

國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：2024.7.6

英文姓名(姓,名)： TZUOO CHIAO-HSUAN	臺師大就讀科系所、年級： 華語文教學系四年級
修習國家： 西班牙	
修習校名： 馬德里自治大學	
修習學院： 哲學與藝術學院	
修習科系： 國際關係	
赴外學期別： 112學年(民國年) <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間： 2024 年 1 月 ~ 2024 年 6月	

二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
LITERATURA EN LENGUA INGLESA Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN	Zoa Alonso Fernández, Helena González Vaquerizo	6	春季/下學期
ARTE Y GLOBALIZACIÓN	Noemi de Haro García	6	春季/下學期

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

馬德里自治大學的課程嚴謹也具挑戰性，同時也注重課程參與度，如課程問題討論、課堂發言，上課也會不定期分組討論並於課堂交流想法。我選擇的課程皆為英文授課，且隸屬與國際關係學系，因此同學英文水平很高，一週也有較多英文材料需要閱讀（如 LITERATURA EN LENGUA INGLESA Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN 這堂課每週有 worksheet 需要討論，而討論前需要閱讀10-30頁不等的材料，有時上課也包含辯論，所以平時需花較多時間準備）另外我所選的兩堂課也都包含校外參訪的課程，分別到考古博物館即麗池公園的展覽館進行過課程，總體來說我認為課程內容多元且豐富，但同時課程壓力也會較大。

學校地址位於馬德里北部，可以乘坐長途公車與火車到達（火車雖較為快速，但時常發生延誤），運用交通卡即可（25歲以下每月8歐）。運用電子學生證除了可以在學院圖書館借書，還可以借手機、平板、電腦的充電器甚至也可以借電腦。部分學院設有咖啡廳（小點心等）學校的 plaza mayor 則有學餐6歐左右。

生活方面，並不需要帶太多生活用品及衣物，馬德里市中心有許多

價格適中的生活用品店與服裝店可以選購如 primark, Zara, ber-shka 等，捷運站：Gran Vía/Sol 這兩站有需多選項。

而外食價格較台灣貴，因此平常多選擇自行烹飪，這邊有許多選擇，如西班牙國民超市 Mercadona, Día 也有如家樂福、Lidl 的其他歐洲超市，折扣店則有 Primaprix 可以買到食物及生活用品。一週採買生活用品及食物花費約在20-25歐左右。

而外食較便宜的選擇如小吃可以考慮100 montaditos 即 el tigre。若想要吃一些西班牙的料理可以搜尋各家餐廳一到五提供的商業午餐（menú del día），通常包含兩道料理即甜點、飲料，價格多在13-18歐這個區間，可以吃得很飽！

另外馬德里周邊有許多小城鎮如 Toledo, Aranjuez 等皆可以透過交通卡到達，因此假日若想安排一日遊十分方便。若是想要到西班牙其他城市遊玩也可以透過搭客運或是火車到達（可以利用 app omio 搜尋後再到官網購買），提早購買價格都蠻便宜的，有時候不同的火車公司還會推出限量便宜車票。如果想要透過交換這半年到處旅遊也很方便，西班牙到葡萄牙可以透過巴士到達來回票價如果較早購買約為20歐左右，或是搭乘飛機的話也是50歐左右十分划算。另外西班牙到法國也可以乘坐巴士到達，價格上也不貴。

馬德里本身也有許多節慶可以參加，可以時常關注馬德里政府官網看近期舉辦的活動，時常有音樂會、佛朗明哥舞等表演，通常都是發票免費入場觀賞或聆聽！有時候也會在Cibeles（豐收女神廣場）舉辦各類型演唱會及遊行活動！

而馬德里的每一個星期天早上九點到下午三點都會在La Latina這站附近設有市集El rastro。除了很適合買紀念品之外（這邊相對便宜）還有許多衣服、飾品、古董可以逛逛，走到甚至還可以看到許多人在交換球星卡，這附近還有一家星期天早上限定的一歐tapas很適合逛完市集稍作休息！

學生優惠方面，持有學生證或是年齡證明，在許多馬德里的博物館、畫廊就可以免費參觀（如：普拉多博物館、提森博物館等）也可以至Moncloa附近的辦公室辦Carne Joven這張卡，有許多歐洲的博物館、景點皆有配合（如：西班牙Granada的Alhambra 就有學生優惠，約比原價省七歐左右，十分划算）

關於很多人關心的治安問題，平時在路上只要當心手機、現金，手機儘量用手機掛繩預防自己隨手一放，現金的話基本上不要帶，因為大部分地方都可以用手機支付很方便，不穿著太誇張或太像觀光客就不容易成為下手的目標。但是我遭遇了一件十分驚心動魄的事情，在7月初我租的公寓被闖空門，房間的門鎖被撬開還被偷的一團亂，幾條項鍊被偷，所幸價值不高。當天晚上在台灣朋友的幫助下跟警察報案，隔天警察來採集指紋後，也請西班牙朋友陪我去警察局做筆錄。因此建議大家在外還是需要隨時警惕，也不要放太多現金也家裡或是身上，畢竟防不慎防，而西班牙的警衛也大多沒有24小時值班，在電梯、大樓內也多不會安裝監視器，所以找出兇手十分困難！也建議大家平時社交活動多多參加，可以結識能一起在海外互相幫助的朋友們，遇到困難與問題時有更多的應對方法！

總體來說我覺得西班牙還是很值得交換的地方，雖然治安問題讓我遭遇了不是很好的經驗，但是好吃的食物、乾燥不粘膩的天氣跟熱情的阿公阿嬤們，都會是我想要之後再去西班牙的原因！

四、照片（如有，請提供）

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他