

生活報告

111301018 國貿三 李依璇

一、雷恩商學院介紹

- 雷恩商學院位於法國西北部的布列塔尼省，冬天很濕冷。
- 是一所國際化、現代化的學校，有非常多來自世界各地的交換學生。學校的教室、公共區域和設施也都蠻新的。
- 學校使用一個叫RISE線上系統通知課程結果、行事曆以及校園活動等讓學生查詢，但老實說我跟我朋友甚至學校老師都覺得這個系統偏難用。
- Welcome team是由學校裡的法國學生主導的組織，會提供剛到雷恩的交換生接送服務，也會經常舉辦一起出遊的活動，我第一天遇到的人很好幫了我很多忙！在雷恩學校官網可以找到他們的相關資訊。
- 交換生的同學幾乎都是來自其他國家的交換生，只有少數幾個法國同學。

二、課程心得

雷恩商學院會根據學生的年級分配到不同的level，每個level都有不同的課程模組可以選，再根據你選的模組提供不同的課程選項。我是level 3的學生，有1.Sales and Marketing 2.Finance and Banking 3.Purchasing and Supply Chain Management三種模組可以選擇，我選的是Sales and Marketing，以下是一些我上過的課程和心得：

1. French as a Foreign Language

法文課是我整學期最喜歡的課。開學前會先讓學生做測驗再根據程度分配到不同班級，雖然老師上課幾乎用全法文在上，全班常常都一臉疑惑，他還是會試圖繼續用法文跟學生溝通有時候會讓人頭很痛，但老師人很好也會很有耐心的指導學生，就算學生聽不懂或是無法回答問題，老師還是會用親切溫柔的方式引導，讓學生嘗試用法文回答問題。考試是期中期末各一次口說，壓力不會很大上的很開心。每個老師的教導方式可能不太一樣，但總之我遇到的老師非常可愛！

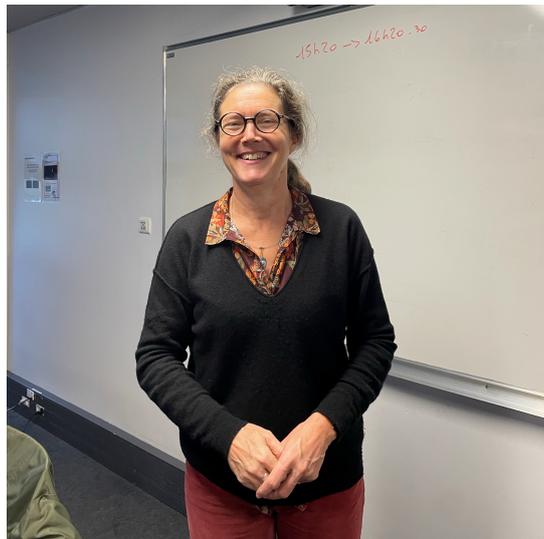
2. Digital Marketing Strategy

數位行銷策略的loading比起其他課會再重一些，期末時需要分組繳交每一堂課的課程、投影片、課外文章等summary。這堂課主要的任務是完成網站架設，老師會一直提醒你注意進度，在課後會花多一點心思。沒有期中考，只有期末考和期末報告。老師上課充滿活力、講話蠻有趣、也經常跟學生互動，上課內容很豐富，會舉許多案例讓學生更了解課程主題，課也會上好上滿讚讚讚。

3. International Negotiation Skills

一堂不知道在做什麼的課……。其他班級我不知道，但我們班是給助教上課，課程大概就是快速唸一遍投影片的內容然後丟給我們課堂作業或實際演練協商對話，基本上討論時間佔了大部分，老師有時候會不知道跑去哪不然就是在做自己的事。課業負擔不重，但也是有需要持續進行的小組期末報告，報告內容是找一個實際的協商案例並利用上課內容分析該案例。有小考，無期中考但有期末考。其實從中還是可以吸收許多協商的知識與技巧，但就是ㄉ…從課堂中收穫不多，要自行善用他提供的教材。

大部分的課程都會有小組報告，有些還不少，感覺我整學期都在準備各種報告，但好處就是可以常常練習口語表達能力跟臨場反應，也多了很多跟同學互動的機會。期末考通常都是申論題，需要提出個人見解而不是死背硬記的那種。最後大部分的老師其實都非常認真，感覺想交給學生很多東西，也能感受到他們的教學熱忱，所以還是要認真上課。



附上一張超可愛法文老師

三、生活與文化交流

- 雷恩大部分的法國人真的沒在講英文，但比起巴黎人親切友善了許多。像是公車司機會跟每個上車的人打招呼，店員也都會很熱心的協助你。治安蠻好的，不用一直擔心會被偷或被搶，路上也不會有太多奇怪的人，道路跟地鐵都算乾淨。
- 我自己是住在Crous的學生公寓裡，我住的那棟裡面大部分是法國學生，但也有一些國外交換生，到公共廚房煮飯的時候大概是最容易跟鄰居認識交流的好時機，也可以知道不同

