

106307007

# 生活報告

## University of St.Gallen

---



### 學校簡介

University of St.Gallen (簡稱HSG) 是位於瑞士的東北邊的大學，學校不大、學生大概8000多人，但是在商管領域在世界排名非常前面，更是有EQUIS, AACSB和AMBA等認證。HSG不是一個綜合型大學，主要的領域是企管、經濟、法律和國際關係，是瑞士以及德語系國家排名數一數二的學校。學校的學位都分成英文和德文的，因此英文授課的課程很多，對交換生來說非常友善。

---

## 課程介紹

HSG對交換生選課的規定是最低16ETCs，課程依據課堂及課後所需花費的時間多寡有不同的ETCs，不像台灣的幾乎是只以上課的時數分配學分。以下是我上過的課，簡單的分享一下，但每學期會開的課不一定一樣，所以課程可能會改名或取消。選課的時候可以仔細看syllabus，上面有很詳細的課程資訊、上課時間、評量方式等等。

選課比較複雜，是用點數分配的方式，一人1000點然後自由分配到想選的課上，分配愈多的愈容易選上。基本上交換生需要上的課都比一般生少很多，所以一堂課分配個200點都幾乎一定會上，選的時候也可以看一下課堂的人數來決定要分配多少。另一個小建議是選超過16ETCs，這樣開學後如果有不喜歡的課才能退掉。

### German A2 - 4 ETCs

除了German A1，其他的德文課都是德文授課。在政大上過兩學期的德文後大約只完成A1.1，因為不想重新從A1上起，所以暑假自學了A1.2，雖然不太紮實但還是直接開始了A2。上課的步調很輕鬆，老師希望以聊天的方式讓我們學習，沒有好好上完A1的同學直接上A2可能會有點吃力，但在聽和說的方面都會進步很快。上課的進度很快，一周要完成一個單元，就算上課沒有上完，平時也得自己花時間讀完，整體來說要花不少時間複習。評量的方式是100%期末考，一半筆試一半口試，考試前一周老師會發模擬考卷讓我們複習筆試，口試的方面則是很輕鬆的團體問答。

### Experimental and Behavioral Economics - 4 ETCs

這堂課非常有趣，老師經常在課堂上用app讓同學們做經濟/行為實驗，透過實驗讓我們學習課堂內容。課程內容蠻廣的，涵蓋個經、賽局理論、經濟實驗等等，沒有上過個經可能會有點吃力，但整體來說是非常有趣的課。評量方式是50%期末考50%團體書面報告，也是上完課需要花時間消化內容才能跟上的課，推薦有興趣的同學可以去選！

### Strategic Leadership and Effective Collaboration - 6 ETCs

這堂課一學期只上6次課，一次4小時。我個人覺得課程內容不多，只有前三堂有上課，後三堂都是團體報告的時間，但所有組別的報告也都會納入考試內容。課程內容就跟課程的名字一樣，大都是策略領導和有效合作的方法論以及演進。評量方式是50%期末考50%團體報告，團體報告要

---

交10頁的書面報告以及上台做presentation。我們在這個報告花了很多時間，因為大約只有兩個月的時間準備，而且中間還有期中假期，不過在做這份報告時從當地學生身上學到了不少。

## Programming Beginners - 2 ETCs

在Syllabus上有上課時間，但去了第一堂的course intro才得知這堂是online course。學習的方式是透過一個學校coding的平台，能自己選擇想學習的語言(python, javascript, C...)，只要在學期結束前完成全部的作業即可，基本上是自學，然後藉由要繳交的作業去邊試、邊查、邊學。這個平台很不錯，藉由繳交作業的方式會加分，更會看到所有同學積分的排名，雖然是自學但不會很沒有動力和目標，如果有時間更能學多個語言。老師的角色是回答大家的問題，也會定期有自由參加的online meeting能聽聽其他同學的問題。評分方式是看coding平台上的積分和排名以及一個期末前要交的團體project，整體而言我覺得很適合交換生，能自由地運用時間，不需要每個禮拜定期跑去學校上這堂課。

## 生活及文化交流

### 食

在瑞士外食很貴，餐廳基本上要20CHF(600NTD)。Mensa(學生餐廳)有秤重的自助餐也有每天不一樣的套餐，一餐吃下來大約7-10CHF(210-300CHF)，如果想要省一點買三明治或是wrap之類的大約是5CHF(150NTD)。當然最省的方式還是自己煮，交換生課不多所以待在家吃的時間比較多，而且St.Gallen雖然不大但超市很方便。主要的超市：

