

教育部學海飛颺暨學海惜珠

國立臺灣師範大學受獎助學生返國後心得報告書

※撰寫注意事項：

所列大綱為基本應填項目，不可刪減；

版型不拘，可依需求增加內容；至少2千字，可穿插照片；

轉為 PDF 檔後容量在 8MB 以下。

一、學生資料

填寫日期：2014. 6. 30

中文姓名： 劉良謙	102 年度學海飛颺
臺師大就讀系所、年級： 資訊工程所 碩一	臺師大學號： 60147064S
研修國家： 瑞典	
研修校名： 烏普薩拉大學	
研修學院： 科技學院	
研修科系： Information of technology	
研修期間： 102 年 8 月 ~ 103 年 6 月	

二、緣起

在師大資工就讀碩士班時，得知系上有與瑞典烏普薩拉大學交換學生的計畫，相較於美加等大學，瑞典並不需要繳交當地的學費，經濟壓力相對小了許多。又因對於歐洲有無限的嚮往，對於北歐更是覺得這一輩子也許就只會有這機會可以去一探究竟。且藉由此交換計畫，能夠走出台灣認識世界上各式各樣的人，與不同國家的人溝通、討論，成為好朋友，是個拓展國際視野的難得機會，因此決定投入交換計畫。

三、研修學校簡介

烏普薩拉為瑞典的第四大城，實為一座大學城，各個學院散佈於城市的各個角落。此學校也為交換學生之寶地，每年數千名來自全球各地的交換學生齊聚一堂，所以在當地不僅僅能認識當地瑞典學生，更能與全世界各國來的交換學生互相認識。生活機能也相當方便，交通上主要以腳踏車為主，市區腳踏車道規劃都很完善。氣候與台灣相比雖然寒冷了許多，但人民的心依然熱情，烏普薩拉居民對留學生都很友善，也很樂意助人，是個和平安詳，也適合學習的美好城市。

烏普薩拉大學提供了許多資訊科技的課程，從基礎課程到進階皆有顧及，在選擇課程上並沒有很大的困難。

學制則與台灣有著明顯的差別，在烏普薩拉大學，一個學期被拆成兩個學季(period)，也就是說一年會有四個學季，每個學季中間會有一個禮拜的休息，學生們可藉著這樣的機制得到更自由的個人修習規劃，也可藉由中間的緩衝週得到休息以面對接下來的各種挑戰。學分的算法也與台灣南轅北轍，烏普薩拉大學將一門課程拆成許多細項的學分(credits)，例如筆試與實驗分別有各自的學分，一旦得到了其中一項，即使另一項沒過，也不需要再重新修習整套課程，只需修習未過的那一部分並得到該學分即可。

四、國外研修之課程學習（課內）

學習的環境中最重要的一點我覺得是自主性，學生們擁有極大的自由，相對了也需要對自己的自由負責任，群組討論，實驗思考等等，這是在台灣比較少經歷到的，特別是當組員們不再是台灣人時，英語能力同時受到了考驗，簡單的觀念也會因為要轉成英語而遇到一些挑戰。

瑞典鼓勵學生們思考，每一門課都會有實驗課，有別於師大在學期末要做一個大專題，瑞典把各個重要觀念製作成實作的實驗，並會問出許多的問題好讓學生對於觀念有著更全面的了解，做完實驗後，還必須找助教做簡單的口試，助教會挑戰學生的觀念，知識不再只是死沉沉的書本知識，而是透過一次次的思考深刻的印到腦海中。

除了資訊專業的課目之外，我也選修了基礎瑞典文，這是我第一次學習除了英語之外的外語，感覺很神奇，原來學語言不是件難事，相對於從小學習的英文，學習瑞典文讓我覺得很快樂，單純的因為喜愛而學習的感覺，真的比環境下被迫的學習來的愉快且投入！

課程資訊

研修課程名稱	任課教師姓名	學分數	所屬學季/ 期
Advanced Computer Science Studies in Sweden	Ivan Christoff	5	Period 1
Real Time System I	Martin Stigge	5	Period 1
Software Engineer	Roland Bol	5	Period 1
Basic Swedish I	Carl-Johan Lind	7.5	Period 1+2
Data Mining I	Matteo Magnani	5	Period 2
Advanced Functional Programming	Konstantinos Sagonas	5	Period 2
Computer Assisted Image Analysis I	Anders Brun	5	Period 3
Basic Swedish II	Cecilia Gisslandi	7.5	Period 3+4
Operating System	Ivan Christoff	7.5	Period 3+4
Data Mining II	Kjell Orsborn	5	Period 4

(請依實際修課情形自行增加列數)

五、國外研修之生活學習（課外）

校外教學：學校很貼心地在暑假期間安排便宜的 guide tour 給來到瑞典的交換學生們，讓交換學生除了居住的城市外，還能體會到瑞典其他城市與觀光的景點。

Student Nations：這是在烏普薩拉大學很有名的一個學生文化，早期當瑞典各地大學還不普及時，很多學生都來到烏普薩拉就讀，因此但生了各個城市的同鄉會，稱之為 nation，現今多為 student pub，三五好友相聚 nation，一杯啤酒即可暢談天南地北，由於瑞典夜生活不比台灣精彩，nation 成為了烏普薩拉學生晚間的最好去處。

Culture Night：約於九月中的周末，烏普薩拉城會舉辦文化之夜，當晚在城中各處都搭有舞台，舞台上音樂、戲劇等各式各類的表演輪番上陣，看出了瑞典文化的多樣性，路上也有許許多多的攤販好讓逛街的人們可解肚腹之苦，晚上於城堡花園觀賞由青少年團體演出的火舞，雖是以瑞典文演出，但氣勢磅礴，讓人難以忘懷。

