

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	108-2
薦送學校、系所、年級	國立臺北科技大學 工業工程與管理系 四年級
中文姓名	黃郁晴
研修國家	Austria
研修學校	University of applied sciences - Fachhochschule Kufstein FH Tirol

研修108學年度/ 第2學期

薦送學校系所: 國立臺北科技大學工業工程與管理系

年級: 大四

中文姓名: 黃郁晴

前往研修國家: 奧地利

國外研修學校名稱:

University of  
sciences-



applied

Fachhochschule Kufstein FH Tirol

## 目錄

一、緣起-----	4
二、研修學校簡介-----	4
三、國外研修之課程學習(課內)-----	4
四、國外研修之生活學習(課外)-----	5
五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)-----	6
六、研修之具體效益(請條列式列舉)-----	6
七、感想與建議-----	6

## 一、緣起

其實在大一的時候就有耳聞北科有許多與國際交流的一些計畫，像是國際志工或是交換生以及海外實習，所以在進入大學的初期，就給自己訂定一些目標，期許自己能夠在課業之餘，還能夠去參加這些計畫，提升自身的國際觀。

並在大二的時候，身邊與外系的朋友陸陸續續都跑去當北科交換生的buddy。有些人是因為想要賺取國際處的時數，有些人是想要練習英文，也有些人是想要交一些外國的朋友，但不管各自所選擇去擔任buddy的原因為何，他們在那個時候總是會帶著北科的外籍生與我一同玩耍與交流，也因此使我對於交換生計畫更加憧憬。

然而在大三上左右的時候有開放第一波志願序填寫，但由於那時候面臨升研究所的抉擇，故第一波交換生申請並未提出申請。但在3月左右，覺得自己沒辦法完成自己當初入學所訂定的志向會非常可惜，故又補申請交換學校，也順利的申請到奧地利的交換校。

## 二、研修學校簡介

本次我所研修的學校位於德國工業重鎮的下方，奧地利。奧地利除了是舉世聞名的音樂之都，也是大家所知非常適合移居的城市之一，除了有壯麗的山也有良好的治安。而我所研修的學校是University of applied sciences - Fachhochschule Kufstein FH Tirol，它在奧地利鄰近慕尼黑的一個小城鎮(kufstein)，每年大約有來自50個國家200多人的交換生前往該學校交換，但本次由於covid-19疫情影響，來交換的學生與國家數並沒有如上述所說的數字那樣的多。

住宿:在住宿方面，該學校有提供校內住宿也有推薦的租屋名單，而校內住宿又分為A、B、C、D棟，四棟都位於離學校要步行25分鐘左右的區塊；由於AB棟較早建造，故AB棟租金較低，但通常學生聚會的common room都會在AB棟之間舉行，所以如果你想與交換生多進行交流，可以選擇將AB棟排在志願序的前方；CD棟是較新的建築，也由於較新的緣故，租金會比前兩棟來的高，此外在CD棟也有許多實用的設施(如烤肉架)，如果你是該棟的住戶，你也可以再任意時間前去使用。

餐飲:民以食為天，在學校旁邊就是他們的學生餐廳，通常廚房每天都會有不同的菜色供大家食用，而菜單的部分每周都會更新在App，喜歡嘗鮮的朋友可以不斷的去查看菜單，也許會有不同的收穫

教學:在教學方面，由於我只有上過低於五堂的面授課程，但想跟大家分享的是，在這邊上課老師們都會希望你能夠與他們交流，分享意見，大家一起思考與討論，因而如此很常在課程中就會有小組的即興報告，老師也會根據你的報告給予及時的回覆。

修課相關:在這邊交換生最低修課數是6門，也就是你任意選擇你喜歡的6門以上的課程，並在學期初填寫修課單交給國際處，他們會幫你進行登記，順帶一題若你在上完第一堂課的一周內覺得該堂課不符合你預期，你可以在一周內進行加退選的動作。

## 三、國外研修之課程學習(課內)

在學期初的時候我修了一門叫做sport management，而那堂課程主要的教學方式是老師給你一張體育組織的架構圖，讓大家去思考為什麼是這樣分層，而層與層之間具備甚麼關係，並在上課的時候鼓勵大家分享各自的想法，並順著同學的回答去幫助學生建立起體育組織的分析。而在第一堂課的課程後段，就要求學生根據老師所提供的文獻，分配小組報告，要求學生根據文獻閱讀去回答老師當堂所要學生反思的問題並在下周進行上台報告。在歐洲的covid-19疫情爆發前夕，我還上了strategy human resources以及german Lv1的課，在strategy human resources這堂課最印象深刻的是，老師上完一板一眼的名詞定義與解釋後，她會運用歷史中的人力資源

