

學校簡介

AUAS商學院成立於1846年，學院擁有優越的一流商業教育歷史。目前有約14,000名學生在該學院就讀，每年有400名交換學生前來。一流的教學人員和設施都位於繁忙的阿姆斯特丹，歐洲主要的商業樞紐之一。這是一個難以忘懷的學習地點，荷蘭的高英文水平也讓學習效果更加顯著，是構建國際網絡的理想之地。

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

在我研修的課程中，我參與了三門課程：Sustainable Finance、Supply Chain Finance、Economics and Politics of the Netherlands。在這其中，給我帶來最豐富收穫的課程非Sustainable Finance莫屬。這門課程分為兩個主題，前半段是行為財務學，後半段則是永續金融。課程一開始的行為財務學部分，老師巧妙運用有趣的互動方式，讓我們深入理解那些看似艱深的行為財務學理論。透過實際案例、小組討論以及模擬遊戲，我們能夠生動地體會到財務決策背後的心理和行為模式，這種實踐性的學習讓我受益匪淺。而課程的後半段，永續金融，更是讓我獲益良多。老師透過深入淺出的方式，講述了金融業在永續產業中所扮演的關鍵角色。透過課堂的講解，我們不僅了解到永續金融的理論框架，更深入了解到金融在可持續發展中的實際應用。此外，老師還安排了參訪和演講，與實際的業界專業人士互動，讓我們有機會將理論與實務相結合，更全面地認識這個領域。這門課程讓我認識到金融在社會可持續發展中的關鍵作用，同時也啟發了我對永續金融領域的興趣。這段寶貴的學習經歷不僅激發了我的學術熱情，也為我未來的職業發展打下了堅實的基礎。

國外研修之生活學習（課外）

這次的交換計畫給予我豐富的課外學習收穫，既擴展了我的視野，也豐富了我的人文體驗，同時增進了應變能力。在交換期間，讓我有機會深入了解不同國家的文化和風情。旅遊的過程中，我親身體驗到當地的風土民情，品嚐道地的美食，感受獨特的文化氛圍。這樣的體驗不僅擴展了我的文化視野，更讓我對多元世界有了更深刻的理解。我學到了如何尊重和接納不同的文化，並學會以開放的心態去體會和理解當地人的生活方式。另外，在荷蘭交換期間，荷蘭的國際化與荷蘭人的友善，也讓我有機會認識了來自不同國家的同學。透過課堂合作以及社交活動，我建立了與來自不同文化背景的人們的友誼。這樣的交流不僅擴大了我的人際網絡，也讓我更好地理解 and 尊重不同文化間的差異。這樣的國際交流經歷將對我的未來職業生涯和個人成長產生積極的影響。最後，交換也是一個對應變能力的寶貴鍛煉。在異國他鄉，我們面臨了各種未知的挑戰，包括語言障礙、文化差異以及環境變化。這些挑戰不僅考驗了我們的應變能力，也培養了我們在不同情況下靈活應對的能力。我學會了在壓力下冷靜思考、迅速調整策略，這些實際的應變經驗將對我未來的職業生涯和生活帶來實質的幫助。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- 1.增進外語能力
- 2.增進自我信心，學習獨立
- 3.增進國際視野

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？

由於人生地不熟，我發現在旅遊的過程中，獲取資訊的管道相對有限。不同文化、語言的隔閡使得我有時難以快速了解當地的風俗習慣、交通方式等重要資訊。在這種情況下，我學會了仔細閱讀並妥善整理相關資訊的重要性。這意味著我要更主動地尋找可靠的資訊來源，例如：使用當地的旅遊手冊、網站，或向當地居民請教。這種主動學習的態度不僅讓我更了解周遭環境，也提升了我的自主解決問題的能力。另外，在與政府機關、學校相關的申辦手續方面，我發現即使校方提供了完整的資訊，仍然需要有良好的閱讀習慣。因此，我學會了耐心地閱讀文件，逐步理解其內容。同時，我發現及時向相關的申辦人員詢問問題是解決困境的有效途徑。不要因為不懂而裝懂，及時溝通能夠迅速獲取幫助，防止問題進一步擴大。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

荷蘭的飲食習慣與亞洲地區有著明顯的不同，這喜愛品嚐熱食的亞洲人來說是一項挑戰。在荷蘭，午餐習慣上顯得相當務實，很多人選擇以簡單的三明治解決。相較於亞洲豐盛的熱食午餐，這種簡單的飲食方式一開始讓我感到不習慣。然而，隨著時間的推移，我逐漸適應了這種樸實的生活方式。我發現這樣簡單的午餐不僅方便，還能夠節省時間，符合荷蘭人務實的特性。除了飲食習慣的不同外，我也遇到了荷蘭人在人際互動方面的務實個性。荷蘭人通常以直率、開放和實際著稱。這種直截了當的溝通風格有時候會與亞洲人的傳統禮儀文化有所衝突。一開始，這種直率的態度可能讓我感到有些不適應，但漸漸地，我開始理解這種做事風格的好處。這種坦誠和務實的態度讓我更容易與荷蘭人建立深厚的人際關係，並且逐漸接受這樣的社交文化。雖然海外生活帶來了一些文化衝擊，但這也是一個寶貴的學習機會。透過適應不同的飲食習慣和人際互動方式，我不僅擴展了自己的視野，也學到了更多關於不同文化之間的豐富性和差異性。這種挑戰性的經驗使我更加靈活應對各種文化情境，同時也使我更能夠尊重和欣賞不同文化的獨特之處。

