

交換生生活報告—芬蘭阿爾托大學(Aalto University)

102358022 風管所 黃見桐

一、 Aalto 簡介

a、 學校資訊

阿爾托大學(Aalto University，以下簡稱 Aalto)，在 2010 年由赫爾辛基理工大學、赫爾辛基經濟學院、赫爾辛基藝術設計大學，三所在其領域佔有領先地位的大學合併而成。

政大商學院和 Aalto 有簽交換合作協議的是 Aalto University school of Business(簡稱 Aalto Biz)，是芬蘭最大且最領先的商學院，它提供商業領域內的世界級的學習及研究環境。經濟學院現擁有全球三大企管教育之同時認證，分別是英國頒發的 AMBA (Association of MBAs)、歐洲的 EQUIS (The European Quality Improvement System)，以及美國的 AACSB。現今世界同時得此三大認證的大學不過 35 所。

b、 出國前的聯絡

不像某些學校聯絡上拖拖拉拉、常讓交換生困擾不已，Aalto 商學院對於交換生的聯絡做得相當好，在收到政大推薦的名單後不久就會開始聯繫交換生，對於交換所會面臨事務如選課、住宿等也都會用 email 與交換生聯繫！若收到信後還是有不清楚的地方，都可以直接回信給 Aalto 的承辦人，他們有專人負責交換生業務所以回信速度相當快。

在出國前最重要的事情就是宿舍申請、選課、買保險、申請簽證，這個部分除了申請簽證以外的所有事項 Aalto 都會在開學前兩個月左右寄相關資訊給學生，指示都非常的清楚不需要擔心！

c、 修習課程介紹

Aalto 每學期的課程又分為兩個階段(Period I 跟 Period II)，有個別的選課時程以及考試時程，大家在看選課的時候要特別注意你中意的課是屬於哪個階段的喔！也由於每個階段的授課週數變為正常的一半，許多課會變成一個禮拜上兩次課，所以如果在看課程訊息時看到每周有兩次

上課時段的要特別注意不要忘記去上課。

除了記得選課以外，Aalto 的期末考是必須自己去登記的，等到快要考試時(詳細時程在 Orientation 的時候都會特別提醒)，用選課系統去登記考試，**沒有登記就不能考期末考囉所以要特別注意!!** 以下列出我在 Aalto 有修習過的課程，並附上我個人對該堂課的評價及心得，提供未來去 Aalto 交換的同學參考:

1. Digital Marketing (Period I / 6 Credits，一個禮拜上兩次課)

個人評價: ●●●●○ 教師: Ashish Kumar

授課老師是來自印度的教授，大概三十幾歲相當年輕，講起英文帶有些微腔調但不至於無法理解他的英文。平常上課使用老師自己整理的 PPT，內容主要敘述數位行銷的管道、方法以及應用，其中也會講述到簡單的統計及經濟的範疇，整體而言老師的教授內容難易度適中且會嘗試與學生互動(若問問題時發現學生無法回答也會馬上幫學生解圍)。

這堂課共有四項作業，分別是數值分析以及與論文閱讀作業各兩次；數值分析作業主要是利用統計方法分析數據後回答問題、論文閱讀作業則是每次要閱讀約十篇的論文然後回答問題。

考試有期中考與期末考，老師在考試前一堂課會給大家提示、做重點整理，考試內容有統計問題、觀念簡答題、是非題、選擇題、情境題等，難易度適中，拿到基本分並不難。

最後在期末時會有個分組報告，題目是自己找一個企業並幫他提出一個數位行銷專案，這部分就記得要找好組員，不然會很痛苦!

整體而言這門課是個可以學習到東西的好課，但由於是密集課程所以其實壓力還蠻大的!

2. Database Marketing (Period I / 6 Credits，一個禮拜上兩次課)

個人評價: ●●●○○ 教師: Merja Halme

這堂課主要範疇是資料分析以及大數據的相關知識及軟體應用，課程有兩部分，分別是統計概念的教授(以講義及口頭上課為主)以及

SAS EG 和 SAS EM 的軟體教學(全班帶到 Lab 去上課)。

老師是個有教學熱忱且個性可愛的芬蘭人，統計概念上課部分主要都是在講講義內容，若以前有學過的話比較單調乏味，但程式的課真的很值得上，老師會使用真實資料並設計情境，一步一步教你操作 SAS 的這兩個資料探勘軟體，相當清楚!配合每個禮拜的作業練習，更能熟悉軟體的操作。

這堂課有一個期末考，內容不會太難，每周都有作業(可兩人一組)但沒有期末大報告。

3. Story telling – a narrative approach for entrepreneurship (Period II/ 3 Credits ，一個禮拜上一次課)

個人評價: ●●●●○ 教師: Bruce Oreck

老師是前美國駐芬蘭大使，有豐富的演講經驗也與許多實業家交流過，而他認為最重要的技能就是要懂得如何講出能吸引人、說服人的故事。老師課堂中強調故事的架構、表現，並多次強調是要“說故事”而不是與人“溝通”！

每堂課都會要同學上台說一個故事，每個人每學期都會上台三到四次，也會得到很多老師及同學的回饋，是一個可以確實讓人練習說故事技巧的一堂好課!

