

教育部 114 學年度

學海築夢 教學實習心得



姓名	陳芊邑
指導教授	黃國鴻 教授
學校系所	嘉義大學 數位學習設計與管理學系 碩二
實習時間	2026/02/02~2026/06/30
國外實習機構	馬薩里克大學 (Masaryk University)
實習國家	捷克共和國 布爾諾

目錄

一、緣起·····	3
二、實習學校簡介·····	3
三、國外實習之課程學習（課內）·····	4
四、國外實習之生活體驗（課外）·····	4
五、國外實習之影響與效益·····	5
六、感想與建議·····	5

一、緣起

之前我曾前往泰國實習，當時雖遺憾未能把握機會申請歐洲國家，但那趟旅程收穫滿滿，也留下了無數美好的回憶，讓我覺得不虛此行！這學期，國鴻老師再度為大家爭取到珍貴的捷克實習機會，一收到通知時，我內心其實十分忐忑，因為這是我第一次長時間待在歐洲，還是一個從未去過、全然陌生的國家—捷克。但是我覺得機會實在是太難得了，所以就打算放手一搏、衝一波！便向老師提出了申請。

出發之前，我的心情十分複雜，既有對未知的不真實感，也有許多放不下的牽掛。一方面很期待可以體驗不同的教育環境、結交跨國朋友、拓展自己的國際視野，也很想看看歐洲是否跟電影裡一樣不可思議、漂亮；另一方面卻也不免擔憂自己的英文能力不足，教學上面沒辦法達成期望與成效，或是面臨突發狀況時不知該如何應對，種種的焦慮與期待交織在心頭。

（一）行前準備

在歐洲停留一學期需要辦理繁瑣的文件與申請資料，這毫無疑問是我當時感到最頭痛、也遇到最多考驗的一關！然而，這也是讓我成長最多的階段，深刻體會到所有事都要提前準備，認真做功課，不可以拖拖拉拉。這段經歷也讓我比同齡人更早掌握了長期居留歐洲所需的各項申請流程。

因為每項文件都是環環相扣的，因此必須按部就班地提前處理，包括良民證、簽證、馬薩里克大學申請與信件追蹤、機票以及PVZP捷克醫療保險等。每件資料的審件都需要預留一段作業時間，強烈建議未來的學弟妹，務必、一定要提早開始準備(三顆星筆記！！)。

二、實習學校簡介

本次海外實習的學校為捷克布爾諾的馬薩里克大學(Masaryk University)，是一所綜合型大學，是捷克共和國的第二大大學。布爾諾雖然不像首都布拉格那麼熱鬧，但整體生活步調非常悠閒，也因為擁有多所大學，被稱為捷克的「學生城市」，而校園內經常可以看到來自不同國家的學生，國際化程度非常高。

此次實習主要在馬薩里克大學的中文相關課程進行教學與交流。學生大多對中文及華語文化抱持高度興趣，有些人是因為喜歡亞洲文化、動漫或旅遊而開始學習中文，也有學生希望未來能到臺灣或中國發展，因此學習態度非常認真。

三、國外實習之課程學習（課內）

我這次來核心的工作內容是「一對一中文會話口說練習」，課前我要先針對這個學生有興趣的話題，進行備課並設計問題，引導他延伸回答，訓練他們能夠流暢地運用正確的詞彙、句型與文法進行中文溝通，並在課後填寫課程回饋單。這學期我總共教了 16 位大一到大三的學生，主要來自斯洛伐克與捷克當地。他們中文能力非常優秀，很樂於分享想法，態度也很認真，讓我非常佩服！

整體而言，工作內容沒有很困難，對於喜歡聊天的人來說會非常有成就感！在對話的過程中，能夠直接傾聽到不同國家背景的想法，這常常讓我的思維又更開闊了！不過我覺得最大的考驗是話題發想與延伸內容，畢竟要連續維持 13 週不間斷的對話。

四、國外實習之生活體驗（課外）

（一）交通

在歐洲很多地方都有路面電車(tram)，布爾諾的電車非常方便跟普及，也是我第一次體驗！但切記不可心存僥倖而逃票，因為同行的朋友就被罰了 1000 捷克克朗，非常嚴重 qq

而因為捷克地理位置優越，而有歐洲的「心臟」之稱，所以到周圍鄰近的國家都非常便利！市中心就有火車與長途巴士站。而飛機的話到維也納搭會比較近哦！為了節省住宿與交通開銷，我們去巴黎、荷蘭、比利時都搭巴士…坐了 10 幾個小時，雖然舟車勞頓、腰酸背痛，但現在回想起來，也算是解鎖人生成就之一了。

