

# 生活報告

2017 Fall Semester  
企四乙 102305030 宋婕瑜

## 一、 學校簡介

Universidad de Navarra 位於西班牙北部 Navarra 自治區的首府 Pamplona，創立於西元 1952 年，是西班牙公認的最佳私立大學之一。

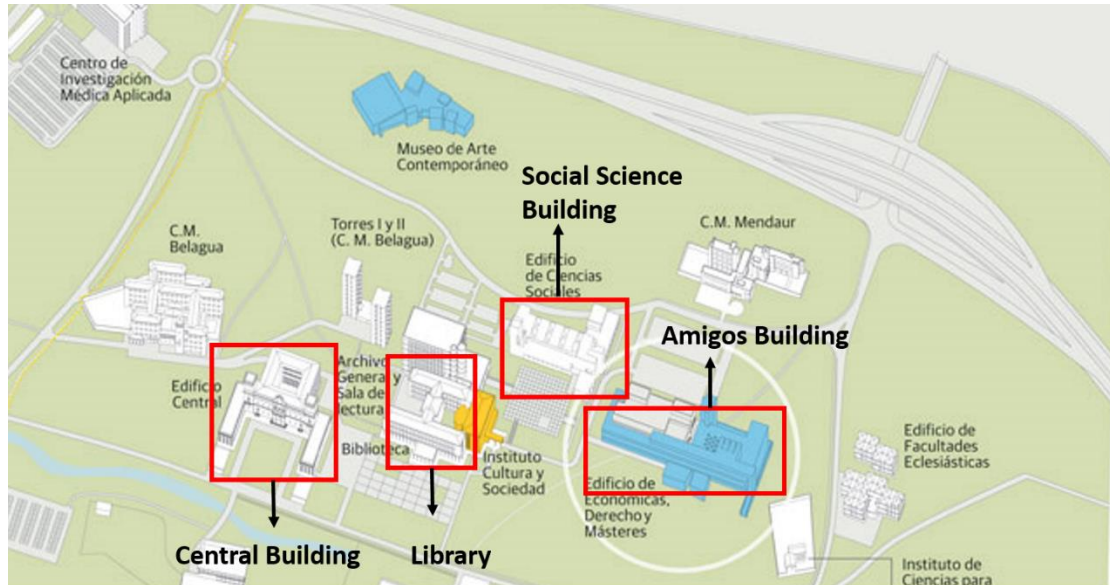
此校包含多個校區，主要校區位於 Pamplona，因此交換期間都會在主校區內上課，另包含位於 San Sebastián 的工學院、位於 Madrid 及 Barcelona 的 IESE 商學院及 Munich 和 New York 校區等等。

同時，此校非常注重國際交流，學校內有大約五分之一為國際學生，當地學生中曾至國外交換者亦高達 39%。另外，此校為天主教的私立學校，校風較為保守，因此在上課的穿著上須多加注意，各教室內也常常可見掛在牆上的十字架，學校內也設有小教堂及禱告室等設備。

學校占地廣大，環境清幽，風景秀麗，擁有大片草地，當陽光普照的課餘時間，總會看到學生三三兩兩躺在草皮上聊天、野餐，好不愜意，而入秋後天氣涼爽時，則可見轉紅或轉黃的落葉紛紛飄落，帶來秋意。

另外，學校內的建築皆設計簡約且新穎，教室內的設備非常齊全、完善，各建築內的公共交誼空間也寬敞明亮，有很多桌椅供學生做報告、討論及聊天等等。主要較常使用到的建築包括以下四個(如圖):

1. Amigo Building: 這學期的 Orientation Day 及 International Day 就在這裡舉行，International Relations Office(類似 OIP 辦公室)也位在這棟建築物的一樓，另外，商學院大部分的課程及部分 ILCE 的西班牙文課也會使用這裡的教室上課，-1 樓有寬闊的交誼空間，適合討論報告或與同學一同享用午餐。
2. Social Science Building: 如果有選修傳播學院的課程，有可能會使用到這裡的教室及討論空間。
3. Library: 圖書館內包括 ILCE 的辦公室及教室，ILCE 的西班牙課程和 Club de Espanol 每周三舉辦的 coffee chat 和其他活動多位於此，另外，也可以在這裡借到英文書籍、自修念書或影印等等。
4. Central Building: 類似政大的行政大樓，學期剛開始的幾個星期，會有協助交換生的學生組織在這裡擺攤，若在找房子或生活上的其他問題，可以來此詢問看看。



