

國立東華大學
National Dong Hwa University
國際交換交流學生至姐妹校心得報告
International Outbound Exchange Student Report

姓名 Name	陳增廣	學號 School No	69933001
原系所 Home Department	國際企業學系碩士班		
前往國家 Nationality	捷克		
前往學校 Host University	University of Hradec Kralove		
交換系所 Host Department	Informatics and management		
交換交流期間 Exchange Period	自 From _2012_ 年 year / __9__ 月 month 至 To _2013_ 年 year / __1__ 月 month		

這五個月來的日子，我在歐洲寫下了屬於我自己的回憶，有笑到哭笑到肚子痛的好笑情節、有從和陌生人成為好朋友流下流淚的感動故事、有 party 瘋狂過後惆悵、有被小偷偷東西我在從街上搶回來的恐怖事件、有遇上找不到路夜色已暗的緊張情緒…點點滴滴在我心頭，已是最珍貴值得收藏的寶藏。

✓ **學校篇**

2012 年 9 月 11 日，我飛到了捷克，展開一學期的交換生活。還記得抵達捷克的傍晚，下著雨，我和彥誠、于婷和同校的陳歆，在 Buddy Migel 的陪伴下，我們一行人以每個人拖著兩個行李箱的情形狼狽地轉巴士、轉地鐵、轉公車才到了 Palachova、這個即將成為我第二個狗窩的學校宿舍。剛開始我的室友是一位希臘男生，當時我開房門時看到他和一位希臘女生坐在床上正抽著菸、樣態頗像流氓，那時我心想好倒楣，怎麼會和這種人是室友，雖然還是有與他禮貌性地問候打招呼，但因為實在太擔心他是壞人了所以我連後來洗澡都帶著我的錢和重要物品，深怕他會趁我不在時偷我東西。沒想到，有時人的緣分就是那麼奇妙，起初看不順眼的人在後來居然成為聊得來的好朋友、甚至常常被邀請參加他的喝酒 party，這個希臘男生 Dimitris 是令我印象最深刻的一段友誼。



抵達當天 Migel 來機場接我們到 Hradec Kralove



希臘人 Dimitris、我及好兄弟彥誠

HKU 是一間照顧國際交換學生非常周全的學校，buddy system 常常為我們舉辦許多活動，從剛開始的 welcome party、international dinner、trip to Prague，到中期的 cottage trip、survival weekend，以及每個禮拜介紹自己國家的 presentation，整個學期給你相當豐富的活動，也讓我

們藉由這些活動，與來自世界各國的同學們有機會接觸交流。在 welcome party 上有幾件趣事令我印象深刻，活動中有個遊戲的小題項是要我們找跟自己月份相同的人，由於大家都不認識，所以這是一個幫助大家熟識的遊戲，我問了好多人都沒有和我同為二月出生的朋友，結果到最後終於遇到一位外國女孩和我一樣，當我們都知道對方都是二月時，我們興奮地尖叫，並像瘋子一樣大喊著"February"，從此之後我們遇到對方都稱呼"Hi, February"！另一件印象深刻的是我居然被抽中上台唱歌！參加 welcome party 的人有 100 多位，偏偏就這麼剛好我被抽中要上台唱歌（呵雖然我本來就很愛唱），當時雖然有點緊張，不過我想著我可是



代表台灣代表東華呀，一定要大方表現讓大家聽聽中文歌曲的好，可不能丟臉。於是我唱了「還是要說再見」、向大家講解這首歌的含意，並跟大家介紹說希望半年後分離的那天，我們可以一同唱著這首歌。當表演完被大家稱讚我很勇敢、歌聲很好聽的時候真的很開心，大家因我而感動快樂以及讓大家更認識台灣和中文歌曲的感覺好棒。



Welcome party 大家合影

這是參加 cottage trip 的相片，在 cottage trip 中我經歷了人生中第一次 hiking，原本以為 hiking 就是爬爬山，沒想到外國人口中的 hiking 根本就超困難的，在外國許多山都不像台灣有登山步道，而是貨真價實猶如叢林般的原始，於是 hiking 對我而言算是個挑戰，照片裡有幾張是穿越樹叢爬完山終於登上山頂的時候拍得相片，雖然表情看似輕盈，但其實當時很疲累呀（笑）。在這次活動中我也認識了 Farhad（右上角照片中的右二男生），Farhad 是來自



亞塞拜然(Azerbaijan)的朋友，是個博士、在他們國家類似我們中央研究院這樣的機構工作，我和他聊了好多，聊了他為什麼會來 HKU 交換、聊了亞塞拜然是個什麼樣的國家（其實原本的我不知道 Azerbaijan 這個國家呀）、也向他介紹了台灣。我喜歡這樣的感覺，英文都不是我們的母語，但我們卻能用英文這個共通的語言來了解對方、又從彼此的介紹中，了解我們所來自的國家和文化；從小我們在學校學地理，也許以前課本中有提過亞塞拜然，但冷冰冰的文字無法讓我產生印象，實地到外面的世界走走，遇到各國的人，讓也更了解世界上不同的文化背景，也更懂得學會尊重與自己不一樣生活方式的人。

