

輔仁大學學生赴姐妹校交換研修心得報告

姓名	方瀟葳	撰寫日期	2024 年 2 月 1 日
院系所	外國語文學院 法文系		
研修學校	中文：那慕爾大學		
	英文：University of Namur		
研修系所 (課程)	Faculté de philosophie et lettres		
研修期間	自 2023 年 8 月 25 日至 2024 年 1 月 29 日止		

(以下為參考項目，請自行依個人狀況調整)

一、研修學習概況與心得

這學期我總共修了五堂課程，全部都是用法文授課，班上同學皆為比利時當地學生。只有其中一堂法語課是跟一起來交換的國際生一起上課。接下來我會詳細說明三個我特別推薦的課程。

1. FLE intermédiaires:

其實這堂課我原本沒有想要加入至課程清單，因為在開學前已經有進行兩周的法文課程再加上這裡的上課方式和台灣不同，擔心需要花費更多時間及心力來適應新的環境。後來系上負責老師在說明會中再次強調希望交換生都可以修這堂課程，除了一邊學習、精進法文能力，在課程中老師會介紹有關於比利時這個國家，還有那慕爾的所有資訊。在僅有十堂課中確實在法文會話、聽力方面有大幅成長許多，同時透過老師認識那慕爾的文化、食物、交通等等

✧ **為什麼推薦這堂課程：**認識不同國籍的學生(我的班上有來自日本,西班牙,墨西哥和義大利的同學)

✧ **課程特色：**這學期老師有安排博物館參觀、桌遊、國際交流餐會

2. Linguistique générale:

這學期總共有兩個語言學課可以選擇，我先去聽了另外一堂的課程大綱，由於在台灣我沒有接觸過任何語言學的領域所以對我來說課業有點太重(一個禮拜上課兩次，有小組及個人作業)老師上課沒有講義也沒有 PPT，完全是靠聽寫做筆記，整堂課上完筆記本根本沒有寫幾個字...

相反的這堂語言學上課時間只有短短的一小時，老師會把自己的簡報放在學習平台，這點真的大幅幫助外國學生更好的聽課。儘管上課時間不長，但我學到了非常多前所未有的知識!

✧ **為什麼推薦這堂課程：**小班制(包含我只有九個人)、老師上課教材都會放在學習平台

✧ **課程特色：**深入了解法語的構成背景、教室充滿書生氣息

3. Introduction au langage cinématographique:

用中文翻譯課程名稱就是：介紹電影語言。在課程中老師有準備關於電影中會使用的技巧講義(隱喻, 聲音, 鏡頭, 畫面等) 在每堂課教授也會給同學看各種不同的電影的小片段, 接著分析他在電影裏頭觀察到的細節, 接著詢問台下同學是否有不同的意見或是針對他所說的進行反饋。

這學期比較特別的是來修課的外國學生比以往的多。除了我之外還有另外四位跟我一起選這堂課程。老師給同學回家功課在最後一堂課中介紹給全班自己挑的一部台灣或日本的電影, 並且說明推薦原因。明顯看出當地學生真的很喜歡日本文化(尤其是宮崎駿 MIYASAKI, 眾所皆知的許多代表作品無遠弗屆)不只老師我也很喜歡那天的電影文化交流。前幾堂課看了很多法國電影的拍攝方式, 和亞洲電影有很多的不同點, 類型也不遑相同。

- ◇ **為什麼推薦這堂課程**：從電影界的最基礎開始學習、習得專有名詞、認識歐美電影
- ◇ **課程特色**：一周實體上課, 一周觀賞老師交代的電影、練習在課堂中表達個人對電影的想法和意見

二、研修學校(機構)概況與心得

那慕爾這座城市是瓦隆區的首都, 雖然說是首都但位於這裡的大學卻鮮少人知。不像魯汶或是列日的大學常聽到。在我來之前只有一位學長/姐在這裡交換, 由於他不幸碰到疫情嚴峻的關係, 學校的介紹內容和交換心得就相對有限。再次踏進這片土地的我, 在這趟旅程中有非常多美好的事物和你們分享

開學前兩周的融入期：這點真的非常有幫助, 對於交換生也非常重要。在兩周的行程學校有安排法文等級課程讓初學者有基本的知識、讓已學過者溫故知新。此外還有各種不同的活動：像是參觀丁丁博物館、電影日、瓦隆區節日、纜車一日遊等等, 在所有過程中有許多的機會認識身邊同樣來自不同國家的朋友們(練習說外語的能力也不可少) 剛開始到人生地不熟的地方很難從自己開始主動交朋友, 學校精心策畫的兩周精彩活動(還全部免費!!) 讓交換生在開學前就已經適應許多了。

Arsenal 學餐：在歐洲國家吃外食不能當日常行為, 絕對比自己買食材在家裡煮還要划不來, 這僅限於街道上的餐廳。有學餐這個頭銜一定有他獲得的重要原因：價格親民、食物份量大, 在結帳的時候只有秀出學生證(各位一定要記得去圖書館領! 對方只會傳一封簡訊, 之後就不關他的事情了) 馬上就會便宜兩歐。有時候 Arsenal 還會推出特別季, 我這學期有吃到聖誕餐點(包含前菜、主食及飯後甜點的部分) 價格完全是前所未有的便宜, 食物美味程度也在水準以上。下了課如果馬上又有另一堂課要趕, 很推薦大家來這裡解決午餐。

