

學校簡介

約翰·克卜勒林茲大學（Johannes Kepler Universität Linz，簡稱 JKU）是一所位於奧地利林茲市的公立大學，林茲是奧地利的三大城市之一。該大學以天文學家約翰·克卜勒的名字命名，是歐洲德語區第五年輕的大學之一。林茲大學提供商業、工程、法律、科學和社會科學等領域的學士、碩士和博士學位。學校位於林茲東北部的公園校園，擁有一個美麗的校園環境。截至目前，該校共有約18,036名學生就讀，其中約有九分之一的學生來自國外。林茲大學是奧地利第一個在1998年引入電子學生證的大學，這項創舉為學生提供了更方便的校園生活和學習體驗。

交通的部分可以透過搭乘林茲市路面電車（Tram）1號線和2號線以及公車77號抵達校園。平日，電車每7至8分鐘一趟，前往市中心（Hauptplatz）約需16分鐘。

林茲大學的學餐我也蠻喜歡的，每天都有不同的菜色，還有自助餐，也比外面便宜。

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

在林茲大學，我最喜歡的課程是《Creating Strategic Advantages》。這堂課與其他課程不同，不需要繳交報告，考試也不是傳統的筆試，而是採用期末考申論題的形式。這種教學方式讓我有機會更深入地思考和理解課程內容，並且能夠從不同角度去思考問題。

更重要的是，這門課的老師非常尊重每個學生。即使在課堂上沒有積極參與互動或討論，老師也不會施加壓力或逼迫學生。相反，老師鼓勵我們自由地表達想法，並提供支持和指導，讓我們在學習過程中感受到自信和自主性。

這堂課其實是碩班的課程，上課的人基本上都是有工作經驗的人，所以聽他們的發言也可以學習到不同的知識和不同面向的經驗。

國外研修之生活學習（課外）

在國外研修的生活中，林茲大學為交換學生提供了完善的支持和制度。學期初，學校不僅安排了mentor幫助我們熟悉校園和解答問題，還舉辦了多場新生派對，讓我們融入校園生活。開學後，每週四學校學生會都會舉辦派對，氣氛十分熱鬧，特別是在萬聖節時，大家都會盛裝打扮參加。然而，由於我過於害羞，至今我都沒有參加過任何一場派對。這讓我感到有些遺憾，但同時也希望未來能克服內心的障礙，更積極地參與到校園的社交活動中去，享受國外研修的豐富多彩生活。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 問題解決能力的提升：面對新的環境和挑戰，我們學會了解決問題的技巧和靈活性。更專注於自己的成長：透過與不同背景的人交流，我們更深入地了解自己的興趣和價值觀，從而更專注於個人成長和發展。
2. 更沈著冷靜的應對能力：面對壓力和挑戰，我們學會了保持冷靜和理性思考，從而更好地應對突發情況，處理問題，並做出明智的決定。
3. 更開放的心態和尊重包容：透過與不同文化和背景的人交流，我們擴展了視野，培養了開放的心態，並學會了尊重和包容不同觀點和價值觀。
4. 發現世界的廣闊：透過研修或交換，我們有機會探索世界各地的文化和風景，體驗不同的生活方式和價值觀，從而更深刻地認識到世界的多樣性和豐富性。

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？

在海外生活期間，我很幸運地遇到的任何困境都順利解決了。特別是交通誤點導致時間延誤，讓我花費了許多寶貴的時間。一開始遇到這樣的問題，我感到非常慌張，畢竟身處異鄉，一切都不太熟悉。然而，我發現無論遇到任何事情，都要保持沈著冷靜，因為只有這樣，問題才會迎刃而解。

另外，英文口說、英文考試和報告對我來說都是巨大的挑戰。然而，在這樣的環境下，我不斷進步，逐漸變得更加熟練。這個過程雖然困難，但我漸漸融入了當地的生活，也更加自信地應對了各種挑戰。這些經歷讓我明白到，面對困境時保持冷靜至關重要。我也學會了在壓力下不斷成長和進步，並且更加堅信，逆境中的每一次挑戰都是成長的機會。未來，我將繼續保持這種沈著冷靜的態度，並且不斷學習、進步，以更好地應對未來可能遇到的困難。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

在海外生活期間，我確實遭遇了一些文化衝擊，其中最大的衝擊之一是周末的文化差異。在林茲，幾乎所有的超市和餐廳在週末的這兩天都會關閉，除了一些亞洲餐廳和麥當勞之外。一開始，我對這種情況感到相當驚訝和不適應，但後來我學會了在週五時提前儲備食物，或是去尋找一些仍然開放的亞洲餐廳。

