

學校簡介

阿姆斯特丹商學院，AUAS是英文縮寫，HvA是荷蘭文縮寫，是一所類似科大的學校，比較重視實用，學術要求相對比較低一些。

商學院校區是獨立在郊區的，位在離市中心地鐵近十站的地方稍微偏遠，雖然遺世獨立，但所有線上線下資源都是共用的，有一個別緻典雅的圖書館，也有滿多的線上資料庫，寫報告、作業查資料時已經滿充足的。

這類型的學校在荷蘭比較像是給住附近的當地荷蘭人就學方便，所以課程參與、小組成員的能力不一定都很高，有機會需要自己很努力。

這間學校滿特別的是有免費的荷蘭文課程，但是全校唯一的授課老師好像快要退休了，不確定之後會不會繼續開下去。

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

滿推薦intercultural awareness，老師很認真教學，而且豐富度也很足夠，雖然整個學期教的內容不多但很扎實，幾年後可能還會有印象學了些什麼的那種。

課程的規劃中，有每周輪流的小組10分鐘briefing，期末有小組20分鐘的project，還有筆試。另外每周都要讀一個章節的課文，整個學期下來，每周都有事情要做，但壓力不會太大。

荷蘭文課也滿推薦，老師教的內容都很實用，可以馬上在生活中用上，課程也很扎實，每堂課正式上課前都會複習所有教過的內容(口說)。經過幾周的課程後，從一開始覺得身處平行世界到後來可以慢慢讀懂路上的標語在講什麼，頗有成就感。這門課平時沒有考試，只有在期末有手寫還有口說的期末考，手寫的內容不會超出上課教的，身為生長在台灣，從小對於語言的學習方式應付手寫考試應該是滿容易的。

國外研修之生活學習（課外）

認知到文化差距，並學習融入其中

在intercultural awareness課程當中，可以初步的了解不同國家的文化差異可以從哪些面向中觀察，而在當地生活、與同學交流就是真正的跨文化溝通實務課。

如與課堂中的同學成為朋友，課外期間約出去玩的時候是真正的體驗文化差距時刻，如不同國家的人對於"約"時間的概念就已有不同概念，有些國家的人沒有辦法跟你約下周的行程，因為他也不能確定那時候他會在這裡，這時候可能就要前幾天再跟她約。有些國家的同學就算你跟她約一個月之後，他一定還是會準時出現，這時候自己就要記得赴約。

又如另外一個比較極端的例子，有一堂課的分組報告，組內實在是太多沒有功能的組員，因此有一位憤憤不平的同學跑去向老師抗議，學期末時，老師拿出一張表格，上面寫著所有組員的名字，要求我們在教室裡面，公開、透明且理性的討論每一個人應得多少分數，這個分數是真的會顯示在成績單上的，而不是寫寫而已。這時候掀起了一場腥風血雨，身為亞洲人的我對於這種公開的同儕評估制度已經非常不熟悉，更不熟悉的是大家真的當場辯論起來，怕傷感情、默默不說話的我時不時會被cue：你覺得呢？這時候就算冷汗直流，還是需要講出那些原來不可能講出的殘忍實話。最後每個人都得到了可以接受的結果後，走出教室時大家又像是好朋友般，彷彿剛才的事情完全沒發生過，即便有人真的得到超低分。

有時候我們對於別人行為或者思想上的不理解，其實並不一定是他們不好相處，而是我們處於不同的生長背景與國家文化當中。我們會感到不舒服是因為不熟悉，但知道是文化上的不同之後，生活上會放寬心很多，也更能夠用別人熟悉的方式與之溝通，同時也減少別人對自己的不理解。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- 1.適應荷蘭人特別的文化以及了解其他國家的文化
- 2.訓練危機處理能力
- 3.提升社交能力
- 4.學習基礎荷蘭文

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？

剛到荷蘭時，需要到市政廳註冊，因為所有在阿姆斯特丹的學生都在差不多的期間辦理手續，許多當時第一天去的人，排了五小時以上才能夠進去。當時我排了一小時就離開，一個多星期過後，陸陸續續聽到很多同學還是一直在排隊中，最後是在期限的倒數第二天去，只花五分鐘就完成，建議不用急著一開始就去辦這件事情，因為提早辦好也沒有什麼好處。

