

學校簡介

巴登符騰堡大學(Duale Hochschule Baden-Württemberg)，其中 Hochschule 的意思是應用科技大學，因此學校課程更注重結合實務的訓練。一年分為四個學季，一學季 3 個月，我們的一學期可以選擇一季或兩季的交換時間，也因為是學季的原因，開學的時間以及結束會跟其他德國學校不同，基本上開學時間會分別落在 1 月、4 月、7 月以及 10 月第一個禮拜。而本地學生皆是已經有企業合約才能入學，因此他們會以一季上課、一季上班反覆輪替直到畢業。

國外研修之課程學習（課內），推薦受益最多/最喜歡的課程

這邊的課表比較特別，課程是沒有固定課表的，每個禮拜不同，會依照最後給出的課表，看時間上課，有些課程集中一個月完成，有些是固定每個禮拜的一天，有些甚至幾天完成，如果有旅遊需求或需要更多自己的時間，其實這邊的時間還蠻彈性的，既可以學習又可以旅遊。

1. Current Data Science Developments: Intelligent Text Analysis

推薦具有大型語言模型或 python 基礎的人修習，這堂課稍微吃力，期末需要做一個專題出來，但從中可以學習到很多事情，從題目的發想到實際操作，我覺得對於這塊領域有興趣的同學，是可以學習到東西的。但上課內容偏淺，而實際操作又是另外一回事，所以有時需要花自己的時間額外學習，但因為這樣反而收穫蠻多的。

2. Intercultural Cooking

這堂課很有趣，大家會分成小組，做出各自家鄉的拿手菜，從中分享各個國家的文化與食物，是一個非常具有文化交流價值的課程。此課程僅有兩天，第一天學期剛開始會介紹這堂課，並分組，於將近期末選一天大家一起煮飯聚餐。若一開始沒去的話，事後寫信加入都是可以的。主要是在準備食材、做食物以及吃飯時可以與當地德國人以及原本認識的其他國家交換生交流。

3. Cultural Aspect of Germany

非常推薦此課程，老師透過舉例以及互動的方式讓我們快速理解不同文化間的差異以及我們該以什麼樣的態度與思考去面對不一樣的文化，在課程中激發了很多對於跨文化上的理解與溝通，也讓我更明白未來在進入一個新的環境時，該以什麼樣的態度面對，是一個非常實用的課程。

國外研修之生活學習（課外）

我將在後面放一個快問快答內容，以幫助有相同問題的同學們。

旅遊經驗

在此次交換中，旅遊讓我探索了歐洲與自我心靈上的成長，在感受當地歷史與文化的同時，更多的成長來自於自我，在旅途中更了解自己，遇到不同的人，吸收新的文化與想法，在旅行中，明白自己喜歡什麼樣的旅遊方式、人、事、物，不斷從探索中發現更多的不一樣的自己。這些旅行，讓我變得更加完整，也拓展了新的視野，以及欣賞一座城市的能力。

問題快問快答：

1. 學生簽轉旅遊簽？

大家是否在學生簽結束後，還想繼續留歐洲旅遊，那此時會有一個簽證問題，我這邊幫忙解答德國的情況，親身經歷，希望可以幫助到大家。依照法律規定，若學生簽結束，想飛去非申根國家再返回德國，後期自動轉旅遊簽這件事，是不行的，會違反一個 90/180 的申根規定，也就是說在德國的時間，就算是使用學生簽，持該簽證待的總時長一樣會被算入這 90 天，所以此種洗簽方式法律上是不允許的，網上洗簽成功的人都是海關沒抓，但護照上面依然會留下紀錄，未來再回歐洲或申請簽證會比較困難，那可以怎麼辦呢？

- 方法一：延長學生簽證，但需提供註冊與住宿證明等資料，就如在台灣申請簽證的內容差不多，如果想在這所學校完成這件事情，除非願意白白花費三個月的房租，不然基本上無法達成。其他學校很

多考試會到學期結束後的一到兩個月，學校入學許可內的時間會比較長，不像我們這所三個月為一期，一期內就完成所有課程與考試，所以只要台灣簽證沒有給更多的時間，就沒辦法延長居住。（基本上在台灣申請簽證，入學許可到幾號，差不多往後幾天就會是學生簽到期的時間。目前遇到比較少人是可以想到幾號到幾號的，很看運氣）

