

教育部學海飛颺暨學海惜珠  
國立臺灣師範大學受獎助學生返國後心得報告書

所列大綱為基本應填項目，不可刪減  
版型不拘，可依需求增加內容、穿插照片

一、學生資料

填寫日期：2023.08.30

中文姓名：	童嘉儀	111 年度學海飛颺
臺師大就讀系所、年級：	歷史系五年級	年度學海惜珠
研修國家：	德國	
研修校名：	法蘭克福歌德大學	
研修學院：	語言文化藝術學院	
研修科系：	漢學系	
研修期間：	2022年 9 月 ~ 2023年 6 月	

二、修習課程 (請依實際修課情形自行增加列數)

研修課程名稱	任課教師姓名	學分數	所屬學季/期
„DIA - Deutsch Intensivkurs für Austauschstudierende (A2.1)“	Janis Prüter	4ECTS	winter semester 2022/23
„AkadeMi (Akademische Mittelstufe) (A2.2)“	Ninya Beck	9ECTS	winter semester 2022/23
„Ancient Mosaics: A Historical and Geographical Overview“	Dr. Işıl Işıklikaya-Laubscher	2ECTS	winter semester 2022/23
„DIA - Deutsch Intensivkurs für Austauschstudierende (B2.1)“	Masoumeh Entezar; Arno Dahmer	3ECTS	summer semester 2023
„Konversation (B2)“	Arno Dahmer	3ECTS	summer semester 2023
„AkadeMi (Akademische Mittelstufe) (B2.1)“	Arno Dahmer	9ECTS	summer semester 2023
„AkadeMi (Akademische Mittelstufe) (B2.2)“	Masoumeh Entezar	0ECTS	summer semester 2023

### 三、心得分享(如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字)

#### 宿舍生活

法蘭克福的交換生宿舍有三種類型，WG（類似家庭是單人雅房）、單人雅房（共用衛浴廚房）跟單人套房，我的房間是WG單人雅房、與其他兩位室友共用衛浴廁所。兩位室友都是德國人，但平時很少遇見他們，也較少有機會交流。建議如果抽到WG宿舍的話，可以趁開學前幾週和室友討論生活公約、排定打掃時段等，比較不容易在日後發生問題。相較之下，我很常到隔壁棟42號的學生宿舍，這棟的學生宿舍主要以單人雅房、整層共用衛浴廚房為主，雖然公共區域較難維持清潔，但有許多與其他國家交換生互動的機會、房租也較便宜。除此之外，學校也有提供單人套房（位在Dornbusch附近，距離Westend走路約十分鐘），房租比一般雅房貴了一百多歐，但是有自己專屬的廚房和衛浴，生活空間也比較大，推薦給喜歡有自己空間的人。宿舍生活大部分與台灣無異，反倒是週末經常有許多派對，特別是居住在42號宿舍的同學，因為宿舍地下室有個派對室，所以經常會有學生舉辦派對。

#### 德國實習

因為在德國交換一學年，所以原先就期許自己能夠在這段時間有實習經驗，很幸運的是在2022年年底收到offer。雖然是外籍生+交換生，但我很推薦日後希望往國外發展的同學，利用交換順便實習，可以實際了解外國職場文化、同時增加履歷豐富度。此外，交換生申請的一大優點是無需簽證贊助，可以有更多的面試機會。申請實習的時機約莫為拿到簽證後（秋季班約八月），但我個人是等到十一月底、特定公司職缺開放時才投遞，面試流程約一個月左右，面試通過後一直到一月初才上崗。同時，也有其他台灣交換生朋友是一月初申請，但因為此時為職缺淡季，所以他一直等到二、三月時才陸續收到面試通知，同樣也是收到offer後一個月才開始上班。找實習的流程與台灣無異，只是履歷改為英文、投遞網站大多以Linkdin為主。

#### 學術心得

這兩個學期主要以德文課程為主，因此主要介紹德文課內容的差異與個人心得。

#### Akademie 系列

包含學期前的密集課程與學期中的德文課（每週兩堂），大約在6月底會有分班語言測驗，很推薦交換生報名學期前的密集課程，除了能提早認識交換生朋友外，也能有比較多的時間練習德文，對於在德國生活來說，德文能力還是很重要的。密集課程的loading並不會太重，通常包含出席率、每週德文自學報告、課後小考等，若能固定出席並完成報告，基本上都能拿到不錯的成績。學期中的德文課為每週兩堂，每個程度所需完成的報告內容不同、考試與否也不一，像是我所選修的Akademie C便僅需完成一份德文心得報告、日常出席、期末口頭報告等。學期中的德文進度較慢，非常依靠自己

