

國立成功大學

出國報告書

報告名稱：德國漢堡工業大學交換心得

出國期間：2023/09/25 ~ 2024/02/27

單位：國立成功大學心理系

職稱：大四學生

姓名：張慧筠

中華民國 113 年 3 月 10 日

摘要

這篇文章是我在德國漢堡工業大學進行交換的心路歷程分享。文章涵蓋了出國交換的目的和語言需求。我將介紹在出國前在校內處理的程序，特別是對即將畢業的大學生在學分抵免事宜及畢業門檻方面的注意事項。此外，文章還會整理資金準備的大致數額、實際花費金額和簽證申請流程，並將更加著重於分享一些容易被忽視的小撇步。在心得感想方面，我列出了在德國生活中日常喜歡與不喜歡的方面，並具體描述了德國的現狀生活狀態。與其他交換生不同的是，我在德國有打工的經驗，這也會在文章中分享。儘管交換準備過程確實繁瑣，但這難得的機會讓我獲益良多，希望這篇文章能作為學弟妹的參考資訊，並激勵你們努力爭取交換機會，走出國門，看看國外的世界。

Abstract

This article is a sharing of my journey during the exchange program at the Hamburg University of Technology in Germany. It covers the purpose of studying abroad and language requirements. The article introduces the on-campus procedures before going abroad, particularly emphasizing the considerations for students nearing graduation regarding credits exemption and graduation requirements. Additionally, the article will outline the approximate amount of funds needed, the actual amount of expenses and the visa application process, with a greater focus on sharing some easily overlooked tips. In terms of personal reflections, the article lists likes and dislikes of daily life in Germany, providing a more concrete picture of the current living conditions in Germany. Unlike other exchange students, I also share my experience working in Germany in this article. Although the preparation process for the exchange program is indeed tedious and challenging, the invaluable opportunity has brought me significant benefits. I hope this article can serve as a reference for juniors, encouraging them to strive for exchange opportunities and explore the world beyond their borders.

目次

中英文摘要.....	P2
(一) 目的.....	P4
(二) 過程.....	P4-P6
(三) 心得.....	P6-P8
(四) 建議事項.....	P8
(五) 附錄	P9

(一) 目的

想必這世界不少人的的人生必做清單就是環遊世界，至少我是如此。活了 22 年，我從未到過只有通過電影、網路、書籍等才能接觸到的歐洲。如今藉著交換學生去歐洲體驗是再好不過的機會了，未來工作之後也許還要背負著請假的壓力去旅行，或者說可能根本沒時間沒金錢。此外，交換生也是我的大學生涯清單的重要一項，因此此機會非把握不可。

那麼為什麼是歐洲呢？因為歐盟由多個國家組成，歐元通用，通往各個歐洲國家比起亞洲與美洲來說更為便捷。德國作為歐洲第一的工業發展國，經濟發達，擁有濃厚的歷史文化，十分值得去探索與體驗。其次德國的地理位置優越，通往其他歐洲國家相對方便，其價位在歐洲來說相對中等，比起瑞士、法國、芬蘭等國家便宜，性價比極高。最後，剛好我有修習的德語也可以在可以在這個時候派上用場。

(二) 過程

1. 事先準備

- 畢業門檻：

我的畢業學分為 128，每個學期選課時候要注意是否達到系辦要求的條件（必選修、專業選修、自由選修、通識課）。基本上保持每個學期修 18 學分或以上，就可以趕在 7 個學期把課修完。同時要注意修習學分太多會不會造成負擔不了，畢竟交換生的成績要求不能太差。此外，體育課、融合通識、服務學習、英語畢業門檻等等是大家容易忽略的畢業條件。

- 語言檢定：

要去歐洲國家建議考雅思 (IELTS) 或者托福 (TOEFL)，因為這兩個適用於全球，且大部分門檻較高的歐美大學可能沒辦法接受多益 (TOEIC)。

雅思及托福的費用皆是 NT7000 上下，價格真的很昂貴，因此盡量一次考過達到交換門檻及畢業門檻。本地大學部在籍學生考到 B2 以上的分數還有補助，請參照【國立成功大學學生參與英文能力檢定考試獎勵原則】（不過以自身系所為主）。

- 抵免學分：

如果有需要抵免學分，在選擇修習交換課程前，先把在交換學校要修的課綱與成大的相關課綱寄給系辦作審核以確保有初步同意抵免資格。而真正申請抵免是要在交換結束之後把交換學校的成績冊附上註冊組的抵免同意書+成大與姐妹校之課綱給系辦蓋章，並再送回註冊組作抵免，這樣才算完成整個抵免程序。

- 資金準備：

交換學生少不了資金的準備，加上歐元一直在升值，去半年需要準備至少 30 萬會比較保險。德國現在規定必須有提領限制帳戶財力證明，每月需要至少 934 歐元（交換生根據逗留月數）。

以下是我在德交換的資金總表：

項目	價格 (€)	數量	單位	總價 (€)	總價 (NT)
飛機票	588	2	張	1,176	40,000
住宿頭期押金 + 押金 500 歐	683	1.5	月	1,025	34,850
簽證費用	75	1	次	75	2,550
限制提領帳戶 Blocked Account	934	6	月	5,604	190,536
現金	1,800	1	組	1,800	61,200
總額				€9,680	NT 329,120
*匯率設為 € 1 = NT 34					

*飛機票的部分我是訂購阿聯酋航空 (Emirates)，在 2024 年 3 月 31 日之前使用優惠代碼「STUDENT」預訂航班，即可享高達 9 折的票價優惠，還有額外 10kg 的行李。

*限制提領帳戶的項目包含了伙食費、保險費、交通費、電話卡，基本上如果有多餘的可以補貼其他的項目

*現金其實可以不用帶那麼多，因為在歐洲大部分都用刷卡或者網路銀行，超級方便。現金帶 €800 可能就已經非常足夠了。我使用的網銀為 REVOLUT，線上換匯不用手續費，通過朋友推薦碼申請還有現金回送 (€ 80)。

然而，我實際上全花費只花了約 **NT 280,000**（包飛機票與簽證），當然這是由於我本身比較節省，加上有打工的情況下省下的。然而，即使沒有打工，我認為沒有亂花錢還是有辦法把全預算壓在 **NT 300,000** 內。

- 資料準備：

交換學生的準備是一個極其繁瑣的過程，有一波一波的資料準備：

1. 校級申請資料
2. 獎學金申請資料（跨國雙向獎學金、學海飛揚……）
 - 每個獎學金有不一樣的課程修習要求

3. 姐妹校申請資料（學籍、選課、住宿）

-建議一定要申請學生宿舍，沒有申請的後果可能是要付兩倍的價格在外找房子。請注意住宿的時間，一般與交換申請意願一起詢問，勤勞查看 email，避免錯過重要申請的日程。

4. 簽證申請（限制提領帳戶&保險）

簽證記得要提早預約，尤其6月至9月是申請簽證的高峰期，如果同一間姐妹校有三個或以上的學生就要團體預約。簽證核發時長為6至8週不等，因此如果來不及收到護照，飛機票就白買了!!!

簽證申請其中最重要的還包括是財力證明和保險證明。我個人使用的是第三方平台 EXPATRIO 包套，包含了 Blocked account 和保險 TK。

（三）心得

• 學校上課：

東西方上課文化大有不同。東方師生之間還是存在淺淺的師生階級，大部分同學就會大量接受知識點；西方師生之間像是朋友一般，學生勇於提出疑問，頗有想法。在台灣的教授顯得更負責任，勢必要知識餵到學生嘴裡；歐洲的教授像是把書教完就下班，不太在意學生是否理解，學生大部分通過助教課才學到東西。以上案例僅存在我上的一些課，有些教授還是熱心又負責任，比如我的德文老師。此外，德國必修的評分制度相當嚴格，也許通過不是一件難事，但是要考高分真的需要下點功夫。

• 我不愛德國的點

氣候：漢堡常年天氣不太好，雖然下雨頻率不及英國，但是可以看見藍天和太陽的日子屬實不多。然而，我認為在冬天的氣候不到會太冷，不會到沒辦法出門的狀態。

流浪漢：此外德國作為世界接收難民最多的國家第二名，僅此於美國，有著非常多來自中東國家的民族，真正藍眼睛金頭髮的德國人真的不多。因此，路上或火車上經常有流浪漢會乞討，半夜也會有醉漢。所幸的是他們只會沉浸在自己的世界，除了乞討之外，基本上不太會來騷擾、搶劫或詐騙，至少我還沒遇過。

火車誤點：德國人雖然出了名的準時，然而火車 Deutsch Bahn (DB) 卻是出了名的誤點甚至取消。他們很常會有不可控的因素造成遲到與取消，比如：罷工、警察抓人、有人在鐵軌上、路線重疊等荒謬因素，因此如果有重要行程要有心理準備。

日常生活：德國大部分店鋪都在晚上八點打烊，因此宵夜基本上不存在，除了一些土耳其捲餅店，而且在星期日基本上全店休息，所以要買食材的時間要稍微注意。

- 我愛德國的點

交通：在德國當學生基本上是最幸福的事。首先他們的學費是免費的，其次學生只要用€18就可以免費升級本來需要€49的交通月票，可以任搭公車、火車（不包含高鐵）。此外，一些博物館也有學生優惠甚至免費。

網路：德國很多地方都有免費網路，如火車站、公車上等。因此在通訊網路也可以省一筆。我使用12GB/月，也算是相當足夠。

溝通：比起其他英語非母語的歐洲國家，以大學生做標準，我認為德國人的英文普遍都很好且沒有什麼口音。因此來到德國與人交流基本上非常通順，不僅英文進步良多，也可以趁機練習德文。

