

# 國立雲林科技大學

## 學生出國研習成果報告

研習類別：交換學生

學生姓名：蕭詠心

系所年級：二技企業管理系四年級

研習期間：民國 109 年 3 月至民國 109 年 8 月

➤ 交換契機：由於上一個求學經歷是在文藻就讀五專德文系，在五年當中培養了德文能力，當時文藻提供了學生不少機會出國當交換學生，在專四時，看著身邊幾位朋友至德國交換回來，而我學了德文卻少有場合可以應用，因此內心告訴自己有朝一日也要前往德國給自己一個挑戰，但機會一次一次地錯過，畢業了我卻未達成這個目標，我深刻的發現自己總是選擇最安逸的路線，也還沒準備好跨出舒適圈。因此，當我進入雲科後，便告訴自己必須把握學生時期的所有機會，當然包括了到德國當交換生的計畫，所以在學生生涯最後一個學期我也完成了自己的目標，成功申請到柏林應用科技大學交換的機會，也算是送自己一份進入職場前的禮物。

➤ 申請遇到的困難：申請交換計畫是在我四年級上學期，記得那學期的忙碌程度到達了巔峰，交換申請流程需要大量的書面資料，也要留意各項收件截止日，該學期也是我們畢業專題的製作，加上身為老師的助教也需要協助完成教案的翻譯工作，與此同時又跟同學組隊參與了兩場校外競賽，而我課後還得到健身房上班，各種身份與責任義務集於一身，可以說是快要分身乏術了，甚至身體都快要撐不住，但一切都是自己選擇的，只能硬著頭皮上了，這時候我都告訴自己：「時間到了事情就會結束了，只是過程痛苦了點。」也提醒自己是情一件一件處理，最後都能解決的。當然，時間分配是最重要的，我會把每天所有待辦事項依時間序記錄在手機或是紙上，這樣一來做事會更有脈絡，二來也能減緩慌張跟焦慮。事後回想起來，當爭取到交換資格後，一切的辛苦也不算什麼了。

除了以上的困難外，申請中途我還一度失去資格，已經通過校內資格，但因為對方學校的門檻問題差點去不了，經過學校國事處的聯絡也溝通不成，當下真的難過至極，但我也不願意就此罷休，就孤注一擲親自與柏林科大的辦事人員來信，並仔細看了他們的招生網站找尋任何的可能，果然

我不放棄是對的，經過一番波折還是讓我得到了這張入場券，也非常感謝國事處人員的協助。結論就是，只要信念夠強、非常非常想要的事情，就奮不顧身的爭取吧，吸引力法則會帶自己往那方向去的！

- 出國前準備：一連串的申請程序後，終於確認了交換生資格，下一階段就是海外帳戶跟德國簽證的準備，這些事當然都是第一次做，只能自己搜尋網路上各種資料，這些手續需要的就是細心，要備齊一大堆文件外，也要求準備一份計畫書。然而辦理這些重要文件都要時間，也要特別線上預約日期與時段才能前往位於台北 101 的德國在台協會，完成後還需要四到六週的等待時間，只能說等待的過程十分焦慮，眼看班機日期漸漸逼近卻遲遲等不到簽證，也無法向德協詢問進度，只能在家祈禱，幸好在出國前一週收到了簽證，無法想像來不及收到簽證一切會有多麻煩！
- 2020 年新冠病毒疫情衝擊：我想不只我們這些交換生們，全世界都被這疫情大大的影響了原先的計劃，努力的大半年，在出國前卻發生了這樣的天災人禍，每天看著新聞家人也為我們擔心，我自己也更擔心一切的努利就此白費，更不用說這是我一直以來的心願，雖然很恐慌，但我還是很堅定想要達成這個交換生學涯。很幸運地，班機當天我還是順利地出發了，第一次看到如此空蕩蕩的機場，不過最後也安全抵達德國，但一切也沒這麼順心，轉機抵達柏林後，等待行李到一半心裡就有個預感，在沒有充裕的轉機時間之下，有個最壞的預感就是我的行李沒跟我一起上機，果然，等了許久卻不見我的行李們，搭機 16 個小時累得半死，第一件事就是先到櫃台處理我遺失的行李，不意外行李還落後在法蘭克福，真的太折騰人了，但值得開心的就是不用自己推著笨重的行李風塵僕僕地去宿舍，聯絡等待了半天，也幸運在晚上行李就被送達宿舍。

