

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：113學年第1學期赴德國 杜賓根大學出國報告書

出國期間：2024年9月3日～2025年3月28日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學 文學院 外國語文學系

職稱：學士

姓名：蘇祐儀

中華民國 114 年 4 月 30 日

目錄

中文及英文摘要.....	2
本文.....	3
壹、目的.....	3
一、交換動機.....	3
二、自我期許.....	3
貳、申請過程.....	3
一、校內甄選.....	3
二、赴外申請.....	4
參、研修期間.....	4
一、抵達時行政手續.....	4
二、研修過程.....	5
三、課餘時間.....	5
四、返國前手續（以下條列無順序之分，僅列舉）.....	6
肆、心得及建議事項.....	6
附錄.....	7

中文及英文摘要

本報告旨在提供有意前往德國杜賓根大學交換的同學，簡單了解整個交換期間所需辦理的相關手續與生活樣貌，作為行前準備的參考。將整段旅程鉅細靡遺的紀錄實屬不易，因此筆者將內容大致分成四部分，分別是目的、申請過程、研修期間、心得及建議事項，依序詳細敘述交換動機和自我期許、校內甄選和赴外申請、抵達後與返國前的行政手續並分享切身經驗與感受，最後向未來有興趣前往杜賓根大學交換的學弟妹提出建議。謝謝成功大學提供這麼棒的機會，也謝謝我的爸爸媽媽自始至終都無條件的支持我、相信我。

This report is intended to offer prospective students who are considering participating in the exchange program at the University of Tübingen in Germany a comprehensive overview of some important procedures they may need to complete, as well as insights into the lifestyle they might experience while studying abroad. It serves not only as a general guide but also as a practical reference for students who are preparing for their departure and aiming to better understand what to expect throughout the exchange period. While it is virtually impossible to capture every single detail of such a meaningful and transformative journey, I have attempted to present the most essential information by organizing the content into four main sections: objectives, application process, study period, and reflections with suggestions. Each section addresses a key phase of the experience—beginning with the reasons behind my decision to join the exchange program and my initial expectations, followed by a description of the internal selection process at my home university and the subsequent application procedures required by the host institution. I also discuss the administrative tasks involved upon arrival and prior to returning home, along with my personal experiences and insights gained during the program. Lastly, I wish to extend my heartfelt appreciation to National Cheng Kung University for granting me this exceptional opportunity, and to my parents for their unwavering support and faith in me every step of the way.

本文

壹、目的

一、交換動機

其實從大二開始就決心要到德國杜賓根大學交換，因為那年參加華語生服務團，因緣際會下接待歐洲遊學團而認識了一群來自杜賓根大學的德國女孩，她們鼓勵我有機會一定要到杜賓根大學交換，因為她們也想帶我體驗德國的生活，就像我們一起在臺灣冒險的日子。除此之外，德文是我選修的第二外語，學習了三年多也考過檢定，自然滿懷期待能透過交換在德國實際運用這個語言，希望回國後可以達到更高的水準。杜賓根大學是德國最古老的大學之一，在醫學、自然科學、人文科學領域等都在全球享有盛名。對於文科背景的我而言，雖然德國多數著名大學以工業與理工科見長，但是杜賓根大學因其在人文、語言與政治領域的卓越表現，無疑成為我的交換學校首選。

二、自我期許

除了學習語言的緣故，我也希望藉由此次交換讓自己置身一個與亞洲文化截然不同的西方環境，跳脫舒適圈、拓展視野也探索各種未來的可能性。大學期間我幾乎把精力全部投注在課業上，感覺慢慢遺失了對於生活的熱忱，我決定讓自己騰出一個學期的時間在異國體驗不同的生活方式、學習模式，期許重燃對於未來的憧憬。

貳、申請過程

一、校內甄選

國際處每學期都會公告赴外交換簡章，如果計畫在某個學期交換，就必須在該學期的前一個學年提出申請，並且最重要的是確認當學期的申請資格及日程、應繳資料、語言能力，以及交換的學校名單與要求，值得注意的是有些學校會無預警更新交換學生入學政策，因此申請期間最好隨時關注國際處的公告或是郵件。總的來說，我認為把成績顧好是首要條件，也是最長遠的準備，例如我在大四上學期申請，意味著採計我前三年的在校成績，但還是取決於申請人當下所處的學期以及目標學校的開放名額與競爭程度。

除此之外，自傳和讀書計畫也不容疏忽，學校公告的簡章對此的內容與格式沒有明確的規定，好處是讓我們自由發揮，壞處是令人不知從何下手。當時上網找尋靈感，偶然看到一篇台大學生分享申請交換的履歷表/讀書計畫製作，因此決定參考她的方法，製作類似履歷排版的自傳，以及架構明確的讀書計畫，兩者同樣都限制兩頁。排版或不排版（這裡指花俏的模板）全看個人選

擇，我相信內容才是說服評審的關鍵，但會建議列出不同段落小標題，除了釐清自己的撰寫脈絡，也讓閱讀者一目瞭然地迅速抓到重點。

二、赴外申請

看到自己的名字出現在校內甄選的錄取名單固然喜出望外，然而通過校內甄選並不代表確定錄取交換學校，還必須等待成大向杜賓根提名、杜賓根大學發信件索取成績單、杜賓根大學來信確認交換資格、自己上網到杜賓根指定網站申請註冊等一連串手續，其實這些流程都不是很困難，但是需要耐心和細心。特別分享，杜賓根大學請我附上成績單是因為我主修外文、輔系政治，但我申請的是他們的政治系，因此他們想要確認我有足夠的基礎知識，如果直接申請跟自己在臺灣相同的科系，不確定還會不會有這一道程序。在等待德國方的同時，也必須留意宿舍申請的時間，因為時間段是有重疊到的，即便不確定自己是否最終可以前往交換也建議先登記宿舍，因為杜賓根學生眾多找房不易，國際學生則一定有宿舍保障名額，體驗德國大學生住宿生活之餘也節省自己的找房壓力和房租。

參、研修期間

一、抵達時行政手續

第一次一個人風塵僕僕地飛洋過海，心情既興奮又害怕，特別謝謝我的 Buddy 總是不厭其煩地回覆我的問題，還陪我從司徒加特坐公車到杜賓根，因為我抵達的時候剛好遇到火車站整修，因此 Buddy 怕我自己搬行李麻煩又被複雜的替代路線搞混，於是帶我一起前往學校。我住的宿舍在杜賓根的老城區，所以基本上都是石頭路，幸好有 Buddy 的協助，不然經過十幾個小時的飛行加上從法蘭克福一路上轉車，自己一個人推行李箱真的讓我體力透支。抵達宿舍門口要辦理入住時遇到一個插曲：我的 Hausmeister 沒有把鑰匙留給我，我明明在一個月前已經寫信告訴他我的抵達日期，我那時候以為可能德國人的寫信習慣不太一樣，收到了不一定會回信，後來 Buddy 在門口打電話連繫他時，他用很不耐煩的語氣在電話中責怪我沒有寄信給他，然後不情不願地說害他必須跑一趟給我鑰匙，事實上他根本從頭到尾沒有檢查電子郵件，因為他來送鑰匙的時候，我把寄件備份給他看，他故意用一連串德文回話，我那時候的德文聽力沒有那麼好，所以只能聽懂一部份，所幸我的 Buddy 替我向他說明並為我辯護，他才停止。後來認識我的鄰居，發現大家都不喜歡這個 Hausmeister，因為他脾氣古怪且為人刻薄，不幸的是他管轄古城區的所有宿舍，不久後我們突然換了一個新的 Hausmeister，大家聽到這個消息的時候都非常開心！甚至還在廚房一起慶祝。

二、研修過程

我是提早在學期開始的前一個月抵達德國，參加杜賓根每學期開辦給國際學生的語言密集課「Deutsch-Kompakt Kurs」，為期大約五週，分為三班：A2、B1、B2+，費用是另外支付的，但是通過最後的測驗得到的 9ECTS 可以計入學分數。參不参加密集課看自己的意願，費用也是另一個考量，但是沉浸式的全德文環境真的讓我的能力提升不少，也藉此在開學前認識世界各國的交換生和另一個政大的同學，讓原本擔心隻身一人的我有了同樣來自臺灣的朋友，在異鄉說德語、英語之餘，有個說中文的朋友在身旁是一件很幸福的事。

學期正式開始，我總共選修六門課：三門政治系開的（皆全德文授課）、三門 Deutsch als Fremdsprache und Interkulturelle Programme 開設的德文課，其實負擔對我來說沒有太大，因為德國大學的課程性質不盡相同，交換生可能碰到的有 Vorlesung, Seminar, Tutorium, Übung，有些課程可以選擇是否參加期末考、繳交期末論文或兩者都做，當然相應的 ECTS 也不一樣，我因為在成大的學分基本上都修完了，所以政治系的課並沒有參加考試，反而當作體驗不同視角對於政治學和國際關係的詮釋，也可以順便練習學術德文、增加專業的德文詞彙量。杜賓根大學開設許多不同等級和主題的德文課，對德語學習者來說非常友善，我非常喜歡我選的其中一堂 Panorama Deutschland，老師很幽默風趣，上課內容主要介紹德國的歷史、文化、經濟、政治、地理等，一個學期下來真的更深入的認識德國和歐洲，而且德文能力大大提升，非常推薦！

