

## 學生出國研修心得報告

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	106-1
薦送學校、系所、年級	台北科技大學材料及資源工程系四年級
中文姓名	吳琦璋
研修國家	Germany
研修學校	Karlsruhe University of Applied Science
一、緣起 二、研修學校簡介 三、國外研修之課程學習(課內) 四、國外研修之生活學習(課外) 五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉) 六、研修之具體效益(請條列式列舉) 七、感想與建議	

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. 請勿呈現重要個人資料(身份證字號、出生年月日、住址等)





## 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：Karlsruhe Hauptbahnhof (距學校距離：40 分鐘)

計費方式：單程票/邦票...等等

捷運 站名：\_\_\_\_\_ (距學校距離：\_\_\_\_\_)

計費方式：\_\_\_\_\_

公共自行車 站名：\_\_\_\_\_ (距學校距離：\_\_\_\_\_)

計費方式：\_\_\_\_\_

其他：路面電車 S-Bahn (距學校距離：10 分鐘)

計費方式：單程/日票

無

## 生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：2~11°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%)

交換學校所在國家城市與比例 Karlsruhe 1.5 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

REWE(超市): Kaiserstraße 227-229, 76133 Karlsruhe, 德國

Lidl(超市): Kaiserstraße 217, 76133 Karlsruhe, 德國

DM(藥妝店): Kaiserstraße 152-154, 76133 Karlsruhe, 德國

Woolworth(生活用品店): Kaiserstraße 146, 76133 Karlsruhe, 德國

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

不清楚 (沒在德國看醫生)

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：Kebab-Döner beim Europaplatz 類型：土耳其烤肉烤肉捲/麵包 價位：2.5 歐 up 步行距離：10 分鐘

餐廳名稱：Memo's Döner&Pizzeria 類型：土耳其烤肉烤肉捲/麵包 價位：2.5 歐 up 步行距離：10 分鐘

餐廳名稱：揚大中餐館 類型：合菜 價位：10 歐以內 步行距離：12 分鐘

其他建議

---

## 其他建議

剛到德國時，激活限制提領帳戶需要時間，建議現金多帶一些。

---

---

---

## 一、 緣起

大多數曾出國交換的學生早在進大學前或進大學初期就秉著要當交換學生的目標，我則不同，因認為自己能力不足以達到交換學生的門檻，也害怕語言溝通會遇到障礙等等，長期以來只想著安穩修完畢業學分，可是我心裡是知道的，我還懷有一個出國夢—身處在異文化的國度當中，有一段較長的時間能夠細細品嚐當地生活，結交外國朋友的出國夢。

這些現實因素，在我大二時考過第一次的多益考試後開始動搖，我開始覺得交換學生的門檻對於我並不是完全不可能、或許可以努力一次。於是接近一年的時間裡，開始更加積極地充實英文、關注交換學生的申請方式及注意事項，也努力修完所有課程，用三年的時間完成四年內想參與的社團、專題、校外打工等事項，讓自己準備充分以便申請上後可以無後顧之憂地放心出國學習新的課題。

研修國家及學校的選擇部分，歐洲歷史文化底蘊深厚，距離台灣較遠較少有機會去，所以鎖定歐洲國家。起先的想法是想去能更精進英文的國家，所以看了荷蘭及愛爾蘭，但考慮我本身念工程相關科系，而德國為世界知名工業大國，英文的普及率在年輕人當中也算高，即便沒有什麼學分能抵免，也想身處在工業大國中體驗環境氛圍。



圖 1 HsKA (2017.09)

## 二、 研修學校介紹

Karlsruhe 中文譯做卡爾斯魯爾，台灣當地留學生簡稱卡爾，還沒來到這個城市以前擔心它很偏僻，事實完全白擔心一場！卡爾是僅次於斯圖加特位於德國巴登符騰堡的第二大城市，該有的東西應有盡有，到什麼地方交通都方便，又不像柏林、慕尼黑、法蘭克福等大城市較混亂，是讓人感到安全及放鬆的大學城。氣候也很穩定，是德國當中僅次於弗萊堡第二溫暖的城市，常有陽光。

