世新大學
赴外交換計畫報告

基本資料			
學生資料			
姓名	林琮稀	交換校名	羅馬第一大學
		校區(若有)	
原就讀系所	英語系	交換系所	文學與哲學
前往國家、城市	義大利 羅馬	赴外學期	2023至 2024 (請點選)

交換資料			
出入境日期	出境: 2023年08月22日 入境: 2024年08月15日	赴外共358日 修課期間約 170 日;旅遊約 90日	
交換校獎學金:	◉ □ ○ □ (請點選)約_____新台幣	該獎學金概述(名稱?名額?申請手續?)	無

交通	課程		
航班抵達後, 如何到達姊妹校?	總修讀學分數	3	
自行搭巴士前往	必修學分數	0	
簡述姊妹校周邊的大眾交通運輸	世新抵免學分數	0	
公車、地鐵	選修課程清單	1	Italian languge class C1
姊妹校住宿		2	Italian Renassance
住宿約略費用	29000台幣/月	3	China History and culture
室友身份	房東(義大利人)	4	Korea Narrative memorries
每房住宿人數	一位	5	
宿舍設備	獨立衛浴 單人房 共用廚房、客廳	6	
建議攜帶物品	備用手機、重要文件之影本	7	
整體住宿約略說明		…	
交換期間生活花費	抵達首週約__四萬__新台幣;平均每月約____三萬五__新台幣;共約__六十萬____新台幣		

(請接下頁)

交換心得

一、本心得表格完成後不需繳交紙本，僅需將檔案轉換為**PDF**（上限**1.9MB**），傳送至承辦人員信箱。

二、請自以下四種心得形式中擇一呈現即可

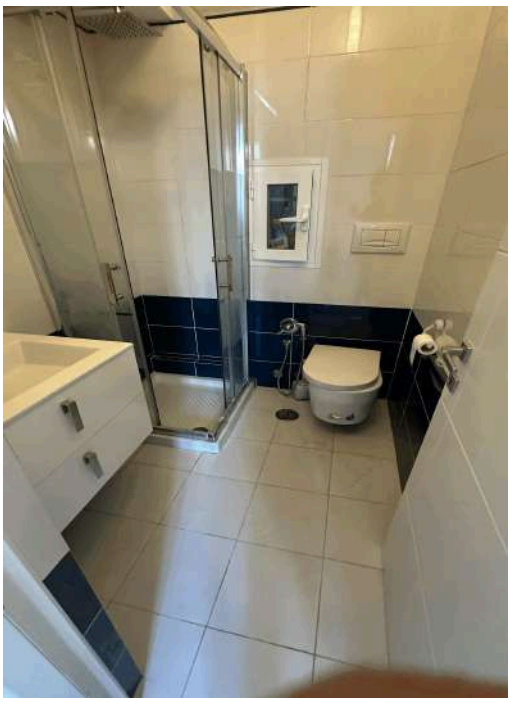
三、選擇第一、第二或第三項呈現方式者，必須公開線上檔案三年以上，且需同意因而附隨之部落格、粉絲專頁、帳號或信箱等個人資訊之公開。

四、請同時繳交非專屬授權同意書（親簽之紙本），同意主則單位基於交換生計畫或其他校內業務所需合理使用心得內容。

形式	規定
一、影音呈獻	Youtube、個人影音社群等交換心得分享，總時長應超過15分鐘。
連結網址：	
二、文字呈現	個人部落格，總帖數應多於5篇，每篇皆應多於300字且附圖。
連結網址：	
三、文字報告	直接鍵入於下表，需達1500字以上，需附至少10張照片並說明內容。

交換心得

這次的旅程是我初次踏上歐洲的領土，然而，來到義大利並不是當初申請的第一志願，但心底還是非常期待能來到歐洲生活。在出發前的四個月就陸陸續續有在看羅馬的租房，看了大概三個禮拜後很順利的用兩萬八的價位租到位於市中心的單人房，後來抵達之後才發現只要十分鐘步行就能到車站真的很便利，而從房東口中得知原來我所居住的區域是被UNESCO所還蓋到的保護區，所以住在這區域的居名不管家中有任何想要裝潢或是更動之前都要向政婦申請核准審核過了才能動工，真的是非常之誇張。過了一陣子後有跟當地人以及同學聊過租房這塊才發現大部分的人都租在距離市中心四十分鐘車程的距離，而房價約落在兩萬二台幣上下的價格，在多方比較後發現其實用兩萬八的假個租到這個房子真的無比幸運，雖然這個房價拿到台北比真的是貴很多但我想這就是想住在大城市的成本吧，況且羅馬的大眾運輸系統是著名的糟糕常常罷工就是好幾個小時沒有車能搭，再加上一年四季的遊客潮更是讓原本人滿為患的交通系統雪上加霜。



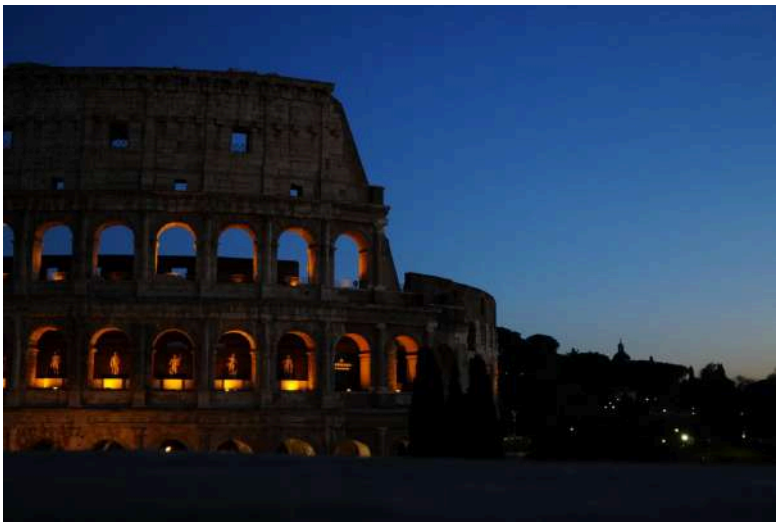
20180524
Shih Hsin University

接著是飲食，相信在台灣大部分的人都蠻喜歡吃義式料理的我也不例外，但是當真正品嚐道地的義大利麵及披薩時卻嚇到。義大利的食物調味很單一茄汁義大利麵就真的只有麵跟醬在灑一點起司在上面，不僅僅只有一種義大利麵是這種單一口味所有口味比如說肉醬、青醬、海鮮等等甚至是披薩都非常簡單，道地的義式料理當中並不會加入蔬菜或肉類當作搭配主食的元素跟平常在台灣吃的義式料理有著天差地遠的差別。老實說這一年的交換生活最困擾我的就是飲食的部分，相較其他歐洲大國義大利沒有連鎖的亞洲超市，身為一個喜愛亞洲食物的我實在是非常不習慣主食以澱粉為主的義式餐但也能夠理解畢竟義大利人以他們的料理為榮，不管是義大利麵或披薩甚至是咖啡他們都有一套嚴格的流程去遵循，飲食文化也是許多觀光客來義大利旅遊的原因。對於來自亞洲的我來說蔬果類在超市的選擇是相當的少，在超市能

