

# 交換心得報告

企四 A 03153120 蕭宇辰

## 一、關於 EDC Paris Business School

EDC Paris Business School 座落於巴黎市中心與市郊的交界處，然而地點是我選擇交換學校的主要因素。若有意願前往其他國家或城市旅遊的話，在一個交通便利的國際都市，於時間及金錢上有相對的優勢。另外，自身主修為企業管理學系，對於歐洲商管教學系統亦有一定的嚮往。此校給我的感覺比較像是台灣的五專學校，對於實作課程重視度較高。EDC Paris Business School 校區不大（比城中校區還小），僅有一棟主建築。有學生餐廳，但以冷食居多，像是法棍三明治之類的；也有電腦使用區域，可以無限影印、列印文件，無需另外繳費，若有出外旅行計畫需要印明細或票券非常方便。其他教室散落於附近建築的一樓或地下室。



圖說：EDC Paris Business School 門口

## 二、修讀課程介紹

依據學校抵免制度，歐洲三學分抵免台灣一學分，因此我也就索性不選太多課程，畢竟我在台灣所需要的學分已足夠，也希望此次出來能多在歐洲走動。我所選擇的課程分別為銷售談判、法文以及托福準備課程，共三門課 11 學分。

### （一）銷售談判

銷售談判老師是一位約五十幾歲的業界老師，在歐洲有跨國的商業經驗，講英文的法文口音不會太重，對於我來說不會太吃力。上課時不會有過多的理論，即帶入自己統整出的談判步驟，並輔以實例闡述。在課堂上亦常有小組談判演練，那時初來乍到還沒能完全適應英文口說，就要馬上進入小組討論而且還是談判，到現在還能依稀記得跟我同組的法國同學輸掉談判的無奈眼神。

這堂課沒有期中考，只有期末團體報告，雖說是團體報告，我也是到了開學第三個禮拜去上課才發現是這門課的最後一堂課，老師當場分組、給題目（關於一個公司要舉辦一個慶功派對，我們將負責承辦，要藉由問問題找出顧客需求），讓我們討論二十分鐘後，團體面試，課程結束。

### （二）法文

法文課在第一堂課時會進行紙筆測驗以及口說面試。我曾經有在台灣的法國文化協會上過三期課程，因此有基礎的法文能力。記得我在口說時，全程用有限的法文單字和句型盡力回答老師的問題，最後獲得老師稱讚短期學法文可以有如此表現已經很好了，但最後還是在法文基礎班。

在法文基礎班又分為完全基礎以及基礎兩群學生，完全基礎指的是完全沒有接觸過法文，基礎即是有接觸過法文的學生。班上有芬蘭、德國、義大利、厄瓜多、中國等國家的交換生，有些交換生已經有相當程度的法文能力。我的程度介於兩者之間，我仍是選擇完全基礎，因為自認自己的基礎功不夠扎實。

上課時，老師能以英文進行法文教學（聽說上一學期另一位老師不會說英文全程用法文教法文），她也知道歐洲語言系統對於亞洲學生而言會

有較多困難點，會比較照顧我們，有問題問她也都會不厭其煩地解釋給我們聽。課程進度比較適合有一點基礎的學生，對於完全沒學過的人要跟上進度有點吃力。

老師也經常在課程尾端出作業讓我們回家複習，並於下一堂課進行小測驗作為學期評分依據之一。期末部分分為紙筆測驗以及口說，紙筆測驗主要是填空題跟文法、動詞變化等，口說可以先行準備一段一分鐘左右的自我介紹，只要用老師上課所教的名詞、句型及動詞造句即可。

### (三) 托福準備課程

我去交換時已是第二學期，這堂課是全學年的課，我算是中途加入。主要就是在上托福相關的題型以及口說訓練。上課氣氛輕鬆，甚至有一堂課老師要我們交自己的英文履歷給她看，老師也是自己創業可以幫忙看寫作的方式以及排版，還會要求每個人加入 LinkedIn 當場寫簡短的自我介紹給她修改。這是交換期間我比較喜歡的課程，不只在英語能力有所提升，還能接觸到他們在寫履歷上的思緒及方法，上課時老師也會不時談論到國際事務、職場情況，我認為這些都是我在東吳比較少見的上課方式。

