

## 生活報告

### 學校介紹

Universidad de Navarra 納瓦拉大學位於西班牙北部納瓦拉自治區首府 Pamplona 潘普洛納，成立於 1952 年，是西班牙公認最好的私立大學之一。

- 2012 年紐約時報大學排名中納瓦拉大學名列世界第 34 名
- 紐約時報在 2006 年泰晤士報高等教育副刊中將納瓦拉大學視為西班牙最好的私立大學
- 歐洲名列第一的 MBA (企管碩士學程) IESE 隸屬於納瓦拉大學



Pamplona 在每年七月初以 San Fermin 奔牛節聞名於世界，是一個有很多老人、小孩、小狗，很安全適合養老的城市，雖然離大城市滿遠的，沒有長假不能出去會有點無聊，但我真的很喜歡 Pamplona！鄰近的城市有 San Sebastian 和 Bilbao。San Sebastian 是一個小城市，以很美的海灘著

名，從 Pamplona 搭巴士過去大概一個小時就到了，車票也不貴印象中好像是 7 歐單程，一天就可以玩完。Bilbao 是西班牙北部最大城，有著名的古根漢博物館，搭巴士時間大約兩個半小時左右，車票約 15 歐，可以當日來回也可以在那住一晚。另外，不知道為什麼 Bilbao 到 London 的機票特別便宜，所以如果有想要到倫敦旅行，可以不用搭很久的巴士到馬德里到巴塞隆納。

### 課程資訊

Universidad de Navarra 的課程以商學院交換生而言是學期制但也有些是密集制，在選課的時候它會有特別標示。課程又分為三大類：商學院的課、其他學院的課以及 ILCE (Institute of Spanish Language and Culture) 的西班牙文課程，而政大交換生有個好處是可以選最多 4 門 ILCE 的西班牙文課，完全免費（很多交換生都只能選 2 門），所以很推薦交換生去可以多選幾門，因為真的很划算！（我有個俄羅斯朋友學期結束要多留在 Pamplona 學西班牙文，報了 ILCE 的課程 120 小時就要 1000 歐><）

歐洲的學分數是以 ect 來計算，納瓦拉規定交換學生最少要修習 21 ects 的課，其中商學院的課要至少 6 ects。6 ect 的課大概是一週上兩個小時的課兩次，相當於政大的 4 學分，所以總共一學期約至少需修 14 學分的課。通常教授都會中間不下課最後提早半小時下課，所以實際上課時間一次大約是一個半小時，課堂間如果想上廁所也可以出去。納瓦拉大學最有名的是傳播學院，有些課程是英文授課內容也都滿有趣的，如果排課時間允許的話也可以選一門。這學期我總共選了五門課 24 ects，其中包括 2 門商學院的課和 3 門 ILCE 的西班牙文課。

#### Negotiation (3 ects)

這堂課是英文授課我覺得還滿有趣的，但對於台灣的學生可能會有點小壓力，因為上課必須一直發言而且是算分數的。每個禮拜上課前必須先讀個案，上課時老師會就個案進行討論並分組辯論，會先將各組分在小會議室裡討論各組角色的利弊點以及如何說服對方？期中期末不會太難，整體而言是個滿涼滿簡單的科目，但要花時間讀個案。

#### Human Resources (6 ects)



這堂課的教授跟 **Negotiation** 的教授一樣，也是讀個案並上課討論，有些個案會有小重複所以準備起來不會太吃力，上課不會像 **Negotiation** 那麼重發言，期中期末是帶回家寫的申論題，不難但要寫很多字，我記得我期中花了 7 個小時才寫完，寫了 3000 多字.....。

### **Español II A2 (6 ects)**

我在台灣已經學到 A2 但只上了一半，在這個班雖然內容不難，但因為老師全程是用西班牙文上課，所以剛開始都聽不太懂，也要花比別人更多的時間去準備，但老師人很好上課也很有趣！

### **Pronunciacion y conversación II (6 ects)**

這堂課的老師跟 **Español II A2** 的老師一樣，但人數很少只有三個人所以可以學到很多，上課很 free 就像跟老師聊天有問題可以隨時提出，而且是全西班牙文所以可以進步很多，老師還帶我們到當地的傳統市場跟攤販和顧客練習對話、演話劇和到傳播學院錄廣播，並聽自己錄的廣播校正發音。這堂課的 **Pronunciacion** 跟我們一般想像的發音課不太一樣，老師也會校正學生的發音，但也會著重在西班牙文各器官發音的專有名詞。

### **Gramatica conceptual II (3 ects)**

文法課是我三門西班牙文課中我覺得最簡單的，但我覺得跟老師有很大的關係，這堂課的老師是用英文上課而且內容比較淺，所以相較於其他兩堂課比較輕鬆壓力比較沒那麼大，但相對地學到的東西也比較少。

## **生活文化交流與注意事項**

**Pamplona** 很像一個大學城，學校附近的建築物住的幾乎都是學生，我覺得是西班牙文山區，因為在西班牙北部天氣相較於西班牙其他地方比較冷，而且滿常下雨的。據當地西班牙人說這裡的治安是整個西班牙最好的，在 **Pamplona** 都是老人、小孩和狗，我覺得是個很安全、溫馨、適合養老的地方。學校有一個類似政大 **IY** 的組織，會舉辦很多活動給交換學生，有滑雪的活動、到附近城市的一日遊像是：**Bilbao**、**San Sebastian**、**Logroño**，另外 **ILCE** 也會舉辦很多跟西班牙文相關的活動，像每個禮拜三都會有 **coffee day**，可以免費喝咖啡和老師以及其他交換學生練習用西班牙

