

(1) 交換學校介紹及課程等學術方面資訊


SGH在波蘭文裡唸作[es gie ha]，全名Szkoła Główna Handlowa w Warszawie，意思是在華沙的主要商業學校，是波蘭公立最好的商學院。這裡的學生都很聰明，很多學生都一邊唸書一邊實習或是在公司工作常常有同學會穿著一身西裝走進教室，Main Building的一樓大廳也常常有四大會計師事務所、銀行及跨國公司在徵才，根據我Buddy的說法，SGH的畢業生是企業搶著要的人才。接下來我將就我的經驗誠實地向各位分享，希望能真的幫到之後要來交換的學弟妹。



(一) 新生訓練

我是秋季交換的，學校的新生訓練是寫9/26-30，學校會先分組，其中有 Cross-cultural workshop 會把不同國家的人安排到一間間教室，小組進行波蘭的文化簡介跟各個國家的文化分享，在這裡可以認識到不少新朋友。新生訓練對我個人來說主要是認識新朋友，學校的幫助其實不大，大致上是覆述email裡面重要文件的繳交期限等等，很多時候大家都不知道在等什麼，我的韓國朋友整個新生訓練都沒來好像也沒遇到什麼困難。另外Bus Tour也不錯，可以搭遊覽車快速的掌握城市的大致樣貌。至於ESN辦的新生訓練，基本上是一週的夜店行程，可以看個性選擇要不要參加。

ORIENTATION WEEK FALL 2018 Exchange Students

WEDNESDAY 26.09		THURSDAY 27.09		FRIDAY 28.09	SUNDAY 30.09
Main Hall (building G)	9:00am – 9:50am Official Welcome Session	10:30am – 12:30pm		9.30am-10.50am Presentation about safety and security by Warsaw City Council groups 1-8 Aula A (building A)	1:00pm Treasure Hunting city game with ESN groups 1-8 Meet-up in front of the main entrance to main building G
	10:00am – 11:00am General meeting with Incoming Students Officers	Cross-cultural workshop 3a building C – group 1 3b building C – group 2 4a building C – group 3 4b building C – group 4	Optional Individual meeting with Incoming Students Officers groups 5-8 Room 6 (building A)		
Aula A (building A)	11:15am – 12:15pm Presentation by SGH IT Helpdesk	12:30pm – 1:30pm Lunch Groups 1-8 3 rd and 4 th floor, building C		11:00am – 12:30pm „How to read Poland: crash course on history and culture.“ Lecture by Malgorzata Wilhelm, MA groups 1-8 Aula A (building A)	
	12:30pm – 12:50pm Erasmus Student Network – let's meet				
	13:00pm – 13:30pm Enactus – student organization				
1:45pm – 3:00pm Pick up of student ID cards & Welcome Packs groups 1-4 Room 9 (building A)	1:45pm – 3:00pm Campus guided tour groups 5-8 Meet-up in lobby of main building G	1:30pm – 3:30pm		1:00pm – 5:00pm Warsaw bus tour groups 1-8 Meet-up in front of the main entrance to main building G	
Optional Individual meeting with Incoming Students Officers groups 1-4 Room 6 (building A)	Cross-cultural workshop 3a building C – group 5 3b building C – group 6 4a building C – group 7 4b building C – group 8				
3:00pm – 4:15pm Pick up of student ID cards & Welcome Packs groups 5-8 Room 9 (building A)	3:00pm – 4:15pm Campus guided tour groups 1-4 Meet-up in lobby of main building G				

(二) 選課

在選課方面，用的是一個叫做VDO的系統，學校會寄提醒的信到SGH信箱裡，記得先進系統摸索，要看學校寄來的系統教學。我忘記選擇第一階段的偏好（選課時要記得把時差考慮進去），以至於要到第五次選課的階段才能參加，深怕選不到課的我去網咖搶了太多課，還在後面的階段退課。另外我來了之後才聽說這裡的老師幾乎都給加簽，所以覺得系統太複雜而錯過一些階段的人也不要太緊張了，建議時間允許的話，先旁聽一堂課再決定要不要上。我選課時特意退課退到只剩禮拜二三有課，這樣就可以好好規劃旅行了（目前下限是21 ECTs—七門課，但聽說幸運的下一屆是依原籍學校政大的規定—也就是一門課），大家選課前記得多打聽兩校的選課規定。

(三) 課程介紹

課程名稱	Introduction to Game Theory/★★★★★
授課老師	dr hab. Jacek Prokop
評分方式	期末考五題 考古題及習題 課堂出席加分
課程介紹	老師人很好英文沒有口音，面帶笑容可愛得把賽局越教越難到數學不好的我聽不懂，但相信對符號跟邏輯思考有興趣的人會很喜歡，藉由故事講解理論的部分也很有趣。會有另一個類似助教的老師帶習題，比較像是實際操演，會提示期末考考什麼，期末考沒有很難。

