

國立政治大學社科院交換學生報告表

基本資料

1. 系級：地政學系碩三
2. 姓名：陳奕真
3. 交換學校及系所（全名）：Aalto University, School of Engineering
4. 交換學期：自 107 學年第 1 學期

交換學生報告

一、準備篇（請就出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）

1. 上網填申請表：取得交換資格後 Aalto 方會以 email 告知申請入學相關指示 (Application instructions)，最主要需做的是上校方系統填寫資料，並附上相關要求文件如在校成績單、英文檢定成績、CV 以及 Study plan。Study plan 的部分是要求事先填寫學期中希望修習的課程，Aalto 會請課程教授評估你是否符合修課資格，但並非填寫了開學後就一定要選修計畫中所有的課，不用太擔心。以秋季學期的交換來說，申請表填寫的時間大概會是 4 月，6 月中才會收到校方的入學通知，收到入學通知後才可以進行居留證的申請。
2. 宿舍申請：
收到上述的校方 email 之後就可以憑該封 mail 為依據申請宿舍，不需等收到入學通知。以 Aalto 來說通常是透過 AYY 以及 HOAS 兩機構進行申請及等待分配，AYY 為學校學生會所屬，住宿地點均為校內學生宿舍，上課方便，價格也較便宜，但通常比較難排到，而 HOAS 的住房多為校外公寓，需要通勤的距離可能比較長，價錢也貴很多（我的宿舍一個月 417 歐），不過建議兩者都先申請，越早提出申請越好，而且不要在宿舍申請表上設太多的要求限制，如果在出發前就獲得的宿舍 offer 建議不要猶豫馬上接受，因為同期台灣學生就有三位抵達芬蘭後仍沒有宿舍可住。
3. 居留證：在芬蘭若需待超過 90 日須申請居留證，芬蘭在台灣並沒有大使館，因此大部分的台灣交換生都是使用台灣護照（可免簽入境申根國）免簽入境芬蘭之後再前往當地移民署按指紋，以我和同梯次台灣學生的經驗來說，申請都相當順利尚無例外。出發前至線上申請網站填寫申請表(<https://enterfinland.fi/eServices>)，提供學生保險、有效期護照、財力證明、當地學校提供的入學證明等相關資料，線上刷卡繳交 300 歐之後，再到移民署網站預約至最近的移民署辦事處按指紋，即可完成申請程序，建議申請居留證的期限可以延長到學期結束後一個月，以備不時之需(例如學期結束後還可能留在歐洲旅遊的情況，我的經驗是學期到 12 月 20 左右結束，我申請到隔年 1 月 31 日，有被芬蘭移民署核可)，記得線上申請後將申請書相關文件列印出來供海關查驗。在移民署按指紋時我自己遇到的狀況是承辦員花了很長一段時間一直質问我為什麼不用簽證就可以入境，後來才發現他搞錯我的國籍，誤以為護照上的 ROC 就是 China 的小烏龍，所以學弟妹如果遇到類似問題不妨可以強調自己說明來自台灣(護照上也有 TAIWAN 字樣)。
4. 接機：學校會分配給每個交換生各自的 Tutor，在出發前聯繫各位，詢問是否需要協助接機，我也有麻煩 Tutor 協助我先去 HOAS 幫我領宿舍鑰匙，方便一抵達芬蘭當日就可以立刻入住宿舍。

二、學業篇（請就選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述）

1. 選課：開學第一週的 Orientation week 會詳細說明 webwoodi 選課系統的操作方式，只要取得 Aalto 的帳號登入後即可使用，選課方式和政大的選課系統大同小異，所以非

