

在出發前，我已取得法國學校提供的完整課程清單與課表，這讓我能及早與台灣系辦討論學分抵免事宜。建議未來有意出國交換的同學也能提前與系上溝通，有助於後續銜接與學業規劃。根據交換學校規定，每學期需修滿至少 20 學分，即使在台灣校內無此需求，也須配合對方學校的最低修課標準。

我在法國主修的課程包括 **Strategic Management**、**Strategic Marketing**、**Management Control**、**Business Challenge**、**Sales & Relations Strategies 3**，以及 **Governance des systèmes information et Big Data** 等，整體偏重實務操作與案例分析，特別強調團隊合作與問題解決能力。像是 **Business Challenge** 課程中，我們需針對一家新創企業的真实商業問題，提出行銷與營運策略並進行簡報，過程極具挑戰性。課堂形式與台灣差異甚大，每堂約三小時，但實際授課時間僅佔一半，其餘時間多為分組討論、準備專題或進行辯論活動，甚至還有於老師練習銷售技巧的機會，這種高互動、重參與的學習方式，讓我在學期中需持續累積成果，提升了我的自律與時間管理能力。

課程要求學生高度參與，出席率也非常被重視，每堂課需掃 QR code 簽到，缺席次數有限。評量方式多元，期末成績往往來自小組報告與 **short paper**，而非傳統的期末考試。教學風格上，教授們擁有豐富實務背景，課堂中也常邀請業界人士分享經驗，使課程更貼近真實商業場景。以 **Strategic Marketing** 為例，教授透過真實品牌案例分析市場策略，並安排模擬提案與企業代表互動，讓我們能在實戰中磨練能力。

我就讀的學校屬於現代化新興大學，雖然校園規模適中，但設備齊全。教學大樓設有開放式閱讀區、自修教室與團體討論空間，多數座位配有插座與 **Wi-Fi**，便利學生隨時使用筆電作業。圖書館資源豐富，尤其在商業與數據分析領域，並提供列印等服務。教學平台如 **Moodle** 被廣泛應用，有效整合教材、公告與繳交作業等功能，提升學習效率。

學校亦非常重視國際學生的融入與跨文化交流，經常舉辦文化交流夜、國際美食活動及講座參訪等，提供學生與來自不同背景的同儕互動的機會。雖然法文並非我主要語言，但在英語授課環境下，我與法國同學仍建立了良好關係。尤其在分組合作中，當地同學樂於協助並主動分享資源，讓我更深入理解他們的學習態度與文化價值觀。

課餘時間，我也會安排小旅行，探索當地城市與文化。雖然我過去曾在歐洲生活，但法國特有的生活節奏仍讓我重新適應。當地人重視生活品質，週日商店大多休息，人們會與家人朋友共度時光。這種慢步調的生活方式，讓我學會放慢腳步，享受每一天的節奏與溫度。

飲食方面，法國的奶製品選擇多又平價，我特別喜歡當地的起司與優格。但蔬菜選擇相對有限，尤其讓我想念台灣的高麗菜。後來發現外型較尖的品種口感較接近，也成為我料理時的替代選擇。儘管市區有中餐館與亞洲超市，但價格

不菲，因此自己煮飯成了我的日常，不僅更健康、節省預算，也增添不少生活樂趣。

整體而言，這段交換經驗不僅豐富了我的專業知識與實務能力，也讓我體驗法國社會對生活美學與個人價值的重視。無論是在課堂互動中的思辨激盪，還是在日常生活裡的文化適應，都使我更加成熟與開放，這段旅程對我而言是一段難忘且深具啟發的學習歷程。



> 我們在小組自修室裡做小組報告



> 這是文化美食日，還有很多同學們會穿著他們傳統的服飾表演



> 還有課程會教我們如何製作網頁，老師最後還會排名出優秀的前 5 個網頁



這是在學校交的好朋友們，晚上我們一起去了海灘 party



> 我們有一堂 sales 的課，老師要我們與她演練如何自然地與客人交談



> 最後放上我遊片快整個歐洲後最喜歡的國家，冰島