

2024 APR.

政大歐語電子報

歐德五 王君慧
國貿四(原歐法)
歐西五 楊雨璇

張玫淇

小編的話

交換對於語言的精進有相當的影響力，也能讓我們在國外全面地感受當地的學風與日常生活，是歐語系許多學生嚮往且想要達成的目標。

而交換是件一個龐大且複雜的事，前期需要準備許多資料並且順利通過甄試獲取前去理想學校交換的機會，這還沒完，接著即需準備出國前的大小事項，並調整好心態。我們很榮幸邀請到三位擁有交換經驗的學姐們，提供我們準備交換計劃的心法以及分享當地的生活，希望可以讓歐語系的同學們獲得參考，並為未來規劃提供一些指引。

王君慧

歐德五



歐德二
楊定昇
採訪編輯

一眨眼，學期已經過半，又是螢火蟲紛飛的季節，期中週大家都還好嗎？對大三、大四的學生而言，更是申請交換的季節，想必同學們透過國合處提供的交換經驗分享平台，已經有一定程度的了解，但對於怎麼選學校，還有一些更為細節的注意事項，可能還不甚熟悉，因此本次邀請了目前在波昂大學交換的的歐德五王君慧學姊為同學們解惑，內容十分豐富，請各位參考。

先請學姊介紹一下你現在在的學校和居住地區特色。

我目前是在北威邦的波昂大學交換，波昂不是一個很大的城市，所以應該很多人不知道，最出名的應該就是它是貝多芬的故鄉，還有是Haribo軟糖的原產地。除此之外，我的宿舍旁邊就是萊茵河，科隆離我們也就是半小時的距離，所以經常會去科隆搭車、搭飛機等等，因此儘管城市本身規模不大但是因為鄰近大城市，方便之餘，也有自己的空間，不會像科隆那麼擁擠，波昂則更加宜居。對德國人而言它算二線大城，但是考慮到台灣的人口密度，以台灣人的視角來看，就會覺得是小城市。

Q：為什麼選擇波昂作為交換學校？

簡單來講就是先收集資訊，再利用刪去法慢慢篩選不適合自己的地方。

我當初其實參考了很多篇國合處歷屆學長姐留下來的交換心得，然後一間一間去查有簽約的學校，看它在哪裡、長什麼樣子，有沒有台灣人分享的相關資訊或經驗，再開始把環境看起來沒這麼好的、離交通樞紐比較遠的或沒有保證宿舍、沒有德文語言班的淘汰，最後才篩選出波昂大學。在查找資料時就發現布萊梅大學之前留下來的交換經驗跟網路上能找到的資訊很有限，還有柏林自由大學沒有保證宿舍等等，像這樣的大學就會讓我有更多的擔心及考量，進而排在比較後面的志願序。

我會選波昂主要是因為校區很漂亮，是很典型的、德國很常見的黃色的建築，我們的主校區建築過去可是皇宮呢，再加上它有保障國際交換生的住宿以及學期前有開設免費語言班，讓我更確定我想要到這裡交換。

Q：為什麼會想要交換呢？

其實很晚才下定決心要交換，而且就在可能前一個月，什麼東西都用好的時候，我還在想說還是乾脆不要去算了。因為一方面是我那時候不清楚我來交換的目的是什麼，只是單純因為別人要來，那我也來交換一下好了的感覺。是到最後，想說反正我此時此刻也沒有很明確的目標，或是很急切要去做什麼事情；那我不如就去做一件當下有的一個選擇，順便增進自己的德文能力，還可以來試試看，說不定我蠻適合活在歐洲的？

Q：學姊交換一整年預算多少？當初列的預算和你現在生活費的使用情形，又相去多少呢？

我應該是相較之下比較節省的人。我知道很多人的旅遊花費跟生活開支是分開的兩筆費用，但我交換期間所有的花銷，就全部都是用我的保證金，一年大概一萬一千多歐元，差不多快40萬台幣。相比其他人，我出去玩的頻率不高，旅遊的地點也不貴，而且在德國自己煮飯真的會很便宜，所以我一個月在伙食費上，不要太揮霍得花的話，大概300歐就夠了，扣掉住宿300歐，再扣掉保險（私保），一個月大概還有一兩百歐的盈餘，就會拿去旅行。

