

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

心得報告

姓名	曾 0 瑜	學號	
性別	女	就讀本校系所	生命科學系(所) 四年級
研修學校	德國杜賓根大學	研修系所(學程)	生物系
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：興大學費 學雜費：EUR88.3 住宿費：EUR257*6 生活費：EUR500*6 來回飛機票：NTD40000 合計：約 NTD300000(包含旅遊及上述未提保險費及其他雜費)		
國外修讀學分數	12ECTS	薦送學校採認學分數	
實際出國日期	2022/03/04	實際返國日期	2022/08/30

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張)

1、緣起

出國體驗不同的生活和教學方式一直是我的夢想，在得知興大有許多優秀的姊妹校合作後，我便著手申請交換學生，很幸運地兩個學期都選上了自己的第一志願。雖然因為疫情我放棄了一個學期，仍然很高興有機會在德國度過半年的時光。

2、研修學校簡介

杜賓根大學 (Eberhard Karls Universität Tübingen) 是德國最古老的大學之一，在自然科學和人文科學領域都享有盛名。大學包括基督教神學系、天主教神學系、法學系、醫學系、哲學系、經濟與社會學系、數學與自然科學系等七個系和 30 個專業。2012 年入選成功第二階段德國精英計劃，成為德國 11 所「精英大學」之一。在 2019 年 7 月揭曉的第三輪卓越計劃評選中，依舊維持了「精英大學」的稱號。杜賓根大學的傑出校友中，有約翰內斯·克卜勒，杜賓根大學天文學碩士，德國天文學家、數學家，十七世紀科學革命的關鍵人物。他最為人知的成就是克卜勒定律，因此克卜勒被冠以「天空的立法者」。

3、國外研修之課程學習(課內)

我在杜賓根大學修習了 German A1.2、Grammar and Communication，以及旁聽研究所課程 Sleep: Phenomena, Physiology and Function。德文課老師 Eva 是一位很棒的老師，每堂課程都讓我們充分的練習口說和文法，也安排很多各種形式的活動讓同學互相交流練習，並且規定上課只能說德文，不能用英文或是與說同個語言的同學坐在一起。我很喜歡這樣的上課氛圍，不是整堂課只坐在位置上安靜的聽老師講解。Eva 的解說也很細心，課程進度也適當，每堂課都會安排線上或紙本作業讓我們回家練習。而文法課程的授課老師是 Kevin McCarthy，這堂課主要專注於較高難度的詞彙和文法，老師也很認真地講解。我們時常練習寫作，期末做了關於社會議題的口頭報告。但是這堂課因為互動較少，老師用的教材也是很久以前的教材，並沒有更新內容，因此有點低於我原本的期望。



(左圖為 Grammar and Communication 上課照片)

關於腦神經科學的研究所課程是由 Steffen Gais 教授帶領，屬於醫學院的課。這堂課主要專注於 EEG 和基本睡眠結構、睡眠調節生理學、晝夜節律、發育和衰老過程中的睡眠、能量代謝、睡眠對認知和記憶的影響、作夢、睡眠障礙、失眠和睡眠障礙的治療、神經疾病患者的睡眠、近期關於睡眠的研究等。雖然這堂課歸類於 Lecture，但是教授和學生之間的互動非常踴躍，提出的問題也都具有很高的專業度。所有的同學都是研究所或博士生，除了我和另一位，而且每隔一周都要讀一篇論文並且發表意見，剛開始對我的衝擊不小。我需要複習以前修過的神經相關課程知識才能更好地跟上教授的上課進度。這堂課和我原本想像中在台灣的講座課很不一樣，但也讓我了解到國外的教學是如何激發學生獨立思考和辯論的能力。

#### 4、 國外研修之生活學習(課外)

我在開學一個半月之前就抵達了德國，除了利用這段時間適應不同的生活，我也去了捷克、奧地利、到瑞典看極光，以及比利時。學期開始前一周我參加了學校舉辦的 Advisory Course，很慶幸自己有報名參加這個活動，在那裡我認識了很多國際學生，也結識了非常好的韓國朋友們，在未來我們一起踏上了很多國內外的旅程。我在周末或放假期間去了西班牙、希臘、法國、埃及。自助旅行不比跟團，每一趟旅程對我來說都充滿了挑戰，卻也讓我更深入的了解當地文化而不只是走馬看花，留下了許多深刻而美好的回憶。

#### 5、 研修之具體效益(請條列式列舉)

- 拓展國際視野
- 增進德文聽說讀寫能力
- 增進英文能力
- 學習獨立思考與解決問題的能力
- 接觸與包容多元文化
- 學術知識提升

#### 6、 感想與建議

這次的交換學生有別於短暫的旅遊，讓我有機會深入體驗異國的生活和人文，結識了很多外國朋友，也體驗到與台灣非常不同的教學方式與學習氛圍。在這半年中，我也深刻體會到每個國家都有一體兩面，接觸與學習尊重不同文化的同時也更加意識到自己的國家有哪些優點與缺點。雖然只是短短的半年，在此期間，從課業到生活所帶給我的感受和成長，將會成為我未來的資產，是非常珍貴與難忘的時光。



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