萬聖節派對：在台灣萬聖節的活動並不是很多，但在國外普遍是個值得慶祝的日子，各處都有派對，學生們穿著奇裝異服來參加晚會，第一次參加這樣瘋狂的派對，即使在寒冷的歐洲，人們的心是火熱的，陌生的人也能成為無話不說的好朋友！很欣賞西方人這樣開放

的生活方式。

漂流節：烏普薩拉一年中最大的慶典活動。在四月三十號，為了慶祝春天的到來，學生們坐著自製的木船沿著市中心的河順流而下，很幸運地，我跟幾個台灣的交換生也抽到了製造木船的機會，從無到有，我們把木材拼接，搭配保麗龍作為船身主體。這個活動比的不是建造的技巧，而是船身的創意，現場主題船隻五花八門，有人做城堡，有人製作忍者龜的服裝穿在身上，甚至連北韓領袖金正恩都被製作出來與大家同樂，我們則是以麻將作為我們的主題，獲得了很大的迴響，順流而下時，隊員揮舞著台灣的國旗，岸邊認出來外國人也大聲地幫我們聲援，當下的激情與感動，不是三言兩語能夠訴說的。

自助旅行：在歐洲旅行真的是很重要的一環，廉價航空比比皆是，不需要花費太多金錢即可暢遊歐洲各地，很幸運的我能夠有我父母的支持，好讓我在這一年去了不少地方，除了看遍歐洲各國的美景之外，更是訓練自己在異地旅遊的能力，住宿、規劃路線等等，都必須自己完成，一人獨自旅行偶爾會有點孤單，但在規劃上卻擁有更多的靈活性，也可強迫自己與不認識的朋友們對談溝通，在這一年結交了許多來自地球各個角落的人們。拓展自己的視野不是靠著在家裡閱讀，走出去才是最直接的接觸方式。

六、研修之具體效益（請條列式列舉）

- 英文口說能力的提升：在國外，要跟人互動溝通，唯一的共同語言就是英文，當人身處於異鄉，不得不使用英文的時候，功力自然大增。
- 走出舒適圈：所認識的朋友不再只局限於台灣人，而是推廣到了全世界。再者，因為許多各國來的同學們也都是交換學生，朋友的朋友很容易就熟絡了起來。
- 了解各國文化：相較於歐洲各國因彼此相鄰所以對異國文化並不陌生，但對於海島國家的台灣，出來一趟真的能改變許多腦海中的既定印象，也能藉此了解更多國際上的情勢，尊重多元的文化價值觀。
- 廚藝增進：在瑞典外食並不便宜，且外食文化並不如台灣這般方便興盛，所以必須學習自己下廚，對於以前完全不下廚的人來說，至少能學會些基礎料理，平常已有鑽研的人，也可學習到更多歐式的精緻料理。

七、感想與建議

去年八月，離開炎熱的台灣來到了瑞典，一開始人生地不熟的實在令人害怕，好在認識當地的一位瑞典人(我們後來也成為很好的朋友)，他帶我安置行李，認識附近環境，幸虧有他異地的第一天並沒有很困難。隨著日子的推進，認識了越來越多的朋友，生活因此不再像起初一般平淡無奇，我發現在國外真的要學習敞開心胸，結交各國的好朋友，這些事在台灣永遠不會有機會遇到的，學習不同國家的價值觀，分享不同城市的風土民情，體驗與外國人相處與溝通的技巧，這一年有這樣的看見跟學習，真的不虛此行。

在國外生活一年，也才真實地體會到世界的浩大，不單單只是表面的土地面積，更是體會到了社會層面，原來不是只有台灣人在抱怨自己的政府，也不是在歐洲的生活就真的無憂無慮，現實面總是辛苦的，家家有本難念的經，各國也都有各國的難題，所需要關心的不再只是藍綠兩黨的內鬥，也不是動物園熊貓今天又發生了什麼事，而是更多的知道世界各地的大事，或許不是真正的了解，眼界卻因此被打開了，在瑞典與來自世界各地的交換學生談論各自國家的政治體制，以及人民真正的生活方式，才了解到其實台灣也沒有想像中的那麼糟糕。另外也體認到了國際地位的重要性，出國前我從不覺得當我跟外

國人說我說中文(Chinese)有什麼奇怪之處，直到一些外國人問說你們沒有自己的語言嗎?才體會到這個字的重要性，也不是說就不能用Chinese，只是藉由這樣的一個刺激，讓我們對台灣這個國家，我的家鄉，有了更深一層的認同，對於捍衛國家主權的意識也更加的深厚。

人與人之間的緣分，真的不能用三言兩語來形容，特別是到了異地更能感受到上帝對這地球上所有的安排都無微不至。在這裡相處了一年，無論是外國人，是台灣人，離別時總是會離情依依，或許這感覺會隨著時間沖淡，但當下的那份情我相信不假。相對於這短暫而轟烈的友情，曾幾何時我們回頭觀看那細水長流的長年之交?三年、五年，甚至是十年，跟短暫的友誼比起來是那樣的低調無趣卻雋永，何時駐足回首，才發現人生這一路上上帝安排的每一個人都是那麼的重要且有意義。

最後我要感謝台灣教育部對於交換學生計畫的資助，讓更多有志的學生們能夠達成各自的夢想，也謝謝我們父母，即使在國外遇到了很多困難，他們依然用微笑來安慰，來支持我，這是一輩子也無法報答的！