

國立成功大學 出國報告書

報告名稱：112學年第2學期赴奧地利因斯布魯克大學出國報告書

出國期間：2024年02月12日~2024年07月10日

單位：國立成功大學管理學院企業管理學系碩士在職專班

職稱：碩士

姓名：林昕柔

中華民國 113 年 07 月 25 日

中文及英文摘要

從小時候開始我就很希望有機會可以出國讀書，但因為出國讀書花費較高且家裡經濟狀況不允許，一直沒機會實現這個夢想。直到我出社會多年後，為了精進自身在企業管理的專業知識又回歸於校園，並在我碩士在職專班二年級時向學校申請了出國交換，很幸運地有機會可以代表學校出國交換，而我也在這半年的交換期間收穫良多，不僅使我更加確定未來人生與職涯上的目標，也開闊了我的眼界。希望這份心得報告可以對同樣要去奧地利因斯布魯克大學交換的學弟妹或者想出國交換圓夢的同學有所幫助。

Since I was a child, I have always hoped for the opportunity to study abroad. However, due to the high costs associated with studying overseas and my family's financial situation not allowed, I never had the chance to realize this dream. Many years later, after entering the workforce, I returned to National Cheng Kung University to enhance my professional knowledge in business administration. During my second year of the in service master's program, I applied for an exchange student program and was fortunate to be selected to represent the National Cheng Kung University to go study abroad for one semester in Innsbruck University. During the six-month exchange period, I really gained and learned a lot. Not only did it help me solidify my future life and career goals, but it also broadened my horizons. I hope this report can be helpful to juniors who are going on an exchange program to the Innsbruck University in Austria or the students who dream of studying abroad.

目次

1.) 出國交換動機與目的.....	4
2.) 申請過程.....	4
2.1) 校內申請通過後.....	4
2.2) 出發交換校前.....	4~5
2.3) 到達交換校後.....	5
3.) 研修期間.....	6
3.1) 選課.....	6~7
3.2) 課程心得.....	7
3.3) 食衣住行.....	8
3.4) 課外活動.....	8
3.4.1) 語言學伴.....	8
3.4.2) 職業講座.....	8~9
3.4.3) 旅行.....	9
4.) 學期末與返國前.....	9
5.) 心得與建議事項.....	9
6.) 精彩生活照.....	10~14

出國交換動機與目的

出國讀書一直是我從小的夢想，從大學畢業後就一直努力地工作，從來沒有給過自己一段時間好好休息和思考人生的方向。在工作年資累積將近十年時，決定回歸校園，進修企業管理專業並在碩士在職專班順利錄取後，開始計畫後續要申請出國交換的事情，希望能藉由短期出國交換體驗當地的教學方式、生活型態與風俗民情，透過此經驗打開自身的眼界、促進國際觀和豐富生命體驗，把出國時學到的經驗反思檢討後，運用到未來的職涯及人生規劃上，也期許自身不論在學業或工作上，都能不斷進步和提升競爭力。

申請過程

我是同時申請 112 年第 2 學期的校際與院級交換(管理學院)，因為報名期限不長所以我在學校公布交換簡章的前半年就開始研究往年校際與管理學院赴外交換的簡章和學長姐的交換心得，讓自己先了解需要準備哪些文件、校內成績與英文檢定成績要求等，才不會在學校發布簡章後顯得手忙腳亂。將成大交換簡章上要求的文件與成績提供給相關單位後，就能靜心等待結果了。需特別注意的是，成大交換簡章上要求的英檢成績是校內甄選申請門檻，通過校內甄選申請門檻並不代表申請者在後續能順利通過國外學校申請階段的英檢類別與門檻要求，因此需請申請者主動上國外學校網站去確認所申請的校系英檢要求，避免被國外學校拒於門外的窘境。另外，校際交換與院級交換是不同單位負責處理的，有關校際交換的事項以及聯絡窗口可以在學校的國際事務處網站，學生赴外的選項下找到相關資訊，而院級交換(管理學院)的資訊可以在管理學院網站-國際化-赴外學生的選項下找到所需的資訊。

