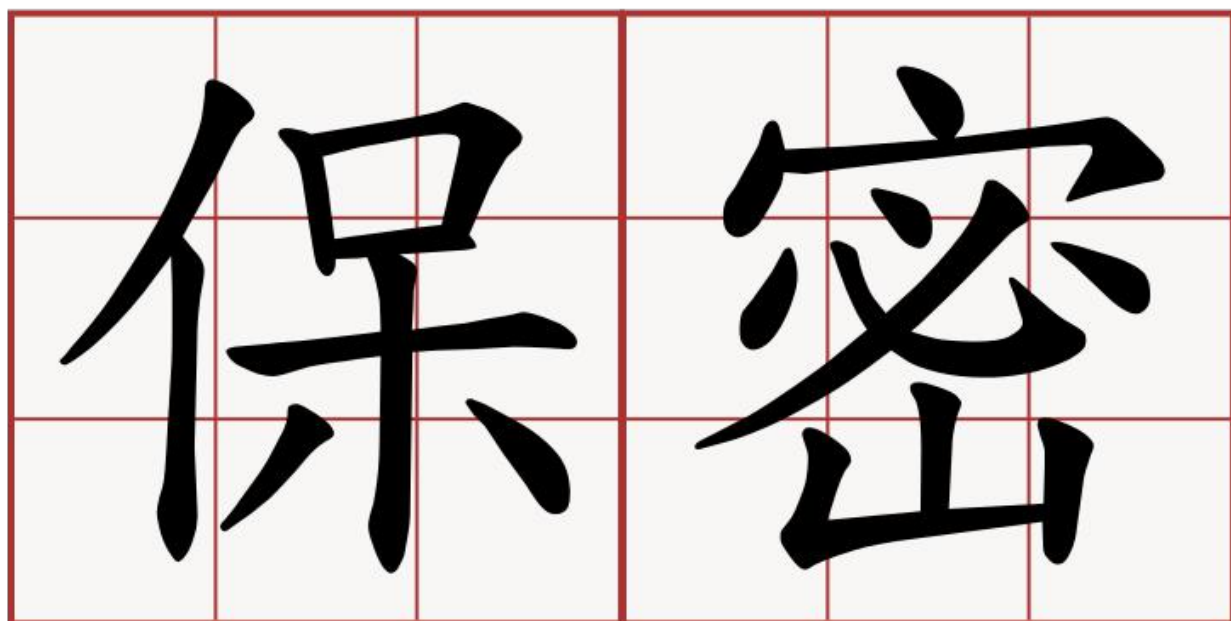


教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修
之留學生成果報告書

Ministry of Education Scholarship for Excellent Students to Study Abroad
Report on Exchange Experience

法國天主教高等教育學院留學心得

Report on Exchange Experience at (host institution)



國外研修成績：

GPA Received at the Host University

一、緣起

我從小就不是一位聰明的學生，也說不上多好學，所以「交換生」這個名詞對我而言，一直都是一個只能遠觀而永遠達不到的目標。但很謝謝郁君老師，從我大一成績還很慘烈時，就和我談申請交換生這個目標，當時的我連想都不敢想，到後來有學長推薦我寒假時去上台灣法國文化協會的課。到我法文成績慢慢的進步，到達成了交換生申請名額與真的飛出國也平安地回來。很謝謝一路上有心與無意給我動力，給我建議，給我挫折，給我激勵的同學、學長姐、朋友、親人與老師。很官腔的把我的報告第一段獻給你們。

