

A. 學校簡介

錫根大學位於德國北萊茵-西伐利亞邦，大致在法蘭克福與科隆的中間，是一所重視跨領域發展與社會責任的公立大學，整體環境安靜、舒適，學術氛圍濃厚。我主要在 AR 校區上課，那裡的設備完善、國際生比例也相當高，學校與國際學生會也舉辦許多活動讓學生之間可以互相交流，因此很容易就能與來自世界各地的同學建立連結。

B. 國外研修之課程學習 (課內) · 另外推薦受益最多/最喜歡的課程

我這學期共修習了以下課程：

- Let's talk about London
- Developing Intercultural Communicative Competence
- Presentation Skills
- From Anime to Superhero Comics to Webtoons: Popular Serial Narratives Through the Lens of Fan Culture
- Fantasy: Critiques in New Media

其中，我最喜歡的課程是由英國籍教授 (Selvi Demir) 所開設的「Presentation Skills」。這門課以實作為主，課堂上我們每週針對不同主題進行簡報練習，主題包括如何改善校園環境、模擬商業提案、文化推廣等。課程內容生動實用，老師也非常體貼國際學生，會根據我們的語言能力與溝通風格給予個別指導與鼓勵。印象最深的一次是模擬「月球之旅」的簡報活動。我們假裝自己是旅行社，要向潛在顧客推銷一趟前往月球的行程。這個活動充滿創意，也考驗我們的組織邏輯與溝通能力。期末時，我選擇以「台灣」為主題進行簡報，希望能吸引德國學生對台灣文化產生興趣，也簡略地介紹了中山大學。

原本我對於上台報告極度缺乏自信，中文都讓我慌張了，更別說是用英文講述內容，但在老師與同學的鼓勵與合作下，我不但順利完成所有報告，也逐漸能自在流暢的表達自己的想法，這對我來說是極大的突破與成長。

C. 國外研修之生活學習 (課外)

除了課業之外，我也在生活上獲得許多寶貴經驗。由於沒有抽中學校宿舍，我與朋友選擇在外合租公寓，這讓我從第一天就開始學會如何自理生活與應對突發狀況。印象最深刻的一次是我們沒有在信箱上貼上姓氏，導致 TK 的健保卡無法投遞。由於德國非常重視文書作業的準確性，郵差一看到信箱上沒有名字就直接退件，直到我主動去信詢問，才發現保險卡早已被退回多次。這件事雖小，卻讓我深意識到「主動查詢」與「關注細節」在異國生活中的重要性，也因此學會了更積極地解決問題。

D. 交換/研修之具體效益 (請條列式列舉)

- 建立與外籍同學的友誼與文化連結
- 提升英語簡報與表達能力

- 增進面對生活問題的獨立解決能力
- 理解與適應不同文化間的差異與衝擊
- 更加自信地用英語溝通與參與課堂互動
- 增強跨文化合作與團隊精神
- 為未來升學與職涯準備加分背景

E. 海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？如是，請說明如何解決問題；如未解決，請說明事件最大的啟發及思考未來可以怎麼解決？

我曾遇到一個比較棘手的情況，就是健康保險卡和廣電費繳費通知無法寄達。由於我沒在信箱上貼姓名，郵件均被自動退回，而我卻完全不知道有卡和信件要收。直到我主動去信詢問後，對方才說明原委，並協助我補寄。這件事讓我學到在德國辦事要非常重視細節，也鼓勵我在遇到問題時不要害怕詢問與處理。

F. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

德國人說話非常直接，且十分重視準時與規矩，這與台灣人習慣的婉轉、彈性有所差異。一開始我覺得不太自在，甚至覺得別人很冷淡。舉例來說，曾有同學當場告訴老師他不喜歡這堂課的期末評量方式，直接在所有人面前高調的收拾包包離開，讓我當下十分震驚。不過我後來理解這只是文化表達方式不同，便慢慢調整自己溝通時的期待與方式，也學會用更坦率的方式表達意見與立場，進而與當地同學互動得更自在。

G. 海外生活歷練是否為您人生帶來不一樣的改變或者個人特質上的轉變，最大的成長是什麼？

這次交換讓我從一個習慣接受安排、較為被動的學生，轉變成願意主動詢問、勇於嘗試、積極解決問題的人。在學術層面，我的英語能力與簡報技巧獲得顯著提升；生活上，我學會獨立處理各種突發狀況，也變得更有自信。這些改變讓我對未來無論是升學還是進入職場都更加有信心。

H. 您認為獎學金對您海外研修最大的幫助是什麼？有無獎學金是否會改變您的出國計畫？

乘風萬里獎勵金對我來說是一份極大的支持與鼓勵。歐洲的生活費用本就高昂，若沒有這筆補助，我甚至不敢想像自己能否真的出國交換。這筆經費不僅解決了我實際的經濟困難，也讓我在心理上更有安全感，能夠安心學習與生活。這份獎學金對我而言，不只是金錢的支援，更是讓我感受到一種「被投資」的信任。

I. 給乘風萬里獎勵金捐贈者的感言及心得感想

這段交換經歷將成為我人生中最珍貴的一頁，也會成為我日後回饋社會的力量。誠摯感謝所有乘風萬里獎勵金的捐贈者，正因為你們的慷慨，像我這樣背景的學生才有機會走出舒適圈、看看不一樣的 world。