波昂作為二線城市，消費水平不會像是柏林或是慕尼黑這麼誇張，我覺得1000歐一個月就算是非常夠用了（有宿舍住的話！）。

Q：在學姊去德國之前，做了什麼準備，有什麼特別要注意的？

一開始一定就是先走完學校的行政流程，再來就是要開始準備申請簽證，其實申請簽證本身不難，只是名額有限，所以當大家都要去德國的情況下，你就必須要去「搶」簽證的名額。簽證一天開放的名額相比起要去交換、留學的學生真的不算多，並且七、八月會特別搶手，因為那時候大家都要出國了。所以簽證這個東西，如果確定有學校了，或是有語言班要讀了，那就往前推三、四個月，便可以開始準備要搶簽證，絕對不要拖到最後一刻再去預約，因為簽證發下來還需要時間。因為沒有經驗，很多人會覺得「預約慢慢來就好了，還有好幾個月才要出國，不用這麼著急」，殊不知全台灣應該有幾百人都在搶簽證名額，真的沒有想像中這麼有餘裕，所以「簽證」真的請各位一定要提早準備提早申請。

另外是保險，那時候我有花比較多時間研究，因為私保跟公保差非常多錢。有些學校是同意學生保私保的，一個月可能只要三十幾歐；但有些學校要求學生一定要用公保，否則將不發放入學許可，而公保一個月的話可能要到一百二十歐。所以申請的時候，要注意交換學校到底是接受私保，還是只接受公保，不然入學證明下不來，也因此沒辦法辦簽證，就這樣一環扣一環。同時我也花了時間在看學校提供的住宿條件，學校的宿舍是分散在各個地區的，並且房型也不一樣，所以我還是有一間一間去比較想要住的宿舍、房型、想不想要室友、共用廚房等等。

Q：學姊有沒有一些對德國的憧憬或是和期待的落差等等可以分享的？

我來之前並沒有特別的憧憬，但也沒想到可以遇到這麼多意料之外的事，例如剛好2023年底到2024年初遇到了非常嚴重的罷工潮，幾乎每個禮拜都在罷工，航空公司罷、機場也罷、德鐵也罷、公車S-bahn都罷，就連我德國的朋友都說，從來沒有遇過這麼誇張的罷工頻率。而且那時候剛好是冬天，天氣真的非常的差，很冷又一直下雨，永遠都是濕濕冷冷的感覺。那時候就會覺得原來交換也沒有那麼美好那麼光鮮亮麗。但是後來轉一個心境，覺得既然我都去到德國了就應該試著用他們的步調來生活，不要一直拿台灣的情況去比較，否則我的交換生活會有很多時候都是在不開心的情緒裡，之後罷工潮退了，春天也來啦，現在一切都有比較順利了。

Q：學姊現在在德國的校園生活有沒有什麼想要分享的地方？

我主要選的都是給國際生上的德文課，德國的語言課對比較不敢開口說德文的學生都很友善，在他們的課堂上我也會比較敢去發表。如果真的有害怕用德文跟別人交流的學弟妹，我非常推薦參加語言課，一個禮拜花個五個小時、七個小時開口說德文，也可以認知到自己有哪些地方不足可以加強。

另外，我也想體驗德國當地的學生是怎麼上課的，同時我又不想給自己太大的課業壓力，我就去上了波昂大學韓文系開設的韓文課，我很想知道他們是如何學習一個完全不同語系的語言，也可以交一些德國朋友。我的排課很鬆散，一個禮拜只上十出頭個小時的課，然後剩下的時間就自己去逛逛超市或是去河邊走走，偶爾跟我在語言班認識的那些朋友去野餐、吃飯等等，算是一個半度假的狀態吧。

Q：學姊推薦什麼樣的人來申請交換呢？

第一類要推薦的人當然就是想要學德文的人，交換絕對是不虧的一個投資，而且可以感受到自己有非常大幅度的進步。第二種就是未來想要在德國生活、讀書的人，可以花個半年一年來這邊待待看，待過之後就可以發現自己適

