

學校簡介

雷根斯堡大學是一所位於巴伐利亞邦第四大城的公立學校，創建於1962年，校內資源齊全，學校也會舉辦各式活動讓交換生認識彼此，以及到德國的其他城市旅行，加深對德國文化、建築、歷史等的認識。

雷根斯堡身為巴伐利亞邦的第四大城，距離慕尼黑與紐倫堡等大城市，只需要一個多小時的車程，不論是到當地觀光或是搭飛機出國，都非常方便。同時，也被聯合國教科文組織列為世界遺產，閒暇時，可以到石橋附近野餐或是靜看夕陽下山，是一座環境優美、生活機能便捷和歷史與現代並存的城市。

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

我修了兩堂課，分別是web and data science及德文口說課。web and data science的課是以線上方式授課，基本上是老師會將worksheet放到網路上，學生需要將該檔案下載並且學習，每週有兩次的上線時間，跟老師討論即可。由於自身已經學習了五年的R語言，所以，worksheet的內容基本上都有學習過，很快就可以上手，在功課上，一週還是需要花五到十個小時做完作業。

德文口說課的授課方式，每週老師都會給予主題授課，是以互動式進行課程內容，非常有趣，內容包括文法、到餐廳點餐、服裝搭配等等，非常實用的內容。

國外研修之生活學習（課外）

在交換的半年裡，除了體驗了德國的授課方式，也交到了來了各國的朋友們。

(1) 日常生活

在國外生活，可以讓自己蛻變成獨立的大人，遇到的問題都需要自己親力親為。德國食物對於我來說偏鹹，再加上餐聽的費用也沒有很平易近人，所以，大多數的時間是自己下廚。在交換期間，除了認識了不同學校的台灣人外，也認識了不同國家的朋友，在每個人的生日，我們都會為對方下廚，分享不

同地區的美食。另外，也會向朋友點餐，互相為彼此下廚。

(2)旅遊

因為是國際生，所以除了上課以外，就是與朋友規劃出國的計畫。非常幸運可以在德國交換，因為德國位於歐洲的中心，到哪裡旅行真的非常方便。另外，德國的大學生在買月票上，有優惠，大概是十幾歐，相較於其他國家，真的非常划算。在旅行期間，你可以更加瞭解人性，哪些人適合管鮑之交，哪些人適合點頭之交。每個國家和城市的風情不一樣，可以親自拜訪及探索，真的是作為交換生必須嘗試且值得紀念的事情。

(3)語言

除了在學校學習德文外，交換生們通常都會好奇各國的語言。所以，我們在日常會詢問某一些單詞的用語，增強自身的外語能力。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

(1)提升外語能力

(2)提升生活自主的能力

(3)提升執行能力

(4)提升動手能力

(5)提升適應能力

(6)拓展世界觀

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?

沒有遭遇困境。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應?

德國的超市基本上週日以及特定假期是關店的狀態，所以，要注意食物還有多少，要安排什麼時候去採買。

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?

在國外，除了上課外，大部分的時間都是獨處比較多。所以，在國外要讓自己變成E人，嘗試在聚會上，認識更多的人，這樣朋友在規劃旅遊時，就可以一起出去體驗生活，拓展視野。

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?

獎學金確實可以補貼一些出國的費用，減輕自身的負擔。就算沒有獎學金，也不會改變出國計畫。

感言及心得感想

這次下定決心出國交換真的是一個讓我一生難忘的決定，就像是一場為自己

準備的畢業旅行。在這段旅程中，我不僅體驗到了不同文化的美好，還結交了來自世界各地的真誠朋友。我有幸能夠拜訪他們的國家，透過他們的介紹，從他們的視角去看待和理解他們的家鄉，這種深入的體驗讓我對每個國家的文化和風俗有了更深刻的理解。

在閒暇時，我們經常一起到球場打籃球，或者玩飛盤，除了可以增加運動量，也加深了我們之間的友誼。當某個朋友生日時，我們會聚在一起，精心準備生日餐，大家一起為壽星慶祝，真心祝願他們生日快樂。這些溫馨的時刻讓我感受到家一般的溫暖，即使身處異國他鄉，也不會感到孤單。

在學術方面，我們在課堂上一起學習，合作完成老師布置的各種任務。通過這些合作，我們不僅提高了學術水平，也學會了如何與來自不同背景的人協作。在考試期間，我們會組織學習小組，一起複習、彼此支持，共同進步。這種團結互助的精神讓我倍感珍惜，也激勵我更加努力地學習。

這段交換生活讓我變得更加獨立和自信。從一開始的不安和陌生，到後來能夠自如地處理生活中的各種挑戰，這段經歷讓我成長了許多。我學會了如何面對困難，如何與不同文化背景的人相處，這些寶貴的經驗將會在我未來的人生中發揮重要作用。

這次的交換生活是我人生中一段難得的經歷。它不僅豐富了我的人生閱歷，還讓我認識了許多志同道合的朋友，增進了對世界的理解。我非常感謝自己當初的決定，也會永遠珍惜這段美好的回憶。

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)

The University of Regensburg, a public university established in 1962, is in Bavaria's fourth-largest city. The university is well-equipped with resources and organizes various activities for exchange students to get to know each other, as well as trips to other German cities, enhancing their understanding of German culture, architecture, history, and so on.

Regensburg, being the fourth-largest city in Bavaria, is conveniently located just over an hour's drive from major cities like Munich and Nuremberg, making local sightseeing or catching a flight abroad very convenient. The city is also a

UNESCO World Heritage site, offering picturesque spots like the Stone Bridge for picnics or watching sunsets. Regensburg is a city where history and modernity coexist, providing a beautiful environment and convenient living conditions.

During my time at the university, I took two courses: Web and Data Science and a German speaking course. The Web and Data Science course was conducted online, where the professor uploaded worksheets for students to download and study. We had two online sessions each week to discuss the material with the professor. Having already studied R programming for five years, I found the worksheet content quite familiar and could grasp it quickly. Nonetheless, I still spent about five to ten hours a week on assignments.

The German speaking course was interactive and engaging, with weekly themes provided by the instructor. These included practical topics such as grammar, ordering food at a restaurant, clothing coordination, and so on. The course was very useful and enjoyable.

Living in Regensburg is highly convenient. The university has dormitories spread throughout the city. My dormitory was ideally located, with two supermarkets right across the street and another shopping center just a ten-minute bus ride away. The train station was also only about fifteen minutes away. Living here for six months has made me more independent, as I had to handle everything myself. It also made me braver, as I had to learn to ask questions or write emails to the International Office or professors whenever I encountered something I didn't understand.

Studying abroad is an excellent opportunity to experience life in a foreign country, think independently, take care of yourself, and broaden your horizons. Living abroad will give you a different perspective. Receiving an education in another country can foster a different way of thinking. At the same time, it can also make you appreciate the beauty of life back home even more.