

# 國立成功大學

## 臺灣奧地利高教科研種籽基金 學生出國研修 心得報告書

獲補助年度：114-1年度

薦送學校\_系所\_年級：國立成功大學\_社科學院\_經濟所\_三年級

中文姓名：涂佑儒

國家：奧地利

學校/實習機構：奧地利茵斯布魯克專業高等學院 (Management Center Innsbruck, MCI)

計畫名稱(研修免填)：臺灣奧地利高教科研種籽基金

研修成績(實習免填)：1.65 (18.5 ECTS)

中華民國 115 年 02 月 23 日

## 中文摘要

本報告包含本人於114學年度第一學期赴奧地利茵斯布魯克專業高等學院（Management Center Innsbruck, MCI）進行交換研修之心得與紀錄。研修期間除修習多門英文授課課程外，亦深入體驗歐洲教育制度與在地文化。行政準備包含宿舍申請、市政廳人口登記、銀行開戶與電話卡辦理等。

課程方面修習 Understanding Austrian Society and Culture 與 Algorithmic Thinking 等課程，前者深化對奧地利歷史與社會脈絡之理解，後者強化邏輯思考與問題拆解能力。交換期間不僅提升語言能力與跨文化溝通能力，也培養獨立生活與問題解決能力，為一段兼具學術成長與人生視野拓展的重要經驗。

## Abstract

This report presents my exchange experience at Management Center Innsbruck (MCI), Austria, during the first semester of the 2024 academic year. The program provided valuable exposure to European higher education and significantly strengthened my English communication skills and intercultural competence. The pre-departure preparation process included arranging accommodation through OeAD, completing visa procedures and opening a bank account.

During the semester, I enrolled in courses such as *Understanding Austrian Society and Culture* and *Algorithmic Thinking*. The former enhanced my understanding of Austrian history, music, and social structures through experiential learning, while the latter developed my logical thinking and problem-solving abilities in a structured and accessible way. Living in Innsbruck also enabled me to adapt to a new cultural environment, manage administrative procedures independently, and gain confidence in handling unexpected situations. Overall, this exchange experience broadened my global perspective and fostered both academic and personal growth.

## 目次

本文.....	4
壹、 緣起.....	4
貳、 研修學校/實習機構簡介.....	4
參、 國外研修/實習之學習內容(課內).....	4
1) <i>Digital Marketing</i> .....	4
2) <i>Algorithmic Thinking</i> .....	4
3) <i>Understanding Austrian Society and Culture</i> .....	5
肆、 國外研修/實習之生活概況(課外).....	5
1) 行政手續.....	5
2) 住宿.....	5
3) 日常生活.....	6
4) 交通.....	6
5) 娛樂.....	6
伍、 研修/實習之具體效益.....	6
陸、 感想與建議.....	7

## 本文

### 壹、緣起

參與交換計畫的主要動機，在於跳脫舒適圈、拓展國際視野，以及在全英文環境中強化語言能力與跨文化溝通能力。對我來說，這趟交換不只是去上課拿學分，更像是一個把視野打開、重新認識世界的機會。

MCI 國際學生比例高，課程設計重視互動討論與實務應用。希望透過在歐洲生活與學習一學期，不僅在學術上有所成長，也在生活層面培養獨立自主與問題解決能力，並深化對不同文化社會運作模式之理解。

### 貳、研修學校/實習機構簡介

茵斯布魯克是奧地利的第五大城，本身是一座被阿爾卑斯山包圍的城市，日常就會看到山景，城市規模不大所以很多地方其實走路就能到，搭公車或電車也很方便。整體生活機能很足夠，而且我覺得治安和生活氛圍都很適合學生，既有城市該有的便利，也有小城市的步調與安全感。

Management Center Innsbruck (MCI) 位於奧地利的茵斯布魯克，為一所高度國際化的專業高等學院，其中因為交換生很多，走在校園裡常常會聽到不同口音的英文。課程多以英語授課，而且多為密集型授課，上課節奏比較快，需要在短時間內完成課程要求與評量，對時間安排和自我管理的要求也會比較高。

### 參、國外研修/實習之學習內容(課內)

#### 1) Digital Marketing

課堂會帶我們從「你要賣給誰」開始想，像是市場定位、受眾怎麼抓、品牌要用什麼語氣跟人溝通，接著一路延伸到行銷漏斗、內容行銷、社群平台到底在紅什麼、怎麼規劃一套可以執行的活動。特別的是課程不會只停在概念，老師會丟很多案例讓大家拆解，也會有小組作業需要大家把目標寫清楚、把策略落地，最後還要想「我要怎麼知道這個活動有沒有用」，所以會用觸及、互動、轉換這類指標去做成效檢視。

#### 2) Algorithmic Thinking

這門課我很推薦給「沒有程式基礎」的人，因為它其實不是在教你寫程式，而是教你以結構化方式思考與問題拆解能力。課程著重於培養將複雜問題拆解的能力，變成一

個可以執行、也可以被檢查的流程。老師的教學深入淺出，即使無程式基礎亦能理解，如果本來就有一些基礎也不用擔心會太簡單，因為你會開始去注意自己的思考有沒有漏洞、流程有沒有更好的寫法。教授會依學生反應調整教學節奏，並鼓勵提問與討論。

