

Warsaw School of Economics Spring Semester

生活報告

會碩二 張禎文

101353014

一、學校簡介

Warsaw School of Economics，簡稱 SGH。是一間商學院為主的學校，在波蘭當地是很好的學校，如果說華沙大學像台大（綜合型大學），SGH 就像台灣的政大。每學期都有超過百位的交換生來 SGH，因此有很多機會可以認識不同國家的交換生，學校的 ESN 組織也非常用心，時常舉辦不同活動讓交換生參與，尤其是旅遊，除了舉辦波蘭國內的旅遊活動，也有去布拉格、義大利等行程。

（一）新生訓練

訓練為期一個禮拜，非常用心，與學生組織共同舉辦。有校園導覽、文化課、波蘭歷史介紹、生活須知提醒、Bus tour 遊覽市區……等。發放的資料袋裡還有手機易付卡，裡面有約五十塊台幣可以使用，非常貼心。



另外，他們的學生組織 ESN 在 Orientation Week 時，連七天晚上都有 party，不用入場費，裡面點酒也不貴，喜歡去 club 的人應該會很開心去那邊認識新朋友，其他國家的朋友都一致認為華沙 club 非常便宜。每個禮拜三 K club 都有啤酒暢飲的活動，只要繳 10PLN 的俄羅斯室友每周都會去報到！

(二) 宿舍

學校會寄信詢問大家要不要申請宿舍，是以線上申請的方式，有兩棟宿舍可供選擇，分別為 GROSİK 和 SABINKI。大部分的交換生會選擇 SABINKI，價格較低，離主要上課的 A、C、G building 都很近，GROSİK 只有離 C building 比較近。



但是 GROSİK 比較安靜，住在那的朋友說房間內有洗手台（SABINKI 沒有）。SABINKI 一學期的價格近一萬九千台幣，以歐洲交換來說，住宿費相當便宜。去過朋友交換住的宿舍後覺得 SABINKI 非常好，廚房跟浴室都很寬敞、乾淨。每天都有阿姨打掃，兩個禮拜可以換一次床單、被套、枕套；每個月可以領一次衛生紙。只是周末派對的時候會很吵。



房間為兩人房，基本上會安排不同國籍的室友給你，但也是有很多人私下換房間，想跟自己的朋友住。本來以為這棟宿舍全是兩人房，後來聽本地生說才知道兩人房是交換生的福利，本地學生大多是住三人房。

二、課程心得

課程名稱	Human capital management
授課教師	Sienkiewicz Łukasz
評分方式	出席、小組作業、期末考
心得	這門課內容是人力資源管理，偏向以人資的角度考量公司需要的

人才。老師喜歡課堂互動，所以每次上課都有 Exercise，一開始會覺得壓力有點大，因為只有我一個亞洲人，自己的口說能力也沒有很好，常覺得討論時講不出話，後來才漸漸適應。老師安排 Exercise 蠻用心的，算是循序漸進教你如何寫出適合公司求才的內容。有時候會融入一些遊戲或演戲。

小組作業有兩次，是課後作業，一次是想十個有關 project management 這個職位面試的問題，並敘述問題跟此職位需要能力的關聯；第二次是規劃一場 PM 教育訓練，時間不能超過兩個禮拜，有預算限制。期末考有選擇題和問答題，基本上不難，很多問題都是老師上課強調的重點或他提過很多次，有認真上課都會有印象，老師也會上傳投影片給大家。

課程名稱	Intercultural Communication
授課教師	Ćwiklińska Jolanta
評分方式	出席 30%、期中 20%、期末報告 50% (含書面、上台報告)、期末考 (加分用)
心得	這門課主要在講文化差異，老師上課會講許多理論來討論不同國家的人有著不同特質，上課要自己抄筆記，老師認為那是她的著作財產權，不會上傳讓大家下載。所以常發生還沒抄完老師已經跳下一頁，所以後來我只抄大標，理論名稱跟作者之類的。期中報告抽籤分配，每個人被分配到兩個國家 (不能為自己的國家)，報告內容為比較兩國的商務禮儀。還蠻有趣的，可以趁機了解各國的習慣。期末報告也是每個人主題不同，我的主題為 Male/female relationships and workplace equality。報告完當天下課老師會給個別評語，也會跟你說你書面、上台報告各幾

