

國立臺灣師範大學學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期: _2024/7/17_

英文姓名(姓, 名): 蕭牽芊	臺師大就讀科系所、年級: 國文113
修習國家: 荷蘭	
修習校名: 萊頓大學	
修習學院: 人文學院	
修習科系:	
赴外學期別: _112_ 學年(民國年) <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 113年 2月 ~ 113年 6月	

二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
Arts and Material Culture of Japan	Dr. D. Müller	5 ec	block 3-4
The Social Roles of Art in the Modern and Contemporary Period	Drs. W. Koekelbergh	5 ec	block 3-4
Western Visual Arts and Architecture – 2000 Part II	S.M. Lauritano Ph.D.	5 ec	block 3-4

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享(如學術方面、生活方面、開銷概算等, 約1500字)

修課

我選的三門課都是level 100, 也就是最基礎最簡單程度的課程, 萊頓大學的課程從100-600大概是大一通識課到大四必修課的困難程度, 在選課之前真的必須好好考量自己的語言能力以及該課程的專業領域自己是否能夠實際吸收。我在期中考以及期末考之前非常認真地溫習, 每一堂課也都百分之百的專注, 但還是需要事後重複看錄影帶幾遍才能真正聽懂或是理解教授解釋的概念。

我修的課都是藝術相關的課程, 完全不是我在師大學習的領域, 但是我非常喜歡也很投入。教授非常專業, 每一堂課都準備非常紮實的內容, 也很能夠引起學生學習的興趣, 我時常看見學生舉手問問題, 接下來就是教授和學生熱烈的一問一答, 教室裡總是充斥豐富的討論和分享。這是我覺得在台灣比較稀少能體驗到的學習氛圍。

校園環境

萊頓是一個非常小的大學城, 之所以叫大學城是因為城市以萊頓大學為中心, 沒有圍牆劃分出所謂的「校園」, 而是散落各處的教學大樓, 和城市融合。交換生通常都會聚集在人文學院, 所以只會需要去到一棟建築物上課就好了, 其實蠻方便的。

萊頓大學在開學之前會有新生周, 大約一周的時間讓國際學生去認識校園以及萊頓這個城市。活動內容有基本的city tour、學院介紹、教學大樓介紹, 還有一些酒吧巡禮之類的非常歐洲派對文化的活動, 是個認識新朋友很好的機會。我個人覺得如果錯過或是沒有參加這個新生周, 比較可惜的是你還要花時間自己去熟悉萊頓的環境, 另外就是開學之後真的非常難認識新朋友, 因為他們讀書都很認真, 基本上都花時間在自己的事情上。

生活

-食

荷蘭的物價在歐洲算是前幾名的高, 如果要外食去餐廳, 便宜一點的快餐點心可能8-10歐左右, 但平均的餐廳價位落在15-20歐, 甚至更高, 所以基本上都是自己煮飯, 老實說交換生進步最多的不會是英文, 應該是廚藝。

-衣

台灣找的到的歐美服飾這邊都有, 雖然大部分時候價格還是比台灣高, 但也有真的很便宜的連鎖品牌。方便性跟種類比台灣高很多, 但荷蘭的天氣很難預測, 尤其冬天真的太冷了, 加上多雨的氣候, 可能會需要在這邊購買冬天衣物或是雨衣。荷蘭的雨衣品牌外型好看又不貴, 蠻適合買一件帶回台灣的。

-住

萊頓大學沒有學生宿舍，是學校與當地租屋公司合作，留了一些位子給國際學生。在離開台灣之前全部都以線上申請方式完成，從兩人房、家庭式，一直到個人獨立套房，各種房型都有，雖然名額真的有限，需要動作越快越好，但只要一步一步跟著申請流程，基本上都能夠申請到住宿的。

-行

自行車是荷蘭非常知名的特色之一，他們的自行車道規畫得非常完善，絕對不像在台灣那樣會讓你跟汽車一樣騎在馬路上，相反的，在荷蘭的路上大家默認的路權是自行車第一、路人第二，最後汽車。雖然一開始會有一些不習慣，因為當地人騎腳踏車非常快，快到有時候有點嚇人，但在路上騎車真的非常舒服，尤其是等到天氣慢慢回溫、花朵開始綻放的時候，會夢幻到讓人想天天出去騎腳踏車。

當然，想要離開萊頓去別的城市旅遊也很方便，荷蘭的鐵路系統很好熟悉，誤點或任何資訊都非常清晰且人性化，唯一的缺點還是同一個，貴得要命。萊頓非常小，租一台腳踏車半年真的非常值得，到最後會不想走路，因為騎車真的太舒適了。

開銷

每個月的基本開銷就是房租、保險、腳踏車租金、網卡費用，以及交通卡的支出，以及自己的伙食費。房租大多落在470-600歐之間，保險可以跟著學校提供的學生保險資訊去申請，腳踏車每個月20歐，網卡就看個人使用的流量大小而定。其實我覺得在荷蘭真的都非常方便，大部分且急需的資訊在一開始抵達荷蘭後學校便會提供，至於選擇和購買就是看個人了。

生活上要是有任何需要，或是在行政上有困難，我從來沒有遇到寄信給客服或官方提供的聯絡方式之後超過三天回信的，他們做事情挺有效率，也都會給予非常有幫助且具體的幫助，真的沒有遇過太大的問題。此外，荷蘭這邊的英文水準非常非常高，就連超市店員都說一口流利的英文，幾乎不會遇到聽不懂不會說英文的人，荷蘭可以說是如果你遇到問題不需要太焦慮的國家，當然基本的行前準備以及必備資訊還是要查清楚，這是出國交換很必要的能力，畢竟大多時間還是得靠自己主動解決問題。

四、照片(如有, 請提供)

五、影音檔(如有, 請提供連結)

六、其他