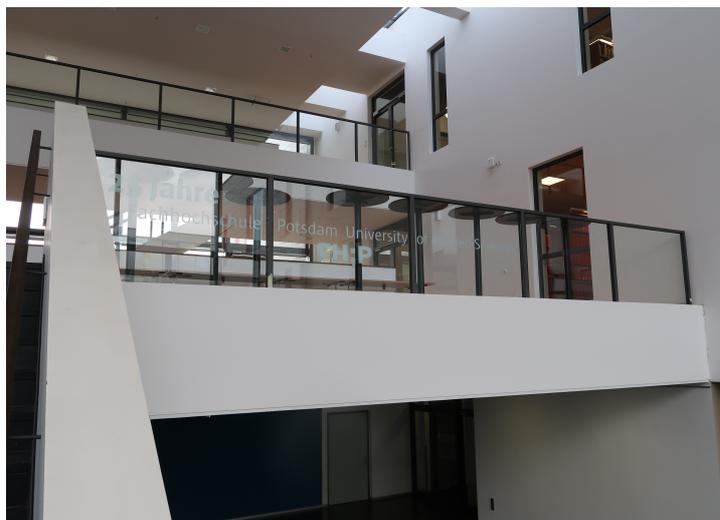


# 學生出國研修心得報告

107-2 Fachhochschule Potsdam

研修學年度/學期	107-2
薦送學校	國立臺北科技大學
系所、年級	工業工程與管理系四年級
中文姓名	周家仔
研修國家	德國
研修學校	Fachhochschule Potsdam

## Fachhochschule Potsdam Campus



---

## 緣起

從小到大都在台北生活讀書，我認為能在大學生涯中成為交換學生最寶貴之處在於—我擁有一個全新機會，在畢業前重新形塑自己且擴大自己的舒適圈。德國以工業以及紅點設計為名，我是主修工業工程與管理系，第二專長為互動設計系，因此德國就成為我的志願首選。申請交換學生主要目的為增進學業能力和增強使用英文溝通的技能。藉由不同的師資及教育環境和資源學習更多專業知識，以增加自己和其他學生的差異性；使用英文讓自己在多元環境下建立國際人際網絡，不論是提升交流經驗或增加接觸面，學著去認識更多人，在面子還不值錢的時候別怕丟臉，主動多開口多和人接觸，培養自己的溝通能力。另外目的是希望透過在世界另一端的學生們身上看到不同的目標與理想，在人生藍圖裡面添加更多不同的可能性。

「夫耳聞之不如目見之，目見之不如足踐之。」大二時看著學長姐的經驗分享燃起想去當交換學生的念頭，因此開始準備資料以及上網做功課，我可以想像交換期間會遇到什麼狀況，但若非親身經歷、親眼見過，我很難相信這世界還有另一種樣貌，而我也另一種可能。我相信在這樣的衝擊洗禮後，我能夠變得更溫柔、包容，也因而強壯。而做好當下的選擇，不論結果是好是壞，至少都有抓住了！

## 研修學校簡介

波茨坦應用科技大學位於布蘭登堡邦，布蘭登堡邦位於德國的東北部，波茨坦則在德國首都柏林附近。波茨坦應用科技大學是於1991年在兩德剛剛完成統一時所成立的新興大學，學校注重學生實踐技能的發展，因此成為目前學生青睞的對象。

波茨坦應用科技大學最有名的正是設計學院，設計學院包含了產品設計、建築系、溝通設計以及介面設計。在波茨坦應用科技大學中可以自由選修課程，因此在課堂上會遇到來自不同學術背景的學生們，對於提升自身跨領域合作的能力是非常有幫助的。