常容易上手。秋季學期分為 2 個 period，每個 period 都須獨立選課，若有期末考試別忘了也要上系統註冊。

2. 上課情形

-Planning theory(5cr)：唯一一門專業科目，持續兩個 period 還算蠻重的，每週都需閱讀的文獻，繳交 learning diary，上課方式是每堂課都有一組小組要負責 presentation 並提出討論議題，參與課堂的同學分成若干小組針對當週議題在課堂上討論後派出代表發言分享各組結論，老師會給予回饋，並在課堂的最後大約 20 分鐘重點式預告下週議題。除了 group presentation 和 learning diary 之外，期末還需繳交 final essay。這種上課方式還是第一次遇到，老師講課的占比很少，比較多是自我學習、思考，還有和同學之間的討論與分享，會需要花很多時間在課前預習上，也需要逼迫自己試著開口發言，是一大挑戰，但收穫滿滿，老師給分也很寬鬆，基本上只要準時交作業、出席課堂並認真參與，都會有不錯的成績。

-Get to know Finland(1cr)：從歷史、文化、社會氛圍等角度切入，以很輕鬆的方式帶大家認識芬蘭的一門課，課堂上會分組，讓不同國家的國際生可以以自身國家經驗和芬蘭做比較彼此交流，曾經有一堂課是直接觀看一步芬蘭電影，另外還有一項作業是要和組員一起去赫爾辛基市區 city tour，很推薦的一門課。

-Survival Finnish(1cr)：特別為了交換生而開的芬蘭語基礎課程，可以學到日常生活中比較需要用到的簡單用語，例如自我介紹、數字、星期、食物等等，期末需完成兩項簡單的作業，分別是用芬蘭語訪問芬蘭當地人，跟以芬蘭語對話錄製影片，因為課程只有短短五堂所以其實並無法真正的學到比較深入的文法，但對於短暫生活在芬蘭的交換生已經很足夠，蠻有趣的又不會負擔很重。



三、社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

1. 學生旅遊團：我曾經參加商學院學生組織 KY 舉辦的聖彼得堡五日遊，搭乘郵輪到聖彼得堡可以免簽在當地待 72 小時，對於我們來說有學生團是比較方便省事又安全的旅遊方式，價格也較其他旅行社再便宜一些。但我對於那次的旅行不甚滿意，主要是因為耗在一些瑣事上的時間太久，例如過海關(排隊大約排了一個多小時)、搭郵輪(來

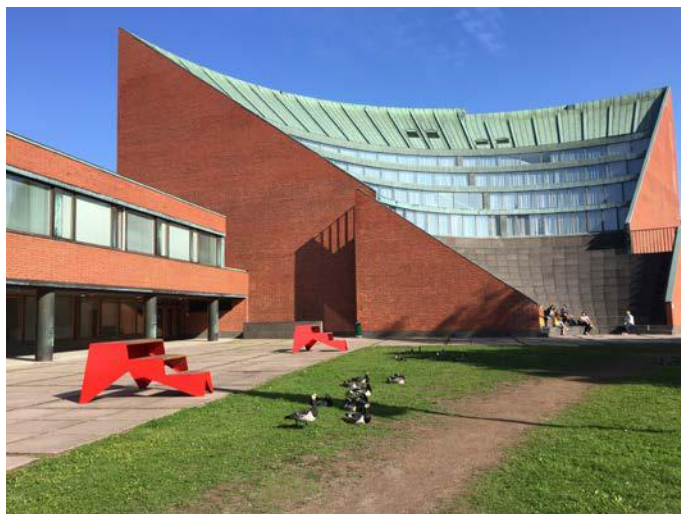
回各 18 小時)，而且因為團員都是學生，素質比較差，喜歡在深夜開 party 非常吵鬧，早上跑行程又很多人遲到，某些行程也安排得不夠緊湊，因此有些失望。

2. **SLUSH**：SLUSH 是一年一度的創投盛會，每年都由 2000 多位志工一起籌備，Aalto 大學也有志工名額，因此我也有幸參與這個難得的活動，在 construction team 協助會場佈置，即可獲得兩日活動及 afterparty 的免費門票。活動籌備中可以認識世界各國的志工，並且在會場上見識各國的新創產業，還有很多領域新興議題的討論，非常有意義。



