

輔仁大學赴姊妹校留學補助心得報告

姓名	謝筑亦	撰寫日期	107年5月20日
院系所級	外語學院 西班牙語文學系 三年級		
國外研修學校	中文：卡斯提亞拉曼查大學		
	英文：University of Castilla- La Mancha		
國外研修系所 (課程)	西班牙文		
研修期間	自 106 年 09 月 11 日至 107 年 5 月 10 日止		

(以下為參考項目，請自行依個人狀況調整)

一、研修學習概況與心得

二、研修學校(機構)概況與心得

三、國外生活體驗與心得

四、照片分享

出國真的會進步嗎？

在出國前，我一直很擔心這一年的學習成效會如何，是否值得這些投資。當我一踏上西班牙土地後，第一位接觸的西班牙人是餐廳的服務生，而我卻連點餐時都無法完全聽懂，只覺得西班牙文好快好快，好絕望。但是過了一個月後，當我們回到同一間餐廳，同一個服務生幫我點餐，我已經有辦法完全聽得懂他說的話了。這件事也讓我更有動力學習，透過每天白天 5.6 小時的西班牙文課以及晚上一小時的新聞直播，使我的聽力大幅進步。

另外，學校也會很積極的辦活動讓我們能與當地人認識，也能使會話進步許多。

學校的課程如何？(西班牙文系系級交換課程)

以我們這屆為例，學校分成兩個學期，以聖誕節為分界點(寒假)。早上 3 小時為必修課，下午為選修課。而選修課一星期上兩次，所以想要加選課程的學弟妹們要注意自己的課程時數。早上的必修課的課程內容大約對應為系上的文法、會話、書寫及讀本，另外也會有聽力的練習。而選修的課程每年會有些不同，但是

我認為曾上過的選修課都很不錯。

而 UCLM 的系級交換最好的部分是，老師與學生的關係是很緊密的，無論是課業上或是生活上的相處，老師們都非常關心我們。

上課的狀況如何？

對於我來說，西班牙的課程確實比台灣不容易，畢竟要用一個全新的語言學習，是一項很大的挑戰。而另外報告部分也是全使用西文，一開始的確很吃力，要花很多的時間準備，但是能力訓練起來後，需要的時間會大幅減少，這也是讓我獲得成就感的其中一點。

而我所在的班級，同學都很勤奮學習，因此也會告訴自己要努力，大家互相學習的成效，真的是不容小覷。

另外在來西班牙前，我很擔心學校師資好不好。而這裡學校的老師教學都很認真（比我們讀書還認真），所以師資部分就不用擔心啦！

關於住宿

我該住寄宿家庭，宿舍，還是自己租房子？

以我們這屆為例，同學們住一個月的寄宿家庭，一個月後自己找房子，搬出來住。而我是選擇宿舍，我認為宿舍及外面租屋的設施並不會相差太大，基本上都是家庭式的房子。

昆卡的房租一個月大約為 150 歐-200 歐左右。

住寄宿家庭的優點是，有西班牙人可以練習西文。

但是，好的轟家帶你上天堂，爛的轟家帶你下地獄。

西班牙的治安會不會很差？

在馬德里時請顧好自己的財物，背包最好往前背，大鈔放在隱形腰包，會安全許多。手機錢包千萬不要放在口袋中，很容易被摸走（尤其是地鐵站）。在大城市寧願過度緊張，不要過於鬆懈，尤其 Puerta de Sol，小偷猖狂。而我去馬德里的時候，會在包包拉鍊上別安全別針，以防拉鍊被小偷拉開。

而在 Cuenca 非常安全，半夜凌晨走在路上也沒關係（還是要注意一點啦）。

昆卡是一個什麼樣的城市？

昆卡是一個被列為世界遺產的小鎮，舊城區有很多歷史的建築遺跡。而這裡的商店確實不多，能夠滿足生活需求，但是想要買一些品牌的東西，或是想逛亞超，必須到馬德里去。

關於人的部分，這裡的居民大部分都很熱心，還記得我剛來的時候在市區迷路，還有一位熱心的路人直接帶我們走到我們找的地方。

而關於物價的部分，在昆卡的花費滿省的，一餐商業午餐(menú del día)大約為 10 歐，而吃學餐只要 6 歐。但是我大部分還是自己在宿舍煮飯吃，因為西班牙

食材的物價其實和台灣差不多，自己煮飯可以很省錢。

關於大家最關心的費用問題

我一個月大概花費約 700 歐（包含小旅行），一年大約準備台幣 60 萬左右差不多（UCLM 學費. 生活費. 機票）。

而一開始要帶多少錢來西班牙呢？

大部分的人大約帶 2000-3000 歐元現金，盡量不要帶少於 1500 歐元，因為大約一個月後才會開戶，父母才能匯款。

心得

在出國交換後，體驗到了西班牙的生活，讓我有很深刻的文化衝擊，例如菸酒文化. 吃飯時間. 打招呼方式，甚至處理事物的效率（請帶著耐心去處理所有繁瑣的事），都和台灣有很大的差距。一開始我很無法適應，常常很焦慮（尤其是錢存不進銀行的時候超級崩潰），但是到了後來，我有辦法處理自己擔心的情緒了。甚至這裡的商店星期天都不營業（包括超市），所以開始有了星期六囤貨的習慣，也是一件很有趣的事。

更重要的是，我學會了生活。以前總是被所有的事情綁死，覺得任何事情都要做到完美。不過在這裡，更重要的是適當放鬆，學習之餘，也要好好規劃自己的時間做一些旅遊，認識更多不同的地區，更多不同的文化。

關於出國交換這件事，我學到了最重要的是要用心，無論是在學校上課還是出去玩，該認真的時候認真，但該玩的時候也要用力的玩，讓這年的一切都很值得。

照片分享

1. 學校的 tapas 競賽



2. UCLM 路跑



3. 西班牙旅遊展宣傳



4. 新年活動



5. 昆卡之生活. 風景照



