

教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修
之留學生出國報告書

法國北方高等商學院留學心得

原就讀學校/科系/年級:長榮大學財務金融學系 4B

獲獎生姓名:蔡 ○ 寧

研修國家:法國

研修學校:法國北方高等商學院(EDHEC)

研修期程:一年

獲獎年度:108 年度

I. 緣起/準備

從小就對不論是留學消息或是對國外事務就有很大的興趣，但一直在找更適合的管道到國外學習。直到升大學，想到國外留學的想法日益加劇。尤其是到大二時選修法文，我本身就對法文及法國有濃厚的喜愛，也在學習幾個月後到法國旅遊。也因為這一次的旅遊，讓我原有的念頭轉化為實際行動。

知道學校本身就有交換姊妹校這塊，在查看學校國際處姊妹校的簡章跟心得後，毅然決然要申請，走向交換生這條路。知道自己起步得晚，很多資料的準備要從零開始摸索，再加上想申請的學校有英文門檻，但為了自己想實現已久的願望，無論時間有多趕又或是知道自己還有許多不足的地方，也要往這條路前進。在準備的過程中，無疑是一段很漫長的路，但過程中卻不因此覺得累或辛苦，只因為是在實現夢想。

交出經歷了半年多努力，不辜負所做的一切，最終確定申請到法國 EDHEC 商學院。申請錄取後，學校還特地下學期有為所有交換生安排英文課，為到國外做衝刺。同時間也要為出發前做準備，像是到駐法國台北代表處網站查看資訊、提前購買機票、找尋住處...等繁瑣的前置作業。

首先最重要的是簽證，要到駐法國台北代表處網站填寫個人相關資料。但小麻煩的是上傳照片及資料都有限制，導致有被審核不通過幾次，最好的方式就是直接打電話到辦事處，不僅處裡效率快，人員還會當下幫你看合不合格。上傳的資料一切都被通過後，就能網上預約時間面試跟繳交紙本資料。網路上有人說簽證沒通過還要再面試一次，當天面試還很緊張，不過我認為把手邊有的像法國學校錄取通知書、機票、住宿都準備齊全，面試時就平常心去應答就好。面試完後會讓你到另一個空間再次繳交紙本資料(最好多影印幾份資料)，然後拍大頭照(當作學生簽的照片)，並且會把護照收走。至於什麼時候能拿到學生簽呢？我大概是隔了約一個禮拜就拿到。

成功拿到簽證後就能開始準備行李出發前往法國，出國前就和 EDHEC 有用信箱聯絡，畢竟這間姊妹校是新進的，沒有前面學長學姊的分享經歷，只能用網上僅有的資料和姊妹校的郵件往來。舉例來說，姊妹校會發一長串的信件，內容包含選課、

到法國後的手續、住宿、學校資訊...等。我也有向學校詢問有無學伴，但校方回應說不會安排學伴，所以很重要!!!從下飛機後要自己想辦法搭上 TGV(法國的高鐵)到達里爾，而 TGV 的票可以先上法國網頁就買好，當場到櫃檯也是能夠買到(價錢也相對貴)。到里爾後，學校有配合的專車能夠載到住處(學校會事先發郵件詢問需不需要接送)。到達住處後就開啟了我的法國生活。



(圖為 里爾市區景色)



(圖為 里爾市區車站前的大道)



(圖為 里爾 Flandres 車站)

II. 研修學校簡介

EDHEC business school

(全名為 Ecole des Hautes Etudes Commerciales du Nord)

EDHEC 在巴黎、里爾、尼斯甚至是亞洲也有分校，當初有里爾(北法)和尼斯(南法)這兩個分校可以選擇，最後我個人選擇里爾分校。巴黎分校只有碩士課程，所以並沒有這個選項。而 EDHEC 在法國也獲得 EQUIS，AACSB 和 AMBA 三重王冠認證的 80 所商學院之一，是讀商科的不二人選。法國很多大學不同專業會散落在各地方，但 EDHEC 是集中在一起，畢竟這間學校屬於專攻商業方面。還記得開學前想先了解學校環境，殊不知一下子連走了三棟大樓就參觀完了。

(小知識)EDHEC 和法國一般大學不一樣的是，它的體制是屬於 Grandes école 而不是 University，台灣翻譯這兩者都是大學，但前者更專注於某個面向，像是 EDHEC 這間學校主要授課都是商業科目；後者是普通大學(一般我們在台灣讀的大學)，包含許多類別像是文科、商科和理科。



