

國立臺中教育大學赴姊妹校交換學生心得報告

109 年 2 月 21 日

姓名	陳玉庭	就讀系所 及年級	國際企業學系 三年級
交換期間	自 108 年 8 月 17 日 至 109 年 2 月 9 日	交換學校名稱 及地點	Radboud University/奈梅亨
學號	AIB106111	E-mail	a0975462962@gmail.com

心 得 報 告 內 容

(1) 申請動機

在求學生涯中，一直有想在大學的時候出國交換的想法。我很喜歡出國體驗異國文化，也想到國外開闊視野，試著獨立在國外生活。此外，想體驗國外大學的學習環境與來自各國的學生交流，加上家人很支持我去國外看看，然而，荷蘭的治安在歐洲算是較優的，人民也十分友善，所以選擇到荷蘭當交換學生。

(2) 在本校之申請流程

現在的制度從原本每學期的甄選，改為一次甄選上下學期的交換生。因此，建議要時常關注國研處的網頁公告，才不會錯過申請的機會。需要準備的資料有在校成績單、英文成績單、教授推薦信、讀書計畫等，建議想要申請荷蘭 Radboud University 的學弟妹如果要用多益成績的話，要記得加考口說與寫作，因為 Radboud University 會要求英文的聽說讀寫都必須附上(Radboud 要求英文成績要有 B2 以上的程度)。

(3) 交流學校特色、學期制度等

學校特色:Radboud University 是一間位於荷蘭古老城市-奈梅亨的研究型大學。這間大

學有許多學院，無論是理工學院或是文管科學院在荷蘭都有非常優良的名譽。此外，這間大學孕育許多頂尖的人才。除了有頂尖的師資與豐富的教學資源以外，學校也會不定時舉辦許多活動，供學生參加。此間大學的教授與學生來自世界各地，因此有很多全英語授課的課程。

學期制度:Radboud University 的學期制度與台灣不一樣。Radboud University 一年分為 2 個學期，其中上學期又分為 period 1 與 period 2，下學期分為 period 3 與 period 4。而我交換的學期是 period 1 與 period 2。每個 period 到 period 之間都有假期。選課的上限是 30 學分，以管理學院來說，大部分的課程一門課是 6 學分，也就是說選課的上限是 5 門。此外，倘若對其他系的課程有興趣的話，也可以選修，但是上限是 2 門，且選修本系的課程要超過選修他系的課程數。

(4) 出發前準備過程（如簽證護照、選課繳費、安排接機、申請宿舍等）

經由國研處甄選後，國研處會將名單送至 Radboud University。之後需要繳交的文件、應注意的事項與重要訊息，RU 都會以 email 的方式通知，只要照著信上的步驟完成就可以了。

簽證護照:出發到荷蘭之前，要先到台北的荷蘭駐台辦事處辦理短期簽證 MVV。請先準備好 MVV 申請表、護照、大頭貼等。辦理完之後，辦事處的人員會先收走護照，之後再用郵寄的方式寄到家。

選課繳費:在去荷蘭之前，Radboud 會要求填寫 learning agreement。Learning agreement 類似選課單，可以把自己想要選的課先填上去，之後如果不想選，還是可以退選的。Learning agreement 必須經由中教大的系上主任簽名之後，回傳給 Radboud。此外，Radboud 會要求財力證明，大概 4500 歐左右，建議將錢直接轉到學校開的帳戶，比較省事。等到你開完荷蘭的銀行帳戶後，學校會再把錢轉到你的個人

銀行帳戶裡。其餘的費用，如:迎新活動費用、保險費等，Radboud 都會寄 email 通知線上繳費。

安排接機:Radboud 會告知接機的日期，像是我 8/18 抵達奈梅亨火車站時，就看到 Radboud 的人在那邊迎接新來的學生了。

申請宿舍:Radboud 提供許多種宿舍供學生選擇，其中我選擇的是 SSH&的宿舍。SSH& 是一間專門提供短期宿舍的公司。SSH&有各種類型的宿舍，而我選 Talia。Talia 是一棟坐落在奈梅亨火車站旁邊的宿舍，交通十分方便。到市區走路 10-15 分鐘，到學校則是騎腳踏車大約 15-20 分鐘。一個月的房租是 470 歐，大約台幣 16000 元，相對於其他類型的宿舍算是昂貴的，但是居住環境與設備蠻不錯的，我真心推薦選 Talia。
(記得要在第一時間搶宿舍，因為太慢就沒辦法選到心儀的宿舍了!)

