

## 107 學年度 法國卡昂大學交換心得



薦送學校：國立臺灣海洋大學

薦送系所年級：運輸科學所碩一

中文姓名：邱惠汶

研修國家：法國

研修學校：卡昂大學

影片名：法國卡昂大學交換心得影片 約 3 分 20 秒

## 一、緣起

大學快畢業的時候，才開始對交換學生感興趣，但那時候已經要畢業了，也沒辦法提出申請，後來因緣際會下，來到海大，我知道這可能是我可以去交換學生的最後機會了，一定要好好把握住，最後經過一番努力與準備，終於實現我的交換夢。

## 二、研修學校簡介

卡昂大學是一所很典型的法國學校，基本上大學部的課程都是法文授課，只有少部分的碩士課程有英文授課，這邊的交換生也大多以法文進行交談。這所學校總共有五個校區分布於 **Caen**，其中，校園一最大，是大學生主要上課的地點，而其他四個校園則較小，通常供研究所以上的同學作為教學地點。



## 三、國外研修之課程學習(課內)

我交換的系所是 **MASTER MANAGEMENT ET COMMERCE INTERNATIONAL PARCOURS FRANCO-AMÉRICAIN**，這個科系有點像企業管理系，但專精於歐洲與美國的企業，這個系所的學生除了在法國上課外，之後也會有一學期在美國上課，也因此它們系所才有開英語授課。系上學生來自不同的國家，母語多為法文，但他們英文也說得很好，對交換學生也很友善。碩士班課程時間和台灣很不一樣，系辦會給學生一張這學期的課程表，可是一門課不一定會固定在星期一上課，是會變來變去的，很可能你這禮拜一上半天，下禮拜就變成禮拜四上一整天，所以你必須仔細確認每星期的上課時間。另外，比較特別的是，教授們都記得班上同學的名字，在台灣可能是有特別表現的學生才會被記得，但在這裡，老師會特別一個個記起來。我修了三門課，分別為履歷與推薦信、組織行為、和初級法文。

### 履歷與推薦信

這門課是教大家如何去面試並獲得工作機會，會兩三個人一組用角色扮演的方  
式模擬面試的過程，並且也要求大家一定要實際寫出自己的履歷和推薦信，是  
一門很實用的課程，老師曾經在大企業擔任人力主管，這點和台灣的老師相  
同，但教學上比較生動有趣，常常帶來一些道具讓大家進行小遊戲。

### 組織行為與變革

這門課由兩位老師共同教授，一位負責前半段，一位負責後半段，課程內容較  
為沉悶，多為 PPT 教學，是一個比較偏理論的課程，期末作業是要分析一家美  
國企業的組織架構與組織變革的流程。

### 初級法文

這門課雖然是從零開始上，一周上三次，每次兩小時，可是課程進度很快，所  
以自己真的要多多練習才能跟上，班上同學也大多有一定基礎，所以剛開始的  
時候蠻有挫折的，但努力以後還是可以跟上進度，且老師人都很好，上課問問  
題都會顧慮到班上每個同學的程度，讓你至少可以回答得出來，也時常有小道  
具或小遊戲來幫助大家學習。



## 四、國外研修之生活學習(課外)

### 食

法國的餐廳價位大概是台灣餐廳的兩倍以上，就連在超市的蔬菜水果也是台灣  
價格的 1.5 倍以上，所以通常都是自己在宿舍的公共廚房煮飯，如果懶得煮的  
話，也可以去學校餐廳吃飯。學餐採取自助式，以點計費，一點為 0.6 歐，學  
生六點內算 3.25 歐，若超出六點，則以一點 0.6 歐計，相較於去餐廳吃飯，學  
生餐廳絕對是窮學生的首選，主菜提供比薩、魚、雞、牛排和豬可選，還有各  
種甜點、沙拉和起司，冬天也會提供熱蔬菜濃湯，但價格跟在台灣餐廳吃飯差  
不多，所以可以很放心地滿足自己想吃的慾望。學校也有間咖啡廳提供早鳥套  
餐，一塊麵包+一杯飲品只要一歐，但僅限早上 7 點半到 8 點半，是一個早起的  
動力。