四、日常生活篇（請就交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食等事項進行陳述）

1. 學校環境：我身處的電機學院位在 Aalto 的 Otaniemi 校區，是 Aalto 的主校區，學校很空曠，位在海邊，也有一大片森林，最近 Metro 站也開幕了，地鐵站就位在校區內十分方便，搭地鐵到市區只需 15 分鐘，Metro center 也結合了地鐵站和商場，內有咖啡廳、超市、便利商店等。校園內也有兩處健身房，我常去的 Unisport 有專屬 Aalto 學生的優惠專案，四個月會員 84 歐非常划算，可以使用所有健身器材和上團體訓練課程。



2. 住宿環境：我的宿舍位在 **Pasila** 火車站旁，可以很方便的坐火車抵達機場以及市中心，附近也有兩家大超市 **kmarket** 和 **lidl** 非常方便，我所住的地方是公寓式，六人一間公寓，每個人有自己的房間，大家一起共用廚房和衛浴，地下室有洗衣間，樓上則有桑拿，皆採預約制，整體來說環境相當不錯。



3. 交通：從我的宿舍到學校需坐 551 公車，約半小時車程，且由於公寓位在 **Helsinki** 區，學校位在 **Espoo**，因此在交通票屬於跨區類型。大多數人都會購買交通卡，因為會頻繁來回校園和宿舍，所以我選擇購買的是月票而非儲值型，好處就是月票即可無限次搭乘兩區內所有交通工具（火車、地鐵、電車、交通船），記得拿到學生證明後去辦交通卡會有學生優惠價！
4. 飲食：學校的學生餐一餐為 2.6 歐，屬於自助式有沙拉、主食、飲料、麵包，可以吃得非常飽，在北歐這樣高物價的地方來說真的很便宜。但為了省錢，通常還是會在宿舍自己下廚，超市的食材不至於比台灣高多少。



五、文化交流篇（請就與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗分享）

我的宿舍室友中都來自世界各國：德國、俄羅斯、新加坡、中國，大家都很友善，我們還會定期約一起煮飯吃晚餐。不過在學校當中，我的系所都是芬蘭人沒有其他交換生，芬蘭人天性害羞內斂，比較不善於交際，而我也比較害羞的人，所以雖然他們都很友善，見到面也都會噓寒問暖小聊幾句，但比較沒辦法成為交心的朋友。經過後來的觀察，也都會發現亞洲人跟歐美人比較傾向各自結成自己的小圈圈，中西文化差異與隔閡太深，實在很難打破。雖然芬蘭人屬於比較害羞的類型，但如果你有需要幫忙，主動開口向他們求助，我的經驗當中他們都非常樂意幫忙，而且他們也給我一種比較不排外的感覺，也許因為英文程度也非常好，所以就算不懂芬蘭文，用英文和他們溝通也可以非常順利，他們也不會擺臉色。芬蘭人非常喜歡喝酒，喝酒是他們最喜歡的休閒娛樂方式，喝了酒之後的芬蘭人也會特別熱情，這點十分可愛！

建議交換生一定至少要試一次芬蘭的桑拿，這次芬蘭很重要也十分引以為傲的文化，桑拿後真的會通體舒暢，絕對會愛上，沒試過桑拿真的別說你去過芬蘭。



六、建議

在社科院網站上，對於交換計畫的資料或說明如歷年締結學校名單、相關申請規定、程序、報名簡章、英文成績申請門檻等，稍嫌不足，且似乎從未把過去同學的交換心得公告出來，

所以在申請的過程中會有些不安，出發去交換前的行前準備也無從參考，建議可將當初說明會相關簡報資料放上網站，供未來有意願申請交換的同學參考。

七、費用篇（請就參加交換計畫曾支付的費用、每月生活支出及獎學金進行陳述）

(1)4 個月芬蘭生活費(食衣住行育樂購物全包)：約 11-12 萬臺幣

-住宿 417 歐/月

-交通 50 歐/月

-通訊 20 歐/月

(2)行前準備：約 2 萬臺幣(居留證 300 歐/保險…)