

國立成功大學

出國報告書

報告名稱：113學年第1學期赴奧地利 因斯布魯克大學出國報告書

出國期間：2024年09月01日~2025年02月27日

經費來源：教育部學海飛颺獎學金

單位：國立成功大學_非屬學院_不分系

職稱：學士

姓名：廖依苓

中華民國 114 年 3 月 3 日

中文及英文摘要(各200-300字)

此次交換的主要目標是提升外語能力、體驗異國文化，並探索未來在海外生活的可能性。在學術方面，我修讀了數位商業、德語課程與商務溝通等課程，不僅增進了專業知識，也提升了語言與表達能力。此外，我積極參與課外活動，包括學習滑雪、體驗當地節慶文化、參加傳統舞會，並透過旅行深入認識歐洲各地。這段交換經歷使我開闊視野，增強了獨立適應能力，也讓我更確信自己希望未來在國外發展的方向。對於未來有志於交換的學生，我建議提早準備語言檢定與申請文件，並積極融入當地社群，以充分利用這段寶貴的學習與成長機會。

My primary goals were to improve my foreign language skills, immerse myself in a different culture, and explore the possibility of living abroad in the future. Academically, I took courses in digital business, German, and business communication, which enhanced both my professional knowledge and language proficiency. Additionally, I actively engaged in extracurricular activities such as learning to ski, experiencing local festivals, attending traditional balls, and traveling to various European destinations. This exchange experience broadened my horizons, strengthened my adaptability, and solidified my aspiration to pursue a future abroad. For prospective exchange students, I recommend preparing language certifications and application documents early and actively engaging with the local community to make the most of this invaluable opportunity for learning and personal growth.

目次

一、	目的	4
二、	申請過程.....	5
三、	研修期間	6
四、	心得及建議事項	8
五、	附錄.....	9

一、目的

我自幼就是一位充滿好奇心，並且喜歡跨出舒適圈嘗試新事物的人。我對於這個世界充滿各種天馬行空的想像，並期望能透過自己的眼睛和身體親自去感受和經歷，而我認為交換學生是一個很難得能實現這個夢想的機會，所以從高中就揣懷著這個夢想。在擁有的不多也相對無所顧忌的年紀，離鄉背井到世界的另一頭看一看、聽一聽、走一走，是一件熱血又浪漫的事。俗話說：「百聞不如一見。」期待能因此擴展視野，屏除因單一資訊來源而形成的偏見。

另外，因為想更深入體驗與了解其他文化，一直以在國外工作及生活為目標。半年的交換學生生活會是一個很有效率能檢視自己是否喜歡及適合這個願景的方法。旅居國外的生活固然令人嚮往，但能不能適應環境和飲食的變化、克服距離與時差帶來的孤獨感、征服在異國面臨的種種挑戰，是更需要實際體驗過才能確定的事。

無論是對閃閃發光的夢想的盼望還是對於未知的未來的焦慮，一切的謎底似乎都藏在浩瀚的遠方。於是揣懷著期待與不安踏上了旅途，希望除了能增加外語能力，更能增廣見聞以及更明確未來的方向。

二、申請過程

首先，要最先準備的是英檢(或是其他語言檢定)，推薦可以早幾個月考，才不會在最後錯過申請時程得再等半年。有些學校要求多益即可，而有些學校要求雅思或托福，記得看清楚要求。再來就是寫自傳和申請文件的部分，推薦提早準備才不會壓力太大，網路上有很多範本可以參考。確認錄取後有許多文件要簽署及繳交，推薦可列出清單在一項一項完成，才不會漏掉或錯過申請底線。特別要注意的是要時常留意電子信箱，才不會錯過對方交換校寄送的重要與緊急訊息。住宿也建議儘早申請，因斯布魯克的住宿很緊繃，而學生宿舍以外的住宿費用高昂。個人覺得通過徵選要出國這段時間是最忙碌的時候，有學校課業要顧及、國內的申請文件要處理、國外的郵件要回復，真的是一段心力交瘁的時候，祝福申請的各位都能以未來美好交換生活的願景為目標堅持過這段時期。

三、研修期間

1. 課內:

- 甲、VU Digital Business:這堂是講師課，老師介紹了一些數位行銷的專有名詞及基本概念，期中請我們選一個平台分析它的策略並上台報告。期末考為申論題，所以要能了解課程內容並彈性作答。課程參與分數只要上課回答問題即可，個人認為要好好把握，因為同時也在為期末考做準備。是一門啟蒙性質的課。
- 乙、SE Digital Business:這堂是實作課，老師教授一些基礎 Excel 和 Python 的知識，內容十分初階不會有太大的壓力，最後期末考試為操作 Excel 計算與回答問題，並繳交一份爬蟲作業。是一門啟蒙性質的課。
- 丙、German IV (B1+) for Incomings: 因為我已在國內考過 A2 檢定，照理來說應該要上 B1 班，然而由於撞課必須做出取捨，於是上修了一個層級。這是交換生能選擇的最高層級，較少學生能到達這個等級且絕大多數為義大利人，也因此認識了一些義大利朋友。雖然因為是全德文授課聽得很辛苦，但也因此進步了很多，並認識了一些同樣努力再精進語言的同儕，很慶幸當初沒有因為難度高而退縮。
- 丁、UE Facilitation and Presentation: Tools for study and business: 這門商用英文是我全部的課程中作業量最大的一門，老師說他估計這門課每周要花九小時完成作業。這是一門口說與寫作訓練課，每個禮拜課堂上會進行一場一小時長的討論或辯論(課前需花時間準備)課後要寫反思、每兩週準備一場報告、每周要回四篇留言版(類似文字版辯論，引用格式要求嚴謹)、不定期要求寫特定主題的作文……這門課是高階英文，只有我一個台灣人且以歐洲人占多數。老實說每個禮拜都因為這堂課壓力很大很想請假，但莫名最後又會花很多時間努力完成所有作業和準備，是一堂讓人又痛苦又有成就感的課。多虧了這門課對英文多了很多信心，也某種程度克服了上台恐懼症，並找出自己的優勢是熱情有感染力。跟這門課的其他同學感情很好，可能是建立於共患難的情感，而大家都同意以為課程結束後會很開心，卻比想像中依依不捨。我們都知道老師雖然嚴格、要求高，卻是很認真在準備這門課、對我們抱有很高的期望，我們也確實在這門課受益良多。推薦認真想精進英文的人來修這門課，但也要做好要付出很多時間和心力的覺悟。

