

學海飛颺/學海惜珠學生出國研修心得報告內容大綱

請於封面上方列標題(標題內容須含：選送生獲補助年度、薦送學校系所、年級、中文姓名、前往研修國家、國外研修學校名稱、國外研修成績) 內文800-1500字，並至少含四張以上照片

獲補助年度	110
薦送學校、系所、年級	中央大學法文系四年級
中文姓名	胡阡阡
研修國家	法國
研修學校	ISIT (Institute Of Intercultural Communication And Management) 跨文化管理與傳播研究所
國外研修成績	
<p>一、緣起</p> <p>為了拓展視野、探索自我，同時加強自我專業能力（法語），決定到法國交換一年，選擇的學校是以翻譯為主要專業的私立學校ISIT，既可以深入學習在中央大學四年來所讀的法文專業，同時也因學校的學生來自許多不同國家，體驗多元文化和認識來自不同國家背景的朋友。</p> <p>二、研修學校簡介</p> <p>跨文化管理與傳播研究所（IS IT）是法國私立學校（grande école）。</p>	

1957年成立，這所學校提供跨文化管理和傳播，翻譯和會議口譯方面的課程。ISIT是CIUTI，FESIC和CGE（法國菁英大學校聯盟）的成員，其中CGE是由提供其他專業的工程學院，管理學院和高等教育機構組成的非營利性協會。學校的教學目標為，打造、分享並傳播，跨文化專業人才所需的知識、態度和精神，使學生終生受益。

三、國外研修之課程學習(課內)

在學校修了許多翻譯課，也有開給交換生的法文課程，其中最難也是最令我害怕的課程就是口譯課，第一個學期的口譯課是中翻法，每節上課都要現場準備一段口譯，也因為課堂人數少，每個人都會輪到好幾次，老師也會時刻叮嚀我們一定要多加強法文能力。下學期的口譯改為法翻中，每次在聽音檔的時候都是緊張到流手汗，不過也因為這堂課的老師特別嚴格叮嚀大家，讓我在這堂課中進步得更快，雖然最後成績不理想，不過這也代表了能力的不足，讓我可以更有動力學習。

四、國外研修之生活學習(課外)

剛到達巴黎的時候因為人生地不熟，學校的課程和活動都還沒開始，所以只認識了一起同住的兩位室友，分別來自北京和天津。在學校開學之前，因為北京室友已經待在法國多年，所以他就傳授了許多法國的行政知識給剛抵達的我和天津室友，我們花了很多時間一起買菜、做菜，一起聊天，這時是我第一次感受到文化差異。在聊天的過程中，他們提起

了在中國求學時的歷程，儘管我們都說中文、學的內容差異也不大，但是可以明顯感受到他們曾經在的環境壓力非同小可，完全不是一般台灣人可以體會的，在台灣的時候總有人說大陸競爭強，在真的聽到他們發生的「內卷」事件之後還真的是大開了眼界啊！

學校開學前有舉辦了一週的新生訓練，內容就是介紹課程，和學校活動等等的�宜，在新生訓練期間認識了一個韓國朋友、兩個中國朋友和兩個英國朋友，也是因為這個契機，我們成為形影不離的好友，在一起玩樂的過程中當然也碰撞出許多有趣的事情，例如到了十月天氣漸漸轉涼的時候，就會發現每個人的衣著有很大的區別，例如：來自英國的好友還穿著短版的短袖上衣，我卻已經換上毛衣加上羽絨背心，耐寒程度完全是被輾壓，來自韓國和中國的朋友也是完全穿不到羽絨外套，只有我在冬天穿著笨重的走在街上，也因為這樣他們都會問：Is it 阡阡 cold or normal cold ？

開學不久後，在班上和活動中也認識了不少法國朋友，其中有兩個法國朋友跟我的關係特別好，第一個是系學會的成員Line，他總是邀請我們週四晚上去他家開趴，也是因為他，我才第一次體驗到了法國經典美食：Fondue（法式火鍋），也是因為他我才知道，原來電視上看到那些西方文化熱愛開派對是真的，他們幾乎每週都辦派對，不一定很大型，但就是會邀身邊的三五好友一起到他們家喝酒、跳舞，一起聊八卦、談

心事，也是因為去了他的派對，對於法式打招呼的親臉文化相較於一開始更熟能生巧。另一位朋友Emma則是在課堂上認識的，他也是主修中文的學生，所以我們有好幾堂翻譯課都一起上課，聖誕假期期間，他邀請我到阿爾薩斯的老家作客，在他家的期間第一次完整體驗到法國一般家庭的生活真的吃好多麵包和起司！還記得有一天早上起床，他媽媽就準備了各式各樣的早餐，唯一的共通點就是，全部都是麵包，不同種類的麵包還有醬料，他媽媽和他媽媽的男朋友耐心的介紹各種麵包是適合什麼樣的果醬或是起司，讓我體會到法國人對麵包的熱愛和講究果然名不虛傳！

五、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 增進法語聽、說、讀、寫能力：考取DALF C1
2. 增進英語能力：和非法國朋友聊天大部分使用英文
3. 擴展交友圈：認識來自世界各地的朋友
4. 拓展國際視野：在歐洲境內旅遊
5. 學習獨立生活：廚藝進展神速

六、感想與建議

這一年來認識了來自世界各地的好朋友，儘管其中有些人並沒有深入交往，只有僅僅幾面之緣，但是能夠跟這些人交流、聊天，在現在疫情仍持續影響這個世界的情況下，我真的是很幸運的人！在每個朋友身上都

有很棒的特質，也從他們身上學習很多自己所不足的東西，希望將這些發生過的故事保存在心中，也許有一天，會對我的生活有所幫助，也建議如果有想要出國的人，真的要嘗試多交朋友，對我來說，這是在法國做的最正確的決定！



北京室友（右）天津室友（左二）天津室友的朋友（右二）



新生訓練時

英國朋友（左一）韓國朋友（左二）大連朋友（左三）北京朋友（右二）

威爾斯朋友（右一）



吃飽飯後一起到羅浮宮散步





到朋友家開派對



在阿爾薩斯朋友家，他媽媽準備的麵包大餐