生活慢慢安頓好後，歐洲疫情也開始爆發，先是義大利，陸續西班牙、德國事態也逐漸嚴重，官方也發出旅遊警戒，甚至有些國家封鎖邊境，大部分歐洲國家開始提出停班、停課的政策，外頭的商業活動也開始受到限制，不能上餐廳用餐、酒吧夜店也禁止營業，一般民眾私底下也不能有多人的聚會跟 Party，幾乎一切的德國交換生活都被病毒給剝奪了吧，後續學校也發來通知，Welcome week 被取消、延後開學、教學改線上視訊……。雖然初期有認識一些新朋友，但我心情真的大受打擊，根本沒心情跟大家聚會，生活才看似要上軌道而已，一切就被疫情給停擺了，原本想像的風光明媚變成了心灰意冷，我每天起床先是一陣強烈的憂鬱感來襲，完全沒有任何動力，重點是也根本不能幹嘛，真的是「wake up for nothing」，這樣遙遙無期、沒有盡頭的生活讓我感到非常的恐慌，心理壓



力也非常大，原本跟同身在德國的老朋友說好一起好好待下去，她也訂好票要來柏林跟我相聚，卻也臨時告訴我她媽媽希望她回台，因此也取消了來找我的機票，而我唯一值得期待的事也沒了，我心裡也在回台或是繼續留在德國這兩個選項中強烈拉扯，因為當時心裡真的太脆弱了，在出國前以經經歷了一段低潮，才想說來到德國一切都會更好的，但卻是如此糟糕，此時就也開始考慮先回台一趟，在跟朋友討論之下，還有我媽告訴我先回台沒關係，大不了到時候好轉後再買張票飛過去，我也因為這句話，不知不覺就訂了後天回台的班機，訂票確認後，我真的是心碎了，自己用盡全力爭取到的機會就這樣被我毀掉了，第一次為了一件事得失心這麼重，因為能夠來交換一切都不是理所當然，也自己申請到獎學金，放棄了這次機會以後出社會後很難再有這種際遇了，當下自己在房間傷心到極致，好多地方都還沒去，也還沒好好認識朋友，墨西哥同學得知消息後也趕來我房間安慰我，我也趕緊提起精神好好跟他們度過最後的兩天，雖然離開的倉促，離別前朋友們都給我大大的擁抱，我也答應他們很快會再見面，而我也安全回到台灣繼續進行德國的線上課程。

- 線上課程的心得與困難：100%的線上課程不敢相信就這樣在我人生中讓我體驗到了，不管是老師或是學生大家都一起調適這個巨大的改變，同時也讓我感受到科技的強大，打破了時間與空間的差異讓大家能夠在艱困的情況下相聚在線上學習與互動，但是科技網路也不是無所不能，學習效果絕對是不比實體教學來的好，隔著螢幕還是少了溫度，盯著螢幕的專注力也大大打折，時常聽著教授的聲音但腦子已經沒有在消化吸收，或是有些課堂教授會將所有教學資料放於平台要我們自己去讀，事後再相約幾次的視訊來做討論與報告，這樣一來必須有非常好的自制力與時間分配。雖然是以線上進行我德國的學程，但我還是能強烈體驗到國外與台灣的教學差異和外國人同學在課堂上的表現，很多時候那是一個開放的討論空間，大家都蠻勇於提出自己的批判想法，這也是我需要持續精進的地方；還有印象深刻的一門課是商業模擬，那是一門連續三天的研討會教學，一天超過八小時，而我在台灣的上課時間是下午兩點到凌晨一點，三天都是大量的計算與小組討論，而長時間坐在電腦面前也是精神與坐骨神經的考驗，在課程的第三天也馬上要考試與小組報告，真的是一場高強度、高挑戰的工作坊，對我來我也是一個非常新鮮也有所收穫的學習經驗。然而跟同學們完全沒見到面，大家身處在不同國家，竟然也能完成報告或是繁複的專案，但這個過程中我們也要自己私下安排大量的溝通還有清楚的工作分配，尤其不同的語言背景，常常會有溝通上的誤解，這時候大家需要的就是耐心和同理心，還好遇到的同學都很樂於溝通協調，大家在小組工作上也都能互相幫助與付出，唯一可惜的就是無法在現實中見到所有人，好好的認識彼此。

