

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

JKU 留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學國企系 4 年級

獲獎生姓名：吳孟蓁

研修國家：奧地利

研修學校：Johannes Kepler Universität

獲獎年度：101

※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.研修學校簡介及學業篇（可就該研修學校特色、選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述）
- 3.國外研修之課程學習(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)
- 4.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)
- 5.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)
- 6.感想與建議

準備

其實在大一的時候，就一直有想要到奧地利當交換生的想法，只是到了大四後，就快要畢業了卻還不知道畢業後要幹嘛，所以就跟朋友一起報名參加交換生的徵選。一方面可以出國感受不同的環境，一方面也可以認真思考回台灣以後到底要幹嘛。

原本是打算跟朋友一起到韓國當交換生，但後來又覺得既然都要出國了，不如就選擇離台灣比較遠、而且還是原本就一直很想去的歐洲。

有去聽之前到歐洲當交換生同學的分享，所以當時也很掙扎到底是要去捷克還是奧地利。畢竟捷克物價低，也不用自己煮飯，吃餐廳也便宜便宜的，但又覺得奧地利是大一的時候就想去的國家，不過要自己煮飯，物價又高，所以當時在選擇國家的時候，其實滿掙扎的。後來因為 2012 年有跟學校一起到德國的關係，認識了德國寄宿家庭，問了他們的意見和討論之後，最後還是選擇奧地利，還是忠於自己最剛開始的選擇。

因為我們要去一年的關係，所以我們要辦居留證。剛好我們的居留證申請文件今年改新的版本，所以網路上根本沒有範例文，光是填這個文件，就花了很久的時間。加上還要把文件翻譯成英文、找公證人公證、之後還要去認證，就花了很多時間，也花了很多錢。不過幸好居留證申請通過，能順利到奧地利。

我們五個交換生，是一起搭同班飛機，一同前往奧地利的。因為事先有跟自己的 mentor 連絡過，所以知道怎麼從維也納機場到 LINZ 車站。剛抵達維也納機場，覺得空氣無比新鮮，而且也很乾淨！還記得那天是大晴天，心情也跟著好起來了。同時也遇到了一個成大的交換生，一問之下原來都是 JKU 的交換生，所以我們就一起到 LINZ 了。

抵達 LINZ 火車站後，各自的 mentor 把我們接到宿舍。做了一些基本的周邊介紹後，就帶我們去辦一些抵達奧地利後該辦理的文件。

學校

JKU 位於 LINZ，是在奧地利的最上方。從火車站到學校，只要搭 1 或 2 號 Tram 即可抵達。時間大約是 23 分鐘。

對於學校覺得很特別的是，學校餐廳的地下室，竟然有酒吧！校園裡面也有湖，湖裡面有鴨子在游泳。有時候在戶外的餐廳也會準備烤肉供應學生做選擇，下課時也可以直接坐在戶外的桌椅上吃午餐。校園裡也有大草皮，所以夏天時常常可以看到學生坐在草地上讀書。

課程方面，我們被要求要選到 20 學分，但下學期我只通過德文 6 學分。在 JKU 很多課程是需要有知識的背景，所以選上了，但要能通過是很困難的。有時候，也不太懂老師要的是什麼，難以達到老師

的標準。德文課是我上下學期都有修的課，對我們交換生而言，也算是比較容易的課。因為是從基礎開始，所以我們這些交換生都有修。因為奧地利是講德文的關係，所以會一些基礎的對話，對我們生活會比較方便。

覺得國外上課和台灣不一樣的地方是，在台灣上課時間都是固定的，而且老師大多偏向考試來打分數。但是在奧地利，有些密集課集中在一兩個禮拜或是每個禮拜六上完就沒了，老師打分數的重點在於學生課堂上的表現，還有口頭報告跟書面報告。

文化交流

每兩個禮拜，都有會一個交換生的活動，叫做 Stammtisch。主要是讓每個國家的人準備代表自己國家的食物。大致分為：亞洲 Stammtisch、英語系國家 Stammtisch、西歐 Stammtisch、中歐 Stammtisch、南部國家 Stammtisch...之類的。

而亞洲日我們台灣準備的食物有波霸奶茶、滷肉飯、番茄炒蛋還有炒雞肉。不得不說，亞洲的 Stammtisch 是最準時的一個！八點一到就開始排隊等食物，大概九點食物就被其他交換生搶光了。比起其他國家的 Stammtisch 九點多才開始，我們算是最準時的了。

日常生活

我們住的地方是 Raab Heim，而我住的是雙人房，一個月是 240 歐，大約每兩個禮拜就會有清潔人員幫我們打掃房間跟換床單，但是還是要保持房間的整潔，如果地板上太多東西，可是會被投訴的。