- 方法二：在德國外國人辦事處(入籍的地方)申請短期延簽，此延簽不能去德國其他地方旅遊，出境後該簽證作廢，若被查到，會以非法滯留的規定處理，此次我是使用這個方法於簽證到期幾天後回台，原本想使用學生延簽，但無法生出文件，因此採取此方式。（這邊的外國人辦事處是不允許因為旅遊的原因幫忙辦簽證，其他城市就看該外國人辦事處允不允許）
- 方法三：根據德國在台協會的內容提到，在離台之前好像可以申請旅遊簽證，但無實際證明，僅於網上聽得，可以去申請看看。
以上規定是有詢問過外國人辦事處，以及實踐辦理得出的答案。

2. DB ticket 是否有學生票？

DB ticket 是德國火車的月票，目前一個月 58 歐，德國多家學校是有合作的，月票的價錢會比較便宜，像是學生價的概念，不過 DHBW 目前沒有合作，但如果想交換一年的話，可以買學生票，它會直接綁一年一個月 39 歐，划算很多，其他小於一年的交換時間目前只能買原價。

3. 超市要去哪間？

基本上拉芬斯堡最好逛也離宿舍最近的超市是 Kaufland，裡面什麼都有，不怕買不到，價錢也跟大家口中說很便宜的 Lidl、Aldi(拉芬斯堡也有)差不多，而如果想買一些生活小用品像掛勾、零食夾等等可以去 Tedi，裡面也很好逛，很多小東西一歐，真的超划算，如果是想買像寶雅、康是美裡面那種東西的話，dm 跟 Muller 都很讚，拉芬斯堡也有，無聊也可以去逛逛，或蠻適合回台前去採買伴手禮的。

4. 銀行

銀行目前聽下來主要有 Revolut、Wise 和 N26，我個人是使用 Revolut，純粹是之前有人推薦沒想太多就辦了，目前使用下來都非常的方

便，同銀行轉帳只需要掃 QR code 就可以了，不同銀行轉帳目前還沒被收過手續費，到其他國家像是英國、瑞士等不同幣值的地方，可以直接刷卡會自動轉匯率扣款歐元，一直到刷了非常多次才會開始收少許手續費，像去英國五天都沒被收，直到去冰島十幾天後期刷卡才發現被收了手續費，整體很方便，Wise 是目前感覺大家使用度也比較高的一家，聽說比較簡單申請，接下來就見仁見智看想辦哪個銀行。

交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 結交來自世界各地的朋友

從宿舍與課堂中，認識許多來自不同國家的人，一起旅遊、一起上課、一起煮飯等，彼此分享自己的故事，有了許多新的啟發與思考。

2. 外語能力提升

不論是生活中的溝通、課程的教材、與朋友互相分享故事等，都讓我了解到了英文的重要性，語言成為了表達自我與理解他人的工具，在交換階段可以明顯感受到英文能力的提升，不論是閱讀或是口說上，都與剛來相比時有進步。

3. 拓展國際視野

透過交換，看見歐洲不一樣的城市，認識來自世界各地的朋友，從中得到了不一樣的想法，以及了解了不同文化，深刻體驗跨文化交流。

4. 了解自我

在交換中，不斷吸收來自不同國家與不同文化的衝擊，從中面對不一樣的想法以及認知到自己另外的可能性，在自我了解上有許多的成長。

海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？

在剛進入新的環境時，語言障礙以及環境適應是一開始最主要的困難，到了該環境會發現大家講英文都好自然，很會用英文開玩笑，剛見面與結束要怎麼很口語話、自然地說出想說的話，在表達自我時怎麼很流利的講出想說的內容，這些都需經時間的推進，不斷從環境中學習以及自己加強英文能力等，就會發現自己更能游刃有餘的表達。而一開始進入環境，難免會遇上一些文化衝擊，初期會對一些行為感到困惑，但事後互相溝通和了解他們的文化背景後，以開放的心態去接受各式各樣的文化，而不是拿比較的心態和習慣去判斷，通過這樣的方式，快速適應新的環境。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