課程名稱	International Organizations/★★★★★
授課老師	prof. dr hab. Ewa Danuta Latoszek
評分方式	學期報告 可能要上台 出席點名
課程介紹	基本上是一堂演講課，每堂的老師都不一樣，會請來一些來自國際組織的講者，我覺得是認識國際組織很好的一個機會，介紹組織兼徵才，對於到國際組織工作有興趣的人可以問很多深入的問題，甚至認識講者。學期報告是介紹一個組織，18頁的報告，跟18頁PPT，我們剛好因為老師多邀到一個講者所以沒有時間報告，老師給分非常高。

課程名稱	Sociology/★★★★★
授課老師	dr Jan Roman Czarzasty
評分方式	期末考選擇 全勤加分 交報告加分
課程介紹	我花了幾堂課適應老師的口音及偏慢的講話速度，老師講話很有條理，可以知道他對社會學的知識很淵博，也隨時接受學生發問討論，因為以前都沒修過相關課程，可以藉這一堂課了解社會學大致上是什麼。期末選擇題也不會太難，不過很多抽象概念的詞看PPT的時候會比較難理解。

課程名稱	International Relations/★★★★★
授課老師	dr Monika Magdalena Krukowska
評分方式	期末考選擇
課程介紹	超級喜歡老師！我遇到的唯一一個完全沒有口音的老師，完美的發音聽到的時候覺得很感動！老師人很好又美又聰明，很有系統地介紹國際關係的來龍去脈，每堂課會先問大家這禮拜發生什麼重要的事，帶大家思考背後國際情勢的權力關係可能是什麼。每堂課都一邊跟大家討論一邊講

	故事進行，老師自己說他的教學目的是讓大家對於國際關係產生興趣。期末考老師會請大家看筆記看兩次所以上課記得做筆記，選擇題很簡單而且老師前一堂課會提示，（考試的時候還會跟你說你寫錯了），給分很高，總之推薦！
--	---

課程名稱	History of International Relations/★★★★★
授課老師	dr Monika Magdalena Krukowska
評分方式	期末考選擇 兩題簡答
課程介紹	跟上面那堂同一個老師同一間教室，很方便每個禮拜三早上心情都很好。相較於國際關係這堂課是按照裡使先後順序介紹世界上發生什麼事（像編年史），有種用英文重上高中世界史的感覺，比較沒有那麼有趣但還是相當推薦。期末考老師也會提示要考什麼，重要的年代要記但主要是事情的先後順序，老師一樣會在旁邊走來走去，給分也很高。

課程名稱	World Economy/★★
授課老師	dr hab. Eliza Przeździecka
評分方式	學期報告 上台
課程介紹	這是我這學期最不喜歡上的一堂課，老師講話很慢心情看起來總是不太好，蠻無聊，沒學到什麼新東西…之外，老師要求的報告是兩到三個人一組然後寫20頁報告，要先給老師審題目可不可以做，要有深入的見解、使用數據跟圖表，然後上台報告，老師會在報告的時候問蠻多問題的。另外我自己感受到亞洲學生跟歐洲學生的待遇有點不一樣，所以有的時候想到這堂課跟老師的表情就覺得壓力大，心理不平衡，給分也不高。

課程名稱	Poland in the European Union/★★
授課老師	dr hab. Adam Artur Ambroziak
評分方式	期末考 申論三題
課程介紹	這堂課對我來說最大的問題就是一老師的口音，我直到最後一堂課都還是聽不太懂老師在講什麼，我甚至在老師提示期末考提的時候錄音下來拜託友人們幫忙聽，才大概知道他在說什麼（當然有可能只是我英文聽力不夠好）。所以建議想選課的人先至少試聽一堂再決定。上課內容著主要是在講加入歐盟的前後波蘭在經濟及法律上有什麼改

變。期末考問是對於一些議題的看法及加入歐盟對波蘭的影響。客觀來說老師是很願意跟學生對話討論的，上課的氣氛很像在藉由聊天告訴大家波蘭做了哪些因應措施，如果聽得懂的話應該會是一堂有趣的課。

(2) 生活及文化交流

(一) 交通

華沙並不是我當初想的那麼大的一個城市，有捷運但只有兩條線，但也有電車跟公車，距離機場也很近（不過有兩個機場，一個比較遠）所以說起來相對於很多其他交換學校我覺得華沙經濟大學無論在經濟實惠上或是交通方便上都有相當大的優勢。SGH位在捷運Pole Mokotowskie站，一出站就是學校，離學生宿舍也只有五分鐘步行的路程，離市中心(Centrum)只有兩站而已，下圖是捷運路線圖



基本上生活所需都可以在捷運上被滿足，我的生活用品大部分都是在Złote Tarasy 買的，那邊地下室有家樂福還有Rossmann（歐洲屈臣氏），也曾經在裡面的iSpot修過電腦（那邊最專業，問過其他兩家結果叫我直接送過去，最後還幸運的免費）Centrum附近也有Biedronka，也就是波蘭的全聯，車程十分鐘，以歐洲標準而言超級方便。

