學校，我毫無猶豫地選擇了法國，因為我在外文系上學的第二外語就是法文，期許自己能在國外期間精進自己的法文能力，但是在台灣比較沒有和說法語者溝通的機會，所以到法國交換對我來說是個不錯的選擇。接下來就是根據學校的規定將所有需要的資料備齊並且送出，等待校內初選的審核通過。幸運地，我能夠向自己第一志願學校法國里爾天主教大學提出申請，我並著手準備該校要的資料、和交換學校的承辦員詢問相關疑問，送出所有審核資料後，等待法國學校通知。我在成大的主修是外文系，但是我向里爾天主教大學提出要交換的系院管理學院及國際管理學院，因為希望自己能在新的學期新的環境學習自己未來可能想要多發展的領域，然而，由於我所申請系院和我在台灣的主修較不吻合，所以我多等了兩周的時間才得到交換校的審核通過通知，這段期間是我對交換計畫感到最忐忑的時期，而其餘準備事項及實際交換過程都算順遂。在這之後，需要根據交換校的規定傳送檔案至各個系統。由於時差問題及法語理解的小問題，當初準備繳交這些資料的過程相當繁瑣，一方面擔心交出的資料學校沒有收到，另一方面也要翻譯學校的法文頁面避免自己理解錯誤。最終一切資料和學校確認合格後，線上完成法國住宿租屋的合約，以及到法國在台協會完成簽證面試並且取得學生簽證後，才安心地開始準備行李打包。

抵達法國後，迎來的是其他代辦事項，首先解決電信問題，到電信局根據最符合自身情形購買方案、辦理銀行帳戶(當初學校有集體開戶日，交換生可以當下辦理)、完成健康社會保險資料繳交、若是要額外申請法國住房補助，則需要準備出生證明登記書、簽證、護照、住房及銀行帳號等證明，同時熟悉在法國的食衣住行(在心得及建議事項中提及)。在校學期間除了平時的到校學習、報告、討論、作業繳交、影片拍攝等，學校的國際生社團也會辦許多活動協助交換生更快適應在法國的生活，例如:在酒吧的學生聚會、到郊區美術館參觀一日遊或是到荷蘭出遊等。有些學院也會提供語伴交流活動，交換生可以自由申請，語伴會協助交換生的日常大小事或是要進行語言交換也可以，因此在法生活中，我的語伴經常會向我分享法國的文化、介紹他的朋友讓我認識及協助我處理一些行政上的事情。基本上有課的生活就是白天到校上課，下課後採買食材回宿舍煮飯，晚上和一些朋友聚會或是完成學校作業報告準備。而其他課餘時間若有長假或那連續幾天沒有課，我會和朋友安排到其他國家旅遊，體驗其他國家的風土民情，認識當地的朋友，甚至相約再到其他地方一同旅行。學期末，一些課程的評分方式有包含期末考，考試進行的方式和台灣差不多。在完成最後的作業繳交及考試後就是進入聖誕長假，這段期間商家不太會營業所以要儲備糧食，大家都會有額外的活動安排，因此留在宿舍過聖誕節的學生少之又少，這段期間我受到語伴的邀請到語伴家中過聖誕假期，而我大部分的交換生朋友則是到其他國家進行一周以上的旅遊。

接近離法的尾聲，我盡可能一一和當地朋友見面道別，緊接著是完成離法手續，到銀行關戶、確認房租繳交情形及完成退房手續，提前打包行李，留意班機的確切時間飛回台灣。

回台灣後，我思索這次換帶給自己的轉變，以及繼續與台灣的交換生或交換期間認識的朋友保持聯繫。這次的交換對我來說是人生中很重要的一部份，我不僅擁有許多美好回憶及體驗，也在過程中學習到很多而有所成長。

### (三)心得及建議事項:

透過出國交換，我擁有了許多在台灣無法擁有的經歷。我學會更加獨立自主，面對困難，第一時間會先想先盡一切辦法自我解決問題，因為在台灣遇到困難時總有前輩或是學長姐傳授經驗告訴自己該如何解決問題，但是在國外，我所遇到的問題都是我前所未見的，所以需要自己摸索找出解決方案。例如當初在法國銀行開戶，我等候了約兩周的時間才知道原來第一次在校內集體開戶的時候沒有開戶成功，所以我直接到市中心的銀行和行員反映，行員向我保證下周就會重新發送審核成功的通知，然而我又多等了兩周仍沒有消息，所以某天放學後我再次到銀行請行員直接讓我重新送申請，行員立刻答應，接下來需要我重新傳資料解釋一些合約的內容，但是我的法文程度還不夠那麼好，所以請行員和我用英語溝通，然而行員尷尬地表示他不會說英文，因此我拿出手機打開翻譯應用程式請行員輸入他要說的內容，經過許多波折，最後順利地開戶成功。在來法之前，我就在網絡上看過有人說法國的行政效率相較其他地區緩慢、想使用英語溝通不是常常行得通的事情，而我在法國時常經歷過類似事情，因此我比從前在台灣來得更更有耐心、更積極主動解決問題，處理事情時也會多先設想其他方案以備突發狀況，在語言溝通能力上也有所提升。

