

(1) 交換學校介紹及課程等學術方面資訊

學校介紹-馬斯垂克

馬斯垂克是個美麗而現代的學校，學校外觀很美麗，畢竟馬斯垂克是荷蘭最古老的城市了，城市沒有因為戰爭而被破壞，所以走在馬斯垂克都覺得很像走在明信片裡面，而學校的教室、設備都、甚至是教學方法也很特殊，是採用小班 10-15 人的討論課進行，在現代不過了。



課程資訊－PBL

這間學校最出名的就是它的 PBL(Problem-Based Learning)，上課的時候通常是透過討論案例的方式在進行，課本的內容會要求你按照進度上課前先看完，上課的時候是討論如何應用理論到案例，或者甚至會要你推翻理論講出其中矛盾的地方，然後探討實務上公司面對這些案例情況的時候會怎麼作。所以，就是上課的時候必須「經常發言」，幾乎每堂課的課堂發言都有佔一定的評分標準，不是你有來上課課堂參與就 OK 了，因此，要習慣在課堂上積極發言。另外，這裡的學制比較特殊，一個學期有 3 個 block，前兩個都 block 是各 7 個禮拜，最後一個 block 為非強制，是屬於 skill 訓練課程，也就是說你至少要選兩次課。

我選的課程有 Strategy，這是初階的課，分量就還滿輕鬆的，因為每次上課前只要有看完課本的東西，要回答發言都不是問題，不過他們很特別的是雖然一個 block 只有七個禮拜，但他們也會把整本課本教完，平常在政大同樣版本一樣

厚的書政大會分期中、期末來考，而且也不一定會考整本，但在這裡儘管時間很短，他也會拼命把它上完或者翹完，然後一次就考全部，所以念書進度要及早排好喔！初階的課程分量比較輕就是討論的案例比較簡單，只要有念課本、稍為查一些資料就行了，我這堂課是還有兩次的小組報告跟一次個人報告，只要注意幾個要求就會通過了，例如報告形式、時間掌控、參考資料，對於內容的要求沒有非常嚴謹，所以不用查到太多期刊、論文。

另一門課叫做 **Business Innovation**，這是中級的課，分量明顯差很多，每次上課前都要先看 40 頁以上的 **business Harvard review** 或 **management journal**，這些文章的用字會比較學術，看起來就比課本吃力的多，討論的案例內容也比較多，而且因為案例中的企業都是荷蘭或歐洲企業，討論的時候我都比較不熟悉，一開始上起來比較辛苦，後來就靠著勤查資料跟課前多和同學討論讓我上課的時候比較能夠發言參與，尤其我的教授又很重是課堂參與，(討論課都會有個 **tutor**，一般來說是碩博士生，教授會訓練他們，然後他們來引導我們討論，但也會有例外就是教授自己來當 **tutor**，我就碰到了...)所以花了滿多的時間在這堂課上面

我有選修荷文課，請大家注意一下，是「**免費**」的因為**大學部交換生**是免費的，我有朋友不知道就傻傻繳了 25 歐，雖然 **language center** 會寄信說你要繳費喔，但你可以回信給他跟他說你的身分，但我一開始碰到一個搞不清楚狀況的辦事員說規定好像有改(然而其實沒有)，所以我只好本人親自去一趟 **language center** 證明我的身分，請他消除我未繳費的狀態。課程也是短短七周，但一個禮拜只會上一次課兩小時，可想而知收穫有限，不過可以學到一些發音跟很簡單的單字，而荷蘭文的發音跟德文很相近，所以如果之後回台灣想要學德文的人先選修個荷文課也是小有幫助的。如果你很有心很上進的話，你可以第一個 **block** 修荷文一，第二個 **block** 修荷文二，這樣應該會比只在第二個 **block** 才修荷文一的我收穫多很多。修荷文課不用擔心分量很重，基本上老師都不會太為難你，評估系統也都是線上的沒有課堂考，所以你可以充分準備，除非你選到了一種荷文課是 **intensive** 的，一個禮拜上兩次而且要持續四個月的，那就會滿辛苦的。**BTW**，荷文課不是 **PBL**，因為你什麼字都不太會說，遑論要討論案例。

(2) 生活及文化交流 1000 字及

生活

交換生的生活就是一連串體驗家庭主婦的心情以及背包流浪客的旅程！最常做的事情就是去超市採購、下廚，也是樂趣之所在，如果你的宿舍是在 **P** 或 **C** 的話，走路 10 分鐘就會有大超市 **AH** 跟 **C1000**，非常方便，**AH** 的東西基本上會比 **C1000** 貴一些，但它的自有品牌甜點、餅乾、麵包都比 **C1000** 好吃非常多，至於肉類也是會貴一些但品質比較好一點，兩家超市經常會有打折，尤其是快要過期的商品，在 **AH** 如果要打折的話記得要去跟櫃台拿 **bonus card**，結帳的時候讓店員刷那張卡才有效，**C1000** 就不用特別出示什麼。

