

生活報告

一、 交換學校介紹

NHH (Norges Handelshøyskole) 挪威經濟管理學院位於挪威第二大城卑耳根，我親口問當地的挪威學生說他為什麼要來這裡念書，每個跟我說NHH是挪威最好的商學院，畢業就是保證可以進挪威最好的企業工作。雖然學校蠻小的，又感覺很偏僻，但真的比BI(挪威管理學院)好無誤。

NHH成立於1936年，創校人為挪威有名的成功商人Kristofer Lehmkühl。商業學院總共有三個領域，分別為International Business(IB)、Energy, Natural Resources and the Environment(ENE)以及Marketing and Brand Management(MBM)。所以在這裡上個課程有一半都是跟能源和自然資源管理有關係的。

NHH的校園蠻小的，只有兩棟建築物，跟政大商學院加上逸仙樓差不多大，只不過是壓扁成兩層樓的樣子。中間正門直直走進入，上了樓梯，就可以到information office，semester card就是在那裏拿的，也可以去那裏申請成績單(或是上網申請再請他寄到宿舍或是台灣)，但是他好像下午兩三點就關門了，畢竟挪威人都三四點就下班了，所以要去的話要早一點去。而往建築物的右邊走的話就是圖書館還有禮堂，地下室的入口也在那裏。NHH的地下室是卑耳根最大的pub，新生週每天晚上都會在那裏開party，啤酒也會比市區的pub便宜，大概只要NOK40。往左邊走的話就是學校的cafeteria還有大部分的教室，很多學生都會去買SiB cafeteria的咖啡杯，可以一整學期無限續咖啡，大概要NOK200，但是杯子很爛，放到背包裡咖啡都會流出來。而且SiB cafeteria三四點就會關門，晚上就裝不到，不常去學校的話就不太划算。另外你也可以選擇買學校隔壁加油站statoil出的杯子，好像比較貴，但是飲料選擇比較多，有卡布奇諾、熱可可等等，也是一樣無限續杯，而且加油站是24小時開的，晚上也可以裝。只不過下課時間要去加油站有點遠，各有優缺點，所以還是依各人需求選擇購買。

沿著左邊的通道走過去的會到另一棟建築物，那裏主要是討論室，和大教室。NHH幾乎每一堂課都會要求小組討論，而且歐洲學生又超愛討論，常常一整天都坐在裡面，所以所有的討論室平常都是滿的。要使用的話要事先上網預約。如果嫌麻煩的話可以直接去Hatleberg宿舍C block討論，那裏有一些沙發跟自習室，還有免費WIFI，撞球桌、桌球桌等等。如果更懶惰的話可以直接在宿舍的廚房討論，適合一邊討論一邊煮東西吃。

二、 課程介紹

在NHH的課程中，研究所的交換生能選擇的會比大學部的多很多。其中又有些課程是有限制選課人數，像是Applied Finance和Project Finance，所以最好在選課系統一開放選課就上網選。另外，選課之前也最好看一下，不同課程的課表，因

為有些課程的上課時間會不固定，像是隔周才上，一次就上一整天那種。以下來介紹一下我選的兩門課。

The Energy, Resource, and the Environmental Industrial Sector

這堂課是演講課，每一堂課會邀請來自挪威不同企業來演講，主要是包含能源業，能源交易市場，食品業，漁業等等。公司分別為 Bergen Energi、Nordpool spot、NASDAQ OMX、Statkraft、Statoil、Fishpool 等。因為能源是挪威主要發展的產業，他擁有北海油田，蘊含大量石油，因此原油的交易和控管是國家發展重要的命脈。另外，從課程中也能了解到挪威 99%都是水力發電，剩下的 1%也都是乾淨能源，如風力發電。在雨季時，還會發電過剩，必須賣到德國等西歐國家。而未來的趨勢來看，北歐與西歐之間的能源交易市場也會越來越密切，目前也正在計畫建造儲電槽，能將過剩的電力儲存起來。此一能源交易市場的發展也是其他地區，如亞太區未來可以借鏡的。漁業方面，挪威是世界上鮭魚最大的出口國之一，主要提供法國和俄羅斯等。挪威有很多的 fish farm，也衍生出鮭魚的現貨和期貨交易市場，因此挪威的鮭魚很新鮮，也相對便宜。

