

阿姆斯特丹應用大學返國報告書

一、 學校簡介

阿姆斯特丹應用科學大學（英文：Amsterdam University of Applied Sciences，簡稱 AUAS；荷蘭文：Hogeschool van Amsterdam，簡稱 HvA）位於阿姆斯特丹市中心東南方。學校以培養學生成為未來的專業人才為目標，強調學術基礎理論與實作學習相結合。通過與產業界的緊密合作，AUAS 將實務作為課程設計的核心，促進學生在真實環境中應用所學知識。學校與學者及專家在特定領域共同合作，研究並解決現實生活中的問題，提供多種商業與經濟領域的課程項目，為學生的職業發展打下堅實基礎。

二、 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

AUAS 教師的教學方式獨具一格，在學術基礎上更著重實際運用，別具心裁的課程設計讓我收穫豐富，和不同國籍和專業背景同學分工合作、互相學習。此外，荷蘭老師非常注重出席率，每堂課老師都只接受僅兩堂課請假，第三堂課未到就會面臨退課危機，因此若計畫請假旅遊，就要好好規劃一下時間了，避免真有需要請假狀況時卻無假可請。

第一學期：

Supply Chain Management

上課方式為上半堂理論知識，下半堂輔以遊戲或小組任務方式實作上半堂知識內容，例如用遊戲模擬工廠生產計畫和 SAP IBP 使用。每週有作業，整學期有 4-5 次課程小考，需要預留時間複習、準備。

Business Process Simulation

此課程著重在 SAP 運用，透過模擬公司營運方式，將學生分成不同部門，增減並設計產品、需求預測、人力管理、財務管理、產線管理、物流管理等，橫蓋整個供應鏈流程，讓學生模擬公司運營狀況，依照運行方式在學期結束時結算收益，了解在一學期得運作下，公司是賺錢還是虧損，並撰寫來年商業計劃書，透過各種財務分析、計算及 SAP 資料庫，撰寫行銷企劃。

Dutch for International Students

此課程的荷蘭文老師有 30 年授課經驗，生活化的授課方式讓我在荷蘭的生活更加融入當地，在超市購物或日常溝通中時常使用。

第二學期：

Sales, Negotiation & Culture

抱著好奇的心情報了這堂課，想了解銷售到底可以如何進行課程。上課後才了解這堂課教授的不只是銷售，而是協商技巧。從心裡層面、談判法則、文化差異...，透過不同情境假設讓學生練習。每堂課都有精心設計過，收穫非常豐富，除了要習慣在全班面前侃侃而談，也可以練習英文口說，非常推薦！

Dutch for International Students 2

繼上學期的荷蘭文課程，我認為荷蘭文很有趣，於是就繼續上下一個等級了，其實是同一本教科書，接續上學期的章節。在一年的荷蘭文課程後，最大的驚喜是可以在街上偷聽荷蘭人聊天了，雖仍做不到全部聽懂，但也可以大概猜測對方的聊天內容，過機場海關時也能和海關聊上一兩句（荷蘭海關很喜歡問對方會不會說荷蘭文）。

三、 國外研修之生活學習（課外）

這一年得交換時間裡，每個月都有利用瑣碎假期時間去旅遊，去了英國、冰島、法國、西班牙、葡萄牙、比利時、瑞士、捷克、奧地利、匈牙利、義大利、克羅埃西亞、希臘、土耳其、加拿大。

除了旅遊，我也透過 **ClassPass** 這個 app 在阿姆斯特丹參加皮拉提斯、鋼管舞課程，還有在歐洲健身熱潮和室友的邀請下，辦了宿舍附近健身房的會員。

四、 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 多元學術視野：接觸不同的教學方法、課程內容有助於擴展學術視野。
2. 語言能力提升：在外國學習和生活，有助於提高外語水平。
3. 多元文化交流：學習、理解和尊重不同文化。
4. 獨立生活能力：獨立解決在國外生活和學習中遇到的各種問題，增強問題解決能力。

