研修學年度/學期: 106 學年度

薦送學校、系所、年級:臺北科技大學 文化事業發展系四年級

中文姓名: 王宣宜

研修國家: 荷蘭

研修學校:海牙大學 The Hague University of Applied Science

一、緣起

出國交換一直以來都是我人生當中,必做清單裡頭的一環。適應異地的生活品質,認識異國的文化,體會與台灣不同之處。原本預計大三那年申請大四出去交換,經過一連串的思考與規劃。我決定先把在校的學分都修完畢,利用延畢的這段空擋,也就是大五這段時間,花一點時間去了解自己,開闊眼界,離開本來舒適的生活圈,經歷一段磨練。選擇學交換學校的時候,可吃盡一些苦頭,由於自己的英文能力程度,我不敢說能跟外國人非常流利的溝通,但也不至於會有溝通障礙程度。為了精進自己的語言能力。我選擇荷蘭的原因,在於荷蘭人雖然他們的母語是荷蘭文,但普遍的荷蘭人都會講英文,而且荷蘭人的英文是全歐洲最好的。加上地理位置氣候都跟台灣相似許多。這畢竟是第一次我要離家很遠,且要隻身在歐洲生活,選擇荷蘭對我這小女子來說是再適合不過了!

二、 研修學校簡介

海牙大學位於世界法律之都,國際法庭、荷蘭女王行宮、政府所在地——海牙。 創建於 1987 年 9 月 1 日,全稱海牙應用科技大學 (The Hague University of Applied Science),荷蘭文: De Haagse Hogeschool)。

在校學生 2.34 萬人(2014年),學生平均畢業用時 4.5 年,是一所國際化的現代型大學,並一直以其高質量教學聞名於世。海牙大學教育設施完善,師資集結了來自美國、英國、加拿大等世界各地的國家及地區的 1500 多名教職員工,是荷蘭最為著名的大學之一。



三、 國外研修之課程學習(課內)

我在海牙大學所選擇的科系為資訊&設計(IT & Design),這個科系分成資訊與設立兩個方向的的課程可以選擇。雖然對於我在本科專業文化事業發展系是有一點落差的,但由於我高中對設計有充滿著一點熱忱,加上蠻喜歡隨手拍照紀錄,所以我選擇了攝影課。那時我天真以為可以只憑靠著手機拍攝出來的照片來繳交作業,但凡是對自己的作品還是有要求的。出外真的是很靠朋友的,後來好不容易被我借到一台單眼相機。

每兩週要繳交 20 張教授指定的主題:質感律動、飲品廣告、時間、身體曲線、倒影(自訂)。要上傳到學校的 blackboard(教學平台上),且寫 email 請教授給 feedback。在課堂上每週都有不同的 work shop。一週上三天課,分別要上講解主題方向、攝影理論、work shop。

其中對身體曲線這個主題印象最深刻,人體的肌膚呈現在光影下的變化。從要找人願意給我拍,而且還要是願意脫光讓我以專業的角度,在攝影棚打光拍攝。首先一開始我找了我的外國室友,但由於宗教關係,他告訴我說他們不能隨便裸露在別人面前甚至是拍照。這完全打破了,我一直以來以為西方人都是很開放願意去展現自己身體的美。後來我找到一位在美國留過學的台灣女生,在既定印象中,東方人都是很保守的。非常感謝這位台灣女生能願意讓我拍攝長達兩小時,完成我的作品。這個主題,對我來說很新鮮有趣且有挑戰性的,在台灣根本不可能會有這樣的機會去因為一個課程而去拍這樣的主題。



教授上課給我們看的範例/在 work shop 老師指導如何打光。

完成這五個主題要製作一本作品集,從版面排版、材質、輸出都要自己一守包辦。 覺得在歐洲最幸福的一件事情就是,歐洲有很多博物館跟美術館,教授可以隨時安排去博 物館參觀,參觀完畢後還能坐下來一起分享討論,師生關係更貼近些。



参考之前修課學生的作品。/理論課老師帶我們到阿姆斯特丹校外參訪看攝影展。

最後一次的 work shop 針孔相機,自己製作針孔相機,拍攝自己的人像且在暗房洗照片出來。真的最喜歡自己製作簡易的相機然後洗出來。拍完之後的相片教授會幫我們快速的掃瞄之後翻轉負片成正片。

以下的照片是正在用針孔相機照自己且在計時的我,在暗房洗照片(為了方便記錄所以洗完照片才打開燈)。拍成功的兩張針孔照片。



雖然在台灣我的科系也有攝影課,但是我覺得我在台灣所接受到的並非讓我會有一種我要很努力且積極地向老師尋求 feedback,這是我們在台灣學生很少看到的。

四、 國外研修之生活學習(課外)

在歐洲交換,除了完成本份。不外乎就是到各國旅行,把握放假之餘,體驗當地的文化風情。一開始安排出去玩,都是抱著小時候在課本上看過,所以一定要去走訪一遭,當看到那些壯觀的建築或者景觀呈現在眼前,不禁會覺得,人類真的很渺小、古人真的很偉大、大自然的奧妙之處。便會更想要去調查去瞭解這些背景故事,雖然這世界不是我們用短短的時間就能去認識完的,但願意一點一滴地去發現、去開創自己的眼界。會讓自我的人生更不一樣些。

另外交換期間,我發現到即使我們一群人都擁有著亞洲的面孔,但還是有說不完的文化差異。包括飲食、生活模式、民族性。真的令我覺得,世界真的很奇妙呢!

