

教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修
之留學生成果報告書

約翰.克卜勒大學 留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學翻譯學系四年級

獲獎生姓名：李○茜

研修國家：奧地利

研修學校：Johannes Kepler University Linz

獲獎年度： (由國際交流組填寫)

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，至少 3000 字及 6 張圖片(含說明)，12 號字：

- 1.緣起/準備（可就交換生甄選準備、出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）
- 2.研修學校簡介（可就該**研修學校特色**等事項進行陳述）
- 3.國外研修之課程學習(可就該校**選課程序及狀況、上課情形、學習成效**進行陳述分享)
- 4.國外研修之生活學習(可就**參加之社團、課餘活動或與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗**進行分享)
- 5.國外研修之日常生活(請務必就**交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食**等事項進行陳述)
- 6.費用篇(請就**每月生活支出或研習期間必要支出等費用**進行陳述)
- 7.此次研修經驗的具體效益(請條列式列舉)
- 8.感想與建議

1.緣起/準備

早在進入長榮大學就讀前，我就計畫好要申請交換學生了，主要是為了學習德語以及增廣自己的視野，看看地球另一邊的世界是甚麼樣子。校內初選必須先考英語聽力，再全英語面試，同時也必須達到多益 785 分的標準，若所有程序都通過了，就可以開始準備機票還有簽證等行前準備了。

機票的部分，我是選擇搭乘華航的直飛班機，使用國際學生證可以享有優惠，來回價格大約是四萬五千元，越早買應該會越便宜，我個人則是買得比較晚。簽證則必須奧地利台北辦事處的網站上下載一年的簽證表格，填好後再到台北的辦事處申請簽證，簽證所需的資料還有歐洲旅遊醫療保險、銀行財力證明、出生證明、戶籍謄本、良民證、歐洲學校的入學許可書、住宿證明及護照個人資料頁影本，所有文件都是英文版，出生證明、良民證及戶籍謄本還須拿到法院公證，再拿到外交部領事局公證，過程其實很麻煩，簽證費用七千多塊再加上文件公證的費用全部大約要一萬多塊，而簽證則是到奧地利後再到當地的市政廳(Rathaus)領取，到時還得付大約四十歐元給他們。

接機部分，由於 JKU 有所謂的學伴(mentor)組織，在出發前，他們就會與你聯繫接機事宜，問你是否需要接機或者到林茲火車站(Linz Hbf)接你到宿舍，其他關於生活及交通還有一些大大小小的問題他們也都樂意幫你的忙，所以其實可以不用太過擔心。

2.研修學校簡介

JKU 位於上奧地利州的城市 LINZ，是一所綜合性的國立大學，主要是以商業及自然科學類為強項，語文人文類則幾乎沒有特定的系所，但是奧地利年輕人絕大部分的英文都不錯，至少基礎都不會差，春秋季開學時間大約是每年的三月跟十月，且假期很多，對交換生來說有蠻多時間可以到處走走的。



(JKU 校園一景，圖書館前)

3. 國外研修之課程學習

交換生大多都在九月時抵達，參加 ORIENTATION 接著再上密集的德語課程，直到開學前幾天。在這期間會開始選課，交換生幾乎都是上以英語授課的課程，我上比較多是英文課跟討論文化差異的課程，還有關於商業類的課程，但對沒有甚麼商業基礎的我來說覺得有點難度，需要很認真才過的了，但真的鼓勵大家可以去上看看，就算沒有過也是一種新的嘗試跟體驗。

交換生也都可以免費上德語課，依你的程度來選擇你要上哪個等級的課程，上課方式跟台灣很不一樣，不是坐在底下聽老師上課而已，課程中有很多兩兩互動及組別互動的方式，以對話或遊戲來練習剛剛所教到的文法還有單字，老師也會以聊天的方式來跟大家對話，問問大家周末去了哪裡？做了什麼事？等等的，整堂課下來有很多可以練習口說的機會，也因為是全德文授課，有時候都會像鴨子聽雷，但久而久之就會聽習慣並知道要找關鍵字來推敲老師在講什麼，並能夠聽懂大約百分之六七十，對德文聽力也有不少幫助。

大學裡大部分的課程都很重視自我學習，也就是你課後要自己花時間去讀，課堂上老師則是負責引導及解惑，而 JKU 英文課要做的事很多，如果平時沒有按部就班去做，期末會很痛苦！反之，如果平常有跟著進度去自我學習，對英文也有很多幫助！



(圖為我常吃的自助式蔬食餐點，通常主食為白飯，蔬菜種類不多，通常都是花椰菜、馬鈴薯、紅蘿蔔之類的，再加上薯餅或蔬菜餅，湯要另外算錢，水免費喝，我個人覺得還不錯，大概一週會吃個兩到三次。)

