

生活報告

NORWEGIAN SCHOOL OF ECONOMICS
2017 SPRING
YU-CHIEH CHUNG

A. 學校與課程介紹

挪威經濟管理學院（Norges Handelshøyskole）是挪威數一數二的商學院，簡稱NHH，學校不大，只有一棟類似L形的建築物，但整體環境維持得很好，不但教室的設備都很新穎，也不乏許多給學生使用的討論室與自習室，可以說是麻雀雖小，五臟俱全！NHH的國際學生比例非常高，除了交換生之外，也有非常多外國學生會去念書拿學位，可以認識非常多來自不同國家的學生。學校的課程以商管領域為主，主要分為以下六個領域：

- Economics (ECN)
- Energy, Natural Resources and the Environment (ENE)
- Finance (MIF)
- International Business(INB)
- Marketing and Brand Management (MBM)
- Strategy and Management(STR)

選課時可以注意課程代碼中的前三碼英文，就能知道是屬於哪一個領域的課程，NHH的選課時間有整整一個月，可以先在學校網站上瀏覽開放給交換生的課程，裡面有課程的詳細介紹。

大學部課程：

<https://www.nhh.no/en/for-students/courses/bachelor-courses-for-exchange-students/>

碩士班課程：

<https://www.nhh.no/en/for-students/courses/master-courses-for-exchange-students/>

在選課系統上註冊完課程後，可以在Itslearning網站上看到課程的教材¹，有點類似數位學習網的概念，大部份的教授都會將ppt和參考的文章放上去。NHH的退課方式非常自由，在考試前三週都可以將考試退掉，但要注意有些課程有另外的退選時間，選完課後要仔細確認一下。最後，介紹一下我這學習修的兩門課。

Value-creation Through Service

這一堂課是歸屬在Marketing and Brand Management這個領域的課程，課程核心主要在介紹服務主導邏輯（service dominant logic），以及如何運用這樣的邏輯推動企業創新，其中，還有請講師來特別帶大家認識Design Thinking的觀念與實作方法。上課方式都是使用ppt，有參考的教科書，但基本上用不太到，教授是一個喜歡和同學互動的人，上課時常會拋出一些問題要同學討論並發表意

¹ <https://nhh.itslearning.com>

見，透過這樣的課堂討論，可以聽到很多面向的思考方式。這堂課期末只需繳交一份分組報告，這份報告其實就是要將課堂所學作應用，每一組要選定一個目標企業，並分析該企業的線上競爭者，探討如何與之競爭並將客戶留在實體店面。我覺得教授對於這份期末報告的期待頗高，他在最初的課程介紹時，就說明希望我們能真的為這些企業帶來一些好的建議與改變，而除了課程之外，還安排了兩次的報告輔導時間，教授會與各組個別約時間，針對報告的進度給予方向和建議，他也非常鼓勵我們主動與目標企業有進一步的接觸，期許報告能越趨近於現實的條件是越好的！整題而言，我覺得這堂課還算有趣，我被分到的組別，六位組員都來自不同的國家，並且只有我一個人來自亞洲，在某些做事方法或想法上都有蠻多不同於在台灣的感受，算是蠻珍貴的經驗！

Norwegian Language Level 1

挪威語課一週有兩次，大約在4月初復活節假期前課程就會結束，老師會將上課需要的教材上傳到Itslearning，再自行列印下來即可，我覺得老師上課的速度蠻快的，基本上一到兩堂課就可以上完一個單元，只要缺席幾堂課就會漏掉很多進度，因此，建議想要認真學習挪威語的人，學期中不要安排太多旅行。這堂課總共有三次作業、一次文法考試及一次口說測驗，這五個項目都通過就算Pass，老師人很好，基本上有準時交作業，考試前有複習，老師不會太刁難你。另外，大約在3月中旬老師會請課程助教安排口說練習時段，這個練習採自由參加制，一週有三個時段，助教是一位也在NHH唸書的挪威女生，很活潑可愛，她每週會根據老師上課的進度安排一些相關的會話句型，我自己對於挪威語口說很不在行，都會選人比較少的時段去，助教就能根據我的學習狀況調整進度，我覺得助教的課程是能好好練習口說的一個機會，雖然每堂課老師幾乎都會有30分鐘以上的口說練習時間，但因為上課的同學都是外國人，大家的口說能力並不是非常好，所以練習起來都會有一些障礙。最後，上完這門課會有基本的一些單字閱讀能力，雖然要能流利地聽和說還是很困難，但有時候在外面看到學過的挪威單字，還是會蠻有成就感的！