## 三、生活及住宿環境介紹

### (一) 住宿

在住宿部分，EDC Paris Business School 並沒有提供宿舍，需要自己到外面找一般租屋。我自己是不想要有一般租約、找仲介等等比較麻煩的手續加上又是比較不熟悉的法文自己覺得比較不保險。我在台灣時就有先聯絡已經在那裡交換的同學，詢問她有關住宿區域的建議（巴黎居住區域安全性很重要！！）。我就大概依照她所住的區域去 Airbnb 找房源。因為我比較注重於找便宜租金的房源，所以我一開始就決定排除小巴黎區域的房源，以時間換取金錢。有其他交換生比較注重要在市中心的房子，覺得比較方便，但一個月房租約要 36,000 台幣不含水電。最後我租到大巴黎西邊一個叫做 Colombes 的小鎮並接近學校的房子，一個月 22,000 台幣包水包電，那裡主要是住宅區，附近有火車站，進到市中心約 15 分鐘，每十分鐘一班；到學校要先搭公車再轉地上輕軌約要 40 分鐘。

我是租一家法國人家裡的一間房間，他們的小孩長大結婚搬出去有多的房間就拿來出租。我可以使用他們的廚房設備、洗衣設備等等，並在自己的房間有衛浴設備。不過，缺點就是每天抬頭不見低頭見，法國人也有比較愛抱怨的毛病，人在屋簷下不得不低頭有感。我可能比較早出門或是穿夾角拖走木地板，他們就會跟我抱怨太吵。自己也會想說已經住在別人家裡盡量不要去打擾他們的一般生活，但房東有天語重心長地跟我說，我都不太跟他們互動他覺得很奇怪……。



圖說：住處一隅

## (二) 飲食

在巴黎認真的吃一頓法餐約要 30 歐（1,000 台幣）起跳，因此我盡量能自己煮時就自己煮。在外面吃的話也是以亞洲食物為主，一餐拉麵或炒飯最便宜可以壓到 10 歐（360 台幣）左右。大約隔一兩個禮拜會去亞洲超市購買糧食，以泰國米、台南關廟麵為主食，菜的話會看家樂福當天有什麼菜打折就買什麼。覺得自己四個多月來進步最多的是廚藝。人在異地總會想念家鄉菜，靠著記憶做出家鄉菜的感動無法言喻。我曾做過番茄炒蛋、蔥蛋，有時會加入當地食材。像是法國的紅酒比水還便宜，我就曾把喝剩下的紅酒拿來醃豬排，加上醬油、蒜、鹽、辣椒等等佐料，自己覺得還蠻成功的一道菜。



圖說：在巴黎長期住宿時自己煮的食物



圖說：上方及左下為當地傳統市場景象；右下為我在 FB 巴黎留學生社團上以十歐元購買的三人份大同電鍋

#### 四、交換學校輔導機制

接待的學生社團有 Buddy Program，但有時也要看那個 Buddy 有沒有想來認親或是雙方氣場合不合。我一開始去看到其他認識的交換生都有配到 Buddy，但我始終沒有人來認親，最後其實就是找與自己氣場比較合聊得來的當地學生詢問學校相關事宜。

#### 五、交換學校安排了哪些活動和景點參訪

在完成對方學校申請交換學生手續後，EDC Paris Business School 的接待交換學生社團會將大家加入 Facebook, Whatsapp 等社群軟體群組以便他們接待。在我們第一天上課時也是由他們負責校園導覽，並帶我們去遊覽聖母院教堂。之後也組織參觀科學館、打保齡球、酒吧聚會等等活動。一般亞洲學生比較難打入歐美圈可以多多參與這些活動製造與大家相處的機會。