## 二、 課程資訊

以交換生而言至多能選到十門課，而政大商學院規定，至少須選一堂商學院相關的課程，另外，根據政大商院與 ILCE 的協定，政大學生至多可以免費選擇四門 ILCE 的西語課，不用額外付學分費，若想要增進西語能力的同學可以好好把握。

以上學期交換而言，前一學期的學期末前(大約是五月底六月初)會收到學校寄來的信，要求交換學生在線上完成西班牙文能力檢定，內容包括文法選擇及短篇寫作，檢定完成後便會分發至相當的程度與班級，但是此分發的程度並非不能更改，在學期剛開始的加退選時期，若覺得課程內容過難或過於簡單，都可以和老師討論換至其他班級。

在七月初到七月中便是第一次的線上選課，課程選擇包括 ILCE 開的西班牙文文法、會話或文化等課程，另外也有其他學院及商學院所開的英文課程可供選修，然而第一次於線上所選的課並不代表一定可以修得到，有時候會因為人數限制而有所變動，線上選課的結果要到 Orientation Day 那天所發的課程資料中才能得知，而開學後尚有一周左右的加退選時間。以下是我選的五門課程，其中三門是 ILCE 所開設的西班牙文課，一門商院的課程及一門傳播學院的課程，以下根據我的推薦程度依序介紹:

### 1. Communication skills for advertising and public relations (3 ECTS)

這是我所修習的所有課程中，最推薦的一堂由傳院開設的課程，由於根據之前前往交換的同學口中得知，UNAV 的傳播學院也是相當有名且優良的，因此就決定要選看看一堂傳院相關的課。

這堂課的教授 Colin 堅持要小班教學以維持上課品質，一班大約 20 人左右，上課方式生動活潑，課前有一些短篇文章需閱讀、完成後面習題，上課後教授會帶大家統整，並且設計活動讓學生運用課本上的理論，包括角色扮演，全班分成兩至三個站在不同立場的角色，與同角色

的同學先討論出溝通的方式和希望的結果，教授在分派與不同立場的同學進行溝通、交涉，以此達到練習談判能力。另有 Elevator speech 的訓練、敘述架構的教學、撰寫內容及批改、錄音練習台風和說服力等等。

在選擇這堂課之前本來很擔心，因為我在政大時沒有修過傳院的課，缺乏相關傳院的基礎知識，但是這堂課的內容淺顯易懂，就算沒有基礎也能快速從中學習。另外，教授的英文非常標準，完全不會有因為口音而不瞭解的問題，教授同時也非常鼓勵學生發表意見，如果英文表達能力並不那麼流暢也不需要擔心，教授都會帶著鼓勵及正面的態度給予回應。班上除了少數幾個是交換學生之外，其他大多是西班牙當地學生或來此念學位的中南美洲學生，因此也是個跟當地學生交流的好機會。

這堂課沒有期中考試，課間會有一些 Elevator speech 的錄音作業、每周的閱讀作業及幾次課堂上的寫作練習，期末有筆試，考試方式與每周的閱讀作業形式類似，另有期末的小組報告，在大約期中時就會開始分組，每組選定一個商品作為要銷售的產品，最後在期末時報告小組的銷售策略、目標市場、TA 和行銷方式等等。

## 2. Spanish A2 (6 ECTS)

因為我在台灣已經上到 B1.1 的課本及內容，因此這堂課的文法句型對我而言是較為輕鬆的，老師 Isabel 非常年輕有活力，上課方式也認真活潑，非常鼓勵學生的互動和發言，內容也都淺顯易懂，會配合節日上一些特殊內容，例如萬聖節時會教相關單字，感恩節時讀相關文章等等。

這堂課一學期內有兩次口試及三次筆試，考試時間並不固定，老師會在考試前一至兩個星期在課堂上宣布，考試內容大多與課本相關，並不會太難，另外偶爾也會有短篇寫作的作業，寫完後老師會協助批改、訂正。

比較特別的是 ILCE 在這學期規定所有交換生在學期末前須交出一支紀錄交換生活的影片，主題不限，不確定之後的學期是否也有相關規定，如果有的話可以盡早準備，多拍攝一些素材以供剪輯。

