

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	吳○樺	學號	
性別	女	就讀本校系所	企管系(所) 四年級
研修學校	荷蘭海牙大學	研修系所(學程)	International Business
研修學校獎學金補助經費	無	實際教育部/本校補助經費 (領取者填寫)	無
實際花費金額 (新台幣)	學費: 16,861元 學雜費: 7,354元 住宿費: 約100,000元 生活費: 約200,000元(生活+旅行) 來回飛機票: 約33,000元 合計: 約357,000元		
國外修讀學分數	12ECTS	薦送學校採認學分數	尚未公布
實際出國日期	2023.08.06	實際返國日期	2024.02.10
心得內容(1000-1500字, 請附照片1~3張)			

## 1、緣起

高中時因緣際會下曾到美國交換一年，但由於年紀小，所以是和寄宿家庭生活在一起。當時就決定上了大學有機會一定要再出國看看，不過這次是以不一樣的身份、形式和心態去交換；獨自前往並打理一切來體驗國外的生活，同時去了解不同文化以及到歐洲各國旅遊並且感受當下。

為什麼選擇荷蘭？大致分成三個原因：

1. 英語友善、文化包容性高，因此生活治安也相對安全。
2. 地理位置佳、旅遊交通方便。
3. 海牙大學的國際商學院設立成熟，系上教授大多為業界中各領域專業人士，因此能透過課堂獲得許多實務經驗分享以及專業知識學習。

## 2、研修學校簡介

荷蘭的大學主要分為研究型 and 應用型大學兩種，而海牙大學屬於應用型大學。學校-教授-校友-學生在LinkedIn上的使用算活躍，因此學校師生與業界關係密切。海牙大學在2017排名國內應用類大學第一名，其中我前往交換的國際商學院(International Business)有很多國際生，主要以英文授課，富含了國際化以及多元文化的組成。

學校周圍生活機能好，對面就是Den Haag HS火車站、巴士站以及Tram站(交通方便)，旁邊也有超市，距離海牙市中心和唐人街步行15-20分鐘。



(左:Den Haag HS 火車站)(右:新生週佈置的大廳)

## 3、國外研修之課程學習(課內)

海牙大學的一學期又細分成 Block1&2 跟台灣不太一樣，有些課只上半學期就結束課程。在半年當中，我修習了三門課程，分別為Management of Information II (Block 2), Inclusive Entrepreneurship & Global Citizenship (Block 1) 以及 Survival Dutch (Block 1&2)

### -Management of Information II (資訊管理2):

主要在介紹Power BI的基本觀念與軟體應用，每週1.5小時授課時間，每堂前半段老師會先介紹當周主題的觀念和使用時機，後半堂課會直接帶大家上機操作，然後每週都有上機練習的作業，可以依個人情況自由練習。老師很有耐心，不懂的步驟可以當下直接提問並用更容易理解的方式來說明。由於我不是資管本科系加上英文授課，因此修這門課需要額外花時間去複習上課內容，但也因為這樣，能更充分的了解軟體並熟悉操作。滿推薦修這堂課的，可以學到東西。再來評分標準是期末考佔100%，只要有認真聽課和複習，考試不難。

### -Inclusive Entrepreneurship & Global Citizenship (包容性企業家精神與全球公民意識):

每週授課約2小時，基本上每堂都是討論課，老師只有在第一堂課時說明課綱以及評分標準，整個課程有兩份paper要跟小組合作完成+期末口頭報告(統整兩份paper的小組建議和心得)+期末書面自我評量。討論的主題主要圍繞在歐洲青年創業議題、英國脫歐、各歐盟國間創業文化的差異等等。老師授課時間可以說是幾乎沒有，但在課堂上跟組員討論報告時，老師都很樂意給予發想、內容建議

以及事後的評量回饋。這堂課帶給我最大的收穫應該是透過搜集報告用資料以及與不同國籍組員討論的過程中更了解了歐洲創業的文化背景、影響因素以及不同文化背景下的人看待一件事情有不同的見解並學會尊重與包容。

