

交換生學習報告

(1) 交換學校介紹及課程資訊

NHH 學校介紹：

NHH 在挪威人看來，是挪威最好的商學院，挪威最優秀的想報考商科的高中生都會報考的第一院校。具有挪威相關特色的學科有能源管理、自然資源管理等，多於自然資源掛鉤，針對性很強。而傳統的金融學、會計學以及市場營銷等等專業，師資力量也都很雄厚。

NHH 選課信息：

NHH 的選課系統非常自由、人性化，在開學初期的一個月，都可以任意選擇或者退選課程，在學期中，也可以放棄部分所修課程，選擇不去參加期末考試。因此在學期開始，建議大家多選機門課程，在學期中可以慢慢考慮，哪些參加期末考試，哪些難度較高、覺得壓力過大的課，選擇退掉。

我在交換期間，修習了兩門課，分別為：Strategy with finance, International finance. Strategy with finance 是管理學院設置的選修課程，有兩位老師共同授課。課程主要探討了公司成長中所遇到的策略問題，如面臨融資、多元化、金融危機等時刻如何運用策略解決問題。課程設置主要為教室授課加小組討論，以及一到兩次的客座教授來開講座。修課壓力不大，基本上課認真聽講，按時完成小組作業，考試前認真複習，就能順利通過此課。小組作業是根據課程所修內容，3、4 人為一組，任選其一點感興趣的內容，結合一個現實中的案例，做案例探討。需要完成 3500 字的論文，外加課堂展示。老師會在課堂展示中提一些有針對性的問題與同學互動。挪威老師非常和善，因此上課氛圍非常輕鬆，不會有壓力。International finance 是這邊金融系學生的必修課，課程內容非常紮實，安排較為緊湊，每週上兩次課，一次 2 小時。課程內容雖然含有較多理論基礎，但是和現代金融結合度非常高，個人覺得非常實用，值得推薦。一學期下來，覺得學到了非常多的國際金融相關知識，對提升自己的金融架構非常有幫助。本門課的老師課講的非常清晰，本地挪威同學選修、旁聽的也很多，一個大教室坐了 100 多人，應該算金融系非常熱門的一門課了。若要順利完成課程，百分之二十的成績取決於平時作業，百

分之八十的成績取決於期末考試。考試難度中等，整學期修習下來不會覺得有較大壓力。

NHH 讀博資訊：

交換期間，我結識了很多在 NHH 讀碩士或博士的學生，並向他們瞭解了一下若在 NHH 繼續深造的情況。NHH 讀博相當於工作，年薪水稅前 43w 挪威克朗，相當於 170w 台幣。博士申請要求及每年招生名額，有興趣的同學可關注學校官網瞭解。

(2) 生活及文化交流

交換期間住宿安排：

在開學之前，SIB 會協助同學填寫住宿申請，基本保證交換生申請到 hatleberg 的住宿。住在 hatleberg 是 NHH 學生的首選，因此宿舍就在學校對面，景色優美、生活方便。宿舍樓共有 A, B, C, D, E, F 六座，其中 F 座房間多是兩人共用衛浴，其他均為獨立衛浴。C 棟因為景觀好且價格便宜，多被在校讀學位的學生選去，因此留給交換生的選擇是 A, B, D, E 四個。其中，D, E 棟裡馬路過近，雖然能看到海景，但是開床時非常吵，因此並不推薦。A, B 棟，裡馬路較遠，隔音效果好，但底層樓視線受阻，看不到海景。因此我推薦的是 A, B 棟 5、6、7 三層樓，面向大海的房間。既能每天睜開眼睛就看到美妙絕倫的海景，開窗也不會太吵，是非常好的選擇。A, B 棟，單數房間靠海，雙數房間靠山，靠山的房間會更安靜，靠海的房間景色更漂亮，同學們可以根據需求來選擇。住宿費用每月約為 4200 挪威克朗，包 bill，有獨立衛生間，7 人共用廚房。

生活小事：

在挪威生活期間，特別是挪威的冬天，必要的生活物資大概有保暖內衣、防水防滑鞋及防風衣了。同學之間會經常舉辦爬山活動，而冬天經常下雨下雪，一雙防滑鞋是必不可少的。可以購買戶外用品的商店在市中心有幾家，但在遠離市中心的 Asane 有一家超大的 XXL，經常搞活動，非常適合定期去選購。

想和同學們一起去放鬆一下，又懶得走太遠，可以去 c 棟宿舍樓的 common room，裡面有撞球、乒乓球等等娛樂設施，也有很多電子遊戲可以選擇。窗外就是面向學校的海景，景色非常美麗。此外，與同學約小組討論，也可以選擇此處，安靜、方便、空間大。

文化交流：

挪威人的性格相比於其他歐洲國家，是非常安靜的。因此在初期，你可能會覺得挪威人看上去非常冷漠，不會主動和人打招呼、在公車上不會有眼神直視現象，與南歐國家有非常大的不同。然而，一旦熟識，就會發現挪威人其實內心是非常溫暖、友好的。如果要體驗挪威文化，一定不要錯過 5 月 17 號的挪威國慶日。在這一天早晨，學校會舉辦挪威傳統早餐活動，可以一邊享受挪威傳統食物，一邊觀看挪威傳統節目。10 點半左右，市中心會舉辦大遊行，學校、社會團體、軍隊都會舉辦大遊行慶祝國慶，熱熱鬧鬧慶祝到中午。挪威人民，都會穿上國家傳統服裝，走上街頭，一同歡慶國慶日。之後，市中心還會舉辦多場音樂會，並在晚間放煙火，別有一番地域風情。

(3) 交換需注意之事項

1. 提前規劃時間辦理挪威簽證

由於台灣沒有挪威大使館，因此辦理簽證的時間週期非常長，至少需要一個月。因此在拿到入學許可後，因盡快開始辦理簽證，並經常跟蹤簽證處理狀況，才能確保在出發前順利拿到簽證。

2. 帶足煮飯食材

挪威沒有華人超市，只有 global market，因此煮飯食材並不是所有都能在挪威買到。建議在出發前採購一些煮飯常用的調味料、湯底等等，確保在相對枯燥的煮飯過程中保持快樂。

3. 積極參加開學初的活動

一學期所認識的人，幾乎有百分之八十都是在開學的前兩週認識。因此要在這一時刻，多參加活動，多與同學交流，多認識好朋友。過了這一關鍵期，之後認識新朋友的機會就會減少很多，社交圈會相對固定。

4. 去魚市場、紀念品店打工

挪威物價歐洲最高，剛來時大家都會覺得錢花很快，這時候可以規劃一下打工計畫。卑爾根的魚市場、紀念品店都非常缺乏會講中文的員工，基本只要會講

中文，就會找到兼職工作。時薪 115 以上的薪資，會瞬間提升自己的生活品質。

5. 交換生，不僅僅是交換學習

要充分利用時間，去探索世界，探索文化，探索人生的未知。