

學生出國研修心得報告內容大綱



- 研修學年度/學期：111-2
- 薦送學校、系所、年級：國立臺北科技大學 化學工程與生物科技系 大四
- 中文姓名：[REDACTED]
- 研修國家：奧地利
- 研修學校：TU Wien

一、緣起

我從小就喜歡西方文化，非常嚮往國外的生活，又因班上的朋友們興趣及喜好相似，於是大家便相約大四下一起參與交換計畫。維也納為歐洲治安相對安全的國家，在物價方面雖稍高，但居住品質良好，交通發達且方便，又因大學期間有修選德文課，於是我選擇了維也納科技大學。

二、研修學校簡介

維也納科技大學位於市中心Karlsplatz廣場，成立於1815年，前身為維也納皇家理工學院，為歐洲德語系國家第一所科技大學，總共有八大學院，主要研究領域為工程、計算機科學和自然科學，在教學及學術上皆受到全國的高度認可，於2023年QS排名位居179名。

三、國外研修之課程學習(課內)

Technical English communication B (此課程因個人因素於期中前退選)

1. 課程內容：

主要著重於文章討論、CV、英文發音及文法，起初老師會發下德翻英的學習單帶同學完成，之後的課堂內容老師每週會發不同的學術文章，並請同學自願念文章段落，之後老師會以開方式問答和同學們討論文章內容，並糾正同學們的英文發音，其餘期間老師會讓同學交換各自的CV，並讓同學們練習就職面試。

2. 學期作業：

首派作業為CV，並於期中考時繳交。其他兩項作業以分組進行，第一項為Word difference，老師會給予學生題目，各組需解釋此兩或三個字的各自意思，EX：Torsion/ Torque、Cooperation/ Collaboration，而第二項作業為Group discussion，各組需自行找文章，三人合作以陳述、辯論及結論的

方式討論文章給同學們聽。

3. 期中考：

- 德翻英(手寫)(需自行準備德中字典)
- 文章論述(手寫)
- Word difference (手寫)
- 單詞發音
- 業界面試模擬
- CV和Cover letter

Diversity Skill (English/German)

1. 課程內容：

此門課為線上課程，分為英語版及德語版，為不同的兩門課但內容相同，主要探討性別歧視、性別差異、性騷擾、自我認可及刻板印象等，課程內容已預先錄製完成，學生可自行選時間看完錄製內容，並完成課堂線上小測驗。

2. 學期作業：

完成線上課堂小測驗，每題做完皆會公布答案，做完全部題目後會得到該次測驗成績，需達到一定分數才可過關，共有4次機會(印象中)。

3. 考試：

完成每大項的Final Quiz，每題做完皆會公布答案，做完全部題目後會得到該次測驗成績，需達到一定分數才可過關，共有4次機會(印象中)。

四、國外研修之課程學習(課外)

1. Vienna Discovery Programme：

最初TU Wien 會寄一封信詢問大家是否願意參加一個為期兩個禮拜的活動(150歐)，時間為二月中至二月底，活動創辦者會帶大家玩各種遊戲、探索城市及了解學校，可以先認識其他交換生，若經濟允許的話可以考慮。

2. Erasmus Student Network (ESN) 活動：

ESN唯一非營利之國際學生組織，會召集交換生參加各式各樣的活動，EX：Wine Hiking、Croatia trip、Budapest trip、International dinner或Photo challenge等，許多交換生皆為獨自參與他國交換計畫，所以無須害怕是否融入，因為大家都很積極得想認識大家，這也是認識朋友最經濟實惠的管道之一。



3. Student buddy：

若想要學伴的話可至信箱Link 填寫表單，我的群組總共是兩個學伴帶四個交換生，學伴會邀請大家一起打桌球、喝酒或吃飯等，也會幫助大家選課上的問題，讓大家能更快適應。

4. 探索世界：

維也納去歐洲各地非常方便，若提早規劃的話來回一趟機票皆落在1000-3000左右，且購買一張ESN卡可享有多項優惠，我總共探索了10個國家，若有課餘時間，強烈推薦大家到處走走看看。



五、與台灣學習環境之比較

1. 教學上：

- 國外上課方式相對活潑有趣多互動，**臺灣**上課方式相對沉悶少互動。
- 國外學生踴躍舉手發言，**臺灣**學生較不踴躍。
- 國外因學生過於踴躍發言導致課程進度較常延誤，**臺灣**則無。
- 國外學生幾乎不遲到甚至提早，**臺灣**學生遲到者居多。
- 國外老師和同學在給予講者建議時不論優點或缺點皆較直接，**臺灣**則較委婉。
- 國外課業較多，**臺灣**則以自律為主。

2. 學校環境

- 國外教室大多是像北科科研哈佛講堂般，出入較不方便但美觀，**臺灣**以連身課桌椅居多，出入方便但不美觀。
- 國外學校地圖看似較不規則及複雜，時常走出一道門便通往到學校外面，**臺灣**相對簡單易理解，有明顯的正、後及側門。

六、研修之具體效益

1. 增廣見聞，增強國際觀。
2. 面對人群不再害怕，積極參加活動結交各國朋友，認識各國文化。
3. 英文溝通及表達能力大增進。
4. 了解歐洲各國歷史，增強文化素養。
5. 更加獨立自主，時間掌握及規畫能力增強。
6. 解決問題能力增強。
7. 有自信，不過度在意他人眼光。
8. 想法較開放。
9. 更勇敢「說不」。
10. 更勇於挑戰自我。

七、感想與建議

1. 出國前文件準備步驟：護照>機票、住宿證明、財力證明及申根保險>簽證

- 護照：

因全部文件都需要護照作 ID 身分驗證，故護照越快辦好越好。

- 機票：

我是乘坐**中華航空**，以國外入學許可書作證明，可以享有學生優惠。

- 住宿證明：

TU Wien 會給予 **OEAD** 平台連結，此平台有很多贊助商可選擇各房型，或可自行找租屋處。我是住 **ÖJAB-GreenHouse**，環境非常乾淨，且每周三會請人打掃個人房間及公共區域和幫丟垃圾，公共設備有交誼廳、音樂練習室、討論室、健身房及瑜珈室，缺點是離學校有點遠，但我後來得知好像可以透過電話(+43 664 88 79 11 18)直接連絡 ÖJAB-GreenHouse，或許這樣就不會被 OEAD 收 Booking fee (150歐)(超級坑)。

- 財力證明：

因簽證需財力證明，可以打電話至奧地利辦事處詢問帳戶需達多少金額，以我這次交換是需達**20萬**，請和銀行申請**英文版**之財力證明並**換算成歐元**。

- 申根保險：

並非每個銀行都能申請申根保險，我是於國泰銀行保的，130多天價錢約5000-6000新台幣，此文件也需申請英文版。

- 簽證：

申請時間大約一個禮拜即可拿到，申請費用150歐，所需文件可至奧地利辦事處簽證 D 細查，務必約好時間再前往。

2. 行李準備：

- 冬季厚外套可以去維也納 Outlet (Westfield) 購買，很多衣服都會打半折，相當划算又保暖。

- 日常用品可以到當地購買即可，我怕用不慣就帶了各種盥洗用具過去，但其實維也納生活用品價格和台灣差不多，且有些品質也比臺灣得好。
- 廚具可以至 FB 社團詢問購買二手電鍋或不沾鍋，且 OEAD 也會給予廚具，無須自帶。
- 藥品、備用手機、充電線和臺灣小點心建議帶多一點以備不時之需，我的充電線在歐洲燒壞了5條，泡麵可以不用帶太多，亞超可購買到部分品牌(EX：康師傅、辛拉麵、維力炸醬麵)，但價錢稍貴。

3. 金錢準備：

- 歐元現金：我只帶了800歐現金，但我覺得稍微不太夠，因為若去南歐國家會經常使用到現金，或許可以抓到1000-1500歐，但若只在維也納消費是綽綽有餘的。
- 信用卡：盡量帶兩或三張以上信用卡，萬一有一張被偷或被詐騙停卡，還有其他張可使用，也可以申請 **Revolut 信用卡**，國外刷卡免手續費。

4. 網路：

我是使用 **SPUSU**，此為 esim 卡，一個月40GB 才10歐，歐洲內陸漫遊有10GB，相當划算也很夠用，只需在網路上按照指示操作即可開通，不須插入實體 sim 卡。



5. 必下載之 APP：

- OBB：

此為歐洲一非常有名的火車，也是大家從維也納機場至市區經常選擇的管道，下載此 APP 可線上購買車票，享有維也納學期票可有優惠。

- Wien mobile：

透過此 APP 可線上購買維也納地鐵、電車及公車的套票，待學生證拿到前

可先購買套票，學生證會於 Orientation session 給予，務必記得至學校0樓開通才有效，而後再至大站之地鐵服務處購買維也納學期票(印象中需帶居留證但不太確定)。

- Skyscanner：

若有想要環遊歐洲的話，此 APP 可一時間及地點比價各航班的價錢，而後再前往至該航空網站訂票。

- FLIXBUS：

若想要去奧地利鄰近國家(EX：斯洛伐克)，可搭乘此巴士前往，ESN 卡會員可享有優惠。貼心小提醒：透過官方網站訂票，注意底下有一些詐騙廣告，請小心點選，勿被詐騙。(因我的手機設定為英文版，當時沒看清楚便點下 START 選項，但其實那個是詐騙廣告，我依指示加入會員後，便收到扣款通知，此時勿驚慌，趕緊聯絡銀行停卡或是停止線上刷卡即可。)

6. 維也納超市比較：

超市通常都營業至20：00，星期日不營業，火車大站(EX：Praterstern)有些超市會開到比較晚，星期日也照常營業。

- Hofer：

價錢相對便宜，但比起其他超市東西較不齊全，哈瑞寶或 Manner 國民餅乾可在這裡購買，麵包較油，肉無騷味。

- Billa：

部分商品價錢相對較貴一些，但東西很齊全，也有販賣很多好吃的各式各樣三明治和輕食，常打折，復活節連假 Manner 餅乾會折1歐。

- Spar：部分商品價錢相對較貴一些，東西齊全度位於中間，三明治和輕食選擇不多，但麵包相對好吃酥脆，法棍一根才1歐，肉有騷味(連雞肉都有)。

- Lidl & Penny：

超市較少，價錢也是相對便宜，不太常去。









