

# 國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

## 心得報告

|                                 |  |                         |   |
|---------------------------------|--|-------------------------|---|
| 姓名                              | 吳o瑩  | 學號                      | -   |
| 性別                              | 女  | 就讀本校系所                  | 行銷系 四年級   |
| 研修學校                            | 荷蘭海牙應用科學大學   | 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<br>(領取者填寫) | 學海飛颺獎學金<br>學校配合款:<br>新台幣 16,000 元<br>教育部補助經費:<br>新台幣 80,000 元 |
| 實際花費金額<br>(新台幣)                 | 學費:0 元<br>學雜費: 約 3,000 元(教科書、影印費用)<br>住宿費: 約 98,280 元(每月 520 歐 * 6 個月)<br>生活費: 約 156,000 元(每月約新台幣 26,000 元)<br>來回飛機票: 來回約 28,000 元<br>合計:295,280 |                         |   |
| 國外修讀學分數                         | 15 ECTS  | 薦送學校採認學分數               | 尚未公布  |
| 實際出國日期                          | 2022/1/25  | 實際返國日期                  | 2022/7/29   |
| 心得內容(1000-1500 字, 請附照片 1 ~ 3 張) |  |                         |   |

### 一、緣起

因家裡經濟的緣故，從沒想過自己有機會能出國留學，但還是期望有機會能出國跳脫舒適圈、顛覆價值觀。在系上教授和同儕的耳濡目染下，我從大二下開始研究學校的出國交換計畫，發現除了有很多不錯的國家以及姊妹校可選擇，同時還能申請教育部學海飛颺的獎學金減輕經濟負擔，因此我就下定決心提出申請，把遙不可及的夢變成現實。

為什麼來荷蘭？這是來歐洲後外國朋友最常問的問題。除了喜歡荷蘭舒適涼爽的天氣、自由開放的文化，另一個主要原因是想精進自己英文口說能力。雖然荷蘭人母語是荷蘭文，但根據 EF English Proficiency Index 2018 的數據顯示，在「全球英語能力指數評比調查」中，全世界 88 個非英語系的國家裡荷蘭的英語能力是全球第二強！幾乎每個路人、服務生都可以跟你用流暢的英語對話，對沒有學過第三外語的短期交換生非常友善，因此這裡成了我第一個交換的志願。

### 二、研修學校簡介

荷蘭的大學主要分為兩類：研究類大學(universiteit, 簡稱 U 類大學)和應用類大學(hogeschool, 簡稱 H 類大學, 相當於台灣的科技大學)。荷蘭海牙應用大學在系上教授與學長姐之間擁有高度討論度，為荷蘭領先的 H 類大學之一，在 2017 年於荷蘭應用型大學排名第一，

也為交換姊妹校設置了完善的交換計劃。它們聞名於注重本科知識的「實際應用」，比起單向的教導理論更注重於雙向工作坊形式的個案討論。我申請前往交換的系所：International Business and Management 是校內人數最多，同時也是全校內最知名的科系。

### 三、國外研修之課程學習(課內)

這裡的老師們都很注重雙向溝通、互動，大部分課程都是以工作坊的形式進行。每週課前都有新的教材需要預習。上課的時候是在你已經有基礎知識下，直接帶你看案例應用、討論，讓我體會到如何有效率的吸收知識並「實際應用」。

在半年當中，我選擇本科行銷相關(Advanced Marketing & Sales)、知識領域拓展(Lean 6 Sigma)以及外語(Public Speaking for Business, Survival Dutch)等課程。最特別的是 Advanced Marketing & Sales 這堂課，分為四個主題：策略行銷、國際行銷、數位行銷以及銷售，在短短的一學期幫我系統化複習在中興從大一到大三必、選修課中學到的重點行銷工具。

### 四、國外研修之生活學習(課外)

在生活當中主要能學習到兩個面向：技能面和價值觀面。

技能包含記帳和下廚。因為在歐洲交換，旅遊各個歐盟國家都很方便，因此如何在有限的資源下能有多餘的預算和時間去旅遊、看看世界對於交換生來說是一個很大的學問。同時，因為荷蘭的物價偏貴，外食一餐大約都是 10-15 歐起跳，下廚對交換生來說是最好的省錢方式，大約花 30 歐就能處理一週七天的三餐。我原本來荷蘭前也不會下廚，但現在已經能煮出中、西、韓式等料理了。而價值觀面的部份是在於變得更有自信、思想更為開放。在這裡能發現身邊的國際生朋友都很勇敢的表達自己的意見、分享自己的看法。

### 五、研修之具體效益(請條列式列舉)

- 思想開放 | 更能尊重文化差異

- 拓展人脈 | 交到不同國家的朋友
- 獨當一面 | 遇到挫折時學會為自己的決定負責
- 外語能力 | 訓練用外語流利的表達自己想法
- 時間管理 | 重視學習和課外生活間的平衡

## 六、感想與建議

來荷蘭前，我總是忐忑著問自己是否值得。我發現這半年的收穫是無法用投入的金錢去衡量的，從體驗到不同的文化、認識到不同國家的人當中帶給我很多價值觀的顛覆與感動。而在海牙交換的生活也跟我當初想像的一樣，不論在地理位置、天氣、生活機能、學校資源下都很棒，甚至比我想像的還美。

在建議的部分，不論是要在荷蘭開戶、領取居留證、辦電信都建議大家先上網做好功課以減少很多不必要的冤枉路，因為荷蘭很多機構都是需要事先預約才可以跑程序，缺帶任一文件他們都是有權利不需要幫你的。在心態方面，我認為最重要的建議就是在於，出發之前問問自己：出國的目的是什麼？想在半年後成為什麼樣的人？先了解自己的動機，在過程中放下手機好好享受、記錄每一刻生活，保持心態開放嘗試各種事情，從中發現自己各種不同的可能性！



▲ 學校大廳



▲ 與荷蘭文課組員和老師合照 ▲ 代表學校參加大學籃球競賽

\* 請於返國二個月內將本報告繳交至 [oia@nchu.edu.tw](mailto:ويا@nchu.edu.tw)