Survival weekend 可說是 buddy system 非常招牌的活動，早在台灣的時候我就聽說，看著影片中在戶外挑戰各式各樣的生存遊戲，令我相當期待並好奇自己是否能在 survival weekend



中存活下來呢？當來臨的這一天，果真沒有讓我失望，在 survival weekend 中發生了好多我從來沒有嘗試過的事情，吃麵包蟲、射擊、打漆彈、在森林中進行的 Mafia game、在樹林裡夜遊鞋子全溼…，都是我一輩子不會忘記的體驗。我喜歡團隊一起努力的感覺，buddy system 在活動一開始就將我們分成好幾個隊伍，而我的 Chicago 小隊，從最初的不熟悉，成為一起經歷同甘共苦的好夥伴，圖片中揮舞著黃色旗的就是我們的小隊成員，而中間照片中伸出舌頭和我照相的男生則是我在活動中認識的新朋友，他好有趣超好笑的，哈哈！歷經三天的 survival weekend 後，我們變得更靠近了，我了解到輸贏不是重點，美好的是在過程中為了某個目標而努力的自己，以及與夥伴間團結合作培養的情誼。

除了 buddy system 豐富多元的活動外，當然學校的課程也非常重要，學校課業我修了 English in practice、German in practice 及 Fundamentals of marketing，我覺得在捷克上課的感覺與台灣很不一樣，除了老師教學態度較為開放外，學生主動發言的情況也更為踴躍，我在這樣的學習環境下，也變得更加樂於表達自己的



意見與想法。我推薦 James White 的英文課，老師的教學風格很活潑，每週都會有不同的生活化主題，讓我們有機會與班上的同學聊天討論，因為修這門課的同學除了捷克學生外，也有許多



與德文老師及英文老師 James White 合影

交換學生和國際學生，是個可以認識新朋友和充實新知的一門課。學校提供的體育課選擇也相當多，上頁下方照片是我參加攀岩活動拍攝的相片，當背上繩索一步一步跳躍到頂端，克服心理的恐懼攻頂獲得的成就感真的好開心。



Taiwan presentation 我們表演「保底」舞蹈



International dinner 我們做了代表台灣的蛋炒飯、
蛋餅、蒜泥白肉、珍珠奶茶與皮蛋瘦肉粥

✓

生活篇

開學後，由於學校宿舍配置的緣故，我們必須重新搬家，而我的室友是其他來自不同學校的台灣人，因為這一屆到捷克交換的台灣同胞只有五位男生，而我們五個又剛好住在一起，於是感情就變得特別好囉！在台灣，我是一個非常需要自己空間的人，在外面，我喜歡與朋友聊天嬉鬧，不過回家後我習慣有自己的生活空間，也許累了不想說話就發發呆玩玩電腦；而在捷克的交換期間我知道生活方式不若以往，我們必須一同生活和分享共同的空間。雖然在出發前就有給自己心理上的調適，不過老實說起初我還真的挺不習慣，我的室友 Steven 是一位 19 歲年輕氣盛的大學生，看影片聽音樂不戴耳機、不關燈常常三四點才睡，這讓老人作息的我實在吃不消；而這時候如何與室友們溝通，也是一門需要智慧的學問，開心的是當我和 Steven 提出反應和他溝通時結果是好的。飲食方面，我推薦在學校和宿舍區中間點位置的 U Dvora 餐廳，這是一家專賣捷克傳統美食的餐廳，價格平易近人又公道，重點是餐點又非常好吃，雖然菜單是捷克文有些會看不懂，但就算憑感覺點菜出來依然不會失望，現在回台灣的我突然好想念那種點了菜但不清楚是什麼、期待上菜的興奮感。除了上餐館，我們大部分都自己煮，宿舍區旁有中型超市 Albert、距離 15 分鐘的路程有 24 小時營業的大型賣場 Tesco，也因為食材方便取得，平時在台灣不會煮菜的我們也開始學習做菜，太過思鄉的時候甚至還包水餃但做蛋餅呢！這些日子生活的點點滴滴回想起來…真的覺得能有這樣學習與他人相處在同個屋簷下、彼此分享廚藝和研究如何燒出



一爐好菜的經歷相當難能可貴。

在捷克的日子，有比水還便宜的酒，有動不動又有名目可以辦得無數個 party，有許多明明剛好只是經過宿舍區運動場、就有熱情的外國人邀你一起加入運動踢足球的機會（換做我們在場上打籃球的話，則是會有可愛的斯洛伐克人、土耳其人或西班牙人詢問可不可以加入我們的籃球團隊）；而冬天有隨時打開窗就能看到被剛下的雪點綴的聖誕樹和厚厚的積雪風景，有許許多多堆雪人和打雪仗的遊戲…這些都是若

