

國立臺灣師範大學鼓勵學生赴國外進修補助學生返國報到單

填寫日期： 2024/08/20

獲補助出國年度： 112 學年 下學期	
姓名： 李瑋芳	臺師大學號： 40984237I
臺師大系所： 華語文教學系應用華語文學組	
臺師大學院： 國際與社會科學學院	
基本核銷文件： ☒ 國外學校之修業成績單影本 ☒ 心得報告紙本及電子檔 ☐ 核給生活費者，檢附護照入出境章戳頁影本	
學院結案確認（以下由學院承辦人填寫）： ☐ 無另訂其他結案要求或文件 ☐ 有訂學院結案要求或文件，確認學生已完成	
院戳 已由國際事務處與學院承辦人確認： 該院無另訂其他結案要求	

國立臺灣師範大學鼓勵學生赴境外進修補助學生赴國外修習
返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期： 2024/08/23

獲補助出國年度：112 學年 第二學期	
中文姓名： 李瑋芳	英文姓名（姓，名）： Lee, Wei-Fang
臺師大就讀科系所、年級： 華語文教學系應用華語文學組 四年級	臺師大學號： 40984237I
修習國家： 德國	
修習校名： 波鴻魯爾大學	
修習學院： 東亞研究學院	
修習科系： 東亞學系	
修習期間： 2024 年 3 月 ～ 2024 年 8 月	
護照入出境時間： 出境：2024 年 3 月 17 日 ☒ 使用自動通關 入境：2024 年 8 月 15 日 ☒ 使用自動通關	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	研 修 學 季 / 期
General Language Course - Level A1.2 - group C	Beate Liebig & Rike Schuth	5CP	SS/2024
English for Academic Purposes I (B2) Gruppe B	Seth Berk	5CP	SS/2024
Introduction to English Linguistics, Gruppe G	Dr. Susanne Strubel- Burgdorf	3CP	SS/2024
Orientierungskurs - Deutsch	Juliane Michelini & Thomas Bock	1CP	SS/2024

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

學業方面:

首先必須提醒，由於德國大學學制以及成績計算方式都和台灣不太一樣，選課前請務必仔細研究計分方式。我選修了兩門語言課和一門導論課，這三門課的教授都很喜歡問問題或組織小組討論，同學們也很樂於分享自身意見，課堂上討論氣氛相當活躍。相較於已經習慣這種上課模式的歐洲同學，一開始的我其實有點害羞，不太敢開口，但教授不斷鼓勵我嘗試，即使回答內容不一定完全正確，或是看法與別人不同，教授仍會給予肯定與讚許，這讓我變得更勇於表達想法，也開始喜歡上這裡的上課氛圍。

然而，我在修課期間也遇過一些突發狀況，例如：其中一門課的教授因病臨時取消期末考，以及當週所有考試時段，後續提供的重考時間卻是我回台前一天，歷經一番波折後才成功申請到另外完成考試；另一門課的期末考則是安排在暑假期間（這種情形在德國大學很常見，一定要多加留意），和教授溝通過後，我才得以在回台前夕順利收到所有成績。除此之外，這裡行政單位和辦事人員的工作時間不太固定，遇到他們放假的機率也很高，因此，學會提前預約、預留緩衝時間和有效溝通都相當重要。

在課餘時間，我還參加了學校潛水隊開設的初階水肺潛水課，相較於其他體育課有提供英語授課班級，潛水課是採取全德語授課，像我這種僅具備初階德語能力的人在上課時難免感到有些吃力，但我還是決定挑戰看看。而我也很幸運，遇到一群相當友善的同學和熱心助人的教練，讓我順利完成了為期三個月的訓練，並成功考到證照。推薦同學們可以參加看看大學開設的體育課，除了能夠鍛鍊體能外，也有機會遇到當地學生或居民，可以在互動過程中了解一些有關德國的事物。

開銷方面：

住宿部分，我是住在學校宿舍，房型是三人共享公寓（WG），房租每月大約 360 歐元，這部分依房型和大小會有些微調整，但相較於私人租屋仍是便宜許多。

德國租屋方式和手續複雜，住宿舍可以避免諸多麻煩和單獨住在外面的治安風險。此外，住學校宿舍比較有機會認識國際生，住宿期間我便常常去同學家串門子，也推薦大家可以多加考慮申請學校宿舍。

除了房租外，還有手機費、廣電費和健保費這幾項每月必要支出，德國強制規定長期居留者必須投保健保，又可以細分成公共健保(公保)和私人健保(私保)，兩種類型都各自有不同的保險公司，保險涵蓋範圍也有些差異，一般而言公保保費較為固定，涵蓋範圍較廣，保障的內容也比較多，我是在辦理限制提領帳戶時一併辦理公保中的 TK 保險，每個月需支付約 120 歐元的保費。

日常開銷部分，我所在城市的民生用品和生鮮食材不會太貴，有些甚至比台灣還要便宜一些，並不會造成太大的負擔。在學校旁邊的商店街 Uni Center 有兩家超市（中階超市 REWE 和平價超市 Netto），也有一間小亞超和各式小吃店，日常採買很方便。但德國外食種類不多，加上政府大幅調漲外食稅率，導致餐點越來越不便宜，加上德國餐廳有「必須點飲料」的不成文規定，出去吃一次往往要花不少錢。因此，多數人都會選擇自己開伙，而學校的學生餐廳則會提供各式餐點，校內學生優惠價和餐點份量充足等優點也成為學生的首選，但學餐通常只有中午營業，早、晚餐就需要自己解決了。

