

國立東華大學國際交換學生心得及問卷

National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

個人資訊 Personal Info.			
姓名 Name	楊馨媛	學號 Student ID	41103A032
所屬系所 Home Department	觀光暨休閒遊憩學系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	41103a032@gms.ndhu.edu.tw		
前往國家 Exchange Country	西班牙		
前往學校 Host University	哈恩大學		
交換系所 Host Department	Business, administration and law		
交換交流期間 Exchange Period	自 From 2023 年 year /9 月 month 至 To 2024 年 year /2 月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	2022 年 9 月		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	2023 年 3 月		
申請所需資料清單 Required Documents	東華在校成績單、家長同意書、個人證件資料、在學證明、讀書計畫、任務企劃書、其他有利審查資料		
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee	2,600 台幣		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	西班牙商務辦事處		
申請文件 Required Documents	兩份長期簽證申請表格、護照：正本及影本、國民身份證影本一份、入學許可證一份、台灣就讀學校核發之交換學生資格英文證明函、停留西班牙期間有效英文海外醫療保險證明一份、停留西班牙期間		

	之英文財力證明正本, 三個月內之證明文件
申請時程 Application Timeline	2023 年 6 月 28 日申請 · 2023 年 7 月 4 日通知領取
課程資訊 Course Info.	
選課方式 Course Selection Method	<input type="checkbox"/> V 線上選課 Online System <input type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork <input type="checkbox"/> 其他 Others:
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)	無限制
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	<input type="checkbox"/> V 是 Yes <input type="checkbox"/> 否 No <input type="checkbox"/> 其他 Others:
課程難易度 Course Level	<input type="checkbox"/> 困難 Hard <input checked="" type="checkbox"/> V 普通 Normal <input type="checkbox"/> 容易 Easy
住宿資訊 Accommodation Info.	
住宿選項 (可複選) Accommodation Options (multiple)	<input type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 學校配合之校外租屋公司 Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University <input checked="" type="checkbox"/> 學 校提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	<input type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input checked="" type="checkbox"/> V 自行租屋 Off-campus Housing 或其他住宿資訊來源 Other housing sources: <input type="checkbox"/> 學校 University <input type="checkbox"/> 朋友 Friends <input checked="" type="checkbox"/> V 網路-網址 Internet-Link : https://www.facebook.com/groups/708383039274278/ WhatsApp 哈恩租屋群組

相關費用 Relevant Costs

住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	200 歐/月(不含網路、水電)
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	42,521 台幣/來回
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	10,000 台幣左右/月 (不含旅遊與住宿費)
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	旅遊費 180,000 台幣左右

個人心得分享 Personal Report (1500-2000 字)

食

剛到西班牙時被嚇到的就是外食的價格，基本上外面餐廳一餐就是 10 歐起跳，就算是速食店，像是麥當勞或是漢堡王，套餐也是 8 歐元起跳，因此我在哈恩交換的期間大部分都是自己煮或是吃學餐，只有和朋友聚餐才會吃外面，節省下不少費用，而品嚐西班牙在地料理則會等到出遊時再吃。以下列出幾家哈恩有的超市，供大家參考：

小型超市:**Día**、**Massymas**、**Carrefour Express**

這幾家超市在哈恩隨處可見，優點是方便，但價格基本上也是最高，販售的物品多樣性也是最小的，因此除了臨時要買東西外，我個人是比較少去這幾家購物。

中型超市:**Mercadona**、**Lidl**、**El Corte Inglés Jaén – Supermarket**

Mercadona、**Lidl** 個人蠻推薦這兩間超市，販售物品齊全，從生鮮食物到日用品都有，也都有推出自有品牌，價格很實惠，另外有些 **Mercadona** 還有熟食區，價格也會比在外面吃便宜，不想

煮飯又想省錢的話可以吃超市，在哈恩目前只在學校附近的 **Mercadona** 有看到熟食區。

Corte Inglés 裡的這間超市雖然也是中型超市，但價格稍微高一點，比較特別的是有販售其他間超市買不到的東西，算是較為高級的中型超市，因此一般日常採購我不會來這間，但如果有要買伴手禮的話可以來這間。

大型超市: **Carrefour**

在哈恩的家樂福我也只去過一次，因為它離哈恩市區太遠了，搭公車要 20 分鐘左右，而且最好是搭公車，我曾經試圖用 **google map** 導航走去家樂福但直接找不到路。家樂福的優點是真的超便宜，東西又多，但缺點是交通不方便。

衣

哈恩在西班牙南部，因此氣候相對馬德里溫暖不少，大約十月底才開始變冷，建議大家冬衣可以不用帶太多，等到十一月底的黑色星期五在買就可以，這天每一家店都會有很優惠的折扣，可以去哈恩最大的購物商場 **Centro Comercial Jaén Plaza** 買衣服。

我本身比較怕冷，在哈恩最冷，大約零度的穿著是兩件發熱衣、一件毛衣、一件發熱褲、一件牛仔褲、一件外套，供大家參考。

住

當初是在 FB 社團上找到的，地點選在火車站附近，這個位置對常搭火車的人來說很方便，且周圍也很多間超市，但距離學校走路要半小時。另外我建議大家沒有很急的話可以多看幾間比較，或是詢問學伴，我遇到的問題是因為線上看房，當時看照片覺得房間空間蠻大的，但實際去的

