

# 實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

交換之姊妹校校名：德國福茲堡科技應用大學 - 交換於 108 學年度-第一 學期

~寫在前面~  
 還記得臨出國前對未來的惶恐與期待嗎？直到滿滿地帶了一堆行李與未知出國。  
 還記得初到異國的複雜情緒嗎？那種想說、不敢說、也不能說，只有當事人才懂的感覺。  
 還記得參加活動的快樂、送別友人後的落寞、買到特價品的喜悅、驚惶時光流逝的感覺嗎？  
 還記得返國後，一肚子說也說不完的留學經嗎？  
 如果你（妳）已經走過這段路，如果你（妳）願意種下一株小樹苗，  
 讓我們一起期待，期待這一株株小樹能茁壯，  
 也讓我們攜手讓往後實踐的交換生們能有一個更好的起跑點。

實踐大學國際事務處

填表人：林OO	性別 <input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	原屬系所：日間部應用外語學系
---------	--	----------------

留學校名：德國福茲堡科技應用大學 研習系所：International Management	留學時間：自民國 108 年 10 月 1 日 至民國 109 年 1 月 31 日
---	---

居住處： <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租賃	住宿費用每(1 學期 6 個月)：NTD <u>42617</u> 元
---	-------------------------------------

**搬入時宿舍內已有設備：**  
 電磁爐、冰箱、床墊、暖氣機、衣櫃、置物架、書桌椅、小型垃圾桶（包括廚餘桶）  
 浴室基本設備

**建議另行添購或攜帶物品：**廚具、吹風機、衣架、濾水壺、餐具、個人衛浴用品、  
 熱水壺、轉接插頭、清掃用具、床具用品（棉被/枕頭/被單）被單)

**除繳交實踐全額學雜費，在留學學校額外繳交之費用名稱及金額：**  
 (如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)

名稱：住宿費	金額：NTD 42617	元/6 月(1 學期)
名稱：網路費（廣播費）	金額：NTD 1790	元/3 月
名稱：符茲堡學生證(可免費搭乘大眾運輸工具)	金額：NTD 4980	元/6 月(1 學期)
名稱：醫療保險	金額：NTD 7002	元/6 月(1 學期)
名稱：生活費（財力證明）	金額：NTD 148467	元/6 月(1 學期)
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
其他：	金額：NTD	元/月(學期)

<b>每月基本生活費預估：</b> <不含娛樂及文教費用，僅最低生活必需> 細項(以月為單位)	<b>有無取得獎助學金補助</b> <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
---	---

# 實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">伙食費</td> <td style="width: 20%;">NTD 5500</td> <td style="width: 10%;">元</td> </tr> <tr> <td>交通費</td> <td>NTD 0</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>宿舍費</td> <td>NTD 7227</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>水電及電信等雜費</td> <td>NTD 600</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>教材書籍費用</td> <td>NTD 0</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>其他</td> <td>NTD</td> <td>元</td> </tr> </table>	伙食費	NTD 5500	元	交通費	NTD 0	元	宿舍費	NTD 7227	元	水電及電信等雜費	NTD 600	元	教材書籍費用	NTD 0	元	其他	NTD	元	獎助學金名稱與獲補助金額 名稱： 金額：NTD																											
伙食費	NTD 5500	元																																												
交通費	NTD 0	元																																												
宿舍費	NTD 7227	元																																												
水電及電信等雜費	NTD 600	元																																												
教材書籍費用	NTD 0	元																																												
其他	NTD	元																																												
建議第一次入國所需攜帶金額： NTD 10000 元																																														
機場至學校之交通方式 <input checked="" type="checkbox"/> 校方派員至機場接機 <input type="checkbox"/> 自行前往至某處會合(請詳述車種方式,並註明金額及在何處搭乘) 方式：_____																																														
出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等) Care Concept																																														
保險：赴姊妹校後校方協助辦理 ( <input type="checkbox"/> 國民健康保險； <input type="checkbox"/> 學生平安保險； <input checked="" type="checkbox"/> 其他保險) 金額：NTD 7002(6個月)																																														
簽證：辦理簽證所需天數、金額、及特別注意事項 簽證辦理費用 75 歐元,可現付台幣,完整跑完流程需 4~6 週的時間 建議 3~5 人為一團體送件會較快速																																														
其他校方提供使用服務： <input type="checkbox"/> 是否有直接網路連線 ( <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input checked="" type="checkbox"/> 圖書館 <input checked="" type="checkbox"/> 電腦室) <input type="checkbox"/> 是否有安排輔導人員 ( <input type="checkbox"/> 輔導老師 <input checked="" type="checkbox"/> 義工同學)																																														
有無使用行動電話？公司與費率方案為何？ 有, ALDI TALK 6 GB/4 週, NTD 495																																														
學校週邊生活機能，是否有下列設施： <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">書店</td> <td style="width: 10%;"><input type="checkbox"/> 無</td> <td style="width: 10%;"><input checked="" type="checkbox"/> 有</td> <td style="width: 65%;">簡述：</td> </tr> <tr> <td>超級市場</td> <td><input type="checkbox"/> 無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：Tegut</td> </tr> <tr> <td>百貨商圈</td> <td><input type="checkbox"/> 無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：搭乘輕軌 5~10 分鐘/可步行</td> </tr> <tr> <td>24H 便利商店</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 無</td> <td><input type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>醫院</td> <td><input type="checkbox"/> 無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：離學校有一小段距離 (需搭輕軌)</td> </tr> <tr> <td>地鐵車站</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 無</td> <td><input type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>公園</td> <td><input type="checkbox"/> 無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>電影院</td> <td><input type="checkbox"/> 無</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>體育場</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 無</td> <td><input type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>社區文化中心</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 無</td> <td><input type="checkbox"/> 有</td> <td>簡述：</td> </tr> <tr> <td>其他</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>			書店	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：	超級市場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：Tegut	百貨商圈	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：搭乘輕軌 5~10 分鐘/可步行	24H 便利商店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	醫院	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：離學校有一小段距離 (需搭輕軌)	地鐵車站	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	公園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：	電影院	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：	體育場	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	社區文化中心	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：	其他			
書店	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：																																											
超級市場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：Tegut																																											
百貨商圈	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：搭乘輕軌 5~10 分鐘/可步行																																											
24H 便利商店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																											
醫院	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：離學校有一小段距離 (需搭輕軌)																																											
地鐵車站	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																											
公園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：																																											
電影院	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：																																											
體育場	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																											
社區文化中心	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：																																											
其他																																														

