

靜宜大學出國研修學生心得報告書

✧ 此心得報告書須在回國兩週內繳交, 請寄至 411ifamily@gmail.com ✧

411 遊留學中心確認收到本心得報告書後始能抵免學分

姓名	方巧文	日期	2021 年 07 月 04 日
班級/學號	寰宇管理學士學位學程四 A (410617269)		
研修管道	☐ 交換學生 ☐ 語言學校 雙聯學制		
研修國家/學校名稱	德國 科隆商學院 Cologne Business School		
研修期間	2020 年 09 月 至 2021 年 06 月 ☐ 一學期 兩學期		
1. 在國外研修期間的花費共 <u>1,077,900</u> 台幣 (學費 <u>366,700</u> 元、機票 <u>71,000</u> 元、住宿 <u>332,600</u> 元、交通 <u>18,600</u> 元、膳 食 <u>116,000</u> 元、保險 <u>12,950</u> 元、其他生活費 <u>160,000</u> 元) 2. 在國外研修時的住宿是 ☐學校宿舍 外面租屋 ☐寄宿家庭 3. 學校 有 ☐沒有 學伴制度 4. 國外研修期間共修了 <u>18</u> 堂課、共 <u>49</u> 學分			

※心得報告--1,500 字以上, 包含以下內容

1. 研修國家與學校簡介 (學校環境、地理位置等)

科隆位於德國西部、萊茵河西岸;而科隆商學院-科隆校區座落於科隆的內城區南方。科隆校區包括兩棟行政大樓和一棟教學大樓, 行政大樓內有各個

處室及部門處理學生事務，還有圖書館及咖啡廳提供給學生休閒活動的空間

，
另外還有少數的教室提供給學生上課學習；教學大樓裡少了行政部門以及休閒空間，能讓學生有更安靜、更寬敞的學習空間。由於學校位於市中心，生活機能方便，超市、藥局、診所……等等生活必須皆為可步行距離（十到二十分鐘左右）。除此之外，市區交通也非常便利，火車、地鐵、公車等大眾運輸系統皆相當完善，步行五至十分鐘就有一個地鐵站或是公車站。如果想到其他城市旅遊，作為德國交通樞紐的科隆火車站，無論是連結南北或是橫跨東西的火車班次都很頻繁。

2. 前置作業心得 (機票、簽證、保險等)

出發去德國學習前最重要的是取得學生簽證！當決定好要前往德國時，一定要立刻預約辦理簽證，因為需要準備的資料、申請過程相當繁瑣，等待發放簽證的時間更是漫長。學生簽證所需資料裡面有一項「限制提領帳戶」需要儘早申請，因為銀行對接資訊時常有誤，加上德國銀行作業比台灣緩慢，一來一往的會花上許多時間，因此，提早辦理限制提領帳戶，預估多一點作業時間，才能避免簽證延遲發放的狀況。

保險的部分德國在台協會會要求申請人購買健康保險，這是德國的法律，只要在德國拘留三個月以上都需要和保險公司健康保險。這個制度和台灣的健保制度相似，只是德國的健保是由專門的幾家保險公司承辦，可以自由選擇

適合自己的保險公司、保險方案投保。保險公司的類別有分公保和私保，雖然公保的保障和福利較多，但是合約時間較難更改。由於剛好處於疫情期間，

回國時間不能非常確定，所以我選擇的是私保，每個月月底以前都可以隨時結束合約，對我來說是一個比較方便的選擇。

3. 課程學習心得 (選課、課程內容、語言課程、學伴、上課方式等) 我在科隆商學院

國際商務科系主修國際貿易，和靜宜大學有配合雙聯學制，所以必修課程已經被安排好了，除了必修課我還有加選「個人領導力發展」以及上下學期的德文課程。

上學期主要是修習國際貿易的專業課程，例如：跨國公司策略、供應鏈管理……等等。教授的上課方式主要偏向引導式教學，教授會希望學生不斷的思考、回答問題，從學生的回答慢慢引導到課程內容，我覺得這是很有用的教學方式，因為是學生自己回答出來的答案，這樣更能理解整個內容的脈絡還有細節。除了一般的理論概念外，大部份的教授在期末的時候會要求寫出一份攸關於該科目的專案報告，這份報告需要學生結合上課時的理論做出一份真實可行的計畫。舉例來說，國際貿易管理這堂課，教授要求學生二至三人一組，任選一家公司，為這家公司制定一份「真實的」拓展國外業務的計畫書，計畫書裡面需要包含拓展方針、市場調查、定價表、財務計畫……等等內容。雖然在制定計劃的過程中會遇到非常多困難，但是這個計畫真的可以讓我瞭解一個國際公司是如何運作、我可以給這個公司什麼建議。

下學期的學習目標主要著重於學士論文上面，所有課程都會濃縮在開學後一個月結束，剩下來的兩個月留給學生和指導教授討論論文的架構、內容、研究方法等等。

4. 生活心得 (住宿、伙食、交通、天氣、節慶、交友、活動等)

住宿方面，我非常幸運的租到一間離學校只要步行十五分鐘的社區，我的房間裡有獨立的衛浴及廚房，設備都很完善。因為這個社區內多半是同樣在科隆讀書的國際學生，所以管理員的英文溝通能力不錯，許多生活大小事都很順利地解決。社區內有洗衣坊、視聽室、健身房、派對間、公共廚房……等。

在裡面的生活很愜意，唯一可惜的是，疫情期間無法邀請社區以外的人一起舉辦派對。社區步行十分鐘內有兩個地鐵站、數個超市、藥局、郵局、便利店……等，步行二十分鐘就能到科隆火車站，是一個發展成熟的生活圈。科隆的冬天日照很短，大約只有八個小時而已，天氣乾燥寒冷。一開始去的時候是秋天，相對於台灣潮濕溫暖的天氣，稍微有點不適應來到科隆的變化，常常因為空氣乾燥而覺得皮膚癢癢的、因為溫度較低所以穿得很多，但是過了大概一兩個月以後身體完全適應了，甚至可以在雪天裡只穿短袖加上一件棉外套，原本這對於來自熱帶國家的我是不可能的。相反的，夏天日照長達十六個小時左右，日照時間長到造成我常常發生時間錯亂的情形，例如：明明已經晚上六點了太陽還向正中午一樣大；太陽快要下山了可以準備吃晚餐，結果看到時鐘，已經晚上十點半了。

因為疫情的關係，上學期進行到一半時就變成線上上課了，學校大部份的活動也都取消了，所以和學校同學的接觸變得非常的少。不過還是有和來自印尼的同屆雙聯學生保持聯絡，在學校安排拍學士照的那天，我們終於一起去餐廳吃德國豬腳！

5. 其他心得或建議

除了課業上的收穫以外，我覺得這一次出國研修我得到更多的是「勇氣」，承受壓力的勇氣、面對未知狀況的勇氣、決定向前的勇氣，因為一個人在國外，沒有人可以幫你，朋友或家人也許會在電話的另一頭替你打氣，但是去面對困難的只有你自己。經過多次的崩潰大哭，我找到了自己解決事情的方式：給自己 10 分鐘發洩、冷靜，然後坐下來條列出應該做的事情、安排時間軸、寫出細節，然後一步一步實行，事情就能順利的進行了。

感謝學校提供這個機會，讓我能夠一圓去德國學習的夢想，在這一年裡，我得到了許多寶貴的經驗，也結交了畢生摯友。相信這一次的旅程對我的未來 有很大的幫助，也為我的人生開啟了一篇嶄新的章節。