

國立臺灣師範大學(鼓勵赴境外進修補助)學生赴國外修習報告書

一、學生資料

填寫日期：114.04.26

中文姓名： 蔡昀儒	英文姓名（姓，名）： Yunju, TSAI
臺師大就讀科系所、年級： 東亞學系四年級	臺師大學號：40902011E
修習國家： 法國	
修習校名： 巴黎高等政治學院	
修習學院： 無	
修習科系： Political science	
修習期間： 113 年 09 月 02 日 ~ 113 年 12 月 18 日	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	所屬學季/期
French A2	Sylvette RAMIREZ DE LA ROSA	4 ECTS (seminar)	秋季
Workshop French A2	Christophe LARTISIEN	1 ECTS (seminar)	秋季
A Childless World	David DUHAMEL	5 ECTS (seminar)	秋季
Psychological Dimension of IR and Foreign Policy	Gulseren KOZAK- ISIK	5 ECTS (seminar)	秋季
FRENCH ACADEMIC METHODS SEMINAR	Evan BONNEY	0 ECTS	秋季
The Economy of Wine and Champagne	Aurélie RINGEVAL- DELUZE	5 ECTS (seminar)	秋季
Full Contact	Christophe LARTISIEN	1 ECTS (體育)	秋季

(表格不足請自行加頁)

三、生活概況

我的交換城市是 Reims，位於巴黎以東約 45 分鐘高鐵車程（公車的話約 2 小時）的小城市，屬於法國 Grand Est 大區的其中一個重要市鎮。Reims 在歷史上地位舉足輕重，曾是法國國王加冕的城市，因此也被稱為「國王之城」。

Reims 最知名的莫過於它是香檳地區（Champagne）的核心城市。世界上真正能稱作「香檳」的氣泡酒，必須來自法國香檳區，而 Reims 正是這片產地的中心之一。城市裡有許多著名香檳酒莊，如 Veuve Clicquot、Taittinger、Pommery 等，不少酒莊有開放參觀與試飲，非常推薦在課餘時間體驗一次。

除了香檳文化外，Reims 也有一些知名的歷史遺跡與建築，最著名的是聯合國世界文化遺產——蘭斯聖母院（Cathédrale Notre-Dame de Reims），這是多位法國國王舉行加冕儀式的地點，建築風格壯麗，是哥德式建築的代表作之一。



每年夏天或是特別的祭典時，Reims Cathedral 會有燈光秀



白天的 Reims Cathedral 是當地重要的精神象徵

1. 住宿

我選擇就讀的是 Sciences Po 的 Reims 校區，這座城市位於巴黎附近，相比巴黎，Reims 的生活與住宿費用便宜不少。在巴黎，住宿費通常落在每月 800 至 1000 歐元之間；但在 Reims，大多數住宿價格約為 500 至 700 歐元，如果申請的是公立宿舍 Les Crous，費用甚至可以更低。

- **學校提供的住宿資源**

Sciences Po 的官方網站上提供了各校區的學生住宿資訊，大家可以依據就讀校區進行搜尋：[Sciences Po : Housing](#)

- **申請 Les Crous 的建議**

如果有意願申請 Les Crous 宿舍，建議先寫信詢問學校是否有保留名額。透過學校申請的話，流程會簡單許多，也能節省不少時間與心力。

不過要注意的是，各校與 Les Crous 合作的宿舍不盡相同，如果你有特別想入住的宿舍，可能就得自行申請。自行申請的程序會比較繁瑣，且不一定能成功排上房間，因此需要衡量是否值得投入時間與精力。（網路上其實有很多關於個人申請 Les Crous 的經驗分享，這裡就不贅述了。）

- **其他住宿資源**

法國教育中心也提供了不少實用的住宿資訊與申請建議，可以參考：[Campus France 住宿資訊](#)

- **法國租屋補助 CAF**

基本上只要是學生都可以申請，可以拿到不錯的補助金額，但申請的過程非常繁瑣，是每個留學生的法國行政大魔王，並且也有聽說過最後沒有申請到的案例。在租屋前（Les Crous 也可以），可以先參考 CAF 相關資料，看看自己有沒有機會申請。