我們都不知道我們彼此能活多久,也不知道未來會變得如何,珍惜所擁有的每一刻。好好記錄下且整理自己曾經歷過的曾經。



室友的聚會。/交換生的聚會

五、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

- 以開放式教學環境,老師不會給你標準正確答案,但會引導你得到正確答案。
- 比較多小組討論,少了很多制式化的教育。
- 小班制教學,一班不超過20人,嚴禁用手機。
- 學生自學很重要,老師只給 20%的教材,自已要努力 80%學習。
- 師生採互動式的提問,老師會要求每一個人講自己想法。
- 師生關係是平等的,會尊重學生所表達的想法。

六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

- 適應在地的生活模式,體會學習不同的教學制度與學習環境。
- 更加了解台灣本土的文化,知道如何表達自己的國家,以自己國家為榮。
- 與不同國家的人交流、生活、切磋,從每一次的交談對話中,發現每個國家的不同之 處,人文、民族性以及思想。
- 增廣自我的眼界,能會自己的未來想到更多不同的出入。
- 在國外感受到台灣人們的溫暖與喜悅,得到一些經驗與新的想法。
- 體會到在異鄉,朋友之間互助的重要性。
- 學會更加獨立,生活大小事一切要自己安排妥當。
- 對於陌生人的戒心與警覺性。

七、感想與建議



與夥伴 JOY 抵達荷蘭海牙的第一天。

2017年8月中踏上荷蘭這塊土地,展開半年的交換人生。

從小對荷蘭的印象,是一個填海造陸低窪地的國家。這樣生活半年下來,給我一種自由且 又井然有序,寧靜的。在路上的優先權不是行人,而是腳踏車,剛來的時候,真的好幾次 都要被撞。從這一點出發來看,荷蘭是一個看不到貧富差距的國家,連荷蘭的首相都是每 天騎腳踏車上下。荷蘭的交通費很貴,所以大部分的荷蘭人每個人都至少擁有 1-2 台的腳 踏車,腳踏車對他們而且就像腳呀! 在這短短的六個月當中,影響了很多我看待人生的想法,旅行在我的人生當中是什麼定義,我期盼在每一次旅途當中能獲得怎麼樣的收穫?以及對人的警戒心,慶幸的是我沒有遇到扒手搶偷我任何東西,但有遇到因為我善良之心發作嚴重導致被騙的事情,獨自一人在異鄉碰到這樣的鳥事,身邊沒有親朋好友的陪伴與幫助。學會不慌不忙鎮定的去面對處理一切事情。我一直覺得我還挺獨立的,直到我來到歐洲,我才驚覺如果我一直待在台灣我就還是長不大的孩子呀!感謝這六個月的歷練,讓我又更成長了不少。也替我在大學生涯劃上一個句點,找到更多人生的方向。

短短的交換生人生,把握時間好好到各國走看,什麼事情都很新鮮且又驚艷,一連串的到 處走看。每一趟旅程都得自己規劃,每一張照片背後都有著說不完的故事。

謝謝荷蘭,對我而言,它就像是我在歐洲的家。到處旅行漂泊後,可以停下來歇息的落腳處。

照片分享



開學第一天看到的有趣的景象。/海牙大學的外觀,被河環繞著。



海牙大學的主要大樓(很多活動會在這舉辦)是否能找到小小的我呢?



在圖書館,不僅可以讀書,還能找到很適合放鬆的空間。



學生餐廳一直以來都是學生的好朋友。/學餐薯條不僅超好吃還超捲~



搭上 Tram,半個小時就能到海邊。/ loving Vincent 這部電影的展覽,與心中的偶像梵谷先生的海報合影。



在小孩河堤第一次這麼近看到牛。/小孩河堤的風車。(荷蘭的指標!)