(圖為 EDHEC 側門)



(圖為 上學時校內必經道路)



(圖為 學校內部長廊)



(圖為 學校戶外空間)

III. 國外研修之課程學習

出國前姊妹校會寄一長串的郵件，裡頭就包含選課。學校會另寄一封教你如何進到選課網站，會手把手的從登錄到選課該注意什麼都列在郵件裡，不用擔心會不知道如何操作。進到選課資料頁面，第一部分列的相對是輕鬆的商業課程與外文課，第二到四部份算是更深入的專業課程，有 Finance、Marketing、International enterprise 三個種類，可以依據自己學的專業做選擇，這三個種類的課屬於密集課程，會集中在某一個月內甚至是兩個禮拜內。我大部分選擇的課程都落在第一部份，能夠選的課程也較多會列十幾個，每個課點開來都有詳細的資訊，老師、課程主旨、每次上課的課程標題、評分標準都寫得一清二楚。而每堂課都是需要上滿 30 個小時。

當初選課時也思考過會不會撞課，因為台灣選課時都會把時段寫清楚，而 EDHEC 會根據你選的課調整時間，所以不用擔心會撞課，就直接安心選想修的課。很重要一點的是，選完課後進到下一步就無法再加退選，開學就直接會是照當初自己所選的課程來上。我有個朋友以為開學後還有試教週和加退選，但其實是沒有的，最後因為選課選太多，太多報告擠著放掉了幾堂課程。所以選課之後就無法再更動要非常注意，想清楚再交出選課單。

最大與台灣不同的部分，上段講道會根據選的課調整時間。學校會出這一學期的課表也包含期末考時間，但這間學校的課表是有可能會在 24 小時內增加或取消課程，每天都要上網確認明天有沒有課，雖然學校的 app 也會顯示課程但有時候臨時

的更動仍要到電腦上查詢。加上也不是每堂課都固定時間上課，例如有堂課叫 strategy management，這周四上課但可能下周一跟三上課，上課時間都隨老師安排。不過我上下學期都有上法文課，很固定都是安排在星期四的晚上上課，不用擔心法文課會和其他選的課撞到。

說到課堂的部分，比起在台灣上課更活潑許多。老師每上完一個章節，會有小結跟問題讓我們自己去反思以及討論，給個十分鐘討論老師前面所丟出來的 case，和組員討論後發表組內的見解給其他組聽。但有更多時候許多堂課前兩個小時，老師講解原理跟知識之後丟出一個 case，後一個小時就讓同學當場做報告並且回答老師所列的問題。只能說是我在台灣完全沒有過的上課體驗，一開始的時候壓力很大也很緊張會給隊員拖後腿，不過基本上每堂課都是這樣經歷過來的，也就習慣上課的時候要很專注的記住這些原理，並且哪些原理能夠套用在這篇 case 中。

許多商業課程中我最有興趣的課是 operational management，不是個輕鬆的課卻學習到很多很活用的知識。每堂課老師都有不同的主題，要學習的量很大也要課前預習課後複習，但上課的時候老師在講解過程中，不乏會取材現在公司所面臨的狀況或是新聞，用貼近生活的方式帶入讓我更快速的了解，而不是死氣沉沉的照著 ppt 講解。除了運用大量舉例，老師還找了幾個商業遊戲讓我們從頭到尾親自操作。有次上課主題是生產鏈，老師只是講解規則但具體操作還是在個人，從零資本到進貨成本變負，再到製成成品到銷售，全都是自己獨立在電腦上操作，最後老師的電腦會出現誰賺的資本最多。雖然我的成績不是到非常出色卻也是前段班，看到結果的當下還很驚訝自己原來也算有商業頭腦。儘管是商業遊戲卻能讓大家玩得意猶未盡，而這不僅僅是玩這麼簡單，還得顧及許多的面向，而用遊戲帶入更能讓同學深刻的了解並學習。

接下來說到考試，除了法文課不定時有小考外，我選的其他科目主要是看報告及期末考，所以這兩者佔的比分很重。期末考需要把所上課的 ppt 準備好，準備好後要吸收變成自己的知識活用，學校期末考題數不會到非常多題，但會另外給你答題本就是除了要你融入知識外，更多是要你表達看法跟如何去解決公司問題，這也是為