大三上，因為退掉社團，所以把課後的時間拿去打工。反而弄得自己沒有時間準備語檢，要考 TCF 的當天，還因為前一天打工太晚睡，還差點睡過頭，考試過程還因為精神不足而不小心睡著。過了幾個月，果不其然的成績只有 A2。這對當時的我是一大打擊，也因此思考要不要放棄申請交換生。和許多同學朋友老師學長姊聊天過後，還是決定來試一試。光是前置作業就弄得我頭很痛，一堆文件要申請、掃描、上傳，我又再一次興起想放棄的念頭，擺爛的放在那，不去將其處理掉。直到期限前的沒幾天，我想著，我自己事情，我不去處理，也沒有人會幫我處理的！於是我將所有文件條列出來，並列出我該申請什麼，該繳什麼資料，一件一件地將其處理掉。我才發現，**這些事並沒有想像中的困難，只是我選擇怎麼去面對它。**我可以抱著擺爛的態度等待別人幫我解決，然後眼看著錯過這次機會。或是，我可以將任務一一列出來，像解任務一樣一條一條解決。事情本身沒有變，但這卻是在當交換生的過程中學到的第一課：自己的人生，自己負責。在這之後，與對方學校的溝通、宿舍申請、簽證等等，也是如此迎刃而解。

二、研修學校簡介

如前段所言，我的語檢成績只有 A2，所以我能申請的學校也只有 **ICES 天主教高等教育學院**，法文系的安琪老師有解釋。對方學校的法語教學制度很完善，也積極的推廣國際生交流，所以敢開 A2 的門檻，這也是小小的安慰到我沒辦法以 B1 程度申請的自卑感。

這所學校創立於 1990 年，坐落在法國西部的 La Roche-sur-Yon 小鎮。總學生約 1300 名左右，雖然想較之下算是一間頗年輕的學校，但他們積極進行國際交流，在地文化認識，至今全球已有許多所姊妹校並有 4 成的學生能出去當交換生，6 成的學生出去實習，也以師培課程與高比例通過教師證照考試的優秀學生聞名。坦白說，去之前我有點小看這間學校，覺得別人都去歷史悠久的大城市中的大學，為什麼我是在這座小鎮的這間小學校。但真正到之後我完全對它改觀了。每位交換生都會有一位學伴，我的學伴 Emma 很認真的解決我的每個問題，我搭火車到這個城市，他開車來接我並幫我完成入住手續，讓我在法國沒有遇到太大的困難。



三、國外研修之課程學習(課內)

這間學校特別的就是，因為師資往往來自周邊城市，甚至有些老師是特地跑來這個小鎮的。為了配合各個老師的時間，學校每周的上課時間會不一樣，所以需要上周先確認課表（辛苦課務組的老師了）選課除了在文藻選過之後，來這邊還有長達一周的試聽期，畢竟第一周老師都在說教學綱要，還是要等到開始上課一個階段，才能確定這個老師的教學模式、教學風格與備課內容是否是自己喜歡，想要的。

因為我怕申請交換生會延畢，所以在大三時就將畢業所需要的選修學分修完。大四的我已經不需要太多學分，所以相對來說我選課的部分較為自由。在 ICES，除了選修開給交換生的法文課之外，我還選修了中文並旁聽了法語教學概論。聽到這裡大家都很疑惑為什麼一我這個台灣人要跑去法國修中文。我來解釋一下原因，因為我想了解如何使用法文做漢語教學，包含中華文化的介紹、漢語拼音的介紹與發音。我在台灣也有上華教的課程，想說果在法國如果他們有需要中文助教我就可以去幫忙。但人算不如天算，計畫敢不上變化，最終還是沒有我想像的完美。但也因此認識許多學習中文的法國人。

除此之外，有一門課是法國學生來當我們的一對一家教，課程內容是我們自己安排的，所以我可以針對我所想學的和他們來討論課程。也因此我學到很多法國人口語講話的用法、不同地方的腔調、書寫體，我的學伴也很熱情的邀請我參加他自家辦的可麗餅派對，也因此認識了許多法國學生。也許我的文法並沒有進步的像我在文藻一樣那麼多，看口語的表達上我想我有很大的成長。

四、國外研修之課程學習(課外)

我每周的課只有六、七個小時左右，所以相對之下可以自行運用的時間就多了許多。在那個總人口五萬人，市中心比三民區還小的小鎮，不找點事做真的會很無聊。所以我在台灣時就拼命地尋找那邊的舞蹈教室。其實這也是我成為交換生的主要目的，我想出國看看外國的跳舞風氣和外國舞者交流。

