國立成功大學

出國報告書

報告名稱：113學年第1學期赴德國 達姆斯塔特工業大學出國報告書

出國期間：2024年08月22日~2025年02月28日

單位：國立成功大學_規劃與設計學院_工業設計學系

職稱：學士

姓名：鍾明珊

中華民國 113 年 03 月 18 日

摘要

本報告書記錄了我在交換期間的學習與生活經驗，涵蓋了課程學習、文化適應和旅行經歷。學術方面，我選修了版畫創作課程，這讓我深刻體會到台灣與德國大學課堂的差異，無論是在授課方式還是學習氛圍上都有顯著的不同。

在生活方面，我有機會深入探索歐洲多個城市與文化，並與來自世界各地的學生進行交流，這不僅拓展了我的視野，也讓我更加了解不同文化對生活方式的影響。此外，報告中還包括了許多給學弟妹在申請交換及交流期間的建議，幫助他們更好地準備並克服可能遇到的挑戰。最後，我也分享了自己在歐洲生活的反思，並將其與台灣的現況進行對比，進一步思考台灣社會的發展與改變。

This report documents my learning and life experiences during my exchange period, covering academic courses, cultural adaptation, and travel experiences. Academically, I enrolled in a linocut course, which allowed me to deeply understand the differences between Taiwanese and German university classrooms, both in terms of teaching methods and the overall learning environment.

In terms of daily life, I had the opportunity to explore various cities and cultures across Europe and engage with students from all over the world. This not only broadened my horizons but also helped me gain a better understanding of how different cultures influence lifestyles. Additionally, the report includes several suggestions for future exchange students, providing advice on how to better prepare for and overcome potential challenges during the exchange experience. Lastly, I reflect on my time living in Europe and compare it to the current situation in Taiwan, offering insights into the development and transformation of Taiwanese society.

目次

目的 2
申請過程 2
一、校內甄選 2
1. 自傳內容建議 2
2. 讀書計畫內容建議 2
3. 排志願建議 3
二、薦外申請 3
三、簽證辦理 3
四、抵達交換校前行政手續與注意事項 3
1. 匯款 3
2. 住宿 3
3. 入境 3
研修期間 4
一、抵達時行政手續 4
二、初抵達的生活 4
三、課業 4
四、生活費 4
五、返國前手續 5
1. 取消保險 5
2. 取消廣電費 5
心得及建議事項 6
附錄 7

目的

本次申請交換動機主要是想要看看世界，了解歐洲的生活、學制、學習環境、就業環境，並增進語言能力，做為日後留學或在國外就業的參考。

申請過程

申請過程可分為校內甄選、薦外申請、簽證辦理、抵達交換前行政手續等階段。

一、校內甄選

根據校級交換規定，甄選時間為出國時間前一年，即112-1學期申請113-1學期的交換，具體時程如下圖，有興趣的同學務必留意國際處公告。

項目		日期	備註
校內甄選	報名期間	112 年 11 月 1 日至 112 年 11 月 21 日下午 4 點前	文件備齊後上傳至申請系統
	結果公告	112 年 12 月 25 日	名單公告在國際事務處網頁
	正取者 確認錄取資格	113 年 1 月 2 日下午 4 點前	繳交錄取資格確認或放棄書
	備取遞補者 確認錄取資格	113 年 1 月 9 日下午 4 點前	
	繳交交換生計畫保證金	113 年 1 月 3 日至 113 年 1 月 16 日	繳交保證金
薦外交換	申請期間	於 112 學年第 2 學期向交換校進行申請	依國際處電子郵件通知及各校交換生計畫網站公告辦理
	交換期間	於 113 學年第 1 學期出國交換一學期	實際起訖日依各校學期行事曆而定

所需文件國際處網站皆有詳細說明，準備齊全便沒有問題，值得注意的是，有一「校級薦外交換學生計畫校內甄選申請表」需要導師簽名，請同學務必事先和導師約好時間，避免壓線繳交資料。