(5) 抵達後過程 (如報到、選課、安頓生活所需等)

報到:依照 Radboud 規定的時間抵達奈梅亨火車站，學校會安排人員迎接也會有巴士載新生到學校處理報到相關事宜。抵達學校後，新生會領到 Radboud 學校的帽 t、宿舍鑰匙與一些紙本資料。報到之後，學校會再用巴士將新生載到宿舍。如果沒有在 Radboud 指定的時間抵達奈梅亨的話，就要自己跑報到流程囉。

選課:抵達奈梅亨後，Radboud 會規定一段確切的日期，讓學生上網選填想學習的課程，但是只能選填 Learning agreement 上面的課。如果有撞課或是想要加退選，都必須另外填寫 Change form。

安頓生活所需:

食//荷蘭有很多超市，其中我最常去的是 Coop 與 Albert Heijn，因為距離最近。超市有賣非常多東西，有些商品甚至是比台灣便宜，如:牛奶、優格、麵包、果汁等。AH 超市有發行免費的折扣卡，記得跟店員說要領取!奈梅亨也有一間大型亞洲超市(東方

行 **Amazing Oriental**)，但是有些距離，搭區間火車約 7 分鐘的車程。另外，如果不想跑那麼遙遠去亞洲超市，市區裡也有 2 家較小型的亞洲超市，分別是百利雜貨店與西歐雜貨店。

衣//我去的期間是冬天，溫度介於 2-10 度之間，建議大家要洋蔥式穿搭法，因為室內都有暖氣。此外，市區裡有非常多家服飾店，如果想要找平價的衣服店，可以去 **primark**。**Primark** 的衣服價位屬於低價位，但是品質算是只能將就而已的程度。

Primark 除了賣衣服以外，也有賣生活用品等，價位也不高。

住//我是住 **Talia**，居住環境很舒適。如果房間有需要維修的東西或設備，請不用客氣的上網填報修(**Ask Simon!**)，他們會很迅速且以非常熱心的態度幫你處理。如果需要添購一些日常用品，可以去 **action** 或是 **blokker**，那裏販賣各式各樣的平價日常用品。

行//荷蘭有發行 **OV** 交通卡，可以搭乘荷蘭的火車、公車等。空卡 7.5 歐，回台灣之前，可以去各大火車站的服務處辦理 **ov** 卡餘額的退費，但是購買空卡的錢是不會退還的喔!荷蘭交通費十分昂貴，在搭乘交通工具之前，要先查 **ov** 卡裡的餘額是否足夠，搭火車至少要有 20 歐，公車則是至少要有 4 歐。此外，荷蘭電商時常發行優惠電商票，一般購買電商票會比刷 **ov** 卡來得划算許多。荷蘭的腳踏車非常普及，有參加 **Radboud orientation** 活動的人，領隊都會帶新生到二手腳踏車店買腳踏車。但是，假如僅交換一學期的人，除非買到低價位的二手腳踏車，否則我覺得不太需要去買二手店的腳踏車。因為二手腳踏車店的價位通常不低，交換完後還要花時間與花心力將腳踏車賣掉，二手腳踏車店只負責賣出腳踏車不會再買回腳踏車，加上由於我是在冬天的時候交換，荷蘭冬天非常常下雨也常有強風，剛開始我會騎腳踏車到學校，但是之後我便都以搭公車的方式通勤。雖然搭公車的花費不便宜，但是真的方便也舒適很多。此外，荷蘭有許多租借腳踏車的公司，以便宜的月租的方式租借。我身旁有很多

人都是跟租借公司租腳踏車，他們都說品質還不錯，服務態度也蠻好的。交換結束後，也不需要擔心腳踏車賣不賣得掉。唯一的缺點是，租借公司的腳踏車大部分都是腳剎車，如果要找手剎車的腳踏車，可能還是要到二手腳踏車店尋找。

