

交換心得報告

26-1 學校簡介

雷根斯堡大學是一間位於德國雷根斯堡鎮的學術型大學，學校外觀是灰色簡單，非常的德式風格，務實，一開始抵達雷根斯堡時，國際事務處的學生在介紹學校時說過我們學校登上全德國前三醜的學校。

校園位置離宿舍都滿方便，學生宿舍大該分三大區域：校園旁、Klenzestraße 區、舊城區。如果被分配到校園旁的宿舍那走路去學校是最方便的，Klenzestraße 區可以搭 4 號公車，舊城區搭 10 號公車。簡單整理，交換學生最常會搭到的公車有 4 號-大學路線、10 號舊城路線。雷根斯堡很小所以非常簡單易懂。



校內設備應有盡有，有免費 wifi 可以使用，設立多個圖書館供學生讀書，也有電腦自習室、討論室等等的設備。比較特別的地方是，在德國圖書館有特別的規定，如果你想帶包包進入圖書館，必須背“透明”的包包，也不能穿大衣進入圖書館。一開始我對此規定滿困惑的，問了當地的朋友他們自己好像也不太明白，因為這個規定是他們生來就有的，可能是因為怕偷書之類的？

學餐可以在 Mensa 用餐，一開始的新生應該都會去 Mensa 用餐，因為方便。但吃久了很容易膩，因為就是一堆馬鈴薯和炸物、肉、漢堡、義大利麵等等的。Mensa 也有提供蔬食，沙拉等等餐點，所以吃素的人也不用擔心，在歐洲滿多人吃素的。

學校也有提供運動課程，但是需付費，有多種會員方案，我有購買最基本，能參與課程的方案一學期為 15 歐。運動中心非常大，有健身房和很多運動教室、游泳池、攀岩、桑拿等等之設施。我滿推薦大家有機會參與看看這些活動。我有上過瑜珈、環狀訓練等等之課，老師非常熱血，然後有非常多的學生參與，滿有趣的。

26-2 國外研修之課程學習（課內）

首先雷根斯堡有提供為期一個月的密集語言班（簡稱 ILC），此需額外付費，在開學前一個月舉行。我有參加 ILC，非常推薦大家來參與這個語言班！我在 ILC 學習德文學得非常充實，早上八點半到下午四點左右，聽說讀寫全包，而且學校也會提供每週免費的戶外教學，非常棒的資源。

開學後，因為我在中山大學主修企業管理學系，所以在雷根斯堡我也選修企管相關的課程。我選擇了 Strategic Management、德文 A2.2 文法及會話課、以及 Perspectives on Contemporary German Popular Culture。

首先 Strategic Management 是一堂碩士班課程，此刻會有一周六小時的內容，三小時 lecture，三小時 Seminar。Lecture 為一般像台灣教授講堂課程的形式，每週會有主題及資料給學生預習。Seminar 對我來說就比較困難了，是全班討論搶答的課程，全班會分為兩人一組，每週須在正式上 Seminar 前研讀完 study case，與組員共同寫出一份策略管理報告建議書。這份建議書是假設自己為企業策略管理顧問來制定的，因此有一定的架構格式及規定。策略管理報告建議書為兩週寫一份，但每週皆需參與 Seminar 課程，上課中助教會以導讀 Study case 的方式來跟學生互動，透過分析整個 case 的架構來讓學生更了解一個企業的策略及在市場上的定位決策。我自己的經驗是幾乎每次上課的助教都會不太依樣，所以導讀的方式會不一樣，要預測助教會問什麼問題的困難度會增加，但可以增加自己隨機應變的語言表達能力。

最後期末會有一個全班分組競賽的大型報告，會有企業策略管理顧問來當評審，報告內容也是 study case 之應用構思出的企業策略。報告完後，全班會有前三名進入決賽。

總結來說，我認為這不是一堂簡單的課程，需要花很多的時間來準備，但收穫非常多，辛苦的代價是值得的。同學可以根據自己來國外交換的目標及生活規劃比重來衡量自己是否選修此堂課。

這堂課的教授也有上一個大學部的課程：International Management 上課形式基本上是一樣的，不過內容會簡單許多。

德文課程我也獲益良多，老師非常耐心地確保每位學生都能理解上課內容，內容也會依據節慶來加入上課素材，如聖誕節。上課會融入遊戲和分組的練習增強學習吸收度。不過德文課程會依據分級的不同及分派教師的不同而有不同的教學風格。

