

生活報告

國貿三 黃庶恩

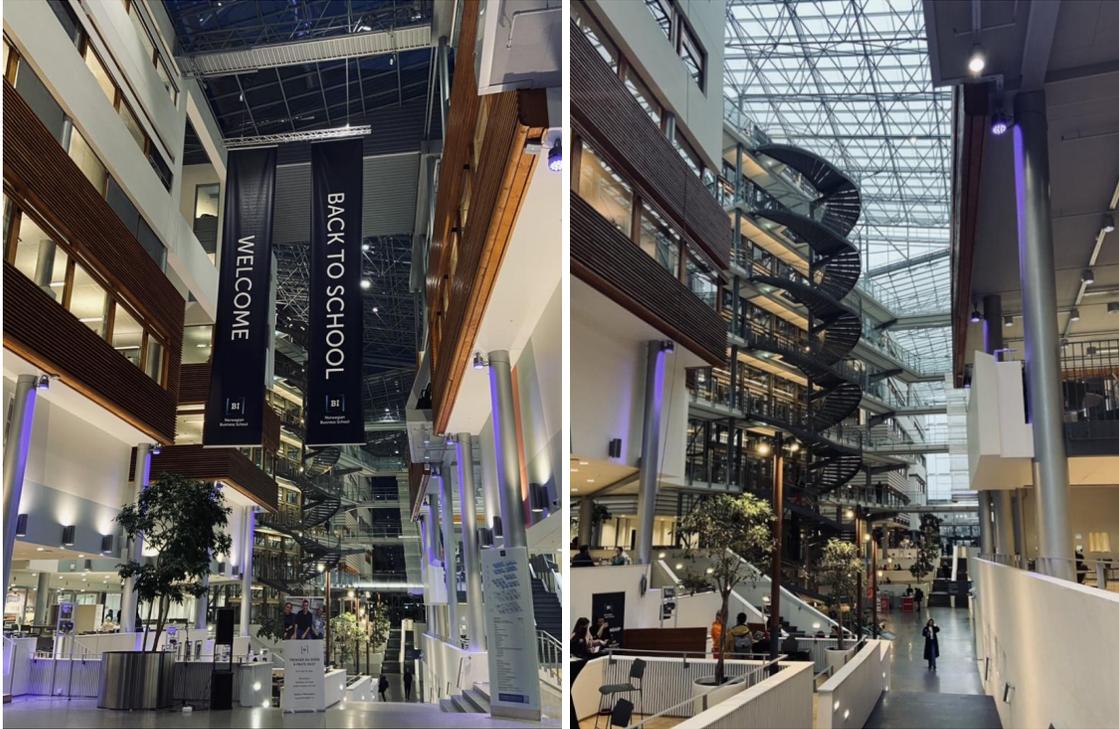
“交換學校簡介&學術課程資訊”

1. 交換學校簡介

BI 挪威商學院 BI Norwegian Business School(以下簡稱 BI) 是一所於 1943 年成立於挪威的私立學校。作為挪威第一大商學院、歐洲第二大商學院，BI 擁有 8 個商學院系所、兩萬多名學生。自創立至今已獲得全球僅有 1% 商學院擁有的“Triple Crown”認證，包括 AACSB、EQUIS 與 AMBA。BI 在挪威境內總共有 4 個校區，分別位於奧斯陸 Oslo、卑爾根 Bergen、斯格萬塔 Stavanger 與特隆赫姆 Trondheim。

BI 身為挪威知名私立商學院，Oslo 校區僅有一棟大樓，但該棟大樓的建築設計兼具現代與質感、設施新穎完善，圖書館與開放式/封閉式討論空間多不勝數，總是會看到學生在校內的各個角落聊天休息、讀書討論；學生餐廳、咖啡廳、酒吧、健身房等各項設施一應俱全，每次上學都有種進到百貨公司的錯覺。挪威當地建築非常善用木頭與低飽和度顏色的搭配，BI 便是如此，總帶給我很平靜的氛圍。不僅是實體校園，BI 的網站與行銷宣傳也非常有質感，若有任何學習/行政事務上的疑問也都可以輕易透過線上諮詢人員、線下實體 Information Center 詢問獲得解答，足以見得校方對於外在形象與內部細節的重視。

BI 的交通非常便利，地鐵站(T-bane)Nydalen 一出站即可抵達，距離市中心不到 15 分鐘，校門口也有多個公車站牌、多個路線公車提供豐富的搭乘選擇；校區附近也有公園、河畔步道、健行步道、超市與購物中心，機能相當完善。