# 實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面之電話<例如：學校、宿舍、駐外單位等...> 學校會提供資訊

你(妳)交換的姊妹校在你心中的印象(簡述 100 字以上、300 字以內)：  
符茲堡科技應用大學的校內空間不大，但是學校有分不同校區。我屬的商學院校區離市中心最近。雖然學校很小，但是校內的設備很齊全、也提供討論區給學生討論問題及報告等。校外的生活機能也很好，有書店、公車、輕軌、影印店、咖啡廳等。

留學心得感言 2000 字：

出發前：去德國之前必須要再三確認準備的資料準備是否齊全，以免入境德國時在海關處卡關等相關問題。如，學生簽證、限制提領帳戶、保險（盡量保德國當地的醫療險，因為有的學校不承認台灣保險，基本上如果到當地發現有問題的話，學校都會幫忙）。另外，在出發前幾個禮拜可以在學校網站上申請學伴的活動。如有申請到的話，學伴會主動聯絡你，所以在德國當地有遇到任何問題的話都可以聯絡你的學伴。另外，如果你怕對當地的城市不熟悉的話，也可以請學伴到機場或是火車站接你到福茲堡。另外，我也建議大家盡量不要在禮拜日才抵達德國，因為符茲堡是位於巴伐利亞城邦，城邦規定部分店家都要休息。所以如果你是需要到當地採買生活用品的話就避免假日的時間抵達。

抵達後一個月：開學前一個禮拜會有類似新生訓練的活動，學校會請老師及學生一一解釋之後一學期的學程、活動等注意事項。並且帶我們去辦理保險、入籍、銀行相關手續、學生證。所以不用太擔心自己需要處理這些事情，基本上學校會事先預約好時間再以團體名義去辦理證件等（因為在德國要辦理證件或是銀行事務大部分都是需要預約的）。另外，學校會有類似接待國際學生的社團接待國際學生，所以不用太擔心在當地會無聊。他們會規劃好一整個學期的活動給國際學生參與，所以不用擔心在福茲堡沒地方跑。而且學校每個禮拜都會有一段時間可以跟 Tutor 交流，所以如果有任何問題的話都可以請教 Tutor，他們都會盡全力來幫助你。

關於電話卡及網路部分的話，大家可以在超市 ALDI 或是 Vodafon 購買 SIM 卡。如果想要便宜的方案的話可選擇 ALDI TALK，它會有不同的方案可供你選擇。但唯一麻煩的是需要視訊認證身分。

留學期間：剛開始在德國上課會有點擔心，因為在台灣讀的是應用外語系而在符茲堡讀的是國際管理，怕會跟不上進度。基本上上課的內容頗基礎的，但是作業還有報告內容都是需要花很多時間及精力去完成，對我來說頗有挑戰性的。而且當地教育也比較偏向自發性的”思考”模式，所以部分的老師在授課的過程當中都會先讓學生好好思考一下所有的授課內容及問題，並且老師也願意仔細聆聽學生所發表的意見也接納學生的想法。我個人覺得這是非常難得的經驗，因為在台灣很少會有這種景象再加上台灣的教育完全與德國不一樣，所以這讓我體驗到很不一樣的教育及上課模式。

