

輔仁大學赴姊妹校留學獎學金獲獎生心得報告

期中留學心得報告 結束留學心得報告

姓名	葉詩俞	撰寫日期	106年02月01日
院系所級	外語院 法文系 四年級		
國外研修學校	中文：艾克斯馬賽大學		
	英文：Univerisité d' Aix-Marseille		
國外研修系所 (課程)	1. panorama de la littérature et des arts français 2. date clés et grands personnages d'histoire de France 3. la société française:quels spécificité 4. langue française 5. langue française labo 6. phonétique		
研修期間	自 105 年 09 月 12 日至 105 年 12 月 16 日止		

一、研修學習概況與心得

課程

艾克斯的課程非常多元，從文學到商業都有選修課可以選，除了必修以外，學校規定要選三堂選修，其中包含一堂三小時的選修，以及兩堂兩小時的選修。學期開始的前一週，會做分班的能力測驗，由低到高分別是：A1, A2, B1, B1+, B2, B2+。此外每個級別都還會再分班，我的級別是 b1+的 c 組。每一班的必修課老師就像是班導師，每週上課最多時數的課就是必修課，因此跟班導師的相處也最多，在和其他組別的同學聊天中，可以知道不僅是我的班導師，其他老師的教學都很認真，但是計分方式、作業、報告和考試，每位老師可以自己決定，而各個老師的做法都不同，唯有學期最後一週的考試，是學校統一的考卷，不同級別會有屬於該級別的考卷，換言之所有屬於 b1+級別的學生都是考同一份考卷，但是和 b1 級別的考卷就不同。

必修

我的老師比較注重在文法教學，老師自己印一本講義和練習題，每天都有作業讓我們練習，除了文法之外偶爾會有寫作的作業，每週也都有聽力練習。除此

之外，我的老師規定一個學期有三個報告、兩次大考，其中不包含學校統一的期末考。第一個報告可以自選內容、第二個則是挑一篇報章雜誌的文章導讀給同學們聽、第三個是團體報告，題目是與法國文化相關的任何主題，但是不能和同一母語的同學一組，因為老師希望我們用法文溝通。報告主題很多脫歐、安樂死、美國總統大選、吸毒室...。每次同學報告完，全班會針對主題進行討論至少半小時，同時會提出問題，有趣的是因為班上同學來自不同國家，因此可以聽到不同國家學生的見解，還有各國的狀況。

選修

我的選修課是三小時的法國歷史、兩小時的文學以及法國社會。我認為選修課相較必修課會更難一些，因為課程內容是我在輔大沒有學過的，不像必修課基本文法都有一定的概念。首先是歷史課，我個人非常喜歡歷史，但是在上課時其實有些吃力，因為過去學的世界史只是概略，而老師教的是比較詳細的法國歷史，從重要人物到重要事件，歐洲國家學生會比亞洲學生更了解。除了老師的講義，老師也會播放影片，用更生動的畫面讓我們熟悉講義內容。但是建議在上課之前要先自己查詢老師的主題，否則不了解老師主題的歷史背景，在上課時會很難跟上。老師考試分為兩部分，第一部分就是填空，重要的人物、時間、地點都要背，只要講義有讀熟，就不會有太大的問題。第二部分是閱讀文章然後回答問題，除了文章很難之外，文章裡也有些隱喻，要非常了解文章才有可能拿高分，非常困難。

接著是文學課，文學課相對歷史課輕鬆，因為我們只要讀文章，而不是複雜歷史脈絡，老師的講義裡面有很多不同的文章、詩和寓言，都是法國每個世紀重要的作者，還有著名的文章。我覺得文學課很有趣，上課時老師會導讀，也會反問我們文章裡的隱喻是什麼？或是文章裡的物品代表著什麼意象？除了片面上的意思，也可以深入的了解文章甚至是作者，我覺得這非常有趣。老師有兩次考試，考試不會太困難，只要讀熟文章還有瞭解文章意思，不會太難回答。