(BI at night/ at day)

2. 學術課程資訊

英語課程內容多元、個人探索活動豐富！ BI 交換學生可以選擇的課程皆為英語授課。到校方會寄送一份交換生課程清單，只需按照自身意願、需求選課即可，毋需擔心語言問題。BI 的課程非常多元，且校方提供詳細教學大綱、歷年考試資訊、參考用書，甚至公開每堂課的 Pass/Fail 統計數據，讓學生在評估自己有興趣的科目時，有更多參考依據。

BI 在選課相關規定當中，並沒有限制交換生最低修課學分，政大也僅建議修習至少 20 ECTS (換算成政大學分為 8 學分)，但我個人很想體驗挪威的大學教育方式，所以就修滿了四堂課，總共 $4 \times 7.5 \text{ ECTS} = 30 \text{ ECTS}$ (每堂課 7.5 ECTS)，分別是：Behavioral Finance 行為財務學、Financial Bubbles, Crashes and Crises 金融危機與泡沫、Corporate Governance 企業治理、Norwegian Culture and History 挪威文化與歷史。詳細的課程心得將放在電子報(四)課程篇當中。

BI 的授課期間與考試期間分開，春季授課期間大約落在一月中上旬至四月底，考試期間則根據課程不同落在五月底至六月初。以我個人而言，每週上課總時數為 8 小時，課程集中在週二及週三，第一堂課自 1/9 開始，最後一堂課於 4/26 結束；第一個期末考於 5/2 開始，最後一個期末考於 6/2 結束。

BI 時不時也會舉辦職涯探索活動、職涯諮詢、社團博覽會，下課的時候整棟大樓都鬧哄哄的(大家都在聊天、有時候還會請 DJ?)，若有相關興趣，不用害羞直接走過去問就可以了！



(BI Campus)

“生活及文化交流”

1. 住宿

BI 國際學生皆有保證宿舍，留意校方信件、按照步驟即可成功申請。春季交換的我約莫在九月中收到 BI 來信，根據信中指示申請宿舍，申請期限為 10/1。需繳交 1,000 NOK (約台幣 3,000) 的宿舍申請費，繳了保證有宿舍睡；若不繳的話代表不透過學校申請，奧斯陸學生宿舍需求量大，外面找房子租金則是宿舍兩倍以上 (相信看到這也知道該怎麼選了 XD) 繳交宿舍申請費後就可以進一步選擇宿舍，繼續依照指示申請！

BI 總共與 4 家 Student Housing 合作，分別是 BSN、SiO、Diakonhjemmet 與 Anker。BSN 是 BI 的宿舍，距離學校走路就可以到；SiO 是奧斯陸學生組織，在許多區域都有 SiO 的宿舍；而我選的是 **Diakonhjemmet 的 Single Room**，每月租金 5,000 NOK (換算台幣約 15,000)，包含基本傢俱、水電，總共 10 人共用 1 間設備齊全的大廚房、4 間乾淨簡潔的衛浴。Diakonhjemmet 位於 T-bane/Steinerud 站，距離學校約 15~20 分鐘，距離市中心僅需 5 分鐘，Diakonhjemmet 不是大型學生宿舍，人不多、地點也位於高級住宅區，安靜、治安好，大片窗戶望出去的景色冬天夏天都非常美麗！



(Diakonhjemmet, my single room)

2. 食物

找到那間你/妳最喜歡的超市超重要！挪威外食真的很貴，隨便都是台幣 600、750 起跳(速食店也是如此)，還不一定吃得飽，因此我總是到超市採買，回家自己做飯吃。統計這樣六個月下來，我在挪威上餐廳吃飯的次數不超過五次，不只是國際學生，挪威當地學生也很常自己煮三餐。

基本上我所有的糧食採買都在 REMA 1000 完成，它在所有超市中數一數二便宜，品質很穩定也時常特價，算是我認為 CP 值最高的超市品牌。有時候肚子太餓又捨不得吃外面，就會去 REMA 買一罐 Litago 巧克力牛奶來喝。REMA 有屬於自己的 app 叫做“Æ”，必須要切換至挪威地區才可以下載，每次結帳時可以刷 app 當中的條碼，可以獲得意想不到的折扣，app 當中也會顯示當期促銷商品，並且會定期更新。另外 REMA 有一個自有品牌 PRIMA，可以在超市的各個角落看到，同品項之間比較 PRIMA 總是會便宜一些，品質也不錯，是省錢的好選擇。若是住在 Diakonhjemmet 的話，REMA 就是距離宿舍最近的超市。當然除了 REMA 1000 以外也有其他超市品牌像是 coop、Kiwi、Extra 等等，只是每次看到相同商品在 REMA 總是比較便宜時，我就不自覺的往 REMA 走去了 :)