路邊掉了ov卡,沒想到走原路回去還能找回來。/在鹿特丹的景色。

赴外研修調查表

姓名:
聯絡資訊(同意公開):poiuy90023@gmail.com
研修國家: 荷蘭 研修學校: 海牙大學
研修學期:■上學期 □下學期 當地研修科系: IT & Design
研修期間:西元 _2017 年 08 月 15 日 至 _2018 年 02 月 28 日
初期規劃
選擇此校原因: 喜歡荷蘭, 地理位置佳。普遍荷蘭人都能用英文溝通
是否有相對應科系:□ 是(系所名稱) ■ 否
+1 +1 534 4-5- +1
赴外學校申請 日本即於新供養物: 五二 2017 年 05 日 15 日
何時開始準備資料:西元 <u>2017</u> 年 <u>05</u> 月 <u>15</u> 日
何時繳交資料提出申請:西元 <u>2017</u> 年 <u>05</u> 月 <u>24</u> 日
何時獲得錄取通知:西元 <u>2017</u> 年 <u>05</u> 月 <u>31</u> 日
申請所需資料清單(若有網址請提供): 財力證明、學生保險匯款單據
簽證申請
是否需要申請簽證:■ 是 □ 否
簽證費用: \$2000 左右 (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處): NTIO
申請簽證官方網頁: http://www.ntio.org.tw/
申請所需文件(請逐一列出): 護照正本、護照影本、大頭照兩寸兩
張、中英出生證明、MVV、交換學校入取單
申請所需時程: 20170719 (申請日期) 20170724 (取得日期)
T B3///III3/3/IE(T B3 E //3/
費用
當地學校需繳交費用
學費: _0(新台幣)
其他項目:
其他項目:
整體總開銷(含:簽證、交通、伙食、住宿等):200000_(新台幣)
課程與學分抵免
選課方式: □ 線上選課 ■ 紙本選課 □ 其他:

選修學分數上限與下限:上限下限_15ETCS
是否可跨系選課:□是□否□其他:
學分抵免
● 是否有抵免學分:□ 有 ■ 無
● 學分抵免難易度:□ 困難 ■ 普通 □ 容易
• 抵免學分數:堂課,共學分
• 當地研修之課程名稱: 學分: 學分: 學分:
北科大抵免課程名稱: 學分:
====================================
● 是否額外收取費用:□ 是 □ 否
請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等
住宿
交換學校所提供之住宿選項
□交換學校宿舍 □ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
■交換學校配合之校外租屋公司 ■京松留 技術 ## ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **
□交換學校提供之校外租屋資訊 學校是否提供宿舍:■是 □否:
学权定台提供信告·■定 □台· 校内宿舍型式包含:■單人房 □雙人房 □其他: 人房
您採用的住宿方式:
■ 學校宿舍 (家庭式) 人房 □ 寄宿家庭 □自行租屋 □其他:
其他住宿資訊來源:■研修學校 □朋友
□網路-網址:
住宿費用:
您所住宿的房型費用 6、70000、你公數口,把口,用口,用口,用用
<u>\$ 78000 (</u> 新台幣) □一週 □一個月 ■一學期 就您所知,其他房型費用:
□單人房: \$ (新台幣) □一週 □一個月 □一學期
□雙人房: \$ (新台幣) □一週 □一個月 □一學期
□多人房:人房: \$(新台幣) □一週 □一個月 □一學期

交通 研修學校是否有提供接機服務:■是□否 若有,是否收取費用:□是 <u>\$</u> (新台幣)■否
學校附近交通工具 (距離可以步行距離計算)
□公車 站名: <u>Den hag HS</u> (距學校距離: <u>走路 5 分鐘</u>)
計費方式: <u>從學校到市區大約扣 1.5 歐元</u>
□火車 站名: <u>Den haag HS</u> (距學校距離: <u>走路 5 分鐘</u>) 計費方式: 一站距離就扣 2.4 歐元
□捷運 站名:(距學校距離:)
計費方式:
□公共自行車 站名: (距學校距離:)
計費方式:
□其他:(距學校距離:)
計費方式:
□ 無
北江
生活 党地平均图度(基氏)签图: 0度 C。15 度 C
當地平均溫度(攝氏)範圍: <u>0度 C~15度 C</u> 校園內是否有提供無線上網(Wifi):■ 有 □ 無
住宿環境是否有提供無線上網(Wifi):■ 有 □ 無
當地英語使用普及率:■ 偏高 □ 普通 □ 偏低
當地物價與台北之比較
例如:捷克布拉格 vs.台北為 1.2 比 1 (即為當地物價比台北貴 20%)
交換學校所在國家城市與比例 荷蘭 2.5 vs. 臺北:1
生活用品採買地點
學校附近:請以條列式簡單說明店名、交通位置等
Mega Store 大賣場,宿舍對面
Albert Heijn 超市&Jumbo 超市,Den hag HS 對面

醫院診所與藥局

Haaglanden Medical Center/ GGD Haaglanden

其他:請以條列式簡單說明店名、交通位置等

學校附近:請以條列式簡單說明店名、交通位置等

01/ Den Haag HS 後站出口對面就是學校
02/宿舍就距離學校走路 10 分鐘的路程
其他:請以條列式簡單說明店名、交通位置等
飲食
校園
校內餐廳 □宿舍餐廳 □宿舍含廚房設備 □其他:
校外
請大略分享校外附近用餐地點,並以條列式說明
餐廳名稱:
<u>分鐘路程</u> 餐廳名稱: <u>Lung Fung</u> 類型: 中國料理 價位: 9 歐元左右 步行距離: <u>10</u>
(電影石) - <u>Lung rung</u>
其他建議
自己去超市買食材,宿舍都有廚房可以烹煮。比較划算也能省下比
較多的錢。
12. 2 3. 2.
其他建議