

# 教育部學海飛颺暨學海惜珠

## 國立臺灣師範大學受獎助學生返國後心得報告書

所列大綱為基本應填項目，不可刪減

版型不拘，可依需求增加內容、穿插照片

### 一、學生資料

填寫日期：\_\_113-02-05\_\_

中文姓名： 李若綺	____112____年度學海飛颺 ________年度學海惜珠
臺師大就讀系所、年級： 歐洲文化與觀光研究所碩四	
研修國家： 荷蘭	
研修校名： 萊頓大學	
研修學院： 人文學院	
研修科系： 漢學系	
研修期間：	112 年 09 月 ~ 113 年 01 月

## 二、修習課程 (請依實際修課情形自行增加列數)

研修課程名稱	任課教師姓名	學分數	所屬學季/期
Culture and Society of the Netherlands	Dr. Carmen Van den Bergh Mgr. Anna Krýsová	5 ECT	Semester 1, 2023-2024
Literature in Society: Narrative, Fiction and Voice	Prof. Nidesh Lawtoo Dr. Jessie Morgan-Owens Dr. Annelies Schulte Nordholt Dr. Esther Edelmann Dr. Sara Brandellero	10 ECT	Semester 1, 2023-2024

### 三、心得分享(如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字)

筆者嚮往歐洲多年，在台灣學習累積相關知識及語言後，終於有幸在此地旅居生活，可謂實現夢想。不僅彌補了大學時期因為多慮與膽怯而錯過的交換學生機會，更讓我有機會與荷蘭這個美麗的國家相遇，認識她的開放與美麗。在此表達對父母親、師長與學校的感謝。

關於行前準備與時程，已有諸多交換生前輩和留學生的心得與申請步驟在網路上查得到。因此本文將針對學習體驗、居住環境與其他生活面向簡述這數月荷蘭生活的觀察。

關於校園學術生活，我選了兩堂課，剛好滿足台灣學校這邊的標準。一堂是開給國際生的大班課（類似通識課），另一堂是碩士專題（seminar）。我認為交換生的選課相當重要，因為它會定調交換期間的時間運用。由於只選了兩堂課，（分別在週一與週三），所以若要安排鄰近國家觀光，我的時間彈性就相較課比較多的同學而言彈性。然而另一方面，比較讓我感到困擾與挑戰的是課程 loading，概念上是萊頓大學各課程所標示的 level。碩班專題課程某個程度上需要投入更多時間準備和閱讀資料，上課通常需要表達，所以準備所費的時間心力相對更高，相對壓力也會大一些。而如果課程難度較低或評分標準鬆散，便會看到不少交換生會經常蹺課出門觀光享受生活。我能理解或許歐洲離台灣很遙遠，所以會想一直出遊的心情。但也希望能勉勵那些對國外學風有興趣、想體驗歐洲「道地」大學學制、對知識有所追求的學弟妹把握選課的機會。尤其萊頓大學課程、教學資源豐富，有完整的學生團體、校園支持體系。若看到有興趣的課程請勇於嘗試，給自己智識的挑戰。說不定會遇到想法、信念能相互欣賞、刺激思考的同儕。不過選課也只是個單純的選擇問題，在此更想強調的是交換學生期程的時間運用與身在歐洲期所欲達成的心願之平衡。期望有意要申請海外交換的學弟妹對選課更自主，毋需沒來由遵循前輩的選課，考量自身能力與需求。以下是我在萊頓所修兩堂課的感想。

Culture and Society of the Netherlands 是一堂常見到萊頓交換的國際學生必選的課程，師大學生也不例外。它是一堂「外國人開給外國人」的認識荷蘭課程（這學期的講師來自比利時與捷克）。如果想深入了解這個國家的話，建議跟著進度認真閱讀指定文本參與課程。教材課堂都會提供。若有申辦荷蘭博物館卡，則可於沒有課的空閒走訪博物館及美術館，更能讓知識不停留在課本，對課堂知識更有體感。這堂課的評分標準主要是團體 creative project 及期末考。其中的團

體作業我與在 OWL week 結識的三五好友一起進行，相當有趣和難忘。作業成果已影片呈現，是這趟交換最喜歡的紀念之一。另一方面，因為這堂課不看出勤，翹課情況普遍，是一堂在時間運用方面，進可攻退可守，適合交換生選擇的好課。

另一堂是 *Literature in Society: Narrative, Fiction and Voice*。它是一堂萊頓碩班文學學程及荷蘭文學學程的必修、選修課程，所以 *loading* 相對前述課程繁重。大約每一至兩週就需要讀完一本小說與幾篇理論性質的文獻。這是一堂對我個人頗有啟發的課程，其中我對於同儕對知識的熱情最為感動。終於親臨西方的討論課是怎麼一回事。那些曾在教授口中說的，學生之間的意見交流才是上課的亮點的這種情境，我終於體會到了。而如此現實除了感動外，卻也相當具有挑戰性。挑戰之處除了語言能力外，這堂課也帶給我思考表達這件事在台灣與荷蘭的差異。除了傳統台灣學制相對欠缺對表達力的訓練外，三思而後行的思維框架也常在情緒上困住我。在課堂中，由於學生與教師之間的權力位階相對平等、學風開放，所以在同儕中幾乎不存在有「說錯話」的思維。有想法、有意見就表達（是的，有時甚至無須舉手，更別說得到老師或其他權威角色的首肯），針對自己閱讀的內容發表看法。有意思的是，這些看法未必每次都能形成有意義或產生有效對話的討論（意即所指涉者概念模糊或每個同學都從不同的面向理解），但只要認真參與都能夠有所收穫。