2.1) 校內申請通過後

校內申請通過並依規定繳交錄取同意書和保證金後，學校窗口會向國外學校提名，國外學校的窗口是 Christoph，他的行事作風較為嚴謹，會提供後續申請的詳細步驟和注意事項，請同學在發信提問 Christoph 前務必詳閱他先前在信中的指示，否則他會覺得同學不用心，同學必定會在他的回信中感受到不悅。在國外學校申請審核通過後，收到 letter of acceptance 就算是大功告成了!!

2.2) 出發交換校前

國外學校確定錄取後到出發交換校前，必須開始訂機票、購買海外申根保險、申請存款證明、簽證事項並隨時留意宿舍開始申請日。機票部分，我是購買阿聯酋航空，行李是計重制，單件行李不超過 32 公斤，不限件數，總重量上限為 35 公斤，從桃園機場飛杜拜再轉機到維也納，會這樣安排只是因為想去杜拜和維也納逛逛，且有時飛維也納的機票較為便宜，但事實上慕尼黑機場離因斯布魯克較

近，從機場坐 Flixbus 的話，大約二到三個小時的車程，但須注意 Flixbus 的行李數量和重量限制。簽證部分，我是提前一個半月到位於台北的奧地利在台辦事處辦理簽證 VISA D，須注意必須事前和辦事處預約送件時間，且他們只有上午營業。需填寫的表格和提交的資料在奧地利辦事處網站上都可以下載和查詢，網路上也有填寫申請表格的攻略可參考，簽證 VISA D 費用是 150 歐元，按照當時匯率換算成台幣約 5,190 元，簽證生效日和到期日是依據你去程和回程機票的日期去推算的，不超過六個月，大約一周的時間簽證就辦好了，可以自己前往領取或是請人代領簽證，代領簽證必須先寫信或電話通知申請窗口並約好取件時間。另外，申請當地宿舍建議在到交換校的半年前就要開始留意申請時間，因為因斯布魯克的學生很多，宿舍時常是爆滿的狀態，如果太晚申請只能祈禱有候補床位、住到較偏僻的宿舍或是花大錢租外面的房子了。