在求學過程中，讓我學到最多的是如何運用與自己的組員互相調配時間及討論問題，並且去共同解決問題的根本。雖然在台灣常常會有專題報告，但是我覺得德國與台灣最大的不同的點是我們會與組員認真的思考問題的本身再去查報告資料，這樣也可以避免做錯報告內容，也可以更進一步了解我們所探討的主題內容。雖然在討論過程中會因為有

## 實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

不同的意見而有小小的爭論，但我來說大家都會把自己最真實的意見表達出來並且互相聆聽其他組員的想法，這是非常可貴的經驗。因為在台灣只要有人與其他組員一致就會順從對方，但我覺得這樣反而是忽略掉真實的想法而且也會懷疑自己的理念是否正確；儘管是錯誤的，但是至少有人可以親自指點你什麼是對的什麼是錯的，總比什麼事都不知道還要好很多。

留學半年後的感想：

在這半年當中，我其實學習了很多事情也經歷了不同的大小事。體驗到德國最道地的生活模式，雖然剛開始很不習慣，例如，所有的店家在晚上八點都必須打烊、禮拜日的店家都必須一律不營業；跟台灣的生活模式完全大大的相反。其中最讓我印象深刻的是德國公務人員辦事效率。在德國不管是留學或是長期居留都需要辦理許多程序，如簽證、入籍、銀行等，而在處理這些事情過程中大家必須要有多一點的耐心，所以才會建議大家可以事先預約好時間再過去辦理事情會比較快速一點。但我覺得是文化不同，所以對我來說這是非常特別的經驗。自己也習慣了這個模式。

另外，我來德國之前有學過德文，所以對我來說我在這半年當中可以好好練習我的德文能力，雖然能交到的德國朋友有限，但是在吃飯或是購物等情況下都還是會運用到講德文的機會，也讓我的德文口說的部分大大的提升。我也建議大家來德國留學前可以稍微學一下德文或是把基礎的德文學好，在德國當地也會比較吃香，畢竟部分德國人還是會比較喜歡外國人可以試著講他們當地的語言、德國人也會變得比較熱情一點也願意幫助你。因為要在半年當中從零基礎開始學，其實有一點難度。畢竟學校所提供的德文課並不是屬於每天式的密集課程，再加上學語言是需要每天不斷的練習才會有所進步，所以還是建議大家可以在台灣稍微學一下德文會比較好。

在求學期間我也很感謝學校的幫忙，每當國際學生有遇到任何問題，學校都會排除萬難幫解決問題，讓我們不會感到很無助。我也在這段時間當中交到不同國家的學生，大家都會互相分享自己國家的所有事物並且互相幫忙，這也是讓我覺得在國外留學不會感到無助或是無聊。也因為環境的不同，間接提升自己的語文能力、更試著去如何表達最真實的自己，這反而讓我覺得自己在國外更自由也沒有任何包袱、更能做最真實的自己。所以我也很推薦之後的學生可以來德國符茲堡科技應用大學做交換，這個城市雖然偏小，但是也很安全、環境也很好。

# 實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

## 留學期間生活照片紀實與分享

※請確實依照格式分享照片及加以簡述。

※除了提供生活紀實照片外，另請提供教室照片、宿舍環境照片、相關辦公室照片、參與交換姊妹校舉辦活動之照片數張。



拍攝日期：2019年10月13日(三)

拍攝地點：Rokokogarten

照片描述：符茲堡國際處所舉辦的遊湖活動



拍攝日期：2019年9月13日(六)

拍攝地點：Am Hubland

照片描述：Am Hubland 學生宿舍內部空間照 (單人房)



拍攝日期：2019年12月6日(五)

拍攝地點：Zellerau

照片描述：符茲堡國際處所舉辦滑冰活動後的合照

# 實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

	<p>拍攝日期：2019 年 12 月 3 日(二) 拍攝地點：符茲堡科技應用大學交誼廳 照片描述：符茲堡國際處所舉辦的聖誕晚會，當天晚上提供傳統熱紅酒、傳統餅乾糖果提供給學生享用</p>
	<p>拍攝日期：2019 年 12 月 5 日(四) 拍攝地點：符茲堡科技應用大學 照片描述：符茲堡科技應用大學-商學院</p>
	<p>拍攝日期：2020 年 1 月 10 日(五) 拍攝地點：符茲堡科技應用大學 照片描述：符茲堡科技應用大學 M-104 大教室</p>

※本報告請於返校後 2 週內繳交—Email 國際事務處作業承辦人

※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，請同學勿提供不宜及不雅照片。