2. 學業

[校規及選課相關規定]

- **校區選擇**：巴黎高等政治學院總共有 7 個校區，每個校區都有不同的副修領域，可以到學校官網查看不同校區的專業領域、校園環境等。

[Sciences Po: Homepage](#)

- **出缺席**：校規有明訂，每堂課不得缺席兩次以上，如果該堂課缺席超過兩次，就會被 **expel**。並且三次遲到就等同於一次曠課。所以如果大家有要安排很多學期中出去玩的行程，就要好好考慮選課的佔比。

- **選課**：

而選課制度是先選先得，熱門課程常常一開放就額滿，因此在選課前務

必做好功課，了解各門課的授課語言、評分方式與負擔程度，才能選到適合自己的課程組合。

而關於加退選的部分。我原本有選一堂 10ECTS 的 Lecture，課名是 Comparative Politics，但因為後來了解到這堂課的課業較重，加上考慮到想要花更多時間在法文課上，所以最後決定退選。但是在退選的過程中遇到了很多難題，法國的學校在期初不會有像師大一樣網路加退選的機制，而是要透過寫信向學校的行政負責人申請，並且要提供原學校的證明（要提供學分無法進行抵免的證明），如果沒有的話，他們最多只能幫你換同等學分數的課。那時候真的是在法國還有台灣的學校之間寫了十幾篇的電子郵件，最後才解決這件事。

[法語課程]

在學期開始之前，學校會安排一次線上的法語能力分級測驗，我被分到了 A2 等級的課程。

有聽說一些從未接觸過法語的國際學生會被分到 A1 課程，但實際上，A1 課程的授課語言仍然是全法語，老師上課不使用英語，學生也無法用英語與老師溝通。很多人因此認為，學校應該增設 A0 課程，給真正從零開始的學生一個過渡。不過，課程的難易度還是會依老師而異。總體來說，建議大家在來法國前，至少先熟悉一些基礎的法語內容，例如常見問候語、基本句型結構，以及法語字母與發音，這樣在課堂上比較不會跟不上。

我這學期修了三門與法語學習相關的課：

- **French A2 (每週四小時)**
這是主要的法文課，內容著重於文法與閱讀理解。我的老師授課風格比較嚴格，上課經常會有小考，每次課後也會布置固定的作業，幫助我們穩定地複習與進步。
- **French Workshop (每週兩小時)**
Workshop 的課堂氛圍較為輕鬆，主要著重於口說與寫作練習，會安排許多分組活動，是一個比較能自由練習語言的空間。
- **French Tutorat (每週一小時)**
這是自主學習的課程，不計入學分計算。是學校提供的法文一對一課程，需要跟老師預約時間，每週最多一次，最多可以十週，我覺得是所以法文

課中效果最好的，因為可以跟老師討論想要上什麼主題，老師也會在對話中糾正文法、單字，讓我在學習的過程中感受到有很大的進步。



在 French Workshop 中，因為有一天冬天天氣難得很好，我們走出校園訪問當地的藝術家。

[選修各科目概要介紹]

每個校區的課程不同，春秋季學期也會有不同的課，在選校區之前，可以先到各個校區的網頁看有開哪些課。Reims 校區除了一般的課程外，還有兩個副修領域 The North America minor 跟 The Africa minor。

- **Psychological Dimension of IR and Foreign Policy**

這門課是由以前為心理諮商師的土耳其裔老師授課，由於老師是在美國完成學業，所以討論的主題比較圍繞在西方觀點。課程是以 Seminar 的方式進行，在課前需要閱讀指定文本以及觀看指定電影，並且要繳交每週案例分析（case application），讓我們在課前對於課堂要討論的內容先有深入的了解，並實際運用學術知識。課堂上我們討論了許多群體心理分析的方式，像是透過認知心理學討論以巴和解放的領導人談判性格；國際衝突的精神分析層次；不同文化語境中的情緒差異等。最後幾堂課我們練習國際談判與調解，以盧安達大屠殺後的族群背景進行角色扮演，並瞭解到不同角色會感受到的情緒以及利害關係，這是我非常喜歡的授課方式。我覺得這堂課雖然比較重但也很有挑戰性，能將國際關係還有心理分析結合真的非常有趣，這是我這學期學習到最多的課。

