

# 國立臺灣師範大學學生赴國外修習

## 返國後心得報告書

一、學生資料 填寫日期: 2025年1月7日\_\_\_\_\_

英文姓名(姓, 名): LIN YEN YI	臺師大就讀科系所、年級: 英語系四年級
修習國家: 德國	
修習校名: 哥廷根大學	
修習學院: 農學院	
修習科系: Go Explore Program 交換生學程(此學程歸農學院負責)	
赴外學期別: ___113___學年(民國年) <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 113年 10月 ~ 114年 2月	

### 二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
International Marketing - B.WIWI-BWL.0087	UnivProf.Dr. Yasemin Boztug, M.Sc. Jasmin Werner	6	1學期
Deutschkurs: Deutsch - Grundkurs 2 (A1.2)	Ayna Muhammedgulyyeva	6	1學期
Ethnic and Cultural Diversity in Germany (Modul: SK.AS.DK-09-EN)	Johanna El Ouardy	3	1學期

(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)

前話, 身為幫學校和新簽約學校的拓荒的「開路先鋒」, 我想先感謝自己有這份勇氣和毅力, 完成了這一學期的學期與交換生活, 也感謝學校持續和各國學校接觸, 才有讓我有此良機, 體驗一次靠自己的新鮮體驗。畢竟是第一批深入異地的白老鼠, 沒有先聖先烈的心得分享能夠參考, 只能參考同身為在德國學校交換的學長姐們之心得, 但還是不比當自己提著兩大箱行李箱, 站在一個完全沒有概念的大學城火車站上時, 那份非常真實的感覺:「開始了」。

和德國的淵源匪淺, 對於有遠度國外進修的自己來說, 這次出外令我的研究所方向更加確定, 甚至已經有開始考慮是否在幾年之後再度前往德國攻讀研究所的念想, 這次當作就是未來前往國外的一次「模擬考」, 不僅認識的是德國學術圈和課堂風氣, 更模擬的是, 在國外落腳進修時的必有心態, 非常幸運能夠在學生時代的最後一年, 能用相對低的機會與時間成本來爬梳自己未來的藍圖。

學得更多的是, 大學之外更廣闊的地方

說來慚愧, 自己在學校的課上反而收穫不比日常生活。哥廷根大學畢竟以理科為出名, 數學、醫學與生物學是為國內頂尖之系所。然而, 在下本家為語言與文化方面, 相關以英語之授課甚少, 德文雖不到全瞎全盲但絕不到能夠直接入堂聽講, 所以這次只能在有限的選擇中擇定一些尚能消化壓力的課堂, 並非能夠隨心所欲以興趣擇之, 所以在此可供後來者參考, 若是以理科攻讀為先的朋友, 憑著校內卓越的師資和豐富的資源與書籍, 絕對是豐收一世、滿載而歸。

雖然於課中所得有限, 但仍對德國大學的授課模式與氛圍有所震撼。其一, 課程註冊與考試註冊分開, 註冊了課程不代表就能考試, 必須註冊考試而考過之後, 或是報告和其他方式的期末通過之後才能獲取學分;其二, 大課(Vorlesung, 課程人數百人以上, 學生堂下聽教授講課的傳統課程)通常不點名, 學生也可以不到班, 就是完全地「還學習與學生」, 只要考試有本事考過, 學分自然到手。這兩點在臺灣的大學中是完全想不到的事情, 不過學校給與學生相對的學習自由, 自然學生也就會有相應的責任, 就是若考試沒過, 那就是乖乖等待下學期的機會, 無從和教授方討價還價。而課程種類除大課之外, 也有其他類型的課程, 如Seminar (研討課, 通常人數不多, 由教授帶領學生探討某領域的議題, 並要求學生期末交付研究報告結果), Übung(我自己稱補充課, 補充大課的一些比較艱深的概念), 還有實習與實作課等等, 課程種類繁多, 也比較能讓學生依自己的領域與專業需要選取相應的課程。

生活日常, 小而精緻

哥廷根位於德國下薩克森邦的最南端, 人口十萬人上下, 光註冊於哥廷根大學的學生將近三萬人, 是名副其實的大學城, 學風嚴謹, 雖然生活機能不比其他大城市的健全, 但是至少城內外各大超市和亞洲超市、雜貨店一應俱全, 只是小城市的娛樂稍嫌不足, 惟酒吧與電影院數家, 丘陵地帶, 綠意盎然, 週日之時, 自己獨愛找綠地一處踏青。若是受夠大都會的喧囂與繁雜, 想找一塊好地方清靜自己,

專心學業和整理自己的心情與未來，哥廷根再合適不過，即使在冬天有時積雪下雨而陰寒，但城中的聖誕市集(Weihnachtsmarkt)實在是一絕，是一處很好專注在自己，不受太多干擾的大學城。

當然，還是有一些國內「優良的傳統」還須謹記。如行人不要誤入腳踏車道，以免產生誤會和行走危險；週日各公家機關、各大商店和超市不會開，請記得不要在假日尋求公事聯絡，因為天塌下來也不會有人在崗位上和其他人聯絡，試著也給自己一個空白的假日，好好放鬆，並在週日之前確保自己食物庫存良好，塑膠瓶上若有標示Einweg千萬不要丟棄，請保存到下次去超市採買時，投入回收專用的機器，以€0.25／瓶的價格折扣，環保又讓窮學生眼睛一亮的好東西，莫錯過等等……。而哥廷根因地處德國中北部，位置遠離大都市，物價自然會比大都會的開銷還能再下修一些，所以也很適合小資學生生活之處(例如我)。

### 旅遊之行，阿彌陀佛

此趟有幸拓遍德國三十餘大小城市，全為獨旅。哥廷根雖隱身在德國的中北部，但細查火車班次之後才突然發覺，麻雀雖小，但其實到各大城市的班次，大部分都能夠有直達班次，從機場(無論是慕尼黑或是法蘭克福)都能直接到達；甚至能夠直達瑞士首都伯恩以及奧地利的維也納，到柏林也不過三個小時以內，四通八達。

若論在德國境內旅遊，先就說那最令人咬牙切齒且久仰大名的特色-- 德國境內火車的準點率，實在是低得不敢恭維，雖然之前早有耳聞，不過親身遇上的感覺還是天壤之別。各種延誤的理由包羅萬象，不過這已是陳年問題，冰凍三尺，非一日之寒，所以在德國境內旅遊，請擁有一定的包容之心，並且在排行程的時候也請在通勤當日將時間抓寬一些，以防有任何萬一，並且要注意：除了大城市的國際大站會有英語廣播之外，其他站只會有德文廣播，請務必下載德鐵的APP以備需要查看火車運營情況，延誤幾分鐘、或是有沒有更換進站月台等。(或是各位朋友跟我一樣想要聽廣播學德文那麼另當別論)，結論就是，阿彌陀佛，若不巧遇上了，心態上善若水，水來土淹，隨機應變，善莫大焉。(這方面實在非這裡三言兩語能夠講完的，若有興趣知道更多的火車甘苦談，歡迎聯絡我，有更多更精彩的故事能夠分享)

說完了旅行的頭號大敵之外，若各位像我一樣主政德國境內的旅遊，那麼我可斷言：您的旅遊開銷會比其他國家的境內旅遊還要低很多，受惠於學校提供學生每學期的雜費中都包含有：Deutschland Ticket(若單買，一個月是€58)此票適用於「德國全境的地區大眾交通運輸工具」，包含各地的公車、地鐵與路面輕軌等等，以及，鐵路上除卻高速鐵路與跨境列車(ICE, EC, IC)等的「區域列車」(RB, RE)，全部免錢，這對窮遊愛好者如我而言，非常的經濟實惠，只是如果遇上上一段的鳥事，就請多多擔當了。(同樣的，若有想聽取關於德國境內旅遊心得與推薦好去處，歡迎接洽)

### 歷史重區，文化相承

自小對歷史之著迷，讓我在這一趟的德國交換之旅，震撼人心。那些一張張只會

出現在書上的圖片，活靈活現地映在眼珠子中，而最令我感到佩服的是，德國對於歷史記憶與文化保存的手法。

二戰之後，德國慘遭盟軍地毯式轟炸，幾乎所有城市無一倖免，遭受到大小不一的轟炸（註：哥廷根被炸的面積不多，所以城中還有一些中世紀以來原汁原味的房屋與建築），不過在被轟炸以及戰敗的屈辱、分裂、又或者是再往前推的德意志第二帝國、普魯士王國以及神聖羅馬帝國，日耳曼地區真正在政治、文化和民族上的整合，其實僅僅不過三十五年而已。尤其是戰後的斷壁殘垣，讓我感到五體投地的是，他們選擇留下了一些當年被炸過的殘骸，選擇不重建，並且在這原處，選擇紀念那些逝去的人事物，就是令後來人——牢記當年之壯烈，萬望人類，不要走回頭路。看著那些歷史遺跡，實在是有一種說不出的無力與感嘆，但正是那樣的感覺，就是讓我們必須起身反思，如何再避免再發生同樣的悲劇，誠如在西部大城的波昂，西德歷史博物館中，我至今記憶猶新的一句話「Ihr habt keine Schuld für das, passiert ist. Aber ihr habt die Verantwortung für das, was jetzt passiert. (You bear no guilt for what happened, but you have the responsibility of what happened next)」

若各位對西歐歷史文化著迷如我，德國內地將會是一生必來之處，不僅是聆聽當年的刀槍與硝煙，緬懷過去；更能令我回到自己的鄉土，要如何去讓後來者記憶一塊土地所發生過的事情。就此處，能讓我忘卻那些德鐵誤點的憤恨，公家單位愛搭不理的辦事效率，當那些遺跡在眼前播送之時，腦中只剩下一想「來了真好」。