國家的人平常都吃些什麼。在走道或廚房遇到法國人的話就算不認識通常還是要禮貌的說個bonjour或點頭微笑，不然他們會覺得你很沒禮貌或是不喜歡他們（之前曾經遇到因為沒主動打招呼被問是不是不想跟他講話的，後來學乖了除非對方看起來沒有要理人不然我都很有禮貌的打個招呼）。

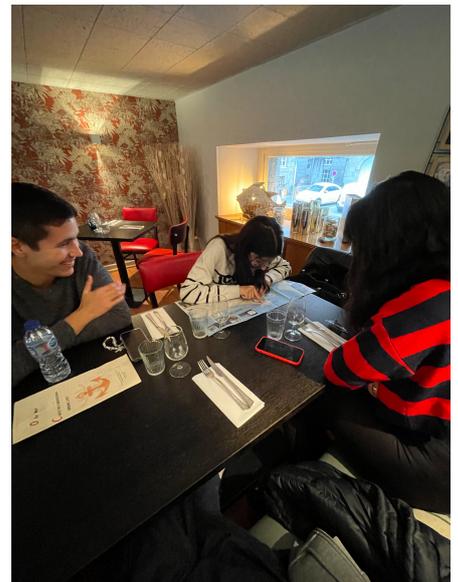
- 在雷恩上課時有個固定的班級，大部分的課都會一起上。我們班有個群組，有些人會在群組裡發起吃飯野餐去酒吧之類的邀約，透過參加這些活動不僅更熟悉、了解班上的同學，也會讓人有種安心的歸屬感。
- 法國人超愛抽菸，不知道是只有我們學校這樣還是其他學校也會，學生一下課就會聚集在一樓門口邊抽菸邊聊天，空氣中會充斥著紙菸的菸味和電子菸的水果味。所以要做好被菸霧籠罩以及吸飽二手菸的心理準備。
- 學校會舉辦International Fair，讓交換生擺攤宣傳自己國家的食物和文化，同時也可以品嚐到不同國家的食物、了解各國的風俗民情。
- Saint-Anne跟Republic地鐵站是雷恩的市中心，要逛街購物吃餐廳通常都會在那，所以平常只要閒閒沒事就會往那裡跑。離市區遠一點有個shopping mall叫Rennes Alma，裡面也有很多品牌服飾、餐廳、超大型家樂福，還可以去那裡打保齡球。
- 電信的部分我是用Free辦月租，Republic站對面就有一間門市，有三個網路方案可以選，我選的是一個月9.99歐元有160g國內 + 20g歐洲國家，再加eSIM卡10歐。個人覺得完全夠用，只是有時候訊號有點差會生氣但大部分時間都還行。解約的話也很方便，只要到Free官網填寫希望解約的確切日期就可以了。



跟同學喝好喝的



國際博覽會



跟鄰居一起吃飯

四、交換注意事項

- 住宿

Crous宿舍要像搶演唱會門票一樣手刀填寫提交表單！學校會先寄Crous各種房型基本介紹以及表單連結，告訴你什麼時候會開放填寫表單申請。看之前學長姐分享都是說Crous蠻好搶不會沒得住，但今年不知道為什麼特別難搶，我跟我朋友即使在三分鐘內就填完表單但還是沒有抽到，就只能在等候補同時瘋狂找房，而且法國房東其實不太喜歡租給短期+外國學生，常常才剛寄出要求就被拒絕，幸好是最後一刻（真的是最後一刻，大概是出發前一個月）被通知有候補到宿舍。也建議在收到學校寄的acceptance letter之後就先開始在租屋平台多看看，避免在發現沒抽到宿舍後陷入可怕的找房焦慮。

- 一些可帶

- ① 旅行用空瓶：搭廉航去其他國家時非常實用，就不用擔心液體容量限制的問題
- ② 台灣泡麵：雷恩的亞超其實該有的都有，其他亞洲國家的泡麵很多但就是沒有台灣產的泡麵（但有台灣沒有的維力洋蔥麵很神奇）
- ③ AirTag：對於容易落東落西的人來說是救星，10分好用
- ④ 快煮鍋：可以用來煮熱水跟泡麵或鍋類、湯圓，絕對不會餓死在雷恩

- 要當懂得拒絕的人

在歐洲遇到過希望你幫他們簽名連署幫助人的、主動靠近你要跟你合照互動的街頭藝人、在車站售票機旁邊跟你說你要訂的車票不對想幫忙你訂票的，雖然在去歐洲之前就知道路上愛騙亞洲人錢的很多，也覺得自己應該不會那麼容易被騙吧，但因為他們長得都慈眉善目笑笑的，當對方用友善又誠懇的神情看著你其實很容易使人放下戒心，然後等你簽完名、合照完、沒有拒絕幫忙之後就會伸出手跟你要錢，不給的話就會馬上大變臉甚至不會輕易放你走，親身經歷之後真的覺得蠻恐怖的，所以希望大家都不會遇到這種事，真的遇到的話不管他看起來多善良無害都不要心軟，要立馬轉頭就走或是堅定的拒絕。

- 哥本哈根是個好地方，人跟空氣都是香的，是目前去過最喜歡的歐洲城市。建築配色很舒服，物價很高但真的沒有吃到難吃食物（路邊的熱狗餐車就好吃到不行！）不管是獨旅或和朋友一起都很合適很療癒，推薦大家都去。