

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年度第1學期
薦送學校、系所、年級	臺北科技大學 化學工程與生物科技系 碩士三年級
中文姓名	蕭閔
研修國家	奧地利
研修學校	維也納科技大學
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	

一、緣起

碩士順利唸完，算是人生一個重大的結束吧，但那時總覺得還沒有辦法面對自己離開學生這個身份，準確地說是還沒有準備好踏入社會，那時想申請出國交換的理由就是想好好把 24 年的人生想清楚，透過旅居歐洲、換個環境，於是我就提交申請資料了，也跟家人溝通了這項決定，借了一筆錢，然後就此出發。

二、研修學校簡介

維也納第一名的科技大學，QS 世界大學排名 192 的大學，以工程學科為重的學校，學校的地點就位於維也納的中心，附近有許多景點史蒂芬大教堂、金色大廳、查爾教堂、中央市場等等，是非常繁華的地段，可以跟臺北科技大學相比。

三、國外研修之課程學習

這學期我修了兩門課，第一為 green chemistry，第二為 lab on the chip technology 皆為英文授課，也都是化學的課程，在此先提一下本學校的授課方式基本上是德語，如果要選英文授課的課程，選擇剩很少大約 1/5 之一，所以建議如果是以課程學習為重的同學，需要先學會一定的德語基礎，能到達 C1 就能上他們的德語授課了，綠色化學主要是介紹新型產業還有未來產業，如何往友善環境循環經濟的方向發展，以 12 個原理定義了綠色化學，針對其中幾個重點項目，例如觸媒、沸石、光觸媒、PLA、生物觸媒、澱粉等高分子材料的應用等等，課程內容很豐富，教學方式以 PPT 授課，讓我印象最深刻的是期末考試，我們被安排到一間很大的階梯教室，一打開看到很多人我還嚇到，以為走錯教室，因為他們的考試是聯合很多不同課程的同學們一起應考(大概是要節省監考時間跟監考人員，充分有效的利用資源)，系上助理帶著考卷以詢問的方式確認學生的應考科目，就開始發放考卷，繳卷時會再確認學生證確定為本人來考試，很難相信，竟然進行得很順利不混亂，也不會有人擔心學生作弊的感覺，我想這就是在國外唸書比較沒有考試壓力的原因吧，環境跟考試題型都跟北科很不一樣，題型為簡答題 10 題，會問一下定義啊或是優劣比較，製程相關的問題，都有很大的空間可以作答並不是死板的計算題。

另一堂課是在學習微流體的技術，從舊式的光阻劑製作方式到高分子材料 PDMS 的製程，講述了這項技術製作的材料方式，也講述這項技術的延伸應用，醫學檢測或是生物技術 droplet 等等，老師很幽默風趣，不過偶爾會遲到一下，因為教室施工後來我們到研究室裡面上課，上課前老師還會問我們需不需要喝咖啡跟喝茶，非常熱心，上課環境跟方式也真的跟北科很不一樣，大家和老師的距離沒有那麼遠也比較輕鬆在學習知識。我記得有幾次老師女兒出國，沒人照顧狗狗，直接帶來實驗室上課了，完全不會擔心研究室不乾淨或是有毒之類的問題，可推想而知，研究室的環境整潔做得很好，和我們北科真的是差異很大。

四、國外研修之生活學習

除了簽證以外，到維也納後需要去區公所辦入戶籍跟申請當地銀行卡，還有領取宿舍鑰匙，推薦 Erste Bank 免年費，還有 app 可以隨時管理帳戶金流，在

ATM 存錢跟領錢的操作也都很簡單，另外推薦每一位來歐洲會去英國、波蘭、捷克、冰島、芬蘭、瑞士，等等不在歐元區的國家，申請一張網路銀行卡 revolut，只要在歐洲有收件地址，有了簽證就可以申辦，非常神的一張卡片，可以隨時網路換匯，換成外幣刷卡付錢，也可以到當地國家提領出來。這裡附上各個國家免收手續費提領現金的銀行：