1. 自傳內容建議

建議在自傳的開頭製作一份履歷式首頁，簡潔列出學業成績、交換目標、國際交流經驗（以條列式呈現），以及獲獎紀錄。接著，在自傳內文中，詳細描述過去為交換所做的準備，例如：如何維持成績、積極參與哪些國際交流活動、修習過哪些外文課程，以及參與國際志工的經驗等。最後，針對第一志願交換國家和校系，深入闡述對它們的了解、熱情，以及選擇原因。

2. 讀書計畫內容建議

在讀書計畫中，可以『交換前』、『交換中』、『交換後』三個階段為主軸，說明規劃。例如，在『交換前』，可具體列出想選修的課程，並說明如何增進專業知識以銜接這些課程。同時，也可以提及在生活層面上的文化融入計畫，例如努力提升外語能力，以便與當地學生交流等。在『交換中』，則可以分享旅遊計畫，或參考交換學校提供的資訊，提及有興趣參與的交流活動。在『交換後』，可以描述預期交換經驗將為你帶來的改變，無論是心態上還是學術上，以及這些改變如何影響你的未來規劃。

3. 排志願建議

同學可以根據自己對於交換的側重來排志願序，可參考歷年的甄選結果判斷錄取機率。有些熱門學校競爭激烈(如：TUM)，如果目標是出國看看、文化探索，對熱門校沒有執著的話，我會覺得根據國家選擇學校，不執著於校名，也是不錯的選擇。

二、薦外申請

申請進行期間，同學需主動聯絡交換校詢問細節，如語言檢定標準等，因有些學校會限定語言檢定的種類，有可能會需要補考檢定，這部分需要同學自行詢問交換校的聯絡人。時程務必謹慎規劃，歐洲學校有時候回信會拖好幾週，中間的等待時間很煎熬，會建議愈早行動愈好，不論是準備語言檢定或是寄信詢問。需注意，語言檢定除了考試日期外，成績單寄送日期也是一大重點，務必列入時程規劃。

選課部分，達姆斯塔特工業大學於出國前要求我們填寫選課單，但實際上到校後又重新選了一次課，且有些課程在該學期並沒有開，等於事先填寫的選課單其實只是走個程序，大家要注意若有學分抵免需求的話，務必向交換校再三確認。

三、簽證辦理

德國在臺協會每年的規定變動滿大的，尤其是限制提領帳戶金額年年增加，同學要注意德協官網的公告，不能只參考前輩的經驗。預約簽證可以找其他同學一起辦理團體簽證，比較容易預約到德協的時間。

四、抵達交換校前行政手續與注意事項

1. 匯款

出發前會有一些錢需要匯給交換校，如宿舍押金、行政註冊費等等。確認拿到名額後同學就可以開始換歐元，並且線上開戶網路銀行Revolut、Wise或是N26的戶頭，若一次匯足夠金額到歐洲戶頭，可省下後續多次匯款的手續費。臉書社團（例如：台灣歐洲交換學生 Taiwanese Exchange Students in Europe）有時候會有同學在私底下用台幣換歐元，可省下國際匯款的手續費，不過有被詐騙的風險在，大家自己斟酌。

2. 住宿

達姆斯塔特工業大學雖然說不保證會有宿舍床位，但實際上他們會優先保留床位給交換生，去交換半年的同學不需要擔心住宿問題。交換一年的同學在第二學期會需要自己找住宿，還是有機會抽到宿舍，不過全憑運氣。

3. 入境

以達姆斯塔特工業大學為例，宿舍入住日期通常是語言課開始前幾天，同學若想要提早到歐洲觀光，可以利用台灣護照申根區國家90天免簽的條件先抵達，不會有簽證問題，但法蘭克福海關可能會要求提供入學證明、住宿、回程機票等證明，若只買單程機票的同學要注意說詞。建議直接買來回機票，之後再加價改回程機票的時間，整體來說應該還是會比買兩張單程機票來的便宜，且可省掉入境時的麻煩。

