

國立成功大學

高教深耕計畫出國報告書

報告名稱:114學年第2學期赴德國漢堡工業大學出國報告書

出國期間:2026年03月31日~2026年09月15日

經費來源:高教深耕計畫

單位:國立成功大學規劃設計學院創意產業設計所

職稱:碩士

姓名:羅予岑

中華民國 115 年9月30日

中文摘要

本報告記錄筆者於 2026 年夏季學期赴德國漢堡工業大學(TUHH)進行為期半年交換研習之完整歷程。研修期間，除了修習行銷專業與德、英雙語課程外，亦充分利用歐洲校園沉靜專注之學術環境，順利推進並完成碩士畢業論文，更前往希臘雅典及德國慕尼黑參加國際學術研討會進行論文發表，達到課業、學術與跨文化交流之多元目標。

在生活與課外探索方面，報告詳實整理了德國簽證、限制帳戶(Expatrio)、市政入籍、學生宿舍及日常生活開銷等實務經驗與注意事項。同時，筆者善用德國地處歐洲樞紐之地利優勢，走訪歐洲 18 個國家，歷經夥伴結伴同行與多次背包獨旅；文中特別收錄了巴塞隆納手機失竊的防竊警示、希臘雅典與克里特島的學術度假體驗，以及羅馬尼亞偏遠鹽礦坑脫困的應變歷險。這趟交換不僅拓展了國際視野與獨立生活能力，更讓自我邊界與生命韌性愈加清晰，為研究所生涯留下無比珍貴且關鍵的成長印記。

English Abstract

This report documents my exchange semester at Hamburg University of Technology (TUHH) in Germany during the Summer Semester of 2026. Academically, I enrolled in advanced Marketing and dual language courses (German and English). Leveraging the focused academic atmosphere in Europe, I successfully completed my Master's thesis and delivered oral presentations at international academic conferences in Athens, Greece, and Munich, Germany, achieving a well-rounded balance between coursework and academic milestones.

Regarding daily life and extracurricular exploration, this report provides practical guidance on visa applications, blocked accounts (Expatrio), municipal registration (Anmeldung), dormitory living, and budget management. Furthermore, capitalizing on Germany's central location in Europe, I traveled across 18 European countries through both group trips and solo backpacking. Key travel experiences highlight a cautionary theft incident in Barcelona, an academic and rejuvenating journey in Greece, and an unexpected adventure navigating transit disruptions to reach a remote salt mine in Romania. This exchange experience significantly enhanced my cross-cultural competence, resilience, and problem-solving skills, marking an invaluable chapter of personal and academic growth.

目次

一、目的	05
二、申請過程	05
三、研修期間	06
四、心得及建議事項	09
五、附錄	10

一、目的

從大學時期我就一直嚮往出國交換，因此在進入研究所前，便先查好相關英文門檻並著手準備雅思。碩一一開學，我便立刻提出赴外交換申請。我一直很希望能在國外短暫生活、居留，非常幸運能一次就獲得交換機會。這趟旅程除了深入體驗異地生活，我也在交換期間參加了當地的國際研討會，並順利完成了我的碩士畢業論文。

二、申請過程

申請流程雖然繁瑣，但成大國際處提供的簡報與指引都非常清楚完整。我個人沒有參加說明會，僅依照官方步驟逐一操作便順利完成。校內甄選需繳交中英文自傳，我也請指導教授協助撰寫推薦信。

每人可填選 6 個志願校。因為我的目標明確鎖定在歐洲，所以志願全填了歐洲學校。在志願選擇與排序上，由於我同時申請了校內獎學金，規定需修讀至少一門與本科專業相關的課程，因此我一間間到目標學校的網站查詢開課清單。查詢時務必特別注意：該課程是否開放給交換生、是否為英文授課，以及開課學期是否與預計交換的時間相符。若有任何疑問，直接發 Email 詢問對方學校的國際處是最快速有效的方式。

校內甄選結果出爐後，我錄取了第三志願——德國漢堡工業大學(TUHH)，交換期間為 2026 Summer Semester。由於研究生沒有在校成績百分比排名，我認為英文成績扮演了關鍵角色。當時我的雅思成績是 overall 6.5，剛好通過門檻，分發到第三志願也相當合理。接著便是漫長等待對方學校進行行政流程，約莫到 12 月至隔年 1 月間才陸續收到詳細資訊。這段空檔可以先著手準備對方學校要求的英文自傳(若申請學校與當初校內志願不同)，並多爬文做功課。基本上只要成大校內通過，對方校退件的機率並不高。

限制帳戶、一般帳戶與保險(Expatrio)

收到交換校的正式錄取通知後，便能著手辦理簽證與銀行帳戶。我選擇使用的是 Expatrio，申請步驟相當簡單直覺，跟著系統指引操作即可。

- 限制帳戶(Blocked Account)：德國簽證必須出示的財力證明。我申請時每個月規定至少需存入 922 歐元，且出發前必須一次全額繳清(例如停留 5 個月即為 $€922 \times 5 = €4,610$)。款項在抵達德國並開通帳戶後，系統會按月撥款至它附屬的「一般帳戶」。申請月數必須與簽證申請時間一致。
- 一般帳戶：可直接綁定 Apple Pay 或進行網路刷卡；若需要實體金融卡領現，需抵達德國後額外付費申請(費用約 7 歐元)。個人使用體驗覺得它的 App 偶爾會卡頓，大家也可以考慮很多人使用的 Wise 或 Revolut。
- 學生保險：透過 Expatrio 申請帳戶時，可以一併在系統內綁定申辦，因此一個帳號便能整合限制帳戶、一般帳戶與醫療保險。

簽證申請

簽證需要準備與上傳的文件繁雜，建議提早註冊預約系統慢慢補齊。我當初申請的時間為 4/1 至 8/31，若回台時間尚未確定，建議可以直接申請到 9/30。雖然夏季學期表定至 9/30，但大部分課程在 6、7 月就已結束，主要取決於期末考時間；不少交換生 7 月底便離開，部分教授也會因應交換生身分協助將考試提前或改為線上進行，建議開學第一週與授課老師當面確認。我最後因安排旅遊於 9/11 才離開德國；持台灣護照在長期簽證失效後，可無縫自動轉為申根免簽觀光身分(90天)，因此多留幾天旅遊不必過於擔心。

宿舍

漢堡工業大學為每位交換生分配宿舍，每月房租約落在 390 至 420 歐元之間。我入住的是 Bunatwiete 宿舍，月租 390 歐元、押金 500 歐元。合約時間固定為 4/1 至 9/15，時間點有些尷尬，最後我 9 月中離開時索性直接讓宿舍從押金中扣除剩餘房租。

出發前會有宿舍的線上說明會，可以先初步了解環境。出發前一至兩週會收到宿舍寄出的入住預約信，記得務必先與宿舍 Tutor 預約抵達時間，抵達當天直接由 Tutor 帶領辦理入住並點交鑰匙。

- 房內配備：附有餐盤、杯子、餐具、檯燈、棉被、枕頭與床包。我自己額外帶了枕頭套和環保筷，其餘直接使用宿舍備品。衣架部分要碰運氣，我的房間剛好有前人留下來的，若沒有則需自行添購。
- 洗曬衣物：宿舍設有投幣式洗衣機（一次 2 歐）與烘衣機（一次 3 歐）。為了省錢，建議自備簡易曬衣架曬在房間內。
- 廚具採買：基本鍋具需自行準備，建議搭車去市區的 IKEA 購買較划算。
- 網路設定：房間內僅有網路孔，需要自備或在當地購買 Wi-Fi 路由器。附近的 Phoenix Center 內有 MediaMarkt（類似台灣的全國電子），但定價偏高，一台基本路由器約 30 歐元。強烈推薦可以加入當地的留學生二手買賣 WhatsApp 社群挖寶。

入籍與廣播電視稅

- 入籍手續 (Anmeldung)：抵達德國後的第一要務。漢堡的市政預約非常搶手，建議拿到租屋合約與地址後，在台灣就可以先刷系統預約剛抵達前幾天的時段。辦完入籍並取得入籍證明 (Meldebestätigung)，才能順利解鎖限制帳戶領取生活費。雖然官方規定需於搬入後 20 天內完成，但我當時抵達後才開始找預約，超過了 20 天期限也未受刁難，身邊也有更晚辦理的同學，但能儘早搞定絕對最安心。
- 廣播電視稅 (Radio Tax / Rundfunkbeitrag)：這是德國政府規定每戶必繳的費用。如果同住公寓有舊室友正在繳納，可以向他們索取帳號 (Beitragsnummer) 上網綁定分攤；若整層都是新租客，則需自行上網登記申報。
- 注意紙本信件與主動繳費：德國政府機關與公用事業多半以實體紙本信件寄發重要通知與繳費單，務必養成經常檢查實體信箱的習慣。特別提醒：德國機構幾乎不會寄發催繳通知，一切皆須自主追蹤並主動處理，這點與台灣非常不同。

三、研修期間

課程修習

漢堡工業大學夏天學期時間是 4 月至 9 月底，實際上課時間是到 6 月底而已。漢堡工業大學 (TUHH) 的課程風格非常扎實，英文授課的選擇雖然比德文少，但只要選課時看清楚語言標籤，選到合適的課不是問題，與我出發前預填的 LA 只有德文課是由校外合作單位提供，其他課程都跟 LA 選一樣。因為我又申請跨國雙向獎學金，在選課時記得要有一門課跟成大的本科系相關以符合獎學金規定。另外，因為我的交換期間剛好碰上碩士論文的最後衝刺期，我也利用課餘時間一邊寫論文，甚至在交換期間參加了歐洲當地的國際研討會。雖然課業、論文跟旅行三頭燒，但歐洲圖書館與校園的學習氛圍真的很讓人專注，對我來說是非常難得又充實的學術體驗。

我最終選修了 Marketing、德語 A1.1 以及 英語 B2。兩門語言課皆是由校外機構 VHS (Volkshochschule) 合作開設，還有日語等多種語言可供選擇。考量到交換期間希望兼顧歐洲各國走訪的計畫，我選擇修習兩門語言課來調節負擔，並巧妙將每週課表集中排在週二至週四。相較之下，Marketing 的課業就相當繁重：每週有兩堂課，一堂為正課講授、一堂為論文分組研討，學期評分除了小組專案報告，還包含期末考，考題為全英文手寫申論題，相當具挑戰性。

走訪歐洲 18 國

充分利用德國地處歐洲心臟的地利之便，搭配廉價航空、**FlixBus** 與歐洲鐵路，我在交換的半年內走訪了 **18** 個國家與眾多城市：

- 德國境內：漢堡（交換所在地）、柏林、慕尼黑（結合研討會發表）、萊比錫
- 西歐與南歐：
 - 荷蘭：阿姆斯特丹
 - 法國：巴黎
 - 英國：倫敦
 - 西班牙：巴塞隆納、馬德里
 - 葡萄牙：里斯本
 - 義大利：威尼斯、科莫湖、米蘭、佛羅倫斯、羅馬
 - 梵蒂岡
 - 希臘：雅典（結合研討會發表）、克里特島
- 中歐與東歐：
 - 丹麥：哥本哈根
 - 奧地利：維也納
 - 捷克：布拉格
 - 波蘭：華沙
 - 匈牙利：布達佩斯
 - 斯洛伐克：布拉提斯拉瓦 (Bratislava)
 - 斯洛維尼亞：盧比安納 (Ljubljana)
 - 克羅埃西亞：杜布羅夫尼克 (Dubrovnik)、斯普利特 (Split)、札格瑞布 (Zagreb)
 - 羅馬尼亞：布加勒斯特 (București)

還有許多小城市沒有被記錄下來。課堂上學到的是學術與語言，但踏出國界走入不同國度的街頭，面對完全不同的文化、語言障礙與交通突發狀況時，磨練出的是應變力與全然獨立的生活底氣。能夠在有限的半年內將歐洲的歷史與地貌真實收進眼底，是這趟交換帶給我無可替代的收穫。

旅途突發事件與防竊血淚提醒（巴塞隆納失竊記）

在歐洲旅行雖然浪漫，但治安問題真的不能掉以輕心。4 月底我前往巴塞隆納時，就慘痛地經歷了手機被扒的事件。

當時我帶著最新款的 iPhone 17 Pro，為了防竊，我特地裝了非常緊的 Casetify 手機殼，甚至還掛著斜背手機掛繩。然而在當地的夜店裡，小偷手法極度純熟，在完全沒有被察覺的情況下，直接把手機從緊繃的手機殼裡「硬生生扒走脫殼」。我直到伸手要拿手機時，才震驚地發現掛繩上只剩空空如也的手機殼！當下我立刻向夜店保安反應，但保安表示當天可能是碰到了專業犯罪集團，雖然過去偶爾有找回的案例，但完全無法保證；隔天一早我也前往加泰隆尼亞當地的警察局 (Mossos d'Esquadra) 報案做筆錄，但最終依舊沒有找回。後來透過「尋找我的 iPhone (Find My)」追蹤定位，發現它一路被帶到了摩洛哥，推測大概已經被走私變賣了。

好險那趟巴塞隆納之旅有旅伴同行，查地圖、聯絡與付款等緊急狀況都有人能及時照應，我才得以順利走完行程；我一直到結束旅行回到德國後，才在住處附近的二手手機行重新買了一台手機。同場加映，我朋友的項鍊也在最後前往機場時被偷了。

給學弟妹的強烈提醒：

- 最新款手機是頭號目標：現在歐洲扒手集團的目標往往不是護照或現金，而是「最新款的高階智慧型手機」，因為對他們來說轉手變賣最快、利潤最高。即使你裝了超緊的防摔殼或掛繩，在人潮擁擠處（如夜店、地鐵、知名觀光景點）依舊防不勝防。高階手機盡量不要隨意露白或拿在手上，隨時都要提高警覺。
- 強烈建議準備備用機（第二支手機）：如果很怕手機不見、或是怕遺失後重辦認證與收驗證碼極度麻煩的人，出國交換強烈建議多帶一支舊手機當作備用機，千萬不要像我一樣只帶一支。在治安較亂的城市甚至可以直接帶備用機出門，同時平時也要做好雲端備份，才不會讓突發意外壞了旅行的興致。

最愛旅程推薦：希臘

在走訪的眾多國家中，若要選出一個交換期間最喜歡的國度，絕對非希臘莫屬。

前半段的雅典是我一個人的獨旅。除了參加為期三天的國際學術研討會之外，我額外留了兩天走訪這座古老城市。雅典給我的感受非常驚豔：整體治安讓人感到相當安心，物價親民，食物也非常美味且合台灣人的胃口。市區大眾交通算便利，靠著 Google Maps 導航就能清楚找到對應的公車路線，雖然偶有班次誤點或市區交通稍嫌混亂的小插曲，但完全瑕不掩瑜。此生必訪的雅典衛城 (Acropolis) 與眾多壯麗古蹟，親眼見證時依然帶來滿滿的震撼與感動。

研討會圓滿結束後，我飛往克里特島 (Crete) 與另外四位朋友會合，展開完全不同風格的度假模式。我們在島上選擇租車自駕，開著車穿梭在一座座絕美的海灘之間，徹底開啟放鬆模式。除了在碧海藍天下一邊踏浪、一邊大啖地中海美食，我們還安排了潛水行程，探索清澈的海底世界。另外，希臘街頭隨處可見親人可愛的野貓，也替整趟旅程增添了不少療癒色彩。

雅典知性的文化古蹟與克里特島慵懶的島嶼風光，形成了最完美的平衡。這趟希臘行是一場視覺、心靈與味蕾的極致饗宴，不僅讓我留下極為深刻的印象，也是我未來一定會想再度回訪的國家。

最驚險旅程：羅馬尼亞（布加勒斯特與失聯的鹽礦坑歷險）

若說希臘是最美好的回憶，那隻身前往羅馬尼亞的經歷，絕對是我這輩子遇過最驚心動魄的冒險。

當初之所以會一個人衝到羅馬尼亞，全是因為被一個叫 Salina Slănic Prahova 的巨大鹽礦坑深深吸引。它壯麗的地底景觀非常迷人，加上我從未下過鹽礦坑，便毅然決然背起行囊出發。初抵首都布加勒斯特時，市區治安讓人感到安心，大眾運輸也相當準時，靠著 Google Maps 都能順暢移動。沒想到隔天一早出發前往偏遠鹽礦坑時，一連串的「險境」才真正開始。

首先是在首都火車站碰壁：現場的班次與鐵路資訊，和 Google Maps 上的導航與時刻表完全對不起來。羅馬尼亞的鐵路分為公營與私鐵兩大系統，當我跑去服務台詢問時，站務人員也只是盯著大螢幕發愣，找不到車就是找不到車。最後我靠著出發前查的破碎資訊加上比手畫腳，勉強在自動售票機買到了前往中繼轉乘站的私鐵車票。前往礦坑本就需要在中途轉車，由於首都買不到後半段車票，我只能賭一把：先搭到中途站，再向當地人員購買第二段通往鹽礦坑的鐵路。

然而一離開首都，挑戰瞬間升級。抵達荒涼的中途轉乘站後，才赫然發現當天往鹽礦坑的第二段鐵路居然整段停開、憑空消失了！更棘手的是，那裡訊號極差，幾乎處於完全斷網的狀態。在一陣慌亂、夾雜破碎語言與比手畫腳的溝通中，我幸運遇見了一個同樣要去鹽礦坑的穆斯林五口家庭。在別無選擇下，我們決定合資包下一輛當地的計程車直奔礦坑。當時我身上完全沒有羅馬尼亞列伊 (RON) 現金，而對方一家也沒有歐洲當地的銀行帳戶能互轉，場面一度十分尷尬；所幸到了礦坑門口後，我發現自己應分攤的車資金額恰好與鹽礦坑的刷卡門票費用相當，於是由我替他們刷卡買門票折抵車資。萬幸計程車司機與那個家庭都非常善良正直，沒

有趁火打劫敲詐我，總算有驚無險地抵達目的地。

進到地底後，礦坑的浩瀚與鬼斧神工果然如預期般壯觀，深邃的鹽壁與空靈的氛圍讓人嘆為觀止，當下覺得一路的折騰都值得了。但真正的考驗是「如何回到市區」。參觀結束後，我走到了當地所謂的「火車站」——那裡簡直稱不上是車站，沒有站房、沒有站務員，甚至連月台都沒有，放眼望去只剩雜草叢生中的兩條鐵軌，手機也完全收不到網路訊號。在空無一人的荒郊野外等待一班不知會不會來的火車，內心真的充滿焦慮與未知。我依靠著佈告欄以路邊小賣舖阿姨的資論，所幸在漫長而煎熬的等待後，遠方終於響起了火車的鳴笛聲。我順利跳上了返程的區間車，上車後直接跟車長買票，最後在夜幕低垂時平安回到了布加勒斯特市區。

這趟羅馬尼亞鹽礦坑之旅雖然充滿了各種交通斷層、語言不通與斷網的突發狀況，但當下逼著自己冷靜判斷、相信陌生人的善意並想方設法脫困的過程，讓我對自己的應變能力有了全新的信心。這絕對是我這半年交換中，最瘋狂也最難忘的一堂震撼教育。

四、心得及建議事項

在德國的生活一切都要從零摸索，尤其是當地的行政效率有時候真的會讓人哭笑不得，很多事情都要預約跟寫信等待，但也因此磨練出了超強的獨立解決問題能力。

生活開銷方面，漢堡身為大城市物價不算低，但自己去超市買菜煮飯其實非常省錢。像Aldi、Lidl這些平價超市是留學生的好朋友，只要肯動手下廚，一個月伙食費可以壓得很低。交通部分，學校每學期收取的學期費(Semesterticket)包含了全區甚至跨區的交通通行，搭地鐵(U-Bahn)、城市快鐵(S-Bahn)跟公車都非常方便，直接幫荷包省下一大筆交通開銷。

在人際交流上，宿舍和課堂是認識外國朋友最好的地方。我的室友和朋友們來自不同國家，大家常常在廚房一起煮家鄉菜、辦交流晚餐，彼此分享不同的文化習慣與價值觀。從一開始對異國文化的摸索，到後來可以跟不同背景的人自在聊天相處，這段時光徹底拓寬了我的視野。

這半年除了學業，我最大的收穫就是利用地利之便走訪了歐洲18個國家。德國位於歐洲心臟地帶，搭乘flighx或廉航出國都非常快速方便。這期間我有過跟朋友一起熱熱鬧鬧的旅行，也有好幾次一個人背起背包就出發的獨旅。在獨旅的過程中，從查路線、訂住宿、處理突發狀況到一個人面對深夜的陌生街頭，你必須百分之百為自己做決定，也必須完全信任自己。這半年的異地生活與旅行，讓我重新認識了自己，無論是喜好、生活步調，還是與人相處的界線，都在一次次的衝擊與體驗中變得更加清晰鮮明。

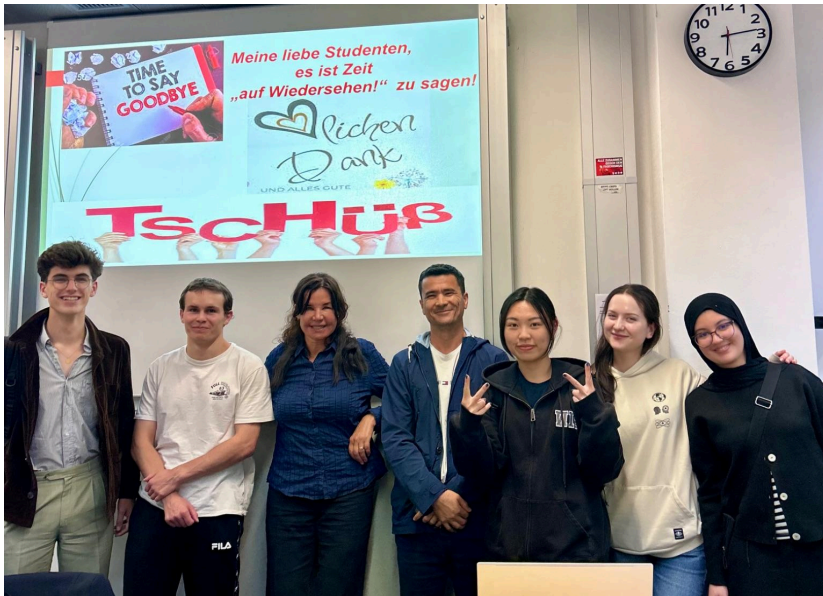
回頭看這半年的交換生活，雖然事前申請繁瑣、剛抵達時要面對各種生活鎖事，但這絕對是我人生中最值得、也最不後悔的一段經歷。它不僅讓我體驗了在歐洲生活的日常、順利完成了碩論與研討會，更重要的是給了我重新審視自我的空間。

給未來想申請交換的學弟妹們的建議：

1. 提早準備語言考試：門檻過了就有機會，不用追求完美分數才敢投遞。
2. 行政手續多留緩衝：簽證、開戶、入籍環環相扣，提早規劃才能避免慌亂。
3. 保持開放與彈性：計畫永遠趕不上變化，把突發狀況當成冒險的一部分。

只要勇敢跨出舒適圈，世界回饋給你的絕對會超出你的想像！

五、附錄



圖一、德文課休習完成



圖二、我與我的室友



圖三、好朋友們來自不同的五個國家



圖四、在義大利跑10K



圖五、在機場與德國好朋友分別