

# 國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

## 心得報告

姓名	林O君	學號	
性別	女	就讀本校系所	生命科學系(所)三年級
研修學校	University of Innsbruck	研修系所(學程)	Biology
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:\$28190 學雜費:\$0 住宿費:\$20053 生活費:\$92720 來回飛機票:\$37424+\$6269(更改機票費用) 合計:\$184656		
國外修讀學分數	0	薦送學校採認學分數	0
實際出國日期	02/27/2020	實際返國日期	03/14/2020

心得內容(1000-1500字，請附照片1~3張)

### 一、緣起

從小到大都是接觸美式文化居多，因此一直想到歐洲體驗不同的文化風情，便想透過學校的交換計劃到歐洲體驗生活。當初因為想練德文的關係，所以五個志願有四個志願我都填了德國的學校，只填了一所奧地利的學校，會選 University of Innsbruck 是因為我知道 Innsbruck 是滑雪勝地，也是個風景很美麗的小鎮，恰巧我又很喜歡滑雪，緣分讓我就這麼上了這麼唯一一個不是德國的志願。

### 二、研修學校簡介

University of Innsbruck: Innsbruck 是個大學城，因此學校的各個學院都散布在城市的各個學院，雖然創辦於 1669 年，已有多年歷史，但是建築物看起來都很新，和我原先想像的古老的建築風格不同。按學生人數算，它現在是奧地利蒂羅爾州(Tyrol)最大的大學，以及全奧地利第三大大學。我最常去的主校區(main campus)位於 Innrain。



### 三、 國外研修之課程學習(課內)

這學期總共修了 3 門課：

#### 1. German A1 (5 ECTS)

非常適合初學者的德文課，我認為完全不會德文來修習也沒有問題，老師人非常好，因為疫情的關係課程改為線上課程，老師重視讓同學練習口說，以及用生活化的方式學習德文，推薦適合想要有一點德文基礎的人來修！

#### 2. Aspects of Digitalisation : Law and Governance of Digital Technology (5 ECTS)

因為疫情的關係，我只上過一堂面授課，這堂課是開給完全沒有法律基礎又想要了解法律和科技關係的人修的；而我的同學大部分都是研究生，這堂課沒有期中以及期末考，需要閱讀老師給的文獻並且完成指定的作業，如果能夠修完這堂課想必一定會獲益良多。

#### 3. Introduction to Global Citizenship Education (2.5 ECTS)

因為疫情的關係，我同樣也只參與過一堂面授課，這堂課老師非常注重討論，基本上上課的時候要不斷地發表自己的意見，是可以練習英語口說的好機會，上課內容主要是在探討如何讓這個世界變得更好的相關議題，每個人都可以發表自己身為全球公民的看法，同學們都非常有國際觀。

### 四、 國外研修之生活學習(課外)

#### 1. 學習自己煮飯

在歐洲生活不像在台灣那麼方便，三餐基本上都要自己準備(大部分的人一天都只吃兩餐)，對幾乎零廚藝的我而言，一開始真的是面臨非常大的挑戰，但為了不自己餓肚子，還是要想辦法煮出一些什麼來(笑)，後來我漸漸愛上到廚房做菜，自己到超市挑選食材、在 shared kitchen 邊做菜邊和其他也在做菜的朋友交流真的非常有趣，雖然我煮出來的東西真的稱不上好吃，但還是吃的很開心。我想這才是真正「生活」著，不狼吞虎嚥，雖然光煮一餐就要花個一小時以上，但這才是享受生活呀！這是我以前在台灣所沒有感受過的，也因為有了這次的經驗，回台灣後的我竟然愛上做菜了，以前的我一定是叫外賣或在外面吃。



#### 2. 交來自世界各國的朋友

參加由 ESN 舉辦的各式活動非常容易認識來自世界各國的交換生，大家基本上都是用英文溝通，所以不會德文完全沒關係，我參加 pub crawl 的時候認識了兩個很可愛的女生，一位來自摩洛哥，一位來自以色列，也聽很多奧地利當地的學生(其實有很多不是交換生的人也都參加 ESN 舉辦的活動)分享他們在 Innsbruck 的生活，他們表示因為其實沒什麼事可以做所以大部分時間的都泡在酒

吧(笑)。

我在我住的那棟宿舍(Dr. Karl-Heim)也認識很多對我非常友善的當地學生，大部分都是從德國、義大利或是本來就是奧地利人的學生，一開始不熟悉環境時都是他們給予我幫助，我回台灣後也有和他們繼續保持聯絡，互相關心彼此的情況。

### 3. 不會德文還是努力的看懂

雖然在奧地利和大部分的人講英語都會通，但是各種商店譬如說超市所販賣的商品名稱都是寫德文，所以買東西時，我都會站在商品前面很久，因為要用手機查是什麼意思，蠻有趣的，在生活中學習德文。

#### 五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 更獨立
2. 英文口說與聽力進步
3. 介紹台灣文化

#### 六、 感想與建議

雖然因為疫情的關係，我待在 Innsbruck 的時間只有短短的兩個禮拜，卻也對這座落於阿爾卑斯山腳下的美麗城市有一定的了解，如果不是藉由這次交換，我想我有可能一輩子都不會知道這個地方，更別說到此一遊了；我誠心的推薦這裡作為交換地點的選項，你一定會和我一樣享受被群山包圍、漫步於茵河橋畔的日子。

我建議在來之前可以先和上學期在這邊交換的同校同學聯絡，可以傳承一些他們的二手鍋具和生活用品，以及大概了解宿舍要怎麼選擇，心中會有比較踏實的感覺。

分享 Innsbruck 的美照~





\* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw