

I. 阿姆斯特丹大學簡介

阿姆斯特丹大學（荷蘭文：Universiteit van Amsterdam，縮寫為 UvA），成立於 1632 年，坐落在荷蘭首都阿姆斯特丹市中心。阿姆斯特丹大學是歷史悠久的著名世界百強學府，也是歐洲最大的綜合性大學之一，擁有眾多國際學生交流項目和優良的國際聲譽。它同時是 Universitas 21 大學聯盟、歐洲大學協會、歐洲研究型大學聯盟與歐洲首都大學聯盟成員之一。

阿姆斯特丹大學學院星羅棋布地分布在阿姆斯特丹城市的各個角落，體會到所謂的城市即大學，目前該校設有七個學院：人文學院、社會與行為科學學院、商學院、法學院、理學院、醫學院和牙醫學院，初乍來到阿姆斯特丹大學商學院有股熟悉的感覺，因為它的地理環境和政大有許多相像的地方：多雨又離動物園近，商學院的校區位於 Roetersstraat，其建築非常現代化，所有的機器設備都能透過學生證來操作，像是印表機、自動販賣機、小販部等等。



II. 課程

阿姆斯特丹大學學制是一學期分三個 Block，一個 Block 共八周，第四周與第八周為期中期末考週，課程教學跟政大相比十分緊湊，需要花不少時間複習，一門課為 6 ECTS，相當於 3 學分，UvA 規定交換生至少選修四門課，我在 block1 選了三門課，block2 選了一門課，分別是：

- Economics of markets and organization:

一直想修有關賽局理論的課程，剛好看到商學院有開設這樣的一堂課，賽局理論是這門課的核心，教授上課活潑，會隨時丟出一些問題讓同學討論，同學間有許多互動，可以對賽局有初步的了解，期中期末考皆為選擇題，考題為一些觀念題和計算題，有兩次小組作業(3 人一組)用來加分，作業不會太難可以好好把握。

- Public Economic:

更深入講解許多總體經濟的觀念，內容涉及公共財、政府決策等等，期中、期末考皆為申論題，認真聽課、做練習題、複習 slides，考試就不會有太大的問題。

- **Intermediate Statistic:**

這堂課深入講解統計裡的迴歸分析，課程內容有各種不同假設檢定的應用，這門課讓我印象深刻的是教授把統計變得生動有趣，深入淺出的講解使我理解之前容易混淆的觀念，期中考選擇題，期末為計算題。

- **Corporate Social Responsibility:**

企業社會責任被許多企業重視，這堂課與時事相結合，除了介紹理論外，我認識許多國際企業和由他們發起的企業社會活動，這堂課沒有期中考，但每週要閱讀兩、三篇 paper，期末有小組報告和考試，小組報告 4 人一組，同組的成員有荷蘭人和瑞士人，我們一起完成十頁的文書報告、上台報告和辯論，這個報告和以往進行的報告不同，同個主題有正反兩方，由不同的小組負責報告各自的論點，最後進行辯論，這堂課讓我在組員間的溝通、英文報告書寫及語言表達能力大大提升。

UvA 選課系統非常親民，只要在規定時間內把想選的課選完就好，但還是早點選比較好，因為有時候你想選的那堂助教課會額滿，每一個 block 開始後一星期內都可以直接上 SIS 系統加退選，第一週過後只能退選不能加選。

每堂課上課時間大多是兩小時 lecture 加上兩小時 tutorial，中間都會有 15 分鐘的下課時間，而教授大多會提早 15 分鐘左右下課讓學生換教室，選課時可以注意一下上課地點，若兩堂課在不同校區但沒有距離很遠，連著上不會有太大的問題。順帶一提，若要列印教材，校內影印機是透過學生證操作扣款的，記得先去加值學生證。

III. 生活文化交流

- **學校活動**

阿姆斯特丹大學有負責籌辦交換生活活動的組織，常常有許多不同的活動可以參加，開學前有為期五天的迎新活動，需要繳交活動費，可以認識新朋友及初步的認識阿姆斯特丹，提供這次的活動內容供參考，有參觀 Artis 動物園、遊船、各種課程體驗、小組團康活動、認識阿姆斯特丹、每天晚上會去不同的夜店等等，到後來發現出席白天活動的人越來越少，大部分的外國學生都比較喜歡晚上的活動。上學期交換的同學也會遇到 UvA 的 exchange student fair，可以認識許多來自各地的交換生或者是有過交換經驗的 UvA 學生，這個活動主要是介紹自己的學校、分享經驗給其他對交換有興趣的 UvA 學生。

- **交通**

荷蘭的交通非常方便，人手一張 OV 卡，出國前可以考慮辦一張 ISIC 國際學生證，這次有跟荷蘭國鐵合作，推出火車折扣卡加記名 OV 卡的優惠，我覺得很划算，

使用 OV 卡需要注意的事項不少，搭乘各種交通工具都要刷進、刷出，匿名 OV 卡搭乘火車需至少有 20 歐在裡面，記名的 OV 卡須至少有 10 歐，聽說搭乘 tram 至少需要 4 歐在裡面，若不小心忘記刷進但是刷出，這個狀況機器會直接從匿名 OV 卡裡扣 20 歐(記名 OV 卡是 10 歐)，但是別驚慌，這時候只要到火車站的服務台反應，他們會將錢退到你的銀行戶頭裡。