https://www.dropbox.com/s/ajifjmnzdazhzm6/Revolut_FreeATM.xlsx?dl=0

然後宿舍我是在 OEAD 的 tigergaase 雙人房型。其實這個宿舍網 OeaD 會收取很多手續費跟清潔費大概 130 歐都未納入房租裡面，所以你如果不想繳這些額外的費用，也可以利用臉書社團，或當地求學學生詢問租房的事宜，有些人滿好的很樂意回答。OeaD 的好處是有付齊全的鍋具，小湯鍋大湯鍋平底鍋盤子碗叉子湯匙杯子，你用得到的都有附上，倒垃圾也相當方便。

維也納的生活基本上和台北差不多，是個繁華的大城市，有很多超市、餐廳、觀光景點、逛街購物的地方、遊樂園跟聖誕市集也很多，還有國慶日活動等等非常好玩的城市。透過體驗這個城市特別的新事物，也讓我重新思考很多事情。離家這麼遙遠，第一個學習就是如何與自己獨處，規劃自己的時間安排，在此推薦喜歡運動或是跳舞的人可以去報名 USI 運動學院，他是跟大學聯合規劃的運動課程，為時一學時，報名費 30 歐左右而已，會因為你選擇的體育項目不同而有價格上的差異，項目非常多附上網址 <https://www.usi.at/de/angebot/#!/sportart>，大家可以提前了解，並在獲得學生證的時候就可以上網報名繳費，非常方便，我很喜歡在這裡上課，老師都教得很用心，我上的跳舞課就學了四隻舞，每一支舞大概都有 10 個八拍，拳擊也是學了很多連貫動作，左勾拳直拳、側踢、前踢等等，然後操體能，發現外國女生體能大多都很好，可能是每一學期都會上運動可訓練出來的，非常推薦大家利用這個機會報名運動課程，學一些台灣不容易學到的項目。第二個學習就是用英文和旁人溝通，一直用英文說話，用更多的時間去看英文文章都是很大的突破，第三個學習絕對是安排旅遊行程，學習查各國的交通住宿，預定行程，旅遊規劃，學習應對旅程上遇到的困難，第四個學習就是煮飯料理，我試著煮了親子丼以及牛排還有吃了很多我愛的酪梨以及做了很多種義大利麵，沒想過在國外生活，我能自己煮出好吃的料理，煮出自己喜歡的味道。

五、與台灣學習環境之比較

台灣：1.老師和學生的關係比較緊張 老師比較權威

2.把考試看得很嚴肅很重視

3.上課比較沒有互動 沒有討論

4.學生上課除了專心 不太能滑手機用電腦等等其他的行為

5.老師多半不幽默 不太會和學生聊天

維也納：1.老師和學生沒有距離，還會帶狗來研究室上課

2.考試時 老師還會問你有沒有問題看你作答的情況

3.時常問問題了解學生的想法，並且給予回應

4.允許學生用電腦用手機等等不干擾課程的行為

5.談話很幽默 會說笑話 關心學生假期做什麼會不會去舞會等等

六、 研修之具體效益

- 1.了解歐洲各城市的風格
- 2.參觀歐洲的各大美術館及博物館 體驗歐洲藝術風氣
- 3.獨立自主的生活 了解自己的生活方式
- 4.拓展自己廣闊的心胸 以同理心接納別人
- 5.煮飯 規劃冰箱食物
- 6.用英文溝通 語言的進步
- 7.規劃自助旅遊 自己一個人，從 0 到 99 規劃每一個細節
- 8.學習跳舞及拳擊（以較低的價錢學習才藝）
- 9.體悟台灣是寶島
- 10.開放的上課環境
- 11.更加經歷上帝與我同在，了解基督教文化，我本身就是基督徒（推薦維也納華人基督教會，裡面很多移民或是在維也納就學的台灣人）