這趟交換令我印象最深刻的時光就是在我的語伴家中過聖誕節。我體驗了最傳統的聖誕節習俗及品嚐了最道地的聖誕節美食，此外，我的語伴一家人也貼心地為我準備了聖誕節禮物，這段期間我和語伴一家人在聖誕節期間相聚、出遊，讓我感受到濃厚的聖誕節氛圍及一家的溫暖，也完完全全體會到了法式的生活，讓這趟法國交換顯得更有意義。

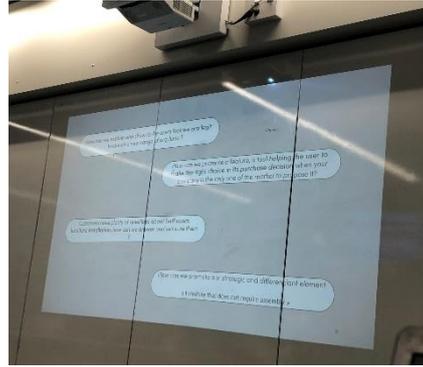
建議事項:以下是關於在法國交換期間的食衣住行及健康保健建議。在食的方面，法國餐廳內用餐當相當貴，自己煮飯最划算，所以開始精進自己的廚藝，也時常和其他交換生一起煮飯、分享食物、共同用餐。衣著的方面，由於我交換的學期會遇到夏季及冬季，若沒有特殊衣著需求，帶一些足夠穿一周的夏季及冬季衣服即可，成衣品牌的售價和台灣都差不多，也常有打折季比台灣便宜，一些衣物可以在法國當地購買，而法國的冬季十分嚴酷，勢必會在歐洲買符合當地天氣的禦寒衣物，還能在整理行李時省下行李空間及重量。住的部分，要留意當初和房東或仲介簽的合約，確認租金的繳交方式，房屋有任何狀況都要及時向房東反映或留下照片證明，保障自我租屋權益，也能額外確認是否能申請房租補貼的資格。交通的部分，我大多是步行上下學，當初線上找租屋時就是希望能住離學校近的地方，能節省通勤時間及交通費。我住的區域地鐵及公車單趟是1.9歐元相當於台幣約60元，經常通勤的話，在法國會是一筆可觀的開銷，所以應該在開學前了解各種交通工具優惠方案，辦理一張交通卡。(補充)據我了解及所見，在法國會有很多人試圖逃票，但是一旦被抓到罰金不少，所以刷卡時要特別留意自己是否過卡成功，以免受罰。而育樂的方面，在校內或校外認識同學、各行各業的人，多參加活動，空閒時間安排出國旅遊都是不錯的選擇。身為學生的我們能夠在台灣申請一張 ISIC 卡以及在法國當地申請 ESN 卡，都能享有學生專屬的優惠。健康保健方面，建議可以從台灣帶一些藥品，急需時可以服用；在法國要看醫生也能透過線上醫師平台視訊看診，取得處方簽至藥房取藥，一般醫生也會協助開離校缺席證明，該平台也能夠讓病患挑選醫生會的語種，不會有溝通障礙。就診結束保留好就醫證明，若自己有在台灣保旅遊平安險或是在法國購買醫療意外險都可以從中獲得賠償或補助。

在此期許所有要赴法交換的同學過程一切順利，好好享受交換生活的每一天，若有我能協助的地方，樂意提供其他建議或分享。

## 附錄



由學校舉辦的聖誕節聚餐，國際交換生及語伴準備自己國家的美食與同學分享。



教授經常將問題投影至白板上，讓學生自行組小組討論一陣子之後上台進行小組報告。



新創課程全體師生合照



法語課教授全法語授課，每堂課開始之前教授會邀請每一位學生用法語表達那一周自己從事了的活動和全班分享。



國慶日當天，在法國的台灣學子受邀參加出席由在法台灣辦事處舉辦的國慶活動。