定期學習德文，但學期中能有較多的口說練習，特別是B2程度，經常會以討論時事、文化為主要內容，十分考驗口語能力。

#### Zeitung lesen

這堂課程德文能力要求極高，我推薦有B2以上程度再選修，課堂以報紙新聞討論為主，老師會提出許多有關新聞的討論題目，大家需要提出各自的想法，因此在上課前需要先閱讀完新聞內容，並整理出相關的單字，到了課堂討論時才能比較容易了解內容。因為課堂材料以新聞為主，使用的單字並不生活化、相對的有挑戰性。

#### Konversation

這是我最喜歡的德文課，程度約在B1-B2之間，每堂課會有不同的主題，大家需要提供跟這個主題有關的單字，老師也會提供相關資料。瞭解基本單字後，會有全班的對話討論、文章內容討論，除了訓練口語能力外，也是訓練勇氣的好時機。課程要求並不多，只要求定期出席與期末口頭報告，很適合想大量學習單字、練習口說的同學。

#### Kreative Schreiben

德文寫作課程，程度約為B2，每週的課程都是不同的主題、不同的寫作內容，老師會提供不同的想法，大家可以依照這些想法撰寫故事、作文等，所以可以訓練自己的德文寫作與文法能力。

#### 體育課-社交舞

歌德大學提供的體育課普遍都要額外收費，我選修了社交舞兩個學期，主要會以德文授課，但老師都會說英文。社交舞挺有意思，很接觸到基本的舞步、與舞伴練習，每週上課會有半小時複習上週的舞步。

### 德國日常生活

在德國的生活比較單調，超市與商店很早就關了、假日也沒有太多地方逛街。但我並不覺得無聊，反而有更多時間專注在自己身上。大多數的時間在於煮飯、與朋友相處、與自己相處，學會怎麼更甚至更好的運用時間。相較於台灣，德國的娛樂項目少了很多，有時候甚至是個網路也不通，像是有朋友家網路斷了一個禮拜還沒修好，所以是個很好戒斷網路的地方。除此之外，德國也是很好培養耐心的地方！例如以遲到惡名昭彰的德鐵、不知道何時簽發的簽證等等，許多事情在歐洲反而許多時間等待，這種效率的確慢了許多，但另一方面卻能很好的培養內心、提前準備的能力等。

我很喜歡德國的環境，人與人之間的關係不是那麼緊密，但這並不代表朋友間不親密，反而是享有自己的個人空間的同時，又與朋友有一定的聯繫。除此之外，參加各種聚會都是自在的，這種自在感來源於都是自己想去的，朋友相處中最常聽到他們對我說just do whatever you wanna do，雖然在中文的語意中多少代表不在乎、隨便你的意思，但在歐洲的語境中，反而是依照自己的想法做事，而不受太多他人干預。

關於年齡焦慮，這是我在歐洲受到很大的影響，在這邊似乎有種鬆弛感，大家不在意年齡，並不會有到了幾歲就跟有哪些成就的想法，慢慢地找尋自己喜歡的東西、自己的目標。在選修的課程中，經常可以遇見不同年齡背景的人，也曾遇到過退休後，對漢學有興趣而重新讀學士的人。因此相較於年齡，這裡更注重你的想法、你

喜歡什麼、你能專注在哪些事情上。我想這又或許多少與歐洲較高的個人主義有關，重新套回第二段的想法，正是因為依從自己的想法做事，所以並不會太大程度地受到年齡影響。

### 旅遊

關於各國旅遊的攻略，網路上也有很多資訊了，因此我想特別紀錄個人獨旅的心情。交換前期曾跟過幾團交換生出遊，後續發現自己比較傾向獨旅。對於想獨旅卻無法下定決心的同學們，就去吧！我一開始獨旅時當然會感到害怕，因為任何事情都要自己處理，更不用提到安全性、也沒有任何朋友可以即時幫忙。但實際上，經過幾次的獨旅經驗後，我反而認知到自己的能力，事實上我是可以把全部的流程安排好的，而且這種能力並非一開始就有，是隨著每趟獨旅的經驗累積起來。所以多給自己一些信心與勇氣，挑戰獨旅！

總結而言，在德國交換的這一年實際上領會到許多心靈成長的部分，這是我原先沒有預期、反而令我驚艷的地方，面對到不同文化背景的人們、城市時，彼此間的相異之處反而是最有趣的部分，對於自我了解的成長也是藉由這些不斷地交流碰撞中出現。

四、照片（如有，請提供）