（二）當地美食

歐洲的食物都偏重口味，而且很鹹，每餐都離不開一堆麵包跟馬鈴薯，吃到後面都怕了…深刻體會到自己身在臺灣是一件極為幸福的事。而捷克最具代表性的料理叫做 Svičková，由牛肉、特製醬汁、果醬搭配捷克麵糰組合而成，可以試看看！

甜點方面，我最喜歡煙囪捲 Trdelník！！去布拉格玩的時候都會吃上一個，但吃到後面真的會很膩很飽，建議兩個人吃一份剛剛好。

最後，來到捷克絕對不能錯過當地的啤酒，跟傳聞一樣，這裡的啤酒都比水便宜哈哈！每當下班、下課，大家都會在路邊喝上一杯清涼的啤酒，為一天畫下完美的句點。

（三）日常活動

由於每天都上課到晚上 8 點，所以平日行程都較單純，通常都是在咖啡廳備課、去超市

買食材、藥妝店血拚跟回家煮晚餐，而我在閒暇之餘最喜歡的活動，就是躺在學校草皮或躺椅上曬太陽。不過，我覺得這一趟收穫最豐碩的地方其實是宿舍！我在宿舍認識了來自法國、俄羅斯、哥斯大黎加、日本、韓國、中國、墨西哥等多國的朋友，我們會一起交換晚餐、聊天、玩桌遊、看電影、KTV，還會一起約出國旅行，真的超酷。

剛來馬薩里克大學的第一個月也舉辦了很多新生的活動，我們去了 City Tour、Pub Crawl、International Dinner，平時我們也會和學生相約去攀岩、唱歌或體驗當地的夜生活，這正是他們充滿活力的日常。

假日跟假期我們就會去各個國家或小鎮旅行！每一趟旅程都讓我非常珍惜和大開眼界，我看到了平常只能在課本上的建築、文化，體驗了當地的人文風情和不同，遇到了許多可愛友善(和奇怪 XD)的人們，也擁有了獨立解決問題的能力，所有的好跟壞都是我難能可貴的回憶和學習。

(四) 異地文化、節慶與語言

語言是我覺得最有趣的部分，捷克有捷克語，鄰近的斯洛伐克則使用斯洛伐克語，兩個不同的語言因為有一些詞彙很類似，雙方在交流時也能大致理解對方的意思，這點讓我感到非常新奇。此外，在捷克實習期間，我有幸參與到了許多活動與節慶，例如綠色啤酒節、扮裝遊行等，親身體驗了歐洲傳統節日的歡慶氛圍。

五、國外實習之影響與效益

回國以後我成長蠻多的，從前期繁雜的簽證、保險等文件申請，到在捷克當地的生活與跨國旅行，一路上難免會遇到大大小小的突發狀況。這些考驗逼著我必須在異地獨立思考、尋求資源，並冷靜解決問題，不僅建立了我強大的心理素質，也讓我變得更加自信與獨立。

而這次的教學經驗跟以往也截然不同，更考驗我如何走進學生內心、激發其學習動機，進而提升了我觀察與分析的能力。在課堂中，我觀察到歐洲與亞洲學生在思維上的差異，促使我學會用多元角度看待事物，並重新翻轉跨文化教學的溝通模式。

六、感想與建議

這趟旅程最珍貴的收穫，莫過於結識了來自世界各地的摯友，包括哥斯大黎加的室友，以及一路上不斷鼓勵我開口的法國朋友。坦白說，我本身並非畏懼表達的人，第一週在宿舍與大家自

我介紹、閒聊時還算如魚得水，同儕的稱讚也給了我不少信心。然而到了第三週，當表面的日常話題聊完，大家開始深入探討國際時事、流行迷因與文化議題時，強烈的挫折感頓時襲來。各國不同的口音、飛快的語速，加上艱澀的用字，讓我發現自己竟然聽不懂了，每當我在腦海中緩慢將英文轉為中文、思考後再轉回英文想開口時，大家早已進入下一個話題；甚至當被詢問意見時，我也只能尷尬傻笑。

那段時間我陷入了極大的低潮與迷惘。但法國朋友總是耐心地為我重複內容、平時也常陪我聊天練習，陪我熬過了語言的撞牆期。這讓我體悟到，比起應付考試，「敢於開口」才是真正走向國際的第一步。如果你的目的是想在短時間內讓英文能力有飛躍性的成長，成效或許有限，但你絕對會變得更有膽識、更敢於表達。

因此，不要因為擔心語言能力或未知環境而卻步，保持開放的心胸、大膽嘗試、享受當下！