交通方面，相較於部分大學僅提供學生月票購買折扣或具有使用地區限制，波鴻魯爾大學只需在每學期初繳交一筆社會貢獻費便可以取得大眾運輸學期票，且在 2024 年夏季學期開始，該交通票更升級成全德國通用的 Deutschland semester ticket，除了 ICE、IC 等長途快車外，其餘車種和大眾運輸皆可搭乘，每月能省下不少交通支出，我和同學在課餘時間便時常使用學期票搭車到西德的不同城市探險，是該校學生的一大福音。

生活方面：

學校所在的波鴻市位於西德的萊茵-魯爾都會區，此區是德國最大的都市區，城際交通和生活機能算是很便利，從波鴻要去科隆、杜賽道夫等位於都會區內的大城市也很方便快捷。波鴻是座典型的大學城，整體風氣較為開放，也由於國際

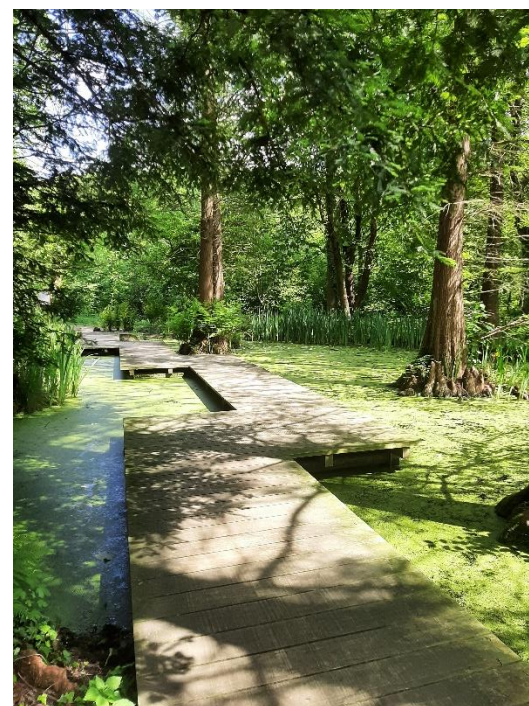
生眾多的關係，居民對外國人普遍都很友善。當地人英語能力不差，日常可以用英語溝通，但他們還是習慣使用德語為主。

此外，大眾運輸上通常只有重要車站才会有英語廣播，但這裡大眾交通延誤或出現事故的頻率極高，遇到緊急事件時通常只會有德語版本的廣播，因此還是建議想來德國的人至少要學會基礎對話，日常生活才不會感到困擾。

活動方面，我在開學前參加了學校舉辦的 Orientation Course（新生營，性質和伯樂大學堂相似），這個營隊為期兩週，包含了密集德語課和各種活動，可以幫助新生快速認識學校和周遭生活環境，也是一個認識其他國際生的好機會，我和在營隊認識的同學們一直保有聯繫，常常在課餘時間組織聚會或相約週末出去踏青旅遊。

我也參加過由國際生組織 Erasmus Student Network(ESN)舉辦的活動，該組織是歐洲規模相當大的學生交流組織，幾乎在各大學都有據點。他們時常舉辦各種交流活動，有時也會提供價格實惠的旅遊行程，個人相當推薦來歐洲交換的同學可以去了解交換學校的 ESN 組織，除了各式活動資訊，ESN 的交流群組也時常有生活資訊分享，甚至連大眾運輸罷工等即時消息也會有人提供，是個獲取實用資訊的好管道。

四、照片（如有，請提供）



波鴻魯爾大學位在波鴻市南方森林區中，周遭環境綠意盎然，學校後方的植物園裡還有一座中式庭園——潛園，是當地的熱門景點之一。



學校的國際生交流組織經常舉辦各式各樣的活動，是認識其他國際生的好機會，在互動過程中也可以了解到各國不同的風俗民情。



在新生營認識的國際生彼此之間交情很好，經常聚餐或是相約出遊，因為大家都是到異國讀書的遊子，遇到困難時也會互相幫助，就像一起打拚的夥伴。

五、影音電子檔（如有，請提供）

無影音檔

六、其他

如果有關於到德國交換的問題，或是想了解西德生活的同學都歡迎寄信詢問我！

信箱：lee9006237@gmail.com

德國（歐洲）交換相關社團：

[台灣歐洲交換學生 Taiwanese Exchange Students in Europe](#)：臉書社團，歐洲各國的台灣學生經常在此交流，是蒐集各式資訊和找同伴的好去處。

[德國魯爾區臺灣同學會 Taiwanese Association in Ruhrgebiet（波鴻+多特蒙德+埃森）](#)：臉書社團，由在魯爾區各大學讀書的台灣學生組成，社團內會分享魯爾區的重要新聞和活動資訊，偶爾也會有徵才資訊，是該地區台灣人的交流平台之一。

[當我們同在德國 2](#)：Line 社群，由在德台灣人組成，社群內有許多在德國生活的實用資訊，舉凡簽證申請到日常生活疑難雜症，如果遇到問題都可以上去詢問，常常能得到熱心前輩的協助與解惑，是在德國生活不可錯過的實用社群。