

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：2026/28/07

英文姓名 (姓, 名): Chi Chih Hsiao	臺師大就讀科系所、年級： 大傳所碩三
修習國家： 西班牙	
修習校名： 馬德里自治大學	
修習學院： Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales	
修習科系： departamento de Económicas	
赴外學期別： 114 學年 (民國年) 下學期	
修習期間：2026 年 1 月 ~ 2026 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
ORGANIZACIÓN INDUSTRIAL	Felix Fernando Muñoz Perez	6 (ETCS)	春季/2
MARKETING ANALÍTICO	Jean-Philippe Charron	6 (ETCS)	春季/2
Comunicación oral y escrita en español, nivel A1	Carolina Fernández Royón	4 (ETCS)	春季/2

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

在 2026 年上半年（114 下學期），我有幸前往位於西班牙首都的馬德里自治大學（UAM）進行為期半年的交換學習。馬德里作為南歐的經濟與文化樞紐，擁有極具活力的生活步調與深厚的文化底蘊。這半年的經驗不僅讓我在學術專業視野上獲得拓展，也在獨立生活與跨文化適應上積累了極為寶貴的經驗。

首先的學術方面，我認為相比巴塞隆納，馬德里的整體英文程度及使用意願必不高，這導致西語非常基礎的我（甚至可以說是0基礎）一開始的確非常的卡關。在課堂上，ORGANIZACIÓN INDUSTRIAL 這堂課非常不推！因為教授額外比課綱上再加開了兩個考試，最後總分的比重也與課綱不符；課堂上也會穿插西語講課或是直接用西語。不過 Marketing Analítico 就讓我跟著教授的步調學到很多行銷策略及工具，整體而言是滿推薦的。馬德里自治大學的校園時常會舉辦各種活動，如果有興趣也是可以積極去參加，可以認識到更多來自各國的朋友！雖然我覺得要跟西班牙人當朋友是比較困難的。

生活方面，我分為以下四點做分享：

- 住宿安排：馬德里的租房市場相當熱門，建議確定錄取後盡早尋找房源。我是使用 [Aluni](#) 去找房源的，雖然不一定比較便宜，但是我認為價格透明並且比較不會有詐騙的疑慮！有任何問題也可以找得到人：)
- 飲食與作息：西班牙人的飲食作息相當獨特（午餐約在 14:00–16:00，晚餐在 20:30 之後）。雖然西班牙算是相對物價比較不高的國家，但外食的話類似商業午餐的也是 15 歐，所以平時我就以我的爛廚藝為主。當地超市（如 Mercadona、Lidl）的新鮮肉品、海鮮與蔬菜品質都還不錯且價格實惠，非常適合維持高蛋白質的飲食習慣。
- 交通出行：馬德里的公共運輸網非常發達。26 歲以下的學生一定要辦理 Abono Joven

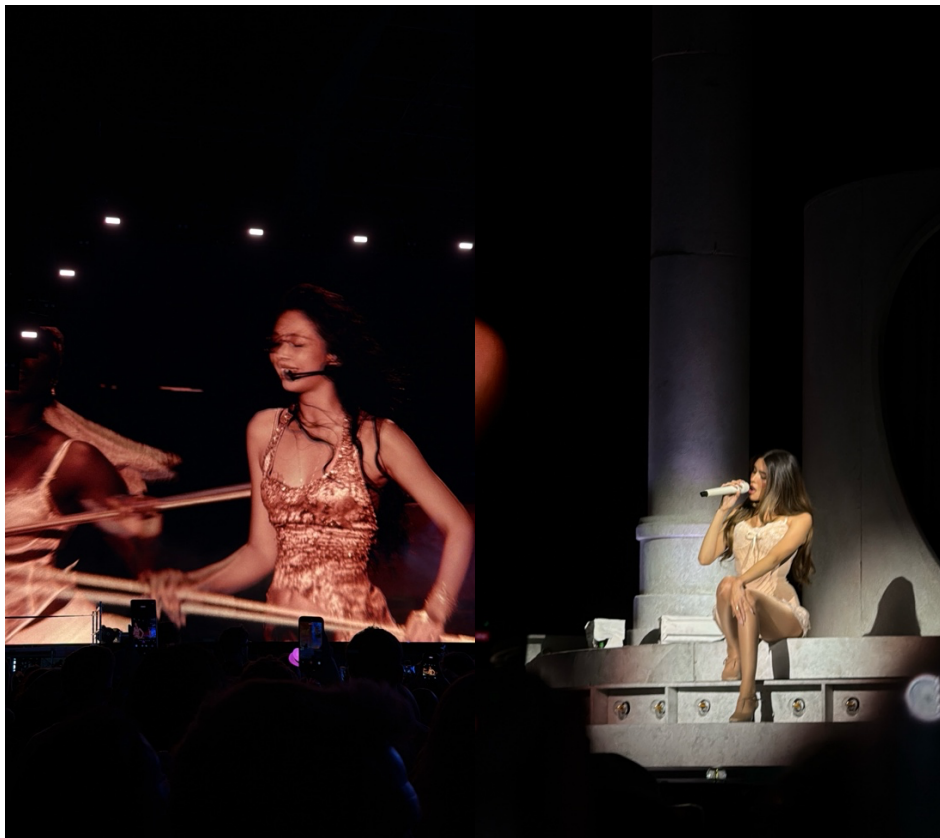
青年交通卡，每月的月票費用相當便宜，即可無限次搭乘地鐵、公車與 Cercanías 近郊鐵路，往返 UAM 校區非常方便。

- 治安防範：馬德里整體治安良好，但在太陽門廣場（Sol）、主廣場（Plaza Mayor）等觀光景點因為人多會比較有種不安全感，不過只要多警惕就好了沒有什麼太大的問題。

開銷概算上，我一個月的生活費大概抓 3 萬台幣，加上房租一個月 550 歐（不含水電）。如果有出國玩的話可能會多一點但不至於會太超支。

這半年在馬德里自治大學的交換時光，是一段極具價值的成長歷程。雖然在學術選課上記取了寶貴的避雷經驗，但也扎實學習到了數據行銷的專業知識。只要保持開放與彈性的心態，馬德里絕對是一座能帶給你不一樣視野與回憶的精彩城市！

四、照片（必要，請提供至少3張）



在馬德里參加了 mad cool 音樂節及 Madison Beer 的演唱會

，很推薦可以在歐洲看演唱會或是音樂節，價錢都比較便宜！



這是 Lunar New Year 在華人區 Usera 的煙火秀





在一間 tapas 吃到飽的店



跟朋友一起去皇宮

五、影音檔 (必要，形式不拘，可以是 PowerPoint、YouTube (約2分鐘)或個人 Instagram、
網站，請直接上傳檔案至以下連結或傳送檔案予各語組承辦人)

<https://forms.gle/k5LC6vDkEAmZSKwN9>

六、其他