見度最高的水果只有葡萄、橘子以及桃李類，而蔬菜又更少了能看到比較多的只有根莖類的蔬菜，葉菜類幾乎是寥寥無疾。

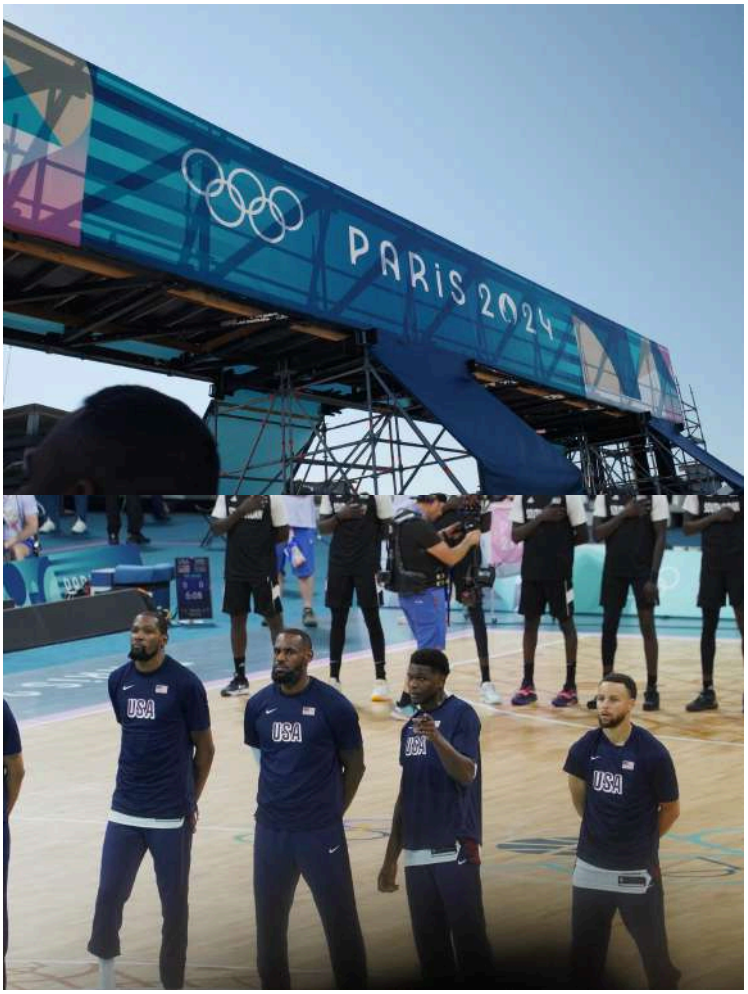
在交換的期間感受到許多文化上的差異，比如在義大利每間大學有自己的校風，以我所就讀的羅馬第一大學為例上課是不點名的，也就是說其中與期末是不採計出席率，考試的評分標準是以團體報告、口試或是以申論題作為評分的標準，雖然應到的人數應該要有四十至五十人但很常在課堂上只有不到一半的出席人數。再來就是常常在課堂上能看見踴躍問問題的學生，只要有對教授所講課內容有任何疑問大家都會直接的舉手詢問及發言，而教授也會一一的去回答每個學的發問，對於身為亞洲學生的我來說非常的新奇也感到不小的壓力，很多時候看到其他同學在發問時內心也覺得是否也該問一些問題，但是後來自己認真的思考了一下後覺得大家都是真心有疑惑才發問的而不是為了問問題而問，所以我認爲有問題就發問的習慣是非常值得我們學習效仿的。