搭乘火車遊荷蘭非常方便，火車打折卡在平日非尖峰時段和假日可享有 40% 的折扣，也可以善用 FB 許多 NS group 的社團購買團票。

● 宿舍

宿舍申請的部分，與阿姆斯特丹大學合作的租屋公司有兩家，我是被分配到 DeKey，一開始會讓你選擇粗略的需求(理想租金範圍、單人房/share 等等)，但這些都只是提供租屋公司參考用，調查完宿舍需求一段時間後，租屋公司會告知你宿舍選填的日期，要切記在選宿舍當天馬上選，我這次是在 6 月中左右選宿舍，當時雖然有即時收到選填宿舍的消息，但因為某些因素隔天才選宿舍，結果，只剩一個宿舍能夠選擇，所以一定要馬上選!!!但後來想想我這個有重度選擇障礙的人，沒得挑也是不錯。

我的宿舍在 Prinsengracht，位於阿姆斯特丹的市中心，在安妮之家附近，交通非常方便，騎腳踏車到商學院只要 13 分鐘左右，走路 40 分鐘，也可以搭 Tram 差不多 20 分鐘。

● 電信、網路

我是辦 Vodafone 這家電信，在阿姆斯特丹市區要到 Rokin 那家 Vodafone 才有賣各種 sim 卡，之後加值可以到各家分店，vodafone 沒有提供英文的服務，若是遇到任何問題直接去店家問最快。

宿舍和學校裡都有 wifi，我會連 eduroam，帳號是“學號”+“@uva.nl”，密碼是 uva 的密碼，到各國旅遊若附近有學校也都可以連上這個 WIFI，非常方便。

● 銀行

我選擇 ING，開戶有分好幾個階段，一開始只需在預約時間帶著護照、手機號碼、地址讓他們登入個人訊息，不久後就會拿到卡片，有些人則是會連“PIN Code”一起收到，但有些人必須去指定的分行拿取，網路銀行密碼也是，這些資訊 ING 都會寄信通知，所以當 ING 寄信給你時需要好好閱讀，不然會漏掉重要的訊息，但比較不方便的是 ING 不管是網頁或是信都只用荷蘭文，必須使用翻譯，直接把信拿去銀行問最快，在荷蘭和歐元區國家都可以用這張卡結帳，身上不需要帶太多現金，若是在非歐元區(英國、瑞士、瑞典等國家)大部分也都不會收手續費，只是每天會根據匯率的不同換算，其實比許多換匯所來的划算，也不用擔心換的錢會剩下來或是身上現金太多容易遭竊。

離開荷蘭前只需帶著護照等身分文件到任何一家分店就可以關戶，戶頭裡剩下的

錢可以指定台灣帳戶轉帳，也可以選擇用網路銀行關戶。

IV. 交換注意事項

● 簽證

擁有簽證是交換的必要前提，最重要的就是要依照學校的進度繳交文件，只要在規定期間內準備好(上傳)所需文件就不需要太緊張，但當然是越早提交越好，文件主要有整本護照掃描檔、保險證明(阿姆斯特丹大學會和 AON 保險公司合作申請學生保險方便快捷)和財力證明，提交完電子檔後，UvA 會幫你送件到 IND，等到 IND 核發 V number 後就可以到台灣荷蘭辦事處申請 MVV(要注意辦事處受理申請 MVV 時間)。

居留證則是在學校 orientation 那天在市政廳櫃台填寫簡單的資料，會統一透過學校發給你(也有些人需要親自去 IND 領取)，居留證就像是你在歐洲的身分證，務必好好保管。

● 行李打包

若是上學期交換的同學，8月到荷蘭天氣跟台灣的秋冬差不多，短袖不用帶太多，之後天氣會越來越冷，衣物建議可以帶幾件薄長袖、多以發熱衣、長袖保暖衣物為主，防水且好走鞋子、拖鞋、防水保暖外套、手套、毛帽、圍巾，日常用品建議帶兩三個轉接頭、藥物、腰包、滷包、自己習慣的盥洗用品、保養品、旅行組、洗衣帶、碗餐具保鮮盒可斟酌帶或不帶、具有台灣風情的零食、暖暖包，至於吹風機我是到荷蘭才買，出發前列 check list 幫助打包。

● 安全第一

出門在外安全最重要了，強烈建議大家出國前可以買一個簡易型的腰包防扒手，也可以帶密碼鎖鎖包包拉鍊，在歐洲國家中，荷蘭的治安可以說是非常好，平常出門可以跟在台灣時一樣，但到人多的地方還是要留意身邊財物，若到其他治安相對較差的國家，腰包是不可或缺的。

荷蘭到處都可以看到腳踏車，要切記，請禮讓腳踏車，也不要輕易地走到腳踏車道上，不然他們可是會生氣罵人的，在沒有紅綠燈的狀況下，行人的地位只比汽車高。