

○

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫
The Hague University of Applied Sciences
心得報告

財務金融學系 四年級

劉○珊

零、基本資料

姓名	劉○珊	學號	
性別	女	就讀本校系所	財務金融學系 四年級
研修學校	The Hague University of Applied Sciences	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)	學海飛颺6萬台幣
實際花費金額 (新台幣)	學費：無(中興學費) 學雜費：無 住宿費：約10萬台幣 (DUWO宿舍) 生活費：約2萬台幣/月 (旅遊費用需另計) 來回飛機票：約4萬台幣 (皆為華航直航台北-阿姆斯特丹) 合計：12~13萬台幣 (扣除獎學金後且因COVID 19提前回國) (申請過程需其他行政費，約2,000~4,000台幣)		
國外修讀學分數	12 credits (共4門課)	薦送學校採認 學分數	6學分
實際出國日期	Jan 30, 2020	實際返國日期	Mar 16, 2020

一、緣起

選擇荷蘭之考量：

1. 生活安全且發達、治安佳。
2. 地理位置：相對在歐洲大陸的中間，旅遊交通上方便。
3. 語言：平均英文程度高，即便不會講荷蘭文也沒關係。
4. 商業發達：因為主修財金系，因此很好奇這個從海上貿易起家、發展至今的商業大國的國家，是否在金融、商業上有什麼特別之處。



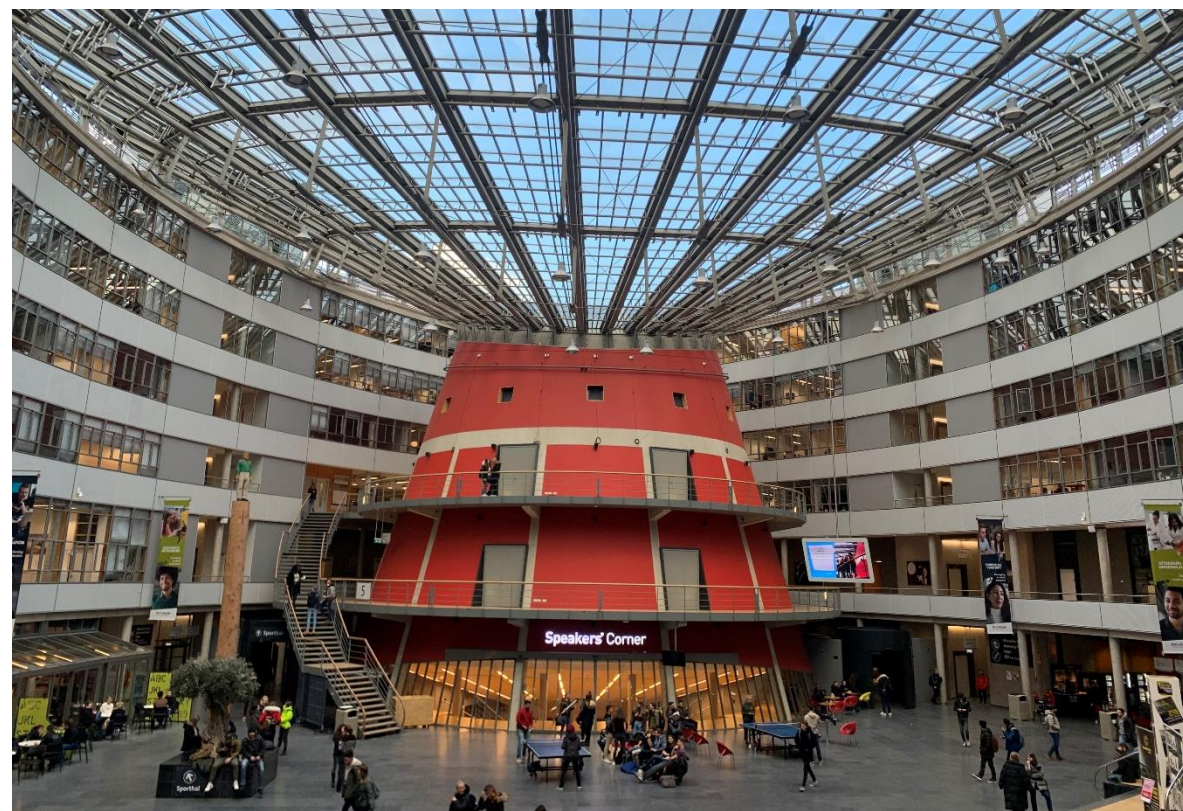
(上圖：Stroopwafels很甜很好吃，超市一包很便宜。)