- **A Childless World**

這堂課是由法國籍的老師授課，講話有法國人獨特的幽默感。他有出版一本書，名叫< Un Monde sans Enfants>，也就是我們這堂課的主要涵蓋的內容。這堂課是關於人口學，主題圍繞著少子化，討論不同社會、環境、文化、政策等如何影響少子化的趨勢。因為東亞是少子化最顯著的區域，所以老師很喜歡在上課時問我的看法，引導大家一起討論，是一個還滿輕鬆的課程。

- **The Economy of Wine and Champagne**

這是 Reims 校區特有的課程之一，也呼應 Reims 地區作為香檳產地的地理與產業特色。課程由在地的葡萄酒產業專家授課，內容深入探討葡萄酒與香檳產業的經濟結構、歷史發展、製作流程，以及全球不同產地的產業模式比較。除了課堂理論學習之外，課程的一大亮點是實地參訪當地的香檳酒莊與地窖，親身了解香檳從葡萄種植到釀造、行銷的完整流程。對我而言，這是一個非常珍貴的學習經驗，原本我對葡萄酒是十足的門外漢，但透過這門課和在 Reims 的生活，不僅增進了我對品酒的認識，也更加欣賞葡萄酒背後所承載的文化以及工藝價值。

[學校風氣以及文化]

如前面所述，巴黎高等政治學院在法國境內有七個校區，而 Reims 校區是巴黎校區外最大的分校，並且有最高比例的國際生。正因如此，大部分的課程、活動和交流機會主要以英語為主，在校園中與法國本地學生接觸的機會相對較少。

與一些法國當地人交流時，他們普遍對 Sciences Po 的印象是「一所美式風格的大學」。不過，實際就讀之後，我認為這所學校仍保留了許多法國菁英教育傳統的學院文化。

- 師生關係較為嚴謹。有同學曾因為上課中途需去洗手間或需提前離席而遭老師拒絕（在國際生大群組裡許多人對此發表意見，對於很多學生來說是很大的文化衝擊）；
- 部分法語授課教師風格較傳統；
- 出缺席制度非常嚴格，部分課程若無故缺席超過兩次，有可能被取消修課資格甚至退課處理；
- 課程選修自由度較低，特別是對本地學生，必修課程規劃較為固定、彈性不大。

儘管如此，Sciences Po 整體的學術氛圍非常活潑，許多老師具有留美或國際背景，學生來自世界各地，課堂上能夠聽到各種多元觀點與經驗，這是我認為最難得的學習環境之一。

- 學生自治

Sciences Po 校園文化的一大特色是學生高度自治，我觀察到，學校行政多僅負責學術與基本行政管理或是跨校區、國際事務等。而其他大部分的學校活動基本上都是由學生辦理（如社團、文化活動、辯論比賽等），其中還有包括像是每個學期的體育課，就是由學生的體育委員會開設，學校也總是有各種由學生舉辦的活動，是個雖然小但是很有活力的校園。



由香檳社團舉辦的活動，邀請到 Reims 在地品牌介紹香檳。



在萬聖節時，學生自主發起挖南瓜的活動，校園各個角落堆積著不同表情的南瓜。

3. 語言

雖然 Reims 是國際學生比例最高的校區，但必須注意的是，在 Reims 當地的社區與日常生活中，英語普及率相對偏低。因此，在校園外的超市、行政機構或醫療單位等場合，仍然需要一定的法語溝通能力。

不過在校園內則完全相反，學生與教職員大多能流利使用英語。大部分同學以英語為母語，就算是法國學生，其英語能力普遍也達到 C2 等級，因此課堂討論、報告與社交互動幾乎都能以英語進行，對於非法語母語者來說是非常友善的學習環境。