樂//Radboud 常常舉辦很多 party，可以到他們的臉書專頁搜尋相關資訊。

(6) 上課情形簡述及注意事項

Radboud 上課的形式有分很多種，每堂課的要求與評分方式也都因為授課教授的風格不同而不盡相同。然而，不可否認的是幾乎每門課都有非常大量的文本需要閱讀。評分方式可能是上台報告、紙本報告、考試等。**Radboud** 有個系統 **Bright space**，可以在那個系統看到老師的上課要求與課程大綱，課堂上的講義也會放在 **Bright space**，方便學生下載，有時候甚至是分組與繳交作業，也會在 **Bright space** 系統進行。此外，要時常留意 **Bright space**，老師有時候會在 **Bright space** 發布一些重要訊息。

在課堂上，大部分的學生都會用筆電作筆記，我剛開始有點不適應，無法專心聽講，因為在上課的過程中就會一直聽到旁邊的人瘋狂打字的聲音。學生在課堂上會勇於舉手發問或是發表個人意見，教授也很樂意跟學生在課堂中進行互動，為學生解惑，師生互動良好，我覺得這點跟台灣非常不一樣。**Radboud** 的教授偶爾會點名或是幾乎不點名，是否出席上課，全憑學生個人意願，

此外，教授十分守時，不喜歡學生遲到，因為他們認為當遲到的學生進來教室時會打斷他們上課也會使在聽課的學生受到打擾。在學期剛開始教授就會明定課程大綱與未來要授課的內容，考試日期與補考日期也都會公告。如果考試日期有撞期的話，可以跟課堂教授協調。如果需要補考，務必上網登記才能補考。

(7) 當地環境簡述及注意事項

奈梅亨是荷蘭東部古老的城市，與德國非常靠近。治安良好，居民十分友善。荷蘭冬

天常常下雨也有強風，剛開始下雨天我會撐雨傘，但是奈梅亨的雨來得快去得也快，後來就沒有再撐雨傘了，因此建議攜帶一件防水且防風的外套。荷蘭的腳踏車失竊率高，所以即便是去超市買個東西，建議還是要將腳踏車上鎖。另外，建議安裝腳踏車的前後燈，避免受罰。

Radboud University 的佔地廣大，建築雄偉，擁有新穎的教學設備。讓我印象深刻的是學校圖書館。每當我走進圖書館，館裡總是有一群正在認真讀書的學生。讓我覺得圖書館超酷的地方是學校提供按摩椅給學生，使學生能夠暫時放鬆一下，紓解課業壓力。另外，如果有文件需要影印的話，必須先下載 **app** 並且線上儲值，才能進行影印。學校的食堂是另一個我印象深刻的地方，食堂內部裝修高級，空間十分明亮，但是販售的食物蠻普通的。要注意的是學校的食堂只能刷卡，不能用現金!

(8) 總體心得

經過這半年在荷蘭交換學生後，我覺得這是一個很難得且值得的體驗。在課堂上，可以了解國外上課的模式，也可以學習到很多專業課程的知識，即便是類似的課程，但是台灣與荷蘭的教學方式與內容卻很不一樣。同時，在課堂中，可以與來自各國的學生有互動，學習以更多不同的角度看待同一個主題。此外，透過各種學習方式，如:上台報告、紙本報告、閱讀文本等，可以磨練自己。雖然當時在上課或寫作業的時候，壓力真的爆大，但是很多時候是我侷限了自己的可能，等到 **pass** 課程後，會覺得很有成就感。在生活中，這是我第一次住宿舍，也很幸運地遇到了好室友。第一次離家使我成長許多，心智也更加成熟。總之，我很推薦學弟妹有機會的話，可以出國看看，將會是一段在大學求學過程中令人深刻且美好的人生體驗。

