

莎賓魚在芬蘭 — Aalto University

生活報告

生活報告分為學校介紹、學制/課程介紹、生活及文化交流三大主題，其中生活及文化交流是比較概括性的、感受上的分享，比較細節的資訊請參考電子報。電子報共計四篇，前兩篇為「莎賓魚在芬蘭 — 行前篇」，電子報一為機票、居留證、住宿的分享，電子報二則是金錢相關、怎麼穿、實用資訊（含行李打包）；後兩篇為「莎賓魚在芬蘭 — 生活篇」，電子報三包含交通、購物、電信網路的資訊，電子報四則是娛樂相關的分享。

寫在開始之前 — 交換需注意之事項

交換要注意的事，其實不外乎「行前準備」和「落地生活」兩大主題，這兩大主題的分享，如前所述，可以在電子報裡找到，我在這裡想分享的，是「為什麼」這件事。

我覺得在去之前可以先想想「為什麼要去/想去交換？」「為什麼選擇這個國家？」「為什麼選擇這所學校？」，這三個問題沒有什麼優先順序，想，也不是真的要有什麼明確或厲害的答案，就是想想，心裡有個底，才不會走得太偏、太遠。另外，我們都知道，出國在外，我們 represent 的是台灣人，但對姊妹校而言，我們 represent 的不只是台灣人，還是政大商學院，說到底，我們畢竟是交換生，學習狀況他們還是看在眼裡。

一、學校介紹

以芬蘭著名建築家 Alvar Aalto 為名，Aalto University 於 2010 年由 Helsinki University of Technology、Helsinki School of Economics、University of Art and Design Helsinki 合併而成，不僅在芬蘭排名第一，在國際間的排名也相當不錯，目前有 Otaniemi（各院大學部—設計學院除外）、Töölö（商學院碩士部）、Arabia（設計學院）三大校區，其中 Otaniemi¹ 位於 Espoo，Töölö 和 Arabia 則位於 Helsinki。Aalto 的 School Facility 很齊全，目前三大校區皆配有學生餐廳²、電腦教室、影印/列印/掃描設備³、討論空間，圖書館和健身房則只有 Otaniemi 和 Töölö 有。

秋季班通常於八月底九月初開學，開學前一週則是 Orientation Week，官方的 Orientation 為期兩天，這兩天除了 School Facilities and Electronic Tools 的介紹外，Tutor Group⁴

¹ Otaniemi 是 Aalto 最大的校區，雖然位於 Espoo，但從 Helsinki 市區（Kamppi Metro Station，Töölö 校區附近）搭公車過去僅需約 20 分鐘。需要注意的是，因為 Helsinki—Espoo 算跨區，所以交通費會較貴（詳見電子報生活篇—交通）。

² 只要出示 Aalto 學生證便能以 €2.6 的價格吃到一餐（含沙拉、麵包、主餐、牛奶/果汁），非常划算。

³ 在學校可免費影印/列印/掃描。

⁴ 與政大一對一的 Buddy Program 不同，Aalto BIZ 是由 Tutor Group 接待所有交換生，他們會將交換生打散分組（每組約十人），每組由 2 個 Tutor 負責。

也會帶大家去買最重要的 Travel Card (詳見電子報生活篇—交通)，讓大家在開學前做好準備。芬蘭的學生組織非常活躍，Aalto 也不例外，除了學校的學生組織 ayy 以外，商學院還另外有自己的學生組織 KY，KY 和其旗下的 International Subcommittee — KY-sub 時常舉辦活動給商學院的學生和交換生參加，從郊遊踏青、Party，到需要過夜的旅行都有，他們也會趁著 Orientation Week 辦 for 交換生的 Welcome Party，讓交換生們、Tutor 們有互相認識的機會。

二、學制/課程介紹

與台灣的學期制不同，Aalto 的秋季班又分為兩個 Period，每個 Period 為期七週 (六週課程、一週考試)，兩個 Period 分開選課，也就是說，第一次選課時僅需 register 第一個 Period 的課程，第二個 Period 的 registration 要在開學之後才會開放。另外，Aalto 的考試需另外 register，沒有 register 的話就無法參加考試，通常考試的 registration 會在考試前一週開放。

