

國立雲林科技大學

學生出國研習成果報告

研習類別：☐短期交流或出席國際會議

☐短期研究(蹲點)

☒交換學生或境外雙聯學制

學生姓名：曾敬茹

系所年級：四企管四 A

研習期間：民國 109 年 3 月 7 日至民國 109
年 8 月 31 日

一、進修交流計畫摘要

出國進修交流的目的及意義

希望透過一學期的交換經驗，體驗德國的教育模式、提升語言能力，接觸並了解歐洲的文化，增進國際視野。

研修主題

出國交換就讀布蘭登堡應用科技大學商業管理學系

進修學校系所簡介

1992 年 4 月成立於哈弗爾河畔的布蘭登堡市。如公園般舒適、綠蔭密布的校園內，以現代風格的教學大樓和先進的實驗室，開設工程、商業管理、經濟、資訊科系及媒體等專業課程，有超過 2700 名學生在此進行學習和研究活動，為德國及台灣教育部認可的公立大學。



布蘭登堡應用科技大學-管理學院

修讀學分及成績

這半年共修習四門課，共 15ECTS

Subject	Grade	ECTS
History of the city of Brandenburg	1.70	2
German As A Foreign Language A1	1.00	3
Business Plan	1.30	5
Human Resources and Organization	2.00	5
Total Number of ECTS Credits	(數字越小分數越高，1 為最高分)	15

二、研習心得

活動的感想與收穫

很開心自己有機會到德國進行交換計畫，也謝謝教育部的學海飛颺補助計畫，讓我可以實現出國交換的夢想，我十分珍惜這次得來不易的機會，把握在德國生活的時光，即使有疫情的阻礙，我仍堅持在當時情況不佳的歐洲留了下來，不希望自己遇到一點挫折、不順遂就逃回台灣。

在初期歐洲疫情加劇，除了每週出門到超市採買食材、生活用品外，幾乎都待在宿舍，而每天像是被軟禁在宿舍的我，開始覺得自己很不幸，為什麼是在我交換的這一學期遇到這種情況。不過，把自己的不幸遭遇推給命運，再怎麼自怨自艾，事態也不會好轉。試著讓自己保持正向的心態，從眾人覺得痛苦的事情找出值得學習、感恩的事，不要讓疫情操控我的人生，只有我能決定自己今後的人生。

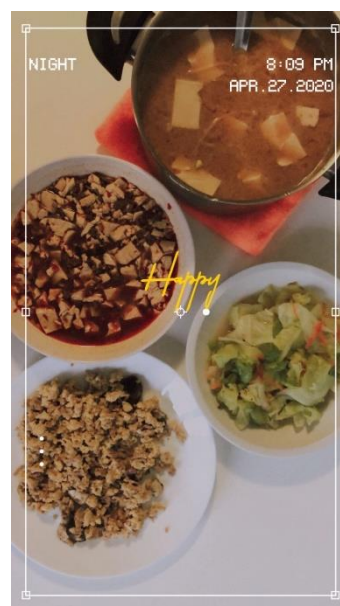
我認為我最大的收穫是正向的心態還有變得更加勇敢，很感謝願意跳出舒適圈的自己，不斷的嘗試新事物，增加自信，當自己原以為不可能的事情，最後會發現，其實我也可以做得到。

「勇敢跨出那一步，真的會很不一樣。」

德國日常生活

前一年，雖然有短暫到國外實習兩個月體驗過異國風情，但是這次是到德國，去到更遠的國家，待上更久的時間，是完完全全不同的感受，也收穫了不少生活技能。剛到德國有很多瑣碎的事要處理，德國帳戶開戶等等，很感謝有學姊的幫忙，告知我們一些注意事項，讓我輕鬆了不少，很幸運這一屆有上學期交換一整年的學姐與我們一起過完下學期的日子，非常謝謝她。