五、 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？

在第二學期開學前返台一趟，回荷蘭時忘記帶宿舍鑰匙被鎖在門外，所幸在聯絡房源，確定可以換鎖後，立即聯絡附近鎖匠，鎖匠 15 分鐘內就抵達宿舍，1 小時內拆掉舊鎖換新鎖。雖然所有費用相加後花了約 8000 台幣，是個慘痛的教訓，但至少荷蘭效率很高，一個早上就把問題解決了。

六、 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

在和外國同學聊天中，常常會被問我到底叫什麼名字，他們很疑惑我為什麼會同時有兩個名字（中文翻譯和英文名字）。外國人認為叫對方 given name 是對對方的尊重，不論好不好念、好不好記他們都希望能叫我的 given name。在台灣教育環境中，我們習慣被賦予座號；到職場後，為了便利，我們習慣叫對方英文名字；對我來說就只是一個稱呼，並不那麼在乎，所以外國人對這件事的重視程度超乎我的想像。到底只是個稱謂，我還是不在乎，沒有太多的適應問題，他們開心就好。

七、 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？

亞洲文化教育要謙遜、禮讓，避免衝塗性的性格讓我們形勢較為圓滑、說話婉轉；荷蘭文化卻截然相反，荷蘭人務實、直接，有時候甚至是過度直接，讓人覺得稍稍無禮的程度。在這樣的環境中，我開始會直面說出心底的想法，「這個主意很糟」「你有在上課嗎？怎麼會問這種問題」「請你對組內多一點貢獻，謝謝」。剛開始我也好奇這樣是不是會吵架，但在勘過周圍老師同學間的相處模式，我發現荷蘭人更傾向大家不把不滿放心裡，開誠布公地解決問題。現在的我雖然沒辦法像荷蘭人這麼「無禮式」說話方式，但也比以前更加直接，整個人都輕鬆快樂不少，對我來說是個好的進步。

八、 感想與建議

在荷蘭交換的一年當中，旅遊許多國家，這段經歷無疑是非常豐富且令人難忘的，感謝父母的支持，讓我延後畢業一年，出國體驗不一樣的生活。這一年裡，我對未來的規劃隨著學校課程、歐洲生活，不斷地改變計劃。一開始因為太喜歡荷蘭便利的生活，希望能留下來，所以開始找工作、找

碩士，後來因緣際會用交換學生期間修習的課程經驗，應徵上台灣的職缺。只能說一切都是緣分，出來交換前也沒想到這邊的課程能對我有職涯上的幫助。

在荷蘭交換的一年當中，旅遊許多國家，旅伴都是找台灣人，約莫八成是以前的朋友、朋友的朋友，只有少數是透過臉書社群徵友。好處是，旅伴大多知根知底，不會有玩不在一起或不愉快的相處，因為大家大多熟識。缺點是沒有很完全跳脫舒適圈、認識大批的新朋友。當然，我還是覺得玩得舒服更重要，相近的旅遊方式才能留下和諧的回憶。

自我成長是這段經歷中最重要的一部分。我變得更加獨立、自信，並且適應能力也得到了極大的提升。面對不同的環境和挑戰，我學會了如何快速適應和解決問題，這些經驗在未來的生活和工作中都將非常寶貴。

此外，我結識了來自世界各地的朋友，建立了珍貴的國際人際網絡。這些友誼和聯繫不僅豐富了我的生活，還可能在未來的學術和職業生涯中發揮作用。

在旅行期間，我遊覽了許多著名的歷史遺跡、博物館和藝術館，對歐洲的歷史和藝術有了更深刻的理解和欣賞。這種直接的文化體驗是書本知識無法替代的。

最後，語言能力得到了顯著提升。特別是在英語和當地語言的運用上，通過與當地人和其他國際學生的交流，不斷練習和改進，我的語言技能變得更加自如。

對於未來的交換學生，我有以下幾點建議：

1. 提前計劃旅行：利用假期和週末旅行時，提前計劃行程和預訂交通、住宿，可以節省開支並確保順利旅行。例如荷蘭開往巴黎的大力士火車，三個月前預訂是 **44** 歐元，當天訂票卻高達 **144** 歐元，還有在希臘跳島時的機票，當時因為忙碌而忘記訂，最後在出發前三天才訂，一張票從一千多台幣變成一萬多台幣，所以提醒大家要儘早訂定機票。

