

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	陳○萱	學號	-
性別	女	就讀本校系所	中文 系(所) 四 年級
研修學校	德國康斯坦茨大學	研修系所(學程)	文學與藝術
研修學校獎學金補助 經費	0	實際教育部/本校補 助經費 (領取者填寫)	
實際花費金額 (新台幣)	學費：0 學雜費:付中興大學學雜費即可 住宿費:一個月 390 歐 ( 雙人房 ) 生活費：一個月 934 歐 ( 限制提領帳戶 ) 來回飛機票：30000NTD 合計:約 30 萬 NTD		
國外修讀學分數	14ECTS	薦送學校採認 學分數	0ECTS
實際出國日期	2023.8.31	實際返國日期	2024.2.28

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張)

1、緣起

我在大二的時候萌生了想去歐洲交換的想法，想用親身走訪的方式去認識世界，因為對歐洲有美好的憧憬與想像，所以在看了過去學長姐的交換心得後決定提出申請，因為台灣從小的教育英文就佔了很大的比重，我認為在這充滿競爭力的時代下，學習第二外語是非常重要的事情，剛好對德文有興趣，因此選擇了德國作為交換的國家，希望能藉由大學時期，把握學習外語和前往歐洲生活的機會，成為了我申請交換的契機。

2、研修學校簡介

康斯坦茨大學 ( Universität Konstanz ) 是德國一所著名的研究型大學，位於德國巴登符騰堡州，是一所非常年輕且有活力的大學，校園緊鄰波登湖的美瑙島(Insel Mainau)，康士坦茨同時也是德國境內最南端的一座大學城，鄰近瑞士，全校共三個院 13 個系，包含數學、自然科學和人文科學學院，學校除了德文課程以外，由於交換學生和外籍學生眾多，也提供專業的英語授課課程，校園裡的圖書館是 24 小時開放，提供學生良好的學習環境。

3、國外研修之課程學習(課內)

**Go Konstanz intensive language class:**

這堂課是由語言中心開設，在正式開學前為期一個月的德文密集課，需要額外付費，時間是每週一到週五早上 9 點中午 12 點半，在出發前會有分級測驗把大家分配到不同的程度，所以班

上同學都會是相似的程度，每一個不同的班級會有不同的教學方式。我在的班級是 A2，老師基本上都是用德語教學，一個月下來我覺得我的聽力進步很多，同時有一些課堂活動可以和同學用德文對話，在台灣學習德文的時候基本上都是以閱讀和書寫為主，所以剛到德國時老師一直要我們開口說德文覺得很有挑戰，但是經過這一個月的密集課後，覺得自己也比較敢開口說話並不怕說錯了。



語言課第二週學校舉辦的沙灘排球比賽

很推薦來康斯坦茨交換的人都報名這個密集課，除了可以更早適應德國的生活以外，學校也會安排我們到附近的小島逛逛，也有排球比賽、成果發表等等活動，是個可以快速結交朋友的機會，因為當時每天早上大家都一起上課，也會約好下午一起打排球、野餐，對我來說是最豐富、印象最深刻的一個月。

### **Basic Level German Class:**

這是開在學期中的德文課，在 Go Konstanz 結束後會由老師幫忙分配程度，一週兩次，一次一個半小時，我選的是早上，經常還沒天亮就要出門上課，這堂課中會和許多來自不同國家的同學一起學習德文，但整體來說，我認為在 Go Konstanz 的課程中更能讓德文程度大幅進步。

## **4、國外研修之生活學習(課外)**

### **獨立生活**

我在這半年期間轉變最大的就是變得更加獨立，在出發前的簽證、匯款等等作業都要自己處理，自己和德國學校聯絡，到了之後更是一大挑戰，不論是生活自理抑或是學校事務，在還不適應的狀況下就要自己處理好，但我卻很享受這樣的日子，幾乎每天都自己煮飯，過著和台灣極度不同的生活。

