

學校簡介

曼漢大學為歐洲最著名之商學院，學術氛圍嚴謹，提供許多課堂上的資源給學生，而身為交換生，學校也提供相當大的修課彈性與課外活動，課程屬於考試登記制，可以多聽不同的課、選擇自己有把握的課考試。多元的學習不僅能夠深度研討理論知識，獲得扎實的商學知識，曼漢大學的交換制度已進行許多年，除了對國際學生非常友善之外，校園內交換學生數量多，除了能在校園內遇見來自世界各地的夥伴，更能夠體驗不同的風情文化。

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

Organization and Human Resources Management: 這門課主要是在教人資的不同function。這堂課採線上的方式進行。在上課前老師都會先提供課程簡報跟影片讓學生先了解基本的知識，而在下一堂課就會邀請業界的講師來進主題式的演講。我覺得這個方式就是除了讓學生可以學習理論上的知識之外也能夠結合企業裡面實務的部分，讓我們可以更加了解我們所學的這一些理論在企業當中究竟要如何去落實。

Financial Markets and Human Capital: 這門課程主要是在討論並討論了金融市場與公司員工及其人力資本之的最新發現。這門課主要採講授型方式，老師每堂課都會依照課程規劃進行講授，客中有一份小組作業，以及期末考，雖然非金融背景的學生可能上起來會有點吃力，但在針對人力資本這一塊老師也講的非常的好。

德文A1.1: 學期初學校會線上測驗德文程度的，但如果完全沒基礎的話可直接告知學校，會直接安排到初級班(A1.1)。我是上每周五三個小時的德文課，主要就是跟著課堂教材，會學習到一般的日常生活用語，也會進行小組討論等等。德文課需另外繳15歐的費用，整學期只能請假/缺席兩次，期末有考試。

國外研修之生活學習（課外）

食: 飲食的部分，基本上只要住在宿舍，就都是會自己到超市採買，自己煮飯。超市的物價都很低，所以基本上都會自己簡單的煮飯節省生活開銷。偶爾跟朋友聚會，或是旅遊會吃外食，基本上外食一餐都是15歐起跳，且也不像台灣有很多小攤販且營業到很晚，超市一般晚上八點就關，且週日不開，所以超市採購都要記得時間。

衣: 曼海姆附近的生活機能其實蠻好的，有很多衣服品牌像是C&A、Primark、H&M、Zara等店面，線上購物也挺方便，不過款式跟尺寸可能跟台灣人的習慣較不同，需要自行去挑選並試穿會比較好找到喜歡的衣服。

住: 交換的半年，我是住在曼海姆的學生宿舍，學生宿舍有兩種房型，一是單人房含獨立衛浴與廚房，二是單房共用衛浴與廚房(WG)，我自己住的是WG，每個月房租314歐。我這次是跟五個室友一起共用廚房與衛浴，很幸運的遇到的室友生活作息與衛生習慣都很合得來，所以住起來相當的舒服。

行: 因為我住的宿舍是離學校/市區搭Tram大約20分鐘，所以交通票是非常重要的。單趟2.8歐，學期票六個月180歐且涵蓋曼海姆周遭的城市，但是其實曼海姆的學生憑學生證在周一到週五晚上7點到早上5點以及假日都可以免費搭乘Tram，所以可以自行評估是否有需要買學期票，若是平日白天常常需要去市區或是學校的話，就很推薦購買。

育: 曼海姆大學的德文課與文化課都需要另繳15歐的費用，學期間課程學校也提供相當大的修課彈性與課外活動，課程屬於考試登記制，所以在學期開始的選課可以多選、多聽不同的課，待要註冊考試時，再選擇自己有把握、或是需要學分的課程考試。

樂：曼海姆附近的生活機能其實不錯，但就沒有那麼多好玩的地方，不過也還是有一些博物館、城堡、酒吧等等的娛樂場所，偶爾也會有特別的活動，像是之前就有street festival，有很多小攤販進駐，晚上時間在wassartorm也有精彩的舞台表演，可以感受到室外夜店的感覺。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- 1.更加了解自己的個性與未來方向
- 2.跨文化交流
- 3.學習獨立自主的生活模式
- 4.危機處理能力
- 5.語言能力
- 6.拓展國際視野

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？

德國交換期間必須要支付廣電費，但我當時並沒有特別留意此資訊，是等到收到前一位住戶的罰單後才意識到應該要趕快處理此事，但其實已經是我待在德國的第五個月了。曾試過打電話給單位，但因為語言不通，因此沒有得到解決方式，後來就是詢問德國朋友，請他們協助我解決此事件，最後也有成功處理完成。最大的啟發是，自己應該要多留意這些必要的資訊，以避免在國外累積自己不良的信用，且在遇到問題時，除了自己要嘗試解決，若真的無法一定要求助他人，才不會浪費太多時間還是無法解決。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

一直以來都是抱著較開放的心態去和不同文化背景的朋友相處，不預設立場，透過實際的交流與相處，跟他們交流。但對於德國的文化，不管申辦任何文件，不論是跟政府、店家、電話、交通等等的所有的生活的範圍，政府都相當喜歡寄紙本信件，故要提醒自己每個一段時間都要去開信箱，且在信箱外一定要寫上自己的名字，否則郵差是不會投入信箱的。

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？

之前在台灣個性比較急躁，也會花大部分的時間投入在對自己未來有益的事件上，卻對於生活並沒有太多的著墨，因此這也是我決定出國交換的原因，我希望在國外半年的期間，可以好好的體會生活的感覺。而在這半年的時間，我覺得自己也能更平衡自己工作學業與生活之間的步調，不再是一昧的投入在步調緊湊的事件當中，而是能讓自己保有彈性的休息，而走更長遠的路。

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？

獎學金能夠補貼部分的生活費用，有申請到獎學金會提高我想出國交換的意願

感言及心得感想

很高興能在這半年到德國曼海姆大學交換，除了體驗到學校不同的課程模式、更多生活、心情以及自我成長的部分，很慶幸自己當如沒有因為疫情關係而退卻，在這半年中收穫滿滿，也讓我對於未來的輪廓更加清晰，能在不確定中走出屬於自己的道路。

英文心得(包含學校簡介、課程學習、生活學習、具體效益、心得感想等等)

University of Mannheim is one of the top universities in Germany are famous as business schools. It is also a very international school and composed of students from all over the world. The semester system is also more international, which is a very good choice for exchange students. The course selection system is also quite flexible. You can freely choose a variety of courses you are interested in. If you need credits, you can register for the exam yourself. During the exchange, I enjoyed cross-cultural with different students and people form different countries. In addition, I learn how to live independently and understand myself more and more. I am very happy to be able to exchange at the University of Mannheim in Germany in this half year.