牙文聊天，我之前也參加了 ILCE 舉辦的 Camino de Santiago，這是西班牙著名的朝聖者之路，非常有意義是很特別的文化交流。此外還有另外一個 cooking club 我很喜歡，也是可以練習西班牙文同時學習如何做西班牙傳統料理，像我們之前就做過 churros con chocolate 吉拿棒沾巧克力和 paella 海鮮燉飯，而且不會很貴每次費用大概 2 歐而已。



Camino de Santiago 與愛爾蘭的朝聖者

在 Pamplona 有一個很特別的日子，每個禮拜四在舊城區都會有 Juevincho = Jueves (星期四) + Pincho (西班牙小菜麵包上放不同的食材像伊比利豬、臘腸火腿、橄欖、鵝肝之類的，很多不同的樣式)。平常一個 pincho 大概就要 2 歐左右，但如果在星期四晚上去的話一個 pincho 加一杯啤酒只要 2 歐，會比平常便宜很多所以都會很多人很熱鬧！建議如果要去的話，早一點大概 7 點就先去，因為西班牙人都 9 點 10 點左右才吃晚餐 (午餐 2 點)，7 點去可以避開人潮。另外西班牙人的夜生活會去 discoteca，通常他們會在 11 點左右先 pre-drink，在某個朋友家中先開趴，到 2 點才到夜店去跳舞跳到早上 7 點才回家，真的超瘋狂之前跟西班牙室友去過一次，回來累死比夜唱還累十倍因為要一直跳舞，Pamplona 的夜店有個滿特別的規定，因為 2 點後才會很多人，所以通常 2 點進場不用門票！

Pamplona 最熱鬧的市中心和舊城區都很近就在旁邊，我住在 Iturrama 區平常也都走路到市中心，雖然不像馬德里、巴塞隆納這樣的大城市有很多逛街的商店，但日常生活所需還是應有盡有。我最常去 El Corte Ingles 是西班牙的連鎖百貨公司，如果是 Spring semester 去交換的同學可以把

握一月底到二月中特價期間購物，晚一點去的好處是越晚特價會越大，但相對地商品選擇也會變很少有可能斷碼之類的，所以可以剛開始特價就先去看看有沒有喜歡的然後商品量多不多再決定。如果平常煮飯有點累或吃膩了我也會到 **El Corte Ingles** 的超市熟食區買一些現成的菜回去配飯吃也不會太貴，推薦可以買墨魚新鮮又好吃！此外，西班牙的各種酒真的都超級無敵便宜，所以我都白天喝啤酒晚上睡前和紅酒、白酒，西班牙特別的啤酒是 **cerveza con limón**（檸檬啤酒），它喝起來很像飲料並沒有太重的酒味，而且酒精濃度也低 3%而已，所以推薦不是很喜歡喝酒或酒量不太好的同學可以試試，如果到巴賽隆納加泰隆尼亞區旅遊的話檸檬啤酒又叫做 **Clara**，但這好像是加泰隆尼亞語，所以如果到其他城市還是要說 **cerveza con limón**。

**Pamplona** 因為是一個很小的城市，所以並沒有捷運地鐵只有公車，但並不會很不方便，因為大部分的地方走路都可以到達。建議可以買一張公車卡，一張公車卡大概 2 歐，用公車卡搭公車一次只要 0.7 歐，但如果沒有公車卡買單程票一次就要 1.35 歐，如果搭很多次就會差很多。公車卡可以在 **Tabacco** 充值，是一間西班牙到處都有的小商店，建議一次不要加太多因為不能退款。而從 **Pamplona** 到其他城市的交通，除了搭國鐵 **Renfe**、巴士 **ALSA** 外還有一個西班牙當地才有的 **blablacar**，是有點類似 **Uber** 共乘的概念，價錢也不貴。另外如果往返 **Pamplona** 和巴賽隆納建議一定要搭 **monbus**，它也是一家巴士公司但往返這兩個地方特別便宜，可以 15-20 歐就買到，但如果是 **ALSA** 要 30 歐左右而且末班車只有到下午 4、5 點，在機場又沒有巴士站一定要到市區搭，而從機場到市區又要至少 1 小時的交通時間。

西班牙的生活文化和台灣有著滿大的差異，像他們的午餐時間是 2 點才開始，晚餐 9、10 點才吃，所以大部分的餐廳都會至少中午 1:00、1:30，晚上 7:00 後才開，在西班牙其他城市旅遊安排行程的時候要特別注意。此外，西班牙的飲水是水龍頭打開就可以喝的，我剛開始到 **Pamplona** 的時候還會先燒過才喝，但後來太麻煩就跟著室友喝水龍頭的水，其實大家不用太擔心，那裡的水真的滿乾淨的，尤其是 **Pamplona**，像我去巴賽隆納或南部塞維亞，水龍的水都有個味道不是很好喝，所以我都買罐裝水，但 **Pamplona** 的水沒味道又很好喝。