Coop - 品牌比較多、Bahnhof(火車站)旁邊的Coop營業時間比較長、蔬菜水果比較貴一點

Migros - 大都賣自家品牌、groceries相對便宜一點、有賣很多生活用品

Aldi - 2019年底新開的、品牌不多、應該是最便宜的超市

每家都各有好處，可以都去去看會比較知道自己哪些東西想在哪家買。另外，去超市一定要記得帶購物袋，賣的塑膠袋沒有很大但紙袋又很貴。

除了普通的超市，大家也可以去亞洲超市看看，醬油、米酒、米、泡麵.....還有很多大家會想念的東西都能在亞洲超市買到，雖然跟台灣比當然比較貴，但還是很值得買！我去過的有asiaway、sumlai，都很推薦去逛逛看！

---

## 衣

日常生活用品或是冬天的衣服、外套在瑞士買都蠻貴的，推薦搭火車去德國和瑞士邊境的城市Konstanz買。從St.Gallen搭過去只要35分鐘，單趟9.6CHF，Konstanz火車站旁邊的Lago shopping center就能買到很多東西，城裡也有很多店可以慢慢逛，記得帶護照或居留證還能退稅！蠻推薦一到St.Gallen就去Konstanz採購的，dm和müller都能買到生活用品，去了Konstanz也可以順便去grocery shopping，我個人推薦可以去Edeka超市逛逛。

## 住

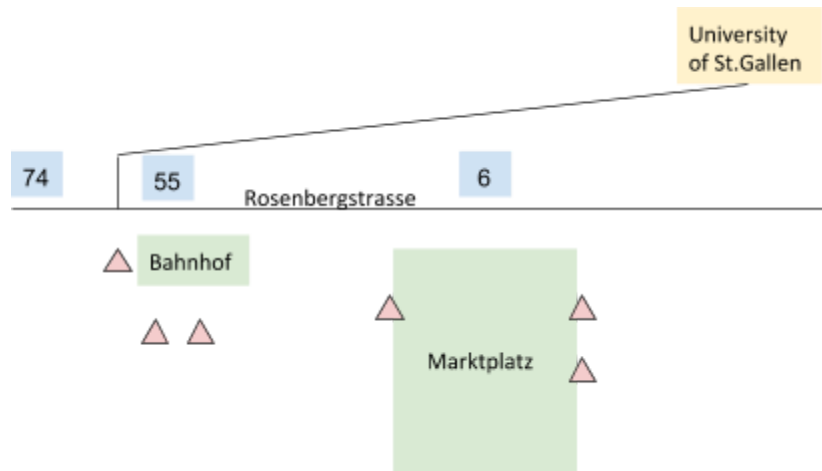
在學期前Student Mobility會寄email給同學，包含許多要填的資料和要做的手續，其中一項就包含申請住宿。直接住學校安排的住宿一定比較方便，但申請時要付一筆很貴的手續費250CHF(7500NTD)。學校網站能查到學校的10棟宿舍，分別在St.Gallen的不同地方，可以仔細看完每一棟的位置、格局、價錢等等，有特別喜歡的可以在申請時直接提出，有高機率能住到想住的那棟。申請時只會填能接受的價格範圍(最便宜的是一個月550CHF，貴的到700 800CHF都有)，最後還會有一小格能填special request，這邊就能寫自己希望住的地方的條件。沒有去過每一棟，但推薦我比較了解的幾棟：

Rosenbergstrasse55 - 我自己是住這棟，這棟是一人一個studio，每人有獨立的房間、浴室和廚房，有電梯對搬行李非常友善，洗衣機是整棟共用。推薦給比較想要個人隱私、不想跟其他人共用東西的人，但相對的可能會比較孤單一點點。地理位置非常棒，就在Bahnhof(火車站)正後方，搭火車、買東西、搭公車都很方便，走路到學校約15-20分鐘。但每天都會聽到火車站的廣播，雖然關窗戶就幾乎聽不到，但如果很怕吵的人就比較不推薦。

Rosenbergstrasse74 - 這棟是家庭式的，一層樓4間房間，共用廚房和浴室，但沒有電梯。離火車站也很近，大約走路5分鐘不到，但不會被火車站的聲音吵到。如果住到比較便宜的房間，就應該是在樓梯口的房間(應該是第一間：201、301...)，其他人在樓梯上上下下可能會聽得比較清楚，怕吵的人可以注意一下。

Rosenbergstrasse6 - 這棟也是家庭式的，一層樓5間房間，也是共用廚房和浴室，一樣沒有電梯，但整個環境都比74大一點，也相對比較貴。和74一樣第一間房間在樓梯間，有朋友住這第一間每天都被開party的聲音吵到睡不著，這棟附近還有club所以怕吵的也不建議。地理位置離火車站走路約5分鐘，不過離Marktplatz(市中心)很近所以買東西也很方便，離學校比前兩棟相對近一點。





這個示意圖應該會比較清楚，紅色三角形是超市大約的位置，學校看起來很近但是其實是在一個坡上，所以走到學校的路幾乎都是樓梯/坡。每一棟宿舍的名字都是地址，所以可以直接在google map上看看自己比較想住在哪。

## 行

St.Gallen雖然是瑞士第五大城市，但其實就是一個小鎮，如果住在Rosenbergstrasse上幾乎不需要搭公車/電車。如果住其他棟需要常常搭公車或是不想每天走路去學校可以買公車月票，一個月39CHF(約1200NTD)。除此之外應該會比較常搭到火車，不管要去機場、瑞士其他城市、Konstanz都要搭火車。一到機場就可以先買Halbtax(half fare card/半價卡)，一年100CHF(3000NTD)，每趟都半價，而且很多景點的纜車也都會特價，如果打算玩瑞士的話推薦一定要買，絕對划算。不過如果每趟火車都很早就買就能買到supersaver ticket(早鳥票)，不能改期也不能退票，但會比半價還便宜，大家可以自己衡量要不要買半價卡。另外一張是seven 25 card，只要是25歲以下的人買了這張，晚上7點後到清晨5點之間搭車都不用錢，這張卡是一個月39CHF(約1200NTD)。星期四Konstanz的店家會開比較晚，就能用seven 25來回都不用錢，如果去比較遠的城市(ex.Geneva, Zermatt)玩的話可能單趟就會超過39CHF，這時用這張卡7點後回St.Gallen就會很划算。

## 樂

St.Gallen真的是一個小鎮，其實沒有甚麼娛樂，有電影院但是幾乎沒有英文字幕/發音。但Buddy System會舉辦很多活動讓大家參加，尤其是開學前幾乎每一天都有活動，有些免費有些要自費，但都蠻有趣的，推薦大家可以去一些體驗看看，這也是認識其他交換生的好機會。

---

## 其他注意事項

### Student Mobility

這是開學前學校會請我們登入的系統，裡面有所有要填的資料，包括住宿、簽證和學期前的德文課，只要照著裡面的步驟在期限內把所有的資料完成就行了。其中學期前的德文課是免費的10天密集課，可以自由參加，第一天會將大家依能力分班，很推薦大家可以在學期前去上上看德文課，之後再決定自己學期中要不要修德文。

### 銀行帳戶

看以前的學長姐說過如果只交換半年不一定能開戶，但我去postfinance(郵局銀行)有辦成功，也看過其他學校的交換生有在ubs開戶成功，可以去試試看。但其實開戶不是必要的，來之前可以多帶一點現金或是辦海外刷卡不用手續費的信用卡，可以看自己的情況衡量。

### 行李

大部分的東西都買的到，而且住宿的地方有所有鍋碗瓢盆、餐具、打掃用品、熱水壺、延長線、衣架、棉被都有，只要帶衣服和自己最需要的東西就好。衣物的部分建議不用帶太多夏天的衣服，就算是9月也很少到20幾度，所以多帶冬天的衣服比較重要，如果有冬天的靴子也建議帶來，比較冷的時候路上結冰很容易滑倒。

### 開銷

學期的4個月加上學期結束後去旅遊了一個月，整個交換花了約35萬台幣。瑞士的物價相對其他國家絕對是比較高，但大部分的花費其實是在旅遊，旅遊的機票、車票、住宿累積下來真的很多。HSG不管是spring還是fall semester，學期中都有兩星期的假期，推薦大家在期中假期還有平時假日出去旅遊，學期結束後因為沒有住宿(autumn semester只到12/31)，去旅遊比較麻煩，要找地方寄放行李而且沒辦法好好休息。