學伴 Buddy program：學校在開學幾個禮拜後會邀請幾位當地學生來給我們認識, 但這要看各系代表人的安排, 像是經濟學系就沒有這個環節。分配的方式是依照各自的選擇課程來決定夥伴, 例如有些同學有上義大利文學, 雖然開課名稱

不同，但性質相近就會成為一組。這也讓彼此一開始的話題可以從課業開始，學習的內容多少有相似的部分可以請教這裡的學生。

IH 組織：這是接待交換生最主要的青年團隊，負責解決所有疑難雜症(學校事務、房屋租金、活動安排以及美食推薦) 交換之前他們會開始著手創立群組，需要幫忙時在裡面求救絕對能找到援手。

透過 IH 還有一個重要元素可以從中獲得：快速融入這裡的文化。例如 DJ 駐唱狂歡夜、啤酒節、薯條和鬆餅吃到飽。

簡而言之他們是一群非常有活力的年輕人多虧有學校創立這個的協會 我在這裡適應得十分良好且遇到的困難也減少許多。

往返機場 taxi：一開始抵達學校並沒有派車來機場接我，我只好自己 call Uber 搭車去宿舍。第一個最不好的點就是價格非常昂貴，但其他選擇對於有兩個巨大行李箱的我更不可能：搭乘公車跟火車。

交換結束後我有詢問學校是否可以安排車子，後來還是被拒絕了。但這次得到了學校簽訂的私人 taxi 聯絡資訊，價錢不僅相對便宜也比較安全。司機說他是專門接送那慕爾學生往返機場，學校派車都是和他聯絡的，雙方是長期的合作關係。司機是位非常親切、負責任的人，我回程的那天剛好碰到農民示威，前天晚上他查詢完路況特別傳訊息和我提早約定時間，深怕路上塞車或是道路被封住的情況。一路上他非常熱情地跟我分享許多事情(先生英文非常好不用擔心)抵達機場後他幫我推著行李直到登機的地方才離開，真的從頭到尾都十分認真盡責!!

三、生活體驗與心得

交換最重要的就是入境隨俗。出國旅遊也是一樣的道理，這樣才能玩得更盡興。但交換時間相對較長一點，所以一個人在外隨時要保持心胸開闊去接受各國的許多差異。

比利時最具代表性的就是啤酒、薯條、鬆餅。剛開始踏出那慕爾造訪第一個周邊城市就是布魯塞爾。不像在台灣食物選擇琳瑯滿目：地瓜球、珍珠奶茶、牛排、芋頭餅等，這裡的食物變化沒有那麼豐富，再加上每一餐的消費都不便宜，通常我的習慣是中餐吃的最豐盛，之後可能就簡單吃個沙拉或是蛋白質食品來解決早餐跟晚餐。

火車誤點很正常：SNCB 是比利時境內的火車應用程式，在平台上除了可以隨時查詢火車時刻之外，還可以購買專屬學生優惠的十次火車票，比照在站內購買還要省了不少錢呢！只要目的地在比利時境內都可以使用，一天可以規劃四五個城市一次遊玩。

昨天查詢好幾點在哪個月台搭車，隔天很有可能會不一樣。甚至在班次來的前幾分鐘突然更改月台，常有乘客用最快速度奔跑的景象。雖然這樣無預警地變來變去很不方便，但這可能也造就了大家等車都不會低頭滑手機吧！

星期六市集：非常幸運在那慕爾這個瓦隆區的首都在每個星期六都會有規模龐大的市集，地點就在我居住的 main house 一出來的整條街上。這是個省錢的最佳

時機，有些食材跟超市的價格沒有太大的不同，如果是水果或麵包的話不用擔心想買多少就多少，最好直接買足一個禮拜的份量。肉類還有起司非常新鮮、品質也很好。偶爾假日早起去逛個市集學習如何用法文買東西，還可以同時了解這裡的居民都吃些什麼樣的食物。在這裡我總會發現一些新鮮的事物，攤販的熱情讓我感受到無比的溫暖。

陰晴不定的天氣：歐洲國家下雨是常見的天氣。和台灣不同的是就算雨下得在大大家也不會開啟手中的雨傘，主要是因為雨並不是直直地落下而是伴隨著強風，就算使用雨傘還是全身濕透而且還頻頻不斷的雨傘開花。全球暖化日益嚴重的關係這裡已經不常見到雪了，我幸運在這裡碰到兩次下雪，還是非常清晰可見的強雪。當然浪漫之餘要注意身體保暖和皮膚保養，冬天氣溫還是會下降到零度以下的。

二手衣服&書籍商店：那慕爾有五六家二手衣服店，當然也有其他台灣見過的衣服品牌：CA、ZARA、H&M。我自己不會花太多的錢在衣服上所以幾乎都是在二手店購買需要的衣物。裡面都是使用過的衣服、褲子、帽子、裙子等等，店家在收到時都會做二次檢查所以整體不會太劣質，仔細翻找會發現價格真的非常便宜又適合自己大小的衣服。我蠻贊同這樣回收再利用的想法，畢竟某人不再需要的東西對另外一個人來說反而有不同的用處。

治安在水準以上：那慕爾不像布魯塞爾或是巴黎這麼大，小城市的好處就是簡單不複雜，商店幾乎用步行就可以抵達。歐洲街道上蠻常有偷竊或是乞討的人突然出現，那慕爾相對較少一點(但如果是晚上出門自己還是要注意安全)。

四、照片分享