分

老師的習慣為先寄書面報告給她，約兩個禮拜後再開始上台報告。書面報告最好用論文格式，尤其是資料引用，老師非常注重參考資料，不能只將參考資料放在最後，前面有任何引用都要標示清楚。文不對題或是沒有附上參考資料分數都會扣很重。這門課不輕鬆，我每次都花很久時間準備，但是真的有學到東西。期末考為選擇題、問答題，但算加分用，前面總分沒及格或是想得高分的人再參加就好。

課程名稱	Management in International Business
授課教師	Gołębiowski Tomasz
評分方式	100%期末考、上台報告（加分）
心得	<p>這門課是和大學部合開，選課人數很多，但因為不算出席分數加上有點無聊，到後來出席人數很少。上課是由兩個老師輪流，一男一女。後來念書時覺得內容其實不錯，但上課時就是會不自覺放空。大概要一直和老師互動才能投入。上台報告可以自由選擇，通常是三到四人一組，跟老師討論主題，主題通常會和當周上課內容有關。課程大綱上是寫期末考占 100%，後來上課老師說期末考 80%、報告 20%，我沒有上台報告，考試得 4 分，期末成績也是 4 分，所以報告應該還是加分用。</p> <p>這門課看似輕鬆，但考試前讓我非常緊張，因為老師有先告知考試題型，(1)是非題、(2)複選題。非常亞洲式的考試，因為複選題還會倒扣。女老師又一直說出題的老師都出很難，常常一堆人不及格。所以我就先參加了 zero exam（有些期末考前會有這種考試，過了就不用參加期末考。若直接考期末考，沒過要等</p>

九月才能補考，對交換生來說很麻煩。) 考試後的心得是，有念書的話不算難，那時參加 zero exam 的人約 30 個，有 4 個人 fail。

課程名稱	Innovation Management in an Enterprise
授課教師	Brdulak Jakub
評分方式	期末報告、課堂心得 (加分)
心得	<p>這門課循序漸進教你如何運用藍海策略來開發新產品。老師會提供他們創新組織(INNOVATIKA)有的個案讓大家選擇，也可以自己決定主題。然後跟著老師每週課程一步一步完成新產品的開發，期中有一次五分鐘的報告，每組要說明對於新產品的想法跟市場調查，老師會給予建議，讓大家修正方向。期末報告一組十五分鐘 (要先交書面)，有些個案公司的人有來聽期末報告，給予最直接的回饋。我們這組那時候個案公司的人沒來。</p> <p>最後一堂上課老師有公布成績，沒有人被當。有個小驚喜是，選擇老師提供的個案的組別，每個人都可以拿到一張 INNOVATIKA 發的證書一張。算是在 SGH 獲得最特別的紀念品。最後有交一學期來的課堂心得給老師可以再加分，不限字數。</p>

課程名稱	Lifestyles and New Product Development
授課教師	Ćwiklińska Jolanta
評分方式	出席 30%、期中 20%、期末報告 50% (含書面、上台報告)、期末考 (加分)
心得	這門課本來是另一位老師，第一堂課停課，第二堂就說因為老師健康問題，換成Ćwiklińska Jolanta 這位老師。所以我每周四

