

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	潘○綸	學號	-
性別	女	就讀本校系所	應經系(所) 四年級
研修學校	康斯坦茨大學	研修系所(學程)	經濟系
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)	96000
實際花費金額 (新台幣)	學費：NTD 28212 中興大學學費 學雜費：0 住宿費：€1566(六個月) 生活費：€8200 來回飛機票：NTD 32005 合計：28212+32005+32*(1566+8200) =NTD 324183		
國外修讀學分數	19 ECTS	薦送學校採認學分數	0 ECTS
實際出國日期	2022/08/27	實際返國日期	2023/02/16

心得內容(1000-1500字，請附照片1~3張)

1、緣起

在從我高中時，就有著到德國留學的夢想，也得知許多大學都有提供到世界各國大學交換的機會，於是我進了大學後，就查找了中興大學交換學生的條件與要求，並且為此準備，包括考取英文證照，保持良好成績等等。希望能夠透過真正到德國當地生活，來測試自己是否真的能夠適應德國的生活，並且想申請的學校科系也以是否有出國交換做為評分標準，所以申請交換學生，也是為了以後出國念研究所做準備。

2、研修學校簡介

康斯坦茨大學 (Universität Konstanz) 是德國巴登-符騰堡邦康士坦茲的一所公立大學，緊鄰波登湖的美瑙島 (Mainau)。自 2007 年便為德國卓越大學計畫的一員，2019 年 7 月，德國聯邦政府所揭曉的連續兩輪卓越大學計劃評選中，依舊被評為德國精英大學。

康斯坦茨大學創校於 1966 年，是德國最南端的一所現代化大學，以卓越的教學研究、國際性和跨學科合作而著名。學生人數約 9000 名左右，其中包含來自 80 個不同國家的 1296 名國際學生。

康斯坦茨大學共設立 3 個學院：理學院、人文學院與政治、法律及經濟學院，在這三個學院中，共開設約 100 多門課程，因此學生可以選擇相當廣泛的課程，康斯坦茨大學鼓勵學生利用各種機會和自由來發展自己的學習重點或興趣領域。而該校的熱門科系有：哲學、語言學、政治、社會學等科系，其中又以「社會政策與行政」科系表現最為突出，

國外研修之課程學習(課內)

GO-Konstanz: Deutsch-intensivkurs A1 (6 ECTS)

這門課是康斯坦茨大學專門開給國際學生的德文密集班，在九月開設，為期約一個月，除了在開學前能夠迅速學習德文外，也幫助初來乍到的學生們能夠適應德國的生活。教導我們的老師非常親切且用心，甚至為我們安排了兩天的戶外教學，到附近的美瑙島用德文訪問路人，和到小農市集嘗試用德文買菜，並且到博物館去了解康斯坦茨的歷史。



▲與語言班同學們的戶外教學合照

### International Trade (5 ECTS)

康斯坦茨大學的經濟系課程，英語授課，主要是了解國際貿易的模型與理論，如果已經修習過總體與個體經濟學，便會對課程所提的內容相當熟悉，評分方式為100%期末考，上課當天的下午會有助教課，同樣是由授課教授教導，主要是示範如何解題以及問題詢問。

### Basic Level German A2/1 (8 ECTS)

學期中的德文課，一周兩次，每一次三小時，老師很有耐心的教導學生，遇到節慶時，老師會向大家介紹德國的節慶文化，也會請同學們分享自己國家的文化，比起課本的內容，老師更注重學生們的德語口說技能，會要求學生要在課堂上發言，讓我的口說能力進步了不少。

## 3、 國外研修之生活學習(課外)

### 1、 住宿

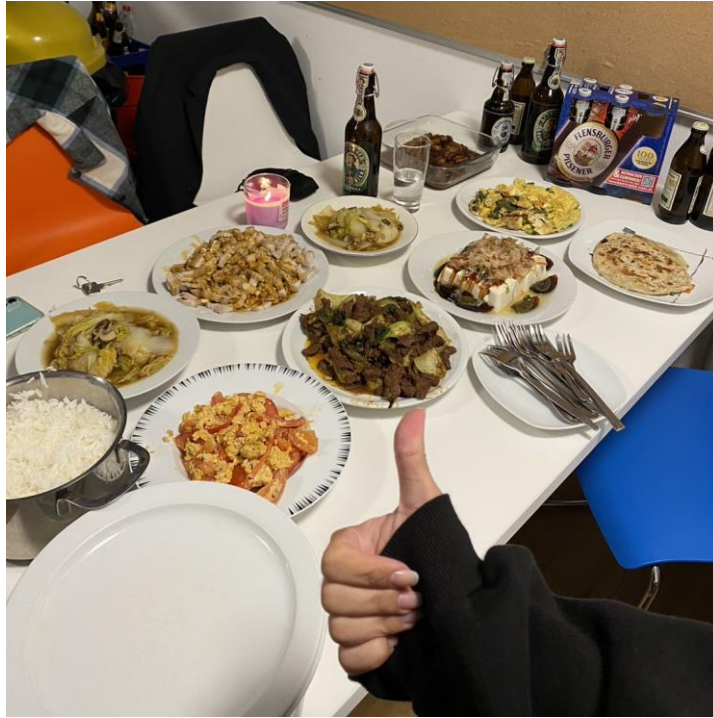
我所居住的學生宿舍是七人宿舍，由四個德國人、一個巴勒斯坦人、一個比利時人與我組成，我與室友們常常會在餐廳交流，假日有機會也會一起看電影、做飯與出遊。在多人宿舍中我學習到了如何和人相處，並且也了解他們的文化。



▲室友的生日派對合照

## 2、 飲食

在德國到餐廳吃飯都需要不小的開銷，但在超市購買食物跟生活用品非常便宜，在德國生活的人通常都習慣自己煮飯，想念家鄉味時，也能到城內的亞洲超市購買熟悉的台灣味。



▲與其他國際學生舉辦的 Culture Food Night，當天是台灣菜

## 3、 旅遊

能夠自由進出各個歐盟國家是歐洲交換學生在歐洲旅遊的極大優勢，到不同國家的機票、火車票與客運票都很便宜，並且持有歐盟學生證能獲得許多博物館或車票的優惠，我個人就在交換期間內探訪了 11 個國家。

研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 提升德語能力
2. 提升英語能力
3. 拓展人際關係
4. 擁有國際視野
5. 多元文化交流
6. 學習獨立解決問題

## 4、 感想與建議

到德國交換的半年對我來說是非常珍貴的經驗，拓展視野並不只是講講而已，每次與不同文化、國家的交流，都為我帶來全新的衝擊，透過經歷在自己國家完全不同的生活，更能夠了解到自己的優缺點，認清自己所在的位置，不管是遇到壞事或好事，都是讓自己學習成長的機會。而體會了在海外留學的現實，戳破了幻想中的美好泡泡之後，才能夠了解自己心中真正的夢想與渴望，並且理性的去分析如何到達。在交換途中遇到的友誼也是，會成為我一輩子美好的回憶，鼓勵學弟妹有機會就參與交換計畫，絕對不會後悔，收穫的一定比付出的多。



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