4. 活動

- 迎新週 Orientation

Sciences Po Reims 的迎新比較特別，雖然在巴黎校區的網站上有一個迎新活動的頁面，但是 Reims 校區的迎新活動大不相同。Reims 校區的迎新活動主要是校園學術文化的指引，所以我們在迎新週時必須要上課，並且在短短 2-3 天內與組員針對 Michael Sandel 的<The Tyranny of Merit: What's Become of the Common Good?>這本書進行主題報告，我與許多同學一樣，都是在迎新週第一節課才知道隔天的課要進行報告，所以我與當天才認識的澳洲組員非常火速的在一個晚上的時間整理出報告內容。

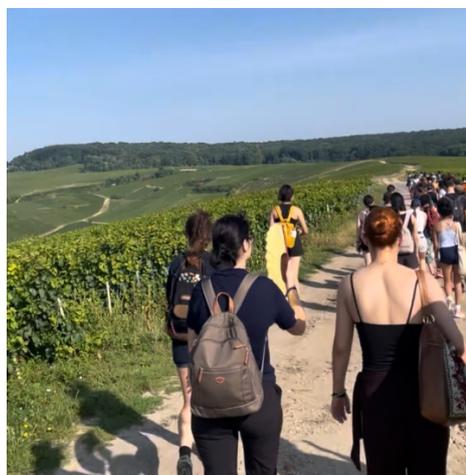
- 社團

因為 Sciences Po 是以政治為主的大學院，所以社團內容也大多圍繞著政治、人文社科等。除了這些之外，也有學生會 BDE（負責總籌許多學生生活活動）、點心社（在學期間擺了很多次點心攤位免費喂食大家）、啦啦隊社團、Sound System 等。

另外，因為如同前面所說的，Sciences Po 高度學生自治，所以大部分的活動都是由學生會 BDE 整合，建議可以儘早追蹤自己校區的 BDE，才不會錯失大部分的資訊。

- 體育課

在 orientation 期間，可以選擇體育課，因為名額有限所以每人限選一個。我很幸運的選到了自己想要修的 Full Contact – Boxing。因為剛好這一堂課的時段在禮拜三早上，只有我跟其他兩個女生一起上課，很像精緻家教班，老師人也非常友善，在教學上是循序漸進的方式。



參與環保社團的爬山活動
到附近的鄉村 Aÿ-Champagne



法國大部分大學都不會有操場等運動空間，因此體育課舉辦的地方都不同。

5. 當地生活

• 交通

Reims 內的交通主要以公車以及輕軌為主，計價是以每一小時車程兩歐為單位，在公車上可以直接用現金跟司機買票。學生有每個月 20 歐的月票，可以在官網上訂或是在火車站購買。

<https://www.grandreims-mobilites.fr/fr/>（當地交通資訊網站）

- 如果要去到香檳區的城鎮（Grand Est 大東部地區系統），則通常會在市中心的車站搭乘（站名：Gare de Reims）
- 如果要去其他地區的城市，例如巴黎等，則較多搭高鐵 SNCF，這是在郊區的 Gare de Champagne-Ardenne 搭乘。

通常我們都用 Grand Reims 以及 SNCF 的 app 買票。如果是要出國玩的話也推薦 OMIO。

• 交友

在學期開始前的 Orientation 是一個很好認識人的管道，因為我這次是自己一個人過去，校園內也沒有台灣人，我大多數在校園中認識、會一起出去玩的朋友大多都是在 Orientation 上認識的社群。

我遇到的大多數人都滿友善的，心態也都很開放，雖然最後相似文化的人還是比較會形成小圈圈，但是每次大家見面都還是會有溫暖的距離，會關心大家的日常、分享旅遊資訊等。

另外也很推薦在台灣先認識一些法國朋友，除了可以先了解法國人的社交文化，到法國之後也會有屬於一個自己在地社群，跟這些朋友重新在當地見面也是一件非常美好的事。



同學們時常在學校餐廳一起吃午餐社交，也因為這樣認識了很多「朋友的朋友」



除了飛出國玩，我也很喜歡去法國內的各個城市拜訪在台灣認識的當地朋友



在 Reims 當地最常相處、一起出去玩的朋友是亞洲人，Sciences Po 有非常多新加坡人、香港人等。



Reims 當地的菜餚大多用香檳調料，是很不錯的體驗



學校餐廳有販售巴黎奧運廣受好評的布朗尼，非常好吃！