## 國外研修之課程學習(課內)

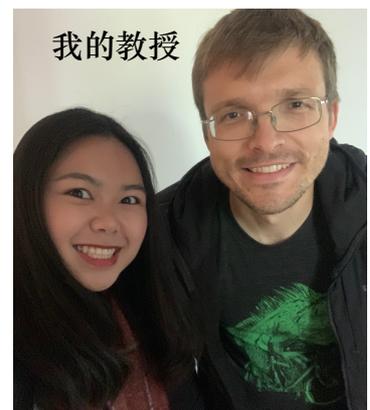
在波茨坦應用科技大學選修一堂資訊視覺化的課程，這堂課是屬於跨領域的課程，因此學生們擁有不同的學術背景。

開始上課前教授會請大家個別分享案例，透過大家的分享再進行討論此案例帶給你的啟發為何以及哪個觀點是想分享給大家的，分享完案例後教授會開始進行理論的探討以及說明，下半堂課教授會發給大家實作的題目以及紙和彩色筆讓大家進行發想，下課前一小時大家將自己的作品貼在前方牆壁及白板上進行評圖，過程中每個人將自己對於作品的想法分享給同學們，接著聆聽教授以及同學們給予的回饋。

除了上課的實作題目外，每堂課後都有作業需要繳交，作業繳交於校內網站後教授會在系統上給予建議以及評分，然而作業的時數是包含在學分內的，透過這種方式更自主以及扎實的學習。

課程評分依據包含了上課發言以及作業繳交和期末專案提交，期末專案是個別繳交一篇Data dossier，呈現方式可以使用網頁或是PDF檔案描述，自由選定自己有興趣的題目進行發想和提問，接著依據資料數據來呈現視覺化的圖表以及動態網站，提案過程中教授會教程式編碼以及和每位學生有三次面談時間，透過面談告訴教授自己提案的想法以及回報進度，從討論中獲得許多教授給予的建議以及回饋我認為這樣的學習方式是非常棒的。

透過德國課堂的體驗我學習到將自己的想法分享給大家，並且聆聽大家給予的回饋。以及深刻體悟分享觀點是唯一不會因為給予而減少反而增加的事情。



## 國外研修之生活學習(課外)

出國後當最熟悉的家人和朋友不在身邊，凡事都要自己主動詢問和處理，不外乎能訓練自己獨立生活及獨立思考的能力，重要的是培養自信以及練習獨處。

### 日常生活

#### -和德國朋友進行語言交換

在波茨坦應用科技大學繳交的學雜費已經包含交通費用，因此使用學生證在布蘭登堡州的交通都是免費的，平時除了上課和寫作業以外的時間我會搭地鐵去柏林走走看看以及和朋友見面，利用跟朋友相處的時間學習德文和聽朋友分享德國的文化。

我的德國朋友們



塗鴉藝術團體Berlin kidz



Hackesche Markt



Hackesche Markt



## 飲食

### -學習煮飯給自己吃

平常都會在超市買食材回宿舍煮飯很少吃外食，宿舍對面的NETTO超市通常可以買齊基本的生活用品以及食材，波茨坦火車站也有Kaufland這種比較大的超市，其中的商品比較多樣化。



## -體驗歐洲各國料理

在歐洲旅遊除了會跟旅伴一起煮飯外也會體驗當地特色料理。

### 波士尼亞傳統魚料理



### 葡萄牙蛋塔及糕點



### 西班牙海鮮燉飯



### 斯洛維尼亞Bled Cream Cake



### 英國英式下午茶



### 義大利松露義大利麵

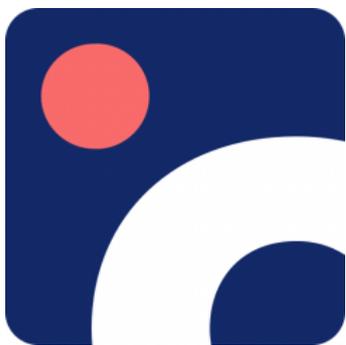


## 交通

除了在布蘭登堡州可以使用學生證搭乘交通工具以外，申辦ISIC國際學生證可以在APP中取得許多折扣碼，像是FLIXBUS,ECOLINES...等交通工具，我會利用課餘時間搭乘夜車去歐洲各國旅行，搭乘夜車除了可以省下一晚住宿費以外也能省下交通往返時間，另外申辦ESN學生證也可以享有搭乘廉航的學生優惠。在交換的期間走踏歐洲是一個非常難得的機會，因此規劃時間也顯得非常重要，當能把握機會去拓展視野以及不停止探索未知，我相信在旅途中遇到的經驗及人事物將使我成為更有故事的人。