圖說：剛開學沒多久，學生社團所組織的打保齡球活動合照



圖說：與較為熟識的交換生朋友合照，右起依序來自中國、芬蘭、中國、香港（巴基斯坦裔）



## 六、個人行程規劃

### (一) 校外活動

在開學沒多久後，有一位中國學生提議要去吃四川烤魚。廣邀很多交換生一起，除了台灣跟中國的學生外，包括了奧地利、芬蘭、義大利等地的交換生都有去。



圖說：左起依序為台灣、芬蘭、芬蘭、奧地利、芬蘭、中國、我、中國、義大利以及芬蘭的交換生



### 在巴黎過年圍爐

我出國交換的時間正好會在巴黎過年，有幸認識一同在巴黎交換的各校學生。我們在一家自助火鍋吃到飽店一起圍爐，店家還提供附有 KTV 的包廂。當天我們從六七點歡唱到十一、十二點。



圖說：為壽星交換生慶生，在一家巴黎有名的班尼迪克蛋餐廳用餐

## 巴黎時裝周 (Paris Fashion Week)



巴黎是一座時尚之都，連平常走在路上的路人都穿得像在走時裝周。我的興趣之一是攝影，所以時裝週對我而言是一個練習拍攝人像的好機會。時裝周真的到來時，我只看到巴黎時裝協會公布的各大品牌走秀的時間表，卻不公布他們的地點。最先遇到的會是Christian Dior，我先找了歷年新聞寫它在哪些場所舉辦，我找到了去年的地點立馬坐地鐵過去。從地鐵一上來就知道我找對地方了，因為路上塞滿名人坐的黑頭車以及比我的相機高級百萬倍的大砲。只要一個穿著亮眼的人走過去，不管認不認識、有冇有名先狂按快門再說。我跟著大夥不斷穿梭在進秀場前的必經之地，這些經驗老道的攝影師們會要求那些模特擺出他們想要的姿勢，模特們也習以為常

的展現出自信。在同樣的道路上來回走動，讓眾多攝影師抓拍到所謂自然的瞬間。

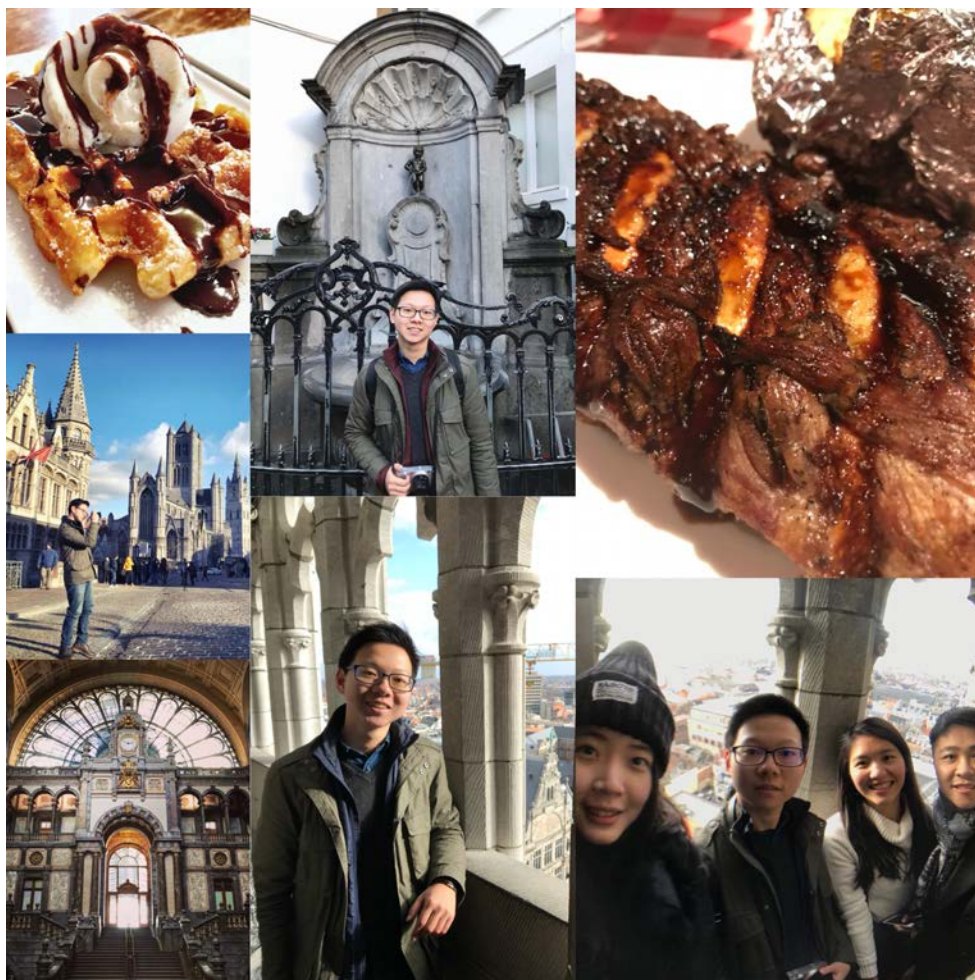
我之後跟朋友們約了一天在路上漫無目的的尋找秀場的所在地，一整個早上都在巴黎亂跑卻沒有找到。下午我們跑到最多可以舉辦時裝秀的場地區域亂晃，突然有人群出現，被我們找到一場秀，趕快當場找人問下一場秀的地點資訊，幸好遇到的人都很好願意透露。晚上我們遇到一位 FB 巴黎時裝週資訊社團的管理員他讓我們加入，一次得到所有秀場資訊。



