

學生出國研修心得報告內容大綱

請於封面上方列標題(標題內容須含：選送生研修學年度/學期、薦送學校系所、年級、中文姓名、前往研修國家及國外研修學校名稱)

研修學年度/學期	106 學年度/下學期
薦送學校、系所、年級	臺北科技大學 經營管理系 四年級
中文姓名	高靖涵
研修國家	奧地利
研修學校	維也納科技大學

一、緣起

從小就嚮往可以出去走一走，看看外面的世界、見見外面的眼界。

以前是這麼想的，不過基於家經濟所以一直不敢跟家裡提起想去國外念書這件事情，直到上了大學知道「交換學生」這個機會再也不能放過的，也從曾經在校週會從校長那聽到「大學必做的事情」，其中一項就是當一次交換學生！大三這年想申請大四交換生，第一階段沒有很幸運地上，但在第二階段上了我最想要去的奧地利！

二、研修學校簡介

維也納學校不是像普通的大學一樣，沒有一整個校園而校區是分散的，所以當自己選好課之後記得先自己查詢自己要上課的大樓跟位置會比較好。學校也有很多自修區域，圖書館也一整棟，資源非常的多。

(學校新生報到當天)



三、國外研修之課程學習(課內)

因為奧地利是屬於德語系國家，基於自己的德文才牙牙學語，所以只能選英語授課的課程，選了兩門但只上了一門，因為實在太難搶到課了，所以提醒要選課的同學一定要第一時間選課，另外我選的是 **English Communication**，課程是要常常和同學一起討論議題，所以是一門除了和老師有交集也和其他來自不同國家的學生有很多的交集，所以在這堂課也是讓自己勇敢去發表自己意見以及增進英文的一個課程。課程一整學期老師會給兩個報告議題。一、單字的不同、如何區別，二、世界很多常常大家關心的議題，像我們這組的報告題目是：基因改良的好與壞。以老師規定去呈現他要我們報告的形式，在報告結束也都會要求 Q & A。

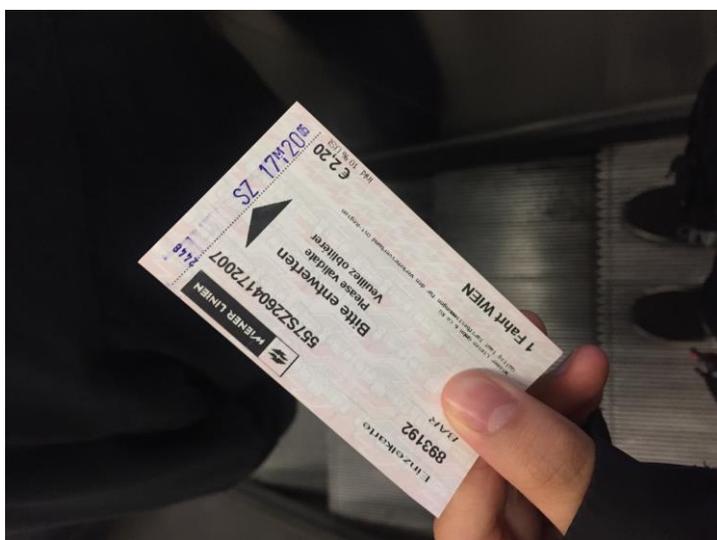
(English Communication 期末考後和老師的合影)



四、國外研修之生活學習(課外)

除了校內學習，在歐洲整個文化就是完全不一樣的一個地方。

剛來這裡對於任何事情都感到新鮮，不管是生活起居、交通、建築、食物…等，全部盡然大不相同，你要學會怎麼處理自己起居的所有，辦任何事物都要自己起手。知道到餐廳用餐絕不能帶自己的食物是禮貌、用餐完絕對要給予服務生小費也是禮貌。在這邊去銀行匯款都幾乎可以機器代替，而且其實這邊很多都是機器非人工了，搭交通工具幾乎採信任制，也就是和台灣不一樣不是刷卡才進捷運，而是自己買票自己打票，而查票員隨機查票，因為採信任制所以不會像台灣這樣，但一查到逃票單次就是罰款一百歐，所以大家都奉勸不要逃票啊！



(已打票的票根)

五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

一、報告後的Q & A

在國外很注重Q & A，在這之中除了可以看出在場學生是否專心聆聽內容及發問，也可以考驗台上報告同學是否認真準備此次報告內容可以應答學生的提問。

二、英文授課

我覺得台灣課程如果是英文相關課程，也可以以英文去教課。到國外才發現這一點是相當重要的，從在國內就該好好把自己英文能力常常訓練及運用，才能到要用的時候發揮出來，平時沒有習慣說英文的我，那時候是非常卡非常沒辦法流利講出完整的句子的，台灣教育讓我覺得有點像比較注重寫和聽，但說和讀也是非常重要的！

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

最大的幫助是你在這個環境，不得不講英文，去和他人溝通，在這之中真的英文進步很快，幸運的是，奧地利是個英文普遍很好的國家，所以基本上溝通是非常沒有問題的，在這半年進步蠻多的吧我覺得。環境真的影響一個人，況且在一個遙遠非家鄉的地方，必須自己獨立堅強面對所的事情，漸漸的我覺得無形中，我又更獨立又更堅強很多了，除了這些更去交了一些國外的朋友，從聊天對話中瞭解到他國的文化以及分享自己國家的事情，這種交流我覺得是只有在國外可以做到的。

(德文課最後一堂合影)

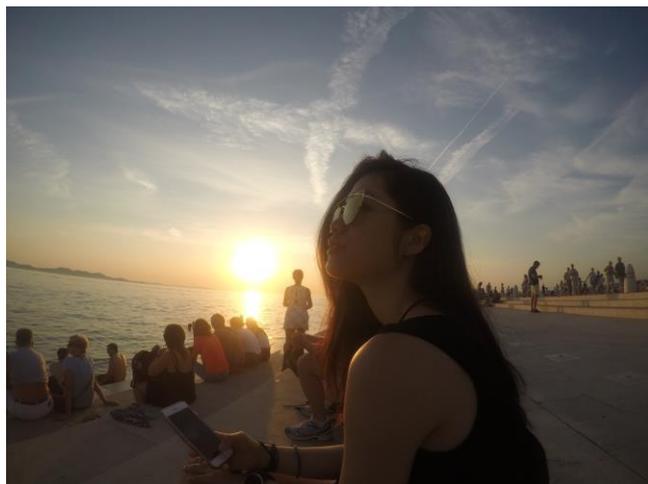


七、感想與建議

這一趟將近半年在歐洲的生活，真的對我來說過得非常快也非常充實，可能因為自己大四了所以選課也比較彈性，不缺學分的我認為自己可以選擇自己比較想做的，所以我自己選課比較少。自己選課只有星期一三有課的我，也因為常常會有假期所以自己的時間是蠻多的，所以常常有時間可以出去看看當地的環境，認識當地的文化，課餘活動也非常多，可能是外國人很喜歡辦 party，所以幾乎每週五六都是有很多聚在一起的活動，藉此也可以常常和他人交際，真的非常有趣又好玩。常常告訴自己這次來到歐洲是非常難得的機會，所以也會規劃自己出國的時間，也因為這樣我走過很多國家，雖然一開始會找人一起旅行，但之後漸漸習慣自己一個人出去闖蕩，當然到一個新國家都會非常緊張以及害怕，不過自己一個久了，知道做前置作業是不可或缺的。也記得當初第一次一個人旅行是多麼的害怕，聽過很多的扒手事件看過很多搶匪的影片手法，都會害怕這些事情發生在自己身上，每天都謹慎再謹慎的旅遊，雖然看似照片非常開心但背後是多少壓力跟疲憊在，但我常常都告訴自己這可能是唯一機會了，所以每天都認真在生活。在這之間也很多挫折在，不管是被騙錢或著被嘲笑，但還是常常要振作起來，因為我想要進步，媽媽也常常鼓勵我，要努力去嘗試被偷被嘲笑有什麼，慶幸自己沒受傷沒怎樣就好了，還有一絲可以幫助我的他都會幫我，也因為這半年出去，和自己的媽媽感情更好了，也變得會自己料理，因為自己生活就是要會自己好好打理一切。

