

(1) 交換學校介紹及課程等學術方面資訊

BI Norwegian Business School (挪威 BI 商學院) 是挪威頂尖的商學院之一，也是歐洲最大的商學院之一，擁有 AACSB、EQUIS 和 AMBA 三大國際商學院認證。學校成立於 1943 年，目前在挪威有 6 個校區，我們交換的校區是位於首都奧斯陸，學校的建築採現代化的設計，雖然只有一棟大樓，但大樓裡面給人一種很寬敞舒服的感覺。

BI 的課程對於國際學生非常友善，可能也因為挪威人從小就是雙語教育，所以很多課程也是英文授課，在選課上幾乎不會遇到有想選的課但只有挪威文的課程，因此選課自由度非常高，而且每一堂課的學生人數都不多，基本上大部分的課程都不會滿額，而且課程的上課時間不一定，有些課程是整學期都在固定時間上課，有些是集中六週，也有些每隔週上一次的，另外碩士與學士交換的課程學分數不一樣，大多數的碩士課程是 6 ECTS，而學士班的課程多為 7.5 ECTS，我總共選了四堂課，都是集中在 6 週之內結束，分別是 Doing Digital Business、Supply Chain Risk Management、**Artificial**

Intelligence, Algorithms and Society、The Digital Platform - Strategy, Structure and Content：

- Doing Digital Business

這堂課教授會介紹 Digital Business 的概念以及成功案例，課堂上的例子除了常見的 Google、Facebook 之外就是挪威當地或著歐洲各國的案例為主，這堂課沒有期末考，只有一份期末報告，內容是要發想一個創業點子，並寫出一份 20 頁以內的企劃書，整體來講 Loading 不大，算是滿安全的一門課。

這堂課特別的地方是教授安排了校外教學，我們是去柏林（對沒錯就是德國柏林！！當然機票住宿還是要自己付），校外教學期間教授會邀請很多業界人士分享公司業務和創業歷程，並且會進行設計思考工作坊，可以跟同學一起 brainstorming，我們還去歐洲大型電商 Zalando 的總

部、最大的數位出版社 Axel Springer、以及新創的共創空間等地方參訪，上完這門課可以認識不少歐洲的數位產業，也可以認識來自各國的朋友，是一門好玩有趣又學得到東西的課，大推！

- Supply Chain Risk Management

這門課的上課模式很有趣，整個學期就圍繞著一個個案，然後從每堂課的課程內容和教的工具去回顧那個個案，所以上完一整學期會對那個個案超級熟悉，我們的個案是關於 Covid 期間挪威政府護照製作供應鏈斷鏈的風險，可以深入了解當地面臨的供應鏈問題，這堂課每兩週會換不同教授來上課，所以課程的時間很不一定，我的課程時間有時候會從早 8 開始，有時候會從下午 4 點開始，需要特別注意不要衝堂。

這堂課有期末考（30%）和期末報告（70%），期末考要在一小時內寫 10 題論述，對於非英文母語者來說還是有點吃力，而期末報告就是選擇一間公司進行供應鏈風險的分析，整體來說這門課有難度，但還在可以接受的範圍。

- Artificial Intelligence, Algorithms and Society

可能是今年生成式 AI 大爆發的關係，這堂課人數比較多，上課的方式比較傳統一點，就是老師講簡報，內容是從 AI 的過去開始介紹，其中會包含不同主題，像是演算法的基本介紹、AI 對人類社會帶來的影響等內容，期末報告 3-4 人一組，是找一個領域分析 AI 的應用和未來，整體來說就是一門平凡的課程。

- The Digital Platform - Strategy, Structure and Content

這門課程有點類似 Doing Digital Business 課程的內容，只是將焦點聚焦在數位平台的架構，在六週的課程內教授會講解數位平台的定義，還有數位平台從誕生到擴張之間需要注意的行動，期末報告 3 人一組，內容是創立一個數位平台，並寫出一份創業企劃書，如果平常有接觸新創領域的話就不算太難，也可以在課堂中認識新朋友。

當初選完課沒有特別注意，但實際上課時才發現我選的 4 門中有 3 門是同個老師 XD 所以這三堂課的風格其實滿像的，因為我選的課程偏新創為主，所以需要稍微訓練一下自己 pitch 的能力，適合之後想要訓練英文簡報跟問答能力的學弟妹們選擇。

(2) 生活及文化交流:

我覺得在挪威交換最棒的就是北歐治安非常好！剛開始去的時候很擔心自己手機跟信用卡之類的貴重物品會被偷，結果去了才發現挪威的治安就像在台灣一樣，可以放心在路上滑手機（當然還是建議多注意一下！），但這樣治安好有利也有弊，在挪威的生活太安全去其他歐洲國家會不小心太放鬆，增加自己被偷的風險；除了治安之外還有一點是挪威人的英文非常好，從小朋友到老年人都說著一口流利英文，而且大多數沒有很重的口音，有的時候會懷疑一下自己是不是其實在美加之類的英語區，不過也因為這樣交換期間連一句完整的挪威文都說不出來。

去之前有先做了一下功課，網路上都說挪威冷的不只有天氣，還有人跟人之間的互動，因此一開始很緊張，雖然也知道可能只是刻板印象，實際去了之後發現網路上說的是真的。基本上在挪威如果不主動跟陌生人開口，他們是不會主動跟你講話的。但我們經過幾次社交活動後找到了解方，隨著幾杯黃湯下肚，他們就會從超級社恐逐漸變成超級社牛，所以交到的挪威當地人朋友基本上都是去酒吧喝酒時認識的 XD

除了跟當地人交流之外，挪威當地有學生組織會協助安排交換期間的住宿，還會舉辦各種社交活動，其中住宿是住在學生村莊，所以會跟很多國際學生或甚至當地學生住在一起，增加很多彼此互相認識的機會，我住的學生村莊叫 Sogn Studentby，裡面就有一間 TA 是學生的酒吧，不用害怕怕晚上沒事做，因為有各種家庭派對跟酒吧活動可以參加。

在挪威有很有趣的文化是出去夜生活前，他們通常會聚集在某個人的 Flat 進行 Pre-Drink 的活動，白話來說就是因為酒吧的酒很貴，所以他們會先在某人家喝到微醺或甚至喝醉了才出門，玩到很晚才會回到家。但奧斯陸某些地方會有 24 小時的公車，假日也有特別開的夜班車會安全護送到家，不用擔心在外面玩太晚回不了家，交通上非常方便！

可能是因為台灣在國際間知名度越來越高以及人口不多的關係，在歐洲認識的朋友都會對台灣的社會、文化非常感興趣，每次跟新朋友說自己來自台灣，對方都會突然眼睛發亮，然後很好奇的想要多了解一點，最常被問到的問題不是台積電就是政治，所以我都先準備好一個說法，被問到的時候就直接拿出來講，而這些外國朋友通常都會很友善並且認真的跟自己討論並且分享自己的想法。

簡而言之，因為奧斯陸是挪威的首都，有著現代化新潮的城市設計，也有很多美麗的風景在地鐵 20 分鐘內可以到的地方，以及當地人特別的生活態度，在奧斯陸的每一天都像是進入一個新的世界，我認為在奧斯陸交換最美好的生活可以很安逸悠閒，也可以過的精彩絕倫，只要根據自己的個性選擇適合的生活模式，在交換的期間總能發現美麗的事物。

(3) 交換需注意之事項

挪威位處高緯度地區，因此年溫差非常大，氣候可以從溫暖到非常寒冷，以我剛抵達時 8 月中的氣候來說，最高溫大約在 25 度左右，最低溫會到 10 度以下，因此即使是夏天還是建議要多帶一件外套以及發熱衣，也可以準備幾套短袖的衣服以及泳衣來迎接溫暖的夏天。

奧斯陸的天氣很不尋常，夏天很容易下雨，冬天也會很容易下雪，而且會非常寒冷，低溫可以來到-15 到-20 度，天氣冷的時候在戶外要特別注意手部及頭部

的禦寒，否則很容易凍傷，如果以重視實用性為主，對於外觀不會特別在意的話，手套、圍巾、毛帽等禦寒的衣物可以在挪威類似迪卡儂的運動用品商場「XXL」買得到，價格跟台灣差不多，每週會有不同的特價品，有時候甚至可以挖到更便宜的寶物。

至於雪靴我個人認為可有可無，但若要買雪靴建議購買具有防水功能的靴子，購買雪靴的好處是冬天在黑冰上行走時會比較止滑，因為 11 月到 12 月的溫度比較不穩定，有時候下完雪回暖地板就會變得很滑，此時走路要特別小心，而如果有一雙雪靴可以稍微安心一點，但缺點是價格通常會稍微高一點，而且回到台灣可能就不會再穿了。

另外，冬天的日出時間大約在早上 11 點，日落時間落在下午三點半左右，因此會有很長時間會是天黑的狀態，而且太陽不常出沒，建議要帶一些營養補給品，才不會憂鬱喔！