所有交換生，無論年級，皆可自由選擇大學部及碩士部的所有課程，Aalto 寄來的 email 中，有一封就包含「英語授課課程列表」，供大家在選課系統更新前做參考，比較特別的是，除了一般的課程外，Aalto 還有 Aalto Cross-School Courses 和 University Wide Art Studies (UWAS)，這些課程由 Aalto 不同的院合作開設，供 Aalto 全校學生 (不分背景) 選取。

Aalto 課程系統有 webOodi 和 MyCourses，其中 webOodi 為選課系統，可查詢到所有課程和考試的詳細資訊 (時間、授課教授、授課大綱等)，課程的 registration 和 Final Grade 也都是顯示於這個系統。MyCourses 則為課程資訊系統，雖然 MyCourses 也可用於查詢課程，但它的主要功能類似於政大的 WM5 數位學習平台，教授多半是將 Course Material 上傳至 MyCourses，學生繳交作業也是透過這個系統。

以秋季班 (兩個 Period) 來說，Aalto 的學生普遍會修到 30 ECTS (約五門課)，交換期間我總共修習/旁聽了六堂課，以下分別簡單介紹。

1. Sustainable Business and Consumption (6 ECTS)

Level of the course : 碩士部課程

Teacher in charge : Jennifer Goodman、Jouni Juntunen、Angelina Korsunova

Teaching Period : First Period (每週上課兩次，每次三小時) at Töölö Campus。

這門課由三位老師交叉授課，每次上課皆有不同主題 — Introduction to SBC2、Stakeholders and Sustainability、Sustainability Strategies、Supply Chain Management、Sustainability Communication and Reporting、Sustainability

Management Instruments、Eco-Innovation by Businesses、Active Roles of Consumers in Sustainability、Business and Innovation for Poverty Alleviation，從道德/心理層面到制度/現實面，讓我們得以從不同面向看待 Sustainability 這件事，最後還有 Stakeholder Management Simulation，讓我們親身體會要盡可能滿足所有 Stakeholder (有些 Stakeholder 只在乎錢、有些 Stakeholder 在乎生態環境、有些 Stakeholder 在乎勞動環境...) 是件多麼不容易的事。

這門課的 Lecture 是 base on 指定的 Reading，也就是說，每次上課前都要先閱讀 2-3 篇的 Reading，雖然 Lecture 的部份普普通通，但我覺得這門課的 Reading 都選得很好，從中可以學習、反思很多，另外，Assignment (個人報告、分組報告各一) 和 Exam 的設計也都很用心，不刁難，但如果願意多思考一點，就可以有更多的體會。

P.S. 上課教材老師皆會提供電子檔，不需要另外購買

2. Database Marketing (6 ECTS)

Level of the course : 碩士部課程

Teacher in charge : Merja Halme

Teaching Period : First Period (每週上課兩次，每次三小時) at Töölö Campus。

這門課每週上課兩次，一次是 Lecture，一次是 SAS 教學，Lecture 的部份基本上初級統計學就很夠用，完全沒有負擔。我主要是為了學 SAS 而選這門課的，六週下來雖然不可能變得多厲害，但至少能對基本架構有初步的認識與瞭解，整個過程中會使用到 SAS EG 和 SAS EM，上完教學課的隔週都會要交一份 Assignment (1-2 人一組)，除了跑 SAS 以外，也訓練解讀跑出來的 result 的能力。除了 Assignment 外，最後還會有個紙筆 Exam。

P.S. 上課教材老師皆會提供電子檔，不需要另外購買

3. Introduction to Visual Culture and Creative Ways of Seeing the World (5 ECTS)

Level of the course : 大學部開的 UWAS 課程

Teacher in charge : Juuso Tervo

Teaching Period : First Period (每週上課兩次，每次三小時) at Otaniemi Campus。

這門課是我整學期下來最喜歡的課！這門課是在教什麼呢？老師是這麼說的 — This transdisciplinary course for all Aalto students introduces and examines a wide range of visual images, sites, and technologies through different ways of looking, seeing, and being seen. 其中最最重要的是：Always involves something else than mere the act

of looking, seeing, and being seen. 而說穿了，這門課就是帶著我們一起 try to grasp those something else。