## 3. Conceptual Grammar B1 Basic (6 ECTS)

相信有學習過西班牙文的同學都會知道，時態與動詞變化是西班牙文中令人頭痛的一部份內容，就算學過該文法，在使用時機時往往仍會有所遲疑，因此在前往交換前我決定要修習文法相關的課程，藉此機會搞懂學過的一大堆文法。

雖然線上已經做過西文的能力分級，但是在文法的第一堂課依然會有個更詳細的文法選擇測驗，依能力分成不同班級。教授非常有耐心、上課認真，而教學方式與台灣大同小異，但教授所發的講義分類歸納的非常清楚，有任何疑問都可以在課堂上或下課後與教授討論，另外教授

非常注重作業的練習，所以一定要在上課前完成作業，教授很有可能會檢查。

這堂課包含兩次考試，期中以及期末考試，兩次皆為筆試，多為文法選擇、填空及短篇寫作。教授會在考試前告知考試的範圍，考試內容並不是太難，但建議要先搞懂所有的文法及細節會更上手。

#### 4. Project management (6 ECTS)

此堂課教導的是建立及管理一個專案時會使用到的表格、架構及其他工具，這堂課為兩個教授共同合開，通常教授會在前一堂課先教導理論及如何使用工具，後一堂課則用簡單的範例，讓同學討論、練習。另外，兩位教授的口音皆有點重，剛開始可能會有點不習慣不適應，但在幾堂課聚精會神的理解之後，便可以慢慢上手。

整體而言這堂課算是比較偏重，一學期中包含期中專案與期末專案，兩個專案是獨立、沒有關聯的，也就是說在學期的後半段，不僅僅要將之前教過的內容重新整理、規劃，放入期末的新專案中，另外也須同時加入正在教的新工具及表格。專案的部分，在課堂之餘需要花時間與同組組員討論，除需要上台發表外，同時也需要繳交至少二十頁的書面報告及包含各表格的 excel 檔。除此之外，另有期末的筆試，範圍較廣，包含整學期的教學內容。

#### 5. Pronunciation and conversation A2 (6 ECTS)

這堂課較不推薦的原因是因為課堂內容與想像中的稍有出入，此堂課並非一般的會話課，而是著重於發音學、音標及口音比較等等，但是教授 Yvonne 人很好上課也認真仔細、非常有耐心，課堂中也會有一些特別的活動，例如老師曾帶我們到錄音室錄下我們的對話內容，再進行分析。此堂課沒有期中考，只有期末考，只要是簡答及聽力填空、口音區分等內容。

### 三、生活與文化交流

#### 1. 飲食

在 Pamplona 其實生活是非常方便的，多數交換生所居住的 Iturrama 區宛如一個大型的社區，附近有非常多家的超市及亞超，平時的三餐我大多都自己料理。其中最推薦一家連鎖超市—Mercadona，價格通常較其他超市便宜，超市空間大，應有盡有，若有時想偷懶時，可以到學校的咖啡廳買簡單的三明治或輕食。

另外，每周四的晚上，位於老城區的 bar 有些會推出只要兩歐的 Juevepintxos，包含一杯飲品(啤酒、紅酒、白酒或水)以及一份 Tapas，強烈推薦交換生一定要去試試。

#### 2. 購物

老城區有一些連鎖品牌，例如 ZARA、Pull & Bear、Mango 等等，若需要買衣著可以去那裏逛逛，另外也有 Flying tiger 可以買些設計可愛

的小東西及文具，若是要購買生活用品或雜貨，可以去亞洲超市逛逛，大部分都可以買得到。

另外，若是覺得老城區的店不夠逛，在 Pamplona 郊區有個大賣場 La Morea，需要搭公車才能抵達，裡面有更多的連鎖品牌和一家超大的超市，可以買到所需的所有東西，大賣場附近也有一家 IKEA，但是店面略小，不一定可以買到所有需要的家具。

### 3. 交通

在 Pamplona 並沒有地鐵，主要都是以公車為大眾交通工具，公車路線廣闊，班次密集。一張公車卡兩歐，一次充值最少加五歐，大部分的 Tabacco 都有販賣，搭一次大約是 0.67 歐，若沒有公車卡則是 1.35 歐，因此建議可以購買一張，若要前往郊區的賣場或是火車站時就可以派上用場。