案例帶你去探討，當你遇到相同狀況的時候，你會如何運用人力資源管理，而古人跟你的所做的人資管理抉擇又有甚麼不同？或是透過文章進行小組的閱讀討論時間，進行課堂間老師所提出的問題去做回覆，並要求同學在時限內進行文章的大綱摘要讓大家更有參與和學習的感覺。同樣的德文課的老師也會透過一些課堂小遊戲或是活動，帶領你更快進入狀況，而老師也可以根據那些小遊戲或是班級活動，去了解她的課程進度是否恰當。但唯一覺得德文課比較有點失望的是，因為老師並沒有從字母為頭當教學的起點，而是直接用常用的句子或是名詞當作她教學的起點與重心，所以若你在來到交換校之前未修習過德文，你非常有可能會有學習吃力的感覺。

#### 四、國外研修之生活學習(課外)

在課外活動的部分，由於這所學校較靠近山區，故有許多山可以攀爬，冬天的時候還可以滑雪；此外附近也有許多美麗的湖，除了爬山之餘也可以到湖附近踏青。



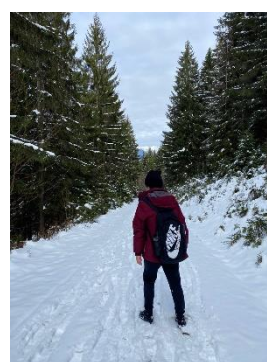
交換生登山群



與其他交換生去學校附近的滑雪場



爬到離學校最近山的山頂



山上的雪道

學校本身除了6門正課可以選外，開學的時候也有許多體育課程可以選擇(游泳、跑步、健身、籃球...)，喜歡運動的同學可以在學期初的前幾周在學校網站moodle申請。而在這所學校跟台灣的大學一樣，有學生會時常舉辦各種不同的活動，像在學期初有很多認識彼此的小活動在學生宿舍舉行，或是學期初的學辦相見歡party等活動，而通常party結束後又會有學生私下舉辦的party等你參加，你完全不會感到無聊。由於covid-19疫情關係，我們能夠出去的時間並不多，所以我們最常接觸的地方是超市，而在學校宿舍附近的超市有lidl、interspar、hofer，如果你想要買最便宜的食材，你可以到hofer買，而且如果你很懷念亞洲口味，你可以到hofer買醬油，因為它相較於其他超市的醬油，價錢相對便宜且味道較接近家鄉的味道。

在這裡你過馬路可以隨意的走在人行道上，而不用看車子，因為在這的司機每一個都會非常有禮貌地等你走完，儘管你還未踏上人行道，他早已在對向車道等你通過，這點應該是我覺得在交換的時候遇到最酷的事情。

#### 五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 國外老師提供更多同學的思考空間<->台灣的老師教學上比較統一標準，學生思考的空間較少
2. 儘管內容不一定是對的，但海外學生非常勇於發言<->亞洲學生較內斂的學習
3. 國外課堂的布置多是開放式空間，可以利於小組討論<->台灣是一排一排的座位，偏向個人學習
4. 國外的很多功課都採取開放式問答，較無標準答案，學生必須具思辨於回覆中<->台灣偏向有確定的標準答案

#### 六、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 外語能力(口說、閱讀、聽力、第三外語-德文)，多個月下來外語能力都有大幅的提升，寫功課以及與小組討論並沒有一開始的難。
2. 烹飪能力，因為歐洲買外食太貴且要走非常遙遠的路程才買的到，所以個人會因此學習很多不同的食譜。
3. 溝通與組織能力，因為每個國家的學生受到不同的教育方式，思維上也有很大的差異，所以在每一次小組討論都會不斷的提升你溝通與組織事務的能力。
4. 抗壓能力，在異國你大部分的時候都會遇到各種狀況，而當你自己一個人獨自面對過許多問題時，還能保持冷靜處理好事情，這也進而培養你的抗壓能力。

#### 七、感想與建議

我覺得由於疫情的關係，導致我們在學校所上的面授課程大概僅有二周左右，所以並沒有對真正的歐洲教學受到特別的渲染，但在疫情的延燒下，可以感受到學校很積極教學且很保護學生們的健康，故即時的將面授課程都改成線上課程。雖然沒有面授的即時性，但教授們還是馬上想好了因應對策以及快速錄製好教學影片，供大家學習，我覺得非常的感動。

