繕打**中文及英文**心得報告，應包含下列項目

（**中文至少 1,000 字+英文至少 500 字。**赴中國交換者不需撰寫英文心得。）

A. 學校簡介

雷恩商學院(Rennes School of Business)是法國著名的精英商學院，擁有三重認證(AACSB、EQUIS 和 AMBA)。學校位於布列塔尼大區的首府雷恩市，是一所極具國際化特色的學府，超過95%的教職員來自世界各地，學生構成也十分多元。校園設施現代化，擁有優質的學習資源和研究中心。學校在金融領域有著深厚的底蘊，其金融實驗室配備最新的彭博終端機，讓學生能夠實時接觸金融市場數據。金融課程的教授均具有豐富的投資銀行或諮詢公司實務經驗，他們不僅帶來了前沿的金融知識，更分享了寶貴的業界經驗。學校與眾多國際金融機構保持密切合作，這些資源為學生提供了難得的學習和實踐機會。

B. 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

在眾多金融課程中，合併與收購和量化經濟是我最喜愛的課程。合併與收購課程通過大量真實案例，深入剖析企業估值方法和跨國併購策略，並邀請投資銀行專業人士分享實戰經驗，讓我對併購交易有了全面的認識。量化經濟課程則著重於實用技能的培養，通過 R 語言進行數據分析，建立經濟預測模型，這些工具對金融分析極為重要。此外，公司理財課程幫助我掌握了資本結構決策分析的框架，而外匯市場課程則讓我深入理解了國際投資組合管理和外匯風險管理策略。

C. 國外研修之生活學習（課外）

課外之餘前往北法聖米歇爾山旅遊，該處為古代法國戰爭時期所建的碉堡，其特殊之處在於它建立在外海的沙灘之上，隨著潮汐的週期碉堡周圍會被海水淹沒形成難得一見的海上碉堡。這座建於八世紀的修道院不僅是聯合國世界文化遺產，其哥德式建築更展現了中世紀建築工藝的精湛技術。每年吸引數百萬遊客前來朝聖，特別是日落時分，金色陽光灑在修道院尖塔上的景象令人難

忘。通往修道院的木棧道隨著潮汐起落時而隱沒時而顯現，營造出神秘的氛圍。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 掌握專業金融分析工具
2. 提升量化分析能力
3. 精進財務建模技巧
4. 增強金融英語溝通能力
5. 了解歐洲金融市場運作
6. 獲得實際投資經驗

E. 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?

在學習過程中，最大的挑戰來自量化課程中的編程要求。面對這個困難，我主動參加學校提供的程式教學課程，同時加入線上學習社群尋求幫助。我還和同學組成學習小組，互相討論解決問題。教授們也都很樂意在諮詢時間為我們答疑解惑。通過這些努力，我逐漸克服了編程的障礙，更培養出了解決問題的能力。

F. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

在法國生活最大的文化衝擊來自於生活節奏和用餐習慣。記得剛到雷恩時，週日想去超市採買日用品，卻發現整個城市彷彿陷入沉睡，大部分商店都關門休息。法國人對用餐時間的講究也讓我印象深刻，午餐必定要坐下來好好享用，外帶三明治在辦公室吃飯的情況非常少見。一開始我常常撲空或餓肚子，但漸漸地我學會了欣賞法國人重視生活品質的態度。還記得第一次參加法國朋友家的晚餐，從前菜到甜點，搭配美酒，整頓飯可以吃上兩三個小時，大家邊吃邊聊，氣氛溫馨而放鬆，這讓我開始反思自己以往總是匆匆解決三餐的習慣。

G. 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?

這半年的交換經驗徹底改變了我的生活態度和處事方式。以前的我做事總是講求效率，習慣了快節奏的生活步調，但在法國的經歷教會我如何放慢腳步，享受生活的每一刻。我學會了品味一杯咖啡的時光，欣賞街角麵包店飄來的香氣，或是花一個下午坐在塞納河畔看書。在與來自不同國家的同學相處的過程中，我變得更加開放和包容，不再用既定的框架去判斷事物。最深刻的改變是學會了獨處與自我對話，週末獨自前往巴黎或是布列塔尼海岸旅行時，我開始享受一個人的時光，這種自在感是我從未體會過的。現在的我更懂得在工作和生活之間找到平衡，也更有勇氣去擁抱未知的挑戰。

H. 感想與建議

這段在雷恩商學院的學習經歷讓我受益匪淺。選課前深入了解課程內容很重要，這樣能更好地規劃學習路徑。建議未來的交換生提前做好程式設計的基礎準備，這對金融相關課程的學習很有幫助。同時，要把握住每個參與金融活動的機會，積極建立專業社交網絡，這對未來的職業發展都會有很大幫助。

I. 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) 500 字以上
赴中國交換者免填英文心得

My exchange semester at Rennes School of Business has been a transformative journey in financial education. The school's prestigious triple accreditation and state-of-the-art financial laboratory, equipped with Bloomberg terminals, provided an ideal environment for aspiring finance professionals. The professors, with their rich industry experience in investment banking and consulting, brought both cutting-edge knowledge and valuable practical insights to the classroom.

The curriculum, particularly the courses in Mergers & Acquisitions and Quantitative Economics, offered comprehensive insights into global financial markets. The M&A course provided hands-on experience with corporate valuation and cross-border acquisition strategies through real-world cases, while Quantitative Economics enhanced my analytical capabilities through R programming and econometric modeling. Corporate Finance and Foreign Exchange Markets courses complemented these by providing solid foundations in

capital structure analysis and international portfolio management.
Beyond the classroom, I immersed myself in finance-related activities through the Finance Club, participating in trading simulations and attending industry expert sessions. These experiences provided practical exposure to financial markets and valuable networking opportunities within the European financial sector. The regular visits to local financial institutions offered firsthand understanding of European market operations.
The challenges I faced, particularly in mastering programming requirements for quantitative courses, helped develop my problem-solving abilities and resilience. The European perspective on sustainable finance and risk management has significantly broadened my understanding of global financial markets. This exposure to different financial philosophies and regulatory frameworks has been invaluable for my professional development.
The most significant transformation has been in developing a truly international perspective on finance. I've not only enhanced my technical skills but also gained a deeper understanding of how cultural differences influence financial decision-making. The emphasis on sustainable finance and long-term value creation in European markets has particularly influenced my approach to financial analysis.
This exchange program has equipped me with both the hard and soft skills necessary for a career in international finance. The combination of rigorous academic training, practical market exposure, and cultural learning has prepared me well for future challenges in the global financial sector. For future exchange students interested in finance, I highly recommend leveraging both the academic resources and networking opportunities that Rennes School of Business offers to maximize their learning experience.

學海惜珠暨乘風萬里或者乘風萬里，心得報告內容項目如下

| | |
|---|---|
| A. | 學校簡介 |
| B. | 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 |
| C. | 國外研修之生活學習（課外） |
| D. | 交換/研修之具體效益（請條列式列舉） |
| E. | 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? |
| F. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應? |
| G. 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? |
| H. 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? |
| I. 給乘風萬里獎勵金捐贈者的感言及心得感想 |
| J. 別具意義的照片 |