

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： 2021.01.14

英文姓名 (姓, 名): Su, Kai Ting	臺師大就讀科系所、年級: 華語系/企管系二年級
修習國家: 挪威	
修習校名: 奧斯陸大學	
修習學院: 人文學院	
修習科系: 東方語言與文化學系	
赴外學期別: 110學年 (民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 110年 08月 ~ 110年 12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
NORINT0110 Norwegian for International Students, course 0110	KV Rasch	15	Autumn 2021

(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）

生活住宿：



這是我的宿舍叫做 Vestgrensa Studentby，我覺得很漂亮，裡面的房間也很舒適，在挪威大多都是一個人一間房，廚房和廁所才會共用。離奧斯陸大學走路只要十分鐘到地鐵站跟電車也是走路五分鐘，真的非常方便，旁邊還有 S i O 最大的健身房，生活機能還不錯，而且從宿舍到市中心大約20分鐘，但宿舍的周遭很安靜，到森林或是松恩湖也差不多半小時而已！只是這棟價錢比起 sogn 和 krinsja 學生村貴了一些。

當地生活費用：

奧斯陸身為世界上最昂貴的城市之一，物價真的是很高，大家可以參考一下下圖，我八月的支出。這是我第一個月的花費，但實際上只有20天，因為前10天在隔離，一個月覺得沒有買甚麼，但累積起來真的很是恐怖，尤其是房租，但房租應該要扣掉17217因為先繳了下個月的房租。扣掉17217和師大學費24783的話，這樣20天的花費是44719。



合計: 86,719 平均每天: 2,797

#	類別	金額	比例
1	宿舍	34,435	39.71%
2	學費	24,783	28.58%
3	飲食	11,641	13.42%
4	日常用品	7,535	8.69%
5	服飾	3,339	3.85%
6	美妝	2,380	2.74%
7	交通	1,859	2.14%
8	娛樂/旅遊	512	0.59%
9	交際應酬	235	0.28%

學業

這學期我修了三堂課，我想在挪威這邊，三堂課算蠻多了，因為三堂課基本上就是挪威本地生修課的量，國際生一般是修兩門課而已，此外因為我有一門課是每周六小時，另一門課除了lecture還有seminar，所以一周是四小時，剩下一堂才是一周兩個小時，所以即便我”只”修了三堂，一周只算上課時數是12小時(35ECTS)，更別論課後的一堆必讀了...

語言

挪威語的部份，我是上一周六個小時的挪威語課程，教師人非常友善、親切。也因為之前有學過一點德文，所以挪威語對我來說並不是很陌生。此外，奧斯陸大學也有為這堂課的學生安排每周一小時左右的 conversation group，會有學挪威語教學的挪威學生和大家練習挪威語。但在挪威，至少在奧斯陸，大家的英文都很好，所以不會挪威語也不用擔心，英文還是你會常用到的語言，因為有很多來自不同國家的國際學生，大家聚在一起一定是說英語，我們外國人也都是選英語上課的課程。但是！雖然英語很方便，學好挪威語絕對不吃虧！

參與活動

活動的部份，不得不稱讚一下奧斯陸的學生活動非常之多！只怕你沒時間參加而已！開學的第一周基本上不上課，會有一整周的 fadderuka，就是一系列的迎新、新生訓練、party。過完這一周之後，SiO(挪威負責學生事務的一個機構)還會有兩周的 Studentslippet，可以參加像是立槳、博物館導覽、桑拿、電影夜...等超級多有趣的活動，重點是只要你是學生都不用錢！只是很多時候名額都會被秒殺，所以看到有的話就趕緊去報名。

概況總結

總結來說，在挪威的第一個月真的讓我開了不少眼界，一想到來挪威之前，因為不了解所以很擔心挪威甚麼都沒有，但其實挪威各方面都很豐富！畢竟他可是挪威的首都呀！在這邊你可以見到各式各樣不同的人們，不只學習挪威文化，也可以學習到歐洲其他地方，甚至是中東、亞洲其他地方的文化。像我在這邊最好的朋友有法國人、中國人……等。我覺得來到國外了，就要放寬心胸去認識、去感受不一樣的事情。

四、照片（如有，請提供）



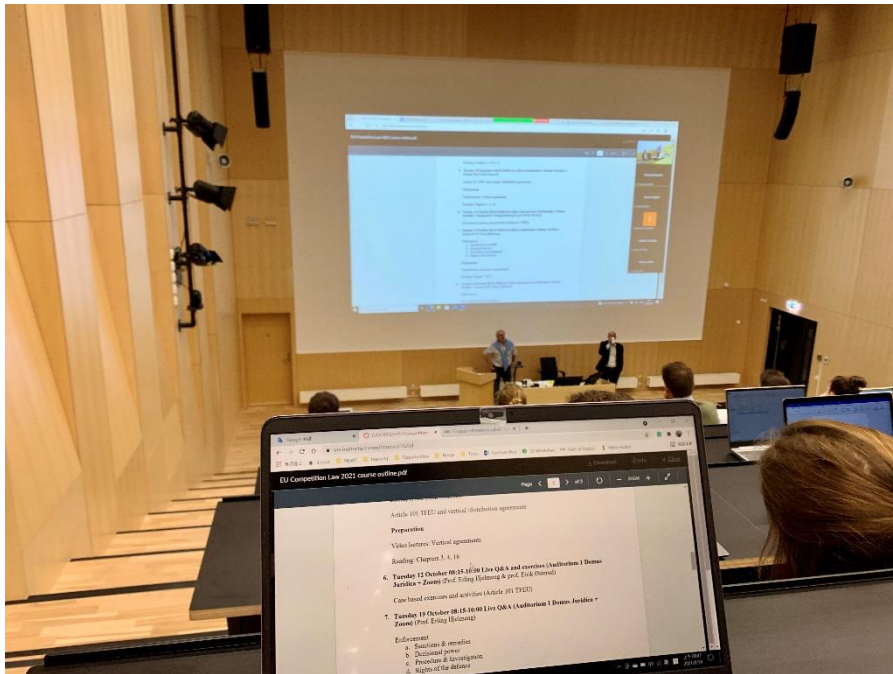
來交換的同學一定要把握機會去滑雪!! 除了 alpine skiing 也別忘了挪威國民運動 cross country skiing!!



推薦大家可以去其他挪威的城市走走，像是北邊的特羅姆瑟!



大家可以多多參加 Sio 的活動，我和其他國際學生一起在孟克博物館的合影(而且 sio 的活動都不用錢喔!可以免費到很多地方看看)



法學院的其中一堂課

五、影音檔 (如有, 請提供連結)

六、其他