



2019

國際交換學生報告書

NATIONAL CHINAN UNIVERSITY
國立暨南國際大學管理學院

謝佩薰

國際企業學系四年級

交換國家：德國

交換期間：1072

*系主任審核：

CONTENTS

01 行前準備.....	1
02 關於奧斯納布呂克.....	2
03 學校與課業.....	3
04 日常生活與活動.....	4
05 心得.....	6
06 照片集錦.....	7



01 行前準備

交換學生申請

我們學校的國際交換生申請分為秋季班(上學期)及春季班(下學期)。秋季班的申請時間通常為每年2-3月，春季班則為每年的9-10月。

國際處甄選交換生的兩大指標為語言能力及在校成績。因此建議有計畫出國交換的同學盡早做準備，維持良好的課業成績，並考取英語檢定、學習第二外語等等來達到姊妹校所規定的語言門檻。若能參加第二外語的檢定並通過，也能大大在甄選時為自己加分。

取得交換資格後

1. 註冊姊妹校交換生計畫
2. 申請宿舍
3. 開立德國限制提領帳戶(辦理簽證時所需的財力證明)
4. 辦理德國簽證 (盡早辦理，熱門時間需等待兩個月才能拿到)
5. 確認出發時間後買機票
6. 與姊妹校配對給我們的Buddy先透過網路相互認識熟悉

02 關於奧斯納布呂克



Osnabrück位在德國西北部的下薩克森州內，目前有165,500居民，為下薩克森第三大的城市。西元780年查理大帝將Osnabrück作為主教駐地，於西元1648年和Munster簽署了威斯特伐利亞和約，而被稱為「和平城市」。城內有兩所學校，一所為Hochschule Osnabrück (奧斯納布呂克應用科技大學)，也就是我進行交換的學校；另一所則為Universität Osnabrück (奧斯納布呂克大學)。

相較柏林或漢堡等一級城市，Osnabrück純樸許多，這裡沒有高樓大廈，也沒有密集的地下地鐵或陸上輕軌系統，只有公車，許多人也會選擇騎自行車。雖然看似不便又無趣，但這也因此讓這座城市格外恬靜，也保有傳統文化，能夠接觸到最道地的德國人。

03 學校與課業

奧斯納布呂克應用科技大學

Hochschule Osnabrück

我在奧斯納布呂克應用科技大學交換的系所為**Business Management and Social Sciences**。這一學期我一共修了四門課程，除了德文可以外，其他都是我在暨南沒有接觸過的領域，所以對我來說挺有趣的。

- **Behavioral Economics**

行為經濟學這門課為經濟主修的進階課程，對我來說有些困難，建議有良好經濟底子再來修會比較能夠融會貫通。另外，這堂相當重視課前預習，每週皆須將預習內容做成一份summary交給教授評分。上課方式活潑，常會透過許多小活動進行實驗來證實個個行為經濟學理論，相當有趣。

- **International Human Resource Management**

國際人力資源管理這門課主要是以假設自己是一位人資顧問的情境來進行，該如何協助一名國際企業的員工外派他國工作，包含事前需要做哪些準備、了解他國企業的文化、安頓當地居所、協助配偶就職等等。



HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

03 學校與課業

- **Logistics, Procurement, and Production**

物流、採購與生產是我最喜歡的一門課，主要原因是這門課的教授相當親幽默風趣！課程教授的方式是利用ppt呈現並請學生馬上抄下重點筆記，聽起來相當枯燥乏味，但教授卻能將整堂課變得非常生動，時不時說一些幽默的話逗得學生哈哈大笑，也更有精神專注學習。除此之外，我之前一直對產品生產作業與物流這方面抱好奇心，透過修習這門課讓我獲益良多。

- **Deutsch 2**

我在暨南已經修過德文(一)上下及德文(二)上，有一定基礎，因此我直接選修德文第二級的課程。但後來我發現這個級別對我來說還是稍微簡單了一些，許多內容我皆已經學過，不過我就把它當作復習，加深印象。

我覺得這堂課非常有趣，有別以往學習語言的枯燥教學模式，每堂課都會進行隨機分組互動討論，一方面熟悉全搬來自世界各國的同學，一方面透過情境角色扮演來練習口說。老師在課堂上也時常使用德文教學，刺激同學們的聽力。



HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

04 日常生活與活動

奧斯納布呂克是個純樸的小城市，也單純就是個大學城，因此沒有什麼觀光景點或大型遊樂場等等，所有休閒娛樂都圍繞在Altstadt(也就是舊城區)周邊，幾乎所有購物、餐廳、酒吧、戲院都集中在那。而Altstadt位在我住的宿舍與學校正中間，也是轉車的地方，雖然幾乎每天都會經過，但考量到自己為窮學生的經濟狀況下其實也不會常在那閒逛消費。

覺得我在奧斯納布呂克的日常生活挺單純的，有課的日子就早起搭公車通勤一小時到學校上課，有時自己準備午餐，有時去學校食堂吃，下課後就搭公車回宿舍休息或和樓友聊天聚一聚。我幾乎每天都自己下廚處理三餐(這是我在台灣從來沒做過的事)，不僅省錢也才能吃得到自己喜歡的家鄉味! 每天和樓友們一起在廚房當大廚的時光，雖然看似是相當平凡的每日例行公事，但對我來說卻是交換半年期間最珍貴的時光。我們一起去超市採購，一起絞盡腦汁想著今晚要煮什麼，一起努力研發家鄉味讓對方嚐嚐，一起抱怨著煮完飯就懶得清洗鍋具....等等。每天廚房裡總是被異國料理的香氣充滿，台灣味、越南味、印度味、義大利味、中國味、墨西哥味，時時刻刻都在期待今天會出現哪個國家的特色美食!

這學期中還有幾項有特色的活動:

- **Climbing Tour**

這是在學期初國際處舉辦給所有國際生與Buddy的戶外繩索攀岩活動，透過活動認識彼此、培養團隊默契。這個活動是德國相當普遍的春夏戶外活動，能夠透過學校包場來體驗極具挑戰性的繩索攀岩真的非常開心，我因此在活動過程中也認識了許多來自不同國家的其他交換生，成為日後的好朋友，一同出遊。

04 日常生活與活動

- **International Buffet**

這個活動是宿舍中的樓友們發起的一場午後聚會，大家各自準備屬於自己國家的特色美食。我準備的是台灣的消夜美食鹹酥雞和夏日清涼消暑的綠豆湯，兩道佳餚都做得相當成功！大家對鹹酥雞的評家都相當好，其中一位義大利同學一口接一口就默默把整盤吃光了，我都還來不及多吃幾塊呢！西方國家的同學對於綠豆湯較難接受，因為豆子加上湯的組合對他們來說應該是鹹的口味，但綠豆湯卻是冰冰涼涼的甜味，他們覺得吃不習慣，同時有覺得很新奇。這場聚會總共有來自10個國家的美食，包含義大利、台灣、越南、伊朗、埃及、印度、加拿大、英國、泰國、墨西哥，光品嚐這些道地佳餚就感覺自己環遊世界了呢！

- **Maiwoche**

這是奧斯納布呂克每年五月非常盛大的節慶，在Altstadt為期一週的時間，每天都有音樂、市集、美食和美酒。其中最有特色的是每到這個節慶才品嚐得到的五月草莓酒，一杯粉色的草莓氣泡酒放入幾顆新鮮草莓，爽口又美味！下課過後含朋友一起過去喝一杯配上傳統德式佳餚，一邊聽著live band的表演，格外享受。

05 心得

半年的交換生活過得飛快，也是我目前人生中過得最驚奇的一段時光。從第一個月於身在一個東方面孔極少的城市而感到不安，與德國人社交時感到挫折，到後來慢慢找到自己的生活重心，也試著自在大方地和外國人相處，在超商結帳時能夠輕鬆地和店員對話。我覺得所有事情其實沒有剛開始想像中的困難，大多是自己給自己太大的壓力，甚至是侷限自己所能挑戰的事。只要心態轉一下，用輕鬆的心情面對，一切都會順利發展的！

另外，藉由隻身在異鄉生活訓練獨立自主，在金錢上也學會更加精打細算，將有限的預算做效益最大化的分配。因為平常都在宿舍自己煮、鮮少外食、也不常購物，省下來的錢便能拿來當作旅遊基金，當一個背包客走訪歐洲多個國家，開開眼界。還有一項很重要的是，這段在異國生活的期間讓我學換來自不同國家與文化背景的人相處，我覺得這是非常難能可貴的！

最後，若是真要說一件有點遺憾的事，那就是沒能在交換期間將德文口說練得流利吧！生活上與多國交換生相處大多還是以英語溝通為主，只有到市中心或是超市才會用到德文。但認真反思後，其實我認為是自己在口說這方面自我要求不夠高，並沒有積極抓住任何練習德文的機會，希望在回台灣後仍能持續維持德文學習，持續進步。

06 照片集錦



06 照片集錦