其實在拍西方人我真的沒有認識的，但亞洲明星就在我的守備範圍內，包括蕭敬騰、安心亞、楊丞琳、高畑充希、殷悅、范冰冰、馬思純等等。有些西方人還會用不標準的中文喊者「冰冰、冰冰我愛你」，在當場跟朋友相視而笑。

## (二) 旅遊行程

### 1. 比利時 (2018.02.02-2018.02.05)



比利時與法國相鄰，長途巴士大約只要四至五個小時即可到達。我與另外三個台灣交換生於連假時相約至比利時旅遊。比利時境內火車有提供青年旅遊優惠十次券，可多人共用，非常方便省錢。

第一站先來到布魯塞爾 (Brussels)，歐洲議會所在地，遊歷後發現其實這就是個政治中心城市，最有名景點就是尿尿小童，旅遊景點非常密集，半天即可走完行程。但當地有名的比利時鬆餅、豬排吃到跑 (要先預約) 還是彌補了心靈缺憾。

之後兩天分別在不同城市根特及布魯日旅遊，兩個城市的房屋建築都很有特色。相較於其他熱鬧城市，這兩個城市較為靜謐，給人很舒服的感覺。也碰巧遇上比利時當地啤酒節，一行人進到展區帳篷小酌了幾

杯。最後一天原本規劃要前往盧森堡，最後沒趕上火車，我們改變行程前往比利時第二大城安特衛普。安特衛普最大特色就是他的車站（圖中左下角）。在街上隨便亂晃後下午回到布魯塞爾大巴士回到巴黎。

## 2. 德國慕尼黑（2018.02.16-2018.02.23）



還記得在要出發前往德國前一晚我將房間裡剩下的紅酒一次灌完，隔天睡超過預計起床時間，整路狂奔找一個從沒去過的巴黎東站，路上找法國人問路就是一副高傲態勢，聽都不想聽揮揮手就走掉了。幸好在最後兩分鐘左右趕到車站才沒有放旅伴鴿子。

在火車上有一位法國婦人主動找我們攀談，但是我的法文沒有很好，旅伴更是沒接觸過法文，我只能硬著頭皮上，還好我之前在台灣上法文就是全程都是法文上課，即使大部分都聽不懂但還是可以從神情、動作判斷出六七分他想表達的意思。大概是說她的腰部受傷過或是不舒服需

要我們幫忙他把行李在下車時搬下火車，我用簡單的法文回答他說好（Oui）。在那一刻體會到，學語言不就是為了與人溝通，即使還在初學階段靠著有限的詞彙加上表情、動作，完成溝通這個程序，最後達到目的。

