學校簡介

法國ESSCA昂傑高等商學院是一間商業的管理學校，設有四個校區：法國昂傑、巴黎、布達佩斯與上海，提供英文語法文授課的學程，校內的教授主要為各大企業內的管理階層專業人士，因此可以提供學生許多實際案例作為教導內容，使學生能夠快了解到就職後實際會遇到的情況，提前加以熟悉。

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

學生於ESSCA昂傑高等商學院Angers校區所就讀的是Consumer Goods Marketing專業，課程內容包括：Sales Development, Retailing, Shopper Marketing, Brand Management。除了專業研修課目以外，學校也有要求國際生修讀法文，而法文課程也有依照每個人不同的程度提供不一樣的教授內容。由於ESSCA的教授多為業師，因此多年的職涯裡累積了許多人脈與連結，時常可以在課堂中邀請到其他擁有豐富經歷的管理階層人員來與我們分享。此外，也有workshop的活動，提供學生實際走訪品牌辦公室與製造產地的戶外教學機會，讓我們能看到課堂中舉例的企業是如何真正運轉的。

國外研修之生活學習（課外）

除了在學校內的學習，出國交換也有許多生活上的學習內容，從外國人身份的正式文件遞交到平常生活瑣事的熟悉都是要摸索的。

1. 食：由於法國的物價相對台灣而言是較高的，因此外食的機會降低後便要每天花上些時間準備三餐。雖然本來在台灣就已經有烹煮能力，然而來到法國後已經不是我們在台灣所熟悉的食材，因此要學習在現有超市內可購買到的食材烹煮方式。
2. 衣：法國的緯度相對台灣較高，雖然Angers與其他較內陸的歐洲國家相比已經較為溫暖且較不會下雪，因此在冬季期間前來交換的學生便要格外注意衣服的攜帶以及氣候的適應。然而，如果是在夏季來交換的學生或許會喜歡上這裡的溫度，因為並不會像台灣一樣悶熱，舒適的程度讓他們都不需要加裝冷氣，甚至連電風扇都是沒有的。
3. 住：在Angers交換應該是所有校區裡最幸福的，學校會負責你的住宿，在你前來法國的一兩個月前就會以郵件詢問你宿舍的選擇，有坪數大小差異或是距離市中心、學校遠近等選項，因此不用擔心找不到住宿。然而，如果不想選擇住在宿舍，學校也有配合的業者會提供給你自行租屋的資訊。
4. 行：在歐洲與台灣最大的差異就在於無國界，搭飛機過境完全不需要手續或是搭上火車、巴士就可以到另一個國家，也不需要過海關。在火車的部分，建議要來法國的學生可以申請TGV青年證，一張只要49歐的證明可以讓你在一年內省下許多錢，（個人認為TGV青年證比TGV Max來的划算）。而如果想要省錢的人在旅行上可以選擇搭乘巴士，主要是以FlixBus與Blar Blar Car為主，價格相對火車便宜許多，然而要花的便是時間成本。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

（一）學習與不同文化同學間的相處
（二）感受不同國籍間學生上學與做報告之間的差異
（三）獨立解決生活中的大小事
（四）透過同學間的文化交流，讓更多人認識台灣

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?

人身在國外便會有許多身份上的文件需要與當地政府交涉，而在語言不熟悉的情況下時常出現大大小小的問題，所以建議再來法國前爬文了解所有應做的與該準備好的，避免在國外無法解決。此外，在疫情的情況下會出現許多規定與限制，因此需非常小心所有資料的更新即時度，減少因為沒有加倍注意而造成的困境。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

法國人的教學與做報告的方式與台灣差異「非常非常」大！因此在法國人多勢眾時，交換的國際生只能妥協接受他們的上學方式，雖然初始可能不是很習慣，或甚至覺得效率不佳，但也有些地方是值得學習的，所以後來我學著放寬心胸接受這些不一樣，向他們的優點學習！

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?

