

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：筑波大學交換學生心得

出國期間：112年4月4日至112年8月29日

經費來源：高教深耕計畫

單位：政治學系

職稱：學生

姓名：楊詠璇

中華民國 112 年 9 月 15 日

中文及英文摘要

在 112 年的 4 月，我作為一名交換學生，前往日本筑波大學，進行一個學期的學習。這段經歷對我來說是一個難得的機會，充滿了挑戰和成長。在筑波大學，我不僅在學術上取得了豐富的成果，還積極參與了校內的社團和活動。這讓我有機會結交來自不同國家的朋友，深入了解他們的文化和觀點。這種跨文化交流的經驗豐富了我的視野，並增強了我對世界的理解。我專注於語言學和日本文學等課程，這些一直以來都是我感興趣的領域。在這些課程中，我不僅學到了新知識，還提高了學術寫作和研究的能力。此外，我也努力提升了英文和日文的語言能力，這對我未來的學術和職業生涯將大有助益，這幾個月的生活，是我大學生涯裡難忘且珍貴的經驗與回憶。

During my time at the University of Tsukuba, I made it a priority to not only excel academically but also actively engage in campus life. My academic pursuits were rewarded with significant accomplishments, and I found myself deeply immersed in courses related to linguistics and Japanese literature, two subjects that have perpetually captivated my interest. These classes not only expanded my knowledge but also honed my academic writing and research skills, equipping me with invaluable tools for my future academic and professional endeavors.

Beyond the classroom, I eagerly participated in various campus clubs and activities. This involvement allowed me to forge meaningful connections and friendships with students from diverse corners of the globe. These friendships exposed me to a myriad of cultures, broadening my perspectives and enriching my understanding of the world. The experience of engaging in this cross-cultural exchange has left an indelible mark on my worldview, emphasizing the importance of tolerance and embracing diversity in today's interconnected world.

Furthermore, I was committed to enhancing my language proficiency during my stay in Japan. With unwavering dedication, I worked diligently to improve my command of both English and Japanese. This linguistic growth not only facilitated smoother communication but also opened doors to deeper cultural immersion.

As I reflect on these past few months, I am overwhelmed with gratitude for the unforgettable experiences and cherished memories I have accumulated. This journey has been a cornerstone of my university education, shaping me into a more globally aware and academically enriched individual.

目次

中文及英文摘要-----	2
本文-----	4
(1)目的-----	4
(2)過程-----	4
(3)心得及建議事項-----	7
附錄-----	7

本文

壹、目的

在開始交換學習之前，我仔細考慮了目的地和學校的選擇。而最終選擇日本的原因是，我對日文以及日本文學很感興趣，也有點基礎，同時也想挑戰是否能在一個陌生的外語環境下生活。我當時下定決心選擇筑波大學的原因是在看過他們的校園及課程之後，我找到了許多有興趣的課程。由於地緣關係，日本的國際關係課堂裡經常討論日本、中國與台灣的角力互動，在系上修過相關課程，我很好奇日本的觀點與想法，也想了解國內的防衛機制與其背景，而筑波大學針對這方面的領域有很多可以選擇的課。

此外，我也對語言學和日本文學等學科充滿興趣，而筑波大學裡有許多專攻語音學與文法學的專業教授，提供了多樣化的課程選擇。也因為筑波大學很歡迎國際生，在廣袤的校園裡，容納了來自各個國家的學生，我希望可以透過與其他留學生的互動，了解不同文化的觀點和價值觀，同時也能精進日文與英文的口語能力。

總而言之，交換學習也是一個充滿挑戰和成長的機會。我前往筑波大學交換學習的目的是獲得跨文化體驗以及深化學習並提升語言能力。而且在新的環境中，我期待我將學會獨立解決問題，適應新的生活方式，變得更加自信與開朗，這些能力與性格的培養將有助於我的個人成長和發展。

貳、過程

出國前準備：

我在確認獲得交換生資格後，就報名了冬季的日檢的 N2 考試，希望能檢驗自己的日文能力與獲得證明以利修習課程，也很順利的考過了，讓我對即將到來的日本生活沒那麼緊張。大概在二月初時，會陸續收到來自筑波的行政信件，包括宿舍抽選及校園導覽和交通指引，而月底會收到入學通知，學伴也會在這時候透過郵件來接洽聯絡。其實行前的通知做得蠻詳盡完善的，我也就放寬心輕鬆等待出國的日子到來。

