

出國研修心得報告

研修學年度/學期：107-2

薦送學校、系所、年級：臺北科技大學應用英文所碩二

中文姓名：黎羽慈

研修國家：德國

研修學校：班堡大學 (Otto-Friedrich-Universität Bamberg)

一、緣起

從高中開始，我就選擇職校唸英文科；一直到大學與研究所，我都是念選擇英文系所。由於對語言學習有著極大的熱忱，所以我一直想出國看看世界，體驗國外生活，並學習除了英文以外的外語。這個想法深埋在我心中好久好久，曾經想過很多出國的方式，例如：暑期遊學、打工度假，亦或到國外工作等等。到了北科之後，知道學校有交換學生計畫，可以讓我同時實現體驗國外生活與學習其他外語這兩個目標，於是決定在我學生生涯的最後階段，踏出舒適圈，到歐洲去看看！也希望能藉由這個機會好好瞭解歐洲的生活環境與工作機會。

二、研修學校簡介

班堡大學(Otto-Friedrich-Universität Bamberg)，位於德國巴伐利亞州北部，是一所歷史悠久的公立大學。班堡大學的全名，是以兩位貢獻者的名稱來命名。一位是Melchoir Otto Voit von Salzburg，他在1647年成立耶穌教育機構"Academia Ottoniana"。另一位是1735年選帝候主教Friedrich Karl von Schoenborn，他成立法學院，使這個學校有著完全大學的基本架構。

班堡大學的學系共分為：神學、語言與文學、歷史與地理學、社會與經濟學、經濟資訊與應用資訊學和教育、哲學與心理學。班堡大學位於老城中，連學系位置也分散在班堡各個角落；因此，遊走在每個學系的系館與圖書館，都會有不同的發現。

三、國外研修之課程學習(課內)

在學期開始前，我參加一個月的德文先修課程。先修課程的德文老師人很好，會隨時注意學生反應，有任何問題也都會非常有耐心地重複講解。除此之外，老師在課堂上也用很輕鬆幽默的方式，來分享德國的食衣住行以及

文化，這對初到陌生環境我們很有幫助！

因為回國後不需要抵學分，我把目標設定在學習德文，開學後，我選了A1德文課。A1德文老師上課步調很慢，循序漸進、很有條理，很適合德文初學者。由於想瞭解德國的職場環境，以及不想因為學習新的外語而讓英文變得生疏，我選了另一門商用英文-管理議題，老師上課除了講解理論的概念，也分享了很多德國職場上的管理案例；課堂上就像一個讀書會，老師帶領著大家參與討論，並適時地引導學生。

比較特別的是，德國跟台灣不太一樣，選課與考試是分開的，而且只有期末考；學生可以於期中自行決定要不要註冊考試，假如需要學分的話就必須註冊考試。德國大學只有期末考，老師平常上課也不會給回家作業或報告；因此，養成了德國學生會自動自發、對自己的課業負責。

四、國外研修之生活學習(課外)

除了平時專注在學校課業上，德國有很多國定假日；難得大老遠來一趟，當然要把握機會在放假時多出去走走！

● 德國



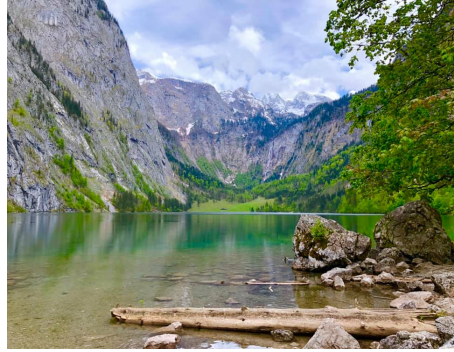
班堡－假日市集



紐倫堡－審判紀念館



漢堡一周日魚市集



國王湖



科隆大教堂



柏林圍牆

● 冰島

冰島像是個被遺忘的國度，保有好多大自然最原始的樣貌與風景！這除了感嘆冰島好美，同時也對於大自然的奧秘感到驚嘆，站在6000年前形成的火口湖前，宇宙之下，大地之上，人類原來是如此的渺小。冰島果真是一生必去的國家！



● 奧地利（哈修塔特/薩爾茲堡）

美到被列入世界遺產的哈修塔特，不枉費一大早6點起床，中間還轉了三次車。自助旅行中最棘手的大概就是車票問題了！前一天好不容易買好了車票，結果App收不到車票QR Cord；打了三四通電話跟客服雞同鴨講，最後終於遇到一個英文好很多的客服，順利在上車前十分鐘解決車票問題！

