

# 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：\_\_\_\_\_吳亭芸\_\_\_\_\_

英文姓名(姓, 名): Wu, Ting-Yun	臺師大就讀科系所、年級: 人類發展與家庭學系
修習國家: 芬蘭	
修習校名: 土庫大學	
修習學院: 教育學院	
修習科系: 教育系	
赴外學期別: __111__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: 111年8月~111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
Finnish Survival Course for Exchange Students	Niina Kekki	2 ects	Period 1
Multicultural Education	Kalypto Filippou	5 ects	Period 1、2
Intercultural Team Building with a Shared International Language	Vilhelm Lindholm	3 ects	Period 1
International Business Negotiations Skills	Vilhelm Lindholm	3 ects	Period 1、2

### 三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

#### 1. 學術方面

##### Finnish Survival Course for Exchange Students (2ects)

很有趣的一堂課，老師會用很多不同的素材上課，會放一些有趣的短片、芬蘭文的歌、老師自己設計的小遊戲，課程中會有很多機會跟同學練習和交流，透過這些方式，讓大家在課堂上就可以快速得記得一些字詞，上課教的日常對話也很實用，包含點餐、數字、日常用品、購物。期末可以選擇要考試或是拍影片。如果是待一整年的話，可以選擇 Finnish beginners 的課。

##### Multicultural Education (5ects)

我很喜歡的一堂課，課程中會討論非常多議題，像是刻板印象、性別、特權等，在跟來自不同國家的同學討論時，就會更了解到不同國家的教育現況。這堂課程進行方式也很多元，有課堂討論、小活動、電影欣賞等，每週需要讀課前閱讀並寫心得，課後也要寫上課心得，最後要再繳交一篇期末心得。

##### Intercultural Team Building with a Shared International Language (3ects)

這堂課的同學組成是一半芬蘭人，一半外國學生；分組一組4個人，也是2個芬蘭人，另外2個要找講相同或相近語言的人。課程一共是6週，一週4小時（連續上4小時的課真的會有點累）。每次上課一開始會講一點點理論的東西，接下來都是在討論，老師會發下有很多英文詞彙的學習單，請大家用自己的母語翻譯，接下來再用英文解釋，就會發現雖然是同樣的字，但在不同的文化脈絡下會出現不同的詮釋方式。每週根據當週的討論寫下自己的心得與發現，同時要去回應別人寫的心得，最後期末需要寫一篇約8頁的 final essay。

##### International Business Negotiations Skills (3ects)

這堂課的 loading 有點重，共12週，整堂課分為前後2個 period，前半學期是上課的方式，每週看簡短的影片預習，上課會跟同組的同學模擬情境練習，一起討論談判的技巧；後半學期則是練習談判，每一組要談判2次，一次約90分鐘，一組4個人各自負責不同的議題，談判完需要寫反思與回饋，而別組談判時要做分析。整體來說，是一堂有理論內容，也有實際練習的課程，不過也需要花不少時間在準備談判和分析。

總體而言，我很喜歡芬蘭的教育，給學生非常高的自主性，也非常尊重學生的決定，包含在學期間的任何時候都可以退選課程。我的芬蘭文課也讓我們選擇

要拍影片還是考試，若要考試的話，可以自己決定考試時間，而且有3次機會。另外，繳交作業如果沒辦法在老師規定的時間交出來，也可以跟老師討論別的繳交時間，在這邊給學生很多的彈性。

## 2. 課外活動

### Campus sport

學校很多大樓都有運動中心，有非常多課可以選，像瑜珈、排球、森巴、皮拉提斯，整學期的費用是49歐，可以趁開學第一週免費的時候去上看看，再決定要不要繳整學期的費用。

### ESN

專門辦活動給國際學生的組織，很推薦大家去辦 ESN 的卡，辦卡是10歐，就可以用比較便宜的費用參加活動，特別是去酒吧都會有打折。ESN 也有很多合作的公司，像是更便宜的聯航機票和行李額度。另外，很建議大家在學期初去參加 Welcome week 的活動，是個很好認識新朋友的地方，我在接下來整個學期的時間，幾乎都是跟那一週認識的朋友出去。

### Friendship program

土庫市的一個計畫，媒合當地人和外國人做朋友，我很幸運遇到一個之前去過臺灣交換，未來也要再去臺灣交換的芬蘭人。我們會常常約一起出去吃飯出去玩，我們有一起去國家公園、在森林裡烤香腸、去看冰上曲棍球、去湖邊桑拿，很推薦大家參加這個計畫，對芬蘭文化會有更多的了解。

## 3. 生活方面

### 住宿

學校住宿 TYS 共有3個區域，分別是 student village east、student village west、iltakajo，student village east 和 west 都在學校旁邊，根據住的地方遠近的不同，走路到學校大概5-15分鐘。Iltakajo 比較遠，大概需要搭公車半小時。Student village west 都是單人房，有自己的衛浴，但廚房就要跟整層樓12個一起用；Student village east 和 Iltakajo 都是 shared flat，是2個人或3個人一起住，在 flat 裡面每個人都有自己的單人房，廚房和衛浴就是跟室友一起共用。另外，洗衣機和桑拿是幾棟樓一起共用，洗衣機要先在 app 加值並預約時間，而桑拿是一個月有4次的額度可以用。宿舍費的部分會根據住的地方不同，價格落在一個月325-350歐。

## 交通

這邊的公車公司叫 Föli，一開始剛到的時候可以直接用信用卡刷，會是4歐；手機下載 app，直接在 app 買票是3歐（偶爾有2歐的票），但如果到市中心的 Föli office 去買 Föli card，學生價一趟是1.7歐，2小時內都可以一直搭，另外公車月票是38歐。除了公車，還有腳踏車和 e-scooter，腳踏車可以繳月費是6歐，e-scooter 聽說很貴。

## 食物

學校各大樓幾乎都有學餐，原本是2.7歐，11月長到3.2歐，但1月又降到2.95歐。如果在外用餐的話，一餐約是10-15歐。

## 四、照片（如有，請提供）



學餐



學校



Welcome week 活動



Opening carnival 拿到的東西



宿舍房間



宿舍廚房



土庫湖邊



跟朋友到南邊小島玩



湖邊桑拿



Business school 萬聖節 SITZ party



International dinner



冰上曲棍球比賽

五、影音檔 (如有, 請提供連結)

六、其他