

學生出國研修心得報告內容大綱

研修學年度/學期	106學年度第2學期
薦送學校、系所、年級	國立臺北科技大學 工業工程與管理系四年級
中文姓名	陳伶穎
研修國家	荷蘭
研修學校	Hanze University of Applied Sciences
一、緣起 因緣際會之下申請了交換學生的計畫，從決定是否參與研修計畫、研修國家的選擇與排定，以及細部的申請與規劃，一切來得有些匆促與突然，大學四年級的寒假，前往了荷蘭。 二、研修學校簡介 Hanze University of Applied Sciences位於荷蘭北部的Groningen，與北科大相同，為一所歷史悠久的科技大學，包含了藝術、工程、商業、機電……等領域，校區除了各學院的教學大樓，也設有體育場館及學生餐廳，無學生宿舍，主要校區位於市中心搭乘公車或騎乘自行車約二十分鐘，由於教學合作的因素，有些科系教室會與University of Groningen共用。 三、國外研修之課程學習(課內) 在當地研修的科系為International Industrial Entrepreneurship，屬於工程學	

院，依照教學內容與北科對應的科系為工業工程與管理系，交換學生與二年級的學生一同上課，此科系單年級總共約一百一十位本地生，以及二十位交換生，大約四、五個交換生搭配一個班上的buddy，而約莫一半的課是全班一同於大講堂上課，另一半的課則分為三班，錯開時段於普通教室上課。

一學期分為兩個階段，各十五學分，學生需要選擇全部的課程，一共三十學分，在課程安排方面，與台灣的固定式課表相反，每週皆會有所變動，每階段各課程皆僅有一次期末考試，一至兩次補考機會。由於與能源公司企業的合作，二年級的課程偏向於能源的學習與應用，如能源與科技、能源與社會、進出口策略分析、國際法規以及財務金融與會計。

此科系在下學期需要分組做一個能源的專題，每週以及上下階段有一定的進度，能源公司也會在上下階段派數位人員來瞭解，並參與專題展且評分，因此，除了必須選擇的三十學分之外，每週各組都會固定與指導老師進行數次開會與討論，以確保專題有一定進度。

四、國外研修之生活學習(課外)

自然環境上即有相當大的差別，二月還是會落雪的季節，結冰的湖面、乾冷的風、保暖的帽子圍巾與手套，無法像在台灣一樣戴上口罩保暖，在戶外走著走著，臉頰總是會顯得特別紅，相對於待在戶外的不適，室內總是會放著暖氣，甚至於廁所空間也有單獨的加熱器。下學期末，六月，在北部的荷蘭依舊偶爾出現幾日高溫，學校有空調設備，但是鮮少有租屋處有冷氣與電扇等通風設備，高溫難耐。也由於緯度因素，夏日的日落時間晚，晚間九點十點天色才會漸暗。

在宿舍生活方面，許多交換生會選擇租屋公司SSH所經營的國際學生宿舍，通常宿舍無分性別，本次選擇為雙人雅房，租屋公司會安排同性別的國際生同一間房，約六七人用一間衛浴以及廚房，輪流打掃廚房、清理垃圾，相對

困擾的部分為不同國情所造成的衛生習慣、生活習慣之差別。

國際學生通常會與國際學生有更多的交流，反而鮮少會與當地學生有互動的機會，大部分的時間會自然的依照人種族作為分群，外籍學生的活動時間依照日落時間作為調整，夏日時常會在宿舍外配合著音樂，烤肉、喝酒至十一、二點，偶爾會在廚房進行聚會活動至凌晨，也有許多同學偏好去酒吧至天亮，而天氣好的日子，大家喜歡在課餘時間一起去公園曬太陽、運動、喝酒。

荷蘭人的英文普遍有一定水準，但在生活中他們還是會說荷蘭文、超商標示、路牌標示也普遍僅有荷蘭文。在購物方面，Groningen為一小鎮，無大型的綜合型商場，因此若需購買食物、生活用品、藥妝，需要至不同商店進行購買，大部分商店於晚間六七點結束營業，星期四通常會營業到比較晚；而生鮮市集營業時間短，但能較超市獲得便宜的價格；亞洲超市有販售許多台灣的食品，但是價格偏高。總體來說，花費較多的為交通費與住宿費。

花開的季節恰好是在下學期間，除了有名的花園，平時在路上與市集、超市中都能看見大量的鮮花，春季也是適合假日搭著火車到處旅行的時刻，看看其他城鎮，發現相同的風光，菸蒂恰好卡在高低不平的紅磚地縫隙、比車子還危險的大量腳踏車、翻譯機也無法解釋的大量乳製品與起司種類、風吹走又帶來的大麻味、隨處可見的運河和小湖、鴿子海鷗烏鴉、很高的人、門、火車、超市的架子。

五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 老師習慣給予正面的建議與鼓勵，講出同學的優點。
2. 上課不點名，自由參與，也幾乎沒有回家作業與小考。
3. 老師普遍有開放式的思想，因此同學們在報告時能夠提出較天馬行空的想法而能被接受。
4. 在考試的開放式問答方面，由於中西方思想與作答習慣的不同，拿到