在這間學校就讀的話，如果遭遇困難，只要在學校群組發問都會有人協助。像是需要繳垃圾稅，學校會寄信跟大家說如果收到，可以與市政府申請減免，但是線上申請加上紙本寄送速度很慢很繁瑣。在荷蘭，很多與政府往來的文件都需要線上、線下同時並行，像是線上申請，線下寄送資料，需要有點耐心。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

到處都是文化衝擊，打開胸襟嘗試了解及接受別人的文化，下次再遇到就不會那麼衝擊了。如果當下真的是非常震驚的話，可以跟身邊的人分享你的故事，說不定可以從別人那邊聽到類似的故事，對於接受這個衝擊會很有幫助的，如果沒有人懂你，至少可以找到懂你的人。

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？

走訪過許多國家，原本以為歐洲人都差不多，但發現就算是鄰近國家之間都還是存在許多差異。像是荷蘭人講話是屬於非常直接的那一種，有時候跟店員講話會覺得默默中槍，當然另一方面他們如果喜歡你的打扮或者發現你很努力在做某件事情，也會非常不吝嗇地稱讚你，荷蘭人對待所有人都非常友善平等，不會因為你的種族、外在表現或者身分而對你有差別待遇，走在路上大家都面帶微笑。

一開始會很沉浸在與台灣完全不同的國度中，帶著歐洲國家濾鏡覺得一切都很美好，但實際生活在當地一陣子之後會發現，街道的整潔度、日常生活的方便程度、外食負擔、辦事效率、交通花費等等與台灣相比之下，在當地生活不一定會比較舒適。當然，反過來說一定還是有許多優點，完全取決於自己對於生活的目標是什麼，想要過怎麼樣的生活。

我想最大的收穫應該是，看清楚了以往電視上、別人口中悠哉的歐洲生活，其實只是生活眾多面向的一部份，就像我們常常會只想到台灣好的一面或者不好的一面一樣。

另外，因為荷蘭真的是一個很友善的國家，每個人都很友善，可以放心地做自己，因此多了很多與他人交談的機會，無論是同學、路上的行人，從一開始的社交恐懼到最後都可以隨意地與店員、路人搭上幾句話，更有活在社區中的感覺。

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？

知道我去交換是受到一群人的支持，也減低了一些財務負擔，有獎學金真的是一個很大的助力。

感言及心得感想

謝謝學校給了我這個機會能夠到歐洲走一遭，身處異國更有一種我與世界建立起連結的感覺，不再覺得地球另一段的事情與我無關，像是幾乎每個城市的大廣場都可以看到烏克蘭、巴勒斯坦的國旗，我沒有特別的偏好，但是發現原來在台灣只會出現一周新聞版面的事件，其實一直都沒有消失，每看到一次都提醒了我這世界很大。

我相信會到歐洲交換的同學們一定都想著要到周遭國家遊玩，衷心的建議是，能夠在每一趟旅程出發前，先上網看看該國家、城市曾經發生過哪些事情，當地有什麼特別的文化，為什麼會有人想要去那邊，畢竟歐洲大陸是一個充滿歷史的地方，如果真的沒時間，那至少在當地看到著名地標、教堂或者建築物時，也可以當場拿起手機搜尋一下，同時讀萬卷書也行萬里路，這樣子幾個月下來除了漂亮的照片以外，頭腦一定會收穫滿滿。

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)

I am grateful to the school for giving me the opportunity to travel to Europe. Being in a foreign country has given me a sense of connection with the world. I no longer feel that news happening on the other side of the Earth are unrelated to me. In almost every city, I can see flags from Ukraine and Palestine. While I don't have any particular preferences, I've realized that which might only make the headlines for a week in Taiwan, have actually never disappeared. Every time I see such news, it reminds me of how big the world is.

I believe that students participating in the European exchange program must be eager to explore neighboring countries. My sincere advice is to, before embarking on each journey, take some time to research the history of the country and city. Understand the local culture, and explore why people would want to visit that particular place. After all, Europe is a continent rich in history. If time is limited, at least when you see famous landmarks, churches, or buildings, take a moment to search on your phone. Reading a thousand books is as beneficial as traveling a thousand miles. By doing so, over the course of a few months, besides capturing beautiful photos, your mind will undoubtedly be enriched with knowledge and experiences.