

國立中興大學選送學生赴國外研修菁英學生留學獎助

心得報告

姓名	曾筱芸	學號	79556060
研修學校	德國杜賓根大學	研修系所(學程)	經濟及企管學院
具語言能力證明文件	托福 ibt 79 分	實際教育部/本校補助經費	新台幣 150,000
實際花費金額(新台幣)	學費：約 新台幣 5,715 (127 歐元) 生活費：約 新台幣 400,000 來回飛機票：新台幣 40,500 合計:446,215		
國外修讀學分數	12	薦送學校採認學分數	0
實際出國日期	2008/9/11	實際返國日期	2009/6/20

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張)

杜賓根大學成立於一四七七年，是德國四個古典大學城之一。大學學生占整個城市人口四分之一，城市的時間與活動配合著學生變化，整座城市人文藝術色彩濃厚，開放式的校園，學校教室就分佈在城市各個角落。每年 6 月的撐篙划船競賽(Stocherkahnrennen)，跟劍橋與牛津的划槳賽船一般，年年都是杜賓根的盛事。



2008 年 9 月 11 日，我帶著一鼓傻勁、一點緊張及家人和朋友滿滿的祝福，打包好行囊，前往這個如夢似幻的城市，並展開一段未知的成長旅程。以下分六個項目，將一年的異國生活經驗濃縮為文字，與大家分享。

<食>

所謂：「民以食為天」，無論到哪裡，最重要的是填飽自己的肚子。來到德國，不再有 24 小時的便利商店、更沒有夜市小吃、當然也不會有媽媽味的可口飯菜，餐廳隨便 6 歐起跳的餐點更是令人無福每日消受。因此，相對俗又大碗的 Döner Kebab 便成為遊子們最好的朋友啦!! Kebab 由土耳其傳入歐洲，是一種類似台灣沙威瑪的食物，利用薄餅將肉串上刮下來的肉片，混合著不同的生菜及調味醬包起來食用，一份約 3~4 歐元。另外，學生餐廳(Mensa)也有提供 2.5~3.5 歐元不等的套餐，也是經濟實惠的選擇，不過美味與否就看各人對食物的要求了。

<衣>

2008~2009 年冬天，我們「幸運地」碰到歐洲十年來最冷的天氣。幸好，只要是室內(包含公車上)皆有暖氣，因此，應採取洋蔥式穿法，除了一件保暖的羽毛大外套之外，裡面穿一件秋天的薄長袖搭配薄的高領衣服，褲子裡可以穿上襪襪或衛生褲，另外再配上毛帽、手套、圍巾就十分足夠。厚重的毛衣、套頭衣服較不需要。

<住>

一般交換學生都會被安排住在學校的宿舍當中，杜賓根大學的學生宿舍相當多，也有各種不同類型提供學生選擇，簡單分為：家庭式、單人套房式(包含衛浴)、單人雅房式(不包含衛浴，但有洗手台)……等。我所居住的地方位於 Fichtenweg，是杜賓根最大的宿舍區，當中有三棟宿舍高樓(是當地少數超過十樓的建築物)及數棟較矮的宿舍。每層樓分為單、雙號二邊，一邊約有八個人，皆是單人房，共享廚房、衛浴、廁所。住在宿舍最大的好處是能夠遇到來自不同地方的樓友，以個人為例：我曾經碰過巴西、德國、斯里蘭卡、伊拉克、美國樓友。通常晚餐時間是最好的交際時刻，為了省錢，大部分學生在晚上都會聚在廚房煮飯，這時候便是交流各國料理及話家常的最好時機。

<行>

在德國，大部分大學都有提供「學期票」服務。以杜賓根大學為例，2009 年夏季班，一張學期票為 53.7 歐元，可以使用半年。當地 Naldo 交通公司經營範圍內的火車、公車皆可免費搭程，不需再另外繳費。若與單程一段公車票 2 歐元比較，學期票十分划算。若位於大城市的大學，學期票會比較貴，相對使用範圍也大很多。

<育>

帶著一句德文都不會說的傻勁，我來到了德國。生活安頓之後，面對的就是課程的問題，因此，在十月份開學之前，經由同學的介紹，我報名了當地社區大學(Volkshochschule)的初級課程。Volkshochschule 的課程較偏重於生活會話，因為，它是為了提供到德國工作或生活的外來移民融入德國生活。開學後，接續上了學校語言中心的德文密集課程(Aufbaukurse)，學校的德文課程重點是文法，另外每週還有一次的寫作課程及考試，要求較嚴格，但能夠快速進步許多。

<樂>

曾經聽說過：「德國人是最會安排休閒活動的民族。」真的來到德國之後，才體會這句話的真諦。由於宗教的因素，德國的宗教節日相當多，因此有許多時間安排度假，這當中最值得一提的就是與聖誕節相關的「聖誕市集」。每年 11 月開始，各個大小城市便開始有聖誕市集，其最早出現於 1434 年德勒斯登。市集當中的特別值得提到的就是聖誕甜酒(glühwein)，美味的加糖熱飲，喝了不但暖心窩，許多城市還會製作特有的馬克杯讓人帶回家收藏哦！

回首過去這一年的生活，每天走在如詩如畫的街道上，與來自不同國家的同學一起在古老的大學城中生活、學習，並在假期與志同道合的朋友一起自助旅行，從住宿、交通的安排、比價，並體驗雙腳萬能的探險，也算是真正實踐「讀萬卷書，不如行萬里路」這句話吧！經歷過一段在國外「自生自滅」的文化衝擊生活，從剛踏入歐洲大陸的忐忑不安，到後來能夠獨立旅行、面對不同的突發狀況而泰然處之，我知道自己變得**更成熟、更獨立、更勇敢**，也高興給自己這個機會在繼續人生的下一個階段前，見識了不同的世界，開闊了心胸也開闊了視野。



(杜賓根老城景色)



(杜賓根內卡島四季景色)

< 更多分享：<http://hsiaoyun1215.pixnet.net/blog> (內容陸續增加中)>