

國立高雄科技大學
赴境外交換生心得報告
National Kaohsiung University of Science
and Technology(NKUST)
Report on Exchange Experience

學 號 Student ID : C110190139

班 級 Department or Postgraduate Program/Year : 四供四甲

姓 名 Name : 王婕

研修期間 Study Period : 114 年 3 月-114 年 8 月

研修學校 Host University : 卡爾斯魯厄應用科技大學

中華民國 114 年 8 月 30 日

Date:2025 / 08 / 30

1. 緣起 Origin

選擇前往德國卡爾斯魯厄應用科技大學（Hochschule Karlsruhe，簡稱 HKA）進行交換學習，主要是受到同系學姊的推薦。她曾在同一所學校交換，分享了许多正面經驗，特別是 HKA 在選課方面不設科系限制，讓學生可以根據自身興趣與專業發展彈性選課，對於跨領域學習來說是一大優勢。

此外，卡爾斯魯厄（簡稱卡魯）本身是一座交通便利、治安良好的城市，生活機能完善，離法蘭克福主要國際機場也不遠，附近有小機場可前往其他國家，對於初次前往歐洲長期生活的我來說，是一個相對友善且適應成本較低的城市。因此，在綜合考量學習彈性、城市環境與交通便利性後，我決定申請前往 HKA 作為交換學校。

在順利獲得錄取後，我開始進行一連串的出國前準備工作。包含與德方學校確認課程內容、申請宿舍、安排保險、進行健康檢查與購買機票等事務。簽證辦理則是其中的重要一環，依據德國在台協會的說明，準備了入學許可、財力證明（如開設限制提領戶）、住宿證明、保險資料及護照影本等文件，並提前預約簽證面談，最終順利取得學生簽證。

除了行政流程外，我也主動查詢當地生活資訊，包括德國交通系統、超市購物方式、文化差異與常見生活用語等，同時加強德語練習，以提升生活適應能力。整體準備過程雖然繁瑣，但也讓我提早進入交換生活的心態調整期，對即將展開的學習與生活充滿期待。

2. 研修學校簡介 Introduction of the Host University

HKA 提供多種英語課程並與世界各地大學合作，校園可見各國學生，是拓展人際的好環境。學校位置非常便利，卡魯靠近法國與瑞士，週末就能輕鬆安排跨國旅行。特別的是 HKA 與 KIT 有合作，學生有機會接觸更多學術資源與活動，讓學習和生活都更充實。



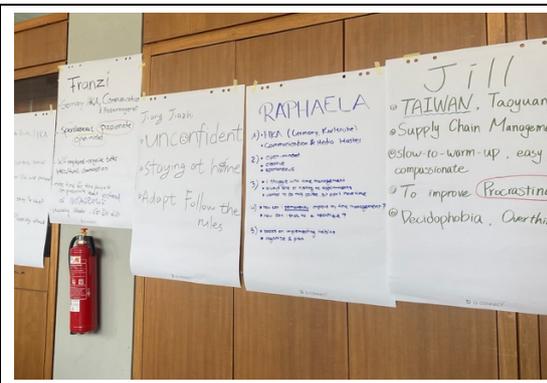
↑ 天氣晴朗會到 Building A 前的陽傘討論作業或野餐

3. 國外研修之課程學習（課內） Courses You Took

在交換期間，我選修了以英語授課的 International Strategy Management 與 Time Matters 等課程。課程多以分組討論和案例分析為主，老師鼓勵學生分享各自國家的經驗與觀點。與台灣以講授為主的上課方式不同，這裡更強調學生的參與與互動。透過與來自不同文化背景的同學共同討論，我不僅提升了英文表達與思辨能力，也學習到跨文化合作時如何調整溝通方式。



開學前為期兩週的德文密集課



Time Matters 上課前分享選課原因

4. 國外研修之生活學習（課外） Extracurricular Activities and Social Life

課餘時間參與各式各樣的活動，例如與國際同學一起煮火鍋、包水餃，學校舉辦的 Game Night，以及周末的短途旅行。宿舍內也經常有學生自發性的聚會，讓我有機會認識來自不同國家的朋友。這些課外交流讓我體驗到多元文化的差異與融合，也培養了更強的跨文化適應力與人際互動能力。



週日休息日，與外國朋友一起
煮火鍋、包水餃



學校舉辦的 Game Night，
各國交換生一起玩桌遊



新天鵝堡自駕一日遊



每個宿舍都有學生經營的酒吧

5. 研修之具體效益（請條列式列舉） Advantages Gained on Exchange

- 提升跨領域學習能力
HKA 選課不受科系限制，可自由選擇不同領域課程，拓展專業知識與應用實力。
- 增進德語與英語能力
藉由兩週德語密集課程與日常生活練習，有效提升聽說能力；課程以英語授課，亦強化學術英文表達。
- 培養跨文化溝通與適應力
與來自不同國家的學生共處與合作，學習尊重多元文化並建立國際人脈。
- 訓練獨立生活與問題解決能力
自行處理簽證、住宿、行政手續與生活瑣事，提升自我管理與獨立處事能力。

- 熟悉歐洲生活與工作環境
在卡魯（Karlsruhe）生活期間，了解當地社會制度與生活方式，對未來赴歐深造或工作打下基礎。
- 豐富個人履歷，提升競爭力
海外研修經驗有助於未來升學或就業，展現國際經驗與適應能力。

6. 感想與建議（Overall Comments and Suggestions）

在德國交換是一段充滿挑戰與收穫的旅程。生活中雖然會遇到行政效率慢、文化差異、人際互動上的隔閡，但也因此學會了獨立與彈性。德國人前期比較保守，不容易建立深交，但一旦成為朋友，就會非常真誠。而在這段時間，和其他交換生往往能建立深厚的友誼。整體來說，交換是一段讓自己更開放心態、體驗不同文化的寶貴經歷。

生活方面

- 多旅行：德國在歐洲地理位置好，交通方便，可以安排短途旅行，CP值很高。
- 學會基本德文：雖然很多人會英文，但生活上（超市、醫院、行政單位）使用德文打招呼還是必須的，學一點會讓生活更順利。
- 辦事要提早：德國的行政（像是銀行、外管局、宿舍管理）效率慢，要提早準備文件，不然容易卡關。

學業面

- 課程不像台灣有期中期末考，期末定生死，要自己規劃時間。
- 教授通常很願意幫忙，只要你主動去問問題，他們會給建議。

人際面

- 多參加活動：像是 buddy program、ESN (Erasmus Student Network)、學校舉辦的迎新或文化交流，這是認識朋友最快的方法。
- 和德國人相處：德國人前期比較冷淡，可能需要時間才能建立深交。他們重視隱私，不會一開始就「很熱情」；但一旦成為朋友，就會很真誠。
- 多跟其他交換生互動：反而會變成比較緊密的朋友圈，大家在同樣的情境下，很容易建立深厚感情。

德國交換生活整理

項目	詳細說明	建議/心得
住宿	學校旁邊宿舍 Willy 租金：332€/月	CP 值高、離學校近，生活方便
交通	走路 10 - 15 分鐘到 S-Bahn。購買德鐵月票：58€/月	nextbike 很適合短途；月票划算，能搭火車 & S-Bahn
飲食	以自己煮為主，很少外食。外食 kebab 最划算，10€ 以內可吃飽	建議去超市買菜自己煮