交通卡的部分可以在拿到學生證之後，找任一捷運站裡紅色的售票機器放學生證，選擇英文，買三個月月票儲值，才一百五茲羅提左右，比台北還便宜得多，波蘭友人們要我留著收據以防萬一查票的時後學生證有狀況。

(二) 生活

1. 衣

關於生活的部分，我來之前看過學長姐的提醒收穫最多的是一不要先買大外套（雖然我還是默默的帶了一件保險），如果是冬天來交換怕冷的朋友記得大外套要買這裡的才有用，經友人提醒後才知道要買那種外面防水的防融雪、滑滑的表面防風、裡面大面積刷毛、一定要有帽子最好裡面也刷毛、可以的話記得挑下面有鬆緊帶或腰帶的那種（我沒找到風一直灌進來 很冷），我買一件約350茲羅提的，讓我回過整個冬天、跟冰島！另外還有一雙內刷毛的高筒靴子，要選毛地毯的那種刷毛，真的看一根一根毛的那種聽說會臭，另外波蘭的衣服價格近似於台灣H&M的價格，可以依此決定要多少衣服。

2.銀行卡、手機、宿舍一會在另一份電子報寫，歡迎參考

3.食

食物的話因為我不會煮飯，所以當初看便宜想喝茶買的熱水壺意外成為我賴以維生的好朋友，當外面太冷無法出門買Kebab或Pho的時候，永遠可以吃泡麵（相當推薦家樂福的農心泡菜杯麵跟辛拉麵，推薦杯麵給瑞士友人之後他愛不釋手），或是可以去media market 買濾芯跟冷水壺，就免去每天出門扛水回來的苦力活（雖然這裡的水很便宜）

宿舍附近便宜又可以吃飽的選擇有：

Kebab（個人覺得Dubaj Kebab比較好吃），這是一種土耳其食物，有點像沙威瑪，一片捲餅把蔬菜、削好的肉、蒜醬或辣醬，有的時候有薯條，都包在一起食物，好吃又很飽。

Pizza 附近一家叫Dominium的披薩餐廳，出示學生卡披薩半價，波蘭已經很狂的物價在結帳的時候會以為他是不是有少算。

Pho 是越南菜，有點像細一點的河粉，波蘭超級多越南移民（不知道是不是之前共產制度的關係），所以吃到的應該是正統的越南菜，是可以喝到亞洲式熱湯的好地方，除了連鎖ToToPho以外，特別推薦宿舍斜對面的黃色招牌越南料理，老闆們超可愛，教我們波蘭文還泡越南茶給我們喝，零下天氣感動人心。

(3) 交換需注意之事項

至於來之前的小提醒則為以下：

1.保保險：申請波蘭簽證時需要提供英文申根保險證明，我是上網比價跟打電話之後買了最便宜的和泰，大家可以視需求決定什麼要保多一點，我因為在波蘭待超過180天的關係，後來有再保美國的AXA申根保險，很便宜但出來的時候是捷克文，不過慶幸的是我都沒用到保險，平安地在歸國的路上。

2.記得帶證件照、行李秤：以備不時之需，例如我申請克拉科夫交通卡的時候就有用到，我也有送我室友一張。行李秤在搭廉航的時候真的很好用，還會有人一直來跟你借。

3.記得帶各式藥品：痘痘藥、止痛藥、止瀉藥、暈車藥、延經藥、眼藥水我都有帶，而事實證明，在波蘭買藥，你可能要帶上波蘭朋友才能順利賣到你想要的東西。而至於日用化妝品，洗髮乳洗面乳那些，則不用擔心，剛到的時候拼命查一波單字就可以了，買起來也是便宜到手軟，大概一罐才7茲，台幣60塊左右。

4. 文化：我來之前也是很迷惘，對於自己要去什麼國家完全沒有概念，波蘭人的表情總是很臭（除非你跟他們很熟），還會一直盯著你看（據說是因為好奇），如果你開口問問題的是候用Przepraszam對不起、不好意思開

頭，他們就會比較願意嘗試理解你的問題，買完東西說Dziękuję也會讓他們覺得你蠻有禮貌。他們人不是不好，只是好的比較不明顯，像是搭火車的時候，會默默接手你的行李幫你扛到行李架上或互相禮讓彼此先進門。例如這句Czy mówisz po angielsku?（你會說英文嗎？）也很好用，至少可以知道自己是不是在對牛彈琴，他們也可能會開始找會講英文的路人來幫忙。

5.有什麼想多了解的資訊，在看完所有學長姐的電子報後，還是不知道的話可以問我，臉書搜尋Wei Hsu那個政大國貿的就是我了，很願意幫忙疑難雜症！