赴日初始：

一下飛機至日本時就很不順利。由於碰到春假，機場出入境的人很多，我在機場等了好幾個小時，還錯過至學校的接駁車，只能自己聯絡學伴、查詢交通方式，這種突發意外考驗了我的自主能力和應變能力。而在與機場人員以及我的學伴溝通應對時，我深刻感受到讀書與應用的不同。在出國前，我已經考到日檢的 N2 程度，表示在閱讀及聽力方面都有一定的程度。然而，實際應對、描述所遇到的問題時，我發現口語表達和溝通所需的技巧是完全不同的，很可能發生平時讀的文法一時之間都用不上的狀況。很慶幸的是最終還是順利到校並處理完成各

項的行政手續了，不過第一天我的日文口語運用量以及密集程度就超過了學日文期間的口說練習時常，這點讓我深切感受到我真的來到了異國，也催促著我去積極溝通與交流。雖然只是微小的插曲，使我體會到自己的成長。

學期間課程：

而經歷複雜繁瑣的選課及加簽手續後，我正式開始上課了。由於害怕英文會更跟不上，我在日本期間都選擇日文授課的課程。而筑波大的課程或學分規劃與成大很不一樣，在筑波，一堂課有 75 分鐘，因此我必須要在全日文的環境下保持專心很長一段時間。此外，我覺得在台灣與日本上課的感受不太一樣，日本很多教授都是一個人在台上講好講滿 75 分鐘，不太與學生互動或提問，也沒有分組討論的時間。這種傳統的教學方式能在一定時間內把知識密集地傳授給學生，只是對我而言就有點吃力。即使像是亞洲關係，這種在系上已經具備相關修課經驗的課程，我也聽得很辛苦，常常需要邊聽講邊查單字。不過我想也因為如此，我已經很習慣日本人平時的語速，對我的聽力程度大有幫助。我想，或許也是這樣，我能在交換的期間考過日檢 N1。

這學期選的課中，除了亞洲關係與日本外交史，我大部分都修跟語言與文學有關的課，和我的主修是不同的領域，帶來了不一樣的收穫。雖然修的語言學相關課程都是很基礎的概論，仍讓我對英文及日文的文法和慣用語又有更深入的了解。由於平時並不會去探究語言的用法成因，上了課才體會到文字與語言的細膩性。這種深入的學習幫助我更好地理解 and 應用英文和日文，無論是在書寫還是口語表達方面。

我很喜歡的一堂課是日本文學概論。課堂裡討論了古典文學與近代文學的文本以及翻譯間的差異。我本身對日本文學就很有興趣，只是以前都是看中文版的，要閱讀原文並分析對我來說還是很有難度的。不過閱讀與學習的過程真的很開心，由於讀了橫跨不同時代的作品，讓我認識了日本社會、文化和價值觀的演變，以及文學的流變。在課堂上，我們深入分析了文學作品的主題與用字。我學到了如何閱讀一個故事，不單是理解情節，還要挖掘其中的隱含意義與試著理解與同理作者的意圖。這種深度閱讀的技巧對我的文學解讀和寫作能力產生了積極影響。而且課堂上會有許多討論時間，需要跟同學分享對文學作品的看法。這些討論擴展了我的視野，讓我了解到不同觀點和解讀方式。也因為要開口用日語呈現，讓我能更有信心將自己的想法清晰地表達出來。

除了一般生課程，筑波大學還有規定留學生一定要修的日文課。在開學前需要先透過測驗分級以選課。留學生課有許多口說報告的機會，需要先準備稿子，所以組織文章的能力大幅提升了。也因為身邊的同學都是與我程度相仿的學生，很幸運的我和班上的德國朋友變得很要好，和她聊天的過程中，也感受到口語說得愈來愈流暢了。留學生課程的主題比較彈性與多

