

國立彰化師範大學
學生海外研修心得報告內容大綱

彰化師大就讀系所、年級	企業管理學系四年級
中文姓名	陳柏容
研修國家	德國
研修學校	德國柏林技術與經濟應用大學 Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin

心得內容：

1、緣起

前往歐美國家讀書一直是我的夢想，高中曾錯過一次機會，而就讀大學時告訴了自己"想闖就去闖，錯過了也不知道下次機會何時"。從小英文就不差，身邊朋友都以為我有海外讀書經驗，殊不知我歐美大陸都未曾踏上過，透過學校的交換計劃與教育部學海飛颺獎助學金，讓我有機會圓夢，到歐洲大陸體驗當地生活，拓展視野以及人脈。

2、研修學校簡介

德國柏林技術與經濟應用大學是東德與柏林內最大的一間應用科技大學，擁有兩個校區(Treskowallee 與 Wilhelminenhof)。校內國際生占比 26.4%，為德國國際生比例最高的一間學校。高達 75 項科目，並擁有涵蓋工程、計算機科學、管理、設計等各大學院。最吸引我前往就讀的原因之一是因為他深受當地企業歡迎，尤其與許多知名企業有長期合作關係，並鼓勵學生參與研究計畫，透過個案演練實際了解並協助企業解決問題。他的專業皆是市場導向、面向就業市場的，專注於培養學生進入職場前的能力，使學生能在紮實的經驗中與未來接軌。在教學水平如此高的學習環境裡，我在豐富的學校資源中，獲益良多。

3、海外研修之課程學習（課內）

課程資訊

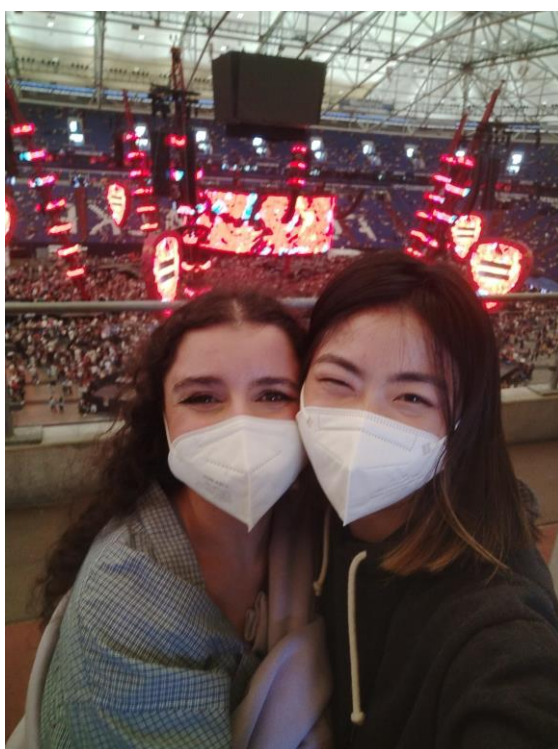
No.	修習課程名稱	任科教授	學分數	所屬學季/期
1.	Project Management	Kessler	5	SS 22
2.	Business Simulation	Rocha Irmer	5	SS 22
3.	Deutsch, Grundstufe 1 (GER A1.2)	Plante-Kropp	4	SS 22

在 HTW 學習的這半學期裡我研修了專業課程 Project Management 與 Business Simulation。國外有些課程的學制與國內的相異，並非每週皆需至課堂內上課，以我上的 Project Management 為例，雙週才上一次課。而 Business Simulation 則是採密集課程，兩個假日從早上八點上到晚上六點，雖然時間很長，但整個學期只需到校三天，其餘時間可自行安排活動。Project Management 這堂課使我受益匪淺，透過產學合作，讓我真正了解專案的運作方式。在海外研修的這兩門課程皆有小組報告，也因此讓我有機會與外國學生共事，接納受不同社會文化背景影響後的觀點。

4、海外研修之生活學習（課外）

● 人際關係：

第一次來歐洲，趁交換半年的機會，我走遍了歐洲 14 個國家、30 幾個城市，現今回想只有滿滿的不可思議，但也慶幸自己願意踏出舒適圈，從孤身一人抵達德國，到現今認識超過 70 人，除了與不同文化背景的外國人結識，爾後還被外國友人受邀至他家，體驗最道地的當地生活，也認識了非常多於歐洲讀書、定居的台灣人，更結交了一群有著未來共同目標，能一起努力的朋友，我只能說，非常幸運能與這些優秀的人們結識，我相信這是待在台灣內難以遇到的事。受到許多於歐洲當地生活工作的前輩影響，讓我不禁思索未來的自己到底想要甚麼？是與其他同儕一樣，於國內找尋工作、考研究所，還是轉換跑道，就讀不同專業，留在歐洲實習找工作？



