

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：2020.08.08

中文姓名：陳思妤	英文姓名(姓,名): Nicole Chen
臺師大就讀科系所、年級： 人類發展與家庭學系家庭生活教育組大四	臺師大學號：40506121E
修習國家：俄羅斯聯邦	
修習校名：聖彼得堡國立資訊科技機械與光學大學	
修習學院：電腦科學與生物信息	
修習科系：資訊科學	
修習期間：2020年02月~2020年06月	

二、 修習課程名稱：

修習課程名稱	學分數	學季/期
Russian as a Foreign Language	3ETCS	108-2 學期課
Quantitative and Qualitative Methods	3ETCS	108-2 學期課
Database Design and Development	3ETCS	108-2 學期課

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

交換對我來說，一直都是體驗國外生活相當有效的途徑，在心得分享的部分，將會以日常生活、學校生活作為兩大主要的介紹內容。這學期由於 COVID-19 病毒的緣故，學校的進程有別於以往，希望我的心得能夠讓未來有計劃至俄國交換的同學了解俄國以及 ITMO 的處理方式。

a. 學校生活

學期排程	內容
選課	春季班大約在 12 月中左右會由 ITMO 的 Department of International Admission Office 寄當學期可選的課程。
確定課表	在二月開學前，向 Department of International Admission Office 提出選課申請，相關人員會協助登記。在學期中也可以選擇新增或取消所選課程。
開學	俄國學校的開學屬於統一開學，所有的教育機構春季班的開課時間統一為每年的二月一號，而 ITMO 春季班也 2/1 開學。
宣布網路上課	因應疫情影響俄國國內課程規劃，3/16 ITMO 宣布網路上課，3/17 執行。

選課後仍需等待學校安排國際生、交換生課程

雖然俄國 2/1 統一開學，ITMO 國際部也在 2/1 舉辦學期開幕典禮，但是因為交換生的簽證問題（ITMO 提供開學前一週至學期結束的簽證），所以要等待其他學生入境與各週課程安排，所以 2/1 交換生、國際生實際上課可能沒有很多，就像在師大開學後，也要再等加退選等等課程異動。

俄國網路上課的宣布較歐洲晚，仍實體上課一個月半

這個學期，歐洲大部分的學校約莫二月底 (2/20-) 開始宣布線上上課，但由於俄國政府防疫政策在歐洲疫情爆發時，也同時調整國內的防疫政策 (2/21 起禁止中國籍入境)，所以在歐洲爆發第一波疫情時，俄國沒有爆發，因此大學生仍然實體上課了一個月半的時間。在俄國內開始爆發疫情之初 (3/15 開始)，俄國各高等教育機構也同時研擬網路上課的實行，ITMO 也透過學生網路票選的機制，讓學生透過投票表達網路上課的意願，交換生、國際學生也可以參與這項投票，最後決定 ITMO 自 3/17 開始網路上課。

線上上課的改變 · ITMO 因應能力強

線上上課的第一週，許多教授其實也還沒準備好，所以在課程的執行與安排上第一週屬於準備時間，也因為這樣學生獲得了一個禮拜的空閒時間，然而在俄國線上上課的執行上，雖然沒有實體上課高效率，ITMO 但確實快速調整上課上方式，也確實執行，並未影響學生權益，雖然這是我第一次遇到線上上課的情況，但在學習上讓我並沒有缺少學習熱忱，也不會因為線上上課而感到比較沒有學到東西，或課程安排規劃內容空洞的問題。甚至因為線上上課的易取得性，我因此在這個學期另外獲得 ITMO 的俄語 B1 等同實力證明！也是疫情的關係，這個學期 ITMO 延長至七月初 (7/6)，所以在中間實體上課轉為線上上課沒有上到的課，學校和教授其實都會補回來，也沒有影響到學生權益。

b. 日常生活

2020 俄國國內因應 COVID-19 政策

政策	時間
持中國護照禁止入境	2/21/2020
歐洲陸續關閉邊境	2/21 後歐洲各國關閉邊境
俄國關閉挪威芬蘭邊境	3/14/2020
俄國國內限制商店營業	3/28/2020
宣佈自動延長簽證	6/18/2020
俄國國內逐步開放	7/15/2020
俄國宣布下學期實體上課	8/1/2020

旅行計劃受疫情影響，大部分留在聖彼得堡市內

由於聖彼得堡靠近歐洲國家，當歐洲爆發肺炎時，間接的也影響俄國國內疫情，導致之後俄國成為疫情爆發國。歐洲逐步關閉邊境，最大的影響就是沒有辦法到鄰近國家旅行，接著俄國國內商店關閉，也導致境內旅行被禁止，所以基本上整個學期大多時間都待在住的地方。另外在俄國一定要加入聖彼得堡台灣同學會臉書社團，特別是在疫情特殊時期。在四月底左右同學會宣佈 5/25 撤僑計劃，但因為我考慮到交換的完整性，加上彼得堡至莫斯科轉機感染風險(當時莫斯科感染病患非常多，全俄國之首)，另外我也想拿到俄語 B1 證書，所以選擇留下來繼續參與課程。

身為交換生，持續留在俄國最大的問題是俄國簽證，因為簽證 6/30 到期，然而整個歐亞地區五月、六月都沒有國際班機，我們非常擔心無法在簽證過期前

離開俄國。但很幸運的六月中俄國宣布全面延長簽證，最後決定暑假回台灣。幸運的是七月中俄國慢慢開放，我還有機會繼續探索這個城市夏季的樣貌。

注意各國出入境政策作為旅行參考

特殊疫情時期，最重要的就是注意自己的簽證與各國出入境政策，這真的非常重要，一定要注意各國對外的出入境政策，否則可能會困在當地，如果又碰到沒有班機飛回台灣的情況，非常有可能成為非法滯留外國的境外人士。

整體來說，這學期的交換擁有較多的時間待在室內，也保有學習歷程，不會發生在學期中另外安排旅行而影響上課。另外的收穫則了解是俄國人對疫情的衛教知識與重視程度與台灣的差異。疫情開始時，俄國國內排華非常嚴重，可以說自從疫情爆發後，俄國人對亞洲人的偏見與歧視層出不窮，我自己也受排華影響，特別注意身邊的人事物。對我來說，面對歧視、偏見真的事宜間相當不悅的事情，這也是最好展現東方教養的機會，必要的時候要為自己發聲，別讓其他人的偏見與歧視影響了自己的權益。

四、照片（如有，請提供）





