

## 出國研修心得報告

研修學年度/學期：111 學年度第二學期

薦送學校、系所、年級：國立臺北科技大學 電機工程學系 四年級

中文姓名：[REDACTED]

研修國家：荷蘭

研修學校：Rotterdam University of Applied Sciences

### 緣起

大學入學典禮上國際處就宣導有眾多交換機會，這時就在心裡種下一顆種子，卻未曾在一二年級時付諸實踐。到了三年級上學期的某一天才赫然發現快到申請截止日了，如果不馬上申請就會需要延遲畢業才能參加交換學生計畫。在一週的時間內我跟家人討論並排出交換學校的志願序，也很幸運的媒合上了第一志願的鹿特丹。至於為什麼選荷蘭鹿特丹，是因為荷蘭作為高度發達國家很想去見識一番，鹿特丹在歐洲大陸的地理位置也很優越，而且作為英語程度名列前茅的非英語系國家，來這邊交換的生活也會很便利。

### 研修學校簡介

Rotterdam University of Applied Sciences 是位於荷蘭鹿特丹市的一所知名高等教育機構。該大學提供多個以應用科學為主的學術學位課程，旨在培養學生在職業領域中的實踐能力。而我所研修的單位是所屬在 School of Built Environment 之下的 Creating Resilient Cities 的學程。整座學校與教學大樓散落在城市各處，但我們學程的教室主要集中在兩處，交通方面依然是建議在荷蘭長期租用或購買二手腳踏車。

### 國外研修之課程學習（課內）

在這個微學程裡，課程都是自動幫學生選好的，如果學分上想調整可以在作加退選的動作。整個學期的四到五門課程之中，有一門學分比重最大，就是要做一個小組計畫並做出設計跟解決分案。計畫的地點就是在其中一個教室附近的住宅區。我們平時可以到附近社區去觀察跟思考如何用實際的應用方案提升區域的城市韌性(Urban resilience)。在這個學程中有別於一般的老師講學生聽的模式，會有非常多的小組討論跟分組報告。學生自發的調查、研究，並且互相回饋。在彼此的交流中彼此激勵更提升學生團隊合作的能力。在學期中還有到波蘭的格丹斯克跟姐妹校做兩週的交流，全班一起去到另一處指定的商業區域做設計。

### **國外研修之生活學習 ( 課外 )**

在荷蘭做交換學生還有一樣好處就是地理位置很好，去歐洲各地都很方便。在交換期間我也利用閒暇之餘去歐洲多處旅行，例如英國、德國、法國、波蘭等。在旅行期間也學到很多當地的文化跟歷史知識，令我感受到自己跟中學地理、歷史課本上的知識有著從未有過的深刻連結。

在跟同班同學去波蘭移地教學的兩週，更是跟歐洲的同學們體驗了更多的文化交流，一起料理，甚至了解他們喝酒的文化，順便練習自己的西餐禮儀。除此之外還有德國友人安排一趟歐洲的公路旅行，驅車跨越德國、奧地利、盧森堡等國。

不同於一般大學自己任意選課，這裡跟同班同學都是同一堂課，大家又都是從世界上不同的角落來的，更是在這六個月中跟班上的同學們培養了非常要好的感情。

對於自身的生活學習，我認為有也有很大的提升。大學的生活因為住在家裡，在台北又能靠外食過活，所以不習慣自己下廚。在來荷蘭過上完全的獨立生活之後，在家事與料理這方面更加擅長，效率也更高。

## 與台灣學習環境之比較

- 荷蘭強調學生的個人興趣與自主學習。平時不會安排作業，但是會分享很多最新產業相關知識跟新聞到 Microsoft Teams 頻道裡提供給學生閱讀或當作報告素材。
- 在此學程中沒有考試。比起學科學習與考試成績，在培養學生的自信心與問題解決能力上，示範了另外一種教學模式。
- 教學方式上台灣較偏重講授和記憶，荷蘭則較注重互動和合作學習。在上課的過程中有許多分組討論跟上台報告討論成果。
- 教師和學生的互動關係也有差異。在荷蘭和教師互動更像是朋友之間平等的交流。

## 研修之具體效益

- 英語的聽、說、讀、寫，各項能力顯著提升
- 通過旅行與結交朋友了解歐洲各國的基本禮儀、文化與歷史
- 以學生身份參加各種展覽與博物館更加經濟實惠
- 學會獨立，更加成熟的處理各種國外銀行、居留證件等生活雜事。

## 感想與建議

在台北生活了 20 年之後，我第一次勇敢地踏出國門，擁抱了交換的機會。在我此次的交換旅程中，我遊覽了十多個歐洲國家。這些旅行經驗擴展了我的視野，讓我有機會更深入地理解與欣賞各種多元的文化。每一個國家都有其獨特的魅力，從浪漫的法國到古老的義大利，從活力四溢的西班牙到繁榮的德國，每個地方都給我留下了深刻的印象。

鹿特丹是個極度宜居的城市。作為荷蘭最大的港口，這裡充滿了現代化與創新的風貌，同時也是多元文化的交織地。鹿特丹的居民友善且包容，讓人無論從哪裡來，都能在這裡安心地生活。

鹿特丹是個充滿活力與創新的城市，有很多獨特的風景和景點等待你去發現。例如，鹿特丹港口是全球最大的港口之一，你可以在這裡欣賞到龐大的船隻與繁忙的碼頭。再者，鹿特丹是一座屬於自行車的城市，你可以在裡體驗到真正對環境友善的自行車交通。

在鹿特丹的交換期間，我經常去當地的超市採購食材，然後在宿舍自己下廚。我發現自己料理不僅能夠省下一筆生活費，更在烹飪的過程中找到了樂趣。

對於即將來到鹿特丹的交換學生，我有以下三點建議：

首先，學習烹飪。如果你不擅長烹飪，這是一個學習的好機會。在宿舍嘗試自己做飯不僅可以省錢，也能學到新的生活技能。

其次，積極參與社交活動。在鹿特丹，有很多機會可以參與到各種交換學生的活動與派對。這是一個很好的社交機會，你可以在這裡認識新的朋友，也有機會品嚐到各種美食。

最後，好好利用荷蘭的地理優勢。鹿特丹的地理位置絕佳，鄰近許多歐洲的大城市，如阿姆斯特丹、布魯塞爾、巴黎等。在學業之餘，規劃一些小旅行，利用好週末和假期的時間，可以讓你更充分地體驗和探索歐洲。

在旅行的過程中，我也面對了一些挑戰，例如語言的障礙。每到一個新的地方，我都需要去適應和學習新的語言和生活習慣。然而，正是這些挑戰，讓我變得更成熟和堅韌。每次的困難都讓我更深入地認識自己，也更理解世界。