至於住宿方面，大多數的交換生都住在 JULIUS RAAB HEIM，但經過一番比較後，我決定住在離學校只有四站電車站距離的 AHL，原因是他雖然是雙人房，但是是獨立的兩間房間，兩人共用衛浴及廚房，我覺得有自己的獨立空間及兩人共用的廚房很不錯，空間也不算小，一個月 300 歐，同樣的房間在 RAAB HEIM 要貴得多！雖然 RAAB HEIM 雙人房（無隔間也無廚房）的價格比 300 歐便宜，但煮飯還要到公共廚房實在不怎麼方便，且在奧地利交換很長要自己下廚，畢竟外食不方便又太貴了！經過一番比較下來，AHL 的性價比實在是很高，宿舍裡也有打掃人員會打掃公共環境，地下一樓有宿舍酒吧及洗曬衣間，管理員也很好，若要使用大烤箱，二樓也有公共廚房讓大家使用，廚具都很齊全，宿舍外也有漂亮的公園綠地，環境很棒！推薦給即將要到 JKU 讀書的大家。



(圖為宿舍外的公園綠地，很適合烤肉野餐或帶小朋友來玩，右手邊的那棟建築物即為 AHL。)

6.費用篇

以在林茲生活來說，其實不會花費到很多錢，因為通常都在家自己煮，較少外食，以我個人為例，每週到超市購物買菜的錢，通常約 15 歐左右（我不買肉類及葷食）就可以吃得很好，若買肉的話就會更貴，平均外食一餐約 10 歐上下，一個月的伙食費要掌握在 100 歐以內不會很困難。另外，若有繳奧地利的健康保險，每月還要再繳 55 歐元，但這個繳不繳看個人。

通常交換生在放假時都會出去旅行，這很難說大約會花多少錢，因為交通的錢要看早買或晚買，越早買都越便宜，還有距離的遠近。住宿的話若住在青年旅館的多人合宿就會比較便宜，或是 airbnb 上也有蠻多經濟實惠的選擇，但也要慎選房東，不要因為便宜就訂了。



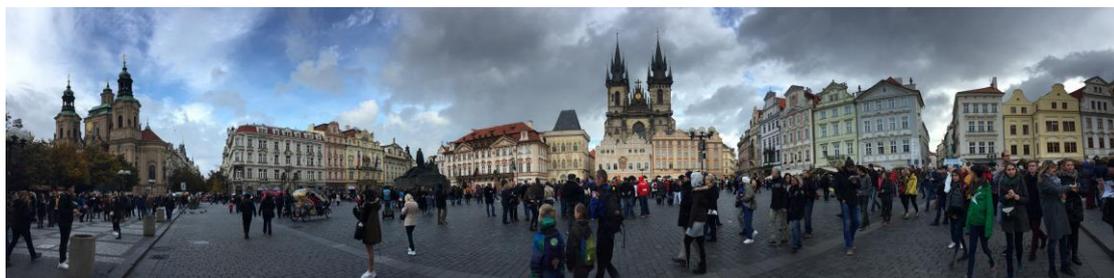
(圖為奧地利常見的 SPAR 超市，因為離宿舍最近，是我最常去買菜的超市，價位中等不貴，品質 OK。在奧地利常見的超市還有 BILLA 跟 HOFER，前者的價位算是最高，品質也最穩定新鮮，後者價格最便宜，我也常會坐車去買，東西很多蠻齊全，但品質較不穩定，東西也不一定會一直都有。)

7.此次研修經驗的具體效益

- ✓ 可了解歐洲教育與自己國家的差異
- ✓ 可增廣自己的眼界世界觀
- ✓ 可透由自己在外生活培養獨立能力
- ✓ 藉由旅行能讓自己認識不一樣的人事物，看到課本上才有的景色的感覺真的很感動！
- ✓ 語言方面的進步
- ✓ 廚藝大躍進

8.感想與建議

在交換前，有很多的期待與幻想，有些幻滅有些實現，但不論如何，我相信不管到世界各地何處交換的人，都會有不同的體驗和收穫，儘管一群人去到同一地方，每個人所看到集體會的不同，那些都是別人無法複製與取代、專屬於你自己的人生閱歷。我從來沒有想過自己可以獨自去那麼多地方走跳，交通住宿行程全部一切都自己包辦，也沒有想過自己會過著幾乎天天自己下廚，甚至享受下廚的日子，也很難相信自己有一天會在國外的大學上下課，每堂課都很有挑戰、上台用英文報告也是自己從未做過的，雖然有時壓力很大很痛苦，但我只能說熬過來就是你的了！建議各位即將去交換的大家，可以隨時寫下自己的觀察跟心情記錄下來，否則很多事都隨著時間而煙消雲散，若記錄下來，以後就能翻閱回味那段美好又帶點苦澀地交換歲月，當然，多多拍照記錄也是必要的。



（布拉格廣場的全景照。）