B. 生活及文化交流

NHH的交換生基本上都會被SiB²分配到學校對面的宿舍Hatleberg，附近的生活機能算蠻健全，有兩家超市與一家便利商店，還有一棟SiB健身房，健身房會員半年的費用大約是1000kr，可以使用健身房與參加許多課程，市區的SiB健身房也有游泳池，但我自己更偏愛戶外的運動多一些，而且在卑爾根爬山健行非常方便，所以我沒有報名健身房，而除了加入會員之外，也可以選擇購買單次的入場票，記得一次是約70kr。

² SiB是Student Welfare Organisation in Bergen的簡稱，負責學生生活上的一切事務，包括宿舍、學生餐廳、健身房等。

- 宿舍

Hatleberg有A-F共6棟宿舍，C、F兩棟的宿費較便宜，SiB會自動幫你分配至某一棟宿舍，大部份的交換生會被分配到F棟，但我當初就被分到B棟，同一層的樓友還有另一個來自捷克的交換生，其他都是full time的學生，雖然距離其他交換生比較遠，但也因此有機會認識交換生圈子外的朋友，我覺得也蠻值得的！宿舍的房型有兩種，一種為單人房，另一種為公寓式，公寓式適合住兩個人，租金兩個人除下來會比一般單人房還要便宜，裡面有兩間房，原本的規劃是一間臥室，一間書房，但也可以將床分開，變成兩間單人房，若不排斥跟別人共用衛浴，可以在交換生的社團徵室友，不失為一種省錢的好選擇。宿舍房間和廚房現在都配有Wifi，房間的密碼在門框上，因此，就算剛抵達挪威也不用急著買SIM卡，只要拿了鑰匙，就能到房間先用Wifi跟家人報平安囉！C棟一樓是Hatleberg的交誼廳，這學期新的交誼廳才正式啟用，交誼廳內有許多桌椅，蠻適合在這邊討論報告或是唸書，還有一整面的落地窗，可以看到學校與鄰近的海灣，視野很棒！另外，NHH的學生會擔任Hatleberg的宿舍輔導員，輔導員的辦公室就在交誼廳內，每週會開放幾個固定的時段，有任何宿舍相關的問題都可以去請教他們。辦公室內有很多桌遊供借用，我和一些比較熟的交換生們常會在交誼廳舉辦Game Night，偶爾也會去辦公室借一些桌遊來玩，或是純粹玩撲克牌，Game Night是一個和其他交換生變熟的好機會，也可以學到一些新的撲克牌玩法。

- 超市

學校附近的超市為Rema1000 與 Spar，Rema1000的價格會比Spar便宜，但開學前幾週與復活節假期時，Spar會有10kr特價活動，要好好把握這段特價期間！Rema1000這學期開始推行新的App³，但只有在挪威的商店上架，需要申請一個地區在挪威的帳號才能下載，或是直接把帳號的地區改為挪威也行，另外，還需要挪威的手機才能註冊，申請好App的帳號後，可以得到一個條碼，結帳時出示條碼就可以享有蔬果9折的優惠，還有一些App會員的專屬特價，懶得下載App的人也可以問問有沒有其他交換生願意提供條碼的截圖，出示截圖給店員一樣可以享有優惠。挪威的超市標示都為挪威文，慶幸的是超市也都提供免費的wifi，這時候就大方拿出google翻譯好好地確認眼前的食物是不是心中所想的東西吧！通常翻譯成英文會比中文準確一些。最後提醒一下，挪威的超市星期日都不營業，週六就要記得採買好週日份量的食材。而想念亞洲食物的人可以去市區的亞洲超市採買，巴士總站附近就有兩家亞超，分別是Global Food與Lien Asiatisk Matvare。

- World Dinner

International Committee (IC)是學校負責維繫國際學生的社團，他們每學期都會舉辦很多活動給交換生們參加，像是Welcome week、Cabin Trip、World Dinner、Farewell Dinner等，這裏我要來介