三、課餘時間

杜賓根是大學城，路上遇到的人基本上都是學生、老師或學校職員，整個城市散發一股迷人的學術氣質。很幸運住在老城區彷彿身處童話世界，放眼望去的房子都很有味道，可愛到不像真的，百看不膩。有時候我和朋友們會相約到山上的另一個大宿舍區 Waldhäuser east (WHO) 一起做飯、去 Kuckuck（學生酒吧）喝酒，假日也經常在老城區的 Marktplatz 散步或者搭火車去距離一個小時車程的司徒加特逛街。當然在歐洲跨國的旅行也相對方便，因此有些長週末也會前往其他國家的城市遊玩，例如維也納、布達佩斯、巴黎等，我有些韓國同學是每個假日都一定出去玩，每到週末一定在自己的社群平台分享旅遊的照片，必須承認當時偶爾才離開德國玩的我多少被影響，感受到自己「生活得不够精彩」的壓力和焦慮，但是後來跟一位認識很久的德國朋友聊，她說之前在臺灣交換時也有過這種感覺，但她都告訴自己：You've seen enough and you've got time. 她的這番話讓我頓時茅塞頓開，在歐洲交換不代表一定要在時間內周遊列國，用自己的步調慢慢體驗、用心感受生活也是另一種方式，交換的意義，不只是跨越地理的距離，更是讓自己學會在異地與世界、與自己溫柔相處。

四、返國前手續（以下條列無順序之分，僅列舉）

- （一）終止杜賓根大學的學期註冊
- （二）關閉德國銀行帳戶
- （三）清空學生證儲值金
- （四）取消保險：較繁瑣，建議至少前一個月申請
- （五）取消電信合約：最晚前一個月
- （六）離宿：寫信和 Hausmeister 約定時間
- （七）下載修課成績單
- （八）辦理退籍：可預約親自到 Bürgeramt/Bürgerbüro 辦理或線上辦理，但是網頁只有德文。我是選擇線上申請，因為預約不易又可以節省時間。

肆、心得及建議事項

一眨眼交換學期就結束了，短暫而美麗。這趟旅程中我最最感謝的人是我的父母親，他們義無反顧的支持我的決定，不論是經濟上還是精神上，是我最堅強的後盾。回首過去這段在歐洲的時光，完成了很多從沒想過自己可以獨自完成的事：一個人旅行、一個人面對德國繁雜的 Bürokratie（保險、廣電費、入籍）、一個人搬家等，有些事情不是做不到，是我們以為自己做不到而害怕。一路上我也認識了很多很優秀、善良的朋友，他們教會我世界真的很大，每一個人都是獨一無二的存在，而每一場相遇都是別具意義的。也許我沒有走遍歐洲各個熱門城市，但我在這段日子裡，更認識了自己，學會放慢腳步、和自己對話，也更懂得珍惜當下的簡單幸福。

其實出國之前很害怕遇到歧視的情形，因為當時耳聞歐洲極右派的勢力不斷擴大，很幸運的是我並沒有親身經歷，而且都遇到很友善的歐洲人，但是如果去德國東邊還是要注意安全。我給未來交換生的一些建議是：不要急著把行程排滿：去十個地方打卡，不如深深愛上一個城市。慢下來，才有機會真正看見文化、認識人、也認識自己。另外，也不用要求自己「馬上適應」：一開始覺得孤單或不安都是很正常的，給自己一點時間，很多人都曾經一樣的迷惘。第三，學會跟自己好好相處：交換不只是交朋友，也是學習獨處的好時機。當你能自在地一個人看展、一個人旅行、享受一個人的時光，你會發現自己比想像中勇敢。最後，多跟國際學生交流，不要只跟說中文的同學一起玩：文化的深度往往藏在日常的小互動裡，課堂中主動跟同學打招呼、和室友煮飯聊天、甚或一起出遊，都是建立連結、擴大視野的好方法。Danke und auf Wiedersehen, Tübingen. Du wirst mir fehlen!

附錄



Tübingen 的 Altstadt





Deutsch-Kompakt Kurs 的同學們



Tübingen 的 Rathaus





一些和朋友旅行的照片