而在交換過程中，我覺得大家可以多多嘗試台灣上不到的課程，透過課程的講解你可以發現原來其他國家對於某項東西的制度竟然是跟我們有那麼大的不同，在發現的同時你也可以了解自己對於某些領域是否較感興趣，相信這對你的職涯或求學發展相當有幫助。

然後來這邊主要的人們都是講德文，所以有很多時候你用英文跟當地人溝通，時常會有聽沒有懂的狀態，建議大家來這邊前，盡量多學習德文，相信這對你的交換生體驗來說，會是一大幫助。

最後，對於每一個交換生來之前想必都有各自所憧憬的事情，像是有人希望自己能趁課餘時間玩遍歐洲，或是來交換時邊訓練自己的口語表達能力...而我想說的是，因為來這邊交換其實說長不長說短不短，但要時時謹記自己來交換前所想的初衷，儘管遇到很多問題也不要氣餒，相信出國前那個堅強的自己以及謹記先前立定的行前目標吧。

#### 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：黃郁晴 所屬系所/年級：工業工程與管理系/4年級

聯絡資訊(同意公開)：

研修國家：奧地利 研修學校：University of applied sciences - Fachhochschule Kufstein FH Tirol

研修學期：上學期 下學期 當地研修科系：不分系

研修期間：西元 2020 年 02 月 25 日至 2020 年 07 月 11 日

初期規劃

選擇此校原因：喜歡奧地利且該校還有剩餘名額

是否有相對應科系：是(系所名稱工業工程與管理系) 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2019 年 04 月 25 日

何時繳交資料提出申請：西元 2019 年 05 月 11 日

何時獲得錄取通知：西元 2019 年 05 月 13 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：\$ 5020左右(新台幣)

申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：奧地利辦事處台北

申請簽證官方網頁：

<https://www.bmeia.gv.at/tw/%E5%A5%A7%E5%9C%B0%E5%88%A9-%E8%BE%A6%E4%BA%8B%E8%99%95-%E5%8F%B0%E5%8C%97/>

申請所需文件(請逐一列出)：

- 填妥申請表格 D 並簽名
- 1張護照規格彩色近照
- 護照正本和影本，護照效期在簽證過期後至少還要有3個月
- 身份證影本或是外籍居留證 (ARC)
- 台灣的大學支持信函, 或學生證影本
- 奧地利的大學或學校入學許可或語文繳費證明
- 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
- 未成年: 父母或監護人同意書及護照影本, 身份證影本和戶籍謄本
- 簽證費150歐元, 申請時以台幣付現

- 個人親自送件
- 其他文件視情況而要求

申請所需時程： 12/18 (申請日期) 12/25 (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用

學費：0 (新台幣)

其他項目：雜費 費用：11875 (新台幣)

其他項目：保證金 費用：8697 (新台幣)

其他項目：打掃 費用：3345 (新台幣)

整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：300,000 (新台幣)

課程與學分抵免

選課方式： 線上選課  紙本選課 其他：

選修學分數上限與下限：6門 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：0 堂課，共0 學分

• 當地研修之課程名稱：Bussiness events 學分：0  
Strategic Human resource and management 學分：0  
Going viral 學分：0  
German language 學分：0  
Austria culture and history 學分：0  
Bussiness event 學分：0  
R&D management 學分：0

北科大抵免課程名稱：0 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：0 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：81000NT\$

您所住宿的房型費用

\$ 341euro=11406NT\$(新台幣) 一週 ■一個月 一學期

就您所知，其他房型費用：

■單人房：\$ 11900 (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： kufstein (距學校距離： 800m)

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： 10-25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 奧地利庫夫斯坦 vs. 臺北1:1.9468945 : 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

超市部分如下

HOFER 在學校宿舍後方

LIDL 在學校宿舍後方

INTERSPAR 在學校宿舍後方

EUROSPAR 在學校宿舍後方

五金部分如下

ACTION 在學校宿舍後方一小段距離

餐廳部分如下

WU 亞洲餐廳在學校宿舍後方一小段路程

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

DM 藥局在學校的賣場內以及學生宿舍後方會看見

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：Hans im glueck 美式漢堡 類型：中 價位：從學校出發到餐廳  
5分鐘的步行距離：

餐廳名稱：Wu 亞洲餐廳 類型：中高 價位：從學校宿舍走到餐廳為3分鐘  
步行距離：

其他建議

其他建議

在奧地利的餐廳若不是高級餐廳，大部分不需要給小費。

---

---

---