

# 國立中興大學交換學生赴國外研修計畫

## 心得報告

姓名	廖〇曉	學號	
性別	男	就讀本校系所	機械系(所) 四年級
研修學校	德國杜賓根大學	研修系所(學程)	經濟與企業管理
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：約28000 台幣 (中興大學學費) 學雜費: 88.3 歐元 住宿費: 267 歐元/月 生活費：108.81 歐元/月 + 450 歐元/月 來回飛機票：約50000 台幣 合計: 約 21萬 台幣 (不包含旅遊費用，其價格因人而異)		
國外修讀學分數	13 ECTS	薦送學校採認 學分數	
實際出國日期	2022.03.31	實際返國日期	2022.08.14

心得內容(1000-1500字，請附照片1~3張)

### 1、緣起

升大二暑假時，因為身邊有朋友去德國念書，讓我燃起了出國唸書的想法，在經過種種考量後，我選擇CP值較高的交換學生這選項。希望在交換的這段時間，能讓我更有自信的說英文，體驗德國當地的風俗民情、特色菜餚，並且利用課餘時間，旅遊德國及歐洲各國，拓展自己的視野。

### 2、研修學校簡介

杜賓根大學 (University of Tübingen)，位於德國巴登 - 符騰堡州杜賓根市，成立於1477年，是德國最古老的大學之一，在醫學、自然科學、人文科學領域都享有盛名。杜賓根大學現時為德國11所精英大學之一。

「杜賓根沒有大學，杜賓根本身就是一所大學。」這句話準確地描繪杜賓根的過去和當下。這也是對杜賓根大學和城市生活相融一體的最好形容。由於杜賓根大學城的特色，它成為全德所有城市人口年齡層中最年輕的。杜賓根是德國大學生最密集的地方，擁有八萬四千人口的杜賓根，每4人中就有1人是大學生。

杜賓根大學所在的城市是德國僅有的五座大學城之一，距離巴登 - 符騰堡州首府斯圖加特不過30公里，是一個人口只有8-9萬的小型城市。杜賓根位於內卡河河谷，是一座古老而美麗的城市，城市保存較為完整，古老臨河而建的紅頂尖塔街道，恍如置身於中世紀的歐洲。

### 3、國外研修之課程學習(課內)

英語B1 General Refresher (B1)

## 德語A1 German A1.1-Group 2

### 運算思維應用 Computer Science for All: Applying Computational Thinking

#### 4、 國外研修之生活學習(課外)

- I. 旅遊歐洲各國 ( 英國、比利時、法國、荷蘭、克羅埃西亞、義大利、梵蒂岡、瑞士、西班牙 )
- II. 深度旅遊德國 ( 慕尼黑、柏林、斯圖加特、烏爾姆、國王湖、新天鵝堡、集中營、樂高樂園 )
- III. 參觀德國汽車博物館 ( 賓士、保時捷、BMW )

#### 5、 研修之具體效益(請條列式列舉)

- I. 提升英文能力
- II. 學習第二外語 ( 德文 )
- III. 學習獨立自主
- IV. 學會在國外生存
- V. 拓展自己的視野
- VI. 體驗德國文化

#### 6、 感想與建議

取之於社會，用之於社會，領取機械系上的獎學金，也領取到學海飛颺的獎學金，我決定寫篇詳細的交換攻略，希望能幫助到未來交換的同學，也給自己短暫的德國生活做個紀錄。

##### I. 申請宿舍

宿舍需要在Studentenwerk Tübingen Wohnheim網站上申請，德國似乎都有統轄當地給學生住宿的單位，以保障學生的住宿名額，而Tübingen的私人房宿非常難找，而且價格昂貴，記得收到錄取通知就要趕快申請住宿！申請宿舍記得要勾選mobliert ( 有傢具的 )，這個最重要別填錯，其他像是否有共同廚房或衛浴，可以再自己查，記得每兩周宿舍組會寄信到你當初申請宿舍的信箱，要記得收信確認保留權，不然你就得重新申請宿舍。