### OMIO APP :

可以搜尋歐洲往返地點交通方式



### CITYMAPPER APP :

可以搜尋歐洲城市交通方式



### FLIXBUS APP :

歐洲跨國巴士，有學生折扣碼可以使用



### BlaBlaBus :

新興歐洲跨國巴士，競爭對手是FLIXBUS因此常常有比FLIXBUS更優惠的車票



### ESNCard :

歐洲學生證，可以享有學生優惠廉航機票



### ISIC APP :

國際學生證，APP中有許多折扣碼可以搜尋



## 旅行

### -學會面對未知與不安全感

旅途當中都必須克服自己的不安全感和克服前方的未知，然而生活當中本來就不可能事事都在預料當中，而學會面對這些未知與不安全感，使我更加獨立。

### -學習主動認識人，拓展人脈

### -不停止探索未知

### -經營屬於自己的hashtag #jθAN 🇩🇪👣🌍

對於我來說旅行的意義是讓自己勇敢的不停止探索未知，人生必須要有更多事物可以分享，當我們各自發展自己的人生版圖，再次相遇時一起分享生命中特別及精彩的故事吧。

「當我們記錄下來，過去沒有真正過去，而保留到了未來。」

在布萊德湖前拍學士照



國王湖旁鏡頭下的恩愛夫妻



和朋友們一起旅遊巴黎



第一次沙發衝浪體驗，是一對巴西夫妻接待我



---

## 與台灣學習環境之比較

1. 台灣的教育大多聽從教授受教並且單方吸收，課堂中學生們鮮少主動發言及互相討論，然而歐洲學生們上課則時常與老師討論，老師也很認真地給予回饋，在這樣的交流過程中互相刺激彼此的想法，我認為受益良多。
2. 課堂中除了理論的探討以外，教授會給予學生們不同的實作題目，透過實作的過程更能內化知識以及了解自己不懂的地方為何。
3. 每堂下課前教授都會出作業給學生，透過作業更扎實的學習，而實作作業時間是有算學分數的。
4. 繳交期末專案之前教授會和每位學生有三次的面談時間，透過這三次面談中告訴教授自己提案的想法以及回報進度，而從討論中獲得許多教授給予的建議以及回饋我認為這樣的學習方式是非常棒的。
5. 台灣的教育大多會要求給個標準答案，然而歐洲的教育則以討論的方式探討事情的各種不同面向，在交流過程中聆聽每個人的想法以及給予回饋。
6. 上課時間不一定都會在學期內，取決於授課教授的安排，課堂中較少考試，通常以實作以及課堂討論和個別分享案例為主。

---

## 研修之具體效益

- 更加獨立以及學會獨處
- 軟實力的提升
- 學會煮飯給自己吃
- 英文及德文能力進步
- 對於歐洲各國文化有更深的認識，能親身體驗課本上的內容和照片
- 體驗歐洲四季更迭
- 學習斷捨離
- 深刻體悟台灣是個寶島
- 擴大舒適圈

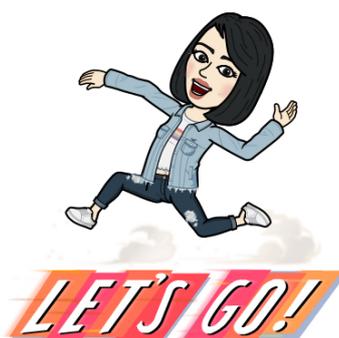
---

## 感想與建議

在大學生涯中有個Gap Year體驗是一件非常難得可貴的事情，當我提起勇氣以及調整心態獨自面對在國外半年多的生活後，這段旅程的經驗讓我更清楚自己大學畢業後的出路選擇以及更加認識自己。

