

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

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

荷蘭烏特列支大學位於荷蘭烏特列之省，成立於 1636 年，是荷蘭歷史最悠久且規模最高的大學之一。該大學擁有優秀的學術聲譽以及扎實的學程，科系涵蓋自然科學、人文社會學、法律、醫學等領域，而其多元化的學術課程也吸引了來自世界各地的學子來就讀，使這所大學成為非常國際化的高等教育機構。

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

在這半年的交換計畫中，我修習了兩門課，一門是基礎經濟學，另一門是數位發明。我個人覺得兩門課都非常有趣，皆使我受益良多。我在基礎經濟學這門課中學習到很多經濟學硬知識，且此刻的任課教授非常鼓勵上台發表，因此我也得到很多用英文進行學術討論的機會。但我比較喜歡數位發明這門課，因為他的授課方式比較有趣。

C. 國外研修之生活學習 (課外)

我參訪了很多國家，親眼看到許多名勝古蹟以及知名畫作，且在過程中學習到不圖國家的歷史故事。在旅遊的過程中我也體驗了各個不同國家的風土名情以及見識到世界的寬廣。最重要的是，我在交換這段時間交到了許多來自不同文化背景的朋友，這些跨國友誼使我的交換體驗錦上添花。

D. 交換/研修之具體效益 (請條列式列舉)

- 擴展國際視野
- 得到跟不同文化背景的學生交流的經驗
- 提升英語口說能力
- 學習第二第三外語
- 在旅遊過程中豐富自身內涵
- 擴展交友圈

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？

我的交換經驗相對順利，唯一遇到比較麻煩的事件只有租房問題。由於荷蘭有嚴重房源短缺的問題，加上我交換的學校不提供學生宿舍，我也沒有抽到學生限定公寓的關係。我花了很多心力在找尋租屋處上面。而外籍學生自己處理租屋處本身就可能遇到許多麻煩事，我也不例外。我曾經遇到：詐騙（未遂）、怪怪的房東、破爛的租屋環境等等問題。解決方式真的只有耐心溝通這一條。而我的確卻透過大量溝通解決了大部分問題。如果未來再次不幸遇到類似事件，可能也是靠一樣的解決方式吧。

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？

海外生活多少會遇到一些人與自己有著不同的生活習慣，要減少衝突的方式除了包容就是嘗試理解。我自己在荷蘭遇到的文化衝擊比較少，最不方便的大概只有對他們的飲食非常不習慣這點了。但這也不是什麼難適應的事情。

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？

最大的改變大概是發現這世界真的很大，有很多值得探索的地方。最大的成長大概就是變得更獨立，更有辦法自己解決問題。

H. 感想與建議

我很所有學弟妹在大學階段出國交換，不管是哪一國都可以。交換絕對會是一個學生在學期間難忘的經驗。尤其是未來有規劃想出國念研究所的學弟妹，可以先去交換看看，了解一下國外生活的大致狀況再來決定是否真的要出國進修。

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

The university where I participated in the exchange program is located in Utrecht, Netherlands. It is a beautiful and charming university town. During my exchange period, although I did not take many courses, I could feel that the teaching style in the Netherlands is very different from that in Taiwan just from the courses I did take. The teaching here emphasizes students' self-directed learning and interaction with peers. Students often need to prepare presentations and give speeches on the material, and in some courses, each student has to teach the course content to other classmates. Professors or teaching assistants often guide students to express their thoughts for in-depth discussion. I believe this teaching method is very helpful for deep learning. Besides academics, I also spent a lot of time traveling, integrating into the local environment, experiencing different cultures, and making new friends. During my exchange, I made many good friends, and even after the exchange ended, we stayed in touch, and I even visited some of them in their countries! In summary, I think applying for an exchange program is one of the best decisions I made during my university years! This experience has given me many wonderful memories that I will never forget!