這堂課每個禮拜只要上一遍，而且老師不會點名，期末考佔 100%。因此，所有的交換生幾乎都有選課堂課。要注意的一點是課堂課有期中作業，雖然不算分，但是沒交的話不能考期末考。期末考的方式原本是 take home exam，但是聽說因為這堂課有人認為太輕鬆，所以從我這學期改成 school exam。而且他考試的日期有點晚，我這學期是在 12/11 號，一般的課在 11 月底前就會結束了，所以要計畫旅遊的同學要特別注意一下。期末考的題目都是申論題，很容易發揮，我這堂課是拿 B，聽說在國外拿到 B 就算不錯了，畢竟 A、B、C、D、E 的範圍內都算及格，F 才是 Fail。

Empirical Analysis of Energy Markets

這堂課必須在期末前交一份與能源市場有關的實證研究，有點類似論文的感覺。老師規定必須用 Stata 來做，所以最好你本身就會用，或是你同組的組員 Stata 很強就建議選。老師是一個德國女人，長的蠻像男的，口頭禪是 state of art 和 at the end of the day，下課容易在戶外抽菸區遇到他。看起來很重的課，其實還好，整學期只有三個禮拜要上課，每次上課時間是禮拜二三四的早上下午，但她會常常臨時有事所以下午就不用上。第二周上課就是報告你論文要做什麼，然後中間沒上課的那幾周就可以安排出去玩。我是到 11 月底才跟組員在他廚房努力三天完成的，若不是中國同學太龜毛，因該可以更快完成。我們的題目是 The Relationship between Energy Use and GDP for Post-industrial Economies vs. Industrial Economies，提供你參考看看。這堂課我也是拿 B，但是因為我們最後把檔案交給希臘同學上傳，結果他最後一天忘記，害我們被扣分，不然應該有機會拿 A。所以在這裡告誡大家，不要把重要事情交給希臘同學，德國同學會比較好。

最後分享一下，很多交換生會為了賺學分去選挪威語，但是我個人不太建議，因

為上課時數很多，而且錯過一堂的話會很難跟上進度。另外，挪威人英文都超強，用英文就可以溝通了。挪威才500萬人口，只有台灣的四分之一不到，學了也用不到。更重要的是，挪威語超難聽，又要會彈舌，真的很難學，建議放棄。除非你希望未來到挪威工作，那就不得不學。

三、生活及文化交流

基本上，住在宿舍的挪威學生很少，大部分都是交換生，交換生中又以德國人最多。新生週是認識朋友的好機會，要認識朋友就要靠喝酒，平常大概從下午四點開始喝到半夜去 pub。因為威士忌、伏特加等酒精擲度高於 4.5% 的酒，在挪威有管制，而且也很貴，在超市只能買到啤酒或水果酒 sider，所以通常就是一直狂喝啤酒。pub 的啤酒大概是 NOK50-70，也比台灣貴很多。另外一個交朋友的方式就是 flat mate，因為七個人會共用一個廚房，所以有很多機會遇到你的 flat mate，他們有要去哪裡玩的話也會順便約你，像是我就跟我 flat mate 比利時人和施洛伐克人去爬 Trolltunga。但是歐洲人大部分都不會想去歐洲玩，因為他們大部分都去過了，所以其他的亞洲人或是美洲就是比較好的旅伴。我平常還是跟香港人還有大陸人混在一起，大陸人都蠻好客的，喜歡大家一起煮火鍋，喝伏特加。卑耳根空氣很好，沒課的時候還蠻無聊的，所以建議辦 SiB 的健身證，一學期大概 NOK800，也比 world gym 便宜了。可以用健身房還有游泳池(要去市區)，另外還可以上他們開的一些運動課程，像是瑜珈和皮拉提斯。我就有去上過瑜珈，但男生最好不要單獨去，會有點怪。但一些其他的設施像是壁球和攀岩就區要額外付費。如果球場平常沒有社團在用的話就可以去打籃球，但籃球在歐洲不太流行，除了大陸同學外沒有人會去打。健身房蠻大的有兩層樓，部分的設備都有兩套，不太需要搶，尤其是中午都沒有人再用。我通常都跟一個香港同學和挪威同學去練，挪威人很愛運動都練蠻壯的，我跟他們交流也學到很多健身技巧。另外，學校也有一些社團可以參加，像是 TED Bergen 就蠻多人參加的，負責辦演講，也會有一些出遊的活動。但因為我只待一學期，所以我就不想參加太忙碌的社團，我參加的是帆船社，是跟 UiB 合開的社團，一個學期繳 NOK400 塊的社費就可以無限次的出海。出航的時候會有至少一名 skipper 在船上指揮，其實帆船很簡單，只要用舵輪往前開，偶爾換風帆的方向就好。但是我出航那次風浪太小，速度很慢，海上什麼都沒有很安靜，覺得蠻無聊的，後來就沒去了，個人不太推薦。

