

臺北市立大學

學生出國研修心得報告

獲補助年度：

研修領域： Illustration (the faculty of art and design)

系所、年級：MA I

學生姓名：CHEN, LI-HSUAN

研修國家：Slovenia

研修學校(中英文)：University of Ljubljana(盧比安納大學)

研修時間：中華民國 111 年 10 月 1 日 至 112 年 2 月 1 日

國外研修成績：97

短片時間及標題：2:43

<111-1 盧比安納大學 一個從不後悔的決定>

中華民國 112 年 2 月 10 日

*(非亞洲地區交換同學請以英文撰寫報告)

目 錄

(請以標楷體 14 號，行高 1.5 繕打，並標示頁碼)

壹、緣起	1
貳、研修學校簡介	2
參、國外研修之課程學習(課內)	2
肆、國外研修之生活學習(課外)	2
伍、研修之具體效益(請條列式列舉)	3
陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)	3

壹、緣起

行前準備(100字)

出國念書一直是我的夢想，然而斯洛維尼亞並沒有在台灣設立辦事處，所以出國前和其他可以申請學生簽證的國家相比，則須經歷比他人更繁複的手續，才能申請到「臨時居留證」以下我就簡單介紹幾個申請流程的經驗網站以及個人推薦的四樣必帶物品。

一、申請臨時居留簽證請參考：

https://outgoing-iep.nccu.edu.tw/sites/default/files/104303062_elif.pdf

二、四樣必帶物品：

1. 八字扣:任何的包包，都很容易成為小偷偷竊的對象，但是只要加上一個隨意可在文具店購買的八字扣，想要打開的難度就會提高，也不會影響美觀。

2. 貼身腰包或掛袋

推薦迪卡農兩百元有找的貼身掛包，大小剛好可放護照及鈔票，也可藏在身體裡，讓人很安心。

3. 防水雪靴

在歐洲防水雪靴偏貴，建議可以在台灣換季出清時先買好，以備不時之需。

4. 行動電原等電子產品

在歐洲的電子產品售價頗高，有時是台灣價差的二到三倍，像是快充線及轉接頭，能多帶一二個預備是最好。

貳、 研修學校簡介

學校介紹(100 字)

盧比安納大學位於斯洛維尼亞首都-盧比安納，是間歷史悠久的大學，全校共有 23 個學院，坐落於城市各個角落，走在路上或坐進餐廳，總會聽到學生愉悅的交談聲，還有給予學生優惠機台的嗶嗶聲，校內的行政人員善於回答問題，待人親切和善，即便不懂斯語，也能暢行無阻。

參、 國外研修之課程學習(課內)

修課課程內容 (100 字)

這學期，我總共修了三門藝術學院的課，分別是插畫(主修)、陶藝及雕塑。和台灣很不同的是這裡的學期短，但上課時間長，平均每堂課四小時起跳，需要大量的專注和耐心，但我很感謝自己很幸運遇到的教授都十分專業和友善，所執行的計畫也十分有挑戰性，以插畫為例，我們這學期完成了兩個案子，一個是為當地的兒童雜誌畫識字插圖並出版，第二個是為一部蘇聯的文學電影作品做故事插圖，教授還特別請來了電影導演來講解每個電影細節，十分有趣和用心。

肆、 國外研修之生活學習(課外)

交換學校住宿、當地／該校學生活動、費用(保險費／生活費／特殊支出)、或是在當地遇到的特殊經歷(200 字)

一開始很不幸的，沒有登記到宿舍，利用了開學前一個禮拜提早到斯洛維尼亞，四處尋找和「面試」，這裡的找房很特別，有別於台灣的先搶先贏，你需要像面試老闆一樣，把個人簡介傳給他，他們會同時面試好幾個人，然後再發訊息告訴你最後是誰錄取，我很幸運在被以各種理由(不租短租、只租本國人……)拒絕後，最後竟然以一個月 240 歐元租到了一間採光好、格局方正附陽台的雙人間，從此我的歐洲之旅，就以好運展開。公寓裡附有整套

的廚房及餐桌，我和室友們最喜歡在周末一起舉辦 taco 日或是異國料理日，我們會彼此邀請自己的好友，一起共襄盛舉，也趁機會認識更多人。

伍、研修之具體效益

(請條列式列舉 150 字)

1. 學習國外的教育方式
2. 專業領域的深入學習
3. 有機會認識不同國家的人並做文化及思想交流
4. 增進語言及表達能力
5. 有機會參展及出版刊物
6. 親眼見證教科書上的歷史遺跡及各種藝術品
7. 學會歐洲式的慢活生活
8. 旅行

陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)

心得經驗分享以及給未來參加交換計畫同學建議(350 字)

在踏上歐洲前，花了好多的時間爬文，看到了許多的警告，例如：扒手多、歐洲居民偏冷漠、會歧視亞洲人等等，讓我感到有些猶豫和害怕，但直到真正踏上這片土地後，才發現歐洲其實是個很友善的地方，這趟旅行共遊歷了 10 個國家，其中遇到找不到旅館、迷路甚至是半夜被鎖在門口，與一個氣沖沖的陌生男子共處，但在一次次的危機中，總會遇到善良的人幫忙解圍，也教導了平常對菸、酒、刺青存有刻板印象的我，也漸漸意識到那些並不代表一個人的人品，那只是一種紀念、一種回憶、一種有別原生家庭的生活方式。

歐洲之旅令人流連忘返，如果有機會出國，鼓勵大家勇敢跳

脫舒適圈，以下就四點建議：

一、準備好自己的語言能力

雖然說「微笑是世界上最重要的語言」但，當你出席一個活動或重要的聚會，總會因為無法好好表達自己的想法而覺得有點可惜，出發前，好好幫助自己培養基礎的英文能力吧！

二、所有的旅行要事先規劃

疫情封閉慣了，很難想像在歐洲的熱門景點，依然是人山人海，特別是交通、住宿、門票，提早預訂除了免去旅行前的緊張和焦慮，最重要的是價格真的差很多(2-5倍不等)！所以，提早訂，別跟荷包過不去了！

三、善用學校資源、參與活動認識新朋友

盧比安納大學除了免學雜費外，連一個月也有 20 餐的優惠補助，你可以用平均 3.5-5.5 歐元的價格，吃到外面餐廳的食物，甚至還有吃到飽，真的超划算！此外，就藝術學院而言，學校也提供了大部分的繪圖材料和器具，也有專業的助教從旁協助，獲益良多。此外，學校的 ESN 學生團體，辦理從異國派對到三日遊，有空都可以以合理的價格去參加並認識新朋友。

四、勇敢開口

「如果不開口，沒有人知道你需要什麼」我有好幾次的機會都是主動去開口，後來得到資源，像是多的材料、免費接機等等，只要說了，有很大的機會可以得到幫助。

最後請點選連結欣賞影片吧！

<https://youtu.be/Ir5ZHpJZosw>

具代表性出國交換照片說明(4張)



插畫評圖：大家會把自己的作品陳列在桌上，教授會公開討論這些作品並輪流發表意見。



拜訪斯洛維尼亞的當地家庭，分享年獸的故事並做書法、字畫的交流。



我最愛的語言交換同伴，我們在一次的語言交換咖啡廳認識，才意外發現他也曾在台灣念過書，後來，我們就成為了很要好的朋友。圖為要返國前的依依不捨，我們互相交換了感謝卡片。



和我感情要好的室友們及教會的傳教士姊妹們，最離開前的最後一天，我們互相分享美食和聊天，並選擇自己喜歡的新年字。

*格式依需求可自行調整