第二天前往國王湖，當時還是冬天，當地氣溫幾乎都在零下十度左右。身上最裡層穿了 Uniqlo 發熱衣、襯衫、毛衣，外面是輕羽絨外套再加上毛絨大衣，在國王湖冷風吹來時，鼻涕直流，照相拍出來的臉就是整個凍僵。（參考圖左上角畫面）

第三天搭纜車前往楚格峰，山頂氣溫約只有零下二十度，白雪不斷打在臉上，冷氣直入鞋底，腳一冷了全身都快受不了只能在原地不斷跳動，但仍有許多人拿著滑雪板前往山上滑雪，我們就在雪地裡強忍寒風拍出偽時尚照。晚上回到青旅，遇到一位台灣姊姊，他有學過多年德文自己到德國旅行。

第四天前往有名的新天鵝堡，台灣姊姊的行程跟我們雷同也就跟我們一起行動。我跟旅伴用手機軟體購買行程套票（包含火車及到新天鵝堡下小鎮 Fussen 的公車），但搭上前往小鎮的公車後，那位姊姊是分開購票，我們本來建議她去問是否用火車票就可以搭乘，但她問了之後那個司機反而叫我跟旅伴要多付這段公車費。我們就在下車前跟司機僵持了十幾分鐘，司機還打回公司確認規定，依然堅持我們要另外付。我們拿出車票收據上面寫「此車票包含路程上所有公共交通工具的費用」給他看，台灣姊姊也用德文跟他解釋到後來有點生氣，她可能覺得不小心連累到我們。最後司機也抵不過三個人輪流用英文、德文跟他吵就放我們下車。順利到達新天鵝堡，給力的旅伴有先上網預約不用現場排隊，爬一段小山路即可到達。