上課內容基本上是 base on 指定的 Reading (每週一篇，Practices of Looking: An Introduction to Visual Culture 這本書其中的一個 Chapter)，每次上課的一開始，老師都會讓我們兩兩先討論一下對這篇 Reading 的想法、覺得有趣的地方，因為學生少 (我們才七個人)，所以兩兩討論完後，各組也會跟大家分享剛剛討論的結果。接著就會進到 Lecture。Juuso Tervo 以前讀的就是藝術教育，所以很會引導我們思考，在對話的過程中，答案總會慢慢浮現出來，而且因為是 UWAS 課程，班上的大家都是不同背景的學生，把不同背景的人放在一起看同一件事 (在這堂課，可能是一張照片、一支廣告、一個產品...)，總是會有火花產生，不只從老師，在這門課我也從其他同學的發言學到了很多。

這門課是每週一、三上課，每週一老師都會出個小作業，讓我們禮拜三跟大家分享，題目都跟當週的 Reading 有關，這些小作業都很有趣 (而且沒什麼負擔)，讓我們試著把 Reading 裡的東西跟自己的生命經驗 (理智上、情感上、學科上... 都好) 做連結。Assignment 的部份是兩篇 Response Paper (on Assigned Readings) 和一個 Final Project，Final Project 有不同的選項，我選擇的是寫一篇將這門課學到的東西應用在本科 (金融) 的報告，也就是「Visual Culture in Banking」。

P.S. 上課教材老師皆會提供電子檔，不需要另外購買

4. Design Business Management (6 ECTS)

Level of the course : 碩士部課程

Teaching Period : First Period (每週上課一次，每次三小時) at Töölö Campus。

這門課是 Aalto IDBM Program 的必修課程，IDBM 強調的就是跨領域合作，因此 Program 裡有 Design、Business、Science 背景的人各約三分之一，老師一開始就會先幫大家分好組，讓每組都有這三個不同背景的人，一起做一個 Group Project。我一開始很期待這門課，但不得不說，這門課的 Lecture 滿普通的，我很幸運，我的組員都非常優秀，因此在腦力激盪的過程中學到不少。簡單來說，這門課非常非常老師領進門，修行在個人。除了 Group Project 外，還另外有一份個人的 Final Report。

P.S. 老師會開 Reading List，想讀的就自己去找

5. Design Theory and Methodology (5 ECTS)

Level of the course : 大學部開的 UWAS 課程

Teacher in charge : Oscar Person

Teaching Period : First & Second Period (每週上課三次，每次三小時) at Arabia Campus。

這門課是我整學期下來第二喜歡的課。DTM 是 Aalto ARTS 的大一必修課程，為期四週 (First Period 的末兩週和 Second Period 的頭兩週)，從課名 Design Theory and Methodology 就可以看出，學生並不會因此習得任何實際的設計技能 (繪圖、建模...)，這門課主要是想設計學院的學生們思考兩個核心問題 — What is design? 和 What is a designer? 想當然爾，這不會有標準答案，但也因為這樣，才更有討論的價值，更有發展的空間。有一句話我印象很深刻：Design is when designers design a design to produce a design. 這句話並不只是文字遊戲而已，讀的 Reading 越多，課堂上的討論越深入，就越能體會這句話的意思，最重要的是，因為這門課聚集了設計學院不同設計領域的學生，所以對 Design/Designer 不同角度的想法。

這門課的課堂討論 (或大或小) 非常多，最大的莫過於每週一次的組內 Present⁵ 和組間 Present⁶，老師每週都會開五篇 Reading，基本上至少要讀兩篇才足夠完成當週的 Assignment (組內 Present 和提問報告⁷)。課程最後則是各組要出一張 Poster，結合所有 Reading 和自身想法，闡述對 What is design? 和 What is a designer? 這兩個問題的看法，另外還需交一篇個人報告。

事後回想，雖然有些內容是以前就知道的東西，甚或頗為直覺，但這些 Reading 和討論的再思考，讓以前抽象的概念有了實際的支撐。

P.S. 上課教材老師皆會提供電子檔，不需要另外購買

6. Get to Know Finland (1 ECTS)

Teacher in charge : Sanni Heinzmann

Teaching Period : First Period (每週上課一次，每次 1.5 小時) at Töölö Campus。

對於這門課其實沒有太多的想法，課如其名，就是帶你瞭解一點點芬蘭的歷史、一點點芬蘭的文化、一點點芬蘭人的習性，比較可愛的是，老師有幫大家規劃一個 City Tour，每個景點還附有小故事，讓大家可利用空閒時間照著路線走訪景點，認識赫爾辛基。

