

# 臺北科技大學出國研修心得報告



研修學年度/學期：108 學年度 第一學期

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：陳琦

研修國家：荷蘭

研修學校：Amsterdam University of applied sciences

## 一、緣起

「欸你大四要幹嘛啊？」

「你有要考研究所嗎？」

「你畢業要做什麼呀？」

以上這些問題大概是每個即將畢業的學生最常聽到的，短短的三個問題，卻常常讓我回答不出來。身為一個道地的亞洲學生，考試、升學、考試、升學就是我們的學生生活，終於唸到大學了卻不知道自己追求的到底是什麼，於是心裡總有個聲音再告訴我，該去嘗試些自己真正想體驗的事了！

我想去看看地球另一端的大學生都過著什麼生活，我想試試看生活在不同國家是什麼感覺，我想結交不同國家的朋友，我想要…。我知道成為交換學生，就有機會去找出這些答案，也想給自己一個機會，好好思考自己想追求的事物。

## 二、研修學校簡介



Amsterdam University of applied sciences 位於荷蘭首都阿姆斯特丹，目前有大約 4 萬 5 千位學生，提供 92 種不同的大學及碩士學位。學校由 7 個學院組成，每個學院各自分散在阿姆斯特丹裡，不同的學院與校區之間可以用火車、有軌電車及捷運到達，交通非常方便，其中腳踏車也是荷蘭非常普及的交通工具之一。

特別介紹一下我所修習的學院 Business and Economics faculty，目前北科僅開放與此學院進行交換。此學院有 1 萬 4 千位學生，每學期更會錄取 400 位交換學生來交流。學院有兩個校區，分別為學院內附設學生餐廳、大型演講廳、書局及圖書館．．．等等。交換學生可以選擇要修個別的課程或是 program 式的 minor 課程。



校內還有特別接待國際生的組織-ISN(International Student Network) ISN 是 ESN(Erasmus Student Network)組織的其中一部分，會舉辦 Introduction weeks 與各種課後活動，甚至還有跨校跨國的活動可以參加。國際生有任何文化、課業或生活上的問題都能到 ISN 尋求幫助。

## 二、 國外研修之課程學習(課內)

荷蘭十分注重學生的上課參與與出席率，在課堂上學生們都很勇於發言，教授和學生之間的互動也很頻繁，以我的課為例，一學期只能缺席兩次課，上下課也非常的準時，幾乎沒有學生遲到。

由於在交換期間沒有學分的壓力，比較希望能把重心放在體驗文化及國外生活，所以修了以下兩門課

### 1.Cases studies on leadership and change | 5 學分 | 一週 1 次,2.5 小時



這堂課主要透過不同的案例來介紹不同型態的領導方式與特質。

第一堂課教授會幫大家分組，一組 5-6 個人，以我的組為例，有 2 位是來自法國和澳洲的交換學生另外 2 位是不同種族的當地學生，整個班上就像聯合國一樣，至少有 15 個不同國籍的學生，亞洲學生佔少數，只有我和另一位韓國女生。

還記得這堂課的教授人很好，可能是少數亞洲學生的緣故，教授第一堂課就告訴我，他能體會在國外唸書的困難，所以有什麼問題一定要告訴他，一直到期末都還很關心我們。

這堂課深刻的讓我體會到荷蘭跟台灣教育方式的不同，教授在學期初就會給我們一整學期的 weekly reading assignment。每堂課前要先唸好這週的範圍，上課時教授只會簡單介紹一下課程內容，剩下的部分都是由學生小組上台報告給大家。每次上課都要跟組員一起交出一份當週的上課內容問答 assignment，上課的最後半小時再由全班一起解答，一起給當週報告的小組回饋。

這種自發式的上課方式是我在台灣沒有體驗過的，透過自己課後唸書，上課由學生跟組員交流討論的方式來學習，教授的角色反而只是幫助大家解決問題跟

監督而已。本以為在這種模式下學習會很偷懶，沒想到卻比以往認真許多。因為幾乎所有的學生都有事前完成 reading assignment，所以上課時的組員討論和發言時間都很熱絡，若是沒有提前準備，其實是會讓自己對於課程內容一頭霧水，討論時也會很尷尬。

## 2. Dutch for exchange student | 3 學分 | 一週 1 次, 2.5 小時

這堂是專門開給國際學生的荷蘭文課程，教授會用主題式的方式教大家荷蘭文，例如：超市採買、朋友出遊、點餐…等等。

上課的時候每個人都會輪流回答教授的問題，聽說讀寫都會一次學到。在這堂課也可以發現因為大家母語的關係，歐洲學生學習荷蘭文的速度比亞洲學生快很多。在學期末會有一次口說考試跟筆試，口說考試以兩兩一組跟老師一起對話進行。