什麼平常課堂上老師會丟 case，是為了培養我們的思考和應變能力。倒覺得題目其實不會太刁鑽，但你的理要寫的能夠說服得了老師就能高分。

IV. 國外研修之生活學習

開學前會有三天需要參加的 Welcome session，聚集了來自各國的不論是交換生還是碩士生都會在同個聚會裡(除了法國人)。因為這個聚會認識了許多來自世界各地的學生，也趁機認識到從不同學校來的台灣人。一開始先帶著大家認識校園跟給予我們將來可能會遇到的問題都整理在一個文件夾裡，我認為學校這方面做的蠻好的，無論是還在台灣要事先處理些事情到開學後收到的資料，學校都會完整地給予你步驟一步一步教你，不用害怕說會落下。加上雖然沒有學伴但學校有個學生組織，任何生活或是問題都能夠找他們，而學長姐個個都很熱情也很有耐心地幫我們解決。

因為參加這三天的活動讓我認識很多來自世界不同的朋友，一開始聊天還會有點膽怯，隨著活動的過程變得更能拋開自我，並享受著認識新朋友跟當時的歡樂氛圍。



(圖為 歡迎會被帶到學校大禮堂)



(圖為 歡迎會隨機分配小組認識來自各國的同學)



(圖為 學校組織學生參與聖誕市集)

V. 國外研修之日常生活

-住宿-

當初 EDHEC 在信件裡也包含了住宿，可以自行選擇住校內還是校外，最後選擇住在離學校不遠的學生宿舍(Studea)。Studea 是有和學校配合簽約，所以在決定要這間房後直接跟學校說，而校方會再回寄合約、價錢、住房規定，就住宿而言是很容易操作的，畢竟能夠透過學校聯絡。而我是住 Studio，不用和其他人共用一個空間，價格相對會高許多(但能申請房補)。房間對一個人來說是很足夠的，裝潢是新的，家具也都有，但像是廚房用具還是要自己購買。



(圖為 房間內部)

-交通-

儘管不是住在校內卻住的離校不遠，加上歐洲國家的交通費單趟約台幣 60 左右，所以平常上學都是走路大概十分鐘就能抵達學校。去家裡附近超市採買也大概走十分鐘就能到。

但畢竟會跟朋友去市區玩、吃飯，就要搭電車(花 40 分鐘)或是地鐵(花 15 分鐘)才能到里爾市區。但因為我不是這麼常去市區加上到學校也是走路，所以要搭車都是花單趟的錢(一次買十趟票相比買單程票會便宜點)，如果家住的地方要搭車才能到學校可以辦月票會更便宜。



(圖為 與朋友聚餐)

-飲食-

歐洲國家不外乎就是吃馬鈴薯不然就是麵包當主餐，里爾最有名的就是淡菜、Welsh 和 Carbonnades Flamandes。里爾九月份全市會有大型的二手市集，大家會把舊東西拿出來賣，能不能買到喜歡的全憑運氣了，像是朋友淘到一件 3 歐的防風外套很是喜歡。除了二手市集是一大重點，當天還要吃大量的淡菜，吃完淡菜後各個餐廳會將貝殼全聚集在街上的一個街角，還堆成了 "淡菜山"。我和朋友一起點一份淡菜，旁邊還配一堆薯條，兩個人吃淡菜還吃到嘴巴酸，一份淡菜的份量已經超乎了我們想像。雖然份量很多，但這道菜本身也是不錯吃，用白醬料理淡菜更能吃到它海鮮淡淡的鹹味，來里爾肯定要一試這項當地特色菜。



(圖為 一年一度二手市集湧入的人潮)



(圖為 淡菜山)



(圖為 學校學餐的美國週餐食)

-費用-

→住宿：學校簽約會要你一次繳清，平均一個月約 550 歐(可以去申請房補)

→飲食：相對台灣外食很便宜，法國外食基本要 15 歐，所以平時還是在家煮居多，食材一週約 15 歐左右，大概一禮拜會出門採買兩次。但要是去中超(需要搭電車或地鐵)消費，價格約落在 20-30 歐，中超的價格會相對高。

→生活用品：可以從台灣帶一部分過去，畢竟一開始人生地不熟，不知道當地哪裡能買的到。之後還是需要購買廚房用具等等的用品，花費約 100 歐(當初就因為沒到市區買用品，所以有買貴)。