因為我們也有居留證的關係，所以一到 LINZ 後，mentor 就帶我們去辦 aktivpass 了！那是一種一個月只要付 10 歐，就可以搭 LINZ 的 tram 和公車的車票。

在奧地利的這段時間，我幾乎都是自己煮飯。因為在外面吃一餐，大概就要十歐了。其實我在台 h 連米也沒洗過，根本完全不會煮飯。所以剛到奧地利時，其實都不知道該吃什麼、該煮什麼。Raab Heim 附近有四間超市，大概是走路就可以到達的。超市對我們而言，密不可分。通常都是上完德文課後，就會順便去超市採買。奧地利超市大概晚上六七點就關了，真的很不方便，假日也不開，所以如果沒有提早採買的話，就沒有食材了。不過後來我發現，在市區的某個地方有個大市場，週五週六早上有開。而國外的市場跟台灣的不太一樣，國外的市場真的非常的乾淨！也很像櫥窗這樣，擺得很漂亮。市場的東西比超市還多，價格也比較便宜。建議如果週五週六早上有空的話，其實可以去市場逛逛，都會有意外的收穫。

費用

每個人的花費都不一樣，像有些人住單人房的話，每個月的花費就會比較高。以我來說，我是住雙人房，所以一個月是 240 歐，但如果住單人房的話，一個月就是 330 歐。但是今年要回台灣前有收到單子說房間價格變貴了。

在 LINZ 的交通，我們每個月都會買月票，一個月是 10 歐，但是要注意期限，就有交換生沒注意到期限，就被罰了 60 歐。

生活開銷的話其實每個人都不一樣，原本我都有記錄每天的花費，但是回台灣後手機壞掉無法修理，資料和照片全在裡面，都救不回來了。不過如果是自己煮的話，自己到超市或市場買食材其實都滿便宜的，大概一個禮拜 30 歐就很多了。

至於出國玩的旅費的話，這也是要看自己怎麼排行程了。在歐洲的話，提早訂機票跟車票的話都會比較便宜，而且便宜滿多的。像是之前我們要去波蘭，是出發前一個禮拜才訂，就超級貴！在歐洲真的還沒有花過這麼貴的车票錢。但我滿幸運的是，因為之前 2012 年有參加學校的參訪團到德國，

認識了德國寄宿家庭。所以聖誕節時我到德國拜訪他們，省了一筆住宿費。之後又到了荷蘭找認識八年多的朋友，在這期間都住在她家，住宿費跟伙食費都省下來了。

我在歐洲待了 322 天，大概是花了五十幾萬，不到五十五萬。我覺得我花的還滿省的，可能是因為住宿省了不少，而且也沒有買名牌包包或是精品的關係吧。

感想與建議

真的很推薦在求學期間如果有機會可以到國外生活一年的話，就好好把握！因為以後如果出社會的話，可能就沒有機會可以這麼長時間的待在國外了。

在奧地利的這一年，我覺得我變得獨立而且又多了危機處理的能力。以前在台灣，在自己的舒適圈，我什麼事情都不會做，也不會煮飯，什麼事情都要靠父母。但是出國之後，什麼事情都要靠自己。一個人出國，真的很需要勇氣。有時候我覺得，要克服的不是語言不通，而是要習慣孤單，學習堅強與獨立。因為在這裡，沒有人有義務幫你什麼，凡事只能靠自己。

我也很開心能有這個機會可以到歐洲生活一年。因為在歐洲的這一年，確實讓我的想法與看法改變了許多。在歐洲的這 322 天就像是做夢一樣，每天起床睜開眼發現我竟然在歐洲！是多麼不可思議的事情。從來沒想過會離開家這麼久，離開自己的舒適圈。在歐洲的每一天都過得很自由，也活得很自在，完全不用顧慮到別人的眼光，開心地做自己。

出國離開家後，才知道原來自己也可以這麼獨立，才知道原來自己也可以這麼堅強。

在歐洲這一年所得到的東西，我想是在學校也學不到的吧。



其實剛到奧地利的時候，還很不習慣不知道早餐要吃什麼，這就是最快速的方法...而且牛奶也很便宜喔！



從高空俯瞰 LINZ 的多瑙河。原本剛到 LINZ 時只是以為這條河晚上很美麗，沒想到她就是有名的多瑙河。



到奧地利後，大陸的學長帶我們到美麗小鎮 Hallstatt，真的很美。
感覺所有煩惱都忘記了。還吃了考鱒魚跟西西公主愛吃的蛋糕，超好吃！



終於結束暑假的密集德文課，跟韓國室友開心的在房間辦個小 party 慶祝。



到德國一定要吃的德國豬腳！歐洲的份量真的都好大...



巴黎真的是所有女生夢想要去的地方... 從小就一直很想去巴黎, 很想看看巴黎鐵塔! 沒想到夢想終於實現了。