我沒有到捷克交換而可能無法體驗到的經歷，想說得太多、真正能用言語表達的卻太少，我會永遠記得在捷克 Hradec Kralove 的小鎮上，曾經住著我們歡笑和感動的回憶。



✓ 旅行篇

在學校課業和捷克生活外，旅行也是我期待自己完成的目標，不過要如何在荷包許可以及達到學分的標準下到各國旅行，也是考驗自己規劃和做準備時事前功課的好機會。很高興我在交換的這段期間，拜訪了捷克、波蘭、匈牙利、奧地利、荷蘭、比利時、義大利、法國、英國、冰島、德國等 11 個國家、在 28 個城市裡留下我小小的足跡…

這段日子的旅行，有時我是和朋友們一起，有時候則是獨自旅行，我喜歡這樣的安排，與朋友們在一起時我可以盡情嬉鬧、累的時候互相照顧、遇到困難時一同解決問題，種種的經歷讓我們變得更加緊密，成為同甘共苦的好朋友。而單獨旅行，讓我有機會在旅行過程中，變得更加認識和了解自己，也使我對於接觸到的人事物和眼中看到的風景有更細緻和敏銳地體會；旅行的事前做功課雖然很累，但也是訓練自己的好時機，當你完成了旅行的規劃，將飛機票或 student agency、eurolines 的車票訂好，將住宿的地點找好，知道怎麼從機場或車站到住宿地點的資料查好，爬完背包客棧關於怎樣的交通方式最省錢的資訊、看完 tour 網站中滿滿的英文、



計畫好要待幾天、在那座城市要拜訪哪些景點，全部做好功課後我想你也必定成長不少了。而實際踏上旅行國家的土地時，看到了心目中夢想的風景，其中所帶來的感動，我想只有經歷過的人才會懂吧。

這是我獨自到匈牙利布達佩斯旅遊、在 hostel 中認識的德國人 Luis，因為當天我們兩個剛好都想去泡布達佩斯最有名的戶外溫泉，於是一整天我們一起去了中國超市填飽肚子、找哪裡有賣泳褲、最後一同去泡溫泉，當時氣溫接近零度，雖然沒穿衣服在要到池裡的路途中超級冷，不過當身體浸到溫泉中一切就非常享受，這也是我第一次在旅行中和剛認識到的朋友一起行動一起玩，我們聊德國聊台灣、聊著他在土耳其有趣的挖礦探測工作，也向他介紹我在台灣讀書以及在捷克交換的生活，前一天我們素昧平生，這一天我們一同拜訪布達佩斯，一起找尋這城市有什麼好玩好吃的地方，這是我特別的旅行經驗。



下方圖片我去義大利玩，拜訪比薩 Pisa(就是很有名的比薩斜塔)朋友 Marco 家的照片。Marco 是照片中左二的男生，他是我旅行荷蘭馬斯垂克住的 hostel 認識到的朋友，當時因為六



人房的 hostel 中只有我跟他兩位房客，隔天起床後我們便一起旅行馬斯垂克，剛好 Marco 在義大利上了許多關於藝術的課，於是他熱情地教我分辨什麼樣的建築是哥德式建築、什麼樣的是羅馬式、什麼樣的是哥德式；其實原本的我對於了解哪一種樣式的建築是哪一類是沒有熱忱的，不過在 Marco 生動有趣的講解下，我也聽得很起勁，並也漸漸懂得如何區分那些建築樣貌的差異。在旅行中結交到朋友而後又去他所居住的國家找

他真的是很奇妙的事，一個多月後，當我旅行來到了義大利這一站，在比薩火車站又和相約好的 Marco 見面時，心中的感動實在難以言喻，我們原本明明是毫無交集的，卻因為住同間 hostel 而成為那麼談得來的好朋友，實在好有緣分。Marco 的室友有醫生、也有剛上大學的新鮮人，



那兩晚我們大家一起在客廳看著電視聊著天，這是我以前難以想像的畫面，在外國人家中過夜又聊得那麼盡興，年齡與國籍沒有帶給我們任何界線或阻礙，而是與對方分享了許多自己國家以及只屬於自己的故事。

旅行有快樂的回憶當然也有遇上不如意的時候，在波蘭旅遊時我和朋友們住得 hostel 房間半夜竟被小偷潛入，在我隔壁床的同行友人 iPhone 被偷，隔天我們大家都很慌張，經歷了報警和向警察們解說發生什麼情況的複雜過程。而旅行中我也碰到了相當恐怖的事，在比利時的首都布魯塞爾有天我去了一家速食店用餐，用餐完畢後我想去廁所，當

