

學校簡介

我所交換的學校是荷蘭的 Hogeschool van Amsterdam, University of Applied Sciences (HvA)，類似於台灣的科技大學，學期制度與台灣大學類似，整個學期是一個block，只需要選課一次。學校的位置距離市中心比較遠，走路去搭地鐵到市中心的話大概需要三十分鐘，但承包學校宿舍的公司在學校的旁邊就有提供一個租屋處，去上課的話只需要三分鐘的路程。

國外研修之課程學習（課內），另外推薦受益最多/最喜歡的課程

學期間我修習了兩門課，分別是 Current issue & society 和 Dutch for exchange student，前者內容主要是討論各類社會議題以及時事，每組會挑選教科書上的一個章節作為這學期的主題，以我們組為例是社會與政府，另外也環境議題、勞工議題等等的選項，其中第一個報告是參照教科書，簡述自選主題的理論以及案例，每組報告完後教授也會提出他的看法並邀請同學發表想法，而期末報告則是要看兩部跟主題有關的電影或紀錄片，跟同學報告紀錄片內容並且結合自選主題做出連結和統整，而學期中間也會換穿插一些個人報告，整體來說內容不算太難，成績評量方式也是報告沒有考試，但相對的在課堂中要更積極表達自己的看法才能有更多收穫。後者則是荷蘭文的基礎教學，因為同學大多數都是歐語系的學生，在學習歐語時相對比較輕鬆，所以老師上課速度也比較快，但完全沒有馬虎，上課內容很扎實，講解也很詳細，老師人非常好，很樂意給予學生幫助與鼓勵，看得出他在荷蘭文教學的熱忱，成績評量的方式是期末的口說測驗和手寫測驗，基本都是上課內容，考試題型老師會在考前一堂課跟大家公布，可以有準備方向，雖然是有點難度的課程，但完成後很有成就感。

國外研修之生活學習（課外）

學校會舉辦各種交流活動，像是桌遊、快問快答或是宿舍 party 等等，可以利用這些場合認識許多國外朋友，交換學生也可以參加學生組織舉辦的付費活動，我就曾經參加過去慕尼黑啤酒節的活動，是很特別的經驗。課外的時間我也非常喜歡出去旅行，大多數都是自助旅行，從交通、住宿、飲食和景點等等都要一手包辦，很考驗自己的規劃能力。在國外的半年廚藝也進步不少，畢竟在歐洲外食是不小的開銷(而且也不太合胃口)，料理家鄉料理也可以一解鄉愁。另外也要學習與自己獨處，利用時間讀點書、自己出門走走才不會太鬱悶。

我自己學會最多的是要如何控管支出，除了生活基本開銷還有各類旅行的費用，一開始就訂好自己花費的上限，再去安排像是飲食、治裝、雜貨，再來才是旅費，剩下的經費也可以帶一些紀念品回去給家人朋友，如此安排才不會一直花費超標。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- ☐ 英文口說能力增加
- ☐ 體驗不同文化及風俗
- ☐ 社交技巧增進
- ☐ 開拓國際視野
- ☐ 學會獨立自主
- ☐ 危機處理能力增強

海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題? 如是，請說明如何解決問題;如未解決，請說明事件最大的啟發及思

考未來可以怎麼解決？

- *很擔心自己成績沒辦法通過，或是表現不好拖累組員
- *要給自己很多信心，多點勇氣向老師提問或是跟組員交流

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

- *與國外朋友生活習慣不同
- *需要經過有效溝通才能找到平衡

海外生活歷練是否為您人生帶來不一樣的改變或者個人特質上的轉變，最大的成長是什麼？

- *更加獨立自主

您認為獎學金對您海外研修最大的幫助是什麼？有無獎學金是否會改變您的出國計畫？

- *補助機票費用
- *若沒有獎學金可能會減少旅遊方面的費用

感言及心得感想

交換的時光結束後，往回看過去的時光真的過得非常快，從一開始大一開始關注國際處消息、聽學長姐分享，大二開始正式申請並努力精進英文能力，到大三願望真的實現，現在也正式回歸校園。中山在國際交流方面的資源真的非常豐富，交換校選擇很多，另外也有獎學金補助。最要感謝的還是我的父母，在我說想要交換的時候二話不說地就答應了，還有在台灣的朋友們一路上給我的關心還有鼓勵。這半年來完成了很多自己從來沒想過可以完成的事情，像是自己從高雄拖著四十公斤的行李到桃園搭機，隻身一人前往阿姆斯特丹，還有和一群剛認識朋友走遍歐洲大陸，又或是自己完成走在不熟悉的城市街頭，壯遊歐洲十四國的經驗絕對是人生中最美好的回憶，旅行從不會讓人變偉大，而是一次又一次的知道自己的無知和渺小。半年的時間裡我也再次重新認識自己，不管是學會自己處理生活大小事，又或是享受每個獨處的機會，看人看事的角度，也因為開拓視野後變得不同，很開心可以在我的大學生涯中有如此特的體驗。

英文心得(包含學校簡介、課程學習、生活學習、具體效益、心得感想等等)

The school I exchanged to was Hogeschool van Amsterdam, University of Applied Sciences (HvA) in the Netherlands. The school is located further from the city center, and it takes about thirty minutes to walk and then take the metro to get there.

I took two courses, "Current issue & society" and "Dutch for exchange student". The former discussed various social issues and current news, and each group selected a chapter from the textbook as the main topic. The final report required watching two movies or documentaries related to the subject and presenting it. The latter was basic Dutch language teaching, and the teacher provided detailed and solid explanations.

The evaluation was based on a final oral and written exam.

The school held various activities, such as board games, quick questions, and dormitory parties, where you could meet many international friends. Exchange students could also participate in paid activities organized by student organizations. For example, I once participated in an event at the Oktoberfest, which was a unique experience. During my free time, I also liked to travel, mostly on self-guided trips. I had to arrange everything from transportation, accommodation, food, to sightseeing, which was a real challenge for me. During my six months abroad, my cooking skills also improved significantly because eating out in Europe is quite expensive.

Looking back on my exchange semester, time went by so fast. Starting from my freshman year, I paid attention to international exchange information, improved my English skills in my sophomore year, and finally achieved my goal in my junior year, returning to campus. National Sun Yat-sen University has abundant international exchange resources, providing various options for exchange schools and scholarships. I am grateful for the support and encouragement of my parents and friends in Taiwan. In the past six months, I have accomplished many things that I never thought I could, such as dragging 40 kilograms of luggage from Kaohsiung to Taoyuan and flying solo to Amsterdam, traveling around Europe with a group of new friends. This experience is one of the best memories of my life, allowing me to rediscover myself, learn to handle things big and small, enjoy the opportunity of being alone, and change my perspective on things. I am happy to have such a special experience during my university years