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？

這次的交換經歷是一個充滿收穫的旅程，不僅豐富了我的知識和視野，也讓我在人文交流和應變能力方面得到了寶貴的鍛煉。這樣的學習體驗將成為我人生中難以磨滅的回憶，為我未來的發展打下堅實的基礎。另外，雖然過程中面臨了一些困境，這些困境所帶來的挑戰，也讓我在海外的生活中不斷成長。通過培養仔細閱讀、主動學習、及時溝通的習慣，我更能夠有效應對各種生活中的問題。這些經驗讓我更加堅韌，也為我在異國他鄉的生活增添了豐富的內涵。

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？

由於生活費和相關支出是交換過程中的重要開銷，獎學金確實幫助我在一開始的申請階段不用過分擔心財務問題。這不僅為我提供了更大的安心和信心，也讓我能夠更專注於申請程序的其他重要方面，如選擇合適的課程、規劃研修計畫等。獎學金給予了我在選擇研修國家方面更多的自由度。由於經濟負擔得到了緩解，我得以根據自己的興趣和專業方向，選擇一個更符合個人目標的研修地點。這不僅增加了我對研修的動機和熱情，也為我提供了更多與所學相關的實踐機會。透過這樣的機會，我得以深入了解當地的文化、學術環境，並擴大自己的國際視野。

感言及心得感想

在這段豐富的海外研修歷程中，我獲得了無數的收穫，不僅在學術領域有所提升，更在個人成長和文化體驗上得到深刻的啟發。首先，這次研修期間，我的英文能力有了明顯的進步。在參與三門課程的過程中，我不僅學到了豐富的專業知識，更在英語授課的環境下不斷提升自己的語言表達能力。與來自不同國家的同學和教授互動，我習得了更多地道的英文表達方式，這對我的學業和未來職場發展都將產生積極的影響。另外，這次的海外經歷擴展了我的國際視野。透過課堂學習和與來自不同文化背景的同學互動，我深入理解了不同國家的學術氛圍和思維方式。同時，在旅遊的過程中，我親身體驗了不同國家的風土民情，這擴展了我的文化視野，讓我更加開放地理解和尊重多元文化。更令我動容的是，我對荷蘭這個國家產生了深厚的喜愛。透過與當地人的交流和融入當地文化，我深深感受到荷蘭人的友善和開放。荷蘭的國際化氛圍和多元文化的包容性讓我在這裡感到賓至如歸。荷蘭獨特的自然風光、歷史建築，以及簡約而實用的生活方式都深深吸引著我。這段時間也讓我更深刻地了解了荷蘭文化，包括他們對永續發展的承諾和務實的生活態度。英文能力的進步、國際視野的擴展以及對荷蘭的深刻喜愛，都將成為我人生中難以忘懷的寶貴經歷。

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 AUAS Business School was established in 1846, boasting a distinguished history of top-notch business education. Currently, around 14,000 students are enrolled at the school, with 400 exchange students arriving each year. The high-quality teaching staff and facilities are situated in the bustling city of Amsterdam, one of Europe's major business hubs. It's an unforgettable place to learn, and the high proficiency of English in the Netherlands enhances the learning experience, making it an ideal location to build an international network.

In the courses I took during my exchange, including Sustainable Finance, Supply Chain Finance, and Economics and Politics of the Netherlands, the Sustainable Finance course stood out as the most rewarding. This course, divided into Behavioral Finance in the first half and Sustainable Finance in the second, employed interactive methods to help us understand the seemingly complex theories of behavioral finance. Through real-world cases, group discussions, and simulation games, we vividly experienced the psychology and behavior patterns behind financial decisions. The latter half of the course, focusing on Sustainable Finance, provided valuable insights into the crucial role finance plays in sustainable industries. The practical application of sustainable finance theories and interactions with industry professionals through visits and lectures enriched my understanding of the field. This course not only highlighted the critical role of finance in societal sustainability but also sparked my interest in the field, laying a solid foundation for my future career.

The exchange program offered me enriching extracurricular learning experiences, expanding my horizons, enhancing my cultural understanding, and improving my adaptability. During the exchange, I had the opportunity to delve into the cultures and customs of different countries. Traveling allowed me to firsthand experience local lifestyles, savor authentic cuisines, and immerse myself in unique cultural atmospheres. These experiences not only broadened my cultural perspective but also deepened my understanding of the diverse world. I learned to respect and embrace different cultures, adopting an open-minded approach to understanding the ways of life of the locals. Additionally, the internationalization of the Netherlands and the friendliness of the Dutch people provided an opportunity to connect with students from various cultural backgrounds. Through classroom collaboration and social activities, I formed friendships with people from different parts of the world, expanding my social network and fostering a better understanding and respect for cultural differences. These international experiences will undoubtedly have a positive impact on my future career and personal growth.

Lastly, the exchange program served as a valuable training ground for adaptability. In a foreign land, we faced various unknown challenges, including language barriers, cultural differences, and environmental changes. These challenges not only tested our adaptability but also cultivated our ability to respond flexibly to different situations. I learned to think calmly under pressure, quickly adjust strategies, and these practical experiences in adaptability will significantly aid both my future career and life.

In this rich and rewarding overseas study experience, I have gained numerous benefits, not only advancing academically but also undergoing significant personal growth and cultural immersion. The improvement in my English proficiency, the expansion of my international perspective, and the deep admiration I developed for the Netherlands are all aspects of this journey that I will cherish throughout my life.