高分不容易。

5. 同學不太會相約一同讀書，但是會約時間討論小組專題。
6. 上課時間偶爾會更動，需要自己上網查詢注意，班上的通訊軟體群組通常用來約喝酒。
7. 上課時約有七八成的同學都會攜帶筆記型電腦，使用電腦做筆記。
8. 上課有問題會直接講出來，下課很少同學會去找老師問問題。
9. 在許多課程中，被老師點到回答問題，即使不知道正確答案也要做出一個回答，不會有其他同學給你提示，或是幫你回答，必須說出自己的想法。
10. 大部分的同學會以自己的利益為優先，例如報告分工的選擇、小組與個人作業的優先順序安排。
11. 課堂中間休息時間，幾乎沒有人會待在教室，大家都會去外面買咖啡喝、聊天或抽菸。

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 增進獨立的生活、解決問題、尋求援助的能力。
2. 寬闊視野、生活英文之能力增進。
3. 藉由與其他國際生的交流，瞭解不同國家的飲食、文化。
4. 讓其他國家的同學認識亞洲、台灣。
5. 使生活與工作的時間分配更為平衡。
6. 在生活中更積極的嘗試不同方法解決問題，能夠有更多角度的思考。
7. 自我相處時間增加，更加認識自己，便於進行自我修正。
8. 接觸到不同背景的人，對思想有所啟發。

七、感想與建議

建議在學校之歡迎日前抵達當地，並參與歡迎日，可在一日辦理好所有證件，省去至各地處理各項事務、檢核與等待的時間。

即使荷蘭治安與其他國家相比之下不差，但外型為亞洲人，在人多之處、以及大眾運輸上、火車電車即將進站或離站時，還是需要有所警惕顧好貴重物品，晚上與早晨則需注意醉漢、欲借手機或問個資、問路的人。在熟悉的地方，甚至是宿舍，都需要提高警覺，保護自身的安全，避免被有意的騷擾與侵犯。

八、 照片



↑ 課堂報告



↑ 二月中



↑ 工廠參訪



↑ 專題展



↑ 按了才會變綠燈



↑ 三月中濃霧



↑ 小池塘



↑ 小河



↑ 荷蘭料理



↑ 除夕夜-宿舍聚餐



↑ Utrecht



↑ 國王節公園活動



↑ Volendam



↑ Giethoorn



↑ 街景



↑ 巴士轉運站



↑ 風力發電



↑ 鬱金香



↑ BAR



↑ 戶外的BAR

赴外研修調查表

姓名：陳伶穎 所屬系所 / 年級：工業工程與管理系四年級
聯絡資訊(同意公開)： _____
研修國家：荷蘭 研修學校：Hanze University of Applied Sciences
研修學期：☐上學期 ☒下學期
當地研修科系：International Industrial Entrepreneurship
研修期間：西元 2018 年 2 月 2 日至 2018 年 7 月 2 日

初期規劃

選擇此校原因：英文普及率高、治安相對佳
 是否有對應科系：☒ 是(International Industrial Entrepreneurship) ☐ 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2017 年 9 月 日
何時繳交資料提出申請：西元 2017 年 9 月 日
何時獲得錄取通知：西元 2017 年 12 月 1 日
申請所需資料清單(若有網址請提供)： 對方學校會寄信通知

簽證申請

是否需要申請簽證：☒ 是 ☐ 否
 簽證費用：\$_____ (新台幣)
 申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：_____ 荷蘭貿易暨投資辦事處
 申請簽證官方網頁：_____ http://www.ntio.org.tw/index_cn.html
 申請所需文件(請逐一列出)：_____ MVV 申請表、大頭照、護照、錄取通知書、護照影本
 申請所需時程：_____ 2017/12 (申請日期) _____ 一週內宅配到家 (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用

學費：_____北科學費_____ (新台幣)

其他項目：_____ 費用：_____ (新台幣)

其他項目：_____ 費用：_____ (新台幣)

整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：_____ (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 30

是否可跨系選課：☒ 是 ☐ 否 ☐ 其他：_____

課程難易度：☐ 困難 ☒ 普通 ☐ 容易

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：_____
- 北科大抵免課程名稱：_____ 學分：_____
- _____ 學分：_____

語言學習資源：☒ 有 ☐ 無 (如：語言學習中心)

- 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
- ☐ 交換學校提供之校外租屋資訊

學校是否提供宿舍：☐ 是 ☒ 否：

校內宿舍型式包含：☐ 單人房 ☐ 雙人房 ☐ 其他：_____人房

您採用的住宿方式：

☐ 學校宿舍_____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：_____SSH

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ _____ 13000 (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：\$ _____ 13000 (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 \$ _____ (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：Zernikeplein (距學校距離：0)

計費方式：單程約 90 台幣

☐火車 站名： (距學校距離：)

計費方式：

☐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

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：2-18 (2-6 月)

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 Groningen：2-3 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

Albert Heijn(超市)、Jumbo(超市)、HEMA(生活用品)

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

醫院診所與藥局

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

Kruidvat(藥妝店)

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：_____類型：_____價位：_____ 步行距離：_____

餐廳名稱：_____類型：_____價位：_____ 步行距離：_____

其他建議

其他建議