四、交換須注意之事項

簽證

雖然台灣有申根區 90 免簽，但建議簽證在台灣就先申請挪威的學生簽證，大概需要整整兩個月的時間才拿得到。就算在台灣拿到簽證，到了挪威之後，又要先親自去警察局預約拍證件照的時間，格至少一個禮拜再去拍照，拍完照又要等兩個禮拜才會寄 ID 給你。警察局開放的時間很少，好像只有禮拜二三四早上，先

查好再去比較保險。

交通

到挪威的時候我是選荷蘭航空，他從台北到阿姆斯特丹，再從阿姆斯特丹直飛卑耳根，中間轉機不用拿行李很方便，但是你要知道卑耳根雖然是第二大城，但只有 30 萬人口，航班超少，從別的地方回來幾乎都要倒奧斯陸或是哥本哈根轉機，從阿姆斯特丹直飛卑耳根好像只有荷蘭航空，單趟就要台幣一萬多。但是如果搭 SAS 或 Norwegian Airlines 從阿姆斯特丹出發，在奧斯陸轉機一次只要台幣三千左右，所以行李比較少了人，如果要省錢可以考慮多轉機一次。

到了卑耳根大家都會買公車票的月票，或是 10 次票。單次票上車買是 NOK40(在 Oslo 是 NOK50)，在公車站買是 NOK30。10 次票是 NOK250，平均一次是 NOK25，一旦逼卡是 90 分鐘內都可以用。你也可以下載公車的 app，到車上再用 app 買。如果沒買票被抓到是 NOK700，我搭了一個學期只遇到一次查票。

拿鑰匙

一到卑耳根要去市區的 SiB 中心拿鑰匙，建議下載 Ulmon (City Maps 2Go)這個 app 就不會迷路，他可以用 GPS 定位，比 google map 還精準。我去拿鑰匙的時候，剛好下大雨又等不到公車，所以搭計程車從市區到學校，公車大概 10-15 分鐘的路程，搭計程車差不多要三百克朗，所以還是不建議搭計程車。另外，鑰匙最好不要遺失，不然要罰一千多克朗，超級貴。

手機

基本上我覺得在國外網路最重要，會用電話打給其他交換生其實很少，所以不要只辦講電話功能的卡。電信公司在挪威有蠻多家的，像是 Chess 是網內互打免費，但我一開始辦 Chess 沒有上網功能，後來又再去辦了另一家 Telenor，也就是挪威最大的電信公司，他有一個方案是每個月送你 200MB 的流量可以用，用超過的話就變成一天 NOK10 吃到飽，就看你要在裡面放多少錢給他用，不夠錢的時候再去店裡 top up 就好。如果省著用的話，在室內就用 wifi 應該是很夠用。

宿舍

NHH 外包給 SiB 辦的宿舍有分在 Hatleberg，也就是學校對面，另外一個是在 Fantort，坐車要 30 分鐘才會到的地方，所以一開始就要選 Hatleberg。但也是有可能會被分到 Fantort 去，跟我同一學期從澳洲交換過來的台灣女生就是這樣。

Hatleberg 有分 A、B、C、D、E、F 棟，A、B 棟最新也比較貴，一個月房租大概要台幣一萬八，而 F 是最便宜的，其中他有些房間是兩人共用一廁所，而且沒有電梯和洗碗機。我是住 B223 也就是在 2 樓的意思，但因為晚上大家去 pub 前都會聚集在 B 棟的樓下，所以低樓層會很吵。建議選高樓層的還有海景可以看，其實哪一棟不會差很多。

衣服

卑耳根冬天會下雪，雖然緯度比奧斯陸高，但因為有暖流經過所以反而比較不冷。可是卑耳根一年有超過兩百天都是下雨天，雨傘沒有用，風很大會被吹斷，而且挪威買衣服很貴，建議在台灣就買好或是去其他國家買。推薦 superdry 在英國買不會太貴，防水也很潮。另外，在挪威一定要去爬山，所以也建議買防水登山鞋，慢跑鞋會弄很髒。