## 住

法國大學和宿舍是不同的體系，法國宿舍機構名字是 **Crous**，這邊的櫃台人員通常會有兩個，其中一個會說英文也很友善，雖然櫃台每天 24 小時都會有人在，但只有周一到週五正常的上班時間才會有真正的行政人員，其他時候都是這個學校的學生來兼任，所以要辦理離速手續時須特別注意要在行政人員有上班的時候辦理。**Crous** 在卡昂大學有很多棟宿舍，我被安排到 H 樓，雖然是單人間，但這棟樓是專門給交換學生住的宿舍，所以可以認識很多不同國家的學生。單人間裡包含一張單人床和一間浴室，是一個小型套房，床旁邊就是一個大窗台，風景很美，也有大書桌讓你好好讀書，但空間大概就是三個人就會覺得很擁擠了。一開始入住的時候櫃檯就會先要求繳交宿舍押金 175 歐，之後會在辦理好退宿手續後的兩個月退給你，但前提是你的房間通過宿舍打掃阿姨的整潔檢查，不夠乾淨的話押金會被扣錢，這部分檢查得很嚴格，包括地板、鏡子、牆壁和窗台等等，都要一塵不染。



## 行

卡昂大學有分五個校區，我住的宿舍在校區一，但上課的地方在校區二，原本是有輕軌可以抵達，可惜我來交換的這一年，輕軌剛好開始整修，都改由公車來替代。**Caen** 的公車不算里程，以單趟來計價，搭一次是 1.5 歐。校園一距離市中心很近，只要走 10 分鐘很快就會抵達市中心，途中還可以經過康城城堡，很適合沒事的時候出來走走看風景，要去火車站搭車也很方便，宿舍附近就有



公車站牌，每 10~15 分鐘就有一班車可以到火車站，學校位置很便利，也很多公車行經，交通很方便。



樂

卡昂大學有個組織是 CQ2，這個組織每個月都會為交換學生舉辦一些活動，和當地的老爺爺老奶奶一起去附近的景點看看風景健行，也會舉辦餐會，交流各國菜色。也有一個學生組織會為交換學生舉辦宴會，邀請交換學生體驗認識法國不同節慶的文化，也會舉辦郊遊活動，只要繳一些錢，就可以參加了。





## 五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

- 1.外國學生都很習慣課前先預習，這樣上課的時候就可以立刻發問或是回答老師的問題，我想我之後也應該向他們這樣才不會都只在上課中或是課後才在吸收知識，這樣比較有效率。
- 2.我學到在買各種交通票卷前，一定要把票卷的規定、適用區域了解透徹，才不會因為自己誤會可以，但其實行不通，而被罰冤枉錢，在做事情前，就應該先把相關的規範看清楚，才不會因小失大。
- 3.有時候自己做再多準備，也無法避免突如其來的意外來攪局，像是火車突然遲到半小時導致接不上下面一班車、特別抽空要到銀行辦事卻看到上面貼了一張今日休假的字條，所以一定要保持冷靜，才能面對這些突發狀況，堅信一切都會解決的，只是時間早晚。
- 4.在法國，當地人看到外國人並不會主動說英文，通常都只說法文，除非到比較觀光區的地方才比較多人會說英文，這讓我確信學習第二外語的重要性，多一種外語能力，就多一種和別人溝通的可能性。
- 5.雖然學英文很久了，但口說方面還是很弱，很怕說錯，所以一開始的時候的確是有點障礙，可是如果不說，別人更不能理解你的想法，還是只能硬著頭皮說，現在開口說英文，偶爾還是會打結，但比較能自然順暢表達我的想法了。
- 6.一個人在國外的半年，很多事情是家人也沒辦法幫忙解決的，要自己處理大大小小的事，凡事都自己決定，感覺自己獨立的能力又提升了很多。

## 六、 感想與建議

我來到法國的時候是八月底，白天很熱可是晚上就有點冷了，建議大家不用帶

很多夏天衣服，因為這裡的夏天衣服已經在打折，可以用很便宜的價格入手。市中心也有很多平價服飾店像是 ZARA、H&M，基本上不用帶太多衣物，可以來這邊再買，節省行李的空間多帶些自己喜歡吃的東西。冬天大概就是上身穿個發熱衣+一件毛衣+厚外套，下身穿兩件褲子就可以了，因為 Caen 冬天最低溫大約在 0 度，平常都是 4 度~10 度之間。需要特別注意的是法國和其他歐洲國家一樣星期天商店是不開門的，超市更是星期六只開到下午一點，星期天完全不開。可能大家來法國交換的時候，不一定會說法文，而卡昂大學所在的城市也沒有太多人會說英文，但碰到困難還是可以勇敢向其他人求助，雖然語言不通，可是當地人還是會盡他們所能地幫助你。當交換學生是一個磨練自己的機會，卡昂大學的老師學生都很友善且熱於助人，如果海大有同學想交換，這所學校是一個很棒的選擇。