(9) 生活照片二~五張



↑學生餐廳的義大利麵



↑荷蘭第4大城市-烏特勒支



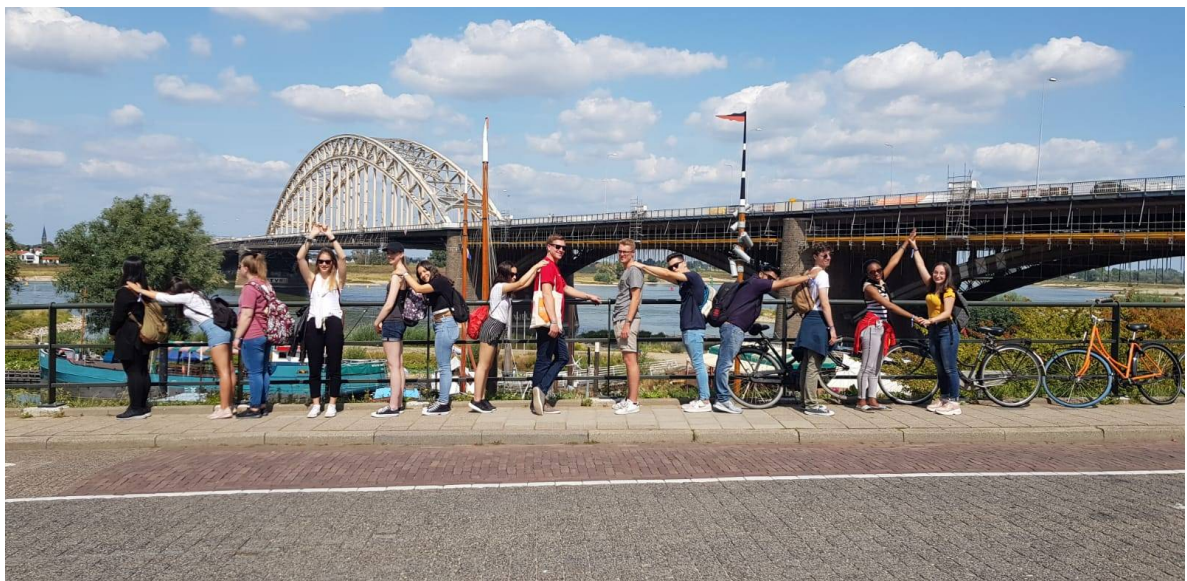
←日常晚餐



↑荷蘭街邊小吃店



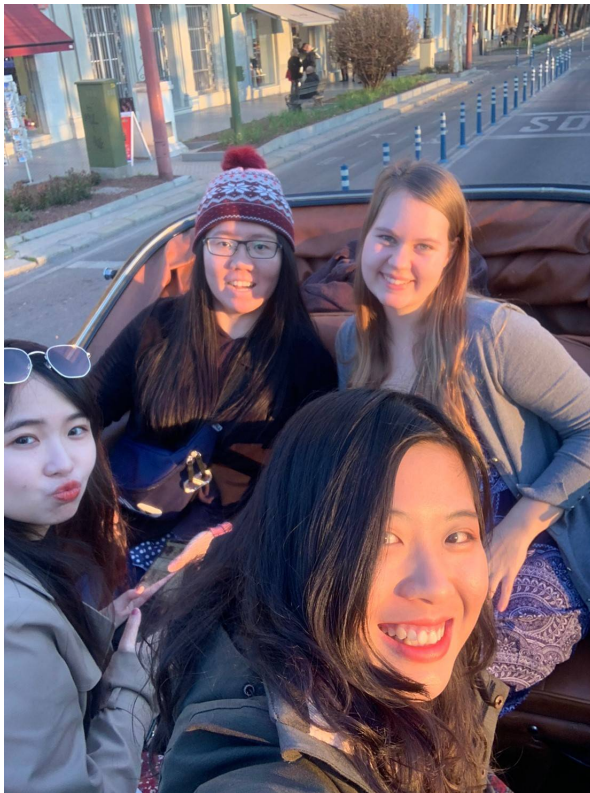
← 聖誕節活動



↑ orientation week 的小隊(在河岸邊人體拚 NIJMEGEN)



↑ ↓ 與芬蘭女生一起到西義旅行



短片連結:<https://www.youtube.com/watch?v=OWKlscVzyTs&t=8s>

備註：

- 1、心得報告內容請依上列項目簡要敘述，表格大小可自由調整。
- 2、心得報告檔名以『系級+姓名』存成 doc 檔，email 至 ics@gm.ntcu.edu.tw，俾利上網刊載。
- 3、返國後，請於二週內繳交心得報告，以免影響校內經費補助。