

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 2025/03/13

英文姓名 (姓, 名): Chen, Yuan-Cheng	臺師大就讀科系所、年級: 英語系大四
修習國家: 德國	
修習校名: 法蘭克福歌德大學	
修習學院: 語言文化藝術學院	
修習科系: 漢學系	
赴外學期別: 113學年 (民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 2024年10月~2025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
AkadeMi Gruppe A (Niveau A1.2)	Djamila Lahreche	9 ECTS	2024/25 冬季學期
English Escape! Escape games & gamification in the EFL classroom [FD 3...] - Single View	Jules Bündgens-Kosten	0 ECTS	2024/25 冬季學期
Ausgewählte Themen aus dem Bereich der chinesischsprachigen Literatur: "Sinophone Literature in the Cyberspace" [W2-S] - Einzelansicht	Yang, Zhiyi - Einzelansicht	0 ECTS	2024/25 冬季學期
TINFLAQ*-only Training im Kraftraum	Alex Deutschmann	0 ECTS	2024/25 冬季學期
DIA-Deutsch Intensivkurs für Austauschstudierende	Djamila Lahreche	3 ECTS	2024/25 冬季學期

三、心得分享

在德國的這半年間，我體驗與學習到了許多。

因為一開始的計畫並非以取得學分而申請交換，所以我將修課的比例放得相對較少，只有修習德語課程與其他兩門課程。我在學期開始前一個先提前出發，去歌德大學上了一個月的密集語言課程，同時也在這個月間先處理宿舍、交通及選課事宜。

歌德大學的宿舍數量不多，我很幸運地被分配到了位在體育校區旁的單人宿舍，樓下走路約五分鐘可以到超市，附近也有公車站及輕軌站，交通上非常便利。宿舍內設有小冰箱、洗手台，廚房、廁所和浴室則是與同一條走廊上的其他學生共用。和台灣的宿舍比較不同，這裡的宿舍沒有分男女宿的概念，因此常常會在廚房或浴室撞見異性，淋浴間也沒有分男女使用。不管是搬進宿舍後或是要搬出宿舍回國前都需要去法蘭克福的戶政事務所辦理入籍與除籍，在網路上可以直接預約比較近的辦公室與可以預約的時段，有些時間可以直接不需預約，現場抽號碼牌。

在德國，大部分的行政流程都需要預約，而我個人認為最麻煩的是在預約過後要藉由信箱的郵件確認預約這件事。我曾經預約了一個除籍時段，但因為沒有注意到信箱中需要在一小時內點擊「確認預約」的信而只能再申請一次，而我身邊也有朋友因為沒有點擊德國鐵路公司寄發的該信件而被視為「未完成取消訂閱交通月票」，因此白白多付了好幾個月的車票錢，等到回到台灣，帳戶被扣完錢變成負債才收到通知。

歌德大學給予學生的福利相當多，其中一個便是交通的月票。德國的49歐月票（自今年初開始價格上漲為58歐）可以在一個月內無限次搭乘所有除了高速列車之外的車種，在其他地區的大學，學生的學生證大多只能享有購買月票的折扣，但是歌德大學的學生證可以直接抵免月票使用，不需要再額外付費。搭乘德國的公共運輸基本上不需要刷卡，但是在車上會有隨機查票的查票員，如果被發現是來坐霸王車的話就會直接被罰60歐。

除了交通部分的優惠之外，歌德大學也與許多法蘭克福的博物館合作，只要出示歌德大學的學生證便能夠不限次數免費參觀多達十幾個博物館，旨在鼓勵學生利用課餘時間多進行探索，並培養更深厚的文化素養。

在法蘭克福，生活所需的開銷與台北相差不大，但是在飲食方面就有相當大的差距了。在外面的餐廳用餐的話，即使是相對便宜的速食也在一餐10歐以上（約台幣340圓），如果是正餐的餐廳更是要20歐才能吃到正餐的餐點。考慮到外食的價格偏高，我在這半年

間大部分時間都會去學生餐廳吃飯，或是去超市買食材自己回宿舍煮。歌德大學的各校區都有設立學生餐廳，在占地較廣的 Westend 校區中甚至有複數個不同規模的學生餐廳可以選擇。因為學生來自許多不同的國家，學生餐廳的菜色也不限於西式的餐點，還會有炒飯或是炒麵這類的品項可以點，每天的菜色也會換，大一點的餐廳除了主菜之外也有沙拉、每日例湯和甜點可以選擇。在學生餐廳，使用學生證可以享有優惠，費用和外卖相比起來差非常多。舉例來說，在外面餐廳一碗濃湯要價6歐，在學生餐廳只要1.5歐，甚至在平日下午三點過後的打折時段只要0.5歐，而且湯本身的份量是差不多的。雖然我身邊的台灣同學似乎不太喜歡學生餐廳的口味，但我自己很喜歡（喜歡到可以專門出門一趟去學校吃的程度），所以這部分可能還是要看大家的飲食習慣。德國的飲食口味偏重（重鹹或重甜居多），如果習慣吃清淡一點的食物的話還是在家自己準備會比較好。