P.S. 上課教材老師皆會提供電子檔，不需要另外購買

⁵ 課程一開始會分組，每組五個人，老師每週都會開五篇 Reading，剛好一人一篇，讀完後要在組內 Present，讓組內其他人知道自己讀的這篇 Reading 是什麼。在組內 Present 之前，老師會先讓各組讀同一篇 Reading 的人聚集在一起，彼此分享對這篇 Reading 的想法，並提出五個 Main Point。

⁶ Base on 至今讀過的 Reading，發表你們這組對 What is design? 和 What is a designer? 的想法。

⁷ 選讀其中的兩篇 Reading，針對兩篇 Reading 各提出一個問題並自問自答。

三、生活及文化交流

對於芬蘭，原先其實沒有太多的想法，或許也因為這樣，看見了她最原始的樣貌。

芬蘭的美很慢很安靜，地廣人稀的，除非在 City Center，不然跟台北相比，走在路上真的是不會遇到什麼人。有些人會覺得芬蘭人有些冷漠，其實他們不是冷漠，是尊重彼此的 Private Area，看你徬徨地站在路上或在超市貨架前猶疑不定，他們或許不會主動上前問你需不需要幫忙，但只要你開口問，他們絕對不會不幫（說到問問題，問芬蘭人問題的時候，要很明確，你沒問的，他不會多說），一旦跟他們成為朋友（或幾杯酒下肚），他們蹦蹦跳跳的一面也就顯現出來，這種衝突感，其實滿可愛的。

說到文化交流，當交換生有個好處，除了認識芬蘭人，還會認識各國來的交換生⁸，我很幸運，一開始住的那棟樓有六戶交換生，我們感情算滿好的，課後偶爾聚在某戶煮煮飯、吃東西、喝喝酒、聊聊天，一天也就這麼過了，很舒服，很有家的感覺。不知道為什麼，我遇到滿多人問我台灣跟中國的關係，我的 Flat Mate 之一尤其有興趣，所以我幾乎從清朝講到現代，通常他們也都能對自己國家的歷史和現況侃侃而談。

整趟下來，我沒遇到什麼不適應的事，真要說的話，也只有日照縮短的頭幾天比較容易累，從九月初的早上七點多日出，晚上八點半日落，到十月底的早上八點灰濛濛的天，傍晚五點半的黑，日照時間的差異很大，我有些朋友還因此感到有些憂鬱，我倒是滿享受那寂靜的夜。今年初雪來得很早，十一月初就下了，積了雪的芬蘭給人很不一樣的感覺，芬蘭本來就很安靜，原先的安靜還有點悉悉簌簌的生命力，現在的安靜則是絕對的安靜，一種彷彿全世界只剩下自己的那種安靜，卻不覺得可怕，也不覺得孤單寂寞，反而因為只剩下自己，而擁有了全部的自己，是個很特別的體驗，再加上芬蘭的冷很舒服（當然，降到低於零下十度的時候會很想死），所以我很喜歡在外面走來走去。

寫在最後 — 如果真的去了芬蘭

芬蘭是個很適合生活的地方，但坦白說，我不覺得每個人都適合芬蘭，有些人可能會覺得芬蘭有點無聊，畢竟當冬天來臨，漫漫長夜常不知道要做些什麼才好，但也因為沒有什麼外在干擾與雜訊，所以多了很多屬於自己的時間，也因此可以把心思放回自己、放回生活。

如果真的去了芬蘭，記得好好待在芬蘭，雖然一定會想趁著交換期間走訪歐洲其他國家，但我覺得芬蘭的美很值得大家慢慢去發掘、體會。

最後，如果有任何問題，歡迎送訊息給我喲！

FB：Sabrina Yu 余佳禹 / sabrina_0516@yahoo.com.tw

⁸ Aalto BIZ 的交換生，台灣人非常少（我們這期才三個），就算把官方語言是中文的全部加起來，還是很少，新加坡人倒是出乎我意料的多。