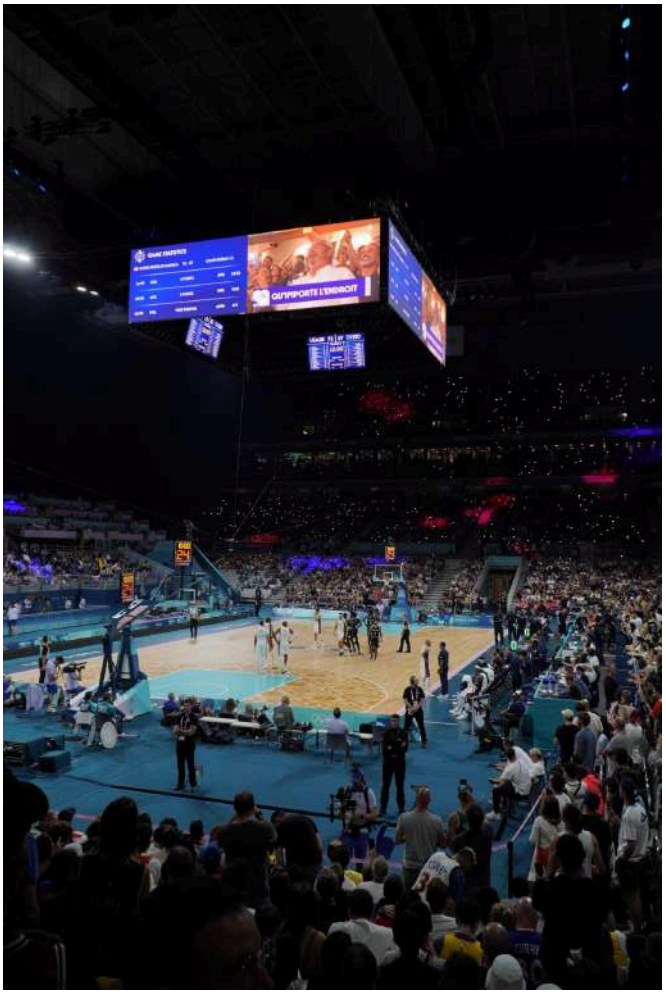
而說到文化差異就有許多細節可以分享，首先是在每個街區都能看見公共垃圾桶，而早晚也會有回收人員以及清道夫來打理接到得整潔，雖然時常走在路上還是能看見許多垃圾散落在街角，但在垃圾桶的設置大大的提升了環境的衛生。接著就是公共廁所幾乎沒有，有些私人營利的廁所會跟使用者收取0.5歐至2歐不等的費用，不只義大利大部分的歐洲國家並沒有在人流量眾多的場所設置公共廁所，而大部分的餐廳店家基本上是不會外借廁所的，所以這對觀光客非常不友善而也就間接導致許多街友會在街道旁甚至商店的牆壁大小便。既然都已經講到廁所了最後再來分享義大利廁所的配置，首先廁所裡看不到排水孔，不管是公寓裡的廁所又或者是公共廁所都無法看見排水孔的身影，這真的很令我好奇到底清潔人員是如何請裡地板的，接著在馬桶旁一定都會擺放一個類似看似馬桶但上面連著灑水器的東西，他並不是拿來洗手或洗臉的而是拿來洗屁股的！原來這是免治馬桶的祖先。



在學期之間安排了安排了在義大利各個城市的旅遊，去了文藝復興的起源地佛羅倫斯、時尚之都米蘭、水都威尼斯、披薩發源地拿坡里以及擁有壯麗美景的多洛米蒂山脈。再來義大利之前其實對義大利的各個城市完全沒有概念，直到實際走訪各個城市後才有了更深刻的了解，不論是對於交通系統、飲食特色甚至是生活型態都有差異，光是披薩的種類就有個城市的差別，拿坡里披薩是圓形薄片的而羅馬披薩則是矩形餅皮偏脆，到了米蘭披薩變成了圓形但是餅皮非常厚實。當時南部的義大利人非常貧困所以才發明了披薩這種料理得以讓貧困的人們能吃的有飽足感。

學期結束之後就開始安排到歐洲其他國家的旅行，而其中很幸運有機會買到巴黎奧運的門票，所以在暑假中跑去法國看了人生中第一場奧運比賽，而最令我感動的事我竟然看到了美國男籃的比賽，雖然只是小組預賽但全場座無虛席，所有的觀眾都是來看美國夢幻隊的球星，我從接觸籃球以來一隻夢想能到美國看NBA，沒想到透過這次的交換讓我有幸能夠用相對便宜的價格看到最仰慕的球星們。





在還沒上大學之前我就把出國交換作為上大學後的目標，花了整整一年的時間準備語言檢定以及申請，也同時兼顧在校成績又參加了許多社團活動，不管是交換前的準備交換中的體驗以及交換後的成長，我認為再來一次我也會做相同的選擇，而在交換期間學到最多的不是課堂中的知識，是在生活中認識不同文化的價值觀以及生活態度。身在文化種族相對單一的國家之中很難有機會能夠在日常生活中接觸到不同文化背景的人，而間接地會使我們的國際觀以及想法愈來愈狹隘甚至活在自己的世界當中。正在看這篇文章的你如果再考慮申請學校的交換的話請不要猶豫的努力準備，不管是語言能力還是籌備旅費，相信在踏上旅途的那一刻你會很感謝自己做的這個決定的。