## 三、 國外研修之生活學習(課外)

### 1. 學校課外活動

| Introduction week |

在開學前會有一個 3-4 天的 introduction week，就像我們的迎新週一樣，會有兩個當地學生帶領每一組去認識學校認識其他交換生認識阿姆斯特丹，每天晚上都有不同的 party。很多人都是在這個活動認識後續一起玩樂的外國朋友，我也是在這邊交到我在國外最好的朋友的。



| 左: Introduction week 組員 右: Final party

| ISN&ESN |

ISN 是學校的國際生組織，在每個星期三晚上我們都可以免費去市區一家叫做 coco 的 club 參加 international student night 的活動。

ESN 則是橫跨歐洲很多國家的國際生組織，會舉辦很多社交活動跟 party。有特別節日的時候也可以參加他們舉辦的團一起出去。

透過這兩個組織都可以很簡單地認識到許多不同國家的朋友



|左：和當地的德國人一起慶祝啤酒節 右：和來自韓國交換生一起玩

## 2. 宿舍生活

我的宿舍叫做 Fraijemaborg，離 Business and economics 學院非常近，一整棟七層樓住的全部都是國際學生。一樓有一個很大的交誼廳，每天都可以看到不同國家的學生聚在那邊聊天聚會。每兩三個月還會舉辦一次售票的派對，可以邀請不同宿舍的人一起來玩。

住宿第一天晚上宿舍就舉辦了 welcome drink，沒想到那天晚上居然只有我一位亞洲人，一開始本來還蠻害怕的，但既然都出國了，認識不同國家的朋友就是我的目標之一呀，身為當地學生的宿舍管理員也非常鼓勵大家這一年就是要努力的交朋友體驗不同的文化，於是就鼓起勇氣待下來，沒想到後來跟大家一起玩得很開心，還互相相約隔天一起出門。

在宿舍這半年最常待的地方就是廚房了！多虧歐洲的高物價和不習慣的飲食文化，讓我這半年的廚藝增進非常多。一天一天的訓練讓我從天天吃泡麵到最後能夠煮出一桌菜，真的非常感動。也常常跟泰國和韓國的朋友一起煮飯，互相吃對方做的菜，屆時體驗不同的飲食文化。



|和韓國朋友一起煮晚餐



| 每天的宿舍煮飯日常



| 左：跟泰國和韓國朋友一起慶祝聖誕節 右：宿舍的生日 party

### 3. 歐洲旅遊

拜申根簽證及學生身份所賜，讓我可以非常簡單的暢遊歐洲各國。歐洲的廉航及跨國巴士也非常便宜，常常花不到一千元就可以出國了。在交換期間，體驗了很多從沒想過的事物，例如：在德國成為登山客、搭 12 小時過夜巴士、到極圈追極光……等等。

這些特別的體驗都讓我的交換學生生活變得更加難忘。還記得我的第一趟旅行就是在交換學生社團和其他陌生的交換學生相約出國，發現在國外的自己莫名的有勇氣和衝勁，後來更是找到機會跟外國的朋友一起出國，每一趟旅行發生的趣事，和旅伴之間的點點滴滴，都讓回國後的我難以忘懷。



|左：第一次和外國朋友們一起去露營（分別來自香港泰國韓國）

|右：第一趟和陌生人的自駕旅行



|左：熱情的歐洲，就算不認識也能一起聊天吃飯

|右：當個背包客在德國爬山



|和韓國朋友一起去瑞士玩



| 跟泰國和台灣交換學生一起去極圈追極光

#### 四、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 學生很有自己的想法也勇於在課堂上發表。
2. 教授和學生之間的相處模式比較像朋友而不是上對下。
3. 大部分的學生上課都會攜帶筆電，筆記電子化。
4. 相較於上課聽課，也很強調課後的自發性學習。
5. 荷蘭學生和老師都非常準時且高出席率。

#### 五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 學習在全新的環境建立自己的生活及社交圈。
2. 結交許多不同國家的朋友，拓展國際觀。
3. 英文聽說讀寫進步很多。不論生活、交友或是上課都會用到英文，比起死板的考試英文學習到了更多實用的生活英文。
4. 更會規劃自己的生活。
5. 體驗不同國家的文化，例如：飲食、觀念…等等。
6. 透過旅遊更貼近了解各個國家的風土民情及歷史。

#### 六、 感想與建議

申請交換學生是我大學生涯最正確的決定，它帶給我半年快樂又難忘的日子。獨自一人到全新的環境展開新生活，任何生活上的小事都變成挑戰，這六個月努力的社交建立朋友圈，努力研究食譜填飽自己的肚子，努力的查資料規劃每一趟旅行，努力地念書加入同學的討論。在有限的日子裡每天都很用力地過日子，每天都過得很充實。也確實在這些日子領悟到自己喜歡的究竟是什麼，感受到前所未有的自由與快樂。希望回來台灣之後，可以持續保有在歐洲生活的衝勁，努力的做每一件事，用力地追求自己的目標。

未來若有學弟妹也想要申請交換學生，不妨在出國前先訂立幾個目標，選個自己喜歡的國家就衝吧！絕對不會後悔的。