七、 感想與建議

終於結束了離開台灣的這段日子，是我這輩子離開台灣最久的時間，此時此刻還未踏入台灣，我已經想念歡迎歸國那四個字，我想那對外出學習工作的人是在熟悉不過的一句話，我還想念家人煮的飯菜。其實出國這半年最大的感想及心得，就是重新省思自己，透過經歷一些新事物，打破很多你舊有原先就存在的觀念，看到很多你在台灣從來不會看見的風景、商店、物品、食物、人文、藝術等等……，會讓你換個角度思考自己的人生，活到 24 歲的人生，你到底還有哪裡不滿足？到底什麼樣的事情，是你的絆腳石一直在阻擾你往前進？到底有什麼過不去的難關？讓你如此的不喜歡自己？我的人生和別人不一樣，但你能不能準確地說出哪裡不一樣，又或者是你想過怎麼樣的人生，和什麼樣的人玩樂，和哪樣子的伴侶互相陪伴度過一生，這些會影響未來藍圖的重大問題，都非常適合 24 歲已經畢業、還未踏入社會的我去思考。而在國外思考這些，更能幫助我釐清答案，也更明白自己要的是什麼，雖然我不會在這邊述說，但我覺得若和我有一樣的疑惑，鼓勵大家能藉由出國交換的機會，好好摸索。這些答案只有靠著自己的努力以及嘗試才能找到的。最後我想謝謝北科謝謝學校給我這個機會，也謝謝我的家人支持我。

赴外研修調查表

姓名：蕭閔 所屬系所 / 年級：化學工程所三年級
聯絡資訊(同意公開)：IG: minnnnh (英文字母前免有個底線)
研修國家：奧地利 研修學校：TU wien
研修學期：上學期 下學期 當地研修科系：chemical and processing
研修期間：西元 2019 年 10 月 01 日 至 2020 年 01 月 31 日

初期規劃

選擇此校原因：全世界最適合居住的城市 世界大學排名 192
是否有相對應科系： 是(系所名稱chemical and processing) 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2018 年 12 月 10 日
何時繳交資料提出申請：西元 2019 年 01 月 30 日
何時獲得錄取通知：西元 2019 年 04 月 01 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：\$ 5870 (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：奧地利駐台辦事處
申請簽證官方網頁：https://goo.gl/kFKkjW
申請所需文件(請逐一列出)：
1. 填妥申請表格並簽名
2. 1 張護照規格彩色近照
3. 護照，效期至少六個月以上
4. 台灣的大學支持信函,
5. 奧地利的大學或學校入學許可
6. 奧地利的住宿證明
7. 足夠財力證明 (例如最近存摺，定期存款證明，薪資證明)
8. 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)
9. 機位訂位紀錄
10. 簽證費 5870 台幣付現，申請所需時程:送件後隔一週就收到領取通知

這邊的生活機能很好 超市 傳統市場 藥妝店 藥局 銀行 連鎖速食店都很多，每走幾個街口就到了，不需要擔心，只要地圖打開查一下就會查到了

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

中式餐廳：tofu und chili

日式拉麵：oreno ramen

義式比薩：L'Osteria

台式火鍋：Yi Pin Bu Yi

亞洲超市：環宇超市

土耳其超市：Neulerchenfelder Straße （2 號路面電車）一下車就會看到 這邊買肉很便宜

麵包店：Felzl, stuck

當地餐廳：Cafe Eiles

咖啡廳甜點：OBERLAA

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

太多了 apotheker，在 google map 查詢隨便都找得到

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：_____

OeaD 得住宿地都有配送鍋具跟餐具，自己開火相當方便

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：café elie 類型：當地料理 價位 12 歐 步行距離：15min

餐廳名稱：oberlaa 類型：咖啡廳 價位：10 歐(咖啡+蛋糕)

步行距離：10min

其他建議

我很喜歡逛街包含衣服市集保養品藥妝店染髮劑飾品精品，如果大家有興趣可以加我 IG 和我詢問。