

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下學期
薦送學校、系所、年級	北科大光電系四年級
中文姓名	陳宜君
研修國家	德國
研修學校	FHWS
一、緣起 從小學開始，就開始幻想長大後能夠走遍世界各地，親眼所見世界之美。到了大學發現本校很鼓勵學生出國交換，眼看著身旁不少人一個一個都在當交換學生，我當然也不放棄這個機會極力爭取。說來複雜，一開始被媒合到的學校是德國Offenburg University of Applied Sciences，但是聽聞在那邊交換的朋友說此校交換學生不多，學校也不大，讓我有想換學校的念頭。於是跟另一位好友到國際事務處一起換到奧地利Salzburg University of Applied Sciences。送出第二階段申請後滿心期待收到錄取證明，卻沒想到會被對方拒絕。在事務處的人員幫忙之下再次申請德國FHWS才終於順利如願能出國交換。	

二、研修學校簡介

我的研修學校是FHWS，而其有兩個校區，一個是位在德國小有名氣的Würzburg，另一個則是位在名不見經傳的小城鎮Schweinfurt。而我選的系所就是在這座小城Schweinfurt。在這座城市又分了兩個校區，其間格走路約10來分鐘。校園不高但很新，校園的設備不多但應有盡有，就連茶水間都備有咖啡機、微波爐供學生使用。廁所總乾淨明亮不臭。令我印象深刻的是校園內有自動販賣機販售香菸，在校園裡只要不在室內都是可吸菸的。在一樓的迴廊還有德國人愛玩的桌型手足球供學生娛樂。而學餐雖說位置不多，顛峰時間也是會大排長龍，但是感覺乾淨衛生。會分主食、副食(如沙拉、薯條)、飲料、水果或甜點分門別類擺放。雖然學校沒有操場讓我很不可置信，但是整體來說校園的環境給我的感覺是很人性化、很舒服的。在這個校區主要的科系有兩個，一個是Logistic，另一個是Business and Engineering。

三、國外研修之課程學習(課內)

我修的課不多，主因是我所就讀的本科系用中文授課都很難懂了不想再聽外語的授課。而且來交換也想上上看不同領域的課程。令我比較有印象的是這所學校有一個課程是為期一周，邀請世界各地的

老師到這裡開課，有不同的主題學生可以自己選，只有一周但也可拿到學分，比較辛苦的地方在於是從早到晚從一到六的密集課。我所選的是核心訓練-人際關係管理方面、以及面對文化差異如何友善溝通。我感受到這裡的教授不太會擺姿態給學生，他們友善、很尊重學生的想法，是一起探討互相學習的感覺，而非單方面的傳授知識。而且會努力設計互動的細節讓學生去親身體會。德國人就是一個直來直往的民族，他們的學生給人感覺很敢發言想到甚麼就說甚麼，會跟老師一來一往的對談。我覺得在台灣即使自己有獨特的見解也不會在課堂上直接與老師探討，我想其緣由一是學生不愛表態、二則是老師也不見得會接受，學生自然不想爭論。

四、國外研修之生活學習(課外)

宿舍生活我最喜歡的時光之一就是許多來自各地的交換學生一起打桌球、排球。在離宿舍不遠處有個沙灘排球場，我本來不是愛打排球的人，但是在那一起打排球的時光真的好開心好開心。有時會邀請朋友到宿舍一起煮飯、交流不同的飲食文化。在宿舍頂樓有個交誼廳，裡頭有廚房電視大桌子沙發，有人生日時我們在那裏慶祝、有人得離去回國時我們在那頭歡送。德國超市也是我很愛去的地方，物美價廉的Lidl、Aldi，稍貴但是品項很多的EDEKA。德國身為歐洲大國超市的物價卻是相對非常便宜的，平均收入比台灣高許

多，而東西有些都比台灣便宜實在沒道理，而且冠上德國製又給人很安心的感覺，所以我真的去了之後很愛德國。歐洲人注重自己的生活品質，他們不把工作當作一切。每到周日甚麼商店都不會開，週日應該是他們的家庭日吧！他們也注重規則，同為服務業他們不會像台灣總是以客為尊才養出許多”奧客”。在德國搭國鐵沒有開門，所以可以沒買票就上車，但是被抓到會被罰很多錢。也許靠著一些小伎倆小聰明是很容易逃票，但我認為德國的人品教育很成功，大多數的人是不會這樣做的，讓我很欽佩。