時候才看到房間比我看到的小很多，而價格也沒有比較便宜。

行

馬德里到哈恩:

最快速方便的方式是搭乘西班牙國鐵 **renfe**，可以直接購買 20 歐的 **abono** 季票，選擇馬德里的一個火車站(馬德里主要是查馬丁和阿托查兩個火車站)和哈恩的火車站，一季內可以無限次搭乘。

我是選擇阿托查火車站和哈恩火車站，因為我都是從機場搭機場快線直接到阿托查火車站。

另外我從哈恩到馬德里有搭過一次 **blablacar**，這是一個共乘網站，上面可以選擇你要去的地方，然後看能不能配對到同路的司機，就是順路借搭別人的車，價格通常會比單買車票便宜，只是風險較高，像是司機沒出現、比較危險、語言不通，個人比較不建議這種方式。

哈恩內交通:

在哈恩的大眾交通工具就是公車，需要先去辦公車卡的辦公室做辦理，在 **google map** 搜尋這個座標 $37^{\circ}45'51.3"N$ $3^{\circ}47'28.1"W$ 就找的到，我第一次去的時候沒辦法直接辦理，是需要先預約時段，之後在預約的那天帶著哈恩的入學通知書和護照去辦理，拿到之後要去 **Caja Rural** 這間銀行儲值，一次最少儲 6 歐，不用儲太多，搭一次公車很便宜。

哈恩對外交通:

除了火車外可以搭乘 **ALSA** 巴士去其他城市，巴士票價也都蠻便宜的，想省錢可以搭巴士。

育

在哈恩交換期間我總共修三門課，一門專業課，兩門語言課。以下分別介紹我選擇的課程。

專業課 **Inglés hablado**

這堂課中文名稱為英語口說，事全英授課，當初選這堂課是為了要更增進我的英語口說能力，但實際上完後和我想像的不太一樣，沒有太多實際口說的機會，比較多是理論和聽力的練習。

這堂課一個禮拜要上兩天，一天兩小時，其中有一小時是理論課，另外三小時是練習課，理論課主要是探討英語口說，教授會在上課前請學生閱讀文本，在理論課時會分組討論，我覺得這部分對我來說有點困難，因為本身不是這個科系，且文本內有許多專有名詞，需要多下點功夫，但能透過理論課討論期間認識不同人。練習課則是會有指定教材，教授會帶學生做練習，大部分都是聽力練習。最後會有一個英語報告以及一個考試。

語言課 **Curso de Español como Lengua Extranjera(A1.1)**

A1.1 的西語課，是最初階的等級，雖然是最初階，但我建議沒有任何基礎的同學在來上之前要先去打基礎，至少要會西語字母發音，因為老師一開始上課時發音直接快速帶過，且上課時 80% 用西文 20% 用英文，沒有任何基礎的同學上起來會較吃力，但老師很親切，有任何問題都可以直接提出，老師都很願意幫忙。這堂課是學習西語基礎，從日常生活內容教起，會使用課本，總共有三次作業，兩個考試，一個紙本考試，一個口說考試，只要平常有認真上課複習，都不難。

語言課 **Español Oral I**

西語口說課，老師會提供教材，這堂課上課內容和 A1.1 的西語課內容差不多，但會聚焦在口說，

上課時會需要大量開口說西文，課堂最後半小時都會留給學生去和其他學生開口說西文，練習上課的內容。個人蠻推薦西語口說課和西語課都上，除了可以練習到口說外，同時又做了一次複習。這堂課平常會有一些課堂上完成的小作業，在中間有一次西語報告，最後期末考則是西語口說對話。

心得

很慶幸當初有決定要來交換，獲得了許多收穫，首先是我交換最大的目標，精進以及學習語言，在交換期間，由於與不同國家的人溝通的語言只剩下英文，因此提升我使用英文的機會，使我英語口說更加流利，也認識一些外國朋友。另外也學習到一個新語言，雖然還只是最初階，但從完全不會，到在日常生活中能聽得懂一些其他人講的話，有很大的進步，而未來也會持續學習。

再來獲得的收穫是開拓了我的視野，打開我的世界觀。在出國之前，沒辦法理解什麼是開拓視野這種抽象的形容，但實際出國後，深刻地感受到。在和不同國家的人交流中，我感受到很不一樣的思維，像是美洲和歐洲人思想就較開放，在與他們的對談中能感受到他們對於自己想要做的事情的那份自信，他們很清楚自己想要的是什麼，也會去實踐它，而亞洲人相對就會比較保守一點，也因為不同思維的碰撞，得以讓我站在不同的角度看世界，在許多事情方面獲得很不一樣的看法。

在出國前，我無法想像自己到底能獲得多少收穫，但結果是完全值得，跳脫舒適圈，完全不一樣的生活，完全不同的體驗，實際去一趟才會曉得世界有多大，而交換期間可能會有痛苦，會有茫然，但不要忘記你當初來交換的目標，任何難關都會過去的。