##### II. 申請德國簽證

之前有在Dcard的留學版發過如何申請交換學生簽證，寫得還算詳細，如果有興趣的話，可以再去找尋我的文章，這邊就特別講限制提領帳戶是什麼就好。

限制提領帳戶：就是申請簽證所需的財力證明，簡單說德國政府希望你抵達德國後，有足夠的錢能夠生活，因此要先匯一筆錢到屬於你自己的特定帳戶，而有三個帳戶提供商能選擇 分別是：Expatrio, Fintiba, Deutsche Bank。我自己是選擇Expatrio的value package，保險跟限制提領帳戶直接幫你搞定，推薦大家搜尋WillStudy留學計畫，它們的網站有詳細的教學文章，即便你有不懂的地方，也能臉書私訊它們，它們都回覆很快。

##### III. 辦理國際漫遊

會把申辦國際漫遊擺在前面，是因為這是屬於出國前該做的事，而且我自己覺得很重要！畢竟你自己在國外，有個網路方便外，你也會心安許多，我是購買台灣大哥大的2GB國際漫遊，抵達德國時就有網路可以使用，除了跟家人報平安外，也能google map找尋宿舍，以及宿舍附近的

超市 & 公車站在哪。

- 從機場到杜賓根 & 訂購德鐵車票

大部分的交換生都會選擇直飛德國，因此你會抵達法蘭克福 ( Frankfurt ) 機場。拿完行李之後，你需要從Frankfurt機場的第二航廈到第一航廈的火車站搭火車到杜賓根，總共有輕軌和公車兩種方法，建議大家可以選擇輕軌，上下樓都有手扶梯，而且輕軌是平面的，不需要提行李上去。搭從機場到杜賓根 ( Tübingen ) 火車站需要在斯圖加特 ( Stuttgart ) 轉車一次，時間大概是2小時，所以訂票建議抓飛機抵達時間的2小時後，像我抵達德國的時間是早上6:50，所以我就訂8:52的，大概11:00抵達Tübingen。訂車票的App叫DB Navigator，原則上車票越早買越便宜，因為車票的價格是根據需求量決定的，越緊急的票、越多人買的票、快要完售的票，票越貴。如果你很不幸，在抵達第一天就遇到火車誤點，因此趕不上第二班火車，也就是從Stuttgart到Tübingen的火車，這時不用驚慌，直接搭下一班火車即可，遇到查票就跟他說明誤點的情況，基本上不會刁難你，他們也知道德鐵always在誤點，還是擔心的話也可以去資訊台索取證明。

#### IV. 抵達德國當天

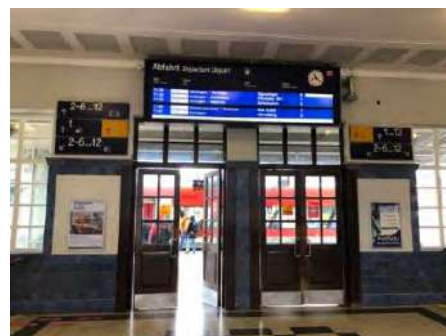
抵達當天最重要的就是要有地方睡，因此以下就整理些抵達當天該做的事。

- 以往你抵達時，要先支付400歐的住宿押金 + 第一個月的房租給住宿組，但因為疫情的關係，在台灣你就要先轉帳來支付這筆費用，所以你不需要搭公車去住宿組，直接前往住宿的地方找房東Hausmeister ( caretaker ) 拿鑰匙即可。找路的話，請妥善利用Google Map，畢竟你剛抵達德國，人生地不熟，這是找路最快的方式。或是開口詢問車站附近的人，因為國際生很多，這邊大部分的人都會說英文，所以你可以不用擔心。
- 到德國時記得先把身上的鈔票找開，拿到銅板你才有辦法買票坐公車，而買票的機器就在公車上，如果沒發現機器的話，不要想說不用買票，記得去找司機買，因為德國的大眾交通工具是採取信任制，如果你搭公車沒買票被抓到的話，會被罰60歐，朋友真的被罰過，所以小錢別省呀！
- 如果和我一樣是禮拜五抵達的同學要自己注意時間，因為房東Hausmeister在週五的休息時間比較早 ( 13:00 )，你得在他下班前拿到鑰匙，如果沒拿到的話，自己得找地方睡覺度過假日。自己的經驗來說，完全是來得及啦，大家不用過於擔心，在台灣你也可以先寄信給住宿組或是房東，跟他們說明你可能會晚到，有些人很好會等你，但有些就.....