真的是「獨立」！雖然在台灣身為25歲的我也可以在生活上不需要依靠父母的照顧好自己，然而在國外一個人生地不熟，語言會碰壁的地方正是磨練自己最好的環境，逼迫自己在面對任何事都要有自行解決的能力，並且要很有耐心接受法國人與台灣人效率之間的差異！

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?

有無獎學金並不會影響我出國的計畫，然而仍然是幫助我非常多，因為自己已經有存錢準備出國，然而出國的費用龐大，因此依舊需要一些父母的幫忙。有了獎學金後可以補助我些生活與旅遊費用，就不需要向父母要更多資助了，還是很謝謝有這份獎學金！

感言及心得感想

在出發前因為新冠肺炎的原因，因此有著許多變數，父母也不是很希望我出國，然而在經過一番思考後，認為這是人生裡難得的機會可以在歐洲長住半年體驗與亞洲不同的文化與生活，因此仍然決定前來！

半年過去我也即將回台灣，雖然新冠肺炎在這段時間只有越趨嚴重的趨勢，甚至在旅遊期間遇上奧地利的封城而打亂一切計畫，旅遊也因為各國之間的規定而顯得格外不容易，然而我依然很慶幸自己有選擇踏上這條路，在不是這麼容易的環境下體驗歐洲生活，也留下許多難忘的回憶。

大家都說出國讀書、工作可以增進自己的國際觀，看看這個世界有多大，或許在一段時間後你會發現自己愛上另一個國家而選擇長期居住，這些都是在體驗完後真的會有的感想與念頭。但我認為仍想會有半數的人開始想家，想回到舒適圈，最熟悉的台灣，畢竟在國外生活會開始想念家人、食物、環境，因此對我來說國外的生活即使很特別、美好，仍然會希望有熟悉的家人、朋友陪伴。

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)

ESSCA Angers is a business management school with four campuses: France the Angers, Paris, Budapest, and Shanghai, provide English and French courses, professors are mainly from each big enterprise management professional, so they can provide students many actual cases as the teaching content so that the students can know the actual situation and be familiar in advance.

I took the major in Consumer Goods Marketing at ESSCA Angers Business School. The courses include Sales Development, Retailing, Shopper Marketing, Brand Management. In addition to professional studies, international students are also required to take French, and the French curriculum offers different courses according to the level of each student.

Since most professors in ESSCA are working in the company meanwhile, they have accumulated a lot of contacts and connections during their years of career. They can often invite other management personnel with rich experience to share with us in class. In addition, there are also workshop activities, which provide students with outdoor teaching opportunities to visit brand offices and manufacturing sites, so that we can see how the enterprises exemplified in the class really operate.

In addition to studying on campus, there are also a lot of learning contents in daily life, from submitting official documents of foreign identity to getting familiar with daily life.

1. Food: Because the price of food in France is relatively higher than in Taiwan, it is necessary to spend some time preparing three meals every day. Although I already have the cooking ability in Taiwan, foods here in France are totally different than in Taiwan, so we have to learn the cooking methods of food that can be bought in the existing supermarkets.

2. Clothing: France has a higher latitude than Taiwan. Although Angers is warmer and less likely to have snow than other inland European countries, exchange students who come to Angers in winter should really pay attention to carrying clothes and adapting to the climate. However, students who come in the summer may like the temperature, because it is not as hot and humid as Taiwan, and they do not need to install air conditioners or even fans.

3. Accommodation: Angers exchange should be the happiest place among all the campuses. The school will take charge of your accommodation. However, if you do not want to choose to live in a dormitory, the university has a cooperative agent who will provide you with information about renting a house on your own.

4. Transportation: The biggest difference between Europe and Taiwan is that there is no national boundary. There is no need to go through formalities by plane or take a train or bus to another country, and there is no need to go through customs. In the section on trains, it is suggested that students coming to France can apply for a TGV youth card, a certificate of 49 euro can save you a lot of money in one year (PERSONALLY I think the TGV youth card is better than TGV Max). For those who want to save money, they can choose to take buses, mainly FlixBus and Blar Blar Car, which are much cheaper than trains, but the cost is time.