兩堂課都是同一位老師。評分方式幾乎一樣。

期中報告是依據老師上課提到的理論，選兩個不同類型的產品比較。但有些人誤解老師的意思，所以產品選擇上有錯誤，報告的時候就被電了，我就是其中之一。期末報告每個人主題不同，我的主題是 Fashion Industry-Designing Clothes and Accessories，依據老師上課提的新產品開發步驟選一個品牌來想他們的新產品。個人認為題目都蠻有趣的，還有旅遊、流行音樂、飲食、運動明星……等不同產品。老師依舊很有自己的原則，期末報告時有位法國同學開始就一直看著自己的稿照唸，老師就說：如果你要一直這樣唸的話，你可以下台了。那位同學強調他因為英文不好需要看稿唸，但老師不接受最後他只好下台。不過最後一周老師還是有讓他再上台報告一次。

最後一堂課老師會公布成績，這次大約有 1/3 的人不及格需要參加期末考。期末考為 oral exam，共三題，全答對總成績加一分，對兩題總成績不變，只對一題總成績倒扣一分。有同學當場問老師若一題都沒答對會怎麼樣？老師只是笑笑地說：那你就是在浪費我的時間。期末考看似很困難，但我已經及格了，就沒參加期末考，也不知道最後到底多少人被當。

這位老師的課我都花很多時間準備書面報告加練習上台報告，因為我英文不像其他同學一樣，可以很容易地說出他們想表達的。雖然不輕鬆，但有學到東西。老師最後也給我很高的分數。

課程名稱

Globalization and Regionalization in International
Relationship

授課教師

Dołęgowski Tomasz

評分方式 上台報告、Oxford Debate、個人報告、期末考

心得 這門課是我不熟悉的領域，老師上課大部分聚焦在討論歐洲，有時候會提到一些歐洲歷史，對我來說有點障礙，但是對於歐盟或是一些跨國組織有興趣的人，會有更多收穫。尤其是多數交換生都來自歐洲國家（這門課只有兩個亞洲人），所以他們對於歐盟或他們國家的看法是最直接的。

老師人非常好，很尊重學生，有什麼問題都可以商量。幾乎每堂課都會簽到，但我不確定老師到底有沒有把出席分數算進去。他是以你對這堂課的貢獻度來給分，做越多分數越高，評分方式的那四種並沒有強制你一定要每項都做，那時候我只有上台報告跟參加辯論（當觀眾問問題），若想求高分可以多做一些。最後一堂課老師就告訴每個人得幾分，不滿意可以再參加期末考加分。

三、生活及文化交流

推廣台灣

剛到華沙沒多久，我們就受邀參加由華沙大學漢學系與台灣駐波蘭辦事處舉辦的「台灣日」活動。我也邀請我的波蘭 Buddy 與其他交換生一起參加。當天活動讓我有機會能跟很多台灣朋友見面、享受台灣美食。因為是華沙大學漢學系主辦的，因此也有很多當地學生參與，其實每個活動不論台灣或其他國家朋友都很熱情參與，特別是剪紙、書法，能讓外國朋友認識台灣文化及美食是一個很難得的機會。整場活動下來，讓我感到最驚訝的是華沙大學漢學系的學生居然能用標準的中文唱信樂團的歌，那是當天我覺得最驚豔的地方。



剪紙活動



卡拉 OK



扯鈴比賽



台灣美食

食物

這邊餐廳價位跟台北差不多，有些甚至更划算。華沙這邊有許多傳統波蘭菜餐廳，來這邊一定要試試看，他們也有水餃，跟我們不同的是，內餡口味有馬鈴薯、肉、起司等不同口味，淋的醬也有所不同，有些淋的是甜的果醬。

平常在學校大部分還是自己到大賣場買食材回來煮，可以省下不少錢，這邊不像台灣外食很方便，他們午餐外食大多買輕食或是像台灣沙威瑪的 kebab。波蘭奶製品很便宜，牛奶、優格、起司……等，喜歡的人有福了。但喜歡吃蔬菜的人可能會不習慣，因為這邊不像台灣有很多種類的深色蔬菜。建議可以帶維力炸醬、沙茶醬來，用來拌麵、炒菜都很方便。而且亞洲超市東西很貴，像是咖哩塊，平常台灣買九十台幣左右的，這邊要價兩、三百台幣。喜歡喝烏龍茶或奶茶的人也可以多帶點茶包，這邊也買不到這種沖泡包，頂多是綠茶、紅茶或果茶。也可以到別的城市旅行時順便採購一些亞洲食材，我們當初就是跑

