

國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：_2020/05/23_

中文姓名： 俞俐伶	英文姓名(姓, 名): YU, LI-LING
臺師大就讀科系所、年級： 社會教育系四年級	臺師大學號： 40502005E
修習國家： 西班牙	
修習校名： 馬德里自治大學	
修習學院： Facultad de Filosofía y Letras	
修習科系： Estudios de Internacionales	
修習期間： 2020 年 1 月 ~ 2020 年 3 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
Cuestiones Actuales de la Política Internacional	Arturo Lopez Levy	6 ECTS	2
Los Estados Unidos Potencia Global	Arturo Lopez Levy	6 ECTS	2
Primera Lengua 2 (CHINO)	Guangzhen Tan	6 ECTS	2
Español para extranjeros A2	Paula Gozalo	4 ECTS	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）

（一）學術

1、選課方面：

出發前會在臺灣先選一次課，我們在文學院底下所有的系都可以選課（除非當年有一些特別的規定），所以必須先計劃好自己想要選的系所是什麼，相對應當年有開的課有哪些。也可以多想好一些備用的課程，萬一沒選到最想要的那些課程還可以搶別的。我當時在臺灣完全沒搶到我想要選的那些課（隸屬於 Estudios de Internacionales），後來到 UAM 之後，會再一次正式選課，我想要的課程還是沒有空位，所以我改選其他語言學、英國文學的課（隸屬於 Estudios de Ingles），上了一週後實在覺得沒興趣、太痛苦，因此去跑了學校行政的加簽流程，一跑就跑了三週（對學校行政效率要有心理準備！）最後成功換課了，但是前三週的課程都沒有跟到，所以要補的進度非常多，也建議大家盡量第一次在臺灣選課時就早點搶，後面可以省去很多麻煩。再來是確定課表以後，要重新填好當初在臺灣有填過的 Learning Agreement，跑完 UAM 的流程後，掃描寄回師大 OIA，才算是確定完成選課。

2、課程方面：

我選了兩門國際關係課程都是英語授課，一門在探討當今國際關係議題，會介紹從古至今不同的國際議題；另一門是教授關於美國身為國際強權的課，主要鎖定在美國歷史、政治理論等。兩者都需要大量的閱讀文獻和小組討論，作業也非常繁重，加上老師是個不按牌理出牌的人，可能當下課程上完就會叫你上台簡報剛剛講的問題延伸，或是突然跟你說後天上課要交一個什麼報告，導致於我上這兩門課時壓力非常大，但也學到非常多東西。如果對這類型的課程有興趣，建議出國前要對臺灣對外關係議題有所了解，因為身為少數華裔學生，又是來自臺灣，經常是課堂上老師在探討美中關係時點名發問的對象，必須先做好心理準備。還有一門西語課是另外付 60 歐報名的，會先參與線上的分級測驗，課程以全西文授課，算是小班制（當時課上只有不到十個人），每次上課都會被問到問題，要以開放的心去接受它。

（二）生活

1、住宿方面：

當時在選住宿地點時，第一時間就沒有考慮學校宿舍，原因是價格貴又偏僻（UAM 在郊區），要到市中心非常不方便。後來就決定要租房子，使用的租屋網站是 **Badi**、**idealista**，或 FB 的西班牙租屋社團，網站上建議使用西文私訊房東，回覆率較高！當時我找到一間房子但可惜屋主只能租給我短期，因此我在第一個家住了十天，房東當時還去機場載我（人很好！），利用這十天安頓交通卡、調時

差、熟悉環境、找下一間房等等，最後幸好成功在十天內找到下一間房子，和西班牙母女一起住。找房子切記一定別在臺灣先簽約，一定要到當地預約看房再決定，也提醒可以在簽約時，註明若有發生任何緊急狀況（例如：天災人禍疾病等），提早退租房東必須退還押金。這點是我當時疏忽沒注意到，2020年因為 Covid-19 的關係，我提早三個月回臺灣，房東怎麼樣都不肯退我押金，一直拿合約出來壓我，最後也沒辦法沒能拿回一筆錢（我恨！）。

2、卡類、財務：

出國前可以辦一張國際學生證，到當地參觀任何博物館、美術館、景點，都有學生優惠（差很多！），或是拿 UAM 發的學生證也可以。另外，一定要辦一個月 20 歐的學生交通卡，非常划算（包含地鐵、公車都能使用），必須提早到網站上預約時間，才能到站裡的辦公室辦理，只有一些特別標記起來的站才有在辦交通卡，可以先查好哪裡離你特別近。

錢要怎麼帶應該是很多人煩惱的事，我當時身上帶 1500 歐現金，分裝在各個大大小小不同的袋子裡，去之間很擔心馬德里的治安，但事實證明沒有太誇張不用過於緊張。剩下要使用的錢在出國前就辦好一張海外提款卡，到西班牙就可以直接使用 ATM 領錢，但可以注意看看哪間銀行的手續費最低，我當時到最後一個月才找到免手續費的銀行，前面都白讓銀行賺高額海外手續費了（哭）。有些人會建議去 UAM 合作的銀行 Santander 開戶，但我爬文太多被雷的經驗和自己覺得開戶太麻煩而作罷，可以視自己的情況而定。

3、其他

手機門號我在落地第一天就去 Orange 辦了，推薦一個叫 Simyo 的方案，一個月 20 歐，有 20G 網路、通話、歐盟漫遊吃到飽。而且每個月加值可以到超市就好，不用跑回門市。Orange 門市到處都有，google 一下就能找到了。

再來說一個最重要的事，就是**語言語言語言**！西班牙人普遍不說英文，雖然我在出國前已經學了一年西文，但是面對真的母語人士說話跟機關槍一樣快，我前三個禮拜真的是失語者，只能用零碎的句子解決日常難題。而且當你不會說流利的西文時，大家通常沒有耐心聽你講完（或是剛好我遇到的陌生人都比較冷漠）。所以我會建議想去西班牙交換的人，一定要會講西文，真的非常重要！

4、旅遊

我在 2020 年出去交換真的運氣比較差一些，在二月中西班牙疫情開始大爆發，原定很多的旅遊計畫都取消，所以我只有在西班牙境內一些小城市旅遊，像是 Toledo、Alcalá de Henares、Aranjuez、Teruel、Segovia，算是比較可惜的一點，也沒有辦法分享太多經驗。

四、照片（如有，請提供）



（↑我的房東 Susana 和她媽媽 Pilar 教我做西班牙烘蛋 tortilla）



（↑日常聚餐：土耳其人 Iman、巴西人 Nathália、韓國人 Siyeon、印尼人 Bingar）



(↑到一個偏遠小鎮 Teruel 參加名為 Bodas de Isabel 的傳統節慶，大家都會穿著中世紀服裝，看到的所有東西都是騎士文化下的象徵，此生必去！！)



(↑我一直念念不忘的 Paella 和 Sangria)