最後是 Perspectives on Contemporary German Popular Culture，我非常喜歡老師的授課方式，是屬於 seminar 的課程，第一堂課老師會做問卷讓大家提出想上什麼主題的課程，再依據我們學生的建議做調整。課程分成多種主題，如音樂、電影、歷史、書籍、體育等，上課期間會有各種師生的互動、學生之間的討論等等的，老師非常的開放，我們能夠討論許多平常可能不好意思問德國人的話題，像是第二次大戰、希特勒時期，老師會非常客觀地從多方角度頗析德國人的思維及為何會造就德國人擁有此想法行為的可能原因。課堂課是更加認識德國的風俗民情的好機會。

26-3 國外研修之生活學習（課外）

國外的生活非常的自由，課外我會和同期的交換學生一起去旅遊、一起舉辦異國料理派對、參與各種派對、認識各國的朋友們。跟各國的朋友一起玩耍過生活真的很有趣，可以了解各國的國際觀、分享自己國家的文化、政治、經濟等等的話題。外國人很喜歡派對，一起喝酒聊天是一件很快樂的事，也會玩啤酒遊戲。

旅遊是我最大的興趣，每一個國家城市都有屬於自己獨特的風格，能親自去體驗是一件很幸福的事。在旅遊過程中也能夠學習到很多事情及經驗。學習如何安排行程、跟旅伴快樂相處、遇到突發狀況要如何處理，在旅行途中會遇到許多好人，當然難免也會遇到歧視、小偷之類的人物，但也讓我學習用一個正面的態度面對世界。



剛好我在交換期間遇上武漢肺炎的國際嚴重疫情，此疫情在歐洲爆發的速度非常快，在短時間內打壞了非常多在異國生活的臺灣人的計畫，要在短時間內做出是否回國之決定及完成回國手續是一件有挑戰性的任務，但最終我幸運地順利達成，算是一個難忘的經驗。

26-4 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- 獨立自主生活之能力之加強
- 臨時反應的能力
- 語言能力的加強
- 社交能力提升
- 國外研修課程經驗之獲得
- 自身競爭力提高

26-5 感想與建議

我非常感謝自己能夠擁有這個機會到國外交換，而且是我的第一志願國家：德國。德國真的是一個很有趣的民族，公私分明，該工作就認真工作，下班時間就不會碰工作，非常重視家人相處的時間。通常假日一到，我們宿舍德國學生就會回家跟家人一起相處，到星期日或星期一再回來上課。運動風氣也非常興盛，路上都會看到有人在跑步，或是去公園散步。在學校裡的運動中心也是經常很多人參與體育活動。

在德國上課也讓我學到了很多知識及經驗，教學方式跟台灣真的滿不同的，更加有效吸收知識，國外學生是非常勇於表達自己的意見的，跟他們共同上課能加強自己的外語表達能力。在國外上課我明顯感受到上課不單是教授單方面傳授知識給學生，而是雙向溝通交流，師生平等。學生上課都會

滑手機，教授會要求同學筆電手機收起來，吃東西更是不可能，讓我覺得台灣學生應該更尊重師長，台灣的教育體制及環境有改善空間。

身為交換學生的我，難得到歐洲當然也要旅遊，去了許多國家，體驗到了許多經驗，搭乘過夜車、同伴被偷、迷路、認識新朋友。學習到了在國外就是自己隻身一人，有困難要勇敢自行解決。印象最深刻的事情大概就是武漢肺炎吧，到交換學期的尾聲歐洲疫情突然快速發展，每小時歐洲各國的政策不停的變動，自己就要想辦法做出提早回國的決定，機票被取消就需要趕快找新的機票，再被取消就要考慮更早回國，搭乘離雷根斯堡更遠的機場航空。短時間內快速跟國際事務處溝通、詢問建議，跑完多個回國手續，總之關關難過關關過，要有強大的心理，努力的面對就會順利完成回到台灣。

也許這個交換收尾不是我們想要的，但是事情發生了就是要面對它，往好處想也是一個難得的經驗，希望世界疫情早日好轉，讓大家生活回到正常的軌道。

26-6 相片（2~3 張貼進 word 檔案，含說明，並 Email 原檔給國際處承辦人）