2.3) 到達交換校後

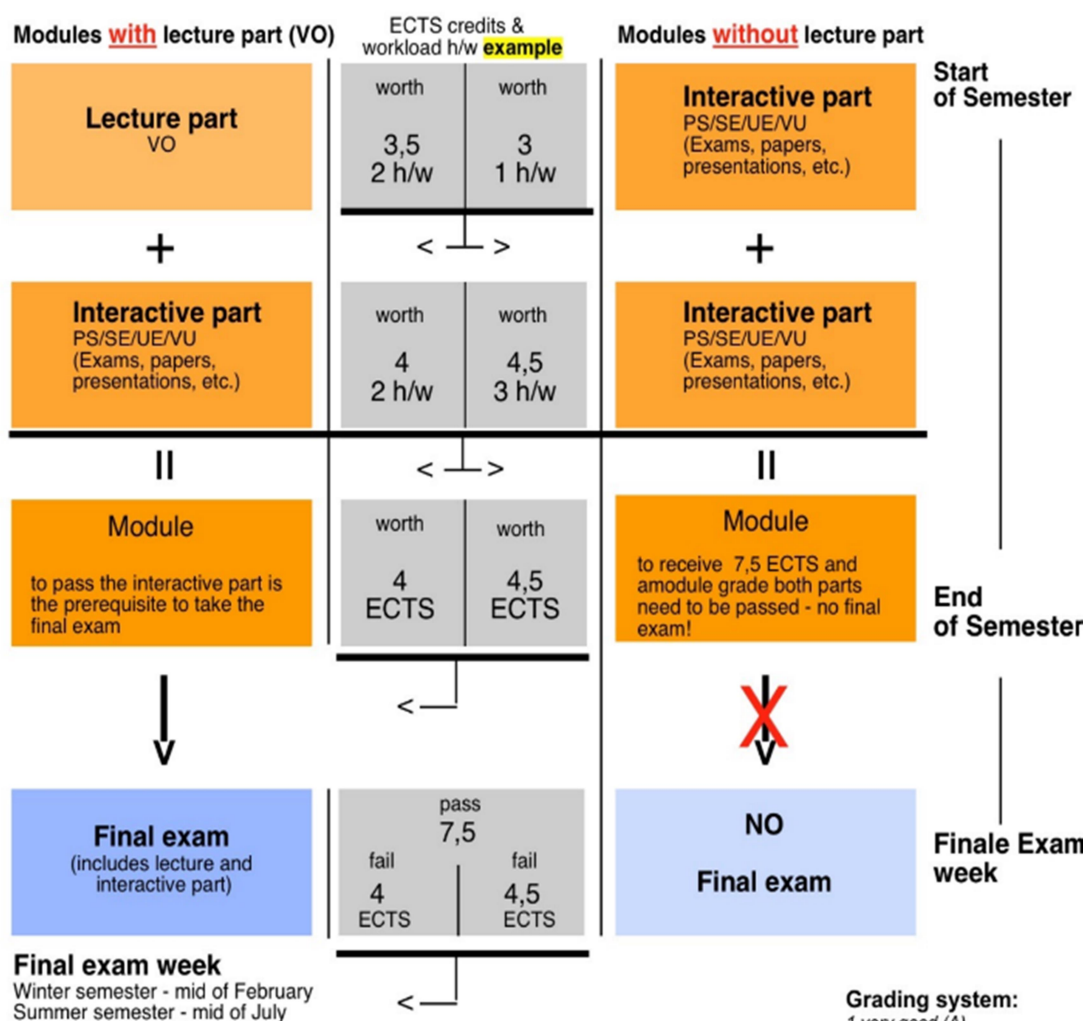
到達因斯布魯克後，先前往位於 Höttinger Au 34，Home4students 的宿舍辦理入住，宿舍經理 Angela 會提供入住所需文件並告知同學如何去市政廳辦理人口登記。市政廳是位於瑪莉亞大街，亞納柱對面的購物中心裡，進到購物中心後一直走到底，上去市政廳的樓梯是在盡頭的右手邊。市政廳只有上午處理業務，建議早一點去否則排隊人潮眾多。另外，人口登記表格只有德文版的，所以同學也可以事先上網查詢填寫攻略，減少處理的時間。如需打電話和手機上網，可到 Hofer 超市購買電話卡，一張 1.9 歐，可以選擇自己喜歡的電話號碼，下載 Mein Hot App 並註冊後即可選擇適合自己的方案使用，便宜又好用，CP 值超高。

研修期間

3.1) 選課

因斯布魯克的課程分類較為複雜，分為 "VO" 單純上課無上台報告，和互動課程 "PS/SE/UE/VU" 需頻繁地上台報告，但同學在選課時不需要太過於擔心不會選課和操作系統，因為 Christoph 會在選課前和每位同學面談並確認同學要選的課程與提出他的建議，同學們只要詳閱他提供的手冊和說明，大致上不會有問題。

附圖一.課程模組說明



Master students - usually do not have lecture parts but two interactive parts. ECTS credits and workload can be higher (usually between 5 - 10 ECTS credits). Master students do not write exams in the final exam week. In other words the semester usually ends end of January/June. This also applies **bachelor student**, in case of no lecture part (VO) in the chosen modules

Grading system:
 1 very good (A)
 2 good (B)
 3 satisfactory (C)
 4 sufficient (D)
 4 sufficient (E)
 5 fail (FX)
 5 fail (F)

Page

附圖二.課程縮寫介紹:

Frequently used abbreviations and useful translations

Abbreviations, explanations and translations	
VO	Vorlesung (lecture)
PS	Proseminar (interactive part: papers, discussions, group presentations, etc.)
SE	Seminar (interactive part; more intense than a PS: papers, discussions, presentations, etc.)
Eingangsklausur	entrance exam (at the beginning of the semester)
Klausur	small written exam (during the semester)
Seminararbeiten	papers
Präsentationen	presentations
interaktive Note	mark of the interactive part = PS grade (written exams, seminar work, presentations)
Gesamtprüfung	final exam (at the end of the semester)
Modulnote	module mark (consists of course mark and final exam mark)
Betriebswirtschaft	Business Management
Volkswirtschaft	Economics
Einführung	introduction
Grundlagen	basics
Vertiefung	advanced
Wahlmodule	electives

3.2) 課程心得

這學期總共修習 20 ETCS，共三門課程，分別為以下：

✓ **International Monetary and Financial Market Policy:**

此為 VU 和 PS 的密集課程，主要是由來自業界 ONB (Österreichische National Bank, ONB) 的外師針對歐盟貨幣和財政政策去做說明與分析，學生須具備總體經濟學知識及閱讀經濟商業貿易相關的大量文獻，分組上台報告三次，期末考題為申論題考試，課程對於無經濟學基礎的同學難度較高。

✓ **International Human Resource Management:**

課程分為 VO 和 SE，課程前半部主要是老師上課，在詳細講解完後請同學分組討論人資相關個案與分享想法，而後半部互動課程則是老師簡短介紹後馬上分組討論並上台報告，考驗同學找資料和做簡報的速度。期末考試是用 OLA 系統線上考試，整體而言是一門能學到東西但算是輕鬆學習的課程。

✓ **German I (partly A1) for Incomings:**

我選擇傍晚上課的課程，老師是 Ms. Victoria Wallnöfer，老師本人很年輕和親切，主要會叮嚀同學，作業不可以使用 ChatGPT 去寫，否則一律零分計算，作業分為德文課本例題、三篇七十字的短文和一篇二百字的寫作，期中考為筆試(測驗德文聽、讀、寫能力)，期末考包含筆試和口試，課程中有一次上台報告必須要用德文介紹自己的家鄉，課程對於有修過基礎德語的同學是相當輕鬆有趣的，建議在台灣先修過基礎德文或自修，到國外上課時會更容易了解課本內容。

3.3) 食衣住行育樂

食：飲料店: Ichiban Tea Innsbruck (珍奶超好喝)。

中式餐廳: Happy Wok (老闆娘人很好都會送我幸運餅乾，口味很適合台灣人，推薦麻婆豆腐、炒白菜和糖醋里肌)。

當地餐廳: Stiftskeller、Una Pizza、Himal Nepali Kitchen、

Berliner Döner-Anichstraße、Wilten Brunch & Bar.

自己煮的話推薦去 SPAR、Hofer (最便宜)、Billa、亞洲超市採買食材，火車站的亞洲超市老闆人不錯也時常約同學去爬山。

衣：推薦去 Sillpark 購物中心裡的 Primark 選購，店內衣服便宜且款式多。

住：Höttinger Au 34，Home4students 的宿舍，是公認的派對宿舍，時常舉辦派對，而且宿舍房門的隔音較不好，偶爾會在深夜聽到走廊上的喧鬧聲但不至於睡不著。

行：從 Höttinger Au 34 宿舍走路到 SOWI 校區約二十分鐘，或搭輕軌和騎腳踏車前往(因斯布魯克大學學生租腳踏車前半小時免費)。

育：位於 Höttinger Au 34 宿舍附近的舊校區 Innrain 52，學校圖書館平日從早上八點開到凌晨十二點，我很喜歡待在圖書館，因為可以安靜地做自己的事情，平日也有很多學生在此讀書，建議先上網預約座位。

樂：Cineplexx Innsbruck 電影院裡面的設備新穎，須提醒的是德國和奧地利的電影院大多為德文發音且無字幕，偶爾有英文原音版但也是無字幕的，是個練聽力的好選擇，餐點建議自備較便宜。