不適合這裡的環境，或是有其他選項也都可以多方比較看看，我也是在這邊待過後才意識到原來我這麼愛家。然後第三種就是還不清楚未來方向的人，來這裡的一年不一定就可以摸索出來，但如果在畢業之後，直接進入職場，那或許接下來的人生都會一直在工作，很難中間有gap year 再來國外探索以及冒險。所以如果你真的還不確定你要做什麼的，不妨給自己一年的時間來國外看看別人在做什麼，然後想想自己想做什麼，就算找不到就回台灣也不會有那麼多的後悔。

張玫淇

國貿四（原歐法）



歐法三
張晴宇
採訪編輯

不知不覺已經到了4月，政大時不時的大雨昭告著夏天的到來，不知道同學們是否已經開始規劃交換的事宜了呢？本次邀請到至Excelia business school交換的張玫淇學姊分享她熱騰騰的心得，詳盡的內容想必能讓同學們收穫滿滿！

背景資訊

Q：學姊是到哪個國家哪間學校交換呢？選擇的原因是什麼呢？

當初考量治安，覺得只要是除了巴黎以外的法國學校都好，最後是到法國的Excelia business school交換，是一間位於法國西邊小鎮的商學院。

Q：學姊出國前想要在交換期間達成的目標是什麼呢？

那時候希望可以一個人獨旅看看！當然也希望能體驗國外的生活。

一開始也有想說到當地可以進行一些法文練習，但我覺得這部分比較沒有達成，在法國真的想要練習法文的話，要主動跟別人講話，像是去商店的時候跟店員聊天，或是交法國朋友，但因為我後來在社交上沒有那麼積極，所以沒有完成這個目標。

行前準備

Q：學姊能分享有哪些物品是一定要從台灣帶去歐洲的呢？

- 轉接頭

我覺得最重要的就是轉接頭，在法國比較難買到台灣轉歐規的轉接頭，尤其如果不是去巴黎那種大城市，就會更難買到。

- 麵食

推薦帶麵條、泡麵或鍋燒意麵，如果不去亞超的話，蠻難買到的。

- 橡皮筋

可以帶橡皮筋！法國好像沒有在賣。

- 後背包

如果要很常旅行的話，一定要帶後背包，不要只帶一個帆布袋。

Q：哪些是可以在當地購買即可的呢？

- 電器

其實所有電器只能用買的，因為電壓跟插頭都不一樣，所以像吹風機、熱水壺等等都不用帶，直接在當地買就可以了，基本上沒有很挑剔的話，都能買到。

Q：學姊認為有哪些文化差異或是禮節是在抵達法國前須知的呢？

我覺得到國外就要意識到自己畢竟是亞洲人的臉孔，不管是遇到歧視或是有人在路上多看你兩眼等等的情況，自己都要先有心理準備，這是沒辦法避免的。我到當地才真的去感受差異，如果是亞洲人，又不是去國際化程度很高的大城市，大家走在路上就是會想要多看你幾眼，也有一些外國人會跟你說「你好」，一開始會以為是打招呼，後來會覺得有點小歧視。另外，基本上，遇到店員或是在宿舍遇到其他人打招呼是必備的，但我蠻喜歡這個文化差異。

跟其他歐洲國家相比，法國人使用英文的意念真的比較低，他們英文程度其實不低，尤其是在像巴黎一樣的大城市，但他們還是會比較希望你用法文，一開始都會先用法文溝通，對學習法文的人來說，算是強迫練習的機會。

法國

Q：學姊的日常是什麼樣子的呢？

當時的生活大概是學業40%旅遊60%，我每節課都一定會去上課，那時候選了6堂課，但上課方式跟台灣不太一樣，不是整學期固定時間授課，有時候會整星期都沒有課，教授想要什麼時候上，就什麼時候上，但一開始就會公告整學期的上課時間，所以安排行程上不會有很大的問題。如果你交換的目的是旅遊的話，不用選太多課。我就是有課的時候去上課，只要大概有4到5天沒有課，就會出去玩。

