

國立中山大學出國交換/研修(含寒暑期課程)/獎助學生返國報告書

學校簡介

Solvay商學院成立於1903年，並在2008年和布魯塞爾自由大學經濟學院合併，成為現今眾人熟知的SBS-EM，該校目前共擁有超過3,700名學生以及30個專業學程。在國際化發展方面，SBS-EM和全球40國超過100所頂尖的商學管理院校，建立了長久的合作關係，該校每年薦送約300名學生出國交換，並且有來自各地約200名國際交換生前來學習。值得一提的是，學校雖然位於比利時法語區，但學校提供了充足的英文授課課程，及基礎法語學習機會，讓外籍同學不論在校內外，只要具備英文能力就能夠暢行無阻。

SBS-EM在商管專業領域的成就，不但獲得了世界三大商學認證其中的AMBA以及EQUIS肯定，每年也都在英國金融時報全球商管學院排行榜上有名。在2013年的全球管理碩士(management master program rankings)排名第31名，並在2012年歐洲商學院(the European business rankings.)排名中獲得第46名的佳績。

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

這學期修了兩門課，一門是策略分析，另一個是進階行銷管理，其中非常推薦修進階行銷，因為在企研所修在職班的行銷課非常基礎，也只會學習到基本的行銷架構，進階行銷管理從基礎行銷的架構再延伸出各種架構，從策略制定到消費者分析、結合傳統4p策略再往後延伸，介紹了非常非常多的新的架構，像是如何分析消費者就有好幾種、問卷又好幾種、通路、數位化等等最新領域都有一些甚至維基百科都還沒有但是國外名校已經在教科書上使用的行銷架構，相信未來對行銷研究、市調、產品經理、廣告投放等有興趣的同學都會覺得很有收穫。

國外研修之生活學習(課外)

在國外最大的學習就是與自己相處，因為疫情期間原本很多的活動都取消了再加上封城管制，除了去超市跟不用門票的旅遊景點以外匯有很長時間待在家裡，也趁機脫離在台灣汲汲營營的生活，探索自己的內心，尋找自己真心喜歡的事情，讓自己沉澱一下，再花了很多時間打電動、出去玩放縱自己後還是會有大量的自己的時間可以尋找自我，不太可能無止境的追劇打電動，等休閒完後就有時間找自己想學的東西或興趣、進一步探詢人生的意義，在心靈成長上的收穫真的很大。

交換/研修之具體效益

1. 尋找自我 : 不是說在台灣不能找也不是說在國外就會找得到，但透過跟自己想法不一樣的人事物交流一定會增加自己對事情理解的廣度

2. 體驗國外生活：國外很多生活上的不便利，光是讓自己活下去就會有很多新體驗

3. 多多出遊：

來歐洲一定要去別國走走，很多不同的市容、歷史、大山大水、不一樣的氣候與食物，脫離學生時代很難再有大量的時間在國外生活了

海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？

我的困境就是非常非常無聊，在台灣因為有很多家人朋友還有很多活動及方便的交通工具，還有夜市KTV等眾多娛樂設施，但在國外尤其是晚上就是非常無聊，如果要去別的城鎮花費也很高，今年去的講中文的同學也很少，外國人的話因為活動都取消認識也不深，一開始無聊到發慌，後來透過台灣、國際的線上平台找到自己想要學的線上課程、看自己平常沒時間但一直想看的書，有大把的時間把自己人生清單的代辦事項一一解決也得到了很多成長。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

偶爾遇到很多奇怪的人事物，有新鮮有趣的也有不開心的，但對我來說並不需要特別適應，畢竟本來就是帶著不管他人，開放心胸來體驗外國生活的。

溫馨的文化衝擊有行人過馬路可以直接走大家都會禮讓，不開心的友常聽到別人東西會被偷，被別人說沒必要戴口罩等等，但就是接受別人不一樣的想法，靜下心來想覺得吸收別人的想法用在自己身上有時候也是挺不錯的。

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？

自己一個人到了瑞士葡萄牙瑞典三個國家，學會了自己獨立，怎麼在國外又在經費有限下活下去，只會英文要怎麼打天下，遇到怪人怎麼辦，除了外語能力的進步外，危機處理的能力也是大幅成長。在長途旅行中也會常常跟不同的人聊天，交流不同的想法、練習英文聽力、學習他們的觀念，這些在社會上生活及生存的能力都會大大增加。

感言及心得感想

雖然疫情期間很多活動被取消，封城期間非常無聊，但還是很感謝自己有在這學期出國交換，原本以為會練習很多英文教很多朋友玩很嗨，但意外的是當自己面對孤獨時心理上的成長及尋找人生的意義，如果在台灣畢業後就急著找工作就陷入每天忙碌的情況下會像很多同學像行屍走肉般活著，來國外體驗優美的風景，一邊沉澱自己，放慢腳步，增加自己生活技能同時也強大自己的內心，拓展自己的生命後做事情才會更有自信，全方位的成長。如果是直接就業訓練的是專業能力，但如果專業能力很強卻沒有強大的內心，就會陷入怨天尤人，對人生沒有希望，高薪但憂鬱等等。來國外進行自我的靈修過程是非常有收獲也是一輩子不管到哪裡都受用的