學海飛颺學生出國研修心得報告

年度：112 學年度

系所、年級：英語學系四年級

中文姓名：翁OO

研修國家：日本

研修學校：中央大學

目錄

-緣起 3

-研修學校簡介 3

-國外研修之課程學習(課內).....4

-國外研修之生活學習(課外).....7

-研修之具體效益 11

-感想與建議.....11

-緣起

從小到大父母一直鼓勵我勇於嘗試未知的事物和面對各式各樣的挑戰，也曾經在小時候告訴過我在大學時期可以透過成為交換學生的方式出國留學，從那時開始申請交換學生這項計畫便一直默默被放在心上，但同時我也很矛盾地認為出國留學是遙不可及的夢想，因此上大學後猶豫了幾年始終沒有踏出申請的那一步。直到大三那一年看著去美國交換一年的好友收穫滿滿，我才終於下定決心也試試看申請交換學生這一條路，很幸運地得到去日本中央大學交換一學期的機會，至今仍然心存感激。

選擇去日本交換的原因有三，第一是因為我在大學時期選修的第二外語是日文，我想嘗試將課堂上所學的言語知識實際運用在日常生活中；第二，一直以來我都被日本的文化與自然景物深深吸引，想趁這次難得可以到日本短暫居住的機會到當地一探究竟，看看在日本的生活是否如想像中那樣的美好；第三，日本中央大學是當地著名的私立大學，我想藉由到該校交換的機會向該校學生學習如何在課業及課外活動中取得平行。基於以上三個原因，我選擇前往日本中央大學交換。

-研修學校簡介

日本中央大學（ちゅうおう だいがく）是總校位於東京都八王子市的一所

私立大學，其前身為西元 1885 年成立的英吉利法律學校，以法學部扎實的課程聞名，該校畢業生司法官及律師考試的合格率在日本眾多大學中名列前茅。我所屬的學部是文學部英語文學文化專攻，該學部位於多摩校區，距離東京市區搭乘電車大約需要一個小時。校園附近有藥妝店和超市，搭乘多摩單軌列車到鄰近的多摩中心也有診所、百貨公司和電影院等等設施，整體來說生活還算便利。

-國外研修之課程學習(課內)

英語学（音声学・音韻論）（２）

由於我在臺灣就讀的科系也是英語系，也曾經修習過英語語音學的課程，因此當初一看到日本中央大學的可選課程清單上有英語學相關的課程就立刻決定要選這門課來比較台日上課方式差異。課程主要的內容是研究字詞是如何被發聲以及每個單字單獨存在及在句子中的唸法有何差異，教授在課堂中也時常比較英文及日文等國家的單字，可以同時認識兩種以上的語言知識我覺得相當有趣，不過也因為此課程難度較高，每個禮拜也都會有線上小考，這堂課是我在交換期間花費最多心力複習的課程。

特殊講義(現代産業事情) Aviation Industry

這堂課主要的上課內容是比較各家航空公司（如 Boeing, Airbus 等等）的企業經營模式及各個公司之間是如何相互合作以獲得最大利益，每堂課皆需要

繳交簡短的上課心得作爲出席證明，整學期有兩次的 Mini Report，期末考試則是現場書寫一篇 Essay 發表自己對於航空企業的看法。在台灣很少有機會能學習到航空相關的專業知識，因此我很珍惜能夠修習這堂課的機會。

国際経済取引と法

這堂課是隸屬於國際經營學部的課程，主要內容是講解各個國家彼此進行貿易時會使用到的商業法律，例如如何計算關稅的價格及某物品能進口的最大量等等，由於未來我有興趣進入貿易公司工作，想藉此學習貿易相關的法律知識，每一堂課皆有線上練習，教授也會當場檢討答案讓學生可以立刻改正錯誤的觀念即時學習，除此之外，每一堂課結束教授都會蒐集學生的疑問並在下次上課時於課堂上講解，對於解決學習上的盲點非常有幫助。