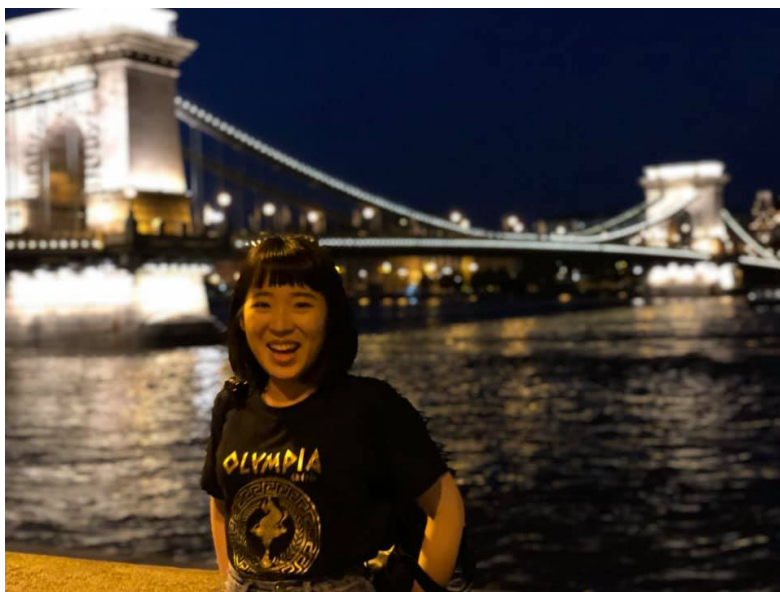


● 匈牙利（布達佩斯）

太喜歡布達佩斯一切的一切了！很幸運，這次去布達佩斯遇到了很照顧人的房東，提供很多旅遊資訊之外，有任何問題都會很迅速的回覆；房東還介紹

一家吃到飽的匈牙利餐廳，一個人居然不到台幣兩百塊！最方便的是，住宿的地點就在地鐵站旁邊，有著像Frida Kahlo家一樣的花園。

匈牙利的物價很低，傳統的匈牙利菜很好吃，但是食物有點鹹。以前覺得日本食物很鹹，但來德國之後覺得德國食物更鹹上好幾倍；試過匈牙利菜之後，我對鹹味的接受度又刷新了！牛肉湯鹹到我覺得我的腎在哭泣了；中央市場裡最喜歡Lángos，餅皮有點像炸彈蔥油餅，酥脆而有嚼勁，本身帶鹹的麵皮，做成甜點也很搭很好吃！





● 瑞士

半夜2點的FlixBus，早上11點終於到蘇黎世，接著再轉搭火車到琉森。踏出車站，迎面而來的是和煦的微風與暖陽，頓時所有的睡意與疲憊也隨風而去。琉森湖有好多可愛不怕生的天鵝；波光粼粼、清澈見底的琉森湖真的太美啦！

六月的少女峰還是很冬天，極寒極凍的風雪，讓人完全無法站著好好拍照，看那放肆的頭髮，根本就像打仗一樣！拍完照感覺就像在雪地裡翻滾了一圈。





- 捷克（布拉格）

布拉格不大，一天就可以走完啦！喜歡布拉格的建築、風景跟很有特色的可愛電車，但是不喜歡這裡很難走的石磚路，還有這裡的人很兇很不友善，捷克的治安比較不好，扒手較多。



● 義大利

從素有小威尼斯之稱的班堡來到真正的威尼斯，彩虹島真的太美！這次也收集了五漁村的其中兩個村 — Riomaggiore 跟 Manarola，希望有一天還能再回來把剩下的三個村走完。



- 梵蒂岡

在羅馬走著走著，走到了梵蒂岡這個城市國家。梵蒂岡博物館簡直就是天主教藝術品的藏寶庫，好可惜最後的西斯汀大教堂不能拍照，只好仰頭多看幾眼我最期待的『創世紀』和『最後的審判』。博物館超大，是單一路線，所以不能抄捷徑，但是花了一個上午全程走完覺得超值得的！最後有點可惜的是因為排隊的人實在太多了，來不及到教堂最上面去眺望整個梵蒂岡。



● 荷蘭

上學期修過一門『藝術創意與文化』，上課討論過好多幅著名畫家 Vermeer 的經典畫作，所以這次來荷蘭也特地到海牙跟台夫特，看看 Vermeer 的名畫與故居。看到真跡就掛在眼前，感覺好奇妙，很不可思議。之前期末報告分析過每幅畫的筆觸、構圖，以及細膩的手法加上對光影的運用，親眼見到時，都有更真實的感受，也更震撼！