## 食

1. 我在荷蘭聽過幾個玩笑話，說荷蘭的食物點心都要能 *hit against the wind*，並以此解釋荷蘭有很多炸物食品的情況。
2. 認識的德國朋友也說荷蘭的麵包都是做 *sandwich* 用，即使覺得到荷蘭留學沒有太多的差異但最不滿意的就是荷蘭麵包。她會在萊頓特地尋找德式麵包。
3. 對於短期留學要不要帶電鍋，仍見仁見智。許多 FB 粉絲團同鄉會應該都能借到或租到。宿舍鄰居不少在 *Blokker* 買了當地的煮飯鍋，價格比大同電鍋（小的）便宜，在意的人可以多查多比較。
4. 愛喝水的人一開始喝荷蘭的 *tap water* 可能會有點不習慣。如果真的很不喜歡，建議買 *Brita* 濾水壺，情況或許會好一點。不過，建議水壺可以找二手的買。因為離開前我賣不掉的就是濾水壺。

## 衣

以風格而言，愛美之徒應該會覺得衣服不難買。萊頓市區該有的商家一應俱



全，不過海牙通常會有更齊全的款式與品牌。建議可以到海牙時再大開殺戒地買，一次購齊。個人覺得最難買的物品是長褲。荷蘭長褲的褲長是我很難以反摺克服的長度（如果是瘦高體型腿長的人，那應該會買得很開心）。

以實用性而言，防水商品將確保你在荷蘭生活的幸福指數。外套的防水性是重中之重。如果有預算，一律建議選購 **waterproof** 或是至少 **water repellent**。同理亦運用在鞋子。上述衣著未必要從台灣帶，建議仍依自身習慣決定，當地亦有很多商品得選擇。

## 住

我的住處是由與萊頓大學簽約的 **Duwo University Housing**。我住在 **De Zeven Provinciën 68**，每個月的租金為 **€675.81**（含水電網路等公設維護管理等，不含初抵的新生包－廚具床套等用品－）。這是我夢寐以求的住處，有以下原因：地理位置鄰近火車站 **de vink**、宿舍旁有樹林小公園 **Park Ter Wadding**，環境清幽，距離萊頓市區腳踏車約 20 分鐘。雖然不是設備最新穎的樓房，但是基礎設施完善，環境怡人，適合嚮往閒散生活步調者申請。我所暫居的 A 棟是單人 **studio**，有獨立的衛浴。就經驗而言不論是住在宿舍的哪一側都照得到陽光。

會選擇住 **studio** 除了個人因素外，便是荷蘭政府的住房補助。荷蘭的房屋補助提供住 **studio** 的低收居民，在拿到 **BSN number** 並申辦 **DigiD** 後便能線上辦理。我交換期間總共從荷蘭的房屋補助領到 **€1,121**。

## 行

荷蘭是自行車大國，除非住在萊頓市中心，否則騎自行車通勤是必須。

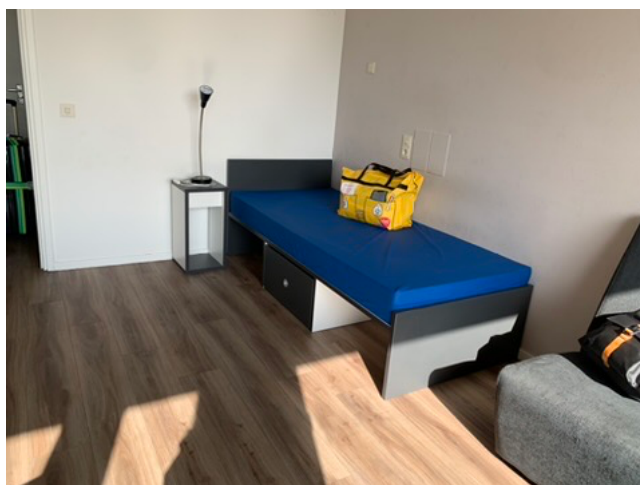
我的自行車是向 **Swapfiets** 以每月 **€25.90** 的費率租用。月租包含選擇了有手煞車的車款、加購前置籃子 & 附帶的維修、失竊保險、車頭尾燈。大家若有門路可以收購二手腳踏車或向其他店家承租，八成會有更優惠的價格。切記馬路如虎口，遵守交通規則（例如：在指向倒三角車道者先禮讓、開車燈），保護自身安權。尤其荷蘭的人腳踏車技與台灣人有所區別，我認為不至於神乎其技，但是他們的騎車速率是遠高於台灣人騎腳踏車的，甚至在雨天、下雪天也是如此。

除了腳踏車外的一切大眾運輸皆可靠 **OV** 卡搞定。建議一開始便辦理個人記名的卡片，訂閱符合自身需求的方案，否則將因重複辦理的工本費而感到多花。

最後，祝福閱讀此篇心得者皆能受益於以上文字。

#### 四、照片（如有，請提供）

De Zeven Provinciën 68 A 棟房間



Friends I met from OWL Week



萊頓大學圖書館（文學院）一隅

