

26-1 學校簡介

德國曼漢大學商學院舉世聞名，不但擁有 AMBA、AACSB 與 EQUIS 三項國際認證，而且，在企業經濟及社會科學類，曼漢大學獲得泰晤士高等教育世界大學排名歐洲第八、德國第一。也擁有健全的交換生制度，會安排接待志工，輔導每年來自世界各地的大量交換生透過各類活動進行文化交流。

26-2 國外研修之課程學習（課內）

時常會使用到的平台一共有三個，myunima(交換生專用)、Portal2(選課)、ilias(線上資源公用平台)，在開學前的 orientation 記得一定要去聽，裡面會仔細地教大家要如何選課及使用平台，我所選擇的課程中，每一門老師都會提供電子檔的 PPT 講義，可以在 ilias 上面下載，所以並不用買任何的教科書，有關於課程的作業或是討論消息也都會在 ilias 中，建議要常常登入平台查看訊息，並免錯過重要的資訊。

我一共選擇了三堂課，分別是初級會計、人力資源管理(Human Resource Management)、人力資源分析(HR analytics)，選課前會公布每學期的英語授課的課程，每堂課的第一周老師也會說明整學習的課綱及評分標準，可以先去聽說明在決定要不要選課，除了正課(lecture)以外，會有 exercise 或是 tutorial，通常是講解題目或一些課堂延伸的練習，可以幫助學生更了解課程內容，若那門課有小組報告，有些會利用 exercise 的時間；大學的課程通常人數很多，如果想專心聽課的話建議坐前幾排，因為曾經有幾次附近同學聊天的音量大到蓋掉老師的聲音，讓我整堂課都沒辦法專心聽課。如果沒有學分壓力的話，建議可以嘗試碩士的課程，老師教得很用心且同學通常比較認真學習；曼漢大部分的期末考是占總成績的 70%-100%可以說是非常重，不過好處就是沒有出席或是課堂表現的成績，可以比較自由的安排旅行，期末考約 60-90 分鐘，對我來說覺得不是太簡單，如果想要有比較好的成績，需要花多一點時間準備，同時也要練習答題的速度，例如像是管理的課程都是申論題或是會計都是計算，時常會有題目寫不完的狀況，我三門的考試都沒有全部答完，申論題的內容時常是需要解釋名詞的定義或是理論架構，想要拿分的話這些是比較好把握的分數。

26-3 國外研修之生活學習（課外）

相信一定有非常多人提過，在國外生活後廚藝會進步不少，我覺得我也不例外，因為本來就喜歡下廚，來後這裡後沒有時間的壓力，可以好好學習烹飪，如果想要買亞洲的食物在 N7 有間亞超，每個星期六有 9 折的優惠，平常的話出示曼漢學生證也會有 95 折，另外，我推薦時常下廚的人可以到 Kaufland 買食材，因為是大間的量販店，選擇的種類非常多且價格划算，我自己認為肉的品質比 Lidl 好很多，有興趣的人可以試試看。在德國如果自己煮的話可以省下非常多花費，對我來說，因為想要省錢所以幾乎都沒有外食，偶爾會吃吃 EO café 或 Kebab，想省錢又不想下廚的人可以選擇 Kebab，料多又不貴，在街上到處都有想要吃也很方便。

住宿的話，我這學期開始是以排志願序的方式選擇宿舍，跟以往線上直接搶宿舍的方式有些不同，我住在 Ulmenweg 宿舍，離學校做 tram 或 bus 大約要 20-25 分鐘，滿遠的，很羨慕可以住在 B7 的人，不過 Ulmenweg 宿舍房間、公用空間都很大，附近也有兩間超市，買東西非常方便，住久了覺得 Ulmenweg 也滿好的。

學校有一個很大的團體 VISUM，會時常舉辦活動給交換生，有興趣的人可以在開學時拿到的手冊裡面看到更多的資訊，也可以加入他的臉書社團，我比較沒有參加 VISUM 舉辦的活動，而是選擇了商學院(BWL incoming)給交換生的活動，wine testing & ice hockey，學校的老師會帶大家

一起去，價錢我覺得滿划算的(各 12 歐)，有興趣的可以體驗看看，增加一些關於酒莊、葡萄的知識，也同時喝喝不同種類的葡萄酒，一共品嚐了三種葡萄酒，很少喝酒的我也覺得很好喝，完全度酒改觀，如果喜歡可以在現場以優惠的價錢直接購買；另外，來到歐洲覺得一定要現場看一場冰上曲棍球比賽，在進球時跟全場一起歡呼真的非常熱血，不過小小提醒是進入場館前會有安檢，我覺得滿嚴格的，背包的大小有限制，另外，任何瓶子都無法帶進去，包含自己的水壺也是，所以建議大家帶錢包跟手機去就好，避免麻煩，不然也可以花 2 歐將物品寄放在場外，比賽結束後再拿回來。

想要運動的人，可以在學校網站上尋找相關資訊，我選擇的是瑜珈課，購買 10 歐一學期的 Yoga card 後，可以無限次的上課，所以上愈多愈划算，每星期有許多不同難度的課程可以選擇，可以都去試試之後選擇適合自己的，登記上課的方式非常簡單，只要每星期上網登記就可以了，大部分是以德文上課，有幾堂以英文授課，非常的熱門，有興趣的同學一定要早早報名，因為很容易就額滿了，另外，一學期中有幾次假日的 workshop 覺得滿有趣的，老師很會帶氣氛，讓我對瑜珈更有興趣了。