元，透過留學生課，我更了解所處的茨城，也學習了很多日文的慣用語像顏色字詞、季語，更重要的是，交了很多朋友，我非常感謝有這個跨文化交流的機會。

活動：

交換前我本來就有計畫要參加筑波的社團，而學校裡的社團博覽會也很精彩，我看了太鼓、女偶像研究社以及搞笑藝人研究社的表演，感受到了青春。本來想加入在台灣比較沒見過的社團，因此有去弓道部參觀。社團裡的人都很友善，也有帶我們去練習場練習，我也因此交到很可愛的日本朋友。不過因為弓道部的社費有點貴，對半年的學生而言不太划算，最後只能忍痛放棄。

由於想多方嘗試與觀察，後來我和朋友一起到茶道社參觀。和弓道不一樣，茶道社的位置與社員都給人寧靜悠然的感覺。觀摩茶道儀式時，我發現每一個細節都顯得如此重要，從準備茶具到沏茶、呈茶、喝茶，每個步驟都充滿著儀式感，讓我也肅然起敬。我雖然很喜歡茶道社溫柔的氛圍，不過仍因為待在筑波的時間太短，沒有正式成為社員。最後我加入排球部，雖然我只有在高中體育課時打過排球，完全是新手。但社團裡的人都很友善，會指導我怎麼打、提示我規則，隊友們無論是失分或是得分，都會互相鼓勵，讓我深切感受到日本的社團凝聚文化。在每一次的練習賽裡，雖然沒有高超的技巧，我總是打得很盡興，對排球產生更多的熱愛了，很慶幸自己有加入社團。

旅遊：

校園生活以外，我也趁著這幾個月去了很多地方。比較近而方便的東京、千葉以外，還有東北地區、四國、關西、靜岡山梨縣等等。其中比較特別的經驗是四國，因為這是我自己安排的獨旅。在一個禮拜的時間裡去了德島、香川、愛媛及小豆島。我是第一次一個人出外旅遊那麼長的時間，而體驗後的結論是我非常喜歡也很適合。

獨自旅行給予了我自由的感覺，我可以根據自己的節奏和興趣安排行程，我不必考慮他人的喜好或時間。雖然一個人有時過於孤單單薄，但也是一個結識當地人或其他旅伴的好機會。我在這幾天內與好多旅館、餐廳的店員交流談天，還很幸運搭到一個台灣家庭的便車，還有當地人主動上前搭話，發生了很多有趣的事。四國地區是一個有許多自然美景且人文歷史豐厚的地方。無論是德島的漩渦，還是香川的海景都令我驚豔。愛媛縣松山市是夏目漱石的《少爺》起源地，整個城市就像童話故事裡的場景一樣。香川縣高松市的日式庭園也非常漂亮，讓我感受到夏日的熱烈與舒暢。而且四國遠不像東京、大阪那樣擁擠，一個人走在寬敞的街道上時真的很舒適，美食與遇到的熱情友善人們也讓我印象深刻，對我而言，是一次很好、很自在的旅遊經驗。

參、心得與建議事項

出國交換是我在大學裡做過很正確的決定，我非常珍惜這幾個月裡遇到的人、結識的朋友，也蠻感謝自己會跨出舒適圈，找了各國的同學們搭話。他們擁有不同的文化背景和生活經歷。這樣的多元性讓我更加開放，懂得尊重和欣賞不同的價值觀。其次，這次交換也大幅提升了我的日文能力。在筑波大學修課讓我能更加流利地表達自己的想法。此外，與日本學生和居民互動也讓我的日語交流能力進步顯著。

建議的部分則是筑波大學的校園真的很大，從留學生宿舍到上課的教室都有一段距離。公車可能沒那麼方便所以我覺得一定要租借或是跟別人交接二手的腳踏車。最後，在生活機能方面也要有心理準備，吃東西或買生活用品，並沒有像成大一樣方便，不過在筑波大學的校園中，由於受的光害較小，晚上可以清楚地看到星星，這是我非常喜歡的一個點。

總的來說，這段出國交換的經歷讓我體會到跨出舒適圈對個人成長的重要性，也感受到了不同文化間的交流所帶來的豐富，因此我很建議有機會能嘗試看看。

附錄



賞花準備



伊豆的舞孃書中場景



大塚美術館



下灘車站