再來是社會課，老師的課程只有一次期末考和一個團體報告，報告的部分可以

自選主題，但在選主題時要和老師討論，老師會提出建議，也會否決不好的主題。通常第一個小時，是同學團體報告和大家討論的時間，第二個小時才會開始上課，老師上課沒有講義也沒有 ppt，對我來說這樣很困難，因為只用聽的，還是會漏掉老師的重點，但是期末考前一週，老師會發講義，期末考就是從講義裡面出題，所以只要熟讀講義，其實考試不會有太大的問題。

我覺得在法國可以學到很多生活用語，也會變得很勇於發問，亞洲學生相較於歐美學生害羞，但是當我們在課堂上大家都很勇於表達時，自己也會受到影響，有問題就會問老師或是同學，因為聽不懂時如果自己不問，也不會有人來再和你解釋。

二、研修學校（機構）概況與心得

選課系統

艾克斯馬賽大學的語言中心的老師都很好，也很願意回答學生的問題，學生和老師之間幾乎都會用 e-mail 溝通。sufle 的選課不像輔大，有網路的選課系統等等，除了必修課是學校已經測驗分配，其他的選修課都是人工選課，也就是第一堂課到教室上課，老師會發紙張下來，你確定要修這門課就簽名，只要你有在老師的名單內，就等於選好課了，非常的人工。

上課大樓、學生餐廳

上課大樓是新的建築，以前的教室是在市中心，新大樓則是離市中心距離 15 分鐘路程的地方，學校旁邊就有小超市和影印的，大樓裡面也有自動販賣機，上課肚子餓或是想喝熱飲都可以去投幣。學生餐廳共有三個，而且非常便宜，如果想省錢省時間的話，學生餐廳是很好的選擇。學期剛開始，學生餐廳可以用現金付款，但是之後都要用學生證儲值消費，如果不是學生證消費價錢會很貴。

宿舍

我是選 gazelles，雖然離市中心較遠，但是離學校比較近（也是要走 10~15 分），也可以搭 m2 公車。我選擇中間價位的房間，一個月大概 250 歐左右，我覺得房間一個人住剛剛好，不會太小，房間內也有自己的衛浴，廚房是每個樓層共用的，鍋碗瓢盆都得自己買，宿舍不會提供，棉被枕頭也都是自己買，只有床墊宿舍會提供，宿舍有租棉被枕頭的服務，但是依照個人習慣不同，可以自己決定要不要租。洗衣服不是每棟樓都有，只有在 pavillon 5 有洗衣間，所有宿舍的人都用那麼幾台洗衣機和烘衣機，所以每次洗衣服光是等待就花很久時間。房間內有東西壞了，可以去 accueil 報修，剛開始入住時，需要做房屋檢查（etat de lieu），就是清潔人員會來看房間的清潔度還有完好度，當要退宿時，會再做一次檢查，到時必須打掃乾淨，馬桶浴室都要清理，簡單說就是入住時有多

乾淨，退宿時就要多乾淨。切記牆壁不要黏掛鈎，否則拆下來漆掉了，宿舍會要求刷牆壁的錢，盡量連無痕掛鈎都不要黏，有同學掛了3m無痕掛鈎，漆還是掉了。退宿房屋檢查一做完就不能再住，必須把檢查單子和鑰匙一起繳回 accueil，而 wifi 帳號也會立即被註銷，所以離開的時間和退宿的時間要算清楚。

三、國外生活體驗與心得

交通

因為申根的關係，歐洲旅遊真的很方便，法國國鐵 sncf 有 tgv 和 ter，tgv 就像是高鐵，ter 就像是火車，在艾克斯 tgv 和 ter 的車站在不同的地方，ter 的車站在市中心就有，tgv 的車站則是要搭 40 號接駁車，搭到公車總站 gare de routiere 才能到艾克斯市區，單程票價是 4.3 歐。我們的交通幾乎都是搭 tgv，sncf 有青年證可以在任何 sncf 的櫃檯買，青年證會有很多優惠，有時也可以用便宜的價格買到頭等艙的位置。在交換期間我幾乎都是搭 tgv 為主，只有搭過一次飛機，若要比較鐵路和飛機的交通費，還是要看實際情況，但是法國境內的鐵路會比航空便宜。