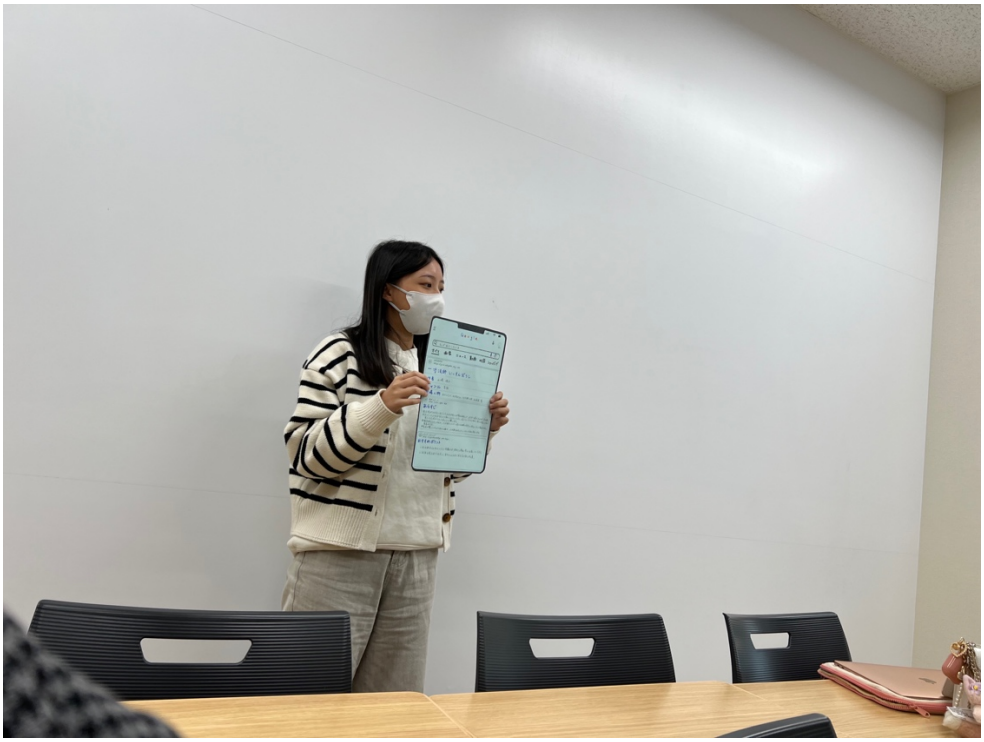
国際経営立地論

這堂課也是隸屬於國際經營學部，主要上課內容是講解經濟學中的區位理論及實際案例，在以往的求學過程中，區位理論總是被簡短地草草帶過，但修習過這門課程後我發現區位理論內容包羅萬象，若是能夠妥善運用在企業經營上絕對可以有所幫助，這堂課的教授也是我個人最喜歡的一位教授，他在知道我來自臺灣後總是熱情地和我談論關於臺灣的事物，也常常告訴我他很喜歡臺灣文化，讓我倍感親切。

日本語Ⅰ/ 日本語ⅠⅠ

日本中央大學替國際學生每個星期開設兩堂日語課程，學生可以自行決定

是否要參加日語課，決定參加的學生需要接受日語能力分班考試，班級分為初學者、初級、中級、高級，我那一屆的分班考試內容是用日語寫一篇文章，閱卷老師會視書寫內容將學生分配到適合的班級，我被分配到中級班，老實說當時得知我被分配到中級班時非常緊張，自覺日語程度還沒辦法跟上中級班的內容，還好我的班級老師非常親切地告訴我不用擔心跟不上同學，只要盡力學就可以了，讓我安心不少。上課內容主要是介紹日本文學、歌曲及時事新聞等等，老師還曾經帶著所有同學走訪整個校園和去校園附近的多摩動物公園校外教學，現在回想起來都是非常有趣的回憶，也能看出老師相當用心備課，多虧老師教導，在學期中我很幸運地通過ＪＬＰＴ日本語能力試驗N2，也算是完成了出發到日本前對自己的期許。



-國外研修之生活學習(課外)

下廚

如果要我選一項我在日本留學學到的最大收穫，我會說是下廚，在日本外食費和交通費相較於臺灣貴了不少，為了省錢只好自行到超市採買食材學著烹煮，一開始連簡單的炒菜都做得不怎麼樣，但在經過一個星期兩到三次的下廚練習後，也漸漸能夠做出像樣的料理了，看著超市買回來的食材變成美味的樣子真的很有成就感，和一同交換的朋友們邊聊天邊做菜也非常好玩。

與自己相處

在日本雖然認識了很多新朋友，但還是免不了偶爾獨處，每天在外活動結束後，我會回到自己的房間內細細回想當天發生的事情，看看有沒有需要自我反省以及向他人學習的地方，久而久之我也更認識自己。在 2023 年 12 月，趁著學校放寒假的期間，我也嘗試了九天八夜的關西獨旅，這是我第一次自己一個人旅行，地點還是在國外，所以在出發前擔心的事情有很多，其中最大的擔憂是會不會因為日語不夠流利在旅途中遇到困難，抱著不想浪費難得的假期的心態就衝動地訂下前往關西的新幹線車票，其實在出發當天早上離開宿舍前還心想著還是放棄不要去了，後來又想到車票那麼貴不去就浪費了好多錢，最後還是硬著頭皮拖著行李箱出發。很神奇的是一離開宿舍踏上旅程後我一直很專心的看地圖找路，專心到完全忘記出發前的擔心了，整趟旅程也完全沒有遇到

解決不了的困難，先前擔心的事情也都沒有發生，事後回想起來我根本只是被自己的想像嚇壞，我也學到有時候對於未知不必預想太多，起身出發就對了。

和不同文化的朋友相處

在日期間我住在學校的國際宿舍，裡面有許多來自世界各地的國際學生，我也把握機會和大家練習用英文溝通，互相討論各個國家的文化和習俗，我也和各國學生分享從臺灣帶過去的鳳梨酥，幾乎所有國際學生都說很好吃，感到很榮幸能有機會介紹臺灣具有代表性的美食給其他國家的同學。當然也有少數沒有聽過臺灣的外國朋友，一開始會覺得有點難過，後來想想在世界地圖上臺灣確實只佔了很小一塊，但如果透過我可以讓世界上多一個人認識我的家鄉，那也是很棒的經驗。

-研修之具體效益

1. 面對突發狀況的應變能力增強
2. 能夠面對且自行消化負面情緒
3. 學習規劃國外獨旅
4. 國際觀增廣
5. 提升表達及溝通能力
6. 日語能力增強（在日期間通過 JLPT N2）

-感想與建議

回臺灣後回想起在日本生活一學期的回憶還是覺得好不真實，就像做了一場為期半年的夢，也覺得很不可思議我竟然完成了小時候覺得遙不可及的出國留學目標，至今仍然很感激有機會能夠到日本當交換學生。我想分享幾個建議給正在準備出國交換的同學，首先是語言方面，在確定能夠出國交換到正式出國前大約有半年的時間，建議同學可以多多練習當地語言，雖然現今翻譯軟體已經非常先進，但能用當地的語言與他人交流絕對可以獲得更多更好的生活體驗。再來是準備行李的時候可以帶一些臺灣的伴手禮，到當地後作為見面禮送給其他國際學生會是很好認識新朋友的機會，也可以增加他人對自己的好印象。最後一項建議也是我自己最大的心得，不要因為根本不會發生的擔憂阻礙

你向前的步伐，先出發再說吧!