後面幾天分別去羅騰堡、紐倫堡，最後回到慕尼黑搭火車回到巴黎。

### 3. 南法尼斯、坎城及摩納哥（2018.03.01-2018.03.04）

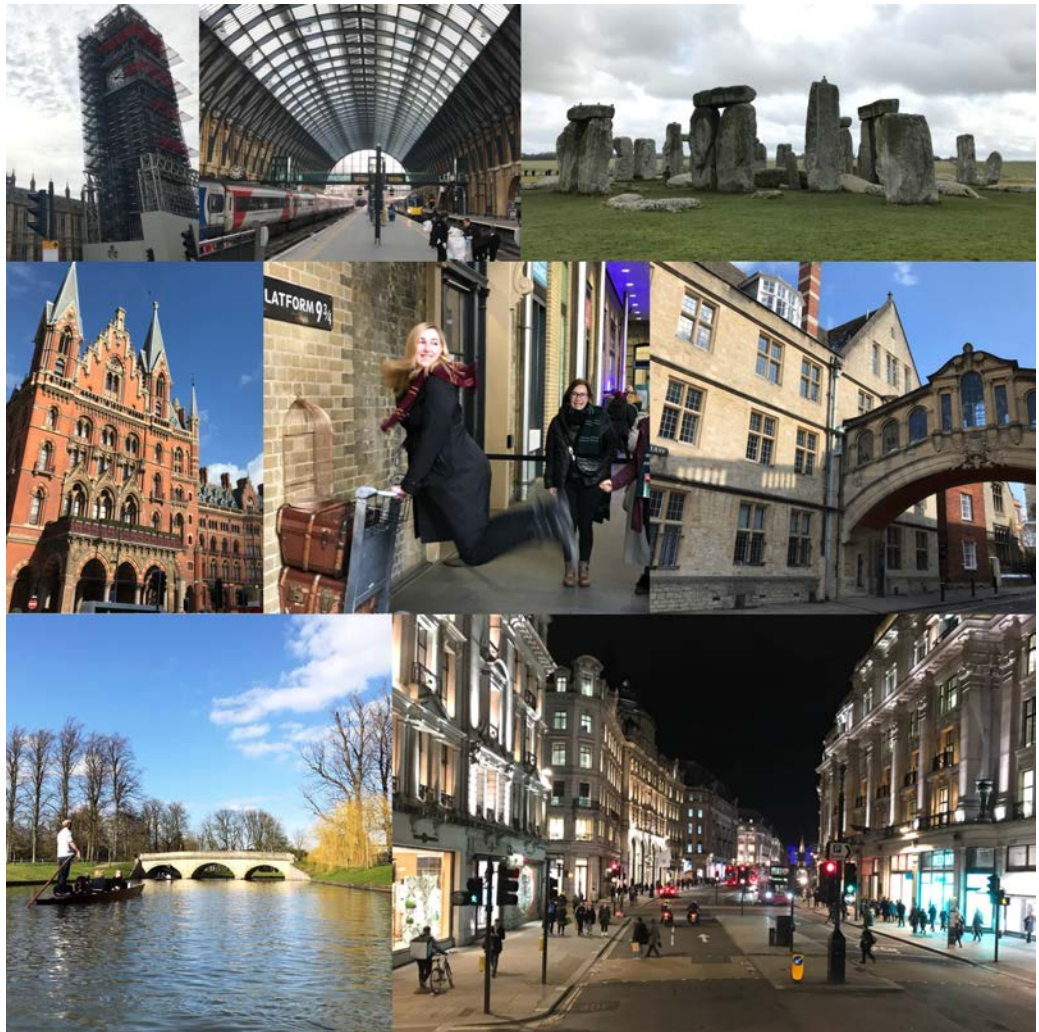


三月是尼斯嘉年華，也是我來到尼斯的最大目標。從巴黎飛到尼斯已是半夜，進到青旅洗完澡立馬就睡了。隔天一早出門外面下著大雨，找了個店吃早餐順便躲雨，到了十點十一點雨停了，天氣突然放晴，太陽灑落。往尼斯的海邊走，雖然未到夏天，景象仍比不上夏天時的蔚藍海岸，走在英國人散步大道上享受冬陽。尼斯嘉年華最後一天買票入場觀看遊行，其實有點像元宵燈會，只是他們找了當地居民作為遊行的工作人員，然後會邀請舞蹈表演者表演。

後來也有去以賭場、跑車著稱的小國摩納哥，但當時沒有 F1 賽季，路上有點無趣，玩個半天也就差不多回程了。最後一天去坎城，但是沒有影展時真的什麼都沒有，天氣也都不佳，到點就上火車回巴黎了。



#### 4. 英國 (2018.03.13-2018.03.19)



我從巴黎搭八小時的夜車，早上七八點抵達英國倫敦。先回到青旅放行李後，在十點前抵達白金漢宮觀看衛兵交接儀式。之後前往倫敦其他著名景點大笨鐘、西敏寺、倫敦眼等等。雖說倫敦經常下雨，但我去的那些天天氣都還算不錯，尤其有一天我坐火車到劍橋大學就是大晴天，整個校園及人士所散發出來的氣氛令人嚮往。