文化衝擊大多來自於不知道與不理解，而想得到的像是歐洲人白天洗澡、晚餐很晚吃和很會喝酒等等，到不會產生很大的文化衝擊，這樣反而生活起來很舒服，晚上我們洗澡可以錯開，晚餐廚房使用也可以錯開，有時還可以跟大家練練酒量。而比較衝擊的部分像是有一次義大利女生室友敲門，一開門對方只穿了內褲與一件無內衣的小背心，當下我有點嚇到，想說怎麼這麼無所謂，但先保持正常，事情聊完之後，再想想好像也沒什麼，就只是對方比較開放，我們不要以自己的角度去思考符不符合社會行為，而是了解這件事，以後不會再嚇到，反而還蠻欣賞這樣的態度，做自己，很無拘束，很自由，另外一件事情是外國人會習慣將洗好的碗盤用一條布擦拭乾，然後直接放入櫃子裡，但衝擊的是，他們會拿那條布去擦其他地方，可能是因為沒溝通好，有人拿去擦碗，有人拿來擦廚房，有人兩個都擦，導致我很難接受，而我的做法或許沒有非常好，因為我認為這是人家的習慣，去改變他，也意味著他可能會想我也可以改變，為什麼不是我改變，所以解決的方法就是我不使用那條布，自己有自己的碗盤，公用的東西用之前都再洗一遍，洗完用晾乾，乾了放入櫃子中，算是互相尊重彼此

的做法，不給予評論。總而言之，以尊重的心態面對這些衝擊，可以先試著溝通，或自己思考，接著就會慢慢適應這些生活。

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？

對我來說最大的收穫與改變是對生活與世界的看法，旅遊對我來說變得好簡單，好像很多困難都變得好簡單，心臟變得更強大，遇事的臨機應變能力與穩定的心態變得更從容與強大，好像沒有事情阻礙著自己成長，只要想做，就努力全心全意地做，失敗也沒什麼大不了，再行動、再往前什麼事都不是事，舒適圈變得更廣，也更有勇氣跳出舒適圈。

感想與建議

人生就這麼一次，不後悔自己沒做這件事就好。很多要適應的地方，特別是這間學校幾乎沒有台灣人，台灣人都是中山人，所以會面對完全陌生的人事物，新的生活環境和新的朋友圈，需要耐得住孤寂也要耐得住狂歡，學會與不同的人生活，也學會怎麼跟自己相處，如果有一思念頭想要交換，那就試試吧！

I. 英文心得

During my exchange at Baden-Württemberg Cooperative State University (Duale Hochschule Baden-Württemberg, DHBW), I had the opportunity to experience a truly unique and practical education system. Unlike traditional universities, DHBW operates on a quarterly schedule, and most local students alternate between academic terms and corporate internships. This structure gave me insight into how closely German education is tied to industry and hands-on learning.

One of the most impactful courses I took was "**Current Data Science Developments: Intelligent Text Analysis.**" Though the lectures were introductory, the final project required applying Python and large language models, which pushed me to learn independently and deepen my understanding. I also enjoyed "**Intercultural Cooking,**" a two-day cultural exchange course where students prepared traditional dishes from their home countries. It was a fun and meaningful way to connect with others. Another memorable class was "**Cultural Aspects of Germany,**" where the instructor used interactive methods to help us explore cultural differences and develop cross-cultural communication skills.

Outside of academics, living abroad helped me grow in many ways. Traveling across Europe not only broadened my horizons but also allowed me to reflect more deeply on my own preferences, personality, and values. Every encounter, whether with new cultures or people, shaped my perspective. I especially valued the freedom to explore different cities and to adapt my study schedule to accommodate personal time and travel.

Of course, adjusting to life abroad wasn't always easy. At first, I struggled with language barriers and adapting to unfamiliar environments. Locals were fluent in casual English expressions and humor, and I felt the need to catch up to express myself naturally. Over time, I improved my communication skills through immersion and practice. Cultural shocks also emerged—such as roommates having different standards of privacy or hygiene—but instead of judging, I learned to accept and understand. In cases where I couldn't adapt, I found respectful compromises, like using separate kitchen tools or maintaining personal habits without imposing them on others.

This exchange journey brought many tangible benefits. I made friends from all over the world, which opened me up to diverse stories and ways of thinking. My English proficiency—especially in speaking and reading—improved significantly. I became more confident, adaptable,

and open-minded. Facing different opinions and lifestyles taught me how to manage cultural differences respectfully. Most importantly, I gained a clearer understanding of who I am and how I want to interact with the world.

Living and studying abroad changed my mindset. I feel more courageous and capable. I no longer see challenges as barriers but as chances to grow. My comfort zone has expanded, and I've developed the resilience to thrive in unfamiliar situations. Looking back, I believe the decision to study abroad was one of the most transformative experiences of my life.

To anyone considering an exchange, I would say: If the idea has ever crossed your mind, go for it. It's a rare opportunity to learn—not just from books, but from life itself.