到這邊你就能喘口氣休息一下啦，以下是一些能幫助你找路的照片。



Tübingen 車站外觀



Tübingen 車站內部大廳



公車



公車的時刻表與路線



公車內部



買公車票的機器



車站外的公車站牌

#### V. 辦理銀行

每個人都要辦理銀行，這樣才能收取你當初匯到限制提領帳戶的錢，但因為你會帶歐元現金在身上，所以辦理銀行可以等你抵達德國之後再慢慢辦理即可，下面就針對我辦的兩家銀行（N26 & Revolut）做說明。

- N26：德國的網路銀行，全部的辦理程序都能在線上搞定，帳戶採用視訊認證，能省掉去現場辦理的麻煩，因此我在來德國的前2天就開通了，開通後能花10歐將實體卡片寄送到宿舍地址，也可使用帳戶綁定Apple pay，但歐洲有些店家不支援Apple pay，所以建議還是要辦張實體卡。
- Revolut：英國的網路銀行，辦理程序也都在線上搞定，上傳護照認證即可不需要視訊認證，換歐元的匯率也不錯，朋友間互相轉帳也方便。

其實N26的功能就已經非常完善，對於交換生來說就很足夠，可惜的是N26每個月的線上儲值上限是450歐，加上我幾乎每兩個禮拜就跑出去玩，所以我得在申辦一個銀行XD，在網路上有很多人分享各個銀行的優缺點，可以自己斟酌，選出適合自己的銀行。

#### VI. 宿舍介紹

Tübingen的宿舍是有網路的，但需要去買路由器（Router）來連接，個人覺得從台灣帶過來佔行李空間，加上我有辦國際漫遊，想說抵達德國再去買就行，結果我鄰居人超好，直接借我連他的wifi，實在不好意思連整學期，所以隔天還是乖乖去買，在Tübingen要買3C用品可以到市區附近的Saturn購入，像我就花22歐買路由器，算是在能接受的範圍內。

我在Tübingen的宿舍是抽到Hartmeyerstrasse 2，它是16個人住一層樓，共用廚房和衛浴（總共有6間廁所，其中4間有淋浴間），且房間裡面有洗手台，要到宿舍可以搭5號公車直達，公車站牌就在宿舍前面，離火車站約20分鐘的車程，宿舍附近生活機能很方便，對面有超市（Penny），麵

包店 (Café Bäcker Mayer) · 藥局(Schönbuch-Apotheke) 跟餐廳 (Bella Roma) ·

## VII. 申辦網路

在德國生活一學期，必定是需要辦個網路才能存活下去，我是選擇Aldi超市的Aldi-talk預付卡，因為它是預付卡，不需要跟德國的電信簽約，自然能省去一些麻煩，而且最便宜的方案一個月只需要5歐，擁有2GB的流量可以使用，開通方式就是上網註冊並視訊開通，儲值方式可選擇在Aldi超市購買加值卡，會給你一組序號讓你上網充值，或是直接用金融卡每個月自動扣款。其他選擇有Vodafone, Telekom，可以自行參考。

## VIII. 購買學期票

Tübingen有提供學期票給學生買，可以去火車站或內卡河 (NeckarBrücke) 旁邊的遊客中心購入，價格是114歐，只要是範圍內的公車和火車都能搭，像是Metzingem & Reutlingen，確切範圍可以上Naldo網站查詢，如果沒買學期票的話，憑學生證平日19點以後以及假日在Naldo區域也是免費，但如果你的宿舍是在WHO或是跟我一樣都在山上的話，這錢還是得花，畢竟要去學校上課，補充一下，因為學期票需要先拿到學生證才能購買，如果你在開學前幾個禮拜就抵達德國，可以去車站買一個月的月票，價格是29歐。

## IX. 入籍德國

到達德國後，通常要在兩週內辦理入籍，但網站預約時段只約得到一個月後的時間，所以在台灣時就要先上網預約，入籍需要帶Wohnungsgeberbestätigung和護照，第一個文件別擔心，你在入住時，房東會跟著鑰匙一起給你，如果沒拿到記得提醒房東！入籍之後你會拿到一堆有用的Tübingen新手資訊，跟入籍證明 ameldungsbestätigung，這張一定要保存好，弄掉聽說很麻煩，最有用的就是一本折價卷，裡面有很多店家的折扣，可以自己尋寶。