在語言方面，我很慶幸自己在去交換之前有先學一點基礎的德文。法蘭克福的人們大多都會講英文，但是在他們的文化中，不管是什麼面孔，他們都會先用德語與人溝通，真的沒辦法對話時才會切成英文，且交通工具的廣播、路上的標誌等等大多也只有德文，因此如果會一點簡單的德文的話，在日常生活中會方便許多。在德國的火車常常誤點甚至取消的情況下，及時聽懂自己的火車到底會不會來、需不需要另外找車子搭大概是最重要的。

法蘭克福的治安在部分人的心中或許並不是很好，但是比較危險的地方其實只有火車站周邊，在白天的時候幾乎不會看見街上有遊民或是鬧事的人。我曾經在凌晨時和其他幾個女性朋友坐火車和輕軌回宿舍，一路上也都蠻安全的。或許法蘭克福相較於其他城市比較偏向商業性質，觀光價值相對沒有那麼高，但我認為在交通的便利性以及文化的多樣性上，來法蘭克福交換是個非常棒的選擇！

四、照片



與朋友去史特拉斯堡參加聖誕市集，即使是流動攤販，仍然有可以用電子支付的攤位。

在沒有上課的空閒時間為自己規劃國內或國外的小旅行。

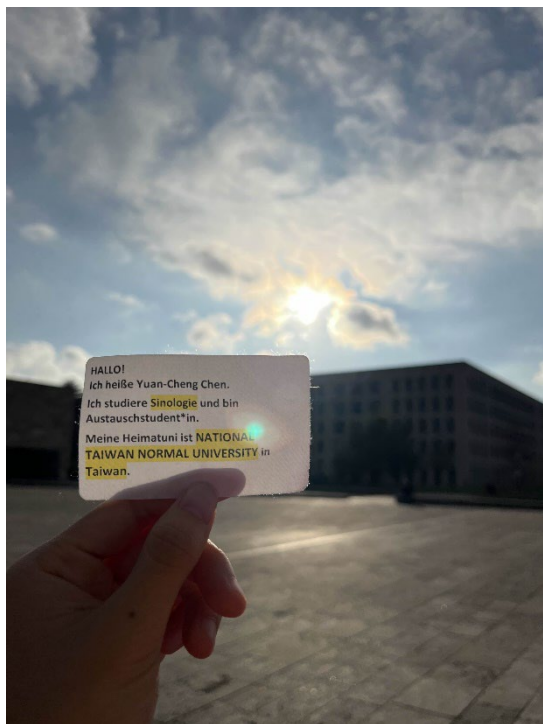


十月時剛好碰上德國的啤酒節，每個城市都會有自己的市集！



只要在特定的博物館出示學生證，便可以免費參觀法蘭克福的數間博物館。

受歌德大學邀請，參加交換校博覽會，為其他歌大的學生介紹師大。



宿舍常常會舉辦活動讓住宿生參加，例如圖中的烹飪課程。



學校的學餐，主餐和附湯是4.6歐。最大的學生餐廳會提供四到五種主餐選擇，菜單上也會明確標示出每樣餐點的過敏原、碳排放量等資訊。



九月中時在法蘭克福歌劇院舉辦的免費入場活動。觀眾可以自由走進音樂廳欣賞自己有興趣的表演，也有許多家長帶著小孩來參觀歌劇院。



歌德大學 Westend 校區前的公車站。在德國等車不用招手，司機只要看到有人在站邊就會停下來。公車站僅貼有時間表，沒有即時的到站資訊。



在聖誕節時喝一杯熱紅酒是歐洲許多國家的文化，在德國也不例外。即使過了聖誕假期，人們還是會在微涼的日子裡買一杯熱紅酒來暖暖身體，許多地方也有推出無酒精的香料飲品，讓顧客有更多選擇。



法蘭克福有許多來自不同國家的人們，因此在飲食文化上也相當多元。除了中式、日式、中東料理及印度料理之外，甚至還有台灣小吃店！



我的宿舍位於七樓，從窗戶望出去剛好能看見西邊的天空。從窗外看出去剛好能看見體育校區的宿舍，更後面是體育場。歌德大學的體育課採在學期開始後讓學生自由報名的制度，有部分課程會在這邊上課。



搬離宿舍當天。宿舍內的暖氣及水電都包含在租金內，不需要額外支付。我抽到的房間是最便宜的房型，高級一點的房型會有私人衛浴及小廚房可以使用，隔音也相對好一些，不過對我來說這樣的房間就已經很足夠了。唯一美中不足的地方大概是我的身高不夠高，所以比較上面的架子只能拿來當裝飾，沒辦法放東西。有些房間會有前一個住客留下來的床單或寢具，有些需要自己準備。