地理位置：德國被荷蘭、比利時、盧森堡、法國、瑞士、奧地利、捷克、波蘭、丹麥等國家包圍，以德國為中心，到其他歐洲國家遊玩非常便捷。

- 打工：

與大部分交換生不同的點應該在於我有打工這回事可以與大家分享。由於我的獎學金申請手續失敗，我來德之前就有超級嚴重的金錢焦慮，到德之後就不斷在找學生兼職。一開始尋找工作的路上確實是一大瓶頸，由於我只是交換一個學期，只能應徵一些不太專業的兼職，然而大部分都需要會說德文。光是這一點就讓我停滯了一段時間。終於我找到了一家中國人開的火鍋店當服務生，由於會說中文與過去有做過餐飲的經驗，老闆錄取我了。德國最低時薪為€12，我不會說德文這點讓老闆把我的時薪壓成€10。雖然聽起來很可憐，但是這一份工作工作時間超彈性，對我要實現去十個國家的目標超友善。此外，我個人還是覺得歐洲食物鮮少有美食，能在餐廳打工吃到亞洲食物我覺得一切都回本了，不僅可以每天吃火鍋，還可以打包，在餐費上省了不少錢。加上在歐洲鮮少奧客，大部分客人都有禮貌，偶爾還可以獲得小費。

在打工遇到一些不如意的事，比如有一些不友善或心機的同事仗著自己會德文就頗有優越感。然而，善良的同事還是佔多數，好相處之外也會互相幫助。有趣的是在我工作的餐廳有好幾位同事來自阿富汗，不會說英文只會德文。我就僅能用我那A1.2的德文與全身的肢體語言與表情進行溝通，到最後甚至還相當順利。這種感受非常特別，我竟然可以用著薄弱的語言與跨文化的人進行溝通，這種默契培養不是每個人都有機會體會得到。

- 總結

我實際在德國待的時長為 5 個月 2 天。整體而言，我相當喜歡在這裡的生活，不能說是德國，而是整個歐洲文化的氛圍。我認為歐洲像是介於充滿拘束的亞洲與自由奔放的美國之間的一個平衡點。我喜歡這裡人自由追求生活的態度、家人或朋友之間親密的情感連結。

“亞洲人在努力生活，歐洲人在享受生活。”這句話是最好不過描述東西文化差異的句子，然而文化脈絡這不是努力就可以改變的事情，只能適應其中。一個學期實在有一點短，才剛熟悉了這裡的步調、語言與生活圈子，轉眼間就要回家了。在這裡認識了不同國家的人，拓展視野、國際觀是肯定的，更可貴的是在這幾億人的世界裡遇到了這些友誼。此交換旅程對我最大的啟發在於對於未來生活樣貌的追求，各種體驗和感受。學弟妹們，如果你還在迷茫，出去看看外面的世界之後你才會知道現在自己最需要的是什麼。

(四) 建議事項

尋找同伴：校級交換名單公佈了，把同個姐妹校的同学開一個群組，繁瑣的準備事項很多，有朋友協助真的減少很多遺漏掉的手續及流程。

通過學號 email 找你的同伴吧！ x12345678@gs.ncku.edu.tw

出外旅行：出外旅行基本上要多注意安全，不僅是常聽到的意大利、法國等會有扒手、騙子等，我有朋友在荷蘭手機竟然被偷走。所以呢，扒手也可以跨國，到哪還是要注意保管貴重物品。此外，出國要玩得便宜最重要就是提早訂票（住宿交通），現在旅遊攻略隨便上網看就有，尤其是更符合亞洲人使用的小紅書，行程與美食俱全。

行李：當初來的時候帶了超多衣服，但是到後面發現一半以上都沒有在穿。尤其在冬季交換的學生，你會發現最外層終究還是套上那最厚的外套，所以裡面穿什麼基本上真的沒人知道。再加上冬天基本上很難流汗。此外，到德之前為了省錢，還打算要帶鍋子、洗衣精過來，能省一筆是一筆，但是其實這裡生活用品沒想像的那麼貴。鍋子在 Amazon 上面買不到 NT500，好用又便宜。Amazon 效率超好，而且 30 天內可以免費退貨。

打工：其實我蠻建議學生可以找兼職的，尤其在德國學生可以一個月工作不超過 80 小時，在其他國家交換的學生似乎大部分都不能打工。雖然打工是有點辛苦，不過這裡時薪坦白說更高，除了幫補生活開銷，也可以累積更多人生經驗，更徹底地體驗在外國生活的模式。如果不會說德文，有一些不需要對話的兼職有：在衣服店折衣服、在超市整理貨物、Housekeeping、外送員等等，而且其實久而久之還可以學到基本德語溝通。我下載的兼職程式有：ZenJob、Staffcloud 等。

(五) 附錄



德國漢堡工業大學交換的台灣學生和我



打工的同事和生日的客人



聖誕節沒有回家的交換學生聚會



朋友生日去派對



室友們