期間自己參觀巨石陣、國王車站內的九又四分之三月台、劍橋大學、牛津大學、攝政大街、大英博物館、近郊皇室住所溫莎堡等等。

## 5. 瑞典、丹麥 (2018.03.30-2018.04.08)



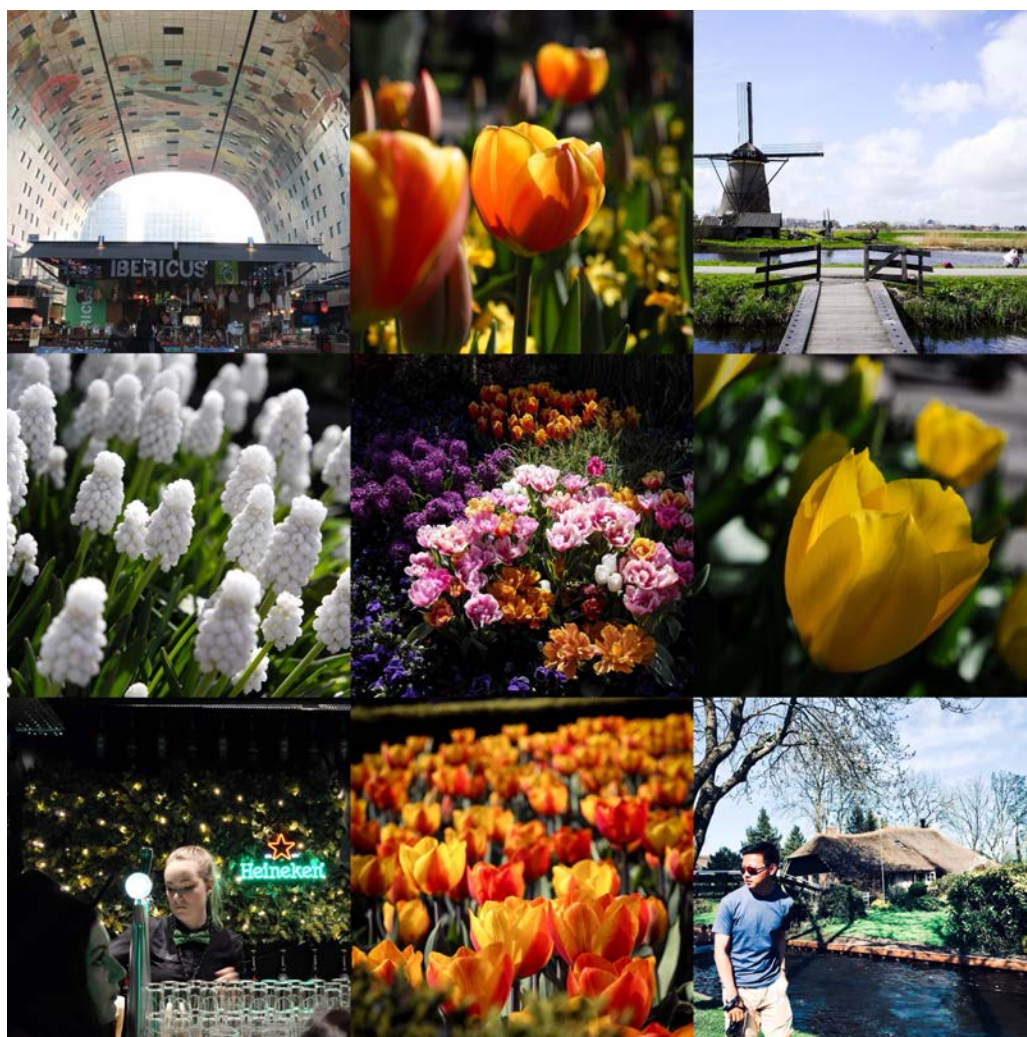
當初會決定前往北歐的原因是來回機票便宜，去斯德哥爾摩的機票只要 80 幾歐元（三千多台幣），而回程從哥本哈根飛只要一千五台幣左右。但有趣的是，我要出發那天早上在火車上接到通知說我那班飛機取消了幫我改到下午的班次，一開始覺得非常莫名，之後上網查歐盟對於取消班機的規定發現班機飛緊急事件而取消並且讓我延遲四小時抵達目的地加上飛行距離，我可以要求航空公司賠償我 400 歐元。一開始去跟服務櫃檯問，他們堅持沒有另外賠償，只有當場發八歐元餐券。我玩回來後，向航空公司網站申請賠償，三週內就回覆，沒多久前就入帳了，算是一個蠻特別的經驗。

斯德哥爾摩這個城市的氛圍我還蠻喜歡的，北歐人雖然外表不會表現得很熱情，但其實人都很好、很友善，只要有問題問他們大多數人也

是不吝賜教。在法國及西歐其他地方待久，一到瑞典機場就看到一家 7-11，真的令人感到非常欣慰，但北歐物價貴到嚇死人，在便利商店還是要精打細算。

哥本哈根最著名的就是安徒生的童話故事，但找到美人魚後令人失望，因為就只是個小小的雕像，每個遊客經過雖然還是會象徵性地拍一下照但都不會停留太久。

#### 6. 荷蘭 (2018.04.15-2018.04.23)



去荷蘭的大重點就是鬱金香花季，所以之前幾個月就一直忍著等到四月底才出發前往荷蘭。第一站先坐八小時巴士到達鹿特丹，當地有相當多獨特建築，非常有新意。許多台灣人會去的小孩堤防在網路上有賣交通套票，比分開買的價格優惠許多。