當我決定擁抱自己，世界就開始擁抱我。這段交換學生的體驗，我學會聆聽以及面對自己真正想要的東西，除了在課堂上學會將自己的想法分享給大家外，也在日常生活和自己獨處中學習到相信自己是非常重要的事情，有些情境是在舒適圈不會遇到的，然而出國後面對陌生的人事物一切都必須獨立自主，除了心境上的成長，更提升了自身的軟實力。

很謝謝自己以及學校給予的機會讓我能出國開開視野，透過交換學生的機會在歐洲四處走走留下足跡並在學習和旅途中認識許多朋友進而充實自己是件非常棒的事情，非常推薦學弟妹試試看！所以出發吧！世界正在等著你！



## 赴外研修調查表

姓名：周家仔 所屬系所 / 年級：工業工程與管理系 四年級  
聯絡資訊(同意公開)：hhps970928@gmail.com  
研修國家：德國 研修學校：波茨坦應用科技大學  
研修學期：上學期 下學期 當地研修科系：cultural work  
研修期間：西元 2019 年 4 月 1 日至 2019 年 9 月 30 日

### 初期規劃

選擇此校原因：交換學校的跨領域課程與主系以及第二專長有相對應  
是否有相對應科系： 是(系所名稱 互動設計系 )  否

### 赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2018 年 9 月 1 日  
何時繳交資料提出申請：西元 2018 年 10 月 21 日  
何時獲得錄取通知：西元 2018 年 11 月 21 日

申請所需資料清單(若有網址請提供)：

<https://www.fh-potsdam.de/studieren/international/an-die-fh-potsdam/gaststudium-credit-mobility-erasmus-oder-bilateral/>

### 簽證申請

是否需要申請簽證： 是  否  
簽證費用：\$ 2625 (新台幣)  
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：德國在台協會

申請簽證官方網頁：<https://taipei.diplo.de/tw-zh-tw/service/visa-einreise/-/1695744>

申請所需文件(請逐一列出)：護照影本，申根保險，語言證明，  
入學通知，財力證明，英文版成績單，大頭貼照，  
申請所需時程：107/12/6 (申請日期) 108/1/10 (取得日期)

### 費用

當地學校需繳交費用  
學費：7500 (新台幣)  
其他項目：                     費用：                     (新台幣)  
其他項目：                     費用：                     (新台幣)  
整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：200,000 (新台幣)

### 課程與學分抵免

選課方式： 線上選課  紙本選課

■ 其他：開學後使用校內系統選課

選修學分數上限與下限：上限\_\_\_\_\_ 下限\_\_\_\_\_

是否可跨系選課：■ 是  否  其他：\_\_\_\_\_

課程難易度： 困難 ■ 普通  容易

學分抵免

- 是否有抵免學分：■ 有  無
- 學分抵免難易度： 困難 ■ 普通  容易
- 抵免學分數：1 堂課，共 3 學分
- 當地研修之課程名稱：Information Visualization 學分：6  
\_\_\_\_\_ 學分：\_\_\_\_\_
- 北科大抵免課程名稱：資料圖示與分析 學分：3  
\_\_\_\_\_ 學分：\_\_\_\_\_

語言學習資源：■ 有  無 (如：語言學習中心)