我住的地方（宿舍）離學校很近，步行大概5到6分鐘，早上上完課，中午可能會跟同學去吃飯，下午再繼續上課，下課之後走去家樂福買菜，回家煮晚餐。

*如果要認識新朋友的話，可以去參加學校在開學前舉辦的Welcome Party或是其他的迎新活動，在這種場合可以提升認識新朋友的機會！

Q：學姊推薦必訪的地點或是體驗的活動是什麼呢？

如果是去法國交換的話，可以去英國！因為交通很便利（歐洲之星）、很近，英國又有很多知名的建築、美術館，無論是喜歡什麼樣類型的人，都能在英國找到自己喜歡的東西。

我最喜歡的餐廳在里昂，名字是Bouchon Tupin，那時候去完法國很多城市之後，印象最深刻的就是覺得最好吃的菜都在里昂，沒有辜負美食之都的稱號。

另外，如果是上學期去交換的話，我很推薦聖誕節有時間的話，可以去史特拉斯堡，雖然人真的很多，但真的很夢幻，而且在臺灣不可能有這樣的機會，房子上都會掛滿生蛋裝飾，還有很大的聖誕樹，就會覺得整個城鎮都身處於童話故事。



Q：學姊最難以忘懷的回憶是什麼呢？

我會選去史特拉斯堡的那幾天，除了聖誕市集本身以外，市集裡還有遊樂器材，可以坐小型的雲霄飛車、旋轉木馬，真的蠻有趣的。史特拉斯堡旁邊還有一個小鎮叫柯爾瑪，因為都是以聖誕市集而著名的地區，如果很喜歡聖誕節的話，旅遊的時候可以排在一起。

Q：與於法國落地的那天相比，現在的學姊有了什麼改變呢？

每個人必備就是出國就會變得更獨立，因為在國外很多問題都沒辦法找人幫忙，就只能自己想辦法。個人來說，原本我是方向感很差的人，出國之後就慢慢變得很會看Google Map；廚藝也進步了不少，以前在臺灣我從來不下廚，在國外就必須得煮飯，所以開始會做一些簡單的料理。

除此之外，我覺得出國可以讓你變得更了解自己，能更知道自己喜歡什麼，可能在臺灣會很嚮往在國外生活，但真的到國外生活之後，才能清楚自己是不是真的喜歡一個人在國外獨自生活，有些人可能會很喜歡，但我覺得這種生活實際上沒有那麼適合我。



Q：總體而言，學姊是否推薦同學們於大學期間進行交換呢？

我強力推薦，如果有時間，也能負擔開支，這一定會是人生中很難忘、珍貴的回憶，只有大學才有這種閒暇的時間出國生活一段時間，還可以在當地上學，認識不同國家的人，看見不同的文化、不同的習慣，不管是對待考試或是作業，每個國家的人都有自己的一套方法，這些都是打工換宿或是其他管道比較難體驗到的。而且因為大家目前還是學生的身份，比較沒有金錢的壓力，可以好好體驗生活。



楊雨璇

歐西五



歐西三
蔡宗翰
採訪編輯

交換是很多歐語系學生們在畢業之前想要嘗試的人生歷險。交換甄試是考什麼呢？而真正交換後的實際體驗有是什麼呢？西文組很榮幸可以邀請到目前正在墨西哥進行交換的楊雨璇學姊為大家娓娓道來這場奇幻之旅的開端還有感想，讓我們一起來看！

Q：學姊目前在哪裡進行交換呢？當初申請交換的動機是？

我目前是在墨西哥的Tec de Monterrey交換。我自己覺得我在台灣的時候西班牙文其實不是很好，平常也不會接觸西文的影視資源，聽到西班牙文的頻率不會到很高，所以大三大四的時候都在吃老本，進步沒有很多，也比較缺乏機會跟人練習。因此我覺得需要換個環境增進我的西文能力。

Q：當初選擇在墨西哥的原因是？

其實我當初想去西班牙的哈哈，我當初交換甄試的成績沒有到很好，所以就自然往後填了，就是智利、秘魯、墨西哥這三個地方，也做了一些當地交換學校的排名、資源等等，發現Tec de Monterrey是還不錯的，加上是當地有名的頂尖私立學校，學生們應該普遍素質不錯，交換也比較安心。

Q：選擇墨西哥城的原因是？

因為這裡是墨西哥的首都，治安一定比較好，也會有比較多的外國人。我當初在選擇時看到其他的校區像是Guadalajara感覺治安應該也不會太差，應該也是蠻好的選擇，物價比墨西哥城便宜一些，不過Monterrey校區的話感覺就會有點無聊？墨西哥城算是整個國家的中心，有點像是整個月亮的肚臍眼，加上要去墨西哥各地旅行的話如果搭飛機也會最為方便。