³ <https://www.rema.no/artikler/ae>

紹一下World Dinner，這個活動就是向其他交換生們推廣自己國家的飲食文化，最後還會請大家票選出最受歡迎的料理。報名方式就是由4人一組代表一個國家，IC提供一組最多500kr的費用採買食材，我們這次準備了魯肉飯、珍珠奶茶和客家麻糬，很多歐洲學生都對珍珠奶茶讚不絕口哩！還有人特別喜歡客家麻糬，排了好多次隊來吃。另外，各組也可以免費去試吃其他組的食物，沒有準備食物只想來品嚐的人則需要另外繳交50kr的入場費。雖然我們最後沒有得名，但在發現自己也能做出像樣的台灣料理以及得到其他人的讚美時，心中充滿不少成就感呢！另外也試吃了許多各國奇異的料理，挺新鮮有趣的！我覺得算是一個蠻超值的活動，也可以趁機推廣台灣文化，一舉數得！

- 挪威國慶日

春季學期的其中一個重頭戲就是會遇上5/17挪威國慶日，前幾週會開始發現市區街上有人在進行遊行的彩排，市區的港口附近會有遊樂園進駐，為原本靜謐的海港城市添了不少活力，國慶日當天挪威人習慣在家裡與家人們一同享用早餐，再穿著傳統服飾到街上看遊行，學校也有提供國慶早餐的活動給同學們參加，報名費為180kr。我和其他交換生後來決定自己辦早餐聚會，再一起去市區看遊行，當天的卑爾根市區真的是我看過最多人的一次，挪威每個城市都有各自的傳統服飾，在街上真的可以看到許多不同花色的衣服，很有趣！看完遊行之後，我們就到市區大湖旁的草地野餐，5月的卑爾根已經進入繁花茂盛的季節，湖旁的樹都開滿了各式各樣的花，其實熱熱鬧鬧的卑爾根也另有一番讓人喜歡的吸引力啊！

C. 交換注意事項

- 簽證：

出發前最重要的事情莫過於辦簽證了！大約在9月初（9/9）會收到第一封來自NHH的信，信上會提供一個連結，登入連結後需要上傳照片與成績單作為正式申請成為NHH的交換生，以下列出之後幾個較重要的時程：

- 10/24 收到關於交換的行前通知，包含宿舍申請、Visa、選課等等的資訊，另外也會附上這學期交換生的FB社團連結，收到這封信之後就要至SiB網站申請宿舍，也可以上UDI的網站開始填寫簽證的申請書，
- 11/1 收到LETTER OF ACCEPTANCE，內容說明學校有提供學生住宿的方案以及我們有足夠的財力參與這個交換計畫，因此不需要另外準備財力證明，我也是在這天就打電話向丹麥辦事處預約繳交簽證資料的時間
- 11/2 收到SiB的租約，確認無誤後要上傳簽過名的租約，並繳交押金

- 11/9 至丹麥辦事處繳交資料
- 11/24 收到UDI已收到申請資料的e-mail
- 12/8收到UDI簽證申請通過的e-mail
- 1/9 收到學校關於至警察局辦理居留證的相關資訊，我們要去位在Nesttun的警察局辦理，可以搭公車到市區之後，搭乘輕軌至Skjoldskiftet，再步行約5分鐘，警察局的地址為：Nesttunbrekka 95

- SIM卡與網路

我購買的電信公司是Mycall，可至7-11購買，49kr買一組號碼，內含25kr的電話費，可以打電話也可以上網，但用這個電話費上網的費率較高，可以另外購買網路方案，效期都是30天，1G 79kr，3G 149kr。因為學校、宿舍和超市等都有免費的wifi，我只有去挪威其他地方旅行時才會另外購買網路。

- 交通相關

今年4月卑爾根的輕軌開通了至機場的路線，從機場至市區的選擇不再只有貴貴的機場巴士了，若行李不是很多的話，建議可搭乘輕軌，單程票只要37kr，與機場巴士的票價相比便宜許多囉！不過車程時間也比較久，大約要40分鐘左右。最後提醒大家Ikea的接駁車沒有停學校的公車站了，也有可能是春季學期不停靠，可以選擇從市區搭乘接駁公車或直接從學校公車站（靠近Spar的那側）搭乘4號公車。