- 第二次前往德國：第一次前往德國只待了三週的時間就因為疫情返台，同期回來的朋友也告訴我這趟回來就要有不會再過去的心理準備，就算能在過去的機率已經低於50%，但在家進行線上課程的這三個月中，我發現我心裡沒有一天忘記這回事，總是關心著歐洲的疫情政策，當時德國也有很多入境的限制，我也只能苦苦等待那邊的政策放緩，德國朋友們也會時不時訊息關心我是否會回去，雖然我總告訴他們「會！」其實一邊覺得很難在過去了，一邊心裡又有個聲音告訴我還是會殺過去的。終於六月中德國的警戒開始放寬，也接受部分非歐洲國家或是外國學生入境，然而我就在辦懷疑又半肯定的情況下訂了前往德國的機票，儘管能再待在那的時間也不多了，但我還是希望我的交換學程結束在我原本想像的形式上。到了七月二日，我的班機當天，我幾乎沒告訴我的台灣朋友以及德國朋友們，我就自己一個人，憑著自己的堅持就出發了，沒告訴大家是因為我也不確定海關能不能讓我順利入境，所以在成功入境之前，一切的後果我只想要自己承擔，當時心裡真的想說「生死有命，富貴在天了啦！」如果沒有放手一搏去衝的話，以後回想起來我肯定懊悔萬分，終於皇天不負苦心人，謝天謝地海關問了一些問題後也讓我入境了，好幾個月以來的擔心終於鬆一口氣了，經過了19個小時的飛行還有轉機，我還要搭乘5個小時的火車前往柏林，再轉地鐵和公車才能抵達宿舍，最後的那幾個小時已經連意志力都沒了，根本累到只剩軀殼讓我完成這趟路程，也事先聯絡好朋友領好房間鑰匙，第二次入住那間39號房，心裡滿是感動；另一方面我對於當下人又身在德國這件事，卻又是恍恍惚惚、半夢半醒的感覺，這一切對我來說根本就是不可能的任務，但我卻又達到了，那是一個難以形容的感受啊！其實回想起來，該說我任性嗎？還是固執不知變通？我只能說那是一種不給自己台階下的偏執，當我選擇做一件事的那刻起，我就會盡全力緊咬到最後一刻，直到沒有一絲希望，我才會放棄，我一定會讓整件事讓它在我期待的樣貌下呈現。
- 第二趟的心境轉變：既然能夠再到這兩個月珍貴的柏林生活，我這次體醒自己必須更跨出一步、擺脫以往自我，以往的我在群體中比較被動交友，個性比較悶騷，總是顧慮太多，怕麻煩、怕別人對我的想法……等。但這次我有更把自己推出去了，應該說環境跟身邊朋友給我的氛圍也幫了我一把吧！在柏林，你可以看到街上的人都保有一套風格，他們讓我感受到的魅力是一種酷酷的卻又有濃濃的浪漫，這裡可以盡情的做自己，沒有太多的框架，也沒有人會對你有偏見。記得有一天，自己走在路上，突然一陣鼻酸感動，因為我感受到前所未有的自在，放下了好多以往對自己的成見，還有別人附加在身上的期待，覺得平常在台灣的我把自己的內心層層的包裝起來，好多時候都被自己困住了。這次，我更加地打開心胸去跟各國交換生交朋友，原本以為我中間離開的幾個月，而在冒然的



出現會很難融入大家，但這也都是我自己的擔憂罷了，其實大家根本沒想那麼多，我也馬上就融入他們了，也跟他們一起旅行、一起把握著不多的時光，以前我可能都等朋友找我，這次在那換我主動了，我主動邀請朋友，想找朋友就主動詢問，跟這些朋友的相處間也沒有任何 Judgement，大家真誠以對，舒舒服服的最重要，最難能可貴的也就是讓我擁有了這群來自各地的朋友，有來自巴西、西班牙、愛爾蘭、芬蘭、加拿大、墨西哥、土耳其、韓國……太多元了！不同國籍的朋友身上也散發著不同的氣質與熱情，我都好愛大家，尤其特別欣賞芬蘭朋友的態度，總是落落大方，給人怡然自得的感覺，我會永遠記得這份感受，經過這些交流相處，我告訴自己 be open mind，不管是現在或未來我會願意以更開放的心胸接受不同人事物、接受更多不同的選擇，讓自己接受更多元的刺激，不管是環境的刺激或是不同領域的刺激都好，對於接下來的職場，我也願意打開心胸接受更新的挑戰，相信自己在哪都會好好的，沒有絕對怎麼樣才是好的。而這一趟也嘗試了好多的第一次，第一次拋開所有，不由自主地跟著人群唱歌跳舞；第一次跟朋友在湖邊 chill 再跳進湖裡暢游；體驗不同戶外和室內的 club 和酒吧，跟著不同年齡層一起宣洩情感，這城市會包容與接受你的一切；甚至我也挑戰了人生中第一次獨自到不同國家旅遊，原來自己旅遊也可以如此美好。這兩個月中經歷了好多事，太難一一細數了，太難得了以至於我也好怕我忘記這一切、忘記這一些感受，雖然記憶會漸漸模糊，但我最慶幸的是我曾經擁有，曾經感受過，能夠永存心裡的我會盡力保存。這段日子，可以說是我給自己的一份大禮，這期間給了自己很多時間，足以讓我好好的去聽自己聲音，其實來這裡主要不是要得到學術上的知識，對我來說是去追求自己的內心、啟發自己、認識自己，在探索自己的路上雖然最終我還沒找到解答，但柏林這個地方讓我體會到做自己是舒服的，這就是這城市的魔力吧，走訪了一些城市跟國家，每個地方我都私下紀錄了自己的心得，除了觀察不同地方的風情之外，也觀察他們的產業與商業活動，希望這些不同的刺激，可以在未來激發我的創意，而繞了一圈後，真的發現我好喜歡、好喜歡柏林這個城市，除了這城市本身的魅力，我想主要也是身邊的這些外國朋友們，才讓我的柏林生活如此色彩繽紛吧。