其他注意事項達姆斯塔特工業大學會寄信提醒，按照信上的說明規劃即可。

研修期間

包含抵達時行政手續、初抵達的生活、課業、生活費、返國前手續。

一、抵達時行政手續

同樣的，這部分交換校也會寄信通知，會有許多時程需要配合，如領取學生證時間、線上選課時程等，有問題都聯繫交換校聯絡人即可，不須過於擔心。但會建議若可以的話，可以約好和其他同學一起行動或討論，畢竟事情非常多，互相提醒比較不容易遺漏，大家在異地能互相幫忙的話也會安心許多。

二、初抵達的生活

達姆斯塔特工業大學提供完善的交換生說明會（X-Weeks），並且安排了各式各樣的社交活動，例如：ESN Darmstadt 舉辦的一日遊、Wine tasting 等。非常建議大家參加這些活動，不僅能認識很多朋友，還能學到許多在德國生活的技巧，對融入當地生活十分有幫助。

剛開始的語言密集課也是認識朋友的好時機。搭配初期的社交活動，趁大家都還在德國時，多認識一些人，鞏固友誼，等到正式開學後，大家課表不同，才會有更多機會約出來一起探索歐洲。

三、課業

德國大學上課方式和台灣有很大的不同，若要獲得學分，同學在選課後於規定時間內還需註冊考試，只有註冊考試後才算正式參加這門課的評分。若沒註冊期末考，學校便認定學生放棄這個學分，課程不會出現在成績單上，也不會影響總成績。台灣同學需特別注意，因為註冊考試是必須人工操作的，若錯過註冊期限，後續處理會很麻煩！

此外，德國大學多數課程也不要求出席率，有些課程只要求最終的報告或是考試，自由度非常大，而在期末考前也會有幾週時間留給同學讀書。整體讀書氛圍，比起老師監督學生，更像是學生要為自己負責，很多事情要學生自己留意，學校不會額外提醒。

在上課氣氛上，若是 Lecture 或 Seminar，整體和台灣差不多，有時會有人提問，但大多數時候同學還是安靜上課。但在討論課，我明顯感受到德國同學更勇於發表自己的看法，且大家也可以很有自信的表達自己的創作理念。以我自己修的版畫課為例，老師常會問同學對彼此的作品有什麼建議，同學提出後，老師也會參考意見修改回饋。在作業的主題上，老師也會尊重同學的想法，不管是課業繁忙或是想省材料費等原因，老師也都會納入參考。我想這是我感受到很大差異的部分，德國的課堂交流是一來一往的，而且任何事情都有商議的空間，教室中的階級關係被弱化了，我認為這在大學教育中是非常可貴的，尤其是在藝術創作領域。

四、生活費

德國的超市有不同價位，想省錢的話可以去 Aldi 等折扣超市。以我的經驗，如果飲食控制得當，一週的自煮餐費可維持在 €40～€50，其實和台灣差不多。甚至某些衛浴、美妝用品在德國的售價比台灣還便宜，整體來說，生活費沒有想像中高。

真正昂貴的開銷主要來自政府規定的保險費（每月 €139）、宿舍租金（每月約 €300~480），以及外食費（每餐約 €12～€20）。大家可以根據這些數據來規劃自己的預算。

五、返國前手續

交換校會寄信、辦講座提醒返國手續，以下僅列出需特別注意事項。

1. 取消保險

以TK保險為例，使用APP可以簡單取消，建議綁定。若沒有綁定APP，則需填好取消表單後寄email給客服取消，可以提供回程機票作為即將離開德國的證明。客服很可能不會回信，需要多次寄信詢問。

2. 取消廣電費

取消廣電費的程序相當繁瑣，需耐心處理，且愈早著手愈好。由於退籍申請最早只能在離開前一週提出，當我第一次申請取消廣電費時，只能提交宿舍合約作為證明填寫線上取消表單。然而，幾週後收到 ARD & ZDF 的「實體信」回覆，他們認為僅搬離宿舍並不足以證明我將離開德國，因此宿舍合約無法作為取消廣電費的依據。

於是我便只能等待退籍手續完成，使用退籍證明再次提交取消申請，但此時我已經返回台灣，無法接收到 ARD & ZDF 寄來的實體信。現在只能通過觀察扣款金額是否變動來推測是否成功取消，處境頗為無奈。尚未完成退籍時，建議同學可以提交宿舍合約加上回程機票作為證明，或許有機會取消成功。

