

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：112學年第1學期赴因斯布魯克大學出國報告書

出國期間：2023年09月20日~2023年02月06日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學_文學院_外文系

職稱：學士

姓名：陳盈帆

中華民國 113 年 2 月 25 日

摘要

此報告書旨在分享我在奧地利因斯布魯克大學交換的過程及經驗。內容涵蓋交換計畫的動機、簽證辦理、課程選擇、上課體驗，以及日常生活的購物和飲食方面。除了描述交換過程外，我也將個人感想和建議融入其中，以期能夠提供更具實用性的資訊。有鑒於已有許多報告涵蓋了交換計畫的基本流程和注意事項，我特意針對未被廣泛提及的部分著重描述，並分享個人經驗和建議。希望這份報告書能夠成為未來計劃前往奧地利交換的同學的一份寶貴資源，幫助他們更好地準備和規劃交換期間的生活。

Abstract

This extensive report serves as a comprehensive account detailing my transformative journey as an exchange student at the esteemed University of Innsbruck in Austria. Covering a wide array of aspects intrinsic to the exchange program, it encapsulates not only the logistical procedures such as initial motivation, visa application intricacies, and course selection dilemmas but also delves into the intricacies of classroom dynamics and the nuances of daily life, including shopping and dining experiences in a foreign land.

In addition to providing a meticulous breakdown of the exchange process, this report integrates personal reflections and pragmatic suggestions throughout its narrative. By offering candid insights and practical advice, it aims to go beyond the conventional scope of exchange program reports, focusing on less-discussed aspects to provide a holistic perspective. Through my own lived experiences and observations, I seek to offer valuable insights into the lesser-explored facets of the exchange journey, empowering future exchange students with a deeper understanding of the challenges and opportunities that lie ahead.

With an emphasis on authenticity and relevance, this report endeavors to serve as a reliable resource for prospective exchange students in Austria. By equipping them with comprehensive knowledge and strategic foresight, it aims to facilitate their seamless transition into the Austrian academic and cultural landscape. Ultimately, my aspiration is for this report to inspire and guide future exchange students towards a fulfilling and enriching experience abroad, fostering personal growth, cultural immersion, and lifelong connections.

目次

一、目的.....	4
二、過程.....	4
1. 出國前.....	4
2. 出國後.....	4
三、心得及建議事項.....	6

本文

一、目的

出國交換一直是我人生規劃中的一部分，我期待能在大學時期到國外體驗不同的學習環境，離開熟悉的生活圈，在陌生的國度中生活。有幸申請上校級交換，在大四上學期前往歐洲度過了充實的半年。因為第二外語學的是德文，我選擇了前往德語系國家。最終，我如願到了奧地利因斯布魯克的因斯布魯克大學。在這裡，我第一次獨立生活，第一次獨自旅行，學著處理大大小小的狀況，也學習和各種各樣的人相處，透過一次次的經驗和挑戰，累積了生活技能和問題解決能力，也更認識了自己。以下將分享我這段旅程的心得，並提供一些建議給未來出國交換的同學。

二、過程

1. 出國前

簽證

出國前最麻煩的應該就是簽證了，因為我是交換半年，所以申請的是D簽證，詳細過程網上有許多前輩已經分享過，這邊就不贅述，只想提醒幾點：需事先寫信預約辦理時間，不然辦事處好像不一定會有人在；需附上來回機票，簽證到期日是依照回程機票給的，像我的簽證到期日是回程機票的後兩天；如果不是降落在奧地利，需要提供到達奧地利的交通證明，我是降落慕尼黑，再搭火車到因斯布魯克，當時提供了火車票的購買證明。如果資料準備齊全的話，手續很快，只需要簽個名、按指紋、繳錢，就可以等領簽證了，如果需要別人代領，可以當場留下代領人的電話姓名，約兩個禮拜後就接到電話通知可以去領取了。

住宿申請

宿舍申請的時程很早，9月開始的學期，在3月的時候就可以上OEAD申請了，記得時刻關注網站，可以先提出申請之後再補上入學證明。

OEAD上的宿舍有不同的管理公司，如果看好宿舍後，強烈建議可以直接去向該管理公司申請住宿，因為透過OEAD會收一筆108歐的booking fee，而且簽約日期不彈性，冬季學期固定租期是9/1-2/28，我2月2日就離開宿舍，還是被收了6個月的房租，也許直接跟該管理公司談，可以有比較彈性的租期，但沒試過，不確定這種方式可不可行。

我住的宿舍是Dreiheiligenstraße，最大的優點是位置，距離火車站只有兩站公車的距離，可以步行到達，離SOWI和MCI很近，到市中心也是走路十分鐘。附近就有小型的shopping mall包含超市、藥妝店、服飾店包辦生活所需。雙人房房間空間大，廚房和公共空間寬敞，來拜訪過的朋友都說這裡的廚房很讚。這裡大多是長住的學生，整體氣氛不如其他宿舍活躍，也不常有交流活動，但就地理位置和空間環境來說住起來非常舒適，我個人很喜歡。

2. 出國後

學生證

交換學生不用繳學費，但是需要繳一筆類似學生會費的費用，大約是22歐。在開學第一週會舉辦一個給國際交換學生的說明會，當場會領到學生證，拿到學生證後就可以到機器繳費，並在學生證上印上有效期限，才算正式啟用學生證。

讀書去處

大力推薦 SOWI 的圖書館，環境非常漂亮，非考試期間人比 Innrain 校區的圖書館少，小缺點是大多數二樓的座位沒有插座。

選課心得

我在台灣是外文系雙主修政治系，申請的是因斯布魯克大學的政治系(Department of Social and Political Science)，也有選 Department of English 的課，選課時有備註在台灣的本系是外文系，跨系選課沒有遇到什麼困難。但商業、經濟、統計系的課因為選課方式不一樣(用點數)，有限制特定科系的學生選課，我當初想選一門經濟系的課，就被系統擋了，如果想跨系選課的同學可以參考一下我的經驗。

以下詳列各堂課的心得：

Gender Studies:

不推！每週有指定閱讀然後到課堂上討論，方式是同學們自行圍圈討論，老師提供討論問題或方向，後半學期是分組報告，題目自選。這堂課完全沒有講授的成分，從老師那邊得到的input幾乎沒有，反而是從同學們的發言中學到東西，同時也深感奧地利人的英文程度之高，每位同學都流利到幾乎是母語的程度。

Fundamentals of Political Science

推薦！ppt的知識濃縮和老師上課的引導很好，常拋出問題讓我們試著回答和思考。上完一學期的課對政治學的整體架構有更深刻的理解。

Applied Linguistics: Changing Politeness Cultures in English

推薦！語言學領域的課，上課內容扎實，穿插小測驗，有助於抓到該章節重點以及鞏固記憶，唯獨老師語速和上課節奏偏快，但很快就能適應。

Applied Methods of Social Sciences

不推！優點是全線上和只上六週的課，最後需繳交一份研究報告，教的是很基礎的研究方法的觀念和知識，課堂中有一些討論和實作的環節，但因為同學大多是政治系大一或是外系，老師教的和討論的內容都相對簡單，整體來說在這堂課沒有什麼收穫。

Introduction to Programming: Programming in Python

不推！線上進行，每週都有作業和文本，需要付出大量時間完成，期中期末都有實作的部分，雖然課程是從入門開始，但個人認為整體難度偏高。

生活秘訣

回顧交換這半年的總花費，發現其實若不外出吃飯，自己煮每個月的生活費沒有想像中高的，以下想分享我的省錢訣竅。

超市特價和優惠券：

HOFER 通常是最便宜的超市，但其他超市偶爾也會有不錯的優惠，像是，Spar 在關店前固定會有50%off的即期品特價，另外手機 app 不定期有25% off 的優惠券（需要把手機地區設定為奧地利），結賬時出示 app 條碼即可。

二手市集：

因斯布魯克有幾個二手市集，除了可以用非常便宜的價格購入生活用品，也是體驗當地人生活的好去處。我去過的兩個二手市集：

Cyta Flea Market：有衣物、鞋子、廚具、小物，也許交換初期可以來這裡添購生活用品。

Grief Markt Flohmarkt：冬天的時候去有販售數量種類款式都齊全的雪具，如果有計劃在因斯布魯克這個滑雪勝地體驗滑雪的話，不妨考慮在此購入雪具，甚至比去雪場租裝備還便宜。

惜食 APP：

我想推薦 Too Good To Go 這個 app，以驚喜包的形式以低價購買商家當天剩餘的食物，在 app 預定之後到店領取，使用非常方便，不只有助於減少食物浪費，也是節省伙食開支的方法。

學生優惠：

如果有辦國際學生證的話，可以到 ISIC 的官網查詢與多家廠商的合作優惠。像是 Flixbus，交換學生們常常搭乘的跨國巴士，就有不限次數的10%off、15%off 的優惠碼可以使用。

三、心得及建議事項

在歐洲生活了半年，除了品味不同的文化和風景，我也深刻地感受到了交換生活所帶來的豐富收穫。第一次離家生活，生活中的大小事都得靠自己完成，這不僅讓我逐漸培養出堅韌的生活技能和良好的溝通能力，也使我學會了應對突發狀況的能力，能夠冷靜地處理問題，並且知道何時該求助，何時該自己尋找解決方案。此外，因為必須獨立做出生活中大小決定，完全掌控自己的時間安排和行程，也讓我更了解自己的想法和喜好。

回到台灣後，我發現自己的眼界已經有了不同的變化，思考角度更加開闊，對於台灣的問題有了全新的看法。這段交換生活不僅豐富了我的見聞，更培養了我對世界的理解和觀察力。

最後，我想給即將進行交換的同學一些建議：把握每一分每一秒的交換生活，不要留下任何遺憾。同時，敞開心胸，勇於嘗試新事物，也擁抱意外。這將是一段難忘的旅程，以開放的心態迎接挑戰，相信一定會有許多收穫和成長。

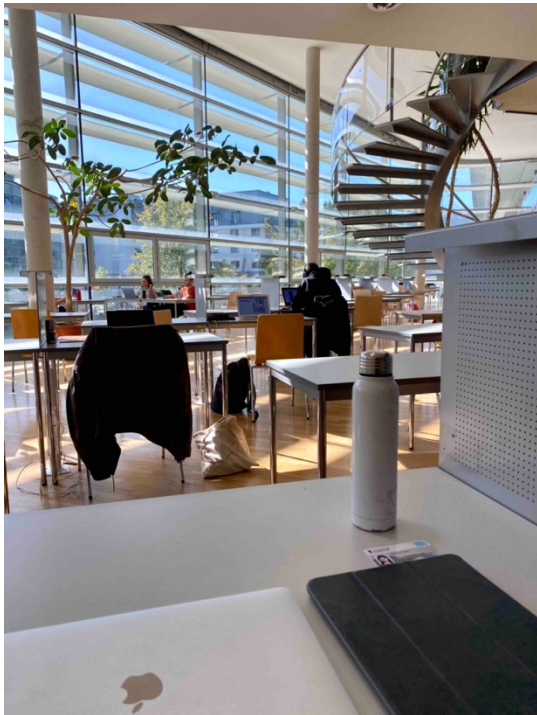
附錄



書桌前的風景



宿舍的公共空間



我很喜歡的 SOWI 圖書館



宮廷花園



坐擁壯麗山景的學校



課堂



因斯布魯克的聖誕市集



滑雪

全文完