五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

- A. 歐洲的教育著重在課堂上的討論與互動，老師會循循善誘地引導學生。平常不會有考試或紙本報告，也沒有期中考，只有期末考；老師跟學生的互動像朋友一樣，不會盯著你念書、交報告，這讓學生懂得為自己的學習負責，不是為了應付考試、交報告而念書，因為期末考如果考砸了，就直接被當掉。
- B. 歐洲學生都很自律，上課不太會遲到；課堂上也都很熱衷參與討論，不會害怕自己說錯，對於每個同學所發的見解，老師並不會評論對錯，反

而會以鼓勵與引導的方式，來探討大家所提出的論點。

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

- A. 可以瞭解台灣與歐洲學習環境的不同，會被歐洲學生對課業的認真與負責所渲染。同時，歐洲學生在課業外會安排很多戶外活動或運動，例如：打球、跑步或烤肉野餐等等；相較於台灣學生總是沉迷於手機或電腦，認識了歐洲學生之後，會開始學習怎麼安排生活。
- B. 在完全陌生，尤其是語言不通的環境生活，會遇到各式各樣的狀況，迫使自己走出舒適圈，並想辦法去解決，進而培養自己對事情的隨機應變。
- C. 重新燃起對世界的好奇心，不再把自己囚禁在手機網路的世界裡，透過旅遊去體驗各個國家的文化與風俗民情。

七、感想與建議

還記得踏上德國第一天，遇到了德鐵停駛導致班次大亂，所有到班堡的車次都被取消了。手上握著早已買好的火車票，拖著25公斤重的行李箱在各個月臺階梯跑上跑下，到處問要怎麼轉車到班堡。聽不懂車廂內的德文廣播，不知道下一站會停在哪裡，中間還一度在荒涼到連站務人員都沒有的小站下車，幸好在會說英文的德國人幫助之下，終於轉車到班堡！原本只要三小時的車程，因為突發狀況，總共花了六小時才成功抵達班堡。歷經了這煎熬的六小時，我知道自己沒有時間感到恐懼，更沒有時間哭著想家，我必須勇敢地面對我眼前的一切，咬著牙往前走！

可能大多數的人對於交換生或出國念書的人都有個刻板印象——家裡一定很有錢。其實在歐洲生活，並沒有想像中的燒錢。這半年，為了能夠多走幾個國家，每天想著如何從生活中省吃儉用，訂便宜的车票與住宿，只要做好規劃就能控制好預算與所有花費。

「讀萬卷書，不如行萬里路。」這半年，我去了大約十個國家，看過

好多以前在課本上、旅遊雜誌上，甚至是網路上，那些我嚮往已久的風景。從原本對陌生環境總是感到害怕，到面對各種狀況都能隨遇而安，也讓我更勇敢地、更能敞開心胸去享受每段旅程，體驗各國文化。

這一趟歐洲，真的使我成長許多。世界這麼大，不去走走真的太可惜！與其總想著：「以後有機會的話．．．．．」，那不如現在就著手計畫吧！也許對於那未知的世界會感到害怕、恐懼，或甚至覺得自己做不到，但是人生不就是從跌跌撞撞中去學習。如果現在你正在猶豫或是對未來感到迷惘，那不如給自己一個機會，也許你對人生會有不同的體悟！

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)

赴外研修調查表

姓名：黎羽慈 所屬系所 / 年級：應英碩二
聯絡資訊(同意公開)：FB：Sophie Li
研修國家：德國 研修學校：班堡大學
研修學期：☐上學期 ☒下學期 當地研修科系：英文系
研修期間：西元 2019 年 3 月 1 日 至 2019 年 8 月 31 日

初期規劃

選擇此校原因：班堡大學是跟學校合作的新學校，也有語言相關科。

是否有相對應科系： ☒ 是(系所名稱 英文系) ☐ 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2018 年 2 月 日

何時繳交資料提出申請：西元 2018 年 3 月 5 日

何時獲得錄取通知：西元 2018 年 10 月 5 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：\$ 2600 (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)：_____

申請所需時程：2018/11 (申請日期) 2019/1 (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用

學費：_____ (新台幣)

其他項目：學生會費 費用：3240 (新台幣)

其他項目：宿舍 費用：8928 (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：_____

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：_____學分：_____
- _____學分：_____
- 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

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 2 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

\$ 248 歐 _____ (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：_____ (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：_____

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 德國班堡 36 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

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

其他建議