• 是否額外收取費用：■ 是  否

請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等

---

---

### 住宿

交換學校所提供之住宿選項

■ 交換學校宿舍

交換學校配合之校外租屋公司

交換學校提供之校外租屋資訊

學校是否提供宿舍：■ 是  否：

校內宿舍型式包含：■ 單人房  雙人房  其他：\_\_\_\_\_ 人房

您採用的住宿方式：

■ 學校宿舍 1 人房  寄宿家庭  自行租屋  其他：\_\_\_\_\_

其他住宿資訊來源： 研修學校  朋友

網路-網址：\_\_\_\_\_

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ 5600 (新台幣)  一週 ■ 一個月  一學期

就您所知，其他房型費用：

■ 單人房：\$ 5600-7000 (新台幣)  一週 ■ 一個月  一學期

雙人房：\$ \_\_\_\_\_ (新台幣)  一週  一個月  一學期

多人房：\_\_\_\_\_ 人房：\$ \_\_\_\_\_ (新台幣)  一週  一個月  一學期

## 交通

研修學校是否有提供接機服務： 是  否

若有，是否收取費用： 是 \$\_\_\_\_\_ (新台幣)  否

學校附近交通工具 (距離可以步行距離計算)

■公車 站名：Campus FH (距學校距離：校門口)

計費方式：出示學生證在布蘭登堡州不用錢

■火車 站名：Potsdam Hbf (距學校距離：約 15 分鐘)

計費方式：出示學生證在布蘭登堡州不用錢

■捷運 站名：Potsdam Hbf (距學校距離：約 15 分鐘)

計費方式：出示學生證在布蘭登堡州不用錢

■公共自行車 站名：Campus FH (距學校距離：校園內)

計費方式：\_\_\_\_\_

其他：\_\_\_\_\_ (距學校距離：\_\_\_\_\_)

計費方式：\_\_\_\_\_

無

## 生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：15-30 度

校園內是否有提供無線上網(Wifi)： 有  無

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi)： 有  無

當地英語使用普及率： 偏高  普通  偏低

當地物價與台北之比較

例如：捷克布拉格 vs.台北為 1.2 比 1 (即為當地物價比台北貴 20%)

交換學校所在國家城市與比例 德國波茨坦 1.2 vs. 臺北：1

生活用品採買地點

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

學生宿舍對面有 NETTO 超市可以買食材以及生活用品

Potsdam, Platz der Einheit 這站附近有藥局以及 rossman 藥妝店

Brandenburg str.這站有 dm 藥妝店以及購物商場

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

醫院診所與藥局

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

Berlin-Charlottenburg 這站附近有 Go Asia 亞洲超市

---

## **飲食**

校園

校內餐廳 宿舍餐廳 宿舍含廚房設備 其他：\_\_\_\_\_

校外

請大略分享校外附近用餐地點，並以條列式說明

餐廳名稱：\_\_\_\_\_ 類型：\_\_\_\_\_ 價位：\_\_\_\_\_ 步行距離：\_\_\_\_\_

餐廳名稱：\_\_\_\_\_ 類型：\_\_\_\_\_ 價位：\_\_\_\_\_ 步行距離：\_\_\_\_\_

其他建議

午餐可以去學校的 Mensa,離宿舍最近的是 Campus Am Neuen Palais

很少吃外食,通常都在超市買食材回宿舍煮飯

## **其他建議**

我認為波茨坦是個很適合居住的城市，距離柏林車程不到一小時，課餘時間可以去走走看看非常不錯，基本的生活用品學生宿舍對面的超市可以買齊，波茨坦火車站也有 Kaufland 這種比較大的超市，其中的商品比較多樣化。在歐洲當交換學生除了體驗當地文化以及學習獨立以外，藉由學生的身份可以享受許多福利，像是巴黎凡爾賽宮以及羅浮宮出示學生簽證可以免費參觀，申辦 ISIC 國際學生證在 APP 中也有許多折扣碼可以使用，旅遊上交通可以透過搭夜車的方式省一晚住宿費以及搭乘廉價航空都是不錯的選擇，透過交換學生的機會在歐洲四處走走留下足跡並在學習和旅途認識許多朋友進而充實自己是件非常棒的事情，非常推薦學弟妹試試看！