這類線上提出申請，卻透過「實體信」回覆的情況在德國並不罕見，因此在規劃時程時，請務必將等待信件的時間納入考量。

心得及建議事項

這半年交換的經歷，無疑是難忘的一段時光。不論是在交換校的學習過程，還是旅途中經歷的點滴，都讓我成長許多。這一趟旅程回來後，我感覺自己的心理變得更加強韌，心態也更加開放。

在歐洲，我見識到多元的生活方式，整體而言，人們對生活充滿熱情，認真地過好每一天。天氣晴朗時，街上總能看到人們帶著狗散步、坐在草地上聊天、享受日光浴。下午三點左右，當地人便聚集在咖啡館戶外座位談天（當然，在德國，這場景時常換成了手持啤酒的人們哈哈）。河畔則是另一幅景象，人們席地而坐，聆聽街頭藝人的音樂，欣賞風景，珍惜與親友共度的時光。我在語言課的老師曾說：「週日是家庭日。」她不會批改考卷，而是會和先生出門散步。大學裡的學生社交活動也非常多，即使是忙碌的建築系，系館內仍設有咖啡區供人交流，時不時還能看到桌球比賽或派對的海報。在這裡，個人的成就與成功似乎不再是衡量價值的唯一標準，人們更關注的是你的想法、你的本質，而非你能帶來的利益。當然，作為一名僅停留半年的過客，我的理解或許仍淺，但這樣的氛圍與台灣截然不同。這趟旅程讓我開始思考，生活的重心應該回歸到自己身上——我真正想要的是什麼？我需要的是什麼？在歐洲的時光，讓我得以放慢步調，沉澱思索這些問題。

除了反思自我，這趟交換也讓我更深刻地看見台灣的優勢與社會問題的一體兩面。歐洲強調自由與生活與工作的平衡，但也因此行政效率較低。舉例來說，有時候發送 email 遲遲未得到回覆，打電話詢問才得知負責人休假兩週，就算再著急，也只能等待。同樣地，交通方面，德鐵誤點、車廂髒亂、因罷工取消班次等狀況屢見不鮮，這在台灣則較少發生。許多時候，企業提供的高效服務是以犧牲員工的權益為代價，而歐洲與台灣正處於兩個極端，如何在效率與勞工權益之間取得平衡，是兩者都需面對的課題。

整體而言，這次交換讓我深刻體悟「讀萬卷書，不如行萬里路」的意義。聽聞與親身經歷之間的差距巨大，只有真正踏出那一步，才能在心中留下深刻的印記。這趟旅程也讓我意識到，世界遼闊，人生的可能性無窮，生活的價值並不僅限於升學、工作、賺大錢，而是由每個人自己定義。究竟該如何過人生，沒有標準答案，也無需他人評斷。我很感謝這半年來的經歷，讓我的未來多了一些對自由與瘋狂的想像。

給學弟妹的建議：

聽說有些人在 DB App 綁定信用卡或 PayPal 後遭到盜刷，因此建議大家無論在哪個平台，都盡量不要留下付款資訊，以降低風險。另外，DB BahnCard 若未在到期前四週取消，將自動續訂一年。凡是涉及合約的事項，務必仔細閱讀相關條款，並建議在訂購時就先在行事曆設置取消提醒，以免忘記。

世界真的很大， 希望學弟妹們在國外多走多看，開拓視野。
遇到美好的人事物，記得珍惜；遇到不順心的事，也將其視為一種體驗，從中學習與成長。
享受這段旅程，必定收穫滿滿！

附錄

2024.09.07
參加德國朋友邀約的酒局
體驗達姆斯塔特獨特啤酒喝法
Laternchen

2024.09.10
ESN KICK-OFF Drinks 活動
與其他交換生交流

2024.11.13
荷蘭旅途中獲邀至
藝術家Harry van Gestel家中作客

版畫課上課情形
老師點評同學的作品

2025.01.28
和中國、韓國、台灣朋友們
一起在宿舍吃年夜飯