Karlsruhe University of Applied Science 是卡爾斯魯爾應用科大，當地較常使用 Hochschule Karlsruhe 來稱呼，簡稱 HsKA。根據維基百科簡介，是位於德國巴登符騰堡州最大的應用科技大學，包含機械、電氣工程、IT 等工程與商業相關課程及研究。



交通位置及介紹如上圖所示，卡爾皇宮成環形，右側是 KIT，左側就是 HsKA，下方黃線則是平日採買所有物品的主要生活街區。

德國的事務負責分得很清楚，若有任何疑問不知道該找誰好，可以請教 HsKA 交換學生的負責人或是學校派的 student buddy，不過要有心理準備他們通常無法給予太多協助，只能給予解決問題的方向。另外，宿舍相關業務屬於 Studierendenwerk 的負責範疇，辦公室位於 KIT 校區。



圖 2 Karlsruhe 皇宮 (2017.12)

### 三、 國外研修之課程學習(課內)

我校交換學生基本上都被安排到 International Program 的學程中，學校會列出所有英文授課的課程及時間，學生可以透過網站線上選課，專業課大多不會有名額限制(超過表定名額教授依然會收)，通識課及密集課很多都有名額限制(教室空間限制)，採先選先贏的方式，所以一到選課期間，建議盡早上網登記。交換學生也可以申請德文課程，不過要另外找負責課程的老師登記，沒辦法在網路系統中自行處理。另外值得一提的是，學期初我也想體驗體育課，經過多方詢問得知體育課程在 KIT 開課，有各種球類、甚至有騎馬滑雪等多樣的課程，可以經過連結到其他網頁登記，不過最後我選擇不登記，一方面聽說體育課非常搶手(很難搶)，一方面則是有興趣的課程時間比較難配合，提供以上資訊僅供有興趣的人做參考。

剛開始到德國第一項接觸的課程就是語言密集課，為期兩週，第一天會進行電腦分級考試，初學者可以選擇不考試、直接登記 A1.1 的班級，A1.1 會從頭開始教起，沒任何基礎是可以的，但還是建議已經下定決心來德國的同學可以學一些最基礎的德文(在台灣機構上一兩個月也好)，入門全德文教授的密集課比較不會太辛苦。開學後也有語言課，HsKA 所有的語言課皆為免費。其中還有介紹德國氣候、文化、工業、歷史、生活習慣等的 Germany Today 課程、加強德文聽說能力的課程可以選擇。以上德國相關課程我都有參與，德文雖說不上大為進步，但當作興趣學習也很有挑戰性；由德國老師來講課，對於德國各地文化也有更深一層的認識。



圖 3 德文密集課 (2017.09)



圖 4 Germany Today (2017.11)



圖 5 聖誕點心 Stollen (2017.12)

因為科系不甚相符的緣故，我只選了一門專業課 Renewable Energy，對於英文能力不是太好的我來說，英文專業課還是比較難理解一點，但有花心力準備的話也不會跟不上。密集課課程強度較高，但時間集中很好安排，是熱愛旅行的學生的好朋友，常常上星期五六日三個整天就能夠拿到學分。推薦 Presentation Technique 這門密集課，內容主要教授英文簡報技巧，每位同學都要單獨上台以英文報告兩次，很有挑戰性且收益良多。

對於課內課程，當然，每個人出來交換的目的不盡相同，有些同學說穿了就是出來旅遊半年，常常課不去上、不參加考試(德國的考試是採登記方式，不一定上了課就必須登記考試)、學校活動也不參加，但我認為旅遊再多的以後都是機會，若因此錯過學校生活是非常可惜的。



圖 6 德文聽說 (2017.12)



圖 7 Crossing Culture (2018.01)



圖 8 Presentation Technique  
(2017.10)



圖 9 Future Leadership (2017.12)

#### 四、 國外研修之課程學習(課外)

HsKA 本學期提供了四趟校外教學，分別是 Karlsruhe 市區導覽、賓士博物館及啤酒節一日遊、海德堡一日遊、及 ZKM 藝術互動媒體中心參訪，包交通及導覽價格由 1 至 5 歐元不等，非常划算且可以與校內來自不同國家的交換學生同遊，有名額限制，要盡早報名卡位。特別推薦位於斯圖加特的賓士博物館，一般對車子沒什麼興趣的女生也可以去參觀！

Studierendenwerk 也會舉辦活動，例如協助尋找語言交換的 Tandem Partner 聚會、慕尼黑就業博覽會和聖誕市集參觀、及溜冰包套活動等等，相關活動皆可參考 Studierendenwerk 的網頁

(<http://www.sw-ka.de/cn/internationales/exkursionen/>)，由 Studierendenwerk 所辦的活動，除了 HsKA 的學生以外，也會有 KIT 的學生參與。



圖 10 賓士博物館 (2017.09)



圖 11 ZKM (2017.11)



圖 12 海德堡 (2017.12)

平時要注意德國的特殊節日，可以提前採購以免超市休息買不到食材；若要出遊也可以提前規畫行程，歐洲交通票大致都比台灣貴上許多，且像機票那樣浮動價格，越早規畫越有機會買到便宜的票。交通部分，大多數學生會搭乘巴士、火車(早鳥票)、飛機(歐洲廉航)等較省錢的交通工具，可用 GoEuro 等分析花費的網路平台來規劃，搭乘德國巴士 Flixbus 若跨國要記得帶護照，德國國鐵 DB 規定很多須提前查詢，每間廉航的行李規定不同要自己注意；住宿部分，大多數學生會選擇床位式的青年旅館，旅遊中都要格外注意自身物品以免被偷被搶。

#### 五、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 語言：幾乎大小事都必須用英文開口，在全德文的環境當中學習德文。
2. 生活：獨立自主解決生活上、學習上、及各方面會遇到的問題及困難。
3. 學習：台灣的學生大多比較被動，比較起來外國的學生常常很有自信且踴躍發言；台灣的學生大多比較負責任，願意在團體作業付出許多。
4. 教學方式：「老師負責說、學生負責聽」的教學方式在這裡普遍看不見，老師在課堂上常常拋問題或要學生分享想法，甚至會要大家離開座位去跟他人互動，學生也常常主動回答問題、大方表達意見。
5. 考試：德國的考試經由登記才需要應考，也才會登記在學期成績單上。
6. 文化：在這裡會面對到很多不同語言、文化、歷史、習慣的人，彼此間要如何相處都是學習。

#### 六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 語言：嚴重意識到自身英文口說能力的不足及單字量的缺乏。在生活中應用德文，有學以致用、學習功效加倍的感覺。
2. 生活：雖然很多學生到大學以後已算是離家生活，但與身在國外身旁親友遠水救不了近火的情況還是有很大的不同，在很多情況當中要強迫自己主動且勇敢，每次經歷困難後都有剝一層皮重生的感覺。
3. 學習：不論是在課堂還是社交中，會告訴自己要熱情積極踴躍參與，多多發表意見互相指教，也可以認識很多新朋友。
4. 考試：德國的考試經由登記才需要應考，也才會登記在學期成績單上，所以可以多多挑選參與有興趣的課堂。
5. 文化：在這裡會遇到來自於很多不同國家的同學、老師、旅伴等人，有非常多的機會能夠認識新朋友，這也意味著會面對到很多不同語言、文化、歷史、習慣的人，小至普通朋友打招呼、大至成為至親好友，彼此間要如何相處、要如何在團體作業中合作都會成為一個課題。
6. 旅行：旅行能夠增廣見聞，到不熟悉的地方事前要做很多功課，怎麼省錢、有趣、又安全的玩都是一種學習；旅行中也會遇到很多突發狀況考驗臨場反應；返回後的反思也會成為一輩子的記憶。這些訓練就像縮短版的人生一樣，不停地為未來做準備、解決問題、反省自己。

## 七、 感想與建議

交換的半年當中，敞開心胸、憑著一股熱情認識了許多新朋友，有共患難的北科夥伴，下火車第一個遇見的、去年來過台灣當交換生、開著車替我們載行李的 Student buddy Leonie，臉書社團 Taiwanese in Karlsruhe 共享卡魯資訊互相照顧的大家也曾約出來吃飯、氣氛和樂，以及來自各地的台灣交換生等等，自己是、也把大家都當成旅人而更容易很快地打成一片。雖然身處在陌生的環境，麻煩和不熟悉的事情很多，但多虧了這些新朋友，開心的時光也很多；這段時間中看過更多種不同個性的人們，也許不是每個人的個性都非常合得來，但也因為如此對於合得來而能常常在一起的夥伴們感到非常珍惜，在人際關係中學習變得更圓滑、更看得開。