時很大意地將口袋裡放著手機的外套與另一個手提袋留在座位，只拿著重要物品的包包離開去廁所，但當我到地下室的廁所前發現要收費時（歐洲大部分的公廁都是要收錢，而速食店的廁所也些要有些不用，需要靠運氣），我便折回想說回旅館再上；沒想到當我上樓時從透明玻璃竟看見窗外路上有個人證拿著我的外套和包包！當時的我真是急死了，因為外套裡可是有我的手機啊，於是我想都沒想便衝出去快步跟著偷我東西的外國人，之後我就大力地從他身後將我的東西搶回來，現在回想起來真的好像在拍電影，我在街上搶著我的東西路上的行人大家都在看我，當我回過神時才發現偷我東西的人居然是一個高壯的黑人，幸好當時他可能是心虛就離開了，不然遇到再壞一點的，也許就會過來揍我或做出對我不善的事情。經過這一次的事件，我學會了教訓，從此將自己的東西收拾得好好的、到餐廳即使只是短暫離開也隨時帶著自己的物品，國外有些城市的治安真的是不理想啊，希望大家都能特別小心。



捷克人骨教堂是以中世紀黑死病被埋葬的人骨所建造而成的，令人毛骨悚然。

在比利時布魯塞爾遇到當地可愛的小學生，給了我熱情又溫暖的 free hug，而我也給了他們深深地擁抱。





與俊翰及彥誠的奧地利
七日遊，我們拜訪了
Wien、Obertraun 和 St.
Wolfgang，在 Obertraun
我看到了目前人生中最
美麗的風景，猶如徜徉在
仙境般的不真實。



我一直想拜訪所謂的艾菲爾鐵塔，幻想站在塔頂上俯瞰的巴黎風景；想去羅浮宮、想去凱旋門；想到愛丁堡尋找誕生哈利波特小說的咖啡館，想去蘇格蘭的高地上尋找杰倫牛…幸福的是在這交換的日子裡我都達成了…

聖誕節和跨年假期我來到了英國，當真的來到倫敦眼前跨年倒數時還是覺得非常不可思議，和來自各國的朋友們一起興奮一起吶喊一起期待煙火，是我最難能可貴的跨年回憶。



旅行之於我的意義是讓自己有機會更細膩的去感受生活中的酸甜苦辣。以前在台灣常常覺得很安逸，有熟悉的人事物伴我左右、有 24 小時不打烊走路下樓就能到的 7-11，到了國外，一切只能靠自己，雖然在國外有同伴的互相照顧，但真正決定自己要用什麼樣的方式過生活的還是掌握在自己的手中。若學弟妹們正在猶豫要不要申請出國交換，我建議你可以先想想你期許來到國外的交換期間想要如和過生活以及希望得到什麼樣的收穫，也許你可以只是想要體驗不同的文化、想認識外國人、想要練英文、想要旅遊世界，甚至單純地想要給一個改變自己、為自己的青春留下些值得收藏的回憶，其中的理由沒有對錯，只要不愧對自己、沒有留下遺憾我想就足夠了。雖然這段期間有時還是會想念台灣，但疲累的時候或是旅行途中遇到倒楣事的時候，我就想想最初希望來到這裡的初衷，休息一下調整心態，於是明天又是一尾活龍啦！最後想紀錄一段特別的旅行，在交換期間的尾聲我替自己安排了一場追逐極光的冰島旅行，因為極光真的是我的夢想呀！雖然同伴們都因為北歐物價太高或擔心冰島太冷的原因而打退堂鼓，但我並沒有因為朋友的放棄而跟著放棄，很高興自己有堅持下去，才讓我能親眼看到以前在地理課本中讀過的冰河、峽灣和大瀑布；雖然靠近冰河的時候對我這個氣喘兒呼吸有點困難，但還是很高興自己跨越了這個挑戰，相信這種克服身體狀況而獲得的喜悅是我一輩子都不會忘記的感覺。



謝謝東華大學讓我有機會可以到捷克交換，體驗了許許多多我以前都難以想像的經歷；謝謝家人的支持使我在歐洲生活離開家鄉的同時無後顧之憂。我很感謝也很慶幸在人生那麼年輕的階段就能走遍那麼多國家和看到那麼多美景，我會不忘這些日子學習到的點點滴滴，作為灌溉往後人生最珍貴的養分；當未來人生路上碰到難解的課題時，我會記得這些日子在捷克和拜訪過得歐洲大大小小的地方上，曾經有個努力達成夢想、充滿熱情與衝勁的自己。

- 關於捷克實用資訊方面，推薦去年度建榮學長的交換心得，學長解說得非常詳盡。
- 如果有關於捷克交換生活的問題，可以透過 e-mail 與我聯絡，我會樂意幫忙的。

e-mail: m9933001@gmail.com