(下圖：荷蘭以蘋果派聞名，和台灣吃到的很不一樣，內陷真的都是蘋果肉，還會附一球奶油，但仍舊有肉桂味。)



二、研修學校簡介

1. 學校周遭生活機能佳：超市、火車站(HS train station)、公車站、唐人街等，一應俱全，且離海牙市區不遠，走路大概20至30分鐘就可到市區和central station。
2. 空間開放、交流容易。
3. 就海牙的地理位置而言，往南或往北都很方便，離其他大城市也都不遠。



(上圖：一進到學校的空間，經常會在這有各種活動，在這也蠻容易遇到認識的人；圓形的設計讓這裡像是人群匯流中心。)

(左圖：學校旁的HS train station。)

Vragen over jouw studentenaccount, campuscard of het reserveren van IT-middelen?

Questions about your student account, campus card or in need of IT equipment?

Frontoffice FZ & IT
(Ovaal 1.67)

Trek?
Need a snack?

Centraal Restaurant
Food court
(Ovaal 0)

Sporten naast het studeren?
Work out between studying?

Sporthal & Fitness
Sports hall & Fitness
(Ovaal K.35)

STRIP

SPORTHAL

OVAAL

Speakers' Corner, Aula &
The Lighthouse
(Ovaal 0)

Debatten, lezingen en evenementen in De Haagse Hogeschool. Voor het programma, kijk op: www.lighthousehhs.nl
Debate, lectures and events in THUAS. For the full program, check www.lighthousehhs.nl

Voor alle bibliotheekservices:
www.dehaagsehogeschool.nl/studievoorzieningen/bibliotheek
For all library services:
www.thehagueuniversity.com/practical-matters/library

Bibliotheek/ Library
(Study Plaza - Ovaal 1)

The Lighthouse Café &
coffee corner
(Ovaal 0)

Tijd voor een kopje koffie?
Time for a cup of coffee?

Heb je vragen over jouw inschrijving, studiekeuze of studeren in het buitenland?
Do you have any questions about your enrolment, study choice or studying in The Netherlands or abroad?

Student services (Ovaal 1.02)
• CSI/ Student Enrolment Centre
• Study & Career Centre
• International Office

Wil je kopiëren of inbinden?
Do you need to copy or bind?

Copyshop
(Strip 0.76)

Meer weten over kunst, cultuur en uitgaan in Den Haag?
Want to know more about arts, culture and going out in The Hague?

ACKU
(Johanna Westerdijkplein 67)

RUGZAK 1

RUGZAK 2

SLINGER

Studentendecanen en -psychologen
Student counsellors and student psychologists
Ovaal 4 (4.01 - 4.22)

Loop je vast of heb je vragen of (privé) problemen? Of zit je niet lekker in je vel, heb je last van tentamenstress of faalangst?
Things not going smoothly, questions or (personal) problems? Don't feel your normal self, fear of failure or exam stress?

Campus - Student life & Sports
(Johanna Westerdijkplein 66)

Meer weten over het studentenleven en sporten in Den Haag?
Do you want to know more about student life en sports in The Hague?

(左圖：學校地圖。在學校迷路找不到教室絕對正常！因為連一般生都說很常迷路。在圖書館可以找到這紙本的學校地圖，或可以直接到student services詢問課表上的教室在哪裡。)

三、國外研修之課程學習(課內)

1. 課程長度：有些課程只有半學期，分為A(上半學期)、B(下半學期)兩種上課期間；有些則為一整學期的課。在台灣一週一堂3小時的課，在THUAS通常會拆成1.5小時+1.5小時(或1hr+2hr)，概念上是一堂講課，另一堂為題目練習課(似台灣的助教課，但仍舊是老師上課)。
2. 教室安排：通常每堂課每個禮拜都會換教室，所以上課前要記得先確認好教室位置。
3. 荷蘭文課：有專門為交換生開設的荷蘭文課，會介紹很多荷蘭的文化，也是個認識更多不同國家交換生的好機會，很有趣。
4. 第二外語課程：有法文、西文、德文、日文、中文等外語課程，通常老師為母語人士。體驗用英文學外語、和歐洲同學練習外語，很有趣的同時，也可能會覺得很有壓力；尤其是修歐洲語系的外語課，畢竟歐洲學生生活在同個語系下，即便是初學，仍然可以比較快、容易猜到外語的意思和發音，所以有可能大部分的歐洲同學都猜到一個新單字的意思了，但自己卻仍一頭霧水。
5. 重視報告、實際練習：但如同國內大學生，有人認真有人懶散。