不論搭什麼交通工具，自己的行李都要特別小心，tgv 的車廂裡頭、尾還有車廂中間才有行李架，如果攜帶大行李建議放在車廂中間的行李架，每一站停車都要確認自己的行李還在，千萬不要嫌麻煩，因為我們就遇上小偷把我們的大行李整個搬走，真的是欲哭無淚，總之在歐洲旅行千萬要小心。

飲食

法國的飲食價位都很高，自己煮一餐大約是在 3~5 歐，去餐廳吃至少是 10 歐起跳。水的部分，我都是開了水龍頭就直接喝，如果不放心，也可以去超市買濾水壺或是熱水壺。

每個星期二和六都有菜市場，比起超市菜市場的價格真的便宜很多，市區也有中華超市可以買到泡麵、麵條、河粉、柴米油鹽醬醋茶都有。但是艾克斯沒有麥當勞或是星巴克這種連鎖店，最近的家樂福也要搭公車轉兩趟非常麻煩，所以我只去過一次而已。平時都是在市中心的超市買需要的東西。

銀行

學校已經和 cic 銀行有合作，因此不用擔心銀行的問題，到銀行開戶時，銀行已經有我們的資料了，基本上只要簽名、交一些文件就可以，除了開戶之外，還有一個房屋保險也會在開戶當天一起辦。開戶後過幾天，銀行會通知要帶護照去領 carte bleue，並寄信給你卡的密碼，這張卡就像是金融卡，可以提款也可以刷卡，刷卡的金額就直接從帳戶裡扣款。cic 有自己的 app，可以登入看自己的支出款項。

電信

法國有很多的電信，最大家的就是 orange，但是價格也相對其他電信貴，我選擇的是 orange 的副牌 sosh，sosh 沒有門市，一切都是去官網申請，至於方案就看個人選擇了，我是一個月 19.99 歐，網路 5g，通話和簡訊免費，但是不包含法國以外的網路，因此我在法國以外的地方旅遊，都沒有網路可以使用。因為

宿舍和上課大樓都有 wifi 可以使用，所以 5g 是非常夠用的。至於在其他國家旅遊，就是旅遊行程前都要先查好，選擇青旅時，最好要注意自己的房間能不能連到 wifi，因為有些青旅雖然有 wifi，但是只有在一樓大廳或是接待處才有 wifi 能夠使用，非常不方便。

保險

除了學校的社會險，到學校再繳費之外，學校會要求我們在台灣有保險，因此我是投保申根的醫療險，英文保險證明在學校報到當天要繳交。

在法國，和銀行、保險、電信所簽的合約，只要合約到期，如果你沒有主動解約，就會視為你要續約，因此離開法國前解約的程序都要辦好。只要和你接洽的專員聯繫，他就會告訴你解約需要做什麼。而銀行關戶需要注意的是，到銀行關戶簽名的當天，他就會直接回收你的 *carte bleue*，到時你戶頭裡的錢也都無法再領出，因此關戶後需要用多少錢都要算清楚。帳戶裡剩下的錢，有的銀行會在所有關戶手續結束後，才匯到你台灣的戶頭。但是我的銀行是直接在我關戶當天就匯回我台灣的戶頭了，視各家銀行的情況而定。

我覺得在歐洲旅遊可以看到很多美景，也有很多美術館，對藝術有興趣的人，巴黎真的是天堂，18~26 歲有歐盟國家的學生簽證，大部分的美術館都是免費，包含羅浮宮、龐畢度中心...等，可以省下不少門票錢。針對法國南部的小鎮旅遊，艾克斯學校的佈告欄都會有海報，像是當地旅遊團租一台遊覽車，會有導遊帶旅客一起去南法的小鎮，價格很划算，包括里昂燈光節、峽谷、石頭城甚至是巴塞隆納三天兩夜的行程都有，旅遊時間多半都在假日。

在國外生活有很多不方便的事情，很多事情也都必須自己解決，生病更是非常痛苦的事，不像在台灣有人照顧，隨處都是診所可以看病。但是也可以成長不少，學習自己處理大小事，也可以看到不同於台灣的風景，出來之後才發現，自己過去的視野很狹隘。對於法文也不會再覺得是一個很遙遠的語言，因為每天都要使用，不論買東西或是生活上有問題，都要使用法文，所以也比較敢說，也能學到更多的生活用語。

四、照片分享