去柏林的亞超買了粉圓、綠豆跟奶茶沖泡包。

交通

SGH 地點非常好，就在捷運 pole mokotowskie 站旁邊，搭到 Centrum 只要兩個站大約五分鐘，搭 Tram 到火車站大約十分鐘。拿到學生證後可以購買三個月的車票(公車、tram、捷運皆可搭)，大概台幣 1400，Zone1 地區可以無限次搭乘，基本上平常會去的賣場或景點都在 Zone1，因此買這個就非常夠用了。也有認識的香港朋友沒有買月票，選擇每次搭乘再購買學生票，20 分鐘約 17 塊台幣，她不買的是因為她認為周末時常出去旅行，平日在宿舍走路就到學校不常搭大眾運輸工具，因此她選擇不買。有心要省錢的人可以依自己情況斟酌要不要購買。

在波蘭境內可以使用 jakdojade 來規劃路線，手機可下載 App，非常方便
網址：<http://jakdojade.pl/>

若計畫旅行，在波蘭常使用的一些交通工具如下：

飛機—wizzair、ryanair

火車—pkp

巴士—simple express、polski bus、Blabla car

四、注意事項

開戶

一開始是參考周致遠學長的網誌

<http://chihyuan7772.pixnet.net/blog>，他當初辦的是 WBK，到了之後學妹的 Buddy 已經帶她去辦好了，也是 WBK，毫無疑問我就直接去 WBK 報到了。我們開戶的地點在捷運 centrum 站與火車站中間，分行的櫃員會說英文，基本上一個人去開戶也是沒問題的。後來發現有一間更近的 WBK，在捷運 Politechnika 站，離 SGH 只有一站的距離，而且一出站銀行就在旁邊。

但一開始人生地不熟，我也是請我 Buddy 陪我去。要準備護照、台灣的地址(英文版)、宿舍地址(我的金融卡他郵寄到宿舍)，學妹當初辦的時候因為某些原因他是直接到銀行領卡，但我不行。當天開完戶頭就可以請家人電匯生活費了！當時家人從台灣電匯，記得不到一個禮拜就收到匯款，金融卡片印象

中是兩個禮拜內收到，收到後記得要去更改密碼。

我一共開了兩個帳戶，歐元、波幣各一個，可以直接在線上查詢你的消費紀錄、餘額、轉帳，非常方便。要存錢到波幣帳戶記得先去銀行櫃檯領歐元（要出示護照）出來，去外面 Kantor 換成波幣再存進你的波幣帳戶，直接在銀行換成波幣匯率太差。

手機

波蘭常見的電信公司有三家，分別是 play、orange、heyah，新生訓練時每個人都有拿到一張 sim 卡，是 heyah 的，裡面還有約 50 台幣。但我後來選擇用 play，因為朋友多數用這家電信公司，他們網內互打、傳簡訊都免費。儲值 10zł 可用 10 天，10 天過後即使你帳戶裡面還有餘額也無法撥打，但是別人還可以打給你。網路部分有分兩種，一個是 1G/月，10zł，到期前一天再加 10zł 他會將你剩下的 mb 直接累積進去，若等到期後才充值，就是 1G 不會幫你累積。另一種是 500mb/七天，5zł，學妹說這兩種方案其實不牴觸，因為到期日不同，使用量大的人可以都加。

手機可下載 play 24 這個 App，可以查詢你的餘額及使用量，也可以在上面直接充值網路。但他只有波蘭文介面，一開始可以請有用 play 24 的人幫你解釋一下，很快就能上手。