進行交換的前段期間，德國有實施防疫管制，除了一些民生用品店、超市、藥妝店外，許多餐廳、商店都未開放，並且限制團體聚集，在戶外人與人要保持 1.5 公尺的距離，所以我也減少外出。由於外食物價高，大多選擇到附近的超市採購食材，自行在宿舍烹煮，這幾個月下來我的廚藝進步了不少，也因為疫情的限制，常常待在宿舍，開始喜歡看一些烹飪的影片，也會到其他交換生的宿舍一起煮食。



上課心得感想

在國外的這段時間，因為疫情的關係，沒有體驗到國外上課的氛圍，但幸虧網路科技發達，我們可以使用網路以遠距教學的模式進行課程。大部分的課程都是老師開視訊進行講授，而學生由於都在自己家中或是宿舍，是以最輕鬆的模式上課，大多都不會開視訊鏡頭，所以會覺得老師一個人在上課期間認真講授，而學生很少提問發言，但是布蘭登堡的老師都很用心，會點名學生發言提問，增加課程的互動性。雖然很可惜沒有機會真實坐在國外教室裡與外國教授、學生們面對面進行互動，達成我出國前所期望的，但是很謝謝各位教授們的用心，盡力解決課程教學上的不便。



研修成果與返校後學習的關聯性

由於我是在大學四下到德國進行交換學生計畫，回到台灣後已是畢業生的身分，要準備開始下一個階段—進入職場。我在布蘭登堡應用科技大學時，研修的專業課程有商業企劃、人力資源管理，也期望我所找的工作能與企劃、專案或人資有相關，將在國外所學的對未來的工作有所幫助。此外，在國外生活半年的時間，語言能力也提升了不少，尤其是聽說的部分，相信在未來的職場上也更具競爭力。

這次交換期間剛好遇到如此嚴重的疫情，面對每日確診人數的攀升，感到很無助、很徬徨，當時遠在德國的我，真的很感謝在台灣의 親人、朋友們，有他們的電話及視訊陪伴。但畢竟遠水救不了近火，我還是學會自己調整心態、面對這一切的不順遂，就算無法改變疫情加劇的事實，但我還是可以選擇要以什麼樣的心情面對、看待這件事，與其怨天尤人的活著，不如以正向的心繼續充實的度過這段日子。相信未來在職場上、人生中遇到一些困難、挫折時能夠更快調整心態，接受它、面對它，才能繼續前進。



三、檢討與建議

建議未來到布蘭登堡交換的同學可以先聯絡上屆的交換生，可以向他們先購買他們的二手生活用品。當地的物價高，也無法將所有的家當帶到德國使用，所以十分建議。

食：外食費用高，大多是到附近的超市（EX: REWE、LIDL、NETTO…等）購買食材，在宿舍自行烹煮，既省錢又練就一番好廚藝。

衣：本身是於下學期到德國交換，三月到時還很冷，甚至有下雪天，記得攜帶保暖大衣、發熱衣，但是我認為其他長袖上衣不需攜帶很多件，因為之後夏天的天氣會較長，可多準備短袖衣物，或是也可到柏林市區購買。

住：宿舍房型有單人房、兩人房、四人房，兩人、四人房型會與室友共用衛浴、廁所、廚房。公共區域最好與室友溝通環境清潔的分配，不然廚房一直沒倒垃圾會很臭！宿舍有洗衣間，備有洗衣機、烘乾機，現在是用簽帳卡或信用卡付費，無法使用學生證或是現金付費。

行：到校後會需要繳交行政費，也就會拿到學生證，此學生證是可以搭乘布蘭登堡邦和柏林之間的交通，火車蠻常遇到查票的，出門一定要記得攜帶學生證！

樂：有些觀光景點或是博物館的門票，持學生證有優惠，很多歐洲國家都可以使用，可以先在台灣申辦國際學生證，但我自己本身使用不多，可以依自己在德國的規劃再選擇是否需要申辦。

四、附件

（一）其他有關資料

（二）成果報告及活動照片檔光碟片 1 份

所屬系所 審核意見	指導老師簽名： 系所主管核章： （*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白）
--------------	---

※ 備註：

1. 受補助者應於回國後一個月內撰妥報告繳交國際事務處或補助單位（成果報告請用 A 4 紙直式橫書依規定格式撰寫，活動照片請附簡單文字說明）。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。