我很幸運的在那裡找到一個舞團，每周一、二、五，都會在離我步行十分鐘距離的一個青年活動中心的舞蹈教室裡面練舞，並開放給所有人。我當然沒有放過這個機會，也因此認識到很多當地的舞者！



與當地舞團一起練舞



參加他們比賽的畫面→



每周除了與他們一起練習之外我也有參加他們舉辦的比賽，雖然舞風我不擅長，也只打進前四強，但與當地的舞者和經驗的交流是遠遠勝過這一切的。我也有趁一個周末的空檔，跑到南法的 Montpellier 去看年度街舞盛事 Boty 幫台灣加油。

←台灣獲得世界第三之殊榮，圖為台灣隊伍。

除了街舞之外，我也找到了一個新的興趣，那就是「手足球」。他們的校園內就放了兩台免費你玩的手足球檯。一開始玩當然是被法國學生電得體無完膚，畢竟這在台灣不太流行，但在法國大概一半的學生都是手足球好手，無論停球、傳球、防守、進門，動作流暢的就像是真人在踢球一樣。這大大的震攝我，下定決心要好好練習像他們一樣，我也找到另外一個匈牙利的朋友，每次空堂或吃飽飯後來個一兩場手足球是一定要的！幾個月後回來台灣，我不敢說我法文進步多少，但我的手足球倒是進步了不少。也在台灣找到打手足球的據點，和朋友一起分享同樂（欺負新手）。



跳舞和手足球占了我交換生活的一大部分，剩下的時間我大概都拿來旅遊了吧。除了和來雷恩讀雙軌的朋友還有和交換生們去一次旅遊之外，我大部分的時間都是獨旅，這代表了所有一切的一切都靠自己來，無論是訂房、交通、行程、餐廳等，全部都靠自己安排。住宿的話我最常用的就是AIRBNB了，用青旅的價位住進法國人的家，相較來說比較有自己的空間，有時候還會有特別體驗呢！



交通的部分，除了搭火車巴士之外，我也很常用 blablacar，除了能看到鐵路看不到的風景之外，也能更多的與法國人做交流，有時比火車還便宜，又能練習法語，何樂而不為？我不喜歡安排行程，我喜歡在舊城區悠閒的漫步，基本上出去旅遊每天沒有走個一萬步起跳是不正常的！我發現，比起像巴黎那種大城市，我更喜歡沒有太多觀光客的小鎮，和當地居民的互動也會比較多。我沒有去過太多周邊的國家，除了德國和比利時之外，我都待在法國，但我去了法國 35 個城市。

法國每個城市都有不同的景色與特色，巴黎的古典、Albi 的蒼紅、北法的好客、中法的遼闊。不用去其他國家，法國本身就有很多不同面貌與風景值得你去探索了！

五、研修之具體效益

1. 拓寬學生之國際視野。
2. 塑造學生在外之優良形象。
3. 增進學生對於新群體的適應能力。
4. 養成學生之獨自處理事情、思辨之能力。
5. 深耕學生之文藻精神以及對於文藻人之認同。
6. 提升學生對該語言之掌握度與靈活運用之程度。
7. 加強學生對於報告反饋相關語言之用詞的活用能力。

六、感想與建議

說實在的，我的報告很想跟台灣的議員用公帑出國考察花了15萬換來三個字「天壽讚」一樣，就打發打發掉的，但這一趟下來太多太多心得和趣事可以分享的。打一打也準備來到三十字大關，也該在這裡畫下句點了，這一趟旅程下來，要不是手機中存有許多照片、要不是桌上有來自各城市的明信片，真的就很像是一場夢一樣，很難想像我真的獨自在異鄉生活了半年，其中感想與心得不是幾千個字或是幾張照片就可以打發的。所以希望有機會可以申請這個資格的學弟妹都可以來試試看，最後的結果與收穫絕對大於你所想像的。還有建議學校可以買幾台手足球讓學生免費玩：) 以上，謝謝您耐心看完。