(右圖：某天法文課的教室。每次上課到不同的教室，如同在探險學校。)

四、國外研修之生活學習(課外)

1. 學校的課外活動：student life & sports會舉辦一些認識荷蘭的文化活動、運動，需額外繳些費用。
2. 境外旅遊：交通方便，可看看學校是否有Flixbus優惠券。

*境內短程而言，Flixbus不一定比火車便宜。

(下圖：搭Flixbus前往巴黎的公路景色。)



(下圖：參觀議會的課外活動。)



五、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 上課提問氛圍：上課時老師和學生的雙向互動頻繁，不論是奇怪或基本的問題，老師們都樂意回答，同學之間的討論也不在話下。這或許有好有壞，好處是學習上的疑惑一定會被解答，且不會被嘲笑；但壞處是，有時發問過於基本的問題可能是因為個人翹課、沒複習所致，但老師卻仍需要花時間在課堂中解釋，進度多少會受影響。但整體而言，這樣發問的上課氣氛與習慣，在學習上的確有幫助。
2. 對英文溝通之態度與認知：由於英文對於大部分的人而言，都不是母語，因此在溝通上，每個人的英文多少都會犯錯，但沒有人會那麼在乎文法等細節是否正確，而是更重視一個人是否能用英文做為共同溝通、順利表達的工具；因此，不會有一定要說得多完美的壓力，而更能夠自然、熟悉的用英文表達，深刻體會英文做為一樣生活的工具，而不是狹隘的考試科目。
3. 學習第二外語之動力提升：大部分的歐洲同學們對於學習外語都相當有熱忱和動力。或許是因為歐洲大陸各國家比肩相鄰外，加上申根、同處歐洲語系內，所以學習外語相當正常，也就發展成為習慣，甚至是未來職場的重要技能。
4. 提升解決問題之能力和膽量：出門在異鄉中的異鄉，即便有時能求助朋友，但更多時候只有自己才能真正解決問題，但前提是，不能害怕到退縮，就是硬著頭皮也要面對，主動尋找解決方式很重要。



(上圖：海牙市中心的圖書館。一樓有咖啡廳、禮品店，還有很多關於荷蘭、海牙的旅遊簡介和介紹DM，很實用。)

六、感想與建議：行前建議

1. 住宿：若非常在意是否和大部分的交換生一起住、在意往返學校距離者，建議在一收到DUWO帳號開通的email後，就須趕快在學校合作的租屋網預訂房間(目前學校是和DUWO合作)，網站上每棟宿舍距離學校的遠近、房型、價格不一。但若不介意距離者，其實住在離學校遠一點的市區，也是另一種有趣的生活體驗。

有些交換生同學沒使用學校提供的租屋網站，有聽過寄宿家庭、Airbnb、student hotel等，但就要額外注意是否有含水電、能否register。



(上圖：我沒有和大部分的交換生住在學校旁邊的宿舍，我住在市區旁的DUWO宿舍2樓，為單人套房，房間內有自己的衛浴、小冰箱、暖氣、一個衣櫥、兩個小沙發、一張書桌和椅子，一入住時DUWO就會提供基本的床單、被子、枕頭、廚具、延長線。)

(上圖：共用的廚房。若要煮會產生大量油煙的食物，一定要開窗戶，不然會觸發偵測煙霧的警報器，會很吵很尷尬。)

六、感想與建議：抵達後建議

1. 銀行：越早申請越好，需先在網站上預約申請，現場申請後需再等1至數個禮拜，才會收到金融卡等文件。有個荷蘭的銀行帳號，生活絕對更順暢！綁定applepay等手機支付系統後，不論在荷蘭或其他國家，生活無憂無慮。
2. 交通卡(右圖)：建議一到後就去學校旁的HS train station買張藍色OV card，不然搭車非常不方便、不太有人會單買實體票(所以路人全都不知道如何買實體票)。未有銀行帳戶前，只能先買藍色OV card，至少可以上下車刷卡；有銀行帳戶後，就可再上網申請換成黃色記名的OV card，且選擇適合自己的優惠方案。
3. 電話/網路：建議出發時先在機場買數天至數個禮拜的網路卡；抵達後再找當地的電信店買電話卡，註冊好後依照自己的使用習慣top up通話時間和網路。