（與校內 Erasmus 學生會會長一同參加演唱會）

● 文化差異與學習獨立：

於異國生活，當然也經歷了許多 "culture shock"，各式各樣的文化衝擊讓我認清了現實，國外的月亮，其實並沒有比較圓。在歐洲的服務業中，歐洲人會把份內的工作做完，但服務人員並沒有義務要把客人服務的服服貼貼，像亞洲那樣畢恭畢敬，視付錢者為老大。再者，歐洲極度重視使用者付費這項準則，公共廁所上廁所需要錢、餐廳廁所有消費才可免費使用。

在歐洲，做甚麼事都需要等待。到公部門辦事需提前一至兩個月預約，直接出現於現場的話櫃台人員只會冷冰冰的請你回去預約完再過來。令我印象最深刻的一次經驗，是在過完 22 歲生日的隔日，我搭上了人生第一次的救護車，驅車前往距

離宿舍開車五分鐘的醫院急診室。我割傷了，在不確定傷勢嚴不嚴重的情況下德國當地朋友替我叫了救護車，結過換來一頓罵，醫護人員認為我們浪費社會資源，但手上傷口血流不止的我從未經歷過這樣的事，嚇得不知該如何是好，慶幸的是醫護人員口中雖然唸了我們一頓，但還是細心仔細的替我重新包紮，並不斷的安慰我，爾後便送我至醫院並告知護理師事發狀況。慶幸的是，學生保險於出事前四天即正式啟用，不然我得現場繳納 200 歐的急診費。不幸的是，正當我以為只需一兩個小時的等候時間即可接受醫生的診治，將皮開肉綻的手指縫合，卻換來六小時的漫長等待，即便等到醫師將傷口縫合，我仍需等待 40 分鐘才等到他"同事"前來替我將血淋淋的手清理乾淨與包紮。從受傷的那一刻，我等待了整整七至八小時才完成了整個療程，離開醫院時已身心俱疲，只想趕緊回到溫暖的宿舍。獨自一人捧著受傷的手在醫院急診室等待真的很不好受，即便感到崩潰，我仍需打起精神鼓勵自己振作，這就是在國外的現實，即便是傷患，沒有人有義務要第一個處理你的傷勢，也沒有人有義務要照顧你的心情。在國內，身體稍有狀況，父母就會立即前往關心，協助辦理手續與提供協助，但在國外，時時刻刻必須依靠自己，須學會如何處理各種問題，心情方面也要學會自我調適，避免沉溺於悲傷情緒中進而影響身心靈健康。



（此為與受傷手指頭於德國新天鵝堡前的合影，雖然不幸受了傷並縫四針，最終還是選擇了開朗的面對無法扭轉的事實）

5、 研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 英文對話能力的提升
2. 提升解決事情的能力
3. 重新審思對外國文化的看法
4. 更為獨立，懂得照顧自己

6、 感想與建議（對後來者有幫助的）

海外生活本來就不是件容易的事，在家靠父母，出外靠朋友，這句話更是在這半年來體現，然而更多時間是須依靠自己的，一人在外總不能只會打伸手牌，等著身邊的神隊友去解決。

而厚臉皮更是每人需學會的一項技能，不是說要丟人現眼，而是訓練自己內心的強度，遭遇任何事情時，先停下將自己冷靜下來，觀察並思考下一步的解決辦法，不能總是用情緒來處理遭遇事件。我很認同網路上對於厚臉皮的說法：它讓心強大，難過時不被擊潰；它讓心柔軟，艱困時不易屈服；它讓心堅韌，失意時立即振作；它讓心豁達，受辱時情緒安定。這是我認為想在海外生活的大家，皆須學會的，否則每天都有抱怨不完的事，有各式打擊，難不成要一一接招，送至心坎？

7、 其他（例：研修期間及研修後如何協助推動本校國際交流相關事宜並回饋社會，如宣傳、接待及導覽、影音電子檔…等）

於交換期間創立了社群媒體張貼分享交換生活，進一步吸引了學弟妹前來詢問交換準備等相關問題，於此期間已協助超過五位同學解決對於交換的問題，日後會持續整理交換心得，分享於社群上，讓更多有夢想但遲遲不敢跨出那一步的學弟妹有所啟發。



（與外國朋友一同去公路旅行，我們共 11 個人，並擁有 11 個國籍，被朋友戲稱為地球村）



(與在歐洲各國交換的台灣人前往布達佩斯)



(交換生朋友替我慶生)



(受交換朋友邀約至她家作客)



(參加司徒加特同學會舉辦的黑森林三天兩夜團)



(與在歐洲各國交換的台灣人前往南法自駕)



(與來自歐盟各國的交換生去捷克布拉格)