



交換生活報告

交換學校介紹

我交換的學校為KEDGE Business School的波爾多校區，校園並不算太大，不過校舍很新，除了本地學生之外，KEDGE也招收很多國際生，在一開始舉辦給國際學生的迎新中，包括雙聯學位以及交換生大概有五六百名的學生來自世界各地，整體學習環境具有高度國際化特色，學校英文版的網站也設計的很完善，可以輕鬆地操作。

學術課程

交換生在選課上有兩種類型，第一種是模組課，類似於一個學程，在選課上較容易，只需要點選學程不需自己排課，不過此類型課程的課表較不固定，是之後由學校安排，每週的課表也可能不太一樣；另一種則是選修課，跟一般選課一樣，可以依據自己的時間安排，自行選擇想要上的課程，不過不像在台灣同一堂課固定於每週同一時間，法國的學校通常會有臨時的課表變動，因此每週都要到學校的網站上確認自己隔週要上課的時間。

我這次交換以選修課為主，分別選修**奢侈品行銷、永續行銷、供應鏈設計與管理、以及法文課**。

我選擇的這門**奢侈品行銷**比較像是一個入門的課程，主要是在建立對於奢侈品行銷的基本概念，以及強調一般行銷不同之處，課程負擔偏重，整個學期需要完成三份CASE STUDY、一份期末報告（口頭+書面）以及還有期末考，整體而言，這門課讓我對奢侈品品牌經營有了更系統性的理解，也學習到奢侈品品牌如何透過品牌故事、稀缺性與體驗來建立長期的品牌價值，對於未來想往奢侈品領域發展的人來說，是一門非常有啟發性的課程。

永續行銷的課程老師會帶過一遍永續行銷中會用到的相關理論，每次課程有很多討論以及將理論應用在實際生活經驗的思考，有許多小組活動，



常常需要將課堂上與組員的討論做成簡報在該堂課上與大家分享，經過這堂課的訓練之後，可以獲得比較有效率地將討論內容快速總結歸納並製作成清楚的簡報的能力，這堂有不定期的課堂報告、用影片呈現期末報告以及期末考，我認為這門課最大的收穫是學會如何從不同角度思考永續議題，不只是企業策略，也包含消費者行為與社會價值的改變，透過與不同國家的同學討論，也能理解各國對永續發展議題的不同觀點。

另一堂**供應鏈設計與管理**我認為是比較進階的課程，建議要先有供應鏈的基礎再來選修會比較好，課程分為兩段，由兩位老師授課，第一位老師負責前半部部分的課程主要介紹相關理論，期末報告需要運用課堂中介紹到的相關原則設計一條可行的供應鏈，後半部分的課程則是主要介紹一些數學工具，每堂課都會有很多時間實際操作excel與組員們討論練習解題，遇到問題也可以尋求老師的協助，有兩個小組課堂作業以及一個期末個案作業需要完成，這門課雖然相對具有挑戰性，但透過實際操作與案例分析，能更具體理解供應鏈決策背後的邏輯，對於想要進一步了解企業營運與物流系統運作的學生來說，是一門非常實用的課程。

最後，**法文課**不是在選課系統上申請，學校會在選課期間另外寄一個email附上申請表單，但若過了選課期間也可以寫信到負責人的信箱說明想要選修法文課，通常都會讓你上，法文課會依據程度分級，很推薦可以去上學校的法文課學一些基礎的法文，因為在法國生活若只完全依賴英文我覺得會過得有點辛苦，透過這門課不僅能學到基本的法文溝通能力，也能更理解當地文化與生活方式，即使只是簡單的日常對話，也會讓在法國生活變得更加方便與自在。



交換生活報告

生活適應與文化交流

在生活層面，交換初期最大的挑戰來自語言與文化差異，即使課程以英文進行，在學校的同學也都主要以英文溝通，但日常生活仍多少會使用到法文，所以真的很建議在出發之前就先學習一點基本法文，這對於融入當地的生活非常有幫助。

除此之外，學校有一個專門接待國際生的社團「Melting Potes」，社團提供很多協助國際生適應當地生活的資源，例如在剛抵達波爾多時提供接送服務（需事先預約），幾乎每週都會有一些文化活動，例如酒莊的參訪、海灘的一日遊，也會不定期舉辦各式各樣的派對，只要加入社團的WhatsApp群組中，都可以第一時間接收到活動的訊息，我很推薦有機會的話可以挑幾個活動參加，透過這些活動不僅可以認識來自世界各地的朋友，也會讓你在波爾多的生活更有歸屬感。

在飲食上，因為在歐洲外食比較貴，所以我平常大多都是自己煮飯，食材一週的花費大概兩千台幣左右，如果想要再更節省的話，波爾多當地有一個非營利組織每週提供學生免費領取食材以及生活用品，這樣一週的食材花費甚至可以壓在一千台幣以內，對於想要省錢出去旅遊的人不無小補。

在日常生活中，比較需要適應的是公共交通常常臨時停駛或者是誤點，因此出門都需要預留時間以免遇到這些狀況，除此之外法國的行政效率也可以充分培養人的耐心，一趟回來EQ會有顯著提升，還有一點是法國週日的商店幾乎都會關門，包括大型連鎖量販店，所以如果週末要補貨要注意可能週六會比較好，採買肉類食材最推薦家樂福（小提醒是法國的家樂福分成三個種類，City、Express、Market，這邊指的是大型量販店 Carrefour Market），因為可以選擇的肉品種類最多，蔬果的話可以在家附近的小型超市採買即可。



交換生活報告

交換需注意之事項

非常建議大家有機會的話一定要去體驗交換生活，這段時間帶來的成長與視野開拓，遠遠超過課堂學習本身，不過也需要事前充分準備與規劃的過程。

首先，行政流程往往比預期耗時，雖然學校大約會在五月中才發放 acceptance letter，而許多後續申請（例如學生簽證、住宿申請、銀行開戶、房租補助申請等）都需要用到這份文件，但建議在正式收到文件之前，就先主動查好所有相關流程與所需資料。因為一旦 acceptance letter 發下來，很多程序其實會同時開始進行，如果此時才開始查資料，時間上會變得非常壓縮，這些文件與流程往往彼此環環相扣，只要其中一個環節延遲，後續就會被卡住，因此，能夠盡早在台灣準備的文件（例如財力證明、出生證明翻譯、公證文件等），都建議提前處理完成。

此外，也要預留行政等待期的心理準備。在法國，行政效率與回覆速度與臺灣不同，信件回覆可能需要數週，補件也常常來回多次。若心態上沒有預期，會容易產生焦慮感。因此，提前規劃時間軸、預留緩衝期，是減少壓力的重要關鍵。

整體來說，交換生活值得嘗試，但前期準備的細緻程度，會直接影響後續生活的順利與否，越早掌握流程、越早整理文件，就越能在真正出發時，把焦點放在適應生活與享受學習，而不是疲於奔命地處理行政問題（但還是很難避免，只能盡量減低）。另外，我也會建議未來準備交換的同學，在出發前多與曾經在相同學校或國家交換過的學長姐交流，提前了解生活上的實際狀況，例如住宿選擇、交通方式、日常開銷以及課程安排等，這些經驗往往是官方資訊之外最實際的參考來源，可以幫助自己在準備階段少走一些彎路，也能更順利地適應當地的生活。