另外，因為火車站距離學校、Iturrama 區和市區有段距離，因此建議要搭早班火車的交換生要提早查好公車班次，若要步行前往則須提早約一小時出門較保險。

再者，Pamplona 巴士站位於城堡公園的右側，每周五的凌晨一點固定有一班前往馬德里的夜間巴士，早上約六點會停靠馬德里機場，六點半會抵達馬德里市區的巴士站，若是周五沒有課且想要周末出遊，我都會搭乘這班巴士。

### 4. 影印

圖書館刷卡進去後右手邊有自動販賣機，可以在那裏購買影印卡，卡片一張含儲值約兩歐，影印則是一張 0.05 歐，會建議開學時就買一張，因為之後若是要印講義或機票等等都會用到。

買好了影印卡之後，只要在有影印機的地方都可以使用，不限於圖書館，另外也可將檔案存至隨身碟中，用影印機列印出來。

### 5. 郵局

距離學校較近的郵局位於於 Sancho el fuerte 路上，郵局門口對面就是一家叫 BM 的超市，若是需要買郵票可以到郵局或是 Tabacco 問問，但並非每家都有賣。另外，若是網購或家人寄來的包裹，郵局會投單到住處的信箱，爾後再帶著單子與證件到郵局領取，需要注意的是收件人姓名需與證件一致，因此在購物或填寫時需多加注意。

### 6. 電信

我當時購買的是 Vodafone 的預付卡，每個月付十歐，包含約 20 分鐘的通話及 1.2GB 的網路，Vodafone 最方便的就是在歐洲各國都可以使用，後來我有去英國、愛爾蘭及瑞士，也都沒問題，因為有些電信業者不支援歐盟國以外的國家或瑞士的電信，因此在購買前可以先做功課。另外，因為當時碰到聖誕節的緣故，Vodafone 推出相同價格，但網路流量贈送三倍的活動，因此若有之後同樣辦 Vodafone 的同學，可以多多

注意相關的優惠資訊。

## 7. 銀行

在開戶前最好要有西班牙當地的電話號碼及住處地址，因為這樣可以同時開通網路刷卡的功能，所以會建議先去電信買預付卡，再去開戶。我當時選擇在 Santander 開戶，優點是這家銀行與學校有特約，只要帶護照、學生證等證件去即可開戶，也不需要多收開戶的手續費，會直接發一張 debit card，但缺點是從台灣匯款的手續費很高，大約一次是 2000 元台幣，可能會依照匯款的金額而有所不同，另一缺點是行員大多不會講英文，建議可以先將想問的問題翻成西班牙文寫下來，再請行員回答。

另外，西班牙銀行的效率參差不齊，所以每次前往銀行都建議預留兩個小時的緩衝時間，因為有可能要帶著耐心的等待，同時也要注意西班牙銀行的營業時間從早上八點到下午兩點，周末不營業。

## 四、 注意事項

### 1. 生活作息

在西班牙，下午兩點到五點是休息時間，有些店家是 13:30-16:30，有些則是 14:00-17:00，只有超市和亞超不會休息，因此在購買東西或到郵局辦事的時候須多加注意。另外，Pamplona 的週日基本上大部分的店家及超市都不會營業，因此可以在周六先購買所需的食物。

### 2. 治安

Pamplona 是一個治安非常良好的城市，人口組成也很簡單，大多是退休老人和學生，因此生活在這裡可以很安心，就算是深夜在外面行走也不需要感到害怕。但若是前往西班牙其他城市或南部旅遊時則須多加注意，若是揹著後背包，最好在上面加個鎖，因為每次走在街頭或地鐵內，包包的拉鍊就會莫名其妙被打開，所以還是小心為上。

### 3. 氣候

Pamplona 位於西班牙北部，同時靠近山邊，因此氣候上較偏濕冷，今年因為氣候異常的原因，直到十月中旬才開始轉冷，但聽當地的同學說，以往十月初就開始漸漸轉涼，冬天常常會到 3、4 度，下雪時甚至會到 -1、-2 度，因此若是上學期前往交換的同學，建議可以多帶保暖衣物和發熱衣，以避免一時突然轉涼而來不及買衣物。

### 4. 文化差異

我相信文化差異是每一個交換生都會面臨到的問題，不論是與同學間、室友間或房東，但這同時也是一個學習的好機會，同時因為語言的隔閡，其中不免產生誤會、衝突或摩擦，這時候理性的溝通和不過度解讀對方行為就顯得格外重要，唯有如此才能解決問題，和平共處。