另外，每個星期三跟五在 Markt 廣場也會有市集，好像早上十點就開始了然後到中午 12 點多，日照時間長的時候會到 1 點半，市集大多還是賣吃的跟花、盆栽。盆栽還滿便宜的(有 1 歐的)可以買來養郁金香放在房間美化，不過蔬果肉類有的時候未必會比較便宜，超市有可能還比較便宜，不過在市集可以吃到炸魚，還有市集附近就有馬斯垂克很有名的薯條店，一定要去吃一次！在荷蘭吃薯條大家都偏好這種店而不是麥當勞，店就在麥當勞隔壁但它經常大排長龍，而且薯條加的醬不是番茄醬，而是美乃滋、咖哩、或者沙拉醬加洋蔥末，如果問荷蘭的傳統食物有什麼，薯條算一項吧！

交換除了認真修課之外，當然也要認真安排旅遊計畫！到不同的國家體驗、開開眼界～而我有時候為了省錢，會借宿在在那個城市交換的同學宿舍，大家可以互相照應也可以省點錢，甚至我還睡過機場三次，因為抵達的時間已經很晚了，大眾交通運輸已經沒了，如果搭計程車又很貴，所以我就和朋友一起睡在機場。不過提醒一下，睡機場之前要先詢問一下有經驗的人或者上網查評價，因為有的機場是會趕人的，有的是椅子跟椅子之間有把手所以不能平躺著睡很難入睡，又或者有的需要及早卡位，總之，出外旅遊最好事前功課要做足，才能省錢又玩的順利開心！

文化交流

馬斯垂克大學有個 ESN 的組織，像是學生會，會舉辦各種活動給交換生，所以你剛報到的那一周可以報名參加打保齡球、搖滾音樂會、Pub 喝酒、city walk tour，不過，除了第一周之外 ESN 再來會舉辦的活動都是 party party party，每次換個主題罷了，不過這就是歐洲年輕人最愛的活動，也可以說是文化差異吧，德國荷蘭人都超及愛喝酒，(因為馬斯垂克在荷蘭的很南邊靠近德國，所以也有不少德國人來馬斯垂克念書)，而德國人又超會喝酒的，荷蘭人當然也很愛喝，他們連抽大麻都合法化很平凡了，所以在這裡跟 regular 學生打交道的方式應該是一起去 club 喝酒聊天。



修課的時候你可以感受到部分的文化差異，舉例來說，如果你修課的時候同學中有德國人，然後你被分到和他們同一組一起報告，你應該要感到很高興因為他們是很有組織、認真、有效率的一群，當然還是會有例外，但大多數而言和德國同學一起報告可以學習到很多，很符合印象中一板一眼的德國人。然後，上課的時候也沒有見過德國人遲到。而從課堂發言你也可以觀察到西、北歐的學生都很習慣上課發言、分享看法，但南歐的人(ex 義大利、西班牙)上課的時候跟亞洲學生比較像，屬於比較沉默、被動的，因為他們從小到大的教學方式好像也都沒有鼓勵他們發言。

(3) 交換需注意之事項

出門在外一定要小心自身財物，要提高警覺，雖然我覺得馬斯垂克很安全，曾經半夜一點半一個人從火車站走了 40 分鐘回到宿舍都沒有事情，但是我也有朋友在 H&M 逛街的時候錢包被人爬走了，因為包包拉鍊沒有拉起來，損失慘重，居留證、信用卡、提款卡要重新辦真的很麻煩，所以建議平常證件跟現金可以分兩個皮包放，不要放在一起，或者部分證件分開放，才不會到時候需要證明身分的時候都沒有東西。

而去其他國家玩的時候更要注意安全，扒手無所不在，我在西班牙要搭地鐵的時候就碰過扒手，他們會用英文說 *excuse me* 假意要問你路，一個人問路讓你分心另一個人就趁機下手，幸好我發現了就把他們撞開趕快上地鐵。要有警覺，因為我們亞洲臉孔就一副觀光客的樣子，別人問我們路感覺就很奇怪，所以如果有遇到這樣的狀況就不要理會，搖搖頭裝聽不懂就好。常常火車站附近也會有人問你聽不聽得懂英文，多半都是要跟你要錢，說他沒錢買火車票、沒錢買吃的、或者抱著小孩然後拿張紙條要你看，說他沒錢養小孩可不可以給他一點錢，如果不想被纏著的話就裝成聽不懂英文吧，而且這類型的人都會一起出沒，你如果給了一個人錢難保其他人會不會都跑來跟你要。

來歐洲交換應該都會想去其他國家玩玩，如果選擇要搭廉價航空或者一些便宜的火車(ex 去法國可以搭 TGV)，機票、車票一定要及早訂，最好是兩個月以前或者是更早，價格會差很多，機票最便宜有到一、兩歐，雖然那是可遇不可求張數有限要用搶的，但 20 幾歐以下的機票很常有只要你提早訂票。至於火車，像我從比利時首都搭到巴黎來回是 50 歐，但我朋友就花了 110 歐因為太慢訂票，所以早訂票可以為你省下不少錢。不過，火車票提早訂會省錢多半是距離比較遠的地方，像荷蘭這麼小，境內的火車票不管你什麼時候買價格都是一樣的。有人可能會覺得很怪，搭飛機這麼便宜為什麼還要選擇火車？原因是搭飛機你必須提早很多 check in，再來行李重量大小都有限制，飛機搭乘地點跟抵達地點會有些偏遠(這也是為什麼廉價航空會便宜)，有時候從遙遠機場到市中心的錢可能會比機票還貴，所以從便宜的機場到市中心的方法也要先提早確認，以免最後只能花大錢以 taxi 解決。