即使聽來客套，但是心中肺腑；即使在校所得不多，但我有此一遊，是我在大學做得最正確的決定。因為，學得更多的，就是在學校之外，這個民族，這個社會，這個國家所傳達出來的氣息。交換生並不會像在Instagram上那些光鮮亮麗的貼文或是限時動態，多的甚至是生活中的大小瑣事，甚至有時候會有無助、暴怒，或是思鄉的時候，這些都是非常正常的心態，因為這即是跟純旅遊的最大差別之處。千萬不可抱著「出去玩」的心態來看待交換生活，否則一二鳥事就足以讓人頭疼；月有陰晴圓缺，人有旦夕禍福，生活，亦如是。學會去包容樂事與屁事，學會珍惜那些令你開懷之福（例如在德國，就是搭到一次沒有誤點的火車，足以讓我一天心情美好），學會放下那些令你惱火之禍，此心態不僅是在德國，也適用於任何想要出國交換的朋友。

哥廷根，一處專注自我的好所在，又得以總覽德國百態，若嚮往德國且想放慢腳步認真生活之人，歡迎來到哥廷根，回到自己，找回自己真正的「生活」。

附註：在下不才，1500字實在難以盡抒心中所想，如果大家有意看更多關於德國交換申請與生活、旅遊、文化體驗、開銷方面的全面認知，在下有製作一本關於交換生活的完整版全攻略，歡迎聯絡我以索取～

四、照片(如有, 請提供)





\*編號由左往右，由上往下

1. 我居住的宿舍，月租370歐元，地點不錯(離超市、公車站和學校都很近，也離我的健身房不遠)但環境偏有待加強(新落成的還有多處在施工，隔壁的哥廷根大學醫院時常會有直升機跟救護車，還有一塊空地在施工，有時候很擾人清夢)
2. 到達哥廷根第一天的火車站(我是從法蘭克福機場進出，到達哥廷根搭乘高鐵的話一個半小時，若從慕尼黑的話需要三小時，也能夠直達)
3. 哥廷根大學的藥學院，原汁原味的十六世紀到現在的老建築(大學城的校區都是散落在某一區的各處，所以在選課時也可以注意一下自己的課堂在那裡舉行)
4. 哥廷根老城市內的中世紀建築與街道
5. 哥廷根大學的圖書館 (不過外觀風格很Bauhaus，問過很多在地的大學生它們都說有點太違和)
6. 冬天積雪的哥廷根(夢幻無比但小心地滑，冬天來的請備妥抗滑的鞋子)
7. 從我的宿舍房間看出去的風景(哥廷根大學的政策似乎是，交換學生都有保證住宿，只是要給他們一些時間去找，因為哥廷根找住宿聽說是全德國數一數二難的地方，很容易大排長龍。我住的屬於單人房搭配三個室友共用衛浴和廚房，德國的宿舍幾乎都是混宿)
8. 學校的咖啡廳(Central Cafe) (哥廷根全校我記得有六間學生餐廳，但半數是全素食的，我也只會去最大的Mensa吃飯。哥廷根大學的學生餐廳也是德國排名數一數二好的，品質都還不錯且很實惠，是不想自己煮的時候最方便的外食選擇。而這咖啡廳是在中央校區的另外一邊的地方，專賣輕食與簡單飲料，也適合在這辦公讀書，只是尖峰時段也是人潮洶湧)
9. 另外一個角度的圖書館(在圖書館的對面有另外一棟是自習室，只是需要進入登記才能使用，圖書館平常的自習區其實也很多人，所以喜愛在圖書館讀書的要喬好時間進去佔位子)
10. 德國冬天限定的聖誕市集 (如果是冬季學期交換的，請一定一定一定要去，德國每一個城市都會有自己的聖誕市集，從十一月底開到聖誕節前，是歐洲非常美妙且優良的傳統，圖為在西柏林最大的聖誕市集，氣氛魔幻，記得去買杯熱紅酒和烤香腸來吃，學校在聖誕節也會有兩個禮拜的期中長假，哥廷根的聖誕市集雖然不大大盛大，但在老城中是非常溫馨的一個

市集, 如果冬天在德國的各位, 一定一定一定要體驗一次!)

## 五、影音檔(如有, 請提供連結)

[https://drive.google.com/file/d/1KH2bbQOU1GOjPrbTTpc29rcA2bIRbkj4/view?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/file/d/1KH2bbQOU1GOjPrbTTpc29rcA2bIRbkj4/view?usp=drive_link)

[https://drive.google.com/file/d/1KQMqBvbOfUVsfx8FjN-v7xB-THQoP\\_8w/view?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/file/d/1KQMqBvbOfUVsfx8FjN-v7xB-THQoP_8w/view?usp=drive_link)

上兩支影片就是哥廷根最大宗的娛樂: 踏青(如果你跟我一樣愛好和山水相處, 這裡真的是再適合您不過。哥廷根的周邊步道林立, 甚至也可以搭公車或火車到隔壁小鎮走一走, 放鬆自己的良處)(講得自己有夠老

## 六、其他

如果看完心得分享還有更多的未解之處或是疑難雜症, 以下是我的聯絡方式, 非常樂意向各位再更詳細地講解關於德國生活的方方面面, 甚至是一些對於這個國家大環境之下的社會和人民, 以及有剛才提到的德國交換實錄全攻略, 歡迎大家跟我索取!

電子郵件: [ethanlin4512@gmail.com](mailto:ethanlin4512@gmail.com)

Instagram: baifengmu.9264