五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

- 德國：老師愛發問、學生愛發言

台灣：老師有愛發問也有只顧教自己東西的、學生不愛發言

- 德國：設備齊全（如咖啡機、微波爐、販賣機賣香菸飲料零食）

台灣：僅飲水機，但校園會有便利商店！

- 德國：地理環境因素，學生會來自各個地方、國家

台灣：理論上九成以上都台灣人

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

- 在宿舍生活讓我從生活白癡學會如何照顧自己
- 學會打掃、煮飯

- 學習主動開口與人交談
- 學著凡事靠自己、妥善規劃事情
- 學習金錢妥善分配

七、感想與建議

對於出國前與出國後的我，有甚麼最大最明顯的差異我目前也不知如何說起。也許親眼看見了許多美景、歷史遺跡、甚至是從前在歷史課本上看過的沒想到有一日能親眼見證，心裡的确震撼，讓我看見世界何其大何其奧妙，心胸也變得開闊些。在課餘時間走了11個國家，有些城市只是走馬看花，也有深度旅遊。文化差異很容易觀察大家看得多網路上也分享的多就不多說了，至於開拓國際視野太冠冕堂皇的話我也說不出口。我在異國認識了來自不同地方的朋友，我從大家身上看見了許多特質，有的是優點有的是缺點。在與跟台灣人的相處間，我有時會聽朋友跟我抱怨，與此同時我開始反思，想著自己是不是有時也做了一些不懂事的行為捆擾著別人。我在人群中觀察怎樣的人會被人喜歡，自己也想學習當個可靠的人。在從前的校園團體生活中我從未想過這些事，也許是一路上都過得太安逸沒有被排擠過沒有明顯被人討厭過。但在一開始身處異地的我沒有好朋友，開始會琢磨這些細節。我遇到一個女生我覺得他很有想法，他不像現在大多數的人總人云亦云，他所說的話做的決定

都是他經過深思熟慮後才有的行為。我受到了他的激發開始想讓自己也變得更好。於我最大的收穫就是長到了22歲第一次真正脫離舒適圈。這半年雖說長不長說短不短，但也是真的經歷了許多前所未有的體驗。在異地時而也會遇到煩惱只能靠自己解決，有時候會想著同為交換學生為何每個人所遭遇的是為何大大不同，但想一想又覺得大家各自待在不同的國家，遇到不同的人會一樣才奇怪，不管遇到何種困難都視為一種挑戰，克服後就能成長了。也許還說不出具體的轉變，但內心深層一定有所不同吧！總之能有這個機會真的是太棒了。



(圖一) 城市舉辦Wine Festival



(圖二) 在宿舍門口玩雪



(圖三) 邀請土耳其朋友一同做飯



(圖四) 跟大家一起玩桌遊



(圖五) 交換學生一起去巴西餐廳吃飯



(圖六) 學餐的飲食



(圖七) 德國朋友教我們德文



(圖三) 大合照Family Pic

赴外研修調查表

姓名： 陳宜君 所屬系所 / 年級： 光電系四年級
聯絡資訊(同意公開)： _____
研修國家： 德國 研修學校： F H W S
研修學期： ☐ 上學期 ☒ 下學期 當地研修科系： Business and Engineering
研修期間：西元 2018 年 03 月 15 日 至 2018 年 09 月 30 日

初期規劃

選擇此校原因： _____
是否有相對應科系： ☐ 是(系所名稱 _____) ☒ 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2017 年 8 月 ____ 日
何時繳交資料提出申請：西元 2017 年 12 月 ____ 日
何時獲得錄取通知：西元 2017 年 12 月 ____ 日
申請所需資料清單(若有網址請提供)： _____

簽證申請

是否需要申請簽證： ☒ 是 ☐ 否
簽證費用： \$ 2720 (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
申請所需文件(請逐一列出)： _____ 官網有詳細資料
申請所需時程： 2018/02 (申請日期) 2018/03 (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用
學費： 約 3000 (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)： _____ (新台幣)

課程與學分抵免

選課方式： ☐ 線上選課 ☐ 紙本選課 ☒ 其他： 只需線上註冊考試
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：_____堂課，共_____學分
- 當地研修之課程名稱：_Core Competences 2_ 學分：_2.0_
German Language Level A1 學分：_5.0_

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

_____ 學校提供德文課程 _____

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_____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

\$ 277 (歐元) ☐ 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： campus 1 (距學校距離： 1 min)

計費方式： _____

□火車 站名： _____ (距學校距離： _____)

計費方式： _____

□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： _____ (距學校距離： _____)

計費方式： _____

□無

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍： 20

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 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

超市:Lidl、Aldi

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

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

_____自己煮最棒_____

其他建議

_____校方有提供學伴_____