另外，我的土耳其室友是穆斯林，他每天早上都會進行朝拜。當我第一次看到這種行為時，我感到有些驚訝和不知所措。然而，我後來明白了尊重每個人的宗教信仰和文化習俗的重要性。這讓我更加開放和包容，並且與室友建立了更加融洽的關係。總而言之，面對文化衝擊，我會努力去理解和尊重不同的文化，並且學會適應和融入當地的生活方式。這些經驗讓我更加開放和包容，也讓我在海外生活中更加豐富和充實。

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？

以前，我非常在乎他人的看法，總是希望得到他們的認可和讚賞。但是，當我開始在國外獨自生活時，我擁有了更多的時間與自己相處。這段獨處的時間讓我有更多的反思空間，我開始深入探索自己的內心世界，了解自己真正想要的是什麼。

在這個過程中，我逐漸學會了更好地照顧和愛護自己，而不是總是將他人的意見置於高於一切。我開始專注於發展自己，堅持自己的價值觀，而不再過分依賴外界的評價。這種轉變讓我變得更加自信，更加堅強，我開始相信自己有能力面對生活中的各種挑戰。因此，我認為我在海外生活中最大的成長就是從過去的在意他人眼光轉變為更加堅定和自信的人。這段經歷不僅讓我學會更好地照顧自己，也讓我更加珍惜並享受自己的生活。

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？

獎學金對我海外研修的最大幫助是為我的生活帶來了一些輕鬆感。這些資助可以減輕我在海外生活期間的財務壓力，讓我更專注於學業和體驗新的文化。

然而，即使沒有獎學金的情況下，我仍然會選擇出國研修。因為這是系上的畢業門檻，但我很開心有這樣的機會讓我跳脫舒適圈。

感言及心得感想

在這段出國交換的旅程中，我收穫豐富，心懷感激與感動。這個經驗不僅豐富了我的知識和見聞，更讓我深刻感受到了生活的多彩與豐富。每一個新的挑戰都讓我成長，每一次的困境都讓我更加堅強。我感謝這段旅程中遇到的每一個人，是他們的陪伴和支持讓我走過了孤獨與困難。在出國前非常的擔心自己會不會被歧視，但是去了歐洲之後才發現我的憂慮都是多餘的，每個歐洲人都非常願意接納我們，並在我們不知道路或是需要幫忙的時候都願意慷慨地伸出援手。我也很開心選擇了奧地利林茲大學，儘管學校規模不大，但卻充滿了溫馨的氛圍，裡面的人也非常友善。然而，如果我有機會再來一次，我一定會鼓起勇氣多交一些朋友。因為我深刻明白，在國外，沒有人在意你的背景，只要你敢於表達自己，他們都願意聆聽你的意見，願意與你建立友誼。出國不僅是學習，也是一次周遊列國的奇妙冒險，我有機會親身體驗不同國家的文化和風情。這些寶貴的經歷讓我更加珍惜自己，珍惜身邊的人和事，珍惜每一個經歷和感動。這段旅程不僅讓我學到了知識，更讓我學會了愛惜自己，這將會是我一生中最珍貴的回憶。

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)

During my overseas exchange journey, I've encountered numerous enriching experiences that have left me deeply grateful and profoundly touched. This expedition has not only broadened my horizons but has also allowed me to immerse myself in the vibrant tapestry of life. Choosing Johannes Kepler University in Linz, Austria, turned out to be a delightful decision. Despite its modest size, the university emanates a warm and welcoming atmosphere. The people within are incredibly amiable, fostering a sense of camaraderie that made me feel right at home. However, if I were to embark on this journey again, I would undoubtedly muster the courage to expand my social circle. For in the realm of international exploration, it's not where you're from that matters but rather the willingness to share your thoughts and embrace friendships. Academically, the courses I undertook were intellectually stimulating, offering me a fresh perspective on various subjects. The freedom to engage in discussions and explore diverse viewpoints has significantly enriched my learning experience. Beyond the confines of the classroom, I had the privilege of traversing different countries, delving into their cultures, and embracing their unique essence. Each encounter was a treasure trove of wisdom, teaching me to cherish myself, appreciate the people around me, and value every experience and emotion.

Moreover, this overseas escapade has endowed me with tangible benefits that extend far beyond academics. From problem-solving skills to fostering a greater sense of resilience, every challenge I faced has contributed to my personal growth. The journey has equipped me with the confidence to navigate through life's uncertainties and embrace the richness of human connection. In retrospect, this journey has been a transformative odyssey, sculpting me into a more empowered and enlightened individual. As I bid farewell to this chapter, I carry with me a heart full of gratitude and a spirit brimming with newfound wisdom. Indeed, this overseas exchange has been a voyage of self-discovery, leaving an indelible mark on my soul and shaping the person I am destined to become.