3.4) 課外活動

平日認真上課和讀書，課後休息時間當然要好好地放鬆!! 建議同學們可以踴躍參加學校或學生會 ESN (Erasmus Students Network) 舉辦的活動和派對，不僅可以認識來自世界各地的新朋友還可以增進英文口說能力和了解各國不同的生活和價值觀。

3.4.1) 語言學伴

透過學校的語言中心申請，同學申請時須填寫本身的母語和想要學習的語言及自身語言程度為何，後續再經由語言中心去媒合適合的學伴，如該學期沒有合適的人選也可能不被分配到。

3.4.2) 職業講座

學校經常舉辦很多有關於實習或就業的活動與講座，如同學有興趣在奧地利就業，請務必定期留意學校信箱，避免錯過許多精彩活動。而我參加過針對國際學生求職的講座，講者是來自維也納 Austrian Business Agency 的 Mrs. Angelika Köpf，講座內容很詳細也提供介紹手冊和講者名片，關於工作簽證和紅白紅卡的介紹都很

清楚，如講座後有疑問也可以發 Email 詢問，他們的答覆很專業且快速。

3.4.3) 旅行

在歐洲旅行一定要很小心扒手和留意身旁怪人，不要相信過分熱情的人，尤其我自己很常獨自旅行，手機掛繩和暗袋是必備的，而且不要站在路邊滑手機，很容易被扒手抽走，盡量在餐廳或店家內使用手機。對於陌生人的搭訕要留意可能是想分散你的注意力藉機偷竊，而我都採取走路擺臭臉怪人遠離你的方式，順利安全的享受每一次的旅行。(旅行必備手機 APP: Flixbus、ÖBB Tickets、Omio、Skyscanner、Airbnb、Agoda、DB Navigator、easyJet、Google Map 等)

學期末與返國前

學期末時 Christoph 會邀請所有交換生參加 End Session Meeting，會議中會先了解大家的現況和快速地講解期末考和後續補考的注意事項，並會要求大家簽到和註記要離開因斯布魯克的日期，如會議後有問題也可寫信提問。由於 Höttinger Au 34，Home4students 的宿舍暑假時會關閉，交換生必須在六月底時提早搬離宿舍，如果七月還要待在因斯布魯克考期末考的同學，建議在四到五月時詢問宿舍經理 Angela，確認是否其他宿舍有空床位可以搬進去，或是透過 oead 去申請新宿舍。最後，請同學在離開因斯布魯克前，一定要去市政廳註銷人口登記。

心得與建議事項

雖然交換的時間只有短短的半年，但是卻過得非常充實，我每天都很早起，為的就是能有更多的時間去探索因斯布魯克這個城市、結交新朋友、採買食材和試煮新菜色、規劃獨自旅遊的行程、上課讀書、尋找新工作機會，好好把握每個當下，不浪費任何認識世界的時間，才不枉費來國外交換的機會和自己辛苦存的旅費。如果未來有機會的話，也希望能再回到奧地利或歐洲其他地方進修或工作，也建議學弟妹可以把握青春時光，來國外體驗不同的人文風情、培養自己獨自解決問題的能力和磨練人際溝通技巧，將對往後的職涯有所幫助。最後，感謝所有不期而遇的朋友和幫助，相信一切都是當下最好的選擇和成長的養分。

精彩生活照

1.) 與德文學伴互相交流語言



2.) 德文課報告與課後聚餐



3.) 旅行中遇見的新朋友



4.) 一定要趁交換期間拍個畢業照啊!! (左下圖是和成大交換小夥伴們的合照)



5.) 學校和 ESN 舉辦的活動 (右圖穿黃色背心的是 Christoph)



所有交換生在 SOWI 門口大合照



Erasmus & International Student Welcome Party



美麗的因河畔



6.) 學校餐廳便宜但口味不一定合胃口



7.) 自己動手做的餐點最好吃了!!