### 3) Understanding Austrian Society and Culture

這門課是我覺得「來交換一定要修」的課，因為它不是那種只坐著聽歷史的課，而是會用很多生活化的方式帶你認識奧地利。像是他會從歷史、音樂、藝術、飲食、日常文化慢慢串起來，讓你更懂這個地方為什麼會長成現在這樣。課堂裡也會有一些體驗式的安排，例如華爾滋教學、咖啡廳文化、美術館參訪等。

## 肆、 國外研修/實習之生活概況(課外)

### 1) 行政手續

抵達茵斯布魯克後，有些行政程序一定要記得處理。像是要去市政廳辦理人口登記，去年開始會收費，印象中是42歐元，所以建議帶信用卡比較方便。離開奧地利前也要記得去辦理退籍。

銀行卡的部分，我是選擇線上申辦 Revolut，並寄發實體卡至奧地利使用，可以在歐洲多國進行消費與提款。

電話卡的部分則是在 Hofer 超市即可申辦，月租約 10 歐元，並可依需求選擇流量方案。

### 2) 住宿

出發前我覺得最需要先處理的就是住宿。MCI 在交換生錄取後會提供一組專屬序號，建議拿到後就盡快回覆並通知 OeAD，因為 OeAD 會針對「持有序號的交換生」保留限量的保障名額，動作慢一點就可能沒有宿舍。不過透過 OeAD 申請會有額外費用（例如註冊費與每月行政費），所以也可以考慮直接向宿舍公司申請，例如 home4student。兩種方式都有同學成功申請到，重點還是要提早申請，尤其是秋季入學的交流生。

我最後住在 Hottinger Au 的單人房，身邊不少同學選雙人房，室友多半也是亞洲人，生活習慣相對接近，但也有聽過室友衛生習慣不良的案例，所以住宿形式真的要斟酌。

酌。

### 3) 日常生活

因為茵斯布魯克外食價格較高，大多是自己煮。超市採買很方便，常見的包含 Spar、Hofer、Billa 與 Mpreis。但需要特別注意的是：週日幾乎所有商店都休息，所以可以備一些存糧。不過車站裡的 Mpreis 週日有營業，真的忘記買東西時至少還有地方可以補給。

### 4) 交通

在茵斯布魯克可以買學期票或八次票。如果平常習慣走路，其實八次票就很夠用，而且使用很方便，上車後用手機把車票啟用就可以。奧地利的大眾運輸很多是誠信制度，沒有閘門，但會不定期查票，被抓到沒票罰款會很重，所以真的不要抱僥倖心態。

如果要跨城市或跨國移動，我主要會用 ÖBB (奧地利國鐵)、德國 DB 火車和 Flixbus。這類交通票通常越早買越便宜，早鳥票差很多，也有一些青年優惠可以善用。飛機方面，茵斯布魯克機場其實很方便，如果有直飛航班我會很推薦，因為能大幅縮短交通時間；不然很多時候都得先搭巴士去慕尼黑或米蘭機場再轉機，路程會拉得比較長。

### 5) 娛樂

雖然沒有參加 ESN 的活動，但聽說他們曾辦過滑翔翼體驗，而且還可以直接在宿舍集合出發，真的很方便。可惜那時候我剛好不在茵斯布魯克，所以沒參與到，但也可以感受到交換生活其實有很多資源可以用，有興趣的人可以多留意。

## 伍、 研修/實習之具體效益

- 1) 提升英語表達與溝通能力：在課堂討論與報告中更常使用英文，久了會更敢講、也更能把想法講清楚。
- 2) 增強跨文化溝通能力：和不同國家的同學一起上課、合作與相處，學到如何在文化差異下溝通與互相理解。
- 3) 培養獨立生活與問題解決能力：從住宿、交通到行政登記，很多事情都要自己處理，遇到突發狀況也要想辦法解決。

- 4) 建立更有彈性的思考方式：在多元環境中會更常反思「不同背景的人為什麼這樣想」，也更能接受不同觀點。
- 5) 強化時間管理與自我安排：密集課程節奏快，需要自己規劃讀書、作業與生活，整體自律性提升很多。
- 6) 拓展國際視野與人際網絡：認識許多不同國籍的朋友，也更理解歐洲的生活節奏與價值觀。

## 陸、 感想與建議

這次交換對我來說，不只是去上課或旅行，而是一次很完整的「在歐洲生活」的練習。一開始會覺得很多事情都不熟悉：行政流程、商店休息時間、交通制度、語言環境等等，但也正是因為這些不熟悉，才逼著自己去學會處理、去適應，也慢慢變得更獨立。

我覺得最有收穫的是，自己真的更敢在全英文環境中表達，也更能理解跨文化溝通不是「英文講得好就好」，而是要懂得尊重差異、調整表達方式，還要願意聽懂別人在意的點。生活上也更有「遇到問題先冷靜想辦法」的習慣，這點在回到台灣後也很受用。