2. 課外:

- 甲、廚藝:廚藝有進步應該是所有在因斯布魯克的交換生一致認同的成長。因斯布魯克物價高，餐餐外食真的會吃到破產，無論你想不想都得學習去超商採購食材煮飯餵飽自己。不過我覺得也是因禍得福，這半年大多數的時間都吃得很健康，甚至有點喜歡上煮飯，希望回台灣後也能延續下去。
- 乙、傳統文化體驗:聖誕節長假時，在當地結識的友人邀請我跟他一起回家烤傳統餅乾(Vanillekipferl)，還是他外婆留下的食譜。因為奧地利是一個極具宗教色彩的國家，他們也向我科普了節日的由來和聖誕老人(Nicolaus)傳統習俗。得知我對當地的舞會文化(Ball)很感興趣，便邀請我參加一場當地的小型舞會，並和我解釋一些變裝的緣由還有介紹傳統服裝及舞蹈。在他們家吃飯時除了能吃到奧地利典型家庭料理，還能觀察製作過程，舉凡很有名的炸肉排(Schnitzel)、馬鈴薯沙拉(Kartoffel Salat)、麵團餃(Knödel)……覺得能認識他們一家人體驗到這些很幸運。

- 丙、旅行:藉由這次在歐洲生活的機會，規劃了多次旅遊。在台灣時家人和周遭的同學很多都把旅行想成很麻煩、很奢侈的事，而旅行都通常都去很有名的景點，且行程規畫完整。但是歐洲人真的很常旅行也很愛隨興的小旅行，把旅行當成生活和放鬆很重要的一部份。而我發現自己比較喜歡也適合後者，常常地圖滑著滑著看到哪個很漂亮的小鎮，便隻身或找一兩個朋友出發，回台灣前也和課堂上認識的同學同遊西班牙與葡萄牙感受歐洲人的旅行步調，是很美好的回憶。交換期間去了很多地方落實了當初增廣見聞的願景。其中，光是北義我就去了六次，是我最喜歡卻有點冷門的旅遊地。在旅行中我也更了解自己，例如:比起團體旅行我更偏愛獨旅、我喜歡小鎮更勝於大城市、我喜歡故地重遊去回味人事物及享受四季…… 受益良多。
- 丁、外語活用:除了課業以外，因為住學生宿舍每天都會遇到很多外國人，使用英文和德文的時長遠高於中文。每天一起在廚房煮飯的時間總是充滿了歡聲笑語，除了上面兩個我本來就計畫精進的目標語言以外，我也學了一點西班牙文、法文、荷蘭文(非常粗淺)。我發現我對學習外語，並在生活中活用他們非常感興趣，所以未來也希望學習更多外語並實地運用。
- 戊、課外休閒活動體驗:在課程結束開始旅遊前，我留了兩個禮拜在因斯布魯克當地體驗當地的休閒活動。其中，因斯布魯克是世界知名的滑雪場，在從不下雪的台灣出生做夢都沒想過能體驗滑雪的我，在因斯布魯克學會了滑雪，並前前後後滑了三次，對我來說真的像一場夢。另外，我也和當地人去爬了到處都是的山，也自己去學了騎馬、看了一場音樂劇、在午後喝一杯義式濃縮邊聊政治……想像自己是當地人，努力把我能體驗的都體驗一回。

四、心得及建議事項

總體而言，我當初為自己設下的目標都有完成，而且得到的比想像多。除了交到了許多外國朋友，也堅定了未來會想在國外生活的志向。很感謝自己有好好把握這半年珍貴的機會，體驗了很多在台灣沒有機會體驗的經歷(例如:滑雪)。

建議方面，首先，因斯布魯克是一個小而美的地方，適合像我這種喜歡深入體驗周圍較小的城市的人，而相對於想一直往大城市跑的人可能比較不合適，因為聽聞其他交換生提到這裡機票比較貴。再者，推薦多跟當地人和其他國籍的交換生交流，因為要跟台灣人一起出去玩還有很多機會，但跟一群外國人以這麼單純方式交友未來機會恐怕很少了。

附錄(請同學附上5張以上交換學習之照片，相片解析度以低解析度處理為原則。)



▲因斯布魯克



▲與當地友人參加舞會



▲與因斯布魯克漂亮的山和雪的合影



▲五漁村出遊



▲聖誕節烤餅乾