

國立臺北商業大學交換生心得報告

姓名： 康宇佳 日期：2018 年 8 月 19 日

活 動 名 稱	106 學年度交換學生
活 動 時 間	106 年 9 月至 107 年 7 月
活動地點(學校名稱)	阿莎芬堡應用科技大學 Hochschule Aschaffenburg

心得報告

回顧一年的德國交換生活，覺得很值得，但也有點後悔自己沒有更早做出這個決定，早個幾年出去看看這世界。從小到大只有接受台灣的教育，被灌輸著台灣人的思想與觀念，出國前我以為全世界的教育不會差太多，出國後我才能確切地感受到國外的不一樣，跳脫思維的想法，而我們常常被台灣的教育影響而侷限住了，這是必須自己去體會的。不能說這一年在我的課業有什麼成就，花一年的時間沒能拿到文憑，但我改變了我看待事情的想法和一些觀念，心靈上的成長，我覺得對我往後的日子影響更大。

阿莎芬堡應用科技大學距離法蘭克福只有 40 分鐘的火車車程，對於旅遊與購物來說相當便利。學校在開學前會辦一周的 orientation week，像 welcome party，阿莎芬堡城市 tour，巴伐利亞邦早餐，德文課程和 climbing tour。雖然剛開始有適應能力的問題加上心理壓力，每天說英文但剛認識也不知道說什麼，活動又多又累，但這禮拜真的非常重要，目的是讓全部的交換生可以更了解彼此，在交換期間可以互相幫助。另外在學期期間還有溜冰活動、雷射射擊活動和兩天一夜的紐倫堡旅遊，非常建議盡量去參加各個活動，每個活動都能認識新朋友，也能讓大家認識你。

課程方面，學校提供許多英文授課的課程可以選，自己排課表，我選了一堂有關歐盟的課程，教授之前有在歐盟總部工作的經驗，課程中還有三天兩夜的比利時歐盟總部參訪，讓我更了解歐盟各個部門裡面再做那些事，當然期末報告也不簡單。還有選了一堂 business seminar，大約五次的戶外教學企業參訪，參訪了傳統的德國巴伐利亞邦啤酒製程、重工業、廣播公司、蠟燭工廠……，讓我看到各種多元化的產業。International project week 是為期一周的課程，有各國與阿莎芬堡的姊妹校的學生會來一起分組做 project 拿學分、各國教授來指導，很有趣也是能認識大家的好機會。最印象深刻的是 EMS，一個要到附近高中用英文每人指導一組大約 10 位的高中生有關我們文化的 project，假裝自己是個小小文化大使，在五到六次的 meeting 中推廣我們的文化，並指導怎麼在最後的 final presentation 上呈現。除此之外還有各種語言可以選，德文、日文、西班牙文、還有中文(通常給德國人上的中文課我們不會選，不過有機會可以從裡面找朋友一起 language exchange)。德國特別的是他們有 block seminar，為期兩三天左右的密集班，是給真的很想拿學分但是又沒有時間上課的同學。以上課程並非一定要選，但在課程中學到的都是自己的，

雖然過程困難，也怕能力不好最後結果不如預期，但想頂多最糟就是失敗，做的任何一件事都是經驗，都在成長，沒有人會批評你。

旅遊方面，推薦幾款 APP 一定要下載，德國交換一定要用 DB 德國鐵路 APP，查交通非常好用，只是火車常常 delay 但無能為力，所以如果後面要趕行程最好提前幾班搭。Blablacar 是德國的共乘網站，他們沒有 UBER，只是使用上要自己小心。Ryanair 是最平價的廉價航空，有可能會臨時取消班機，要自己承擔風險。住宿則是 booking 和 airbnb。德文字典 LEO。Flixbus 很像統聯客運，要去其他國家如果不想花太多錢就可以花時間坐客運。Couchsurfing 可以跟當地人文化交流，優點是可以省住宿費，但選擇上也要自己小心。德銀使用上比較不方便，建議到當地辦一張其他銀行的 debit card，刷卡匯率可能都比德銀好。FB 有些社團像是”歐洲交換學生”，裡面有各個台灣大學生在歐洲交換可以互相幫助，分享好康，或是找旅伴。”德國台灣同學會”是只針對德國生活的台灣人，討論一些文化衝擊和遇到的困難，可以避免自己遇到同樣的事情或是讓自己更好解決問題。

一年裡，每天都在學習，學習各種文化，各種料理、各種語言，還記得剛來的時候，說英文前要先在腦袋裡組好句子在說出口，到最後可以以反射動作直接講出來。出國後我才真的覺得世界很大，讓我對每個事物充滿好奇、學習並且想知道各種來由，例如旅行也是一種學習，了解到當地的歷史和文化，每個舉止行動背後都是有他們的原因，非常有趣，這是我覺得自己最大的改變，可能我原本在台灣就是被教育做好自己的本分讀好書，學歷越高越好最後找一個穩定的工作，但我對生活沒有一點熱情，沒那麼大的求知慾，而現在整個思想變了，更有目標，更知道自己想要什麼，學習可以讓你變快樂，而且在遇到那麼多人之後真的覺得沒有什麼事情不可能，never too late。

實際遭遇到之困難/解決方法與對未來前往學妹的建議：

1. 曾經有一次我在羅馬旅行時，手機突然關機，再也打不開，義大利又沒有 apple store，只好回法蘭克福修理，但也修不好就換一支新的，裡面有些照片沒有 back up 到，建議下載 google photo 可以隨時隨地備份自己的相片，因為都是回憶啊。
2. 德國除了每周日休假，平日大多只開到晚上八點外，他們很多天主教節日也都會放假，有一次我們旅行回宿舍沒有食物，打算去 kaufland 採買，到門口才發先原來今天什麼店都休假，差點餓死在宿舍，所以要經常 check 德國放假的時間和囤乾糧在宿舍。
3. 記得出國前辦一張國際學生證，可以拿 flixbus 折價券，或是門票有優惠
4. 難免遇到一些種族歧視，但自己要調適好心態
5. 宿舍房卡記得帶

活動照片



Orientation week-Bavarian Breakfast



校外參訪 Aschaffenburg 釀酒廠



與日本韓國法國瑞士交換生的 Home party



與芬蘭交換生的兩周東歐旅行



到 Strasbourg 歐盟議會參與歐洲青年論壇



與交換生在聖米歇爾山裡野餐



拜訪芬蘭朋友的海邊度假小木屋，體驗正統桑拿



拜訪法國朋友家，參加她 20 歲生日變裝趴踢

＊說明：

1. 請將 WORD 電子檔回傳國際事務處，E-mail：tinatsai@ntub.edu.tw）。
2. 文字心得內容請填寫至少 1,000 字以上，頁面若不敷使用，請自行增加。
3. 請附照片至少 4 張，至少含上課情形照片 1 張，心得報告書及所提供之照片將做為國際事務處上傳至網路提供學弟妹分享資料以及作為國際事務處各項行政業務之素材，請同學勿提供不宜、不雅照片，以及由網路截圖而非自行拍攝之照片。
4. 勿呈現個人基本資料(身分證字號、出生年月日、電話、住址等)