寫到這邊，你已經完成要在這存活所必須要做的事（我有盡量照著時間軸排序），接下來我想分享「個人」覺得交換的優缺點（畢竟有領到獎學金，想藉此回饋中興的學弟妹們），讓想交換的學弟妹思考，這會不會是你想要的生活。

### 1. 獎學金補助

交換學生大概是cp值最高的留學方案吧，畢竟你繳台灣的學費，還有獎學金可以申請，而且基本上是人人有獎，只是金額的多寡而已。以我為例，我有申請到學海飛颺的獎學金，出國前領8w、出國後領1w6，總共是9w6，但金額的部分要以每學期申請的人數決定，可能我們這學期遇到疫情，申請的人數較少，以往的學長姊們是領6w。

### 2. 外語能力要求不高

中興的語言要求門檻很佛心，大部分的學校只要求CEFR B2的水平，有些學校甚至只需要滿足中興的門檻就好（多益670分），跟其他學校相比（ex:清大到杜賓根交換的語言能力要求是：托福92分...），中興真的很仁慈，所以大家要好好把握這機會，我自己的水平也就B2而已，在我朋友群裡，英文算最爛的。

### 3. 中興姐妹校多

當然跟四大的選擇比肯定是略遜一籌，但我覺得在中字輩算不錯的，至少杜賓根大學是間不

錯的學校。在這邊給各位一個想法，畢竟你是來交換的，你並沒有完成學業，因此不用特別要選名校，選你會喜歡的城市就好。（例如你都市生活還是鄉村生活，以杜賓根為例，它本身是座大學城，我會把它歸類在郊區。）

#### 4. 學習在國外生存

到國外旅遊跟到國外生活完全是兩回事，有太多東西你得處理，辦簽證、申請住宿、辦保險、辦銀行、辦理入籍、辦理註冊....，處理完之後，你還得學會生存，像我剛來的時候，連買個洗面乳都找很久，畢竟商品全部都是德文，你得慢慢查及到處問才能解決。

#### 5. 學習獨立自主

在這邊沒有人可以幫助你，你的朋友跟家人都不在，而且他們對這裡的一切也不熟悉，你唯一能依靠的就是自己，得學會自己去摸索，到處問人跟耐心的上網查資料，一步一步的把問題解決，遲早得學會獨立。

#### 6. 瞭解國外的學習環境

如果你碩士想申請國外的研究所就讀的話，交換學生會是個你認識國外的機會，瞭解國外的學習環境與生活方式，或許你能更加努力朝著夢想前進，當然也有可能打退堂鼓...

最後蠻重要的一點，也是挺現實的一點，就是經濟方面上的考量，如果你想靠自己出國交換，以德國DE為例，你至少要準備20w（含機票），因為德國需要辦限制提領帳戶，但這20w是不包含旅遊的支出，純粹就是生活費用，因此家裡是否支持你出國蠻重要的。在這邊鼓勵學弟妹們，我這學期大約領15萬的獎學金，因此要生出20w也不算天方夜譚，而且你可以提早做準備，即便不旅遊，你能學到的也比你想的多很多，放心！

在出國交換前，我也看了許多的文章，起初我蠻在意這經歷對我的職涯有沒有幫助，會不會讓我找工作特別加分。有則留言我特別印象深刻，他說：交換就是出去玩的，對你未來的履歷一點幫助也沒有。我相信他沒有出國交換過，但我也沒有要反駁他，他說的一點都沒錯，我用我交換的期間，去了10個不同的國家旅遊（DEGGBEFRLNHRITVACHES）、認識了許多的外國人、深度旅遊德國一番、修我自己感興趣的課、重點是我也沒有延畢，我利用三年半把我大學的學分全部修完，在大四下出國交換，不多不少，跟大家一樣，用四年把大學唸完。我想說的是，交換可能對你未來的職涯沒有幫助，但你所看到的世界，足以衝擊你原本的思維，幫助到的，是你未來的人生，畢竟你可能這輩子再也沒有機會可以無憂無慮、隨心所欲的在國外玩半年吧！

如果可以，就出國看看這世界吧，work hard and play hard~~



杜賓根內卡河畔



德國 國王湖



德國 柏林 布蘭登堡門



德國 慕尼黑



德國 斯圖加特 賓士博物館

\* 請於返國二個月內將本報告繳交至oia@nchu.edu.tw