4. Survival Finnish for exchange students

(Period I / 1 Credits ，一個禮拜上一次課)

個人評價: ●●○○○ 教師: Sanna Rämö

芬蘭文這堂課有不同的老師，我選到的這個老師很年輕，但可能比較沒有教學經驗所以不太懂得如何與學生互動以致於課堂教無聊。

5. Get to know Finland (Period I / 1 Credits ，一個禮拜上一次課)

個人評價: ●●●○○ 教師: Inkeri Lehtimaja

這堂課教的是芬蘭的文化，老師是一個經驗豐富的教師，曾經在芬蘭以外的國家教過書所以教文化課時可以舉出許多有趣的例子。

老師上課有自己的教材，會在每周上課時發下一周的指定閱讀並指

定作業，有時是個人的有時是分組的，基本上都不會太難，但必須要先準備不然隔周上課時很難參與討論，我們就是有很多人沒有先預習所以上課時討論不起來就會比較無聊。

基本上這堂課必須要老師與同學們的互動，若老師跟同學間的互動不精彩的話這堂課會是一門很無聊的課。

二、芬蘭交換生活

在芬蘭生活的這四個月其實真的都沒碰到什麼困難，一來是因為芬蘭真的是一個非常適合居住的地方，芬蘭人英文很好、人很友善(雖然不是熱情的)、環境乾淨、交通方便；二來則是因為 Aalto 商學院的學生團體對我們的幫助及照顧真的很完善!

Aalto 商學院不像政大是一兩個本地學生對一個交換學生的 buddy 制度，他們是由數十個芬蘭學生組成的 tutor 團隊來照顧所有的交換學生!在 Orientation day 時就會將所有的交換生分成數組 tutor group，每個 tutor group 會配到兩到三個 tutor，任何問題都可以向你們那組的 tutor 詢問並請求幫忙!雖然大家對芬蘭人的印象都是不擅社交、言詞甚至是冷漠，但我真心地認為這是錯的，我看到的每個 tutor 都對我們十分的友善且熱情，只要有問題他們真的都是盡全力的在幫助我們!

除了日常生活疑難雜症的諮詢以外，這個學生團體還會為我們安排許多娛樂活動:迎新、一大堆 party、漆彈、旅遊(在生活電子報 4 有介紹)、Farewell 等，讓大家的交換生活不會只有念書而已!非常建議大家可以投入這個學生團體為大家舉辦的活動，讓自己的交換經驗更加充實而且也能交到很多好朋友喔!

除了當地的學生團體以及學校助教的幫助以外，其他很重要會幫助我們的團體就是臺灣駐芬蘭代表處以及一群在芬蘭生活的台灣人社團(請在 FB 搜尋 Taiwanese in Suomi)，其中又以那個臉書社團最為有幫助大家請一定要加入!在社團裡可以找到一份由他們整理的芬蘭生活撇步以及疑難雜症解答，內容包羅萬象非常完整，建議大家一定要看一下!如果在裡面找

不到自己需要的解答，也可以直接在社團裡提問，裡面的成員都十分熱情且非常願意幫助你解決問題。

另外代表處常常會與社團內的人合作舉辦許多活動以及餐會，大家可以注意社團內的訊息並參加他們的活動，除了能與他們聯絡感情以外，對於我們這些交換生而言最重要的當然是可以用較便宜的價錢(甚至免費)享用大餐囉:P 我在交換期間就參加了國慶晚宴和歲末聚餐，可以說是我交換期間吃的最開心最豐盛的兩餐了 XD

在我的生活報告及生活電子報中，我已經大致的針對在芬蘭的食(生活電子報 3)、住(生活電子報 1)、行(生活電子報 2)、育(本文的課程介紹部分)以及樂(生活電子報 4)做了簡單的介紹，在後面注意事項的部分我會對如何在芬蘭這個寒冷的天氣穿衣服做簡單的介紹!

三、 注意事項

位在北歐的芬蘭，讓人最卻步的就是高昂的物價、寒冷的天氣以及極端的日照變化了吧!但在芬蘭生活那麼久之後，就能發現這三件事情其實並沒有想像中那麼嚴重。

物價方面，因為我們有學生的身分，所以在交通、博物館、美術館都可以享受學生價，這樣的價錢就比較沒那麼高昂；在吃的部分，學生身分在部分餐廳可以享受折扣(但還是有點貴)、校內及市區有學生餐廳(便宜很多但沒那麼好吃)、最重要的是若能自己開伙，那食物方面絕對不會花到太多錢!我在芬蘭生活的時候，若不計算額外娛樂的話，一個月平均花費不會超過一萬五。

芬蘭的天氣的確很寒冷，但是因為天氣不像台灣那麼的濕，所以反而感覺沒有冬天下雨的政大那麼的讓人不適。而且由於芬蘭室內都有暖氣，所以在室內時基本上都不會穿到外套，非常舒適!

在芬蘭的穿著基本上都是採用所謂的“洋蔥式”穿法，簡單來說就是多穿幾件，裡面穿著適合室內的衣服、要出到室外時再穿上禦寒用的外套(請注重防風防雨跟保暖)、帽子、手套、圍巾等禦寒衣物。有些人會戴口罩來

保護臉部不要被風吹到，但因為歐洲人基本上認為只有重病的時候才會戴口罩，所以在路上戴口罩的時候可能會被大家側目喔，我同學在丹麥戴口罩還被警察關切...我在家因為感冒所以戴口罩煮菜的時候我室友還問我煮的菜是不是有毒...

由於高緯度的關係，日照時間都非常的極端，夏天的時候可能早上四五點就天亮、直到晚上九點十點才天黑；冬天的時候則是早上九點十點天亮、下午三四點就天黑，而且整天不是下雨就是陰陰的天氣，很難得才能見到陽光，在這種天氣下很容易心情會感到鬱悶!所以大家要注意心情的調適，並且補充維他命 B(快要冬天時超市常會看到特價)。

以上是我在芬蘭交換期間的經驗，希望對想來芬蘭交換的人們有幫助 ☺