→電話費：來法國前在網路上看有兩大家電信業者 — Orange 及 Free。最後辦 Free 電信，因為 O 家的電話費比 F 家貴，而且 F 家電信申請很簡單能夠馬上拿到晶片，每個月只要付 9.99 歐。有三種方案能夠選擇，最貴的方案甚至能打電話到亞洲，不過我的方案就很夠了，有每個月 50GB 的流量，在歐洲各國打電話跟傳簡訊都免錢，出去旅遊也有 3GB 的流量能用。

→雜費及個人額外開銷：就看個人消費及旅遊。



(圖為 生活中不可或缺的中超)



(圖為 家附近的法國連鎖超市)



(圖為 到倫敦旅遊)



(圖為 到巴黎旅遊)

VI. 此次研修的具體效益

- ◎法文的進步：儘管只來得及考 A1，對話跟單字的認識還是很不熟悉，但到了生活在全法文的環境，自然而然就會進步很多，也能抓住知道別人在說什麼。
- ◎獨立解決遇到生活及手續上的困難
- ◎脫離在台灣原有的舒適圈
- ◎勇於表達自己的看法及觀點
- ◎享受與自己的生活時光
- ◎結交來自世界各地的同學
- ◎拓寬自己的視野
- ◎了解台法間不同的教學模式
- ◎了解東西方生活模式的不同



(圖為 和朋友趁學校關閉前拍畢業照)

VII. 感想與建議

回想這一年的交換生涯，實際上來說只上了一學期的課程，但在這一年中成長及學習了不少。從選上交換生開始，內心充滿了期待及澎湃感，等著探索不一樣的環境，要離開原有生活環境長達一年，內心多少會有既期待又害怕，但想到是自己一直以來嚮往的法國和又有多少人能夠在學生時期到國外有如此體驗，一想到種種，任何負面和懷疑自己的心情就一掃而空。很感謝學校能夠給我這個機會到國外學習及體驗，對於我來說是一段人生重要的歷程和經驗，這已不僅僅是拓寬我的視野跟看法，更是能夠站在客觀的立場去看待一件事。

生活在法國越長時間，越能比較在台灣生活有多麼的便捷。小從等公車大到處理行政手續，都需要耐心的等待甚至是需要先預約才能處理，在台灣有家人能幫著自己處理生活間的大小事，突然間所有事情都落在自己的肩膀上，遇到麻煩遇到語言不通身旁沒一個人能問，只能夠憑著自己一步一腳印的去摸索去得到解答。

辛苦嗎?困難嗎?有想放棄甚至後悔隻身來到法國嗎?我會給肯定的答案 — 不。辛苦與困難是有的，也無法用一段話去解釋究竟經歷了多少事，可當你熬過來解決掉這些事情，你會發現自己其實一個人能夠解決，只是我們都太過於依賴別人，反而害怕跳脫舒適圈。至於有沒有後悔來法國讀書，是有的。教學方式的與眾不

同，要自己在課餘時間多看報告及新聞，以及一個接著一個的報告襲來，會覺得課業壓力很大怕跟不上進度，但也因此改變我原有的讀書模式，慢慢地找到自己舒適的讀書方式就好很多。撞牆期是每個人會有的，只要告訴自己別氣餒、再努力一下，會在試錯的過程中找到那個屬於自己的讀書方式。

終於在找到自己讀書模式後，以為還有一學期能上學的日子，因為肺炎的關係，開學一個月就改成線上授課。線上上課這方面的完善我認為是優於台灣的，在學校的學生系統裡就有線上視訊這一部分，而且老師對於這方面的操作駕輕就熟，對於課程教授的方式及老師與學生間的互動就像在學校上課，只是地點從學校改到每個人的家裡，就連報告也是在視訊中發表。

一年裡雖然經過了許多風雨，晴天的日子也不少。一到放假有機會能夠到歐洲各地旅遊，體驗到與亞洲不同的魅力，放下自己的成見及看法，當自己是張白布被各個城市渲染成其他顏色，最後會形成一個與其他人不同顏色的畫布。每個顏色都代表著不同故事、不同於別人的體悟，最終逐漸變成與過去截然不同的自己，那個更進步、不斷更新往前的那個自己。

最後，無論交換國家在哪、交換時長，只要有那份心想去國外體驗，別猶豫趁此機會就去申請，因為你不會知道這份寶貴經驗能改觀你的眼界及心態。