#### -Survival Dutch (荷蘭語言與文化):

這堂課是只開給交換學生的課主任程，每週授課1.5小時，老師很活潑可愛，每堂課開頭都會分享幾個荷蘭當地的文化、荷蘭人的生活模式/態度/習性以及特殊節日，讓我們在荷蘭的半年能夠更認識與貼近當地生活以及避免觸碰到一些小禁忌(例如：荷蘭人很守時，遲到是一件很不禮貌的事；他們非常注重自己的時間，想要約到荷蘭人很困難；腳踏車可以說是他們最主要的交通工具，擁有一台腳踏車是你成為荷蘭人的第一步等等有趣的小知識)。至於語言的部分，不像台灣通常會先從字母發音一步步教，比較偏向直接以日常基本會話教起(自我介紹、數字、家庭等主題)，上課也經常有機會和其他國籍交換生做會話練習，讓每個學生都有練習口說的機會。這堂課的評分標準是期末口說和筆試各佔50%，也是有準備基本上不會太難。

課程大部分都不看出席率，感覺國外教授都比較偏向讓學生安排自己的時間，去不去上課是你的決定，採開放和信任態度。

#### 4、 國外研修之生活學習(課外)

##### -個人:

在歐洲的飲食不如台灣方便，學會煮飯能夠省下不少預算。在台灣從來不煮飯的我，在荷蘭這半年廚藝大幅進步，台式/西式/韓式/日式 想吃什麼自己動手做。而且會煮飯的好處之一就是可以以食物會友，同時身為台灣人也能夠分享自己的飲食文化給異國朋友。

在荷蘭的這半年，多了很多時間與自己相處，把重心回歸自我。除了學習獨處，也在不同文化碰撞以及思想開放交流的環境下，更經常去思考「以人為本」的文化議題，也藉此更加的了解認識自己，逐步找到自己想要什麼，追求的目標等。

##### -人際:

來到歐洲後，我學會更主動去與人交談，不管是在餐廳隔壁桌的陌生人，還是在旅途中住青年旅館隔壁床的背包客等等，都讓我深切感受到人與人之間即使互不相識且僅有短暫的相處仍可以有深入交流與人情的溫度。

另外在荷蘭認識的交換生朋友們，我們會一起做飯，介紹家鄉的菜餚；時不時到異國朋友的房間聊天長達3-4哥小時都不為過，交流著不同文化下看待事情的角度且更懂得尊重和理解差異性。

##### -旅遊:

在歐洲交換，能夠用低費用玩遍歐洲各國，更重要的是在每一趟旅行中，除了能佔地利之便看到許多世界著名的歷史景點、品嚐道地美食外，還能夠住在當地，跟著當地人的步調體驗不同國家與文化下的生活態度與習慣。當把自己放置於這樣的環境下，便能放慢步調並深入觀察與我們的文化的不同之處。

(左:蝦仁紅醬義大利麵/中:跟在荷蘭的好友最後的道別聚會/右:在巴黎遊船認識的法國人)





(在巴黎街頭享受生活的人們)

### 研修之具體效益(請條列式列舉)

#### 5、感想與建議

- 英文能力提升
- 廚藝進步
- 學習如何「生活」-在生活與工作/學習間找到平衡
- 獨立自主-生活大大小小的自理與獨自解決、面對問題能力
- 思想開放-跨文化學習與尊重

在荷蘭的這半年，我最大的收穫應該是內心的自我成長，老實說這種心靈成長的變化很難在這份心得裡用三言兩語總結所有，但可以分享的是如果在看到這裡，你對交換有那麼一點興趣而且願意走出國際看看世界，那麼這已經是走向自我成長的一大步了，出國除了具體所見的成長(英語能力進步、獨立生活能力、解決問題能力、適應力變強等等)同時在國外的這段期間，由於多了很多時間思考或有時間做想做的事，所以生活的步調會放慢許多，因此在每天最簡單的日常、到各地旅遊遇見的大小事、與來自世界各地的人認識交流、又或者泡在路邊咖啡廳做做事偶爾觀察路上經過的人、發生的事物，或許都能從中獲得些細微的發現與感受。我認為這是在我交換這半年很珍惜的事也期許自己再回到台灣後，依舊能夠不失這份生活的純粹與美好。

最後想告訴大家，趁著大學生的身份踏出原有舒適圈，去體驗、探索、迷惘！這一切的經驗在往後生活中一定會帶給你很不一樣且珍貴的養分！



(右:荷蘭人必備腳踏車!)

\* 請於返國二個月內將本報告繳交至oia@nchu.edu.tw