

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	柯O辰	學號	-
性別	女	就讀本校系所	國際農企業學士學位學程 四年級
研修學校	University of Vaasa	研修系所(學 程)	Business
研修學校 獎學金補 助經費	0	實際教育部/ 本校補助經費 (領取者填寫)	96,000
實際花費 金額 (新台幣)	學費：中興學費 學雜費：中興學雜費 住宿費：12,000/月 生活費：15,000/月 旅遊費：60,000 來回飛機票：90,000 合計：352,000		
國外修讀 學分數	15 ECTS	薦送學校採認 學分數	6
實際出國 日期	2021/12/13	實際返國日期	2022/07/13
<p>1. 緣起</p> <p>自從選擇就讀國際農企業學士學位學程，交換一直在我的必做清單中，系上的學長姐也紛紛分享他們的交換經驗，更堅定地在心裡埋下我也要去交換成為更酷的人的想法。原先計畫交換一年（三下和四上共兩學期），但受無奈 Covid-19 的影響，真正能實現交換的心願延至大學的最後一個學期—四下。對於交換最先的想法無非是脫離舒適圈，到一個人生地不熟的地方生活，到另一個國家以另一種方式學習知識，並在那裡認識更多不同的人們，去擁有一段不一樣的人生經驗。在國農企裡，大家都有著十分良好的英文能力，有時更會因為如此更加不敢開口，相信在國外的環境中，更能促使自己開口說話，即使這是很大的挑戰，卻也覺得這是我應該在大學中嘗試的事情。</p> <p>關於選擇交換的學校，其實最先選擇德國的學校，也許是因為最先並沒有特別明確的國家選擇，而德國又是特別熱門的選擇，所以憑著跟風心態也選了德國，並因此選擇德文為第二外語，並修了一年的德文。後來面臨選擇學校之際，我查了每一間姊妹校，包括環境、OIA 網站的心得，在經過深思熟慮後最後選擇在環境和地理位置最吸引我的芬蘭瓦薩大學。</p>			

2. 研修學校簡介

瓦薩大學位於芬蘭瓦薩，年輕的學生人口及鄰近瑞典的地理位置，使瓦薩相較於其他芬蘭城市更加活力充沛，瀕臨波的尼亞灣的校園，風景優美，被譽為芬蘭最美校區之一。該校設有四個學院，分別為管理學院、人文學院、商學院及工學院，其商學院在芬蘭十分有名，吸引各地學子前往就讀。該校對於國際學生照顧有加，積極為國際學生提供幫助及課內外活動。

3. 國外研修之課程學習(課內)

這學期中，我選擇修習了四堂課，分別是 Finnish as a Foreign Language 1a、International Business Negotiations、Introduction to International Business、Cultures of Consumption。前情提要，當時芬蘭疫情並未鬆綁，所以幾乎都還是維持線上課，直到學期中後段才開放實體課程，而瓦薩大學的課程排程類似密集課程，每門課的開始及結束期間皆不同，所以時間上較自由。

Finnish as a Foreign Language 1a (2 ECTS)，想說來了芬蘭，學學當地的語言沒有壞處。芬蘭語老師的上課方式大多已回家自學為主，上課時主要以和同學互相練習口說，中間有三次小作業，期末則是筆試和口試。芬蘭語蠻困難的，但上課時能認識更多朋友是件有趣的事情。

Introduction to International Business (3 ECTS)，每堂課由不同的老師上課，講解國際企業環境中重要的元素，期末是筆試，有三次機會取最高的成績。

International Business Negotiations (5 ECTS)，這其實是研究所的課，剛進去的時候才發現大家都是 master。這堂課是我覺得最困難也最有趣的一堂課。總共有兩個大報告，皆是團體報告，遇到的組員都很厲害，第一個報告是分析談判失敗的案子，期末則是會進行一場真正的 negotiation，一組會代表一個公司和另一個公司進行商業談判，每個人也各會代表一個公司裡的職位，過程很緊張、好玩，實戰時更學到許多談判技巧。

Cultures of Consumption (5 ECTS)，探討不同文化下有著不同消費者習慣的課，先各自記錄自己的消費日記一周，分組討論彼此不同的消費習慣，期末團體和個人的書面報告。

4. 國外研修之生活學習(課外)

|關於吃|

在芬蘭大多都是自己煮，出國最省錢又可以用食物交朋友！

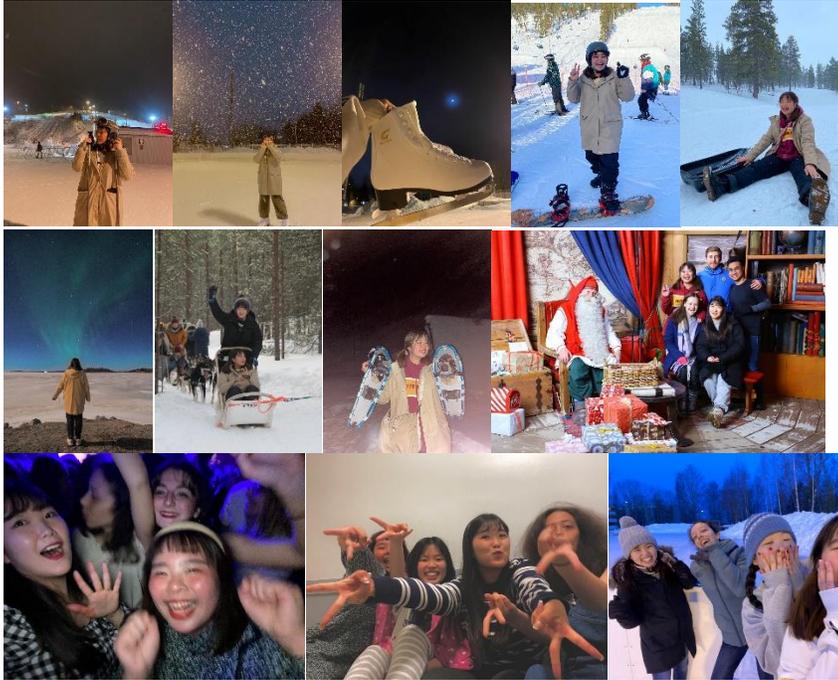
另外省錢的方法還有去學餐吃飯，一餐只要 2.7 歐！另外在特別的日子會和朋友去吃壽司吃到飽（芬蘭人好像很喜歡壽司！很多吃到飽店）

|關於天氣|

芬蘭的天氣不外乎是寒冷、雪，一直到五月才沒有再下雪，另外最不習慣的是日夜的長短，抵達是十二月中，當時的日出是早上 11 點而日落是下午 1 點；離開時是六月，日出是凌晨三點而日落是晚上 12 點。

|關於活動|

一直到三月，瓦薩的雪都還是很厚，溜冰和滑雪就是再適合不過的活動了。另外，極光在宿舍附近的空曠、沒光害的地方就可以看到！超幸福！另外，歐洲的類似學生會的組織叫作 ESN，他們會不定期地辦活動，芬蘭很特別的就是 SITZSITZ party 和 Lapland trip。



▶ skiing/skating/
snowboarding/
sliding

▶ Aurora/Husky/
snowshoeing/
Lapland trip

在各個活動中，認識了很多來自各國的朋友，我們一起旅遊、一起辦生日派對、一起溜冰、一起煮飯，就算只有我一個台灣人，也一點也不覺得孤單。另外，藉著這次的交換機會，我在歐洲挑戰獨自旅行，花了一個月的時間深入走訪了6個國家，在旅行中也遇到了許多來自各國的人，也替交換生活增添許多回憶。

5. 研修之具體效益(請條列式列舉)

- 壹、增進英文能力，不再害羞開口說英文
- 貳、成為獨當一面的人，遇困難能獨自找方法解決
- 參、學會和自己相處，享受獨自的時刻
- 肆、體驗歐洲各國的文化
- 伍、結交來自世界各地的朋友，
- 陸、跳脫舒適圈，到一個沒有台灣人的地方
- 柒、適應力增加，能快速應變危機

6. 感想與建議

很開心這次中興大學提供我去芬蘭交換的機會，在交換獲得的回憶和故事是獨一無二且珍貴的，也謝謝當初沒有因為疫情放棄交換且勇敢的自己。去到一個完全沒有台灣人的地方起初是孤獨的，一早從起床到睡前，除了偶爾和

家人朋友講電話，從口中說出的都是英文，但漸漸地，其實越來越習慣講英文，甚至可以用英文和朋友聊心事、開導彼此，這些回憶都深刻的留在心裡。在這次交換中，也發現自己其實可以面對很多事情，也變得更加勇敢，遇到無法解決的事情時不害怕詢問，更不害怕用英文詢問(真的只剩英文!) 認識各國的朋友，聊天過後常常會有 culture shock 但其實發現這都是超有趣的事情，有機會的話也會一起去做，能深刻的體驗各國的文化真的能拓展對這個世界的視野。

如果現在再看心得的你對於交換有那麼一點動心，那就行動吧！為自己勇敢一次吧！

* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw