

國立成功大學

出國報告書

報告名稱：113學年第1學期赴丹麥奧爾堡大學出國報告書

出國期間：2024年09月01日~2025年01月31日

經費來源：教育部學海飛颺獎學金

單位：國立成功大學_規劃設計學院_工業設計系

職稱：碩士

姓名：游子萱

中華民國 114 年 2 月 14 日

摘要

本文描述在丹麥奧爾堡大學，為期半年的交換研修經驗。首先描述申請過程，包含甄選過程及申請簽證的經驗。其次說明研修期間，剛抵達時的行政手續，入籍、辦電話卡、銀行帳戶、學生證取得；研修過程的上課及評分方式，比較與台灣學制的不同之處與學習體驗；生活方面的經驗，包含宿舍生活、同學交流、以及日常交通及購物。最後是感想與建議，包含研修心得、當地的生活感受與文化體驗。這次研修為我增廣專業與生活面向的新視野，透過與國際學生、老師們的交流，讓我有機會跳脫在台灣慣用的思考模式。希望文中的經驗分享，能幫助未來將前往丹麥的研修人員。

This article describes a six-month exchange study experience at Aalborg University in Denmark. First, the article describes the application process, including the selection procedure and experience of applying for a visa. Next, it explains the study period, starting with administrative procedures when arriving in Denmark, as well as obtaining a SIM card, a bank account, and a student ID card. Then, it discusses the courses and grading system during the exchange study, comparing it to Taiwan's academic system and sharing the learning experience. Additionally, it describes daily life experiences, including dormitory living, interactions with classmates, and everyday transportation and shopping. Finally, share reflections and suggestions, including insights from the study, impressions of local life, and cultural experiences. The exchange study broadened my professional and personal perspectives while I interacted with international students and professors. I had the opportunity to think outside of the box from my previous experiences. I hope that the experiences shared in this article will be helpful to future exchange students heading to Denmark.

目次

一、	目的	4
二、	申請過程	4
三、	研修期間	5
四、	心得及建議事項	6
五、	附錄：交換學習之照片	8

一、目的

在碩士班進修期間，指導教授時常鼓勵我出國拓展視野，同時，我參加多項指導教授主持的參與式設計研究案，在成大合作的交換學校中，我發現丹麥奧爾堡大學(Aalborg University)的永續設計學程(Sustainable Design programme)，所採用的研究方法，核心理念為參與式設計，而北歐正是此研究方法的發源地，這讓我燃起申請交換研修的念頭，希望能親臨現場，學習丹麥如何實際運用這樣的理念。

二、申請過程

甄選過程

校內甄選的過程，國際處公告的資訊明確，留意各項繳交文件的日程，有問題主動聯繫國際處詢問，大致上都能解決。薦外申請階段，要留意交換校開放的文件上傳日期。這次收到交換校大約給予一週的時間上傳資料，其中，要求繳交高中畢業證書，我手上只有中文版的證書，而上傳的文件必須是英文，因此需要聯繫高中母校核發英文版的文件，由於又是跨縣市的作業辦理，會需要幾個工作天的時間取得文件，在只有一週的上傳時間中，其實相當緊迫。建議在收到交換校通知的時候，馬上先確認要繳交的所有文件內容，並盡快辦理，過程中任何問題，亦可以主動與交換校聯繫確認。

學生簽證辦理

過程繁瑣需要多加留意。首先會收到交換校的通知，在給予的期限內，按要求填寫上傳資料、至SIRI繳交簽證費用並上傳收據。操作步驟在交換校的通知寫得很明確，其中，我遇到一個狀況是，SIRI繳費收據的列印頁面是一個彈跳視窗，我當時使用的瀏覽器，預設阻擋開啟彈跳視窗，嘗試變更瀏覽器設定也無法解決這個問題，導致我無法列印收據。致電詢問SIRI，得知亦可使用信用卡帳單作為繳費證明，但詢問信用卡公司，我當月的信用卡結帳日期，比交換校規定上傳的日期晚，會來不及上傳，信用卡公司也無法另出一份刷卡證明，只好再次詢問SIRI有無其他辦法，SIRI告知將信用卡消費明細的網頁做螢幕截圖，隨後另一個問題是，信用卡公司的消費明細都是中文，最後是使用Google Chrome的網頁翻譯功能，將頁面內容翻成英文，完成這項繳費收據回傳的任務。

接下來，按照SIRI上列的步驟，去繳大使館的費用，然後預約代辦簽證的VFS面試時間，做生物採樣（拍照、按指紋）、繳交規定文件、以及VFS代辦費。後來聽說同期的交換生已取得簽證，我卻遲遲未收到，致電VFS詢問，說他們已送出所有資料給SIRI；致電去SIRI詢問，得知要我補交大使館繳費證明，其實這份文件我在VFS已繳交，無法得知是哪裡出了問題，總之趕緊補件。

我在預定的出發前，並沒有收到核發的簽證，詢問交換校及SIRI，確認台灣護照可以免簽以旅遊身份入境，我可以在抵達丹麥境內，收到簽證後再以核發的文件辦理入籍即可，所以我決定按預定日期出發。旅途中，我再一次收到SIRI通知，於是抵達丹麥後，立刻致電SIRI，仍然要求我補交大使館繳費證明。這表示我第一次補繳的文件他們並未收到，我只能再次補繳，繼續等待。最後，在我入境丹麥後兩週，終於收到簽證。

這次辦理簽證的過程，相較於同期的交換生，我遇到許多狀況，但我想總結幾項建議如下：

1. 關於SIRI繳費無法列印收據，就請記得關閉瀏覽器中，阻擋彈跳視窗的預設。我當時使用的是Google Chrome，事後爬文，有人說用Microsoft Edge 比較不會遇到問題。這些經驗提供參考。
2. 關於遲遲未收到簽證，SIRI的回覆方式，都是email通知，並且不會在信中告訴你發生什麼問題，只會請你致電SIRI。所以，請時常收信留意任何SIRI寄來的信，並且主動聯繫。兩次補交文件的經驗，每次一來一往地聯繫，可能都要等待超過一個禮拜的作業時間，後來我就採取主動定期詢問的方式。上傳文件後，當天或隔天主動致電SIRI，確認文件是否收到；當我覺得等待時間過久，主動致電SIRI，請問是否有新的進度。總之，就是用主動聯繫的態度去處理遇到的任何問題。
3. 關於未收到簽證即出發的安排，最初詢問VFS的經驗，建議我email詢問交換校及SIRI，取得書面回覆後，再採取行動。由於有收到交換校的email回覆，所以才有這樣的安排，並且旅程中也列印出紙本的email文件，以備入境時若海關人員詢問。
4. 以上的經驗，是想鼓勵未來的申請人，過程雖然繁瑣麻煩，任何問題主動詢問是不二法則。但由於辦理規定隨時可能改變，建議各位申請人，申請簽證及安排旅程的過程中，遇到問題仍然要自行詢問相關單位，依照當下的規定辦理。

三、研修期間

抵達時的行政手續

入籍取得CPR number是最重要的。從回傳簽證、收到確認預約通知、上網預約時間、到實際辦理，大約要2-3週的時間，建議取得簽證後，就盡快辦理，及早登記預約時間。當地電話卡，預付卡形式的電話卡在超商或超市就買得到，很方便取得，如果想要辦電信公司綁約的月租方案，就要先取得CPR number才能辦理。想要申請當地銀行帳戶的話，也是要先取得CPR number才能辦理。

另外，關於學生證領取，由於交換校有三個校區，校方製作文件時，通常都在主校區奧爾堡，我申請的學程位於哥本哈根並非主校區，所以需要聯繫校方將學生證寄到我的校區來。因為需要學生證才能開通學校的門禁卡功能，許多同期的國際學生都不知道要事先通知校方寄學生證，導致剛開學一段時間沒有學生證可以用。交換校通知製作學生證的時間其實很早，大約7月就收到email，可以先主動聯繫確認領取學生證的地點，尤其是有規劃要提早抵達丹麥旅行或熟悉環境的人，若需要利用學生證以享有學生優惠購票，可以及早處理。

研修過程

本次參與研修的學程是永續設計，每學期的課程是預先規劃好的，不需要選課。我參與的是碩士班1年級的課程，共包含3堂理論課程，以及1個學期專案。3堂理論課程集中在學期前12週上課，整學期的課上完，每堂課最後需完成一次學期考試，考題公告後，自行在家完成作答，於規定的日期上傳檔案。每堂課只有一次考試看似輕鬆，但這種一次定江山的方式，壓力感受更大，反而讓人謹慎對待每一個考試。學期專案從第1週即開始進行，直到最終學期考試後結束，大約有19-20週的執行時間(依各組專案的最終考試日期有所差異)，以團體小組的方式進行，每組有導師帶領學習，並依主題有各自的外部合作夥伴。3堂理論課程進行時，隨時要求同學在課程堂中反思，目前學習的理論方法可以如何被應用在學期專案之中。

換言之，3堂理論課程的內容與學習，都有機會直接應用到學期專案的執行。

這樣的上課方式，與台灣學制的學習，最大差異在於，台灣的選課方式，每堂課的學習目標是獨立的，以碩士生為例，學生需要依據自己的研究興趣，從選修的科目中建構自己總體的學習目標，這是最理想的狀況；許多時候，學生修課是應付畢業門檻的學分數，學習目標不一定同時被考量。台灣學制的好處是保有學習自由度，而我從奧爾堡大學的研修學習中體會到，當理論與實作並行，且兩者可以互相驗證的時候，對於知識的理解程度會非常深刻。

學習評分方式，採7-point grading scale的標準 (12, 10, 7, 4, 02, 00, -3)，其中00與 -3為不及格 (fail mark)。這個評分系統的重點，在於確認學生是否達到學習基準。7個評分中只有最末兩個分數為不及格，同學們笑說，要被當掉不容易。相較於台灣1-100分的系統中，60分為及格標準，顯示出丹麥的評分系統，給予學生較多機會去展示學習成果。

生活日常

我住在學校安排的國際宿舍，提供獨立套房但需共用廚房，於是我有許多機會與其他的國際學生交流。在丹麥，尤其是哥本哈根，物價相當高，無法經常外食，因此，煮飯是每天的日常。在廚房，有來自芝加哥、希臘、波蘭、墨西哥、孟加拉、印度、馬來西亞……等國的室友，有句話說「料理無國界」，從每個人料理的方式，總能開起不同的話題，我們分享飲食文化，也分享生活日常，彼此關心，交換生活經驗。

我參加研修的學程，班上的同學有超過半數為國際學生，碩士班上課的語言是英文，丹麥同學在下課之餘，也很樂意跟國際學生互動，整體的相處很融洽，班上同學在學校總是一起用餐或下課喝啤酒聊天，交流彼此的生活與工作經驗，以及各國的文化、政治、娛樂話題。假日的時候，我們有時相約到公園野餐，一起探索丹麥的城市景點；有時相約逛古蹟與博物館，了解丹麥的歷史與人文藝術；或是相約異國料理聚餐，我們舉辦國際美食大會，每人準備一道自己國家的料理介紹給同學，也舉辦聖誕午餐，品嚐了各式的丹麥料理。

季節與氣候的變化會需要花點時間適應，哥本哈根時常颳強風，如果同時又下雨，看起來就像台灣的颱風天，雨傘有時不太管用，加上我以自行車通勤，準備雨衣雨褲會更加實用。冬天的衣物，可以到丹麥後，找適合當地氣候的禦寒外套，二手市集、二手衣店價格較親切；或是找戶外運動品牌的外套或羊毛衣也相當保暖實用；連鎖品牌像是uniquilo, H&M, ZARA 在市中心也都找得到。至於面對冬天的漫長黑夜，可以補充維他命D，在一般超市都有賣。

哥本哈根的大眾運輸系統，票價是按區計算，丹麥政府宣佈自2025年起取消非歐盟學生的交通優惠票，建議自己準備一張Rejsekort的儲值卡，或是利用Dot的app套票方案，搭車會有一些折扣。購物方面，多數的商家、超市都可以使用數位支付，所以很少有機會用到現金。如果預計會辦理當地銀行帳戶，可以申請使用Mobile Pay，尤其在無法使用信用卡付款的地方 (例如逛市集、朋友聚餐分帳) 的時候，相當的方便。

四、心得及建議事項

半年的研修期間，與來自世界各地的國際學生交流，自然而然地看見來自不同國家的人，有不一樣的觀點與想法。以往在國際新聞或網路媒體上才會看到的故事，可以很直接地與同學交談，瞭解故事背後的緣由或感受。例如，說到北歐國家的社會福利制度，其中一項特色是鼓勵人人平等，從學校的考試及評分過程，能感受到他們盡力給予每個人平等的發言或表達學習成果的權利；提到英國脫歐，來自英國不同地區的人其實有著不同的立場與主張。擴展國際的視野，能幫助自己不會只侷限在既有的思考習慣裡。

進入全英語的學習與生活情境，學期之初仍能感到自己英文理解力有所侷限，主要是來自各地的國際學生，使用英語的表達時，使用的詞彙或組織語句的方式，與在台灣聽到的英文有所不同，加上要適應來自各國的口音，這也會讓自己在對話時的反應速度變得比較慢。正因為有「想與他人交流」的動機，促使自己思考，如何用更簡而易懂的方式，表達說明自己的想法；或是，特別留意，某些自己不知道如何溝通的情境，其他人是如何用語或表達。經過整學期與老師、同學、室友的交流，感受到自己能更快理解各種學習討論或是聊天對話。

專業學習上，關於我自己的目標：參與式設計研究方法，透過課堂討論、學期專案，在我獲得新的丹麥經驗，這裡的人們如何思考與操作，和自己過去的經驗有些異同之處，增加新的經驗與視野。同時，在學校的學習模組架構下，理論與實作間的連結，透過課程的帶領，不斷地在每一個決策階段，反思兩者之間的關聯性與應用方式，加深對理論方法的理解，是一個與台灣學制截然不同的學習方式，讓我從既有的專業經驗中，再次獲得新的體悟。

在團體合作的溝通技巧上，也有新的體驗。學期初，我的專案小組成員共同寫下關於小組合作中，每個人「希望做到」或是「避免發生」的事項；在學期的前、中、後段，我們定期回顧討論，過去一段時間的合作狀況，提出修正或是維持的事項，便真的落實去做；每個人提出意見時，即使是少數的反對意見，都直接地提出討論。在這樣的過程中，小組成員們建立對彼此的信任，因為相信成員們會做到各自承諾的事項，這成為我們小組能良好合作、有效率完成工作的關鍵因素。

文化體驗上，旅行、逛古蹟、博物館，多走多看必有收穫。結交朋友，可以從更多不同面向去認識當地或是異國文化，同時能夠分享生活資訊。丹麥人在社交上讓人感覺比較冷酷，不熟的人一般不會太熱情地搭話，如果想和丹麥人交朋友，可以試著主動多找他們講講話，他們其實很友善，會是你適應丹麥生活、了解當地文化的好夥伴。

為了體驗哥本哈根的自行車文化，我租了一輛單車，作為上課通勤的交通工具。由於宿舍距離學校較遠，我選擇用火車搭配自行車的方式移動，攜帶自行車搭火車通勤的經驗，讓我有機會感受，這個被稱為自行車的友善之都，是如何建構他們的自行車相關的交通設施。最初的時候，隨處可見的自行車道與停車設施，讓人迫不及待地想體驗它的便利性；隨著冬天的來臨，發現真正挑戰的是變化無常的天氣(颶風、下雨、下雪)，還有寒冷的低溫。要在密集的學習工作中維持體力，在嚴峻的氣候中每天騎自行車通勤，真的需要些堅持與毅力。

回顧整個研修過程，不斷地與人交流，讓我有嶄新的視野與學習。過程中許多看似困難的遭遇，時常是因為主動詢問、朋友協助，最後都能迎刃而解，並獲得新的經驗。旅程會經歷許多的未知，多與朋友交流，他們總在意想不到的時候，成為最好的夥伴與幫手。

五、附錄：交換學習之照片



在海港邊的校園



與班上同學的聊天時光



風很大，騎車也要記得禦寒防風



班上同學舉辦的國際美食大會



哥本哈根街景



哥本哈根街景