### **文化交流**

在交換期間會認識很多來自不同國家的朋友，我和幾個朋友會固定每週聚餐一次，我們常常

會討論各國的文化差異，並且每週一人做一道菜和大家分享，這次交換剛好碰到農曆新年，我們幾個台灣人也煮了一桌菜、寫春聯和外國朋友們一起慶祝，以往我的視野可能都聚焦在台灣，但是這半年也了解到了很多不同的文化，是課本裡學不到的。



## 旅行

來到歐洲一定要把握機會到各個國家走訪，雖然旅行看似光鮮亮麗，但在其中我也碰到了很多困難，火車延遲取消是常態，我在準備到匈牙利旅遊時，甚至碰到在登機前機場廣播有炸彈警報，要大家立刻離開機場的狀況，當時我心中有點驚慌，但是身旁的歐洲人各個都非常冷靜，從那時開始我也學會了用冷靜的心情面對所有的挑戰，對我來說最難能可貴的是用不高昂的車票、機票到各國去旅行，親自走訪每個城市，用雙眼去看世界，我也參加了德國最有名的啤酒節，那份純真的感動到現在仍歷歷在目。



## 5、感想與建議

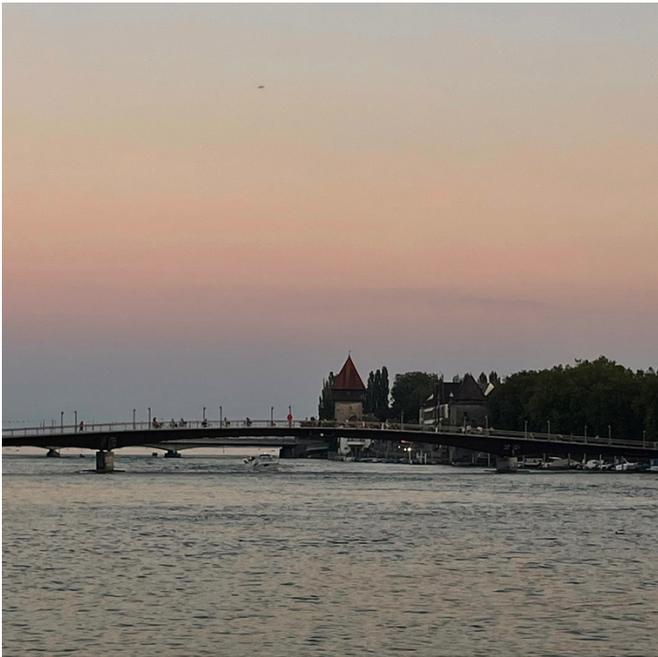
有機會出國去看看世界的話，我很推薦交換學生計畫。

除了能體驗不同的民俗風情以外，也能認識很多不同國家的人，甚至可能交到異國的好朋友，同時，Konstanz 也是我很推薦的地方，是個治安很好且居民很親切的小鎮，儘管不如大城市一般繁華，每天到了八點店家都會關門，如果是很喜歡夜生活的人可能會不太習慣，一開始我也是熱

愛夜生活的人，但是到後來我發現自己很喜歡待在 Konstanz 安靜的那些夜晚，也許正因為沒什麼娛樂，所以我們總是到朋友家喝酒、聊天，度過溫馨的時光。

如果有到德國交換想法的人，在出發前勢必會碰到很多挑戰，簽證、限制提領帳戶、保險都是要花心思去處理的項目，建議可以和要一起去同的地方交換的人一起準備，一起討論會比較有效率，也比較不會那麼焦慮。

整體來說，我覺得這半年會成為我日後人生的養分，常常和朋友說，在歐洲的時候有種逃離現實的感覺，或許是從小就很嚮往歐洲的生活，真正到了以後很認真的在享受生活，但是同時也會發現自己身在的台灣有多麼便利，視野會變得更加開闊，心靈也變得更平靜了。



\* 請於返國二個月內將本報告繳交至 [oia@nchu.edu.tw](mailto:oia@nchu.edu.tw)

\* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw