

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：福茲堡應用科技大學 - 交換於 108 學年度-第二學期

~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：王OO	性別 <input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	原屬系所：國際經營與貿易學系
留學校名：福茲堡應用科技大學 研習系所：International Management		留學時間：自民國 108 年 03 月 03 日 至民國 109 年 02 月 21 日
居住處： <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租賃		住宿費用每(2 學期 12 月)：NTD87420 元
搬入時宿舍內已有設備：WIFI 連接機，衣櫃，床墊，書桌，置物架，廚房，廁間，浴間 建議另行添購或攜帶物品：衣物，生活用品，廚具		
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：雜費 金額：EUR 145€ (學期) 名稱：ARD 廣播電視使用費 金額：EUR 105€ (學期) 名稱：宿舍費 金額：EUR 230€ (月) 名稱：保險費 金額：EUR 336€ (年)		
每月基本生活費預估： <不含娛樂及文教費用，僅最低生活必需> 細項(以月為單位) 伙食費 NTD 4000 元 交通費 NTD 0 元 宿舍費 NTD 7360 元 水電及電信等雜費 NTD 1000 元 教材書籍費用 NTD 0 元 其他 NTD 0 元		有無取得獎助學金補助 <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 獎助學金名稱與獲補助金額 名稱：多益英語成績優良 金額：NTD 30000 元
建議第一次入國所需攜帶金額： NTD 10000 元		

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

機場至學校之交通方式

☐ 校方派員至機場接機

☒ 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：至法蘭克福機場坐火車至福茲堡並由學伴開車接送回宿舍

出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等)

出發前並未購入驢由平安相關保險

保險：赴姊妹校後校方協助辦理 (☐國民健康保險；☒學生平安保險；☐其他保險)

金額：

簽證：辦理簽證所需天數、金額、及特別注意事項

等待時間：一個月

金額：75€

注意事項：辦理團簽方式得以加速辦理時間

其他校方提供使用服務：

☐ 是否有直接網路連線 (☒ 宿舍 ☒ 圖書館 ☐ 電腦室)

☐ 是否有安排輔導人員 (☐ 輔導老師 ☒ 義工同學)

有無使用行動電話？公司與費率方案為何？

有

ALDI TALK：每月費率為 15 歐，15GB 流量，不得撥打電話

學校週邊生活機能，是否有下列設施：

書店	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：步行約 10 分鐘可抵達大型書店
超級市場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：學校附近有 Tegut, ALDI, Penny, 亞超
百貨商圈	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：步行約 10 分鐘可抵達
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：坐 tram 大約需耗時 15 分鐘
地鐵車站	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：可搭乘 tram 或步行至中央車站
公園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：到處都是
電影院	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：可搭乘 tram 大約 10 分鐘
體育場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：學校對面即有一間
社區文化中心	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：
其他			

你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面的話<例如：學校、宿舍、駐外單位等...>

在為期一年的交換生活中我所選擇的宿舍是合宿，被安排與另外兩位德國室友同住，德國交換期間會收到許多信件是以德文撰寫，因此講德文的室友在生活上給予很大的幫忙。

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

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)：

赴姐妹校交換前，我並未有太多想像，德國於我而言屬相對較為陌生的國家，可曾赴此校的學長姐皆有相當好的經驗，在學習、生活以及個人獨立的部分收穫匪淺，因此出發前我是抱有期待且對自己有著期許的。姐妹校的外觀與實踐有著相似之處，皆走現代化風格的建築設計。

留學心得感言 2000 字：

(例如：出發前，抵達後一個月…回國後的感想---歡迎貼上個人留學代表照片若干；另歡迎提供留學國的作法、經驗，以利國內之參考)

初抵德國 Würzburg 時，在生活方面我面臨許多關卡，由於德國的文件審核機制相當嚴格，縱使已備妥周全的文件，仍在辦理事務時面對被否決的窘境，且身處異地不會說德文的情況下更加劇了當時心情的慌亂感，前一個月是匆忙且混亂的，在短時間內安頓好所有事情並開始學習適應當地生活。飲食起居、生活型態與臺灣有著極大的差異，在臺灣，我們早已習慣唾手可得的飲食、日常用品，隨處可見 24 小時不間斷營業的便利超商亦或是凌晨時分仍營業的餐廳，可在 Würzburg 所有商家在晚間 8 點便會結束營業，週日所有商店更是沒有營業的，因此生活用品、食材皆要趕在營業時間結束前採買完畢。在德國，相較於商家營業時間，最大的差異莫過於教育體制的相異之處，臺灣的授課方式傾向於在台上的教授將書本中的文字解說予學生，在期中、末的考試內容以筆試居多且內容涵蓋課本範疇，因此學生的學習方式多是將課本背下以取得高分，可我首次體驗到強烈的文化衝擊便是在德國的課堂中，多數教授從不會發給學生課本，用每一堂的上課時間講解課本內容，而是定出特定主題並將學生分為小組討論出總結報告上台做簡報分享，完整的一學期皆要與組員共同討論報告方向、內容以及教授經常要求的文字撰寫。讓我感受到德國教育所重視的是學生是否確實吸收上課內容外，且擁有能夠運用的能力。課間教授經常性地提出許多問題，同樣讓我感到訝異的是德國學生相當踴躍表達自我意見，多數問題屬開放式因此能讓學生自由發揮，但在臺灣學生時常陷入害怕答題錯誤而對於在同儕面前發問或回答感到恐懼，機會是由自己所爭取，若總是坐在原地等待機會降臨亦或是被他人指點後發言則容易被視為“不積極”的學習態度。

於我而言，赴德交換的經驗不僅僅是相異文化的學習或是在不同的體系下接受教育，其所涵蓋的層面太廣了，更包含生活的獨立自主性、獨立的危機處理能力，由於身處異地，若生活遭遇任何不便或突發狀況，必須有能夠獨力解決的能力。這一年間我曾因為感冒引發肺部發炎而在半夜緊急送往醫院，當下我強烈地意識到自己並非身處熟悉的台灣，即便感到無助與害怕仍要好好照顧自己，自那次以後我更深刻地感覺到隻身在外留學不僅只有好的面向，也會有帶我們克服的難關。除此之外，在這一年中，我走訪了許多國家，瀏覽各大名勝古跡、自然景觀，許督都是曾經只見於課本上的，親眼見到的澎湃感是難以言喻的。

若能夠再做一次選擇，我仍然會成為交換學生，這是在學生時期所下的最正確的決定，在學生時代的尾巴抓緊時間到外面的世界看過，才知道這個世界真的好大，經歷了文化差異的衝擊、酸甜苦辣也都嚐遍，這份經驗會一直是我心中寶貴的回憶，

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 3 月 5 日

拍攝地點：德國符茲堡

照片描述：此為初抵符茲堡後所拍攝的第一張照片，宿舍外的街道。



拍攝日期：2019 年 3 月 7 日

拍攝地點：德國符茲堡

照片描述：此為我所著的學生宿舍-Galgenberg 的照片，此區主要為三人合住房。



拍攝日期：2019 年 5 月 15 日

拍攝地點：德國符茲堡-學伴家

照片描述：此為與在學伴家一起煮晚餐所拍攝的照片。

※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。