2. 財務管理：制定旅行預算，合理管理開支。歐洲的生活成本和旅行費用較高，提前做好財務計劃非常重要。建議使用學生折扣卡和通票，以節省旅行費用。荷蘭有 OV card，如同台灣的悠遊卡，搭公車、地鐵、輕軌等都可以使用，官網上訂購記名 OV card 可以依個人需求加購折扣訂閱套餐，在交通費超高的荷蘭可以成功節省大筆交通費用（雖然還是很貴）。喜歡逛博物館的人也記得線上訂購 museum card，免費參觀荷蘭 400 多家博物館，基本上逛兩間就回本了！非常划算！

在荷蘭交換學生一年，並有機會四處旅遊，是一段充滿挑戰和驚喜的旅程。這段經歷將為未來的生活和職業發展奠定堅實的基礎。通過提前計劃、尊重文化和合理管理，未來的交換學生可以更好地享受這段美好的時光，並從中獲得豐富的收穫。

九、 英文心得

My journey as an exchange student in the Netherlands began at the Amsterdam University of Applied Sciences (AUAS), known locally as Hogeschool van Amsterdam (HvA). Located in the southeastern part of Amsterdam, AUAS is renowned for its practical approach to education, emphasizing hands-on learning and real-world application. The university collaborates closely with industry experts and scholars, ensuring that students gain relevant skills and knowledge to tackle real-life challenges.

At AUAS, I was immersed in a variety of courses that not only broadened my academic horizons but also honed my professional skills. The curriculum was a balanced mix of theoretical foundations and practical applications. Courses in business economics, for instance, were taught with a strong emphasis on case studies and real-world problem-solving. This approach allowed me to understand the complexities of the global economy and develop analytical skills essential for my future career.

The teaching methods at AUAS were notably different from what I was accustomed to. There was a strong focus on interactive learning, group projects,

and presentations. This collaborative environment fostered a deeper understanding of the subject matter and improved my teamwork and communication skills. Additionally, the access to modern facilities, including state-of-the-art laboratories and libraries, significantly enhanced my learning experience.

Living in Amsterdam was an adventure in itself. The city is a melting pot of cultures, offering a unique blend of historical charm and modern vibrancy. Navigating through its picturesque canals, historic buildings, and bustling markets provided a daily dose of excitement and discovery.

One of the initial challenges was adjusting to the local culture and lifestyle. Dutch people are known for their directness and efficiency, which was a bit of a cultural shock at first. However, this straightforwardness turned out to be refreshing and helpful in both academic and social settings. Learning basic Dutch phrases also proved beneficial, even though most locals speak English fluently.

One of the most enriching aspects of my exchange year was the opportunity to travel extensively throughout Europe. Amsterdam's central location and excellent transport links made it easy to visit numerous countries and experience a variety of cultures.

I visited iconic cities such as Paris, Rome, London, and Barcelona. Each destination offered unique historical landmarks, culinary delights, and cultural experiences. In Paris, I marveled at the Eiffel Tower and strolled along the Seine River. In Rome, I explored ancient ruins and enjoyed authentic Italian cuisine. London's rich history and vibrant arts scene left a lasting impression, while Barcelona's Gaudi architecture and Mediterranean vibe were unforgettable.

These travels were not just about sightseeing; they were educational journeys that broadened my understanding of European history, art, and society. Meeting people from different backgrounds and witnessing diverse ways of life contributed to my personal growth and global awareness.

In conclusion, my year at the Amsterdam University of Applied Sciences as an exchange student was a life-changing experience. It enriched my academic knowledge, professional skills, and personal development. For future exchange students, my advice is to embrace every moment, remain open to new experiences, and take full advantage of the opportunities that come your way. This journey will not only shape your career but also transform your outlook on life, making you a more well-rounded and globally aware individual.