*但我這次去，在DUWO辦公室拿宿舍鑰匙時，他們就直接免費提供一張Lebara的空白卡。基本上在荷蘭境內使用網路都相當順暢，另外，我在布魯塞爾、巴黎使用網路也都順暢。所以或許抵達後可以主動詢問DUWO是否還有提供空白的電話卡。



六、感想與建議：抵達後建議

4. 腳踏車：若住離學校較遠者，可考慮買或租一台腳踏車，但若已有黃色OV card加上學生優惠方案者，或許依靠大眾運輸就蠻方便了，因此可斟酌。若想買便宜一點的二手腳踏車，可在Facebook上找二手社團，但須問清楚車子(尤其高度)大小；或是到當地後，有些腳踏車店也會有賣二手腳踏車。若想要租腳踏車，學校裡有一間專門租腳踏車的店(swapfiets)，有不同方案可選擇，但須有荷蘭的銀行帳戶才能承租。

*一般歐洲成人腳踏車的高度真的比較高(160公分左右的同學可能會和我一樣覺得為難，160公分以下可能真的要考慮兒童腳踏車)、通常為腳剎車(手剎車相對很少)、沒有車籃、手把間距較寬等，的確需要花些時間適應。

*若有購買或承租腳踏車，需注意是否有車燈。因為荷蘭法規似乎有規定，無車燈者會被罰款。學校裡租腳踏車的店有附車燈和車鎖。



(上圖：荷蘭最常見的腳踏車樣子，沒有車籃、沒有手煞車、坐墊高度偏高，不一定會有後座。)

六、感想與建議：生活感想

1. 生活中無現金化比例高：好處是不需帶太多現金出門，任何東西只要手機一感應即可；但在銀行辦好前，相對生活比較麻煩，例如曾經遇過不收現金的咖啡廳，我只好為難店員收下我的現金；若使用超市的自助結帳機，但仍用現金付款，那簡直和直接排隊實體結帳沒什麼兩樣，大大減低自助結帳的設立用途。
2. 英文溝通順暢：和路上任何人都可以順利用英文溝通，從老人到小孩、從店員到清潔工，所以遇到問題時，只要敢問，基本上都可以順利解決。
3. 車子主動禮讓行人：在台灣，一般行人過馬路時，習慣等路上車子都通過後、沒有來車時才過馬路；但在荷蘭，即便是車來車往的市區馬路上，駕駛看到有路人要過馬路，就會主動停下來讓行人通過；且紅綠燈沒有像台灣這麼多。
4. 平常路上交通注意：走在路上，除了應注意大量、有點兇的腳踏車，還要注意trams；遇到trams的鐵軌時，騎腳踏車很容易就卡到摔倒，走路時要先確定沒有trams要過、小心不要被撞，尤其市區。

(下圖：海牙市區，很多trams鐵軌，這邊過馬路穿越時要多加小心，雖然兩旁設有腳踏車道，但有時候也會有機車騎在腳踏車道上。)



六、感想與建議：生活感想

5. 冷食：除了特別去餐廳外，一般多為三明治或麵包夾生菜、薯條等。還記得在當地已經生活一陣子的台灣朋友和我抱怨的第一件事，就是荷蘭人有多愛吃冷食；我在學餐最常買的食物就是看起來很不熱賣的熱湯。

6. 多雨的天氣：只要沒有下雨，就是好天氣；出太陽時，絕對要出去曬太陽。時常綿綿細雨，但蠻少人會撐傘，所以外套或大衣有稍微防水的功能會更好。

7. 隨處可見長椅、垃圾桶。

8. 大部分荷蘭人都很親切，歧視狀況絕對是少數，且就個人經驗而言，外顯的歧視行為都是有色人種歧視有色人種(不論在荷蘭或其他國家)。出國前做好心理準備，遇到時就不會太介意或難過。

9. 打招呼的習慣差別：回到台灣後，生活上我最想念大概是在歐洲不論到哪，一看到人、一走進一間店就會互相打招呼說Hello、Bonjour，結帳完、離開一間店時，店員一定會說Have a nice day；在學校不論是老師或同學，一起走在走廊上，第一句話通常是How are you？有時即便對方只是陌生人，或和自己再如何不熟悉，當自己在外時，這樣的打招呼總會讓人心裡莫名的覺得溫暖。



(上圖：海牙市區到處都是trams；2、3月的天氣總是下雨或陰天。)