之後即前往阿姆斯特丹，買了四十八小時城市旅遊卡，省去許多交通上的麻煩。去庫肯霍夫花園（Keukenhof）時人不算爆炸多，另一位同學晚我幾天去在機場接駁車站排隊就要繞機場半圈了。整個花園設置真的蠻厲害的，花海的感覺有出來。之後還去參觀海尼根博物館，票價含三杯啤酒進去邊參觀一邊喝，最後還有一站可以挑戰倒啤酒。但著名的羊角村個人是覺得還好，就是去走走而已。

阿姆斯特丹四周都是運河，每走一段路就會走到一座橋。著名的紅燈區就在運河旁，下午人潮就開始多了但大部分都是觀光客，真的是一個櫥窗一個櫥窗，站在櫥窗內的人年齡層有點廣泛，從二十歲到四五十歲的都有。

## 7. 西班牙、葡萄牙（2018.04.30-2018.05.14）



兩牙是我回台前最後一段旅程，我只訂好交通、住宿就出發了，因為交通時間多，在路上再用手機查詢一下旅遊資訊，其他的也就不想想太多，就當是很放鬆的度假，漫無目的的走在路上也是一種享受。

馬德里能參觀的點比較少，但伊比利半島的物價真的便宜許多，住宿一晚最便宜可以到五百塊台幣。也因為這段旅程只有我自己，不用管什麼行程，我可以買一罐波爾圖當地啤酒坐在河畔一個小時，就單純只是看風景，自己去參觀酒莊、吃蛋塔，吃人氣早午餐店也可以直接入座。

大略的把伊比利半島繞了一圈從馬德里開始沿路停留波爾圖、里斯本、塞維亞、巴塞隆納。巴塞隆納是我認為這幾個城市裡面蠻喜歡城市，有點像台北市復興南路街道的感覺，但是較為清靜給人一種舒服感。城市中不乏建築大師高第的作品，都很值得參訪。

## 七、個人感想

一學期的畢業旅行結束了，原本以為會在歐洲耍廢五個多月，結果是耍廢四個半月。其實生活無非是洗衣、煮飯、洗澡、睡覺（好像沒有讀書），只是搬到地球的另一端，體驗生活。

一個人要將所有雜事安排好，因為我只有我自己，沒有人可以替我決定今天吃什麼、什麼時候要洗衣服、要去哪裡旅行。也沒有人會提醒我什麼時候的飛機、火車、巴士，但又同時慶幸著自己有能力掌控一切。如同大學畢業後的路，沒人替我決定，希望自己也能慶幸於自己所選擇的路。

我不太會交際、不太會開話題、不太會主動找朋友。一個人旅行、吃飯，人生不就是一個人來，一個人走。獨處時，好像才能真正認識自己，不用顧慮他人的想法，想吃法式、中式、日式、美式、西班牙式，自由選擇。

旅行中體驗飢寒交迫，因為大多數時間很可能都花費在交通工具上，並且會切到用餐時間，所以飲食有可能不那麼正常，久了也就漸漸習慣了。有時一天就吃個早午餐跟晚餐。

旅行中體驗人情冷暖，出門在外尤其是亞洲面孔在歐洲，不需要期待別人給好臉色，自己也不須感到自卑或驕傲。做自己，但需要伴隨著些許強悍，有強烈要求讓他們感受到，他們才比較有意願為我們解決問題。英文口音也不是問題，他們口音也沒多好，主要是要能表達清楚即可。有時還是會遇到歧視的問題，遇過印度裔英國店員還我護照時用丟的，西班牙路上遇到三個小朋友朝我丟樹枝嘴裡唸著”China, China, China”。

旅遊後期似乎不為了什麼名勝古蹟，享受走在異國街道上，每個人努力的用自己的方式生活著，看到國內外的優缺點，也看到自己身上的優缺點。