

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：2025.02.23

英文姓名 (姓, 名): Lin, Chien Chang	臺師大就讀科系所、年級： 英語學系 四年級
修習國家： 荷蘭	
修習校名： 萊頓大學	
修習學院： Faculty of Humanities	
修習科系： 不分系	
赴外學期別： 113學年 (民國年) ☒ 上學期 ☐ 下學期 ☐ 一學年	
修習期間：113 年 8 月 ~ 114 年 2 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
Dutch Painting 1400-1950: Introduction to the Art History of the Netherlands, Cultuurwetenschap I	Dr. T.M.G. Schepers Ph.D.	5 ECTS	113-1
Culture and Society of the Netherlands; An Inside View	A.L.C. Krýsová MA	5 ECTS	113-1
Japan in the 21st Century: Sociological Perspectives	Dr. A.E. Ezawa	5 ECTS	113-1

(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）

學術方面：

這學期在萊頓大學總共修習了三門課，Dutch Painting, Culture and Society of the Netherlands, 以及 Japan in the 21st Century, 皆為大學部難度100或200並用英文授課的課程，個人認為難度算適中，若有考過語言檢定應該還算可以負荷，期中期末通常交換生都會由萊頓國際處幫忙 sign up，不用自己報名考試。Dutch Painting 是這三門裡面較困難的科目，會按照時代介紹許多荷語區的畫家，沒有期中只有期末考。考試內容包含畫作分析，比較畫作，Identification 等，建議平時就多複習以及做老師簡報中的練習，會較為熟悉考試。若有用心上課會發現在歐洲許多美術館博物館逐漸可以辨認出課堂中出現過的畫家及作品，會蠻有成就感的。(若對於荷蘭畫作很有興趣，推薦可以參觀倫敦的 National Gallery 以及維也納的藝術史博物館) Culture and Society of the Netherlands 課程較為輕鬆，同學也基本上都是交換生，還是能學習到一些關於荷蘭的趣事。期末考為全選擇題，難度算是簡易。本學期的作業則是小組 Vlog 以及製作 storymap 介紹一座城市的水歷史/文化，如果有機會也鼓勵大家可以嘗試與非台灣人的組員一組，是交朋友/交流文化的好機會。Japan in the 21st Century 課程則是文本較多，課前須完成閱讀因為老師上課時會直接討論文本內容，若對於日本社會有興趣的同學十分建議修習，同學也有許多荷蘭人。每週通常是一個新概念、主題並連結到日本社會，如性別與工作、自然災害等。這門課有期中期末，皆為 Essay Questions，平常也須到 Brightspace (萊頓的 moodle) 做討論及回答問題。

另外平常若有去圖書館的需求，在期中及期末前幾週就會開始需要預約讀書位，要記得先上網站 (可以透過萊頓 app 點選) 預約位子。個人最喜歡法學院圖書館 (KOB) 以及圖書館本館，皆需帶學生證進入。

宿舍與交通：

這學期我住的是 HKM 宿舍，若課程都在萊頓的話算是地點最不錯的宿舍。走路5分鐘即可到達每週三、六會有的市中心市集，附近也有 Albert Heijn、Hoogvliet、新世界等超市，十分方便。個人覺得 HKM 的缺點為跟其他宿舍相比價格稍微高昂，房間也不算大，另外大樓較老舊時常有房間暖氣不正常運作的問題。房型我是住 Studio，可以申請荷蘭政府的房屋補助，搶宿舍時我有刻意選床在平面的一般房型，另外一種是床在廁所上面的房型。不過後來參觀朋友另一房型的房間發現將床墊搬到平面，上面則當置物空間，空間看起來比一般房型大上許多，供大家參考，也是不錯的選擇。交通方面考量到有旅遊打算租月租腳踏車方案不太划算，因此是走路居多。偶爾會搭公車，從宿舍到 Leiden Centraal 約十分鐘即可抵達，價錢約為1.5歐。到其他城市旅遊基本上皆是搭乘火車，建議一到荷蘭就可以訂購記名交通卡，有許多方案

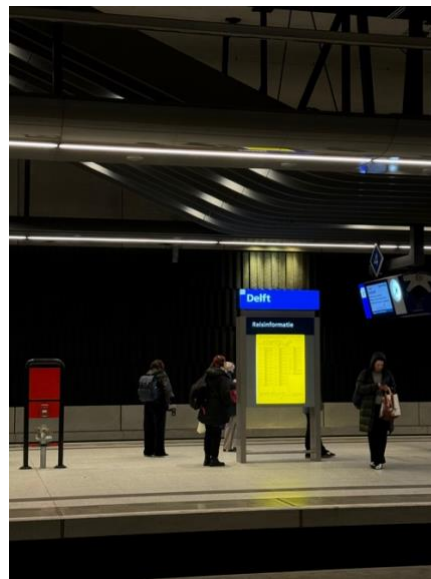
可以訂閱，可以省下一些交通費用。

生活與其他：

我覺得在交換前可以先想好自己在交換期間最想著重的部分為何，有些人可能是旅遊，有些人可能是善用學術資源、體驗異國的教育，對我而言則比較接近是體驗生活，出國旅遊、上課之外也希望自己可以慢下步調多多在荷蘭生活。在萊頓近半年的時間，第一次自己一個人居住，買菜下廚等對我來說都是嶄新的體驗，每天都能自由安排行程，嘗試新事物的感覺十分不錯。六個月說長其實也不長，但也足以改變一點點的個性，培養新的習慣，跨出自己的舒適圈。有許多事都抱持著不做日後會後悔的心態去嘗試，在全外國人的組別做報告，主動找人聊天、相約出遊等，回想起來都是非常不錯的回憶。在交換前參與萊頓學伴計畫認識的荷蘭朋友在這半年中也時常見面，後來發現在荷蘭，約在一個人的住處一起煮飯、用餐聊天還蠻常見的，跟台灣聚會時常約在外面不太一樣。與荷蘭朋友見面、道別時，也時常會擁抱對方，這半年遇到的荷蘭人我覺得都蠻友善的，雖然自己不會荷蘭文，但用英文求助時，店員、朋友們幾乎都非常友善的提供協助，不會因為說英文而有所不滿。荷蘭朋友們甚至會因為我在場而都用英文交談，非常暖心，很感謝他們帶我更深一層的體驗荷蘭生活。

四、照片（如有，請提供）





五、影音檔 (如有，請提供連結)

六、其他

若有什麼問題歡迎詢問我

email: Johnlin91904@gmail.com

[Facebook](#)