現在回頭一看，在我整理這份心得的同時，我不得不說這整個旅途，從申請到第二趟過去再回台，這應該是我 22 年來為了一件事最波折的一次吧，真的太折騰了啦！今年甚至讓我居家隔離了兩次，可以說整整坐牢了一個月，但我也很慶幸當初我有為自己衝這一次，絲毫沒有一點後悔，完全沒有遺憾那就值得了，最後的那兩個月我也帶給自己很多力量，得到了很多畫面回憶，交了世界各地的朋友，讓自己的內心更強壯了。最後，我也感謝著一路上幫助我的師長、提供留學獎學金的王秋雄博士的豐泰文教基金會，還有百分之百支持我的母親，當然最後也感謝自己，未來還有很

多挑戰要面對呢！


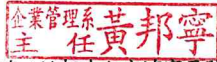
附件：

1. 學其修課成績單

HTW Berlin - Studierendenservice - 10313 Berlin (Postal Address)		Student Services				
Ms Yung-Hsin Hsiao Xinsheng St. 520 Changhua		Rönsch  Treskowallee 8 10313 Berlin  Room A 031  Phone: +49 30. 5019-3456 Fax: +49 30. 5019-2708  Katja.Roensch@HTW-Berlin.de www.htw-berlin.de Date of Issue: 2020-07-22				
<b>Transcript of 'passed' examinations</b>						
Surname:	Hsiao	Student-ID:	576178			
First Name:	Yung-Hsin	Enrolment Date:	2020-04-01			
Date of Birth:	1998-05-17					
Grades awarded for the programme/s named below:		Semester - Exam Period	German Grade	Status/ Attempt	ECTS Credits	CM/EM
<u>International Business (Bachelor)</u>						
Project Management		SS20 - 01	3,0	P / 1	5	CM
Business Simulation		SS20 - 01	3,7	P / 1	5	EM
<u>Supplementary Modules</u>						
Service Learning - Intercultural learning and experience		SS20 - 01	1,3	P / 1	2	EM
<b>Total ECTS Credits: 12</b>						
This transcript only contains successfully completed examinations and is therefore not intended for submission to other higher education institutions.						
		The information in this document can be verified via an online service offered by HTW Berlin. The following details are required for verification.				
		Verification address:				
		Verification number: <b>0w V5 Ne</b>				

Possible grades: 1,0; 1,3; 1,7; 2,0; 2,3; 2,7; 3,0; 3,3; 3,7; 4,0; Pass;\*) recognised exam grade  
Examination status: P=Passed; RE=Registered  
After the first module enrolment, an exam which has been failed or was not attended may be repeated twice within a set repetition period which as a rule comprises two semesters.  
CM=Compulsory Module; EM=Elective Module; OM=Optional Module

Ms Yung-Hsin Hsiao - Page 1 of 1

所屬系所 審核意見	<div style="text-align: right;"><div style="display: inline-block; vertical-align: middle;">指導老師簽名：</div><div style="display: inline-block; vertical-align: middle;"></div></div> <div style="text-align: right;"><div style="display: inline-block; vertical-align: middle;">系所主管核章：</div><div style="display: inline-block; vertical-align: middle;"></div></div> <p style="text-align: right;">（*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白）</p>
--------------	---

※ 備註：

1. 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。