

國立政治大學 交換學生報告表



基本資料

1. 填表日期：2023/09/01
2. 系級：歐洲語文學系德文組五年級
3. 學號：107509212
4. 姓名：劉奕瑄
5. 交換學校及系所：柏林自由大學 - 德文系
Freie Universität Berlin - Deutsche Philologie
6. 交換學期：自 111 學年 第 1 學期起 至 111 學年 第 2 學期止

目錄



準備篇.....	3
學業篇.....	7
社團篇.....	10
日常生活篇.....	12
文化交流篇.....	15
費用篇.....	18

一、準備篇

學校申請及入學證明

政大的甄試程序放榜後確定自己交換會去的學校，接下來便展開申請提名流程。FU Berlin 的流程規定需要由政大來提名學生，當時在 2022 一月初國合處就直接透過電子郵件幫我向 FU Berlin 做了提名通知，FU Berlin 隨後也在二月初回信確認，信中包含 FU Berlin 該年度的交換學生簡章與交換學生的線上申請連結，交換學生需要進入這個連結上傳個人文件才有辦法在之後取得入學許可。當時 FU Berlin 的招生期限是到四月底，所以我是到了五月十日才收到入學許可的電子郵件。當時我看到以前學長姐的心得報告都有拿到紙本的入學許可，我卻一直等不到有點擔心，所以有寫信問 FU Berlin，結果他們說電子郵件的 pdf 版本