圖 13 Student buddy (2017.09)



圖 14 台灣卡魯同學會 (2017.10)



圖 15 來自各地的台灣交換生 (2017.10/2017.11)



本身很習慣台灣中式熱食料理，但對於很多德國在地和其他歐式風味的異國料理也懷有滿滿的好奇，所以旅遊的時候會盡可能地嘗試道地餐廳，在宿舍時也會買不同的食材回來嘗試，半年下來說不上變身小廚師，養活自己卻是非常足夠的，也可以聯合周圍各國的朋友們互相分享家鄉道地料理。歐洲的飲食跟東方還是有蠻大的不同，以德國來說，對於我們白飯是主食、肉是配菜，而德國則是肉為主食、白飯是配菜，非常奇妙！德國家庭中早晚餐大多以麵包(冷食)為主，而中餐則是唯一會吃熱食的一餐，也因為冷食占了

生活中很大一部份所以選擇比台灣多樣，光是麵包的沾醬、塗醬就有百百種口味，沙拉的菜、肉、起司也非常多選擇，奶製品例如牛奶、優格也大多便宜又好吃；熱食的選擇相對就少得可憐，遇到很多東方學生出外大多選擇中式餐廳用餐，雖然自己有時候也想念台菜，但我總是告訴自己不應該用厭惡的心情常常想著歐洲的東西好難吃、而是利用這半年好好體驗歐洲式飲食，大膽嘗試！

(真的非常想念台菜的話，推薦卡魯「揚大中餐館」~)



圖 16 德式咖哩腸 (2017.09)



圖 17 南方德國豬腳 (2017.10)



圖 18 啤酒節炒堅果 (2017.10)



圖 19 韓國夥伴下廚 (2017.11)



圖 20 歐式早餐 (2017.10)



趁著擁有歐洲學生證的時候可以多出去走走，除了歐洲到歐洲的交通票總是便宜過從台灣大老遠跑過去以外，有很多博物館及其他設施對於歐洲學生及青年都有相對應的優惠，必須好好利用！另外建議小心臟的人們旅遊前多做功課、減少不確定性(例如天氣對於歐洲旅遊就非常重要!)，就可以在有限的時間內用最有效率、最爆肝的玩法，省錢、想體驗地卻又能夠都體驗的到。除了去各地受洗禮外，我也將在德國學習到的文化分享給親友，像是親自動手製作德國 12 月最流行的聖誕倒數月曆給親戚，或是在親戚到訪歐洲時帶著他們玩。



圖 21 新天鵝堡 (2017.10)



圖 22 芬蘭極光(2018.01)



圖 23 聖誕市集 (2017.12)



圖 24 自製聖誕倒數月曆 (2017.11)

經過學姊的推薦，我報名了一個非營利組織所承辦的德國寄宿家庭計畫，在聖誕假期間入住一個位於 Minden 的德國家庭、真正體驗德國當地人是怎麼度過一年當中這個最重要的節日—聖誕節，也因為這個期間被當成家人般的照顧，知道了原來比起 25 日聖誕節其實更多活動在 24 日平安夜這天、在客車中奔馳在德國無速限的高速公路上、從德國人的角度又是怎麼看

東西德時期和現今德國的經濟及社會呢？諸如此類雖然沒有也沒關係、有了卻非常美好的小小體驗。



圖 25 平安夜大餐 (2017.12)



圖 26 預測新年運勢的小遊戲  
(2018.01)



圖 27 親自下廚台式家常菜  
(2017.12)



圖 28 與 Home 家附近走走  
(2017.12)

雖然出去前會有很多擔心與不確定，在經歷困難的時候也會常常感到灰心沮喪和無力，但到最後就像脫一層皮一樣整個人煥然一新、充滿衝撞世界的勇氣，這段期間所學到的課本沒有的東西很難一一詳細敘述，再怎麼努力心得所能提到的都仍是表層，我相信這些經驗經過沉澱都會成為心中小小的芽，在面對不確定的未來時成長成勇氣、能力、自信等現代人最需要的軟實力。



圖 29 卡魯冬日暖陽 (2018.02)



圖 30 夜晚的 HsKA (2018.02)