Q：能請學姊簡略說明交換甄試的內容嗎？

我那時候的情況是先筆試，然後緊接著口試，但當然比是會因為出題老師的不同也有不一樣的方向，我記得當時有一題印象讓人很深刻，問說如果你那個交換國家的統治者，你會怎麼制定或是改進當地的政策，然後結合條件式的語法回答，但不會到很難。

Q：學姊當初如何準備書審資料呢？

主要是寫交換的動機，也有參考學長姐留下來的撰寫方式像是短、中、長期計劃等等，不過也是會受制於篇幅，所以我就是寫了自傳、交換動機跟規劃，先寫中文然後翻成西班牙文。

Q：學姊選擇大五交換的原因是什麼呢？

因為想說回來可以直接畢業。大四會有一堂必修課所以我想說先修完再安心交換，不過如果是當成Gap year先交換完沈澱好心情，大五回來再把課上完我覺得也是蠻不錯的，如果沒有雙輔的話回來就是除了把必修上完之外其他的就看你有興趣的修，也算是一種休息。


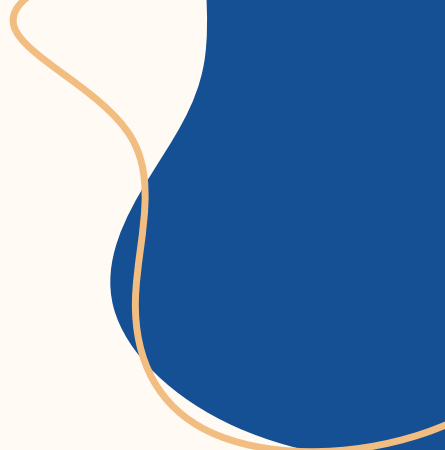

Q：國外修課的體驗？

因為Tec有英文跟西文授課的課，而我基本上都選西文授課的，老師也不一定是墨西哥人，可能會有不同口音讓人聽不懂，加上這裡幾乎每堂課都需要報告，然後當地人幾乎都是出口成章，隨便問都可以很流暢地講老半天，我自己光是想說要怎麼講就要花上一段時間，人家都說學語言最好的方式就是用那個語言思考但我就是沒辦法哈哈。

Q：印象深刻的事情&推不推薦交換呢？

其實蠻多的，因為墨西哥跟台灣真的不太一樣，舉食物來說好了，墨西哥食物很多人覺得很好吃，但我個人沒有到很喜歡，因為他們的主食是玉米，跟台灣的稻米不同，他們很常見的就是用玉米做成的Tortilla玉米餅，餅皮也不是純玉米製，會再把與米摩成粉錢跟熟石灰一起煮，煮一煮會產生化學反應，再把產物磨成粉做來吃，有一個ㄍ一丌尤ㄚ（鹼粽）的味道。反正墨西哥很多食物其實都離不開玉米的配合然後加肉加馬鈴薯或是酪梨等等，我一開始沒很喜歡，有種沒在吃飯的感覺，但現在還好了，真心覺得台灣的食物會比較豐富一些，這邊給我的感覺蠻單調的，然後後來找到房子之後就會自己煮。

我覺得到國外來生活看看是個不錯的選擇，就好比墨西哥帶給我的衝擊其實還有很多，像是墨西哥人很熱情，跟你分享很多東西跟好玩的地方，還說一定要跟他們去，如果你跟墨西哥人成為朋友，他問你要不要跟他去某些地方玩結果你表示出不是很想去的意願，那你們可能再也不會那麼好了，除非你有其他事情，但反正不要表示出你不想去。還有譬如說他們派對很多，去對方家裡開趴的時候可能會有陌生人灌你酒，你就是不要拒絕，最好的方法是躲起來哈哈！



發行日期	2024/5/1
發行人	楊瓊瑩
發行處	歐洲語文學系
主編	吳昭儀
執行編輯	楊定昇 張晴宇 蔡宗翰
美術編輯	陳子婕

國立政治大學 歐洲語文學系
地址 | 116 台北市文山區指南路二段64號 道藩樓四樓
聯絡電話 | (02)29393091 分機 63036
聯絡信箱 | european@nccu.edu.tw