(REMA 1000, Vinderen)

3. 文化交流

在注重個人空間與害羞的面孔下，是熱情且友善的挪威人！每當進到一個地方，挪威人店餐、結帳、招呼我時總是先以挪威語開口，直到我用英文說出「不好意思我不會講挪威語」的時候，對方才會自動切換成友善且流利的英文，每次都有種「啊，他們真的把我當成挪威人，而不是直接判定我是外國人呢。」這件事至今我仍印象深刻。

如此友善的挪威人，其實大多數都很含蓄慢熟，彼此之間仍然存在著距離感，可以說是他們比較內向，也可以說要成為挪威人「真正的」朋友門檻比較高，有趣的是一旦成為了他們的朋友，他們便會對你很真心的付出！而要跟挪威人變熟的方式，最容易的就是從酒精下手！沒錯，就是一起去喝酒！平時看似冷靜、沒什麼表情的挪威人，酒精一旦上身完全變成另外一個人，超級活潑超級嗨，反差超級大，這是我親眼見證的！

此外，居住在十人共享的宿舍當中，也能夠很輕易的認識到國外的朋友，我很幸運遇見了很棒的室友，他們成為了我這趟交換旅程當中最重要的小伙伴。



(Dinner party at Diakonhjemmet, kitchen)

“交換注意事項”

1. 簽證

我的簽證申請流程如下 (for 2023 spring)

- **2022/01~02**: 政大將我提名至 BI Norwegian Business School
- **2022/09/07**: 收到 BI 寄來的 Exchange Application, 春季交換生回傳期限為 2022/10/1, 回傳內容包括「most recent grade report (academic transcript)」、「Motivation letter (about one page)」、「Copy of picture page in passport or European ID card」, 不論多早回傳 BI 都會在 10、11月寄發 Admission letter。
- **2022/10/31**: 收到 Admission letter, 開始準備申請簽證。挪威並沒有在台灣設立辦事處, 因此簽證是交由丹麥大使館合作的 VFS GLOBAL 代辦。在前往 VFS GLOBAL 辦理簽證之前, 需要先上網預約 <https://visa.vfsglobal.com/twn/en/dnk/> 辦理時間, 並在丹麥外交部網站完成簽證費繳款。此外, 辦理簽證需要在挪威移民局 UDI <https://www.udi.no/en/> 網站上將「申請表」與「Checklist」列印出紙本並填寫完成, 同時也需要備妥並攜帶下列紙本文件:「BI 入學許可證明」、「護照」、「護照所有使用過的內頁影本」、「兩寸證件照兩張」、「辦事處預約證明」與「線上繳款完成證明」。
- **2022/11/17**: 至 VFS GLOBAL 辦理簽證
- **2022/12/08**: 收到郵件寄送的紙本簽證

本次辦理簽證的流程十分順利, 我在收到紙本簽證的當天才預訂機票, 雖然有點晚但是也能夠確保不會有飛機要飛了簽證因為某些奇怪原因還沒有到的狀況, 算是比較安全的作法! 更多詳細的簽證辦理過程也可以參考:<https://shorturl.at/bejnQ>

2. 居留證

抵達奧斯陸後, 需自行聯絡當地警察預約時間申請居留證(越早申請人越少, 越好), 我當時直接寫信聯絡當地警局, 並在三天後得到回覆, 回覆信件中也告訴我預約的時間、地點、以及我需要攜帶的文件, (雖然只提醒我記得帶護照, 但保險起見我把所有其他可能用到的也都帶在身上以防萬一XD), 申請完畢一段時間後, 居留證就寄到宿舍了!

3. 治安

很好，相較於西方國家許多大城市真的非常好，只要遠離某些區域就(感覺上)越安全，簡單來說奧斯陸分成東邊與西邊，西邊是比較有錢的富人區，東邊是比較沒那麼有錢的區域，所以我大多數的活動範圍都偏向中央車站以西哈哈哈哈哈 🤡。即便如此，整體來說，仍然是歐洲數一數二安全的首都！啊但是我去上廁所包包還是會帶著啦，以防萬一。

2023/07/31