希望出國交換的各位，都抱著一個主動、向學的心，當不是別人主動和你說話，就覺得國外人是冷漠的，凡事都要主動和面帶笑容，歐洲讓人感覺充滿愛，不管是禮讓、表情、心態，都讓我覺得生活起來，沒有一天是心情不好的，時常掛著笑容待人都讓我覺得心情非常好，常常見大家互相幫忙，而帶著亞洲面孔的我也時常有人向前詢問要不要幫忙，心是真的很暖。常常看見別人所對外國人的印象所謂的冷漠當然有，但我覺得也不是大多數的。另外難得有這個機會到國外，真的要學點東西回來，相信大家都能把這個機會用得淋漓盡致的。

(號稱最美的夕陽 photo
in zadar)





(奧地利最美仙境 photo in Hallstatt)

(彩虹島 photo in venezia)



(人生必看的極光 photo in tromsø)

(奧地利最美仙境 photo in Hallstatt)





(大笨鐘 photo in London)

(凡爾賽宮 photo in Paris)



(艾菲爾鐵塔/巴黎鐵塔 photo in Paris)



(冰河湖 photo in iceland)

(冰湖遊艇 photo in Iceland)



(白日夢冒險王
拍攝點 photo in
Iceland)



(和當地朋友吃道地的海鮮燉飯 photo in Barcelona)

(佩納皇宮 photo in Portugal)



(最熱鬧的 Red Light 和當天認識的三位亞洲人, photo in Amsterdam)



(photo in Athens)

(photo in Santorini)



備註:

1. 請依規定大綱項目書寫,但格式不拘,可採用圖文並茂附加插圖
2. 字數限制:至少 2,000 字以上
3. 容量限制:8MB
4. 請另附研修相關照片原檔 20 張
5. 請勿呈現個人基本資料(身份證字號、出生年月日、電話、住址等)

赴外研修調查表

姓名：高靖涵 所屬系所 / 年級：經營管理系
聯絡資訊(同意公開)：信箱:dontgiveup0927@gmail.com
研修國家：奧地利 研修學校：維也納科技大學
研修學期：上學期 下學期 當地研修科系：商業資訊學
研修期間：西元 2017 年 3 月 1 日至 2017 年 6 月 30 日

初期規劃

選擇此校原因：喜歡當地文化 學校學習風氣
是否有相對應科系： 是(系所名稱同上) 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2016 年 2 月 1 日
何時繳交資料提出申請：西元 2016 年 3 月 23 日
何時獲得錄取通知：西元 2016 年 3 月 31 日
申請所需資料清單(若有網址請提供)：http://oia.ntut.edu.tw/files/11-1019-9240-1.php

簽證申請

是否需要申請簽證： 是 否
簽證費用：\$ 3200 (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：奧地利台北辦事處

- 申請所需文件(請逐一列出)：填妥申請表格並簽名
- 1 張護照規格彩色近照
- 護照，效期至少六個月以上
- 台灣的大學支持信函,
- 奧地利的大學或學校入學許可
- 奧地利的住宿證明
- 足夠財力證明 (例如最近存摺，定期存款證明，薪資證明)
- 在申根國家適用的旅遊健康保險且包含回程費用，最低保障台幣 1,200,000 (歐元 30,000)
- 機位訂位紀錄

申請所需時程：2017/02/07 (申請日期) 2017/02/08
(取得日期)

課程與學分抵免

選課方式： 線上選課 紙本選課 其他：_____

選修學分數上限與下限：上限_____無_____下限_____二門_____

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：_____0_____堂課，共_____0_____學分
- 當地研修之課程名稱：_English communication_ 學分：_2_
_____無_____ 學分：_無_
北科大抵免課程名稱：_____ 學分：_____
_____ 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

INNES 德語

學費

當地學校需繳交費用

學費：_____無_____ (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：_____ (新台幣)

住宿

住宿地點

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_____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：<https://housing.oead.at/en/>

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ _____14,400_____ (新台幣) 一週 一個月 一學期

就您所知，其他房型費用：

- 單人房：\$ _____ (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：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

火車 站名：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

捷運 站名：_____ **Karlzplatz** _____ (距學校距離：_____ **2min** _____)

計費方式：_____ **€ 2.2/ one way** _____

公共自行車 站名：_____ (距學校距離：_____)

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：_____ **22°C** _____

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%)

_____ **奧地利 vs.台北 20 比 1 (20 倍)** _____

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

_____ **BILA、Bank Austria、U-Bahn、DM、S-Bahn** _____

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

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

自己煮比較省

其他建議