26-4 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 學習獨自處理任何問題(銀行開戶、繳廣播費……)
2. 學習主動找人聊天、認識新朋友
3. 學習有效的運用資源(尋找 CP 值高的生活用品……)
4. 學習多元的文化
5. 接納不同的建議
6. 提升語言能力

26-5 感想與建議

在交換以前並沒有到過歐洲，來到這裡以後體驗了很多，也學習很多。在生活方面，開始學會「慢活」，有別於台灣忙碌緊湊的生活，來到這裡後會停下腳步細細欣賞沿途的風景，觀察周遭的人事物，有時甚至隨意搭上一班車，前往未知的目的地，展開一段小探險，曼漢的 semester ticket 非常好用，可以搭乘的範圍非常大，若是不清楚可以搭乘的距離，可以到 Hbf 的櫃台拿地圖，之後就可以盡情地享受免費的交通了，除了大家熟知的海德堡外，也可以搭車到法國邊境或是附近的 Worms。天氣好的時候，可以看到許多人在草地上野餐、看書或是帶著寵物到公園散步……在台灣的時候，我非常討厭曬太陽，但是來到德國後，漸漸開始珍惜晴天的日子，因為好天氣不常有啊！真的要好好把握！冬天來臨時會非常想念太陽。

雖然說開始學習「慢活」，但是常常會被辦事人員的動作慢氣死，常常花了一、兩個小時排隊，進去後卻不到兩分鐘就完成了，所以建議大家一定要提早辦理任何文件，到 K7 辦理入籍跟退籍時也一定要記得預約(退籍學校來信中提到不用預約，但是我在現場等了兩個小時)，避免影響到後面的行程。在德國的生活時常被繁瑣的小事弄壞心情，心中會出現，為什麼在台灣是如何如何，來到這裡卻是如何如何，但是後來想想，這就是我來到這裡的目的，為了多看看世界的不一樣，才會花費 13 小時來到地球的另一端，其實，德國也有許多值得台灣學習的地方，至於是哪些部分，就讓大家自己慢慢挖掘吧！另外，常常聽到人說德國人嚴肅、較不親切，不過在交換的日子裡我受到許多陌生人的幫助，不論是主動帶我轉車的姊姊，或是幫我用德文向櫃檯人員溝通的陌生男子，讓我感受到很溫暖，覺得受過這些人的幫助後，理解當語言不通或是在人生地不熟的地方的那種無助感，在路上遇到需要幫助的人，我會更主動的伸出援手，也算是我交換生活中學習到很重要的一課。

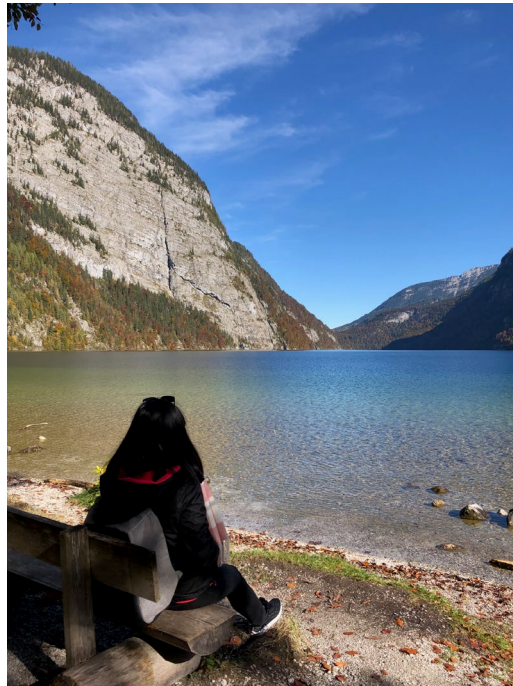
交換生的生活看似光鮮亮麗，但是更多的時候需要勇氣以及學習與自己獨處，一個人從台灣隻身前來，要辦理的文件很多，也可能會碰到許多事不知道該如何解決，這個時候不要慌張，鼓



起勇氣問問學校人員、同學或是室友，事情一定會有解開的辦法，另外，若是有留下連絡的方式也不妨可以寫 mail 過去問問，目前為止我寫 mail 過去詢問都有得到回覆，學習如何利用手邊的資源解決問題是非常重要的。我的個性比較慢熱，剛到曼漢的時候，沒辦法很快速的交到朋友，時常自己出門、吃飯、到處走走，有時感覺到很孤單，想要出門旅行卻沒有旅伴，這段期間對於我來說是個學習的機會，讓自己學會獨自的享受在國外的生活，也讓我學會鼓起勇氣參加活動，不會是台灣的交換生社團或是曼漢的活動，時常



A5 的圖書館，最喜歡在這裡讀書，窗邊的座位非常熱門



在板上、群組裡揪團，勇敢踏出一步去參加，常常會有不一樣的收穫。

最後，我想對要展開交換生活的你說，抱的一顆開闊的心開啟你的交換生活吧！這會成為人生中一段很難忘的回憶！

國王湖，真的很美，一定要去！



Mannheimer Wasserturm 聖誕市集的樣子，考完試來杯熱紅酒是很好的享受