

學校簡介

曼海姆隸屬於巴登-符騰堡邦，距離法蘭克福國際機場（FRA）搭乘ICE大概半小時即可抵達，對於規劃於交換期間到多國旅遊的同學很友善。曼海姆生活機能非常健全，市內交通方便，只要有學期票就能搭乘大眾運輸，超市、藥妝、餐廳非常密集，生活相當便利。

曼海姆大學有著許多的國際學生，在全球有 450 個締約學校，因此開設了許多英語課程供交換生選擇，若你對學習德語以及當地文化有興趣的話，曼海姆也有提供相當多元的文化課，所以對交換生來說可以有很多選擇，師資及教學品質也是無話可說，設備近幾年也有陸續更新，整座城市到處都可以看到曼海姆的學習機構，是個標準的大學城。

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

我相當推薦財金系的學生可以選擇International Asset Management這門課，這堂是在Master of Management的必修課裡，以密集課的方式一學期裡只需要上四天的課加上額外的助教課，但上課是上一整天的，所以是個比較完整且連續的上課方式，上課內容簡單分成早上和下午，上午會是請業界專家分享實務經驗，以類似座談會的方式進行，學生能夠將上課內容套用到實務上，不在只是一味地學習教科書上的知識，我覺得這樣的方式我蠻喜歡的，下午的話就會是正常的上課，上完課後老師會要求學生複習今日上課內容，每周都會有作業，下禮拜的助教課會公布解答以及講解。

之所以會喜歡這堂課是因為我覺得內容受益良多，學習到國外在資產管理上會有甚麼樣的差異，雖然有時內容對於我來說太過艱深，但我覺得這也是個很好的機會讓我能夠加強自己不足的地方，我喜歡講者跟學生的互動，時不時停下來讓我們能夠好好消化內容，學生也會主動舉手詢問，良好的互動關係才不會使講者自己講自己的，學生做自己的事情。

國外研修之生活學習（課外）

課餘時間我喜歡跟當地學生一起打球，曼海姆有開設許多的體育課程，並且都是免費的，例如籃球、足球、攀岩、飛盤，或是一些特別的運動等等非常多供我們選擇，我曾經嘗試了足球這堂課，到了那邊只有我一個亞洲人，完全沒接觸過足球，但他們還是很有耐心的教導我，且還讓我上場跟他們一起比賽，雖然幾乎一直失誤但他們也不會責怪我，要我繼續多嘗試，讓我對這裡的印象非常的好。此外，說到這裡的生活幾乎是脫離不了派對，這裡的每周都有大大小小不同的活動可以參加，尤其又因為這半年疫情已經好了許多，活動也漸漸活絡起來，這邊的學生組織VISUM也會舉辦很多學生活動，所以來這裡絕對不用擔心參加不到派對。而且來到歐洲當然要好好到各國旅遊啦，旅遊在歐洲真的是太方便了，機票有時可能只要台幣300就可以飛來回，所以來歐洲絕對不要錯過這麼好的機會，好好為自己安排一下歐洲壯遊之旅吧。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

- #獨立自主，逼迫自己踏出舒適圈
- #拓展視野，真正地擁有國際觀
- #主動認識其他人，培養人脈
- #用力工作，盡情玩樂
- #獨自一人去了好多個國家
- #外語能力、第二外語能力加強
- #增進國際交流，將台灣與世界接軌

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?

我覺得對我來說最大的困境應該就是獨自旅遊所帶給我的副作用，就因為你是自己一個人，所以你必須更加小心周遭的一舉一動，如果有看到有人懷著不安好心的眼色你大概就知道要離他遠一點，但好險我自己基本上沒遇到有小偷或是扒手的情況，但我真的聽到太多人的東西被人家扒走，甚至在青旅都有可能被偷東西，所以我只能警告大家出去玩一定要小心一點，不要覺得大家看起來人都很好，實際上他們有可能趁你不注意把東西給拿走也說不定，所以在外面旅遊，我基本上都是以最簡單的裝備，貴重物品盡量放在身上。

還有獨自一人旅行很常遇到緊急狀況，像是找不到巴士站啊、地鐵壞掉去不了機場等等，這些都是我曾經遇到過的，但這時如果你在一個完全聽不懂英文的地方，你當下真的會非常無助，只能祈禱有人能願意幫助你，就算是比手劃腳，用GOOGLE翻譯等等，都要嘗試看看，遇到問題要做的不是待在原地白緊張，而是要想辦法解決，如何脫離困境才是當務之急。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

文化衝擊是一定有的，其中讓我最印象深刻莫過於歐洲人對於生活享受這方面，可以很常看到他們坐在廣場旁的戶外餐廳喝著酒聊著天，一待就是一個下午，要不然就是在河旁邊的草地上野餐，反正只要是能坐的地方你就可以看到一群人在那很開心地聊著天，這真的讓我非常羨慕，很喜歡這種很放鬆的生活模式，我曾經跟一些人聊過這些事情，他們就反問我說，要不然你們平常都是在做甚麼，我一時之間回答不出來，因為我的休閒時間幾乎都是在家裡度過，偶爾戶外活動這樣，他就回我說，整天待在家裡多悶啊，當然找幾個三五朋友到外面野餐、喝著啤酒不是更好嗎?那時我才覺得說他們這種更偏好人與人之間的互動是多麼的重要，就算大家互相不認識，你也可以看到他們都能玩在一起，可能他們也很習慣這樣，但對我來說還是很衝擊，但也很喜歡他們這種很放得開的心態。

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?

海外生活真的是很不容易，在人生地不熟的遙遠國家，語言可能也不是這麼通的情況下，你得要自己打理一切，所以這半年下來我覺得自己真的成長許多，並且也穩重了許多，尤其像我在這半年內自己一個人旅遊了十幾個國家，經驗值直接跳躍式成長，為什麼選擇一個人旅遊呢，一方面我喜歡那種說走就走的方式，自己查好了機票住宿，背個背包就能出門，我不喜歡還要跟人討論說你哪天不行，你哪天可能要提早走之類的，所以我選擇獨遊這種方式，但最大的原因是我想要逼迫自己踏出舒適圈，如果是跟著一團人出去的話我可能會只想跟認識的人聊天，但一個人的話，如果我想聊天我勢必得要去認識新的人，所以我逐漸能夠跟其他人搭話，一開始雖然有點怕怕的，但久而久之就發現這原來也沒甚麼大不了的，只是你敢不敢開口跟他們聊天而已，所以我在獨遊途中認識了好多好多來自不同地方的人，每個人旅遊的目的都不太一樣，但卻在這個地方、這個時間點相遇，大家互相分享自己旅遊的趣事以及生活背景，到現在我仍然能記得每個遇到的背包客，或是曾經幫助過我的好心人士，是他們完整了我的旅遊，非常謝謝他們，我之後也會繼續旅遊下去，當個冒險王。

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?

獎學金當然對家裡沒那麼富裕的我來說是一個很大誘因使我能夠踏出台灣，要不然如果只靠家裡跟自己的錢的話，可能就會想把這筆錢留到未來再使用，所以獎學金的確是一個很大的幫助，透過這

種獎勵制度，讓可能原本對國外生活很嚮往的學生，因為錢的因素而卻步，我覺得是蠻可惜的，但因為有了這筆錢讓我們更無虞，減輕了不少壓力，所以很感謝不管是學校或是獎學金提供者，努力為學生爭取這筆經費。

感言及心得感想

因為當初對國外生活的憧憬，才讓我不顧家人的反對，毅然決然來到遙遠的德國當交換學生，在國外生活的這段期間，我體驗到了截然不同的生活方式，看到了不一樣的風景，認識一群來自不同地方的朋友，這半年是我人生中最精彩的半年，也讓我覺得自己不再那麼平凡，以前的我對自己很沒自信心，總覺得自己比不上別人，但經過這半年的洗禮，我成長了許多，我發現我根本不需要跟其他人比較，我需要做的只是讓自己踏出舒適圈，嘗試各種新事物，自然而然你就不會有懷疑自己的想法，因為你已經做出了原本的你根本不敢做的事情，也讓我期待未來會有甚麼樣的冒險在等著我，之後遇到挫折或困境時好好想起這半年所帶給我的收穫，會讓我更有勇氣繼續走下去。

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)

Mannheim is a part of Baden-Württemberg, about half an hour by ICE from Frankfurt International Airport (FRA). It is very friendly to students who plan to travel to many countries during the exchange period. Mannheim has very complete living functions and convenient transportation in the city. As long as you have a semester ticket, you can take public transportation. Supermarkets, drugstore, and restaurants are very dense. It really convenient to live in Mannheim.

The University of Mannheim has many international students and has 450 contracting schools around the world, so there are many English courses for exchange students to choose from. If you are interested in learning German and local culture, Mannheim also provides a very diverse culture. Therefore, there are many choices for exchange students.

I highly recommend the course called International Asset Management. It only takes four days of classes and additional teaching assistants in a semester in an intensive way, but the class is for the whole day, so it is a relatively complete and continuous way of class. The content of the class is simply divided into morning and afternoon. In the morning, experts are invited to share their practical experience. The content is applied to practice, not just blindly learning the knowledge in textbooks. I really like this way. In the afternoon, it will be a normal class. After the class, the teacher will ask the students to review the content of today's class. Every week there will be homework, and the assistant will announce the answers and explanations next week.

The reason why I like this class is because I think the content has benefited a lot, and I learned about the differences in asset management in foreign countries. Although the content is sometimes too difficult for me, I think it is a good opportunities for me to strengthen my shortcomings. I also like the interaction between the speaker and the students.

In my spare time, I like to play sports with local students. Mannheim offers many free sports courses, such as basketball, football, rock climbing, Frisbee, or some special sports. I tried the football class once, I was the only Asian there, and I had no experience with football, but they still taught me patiently, and even let me play with them. Although I made mistakes almost all the time, they also don't blame me, told me keep trying and give me another chance. In addition, life here is almost inseparable from parties. There are different activities to participate in every week, The student organizations here called VISUM also hosts a lot of student events, so you don't have to worry about missing the party when you come here.

I have lived in Germany for five months , and I feel that this life experience has really brought me a lot of changes and growth. I can be more independent, forcing myself to step out of my comfort zone, instead of just choosing to escape when facing problems, I have become more mature and stable. In addition, the exchange abroad has also broadened my horizons. I will share Taiwan's culture and our relationship with China with other students. I found that they actually know more about the current situation in Taiwan, which makes me feel very surprised. I also learned how to take the initiative to meet other people, don't always expect others to come to know you.

In the past, I had no self-confidence in myself, and always felt that I was inferior to others, but after the past six months, I have grown a lot, and I found that I don't need to compare with others at all, all I need to do is to step out of comfort zone, try all kinds of new things, then you will not have doubts about yourself, because you have done things you never dared to do. When I encounter problems or difficulties in the future, I will think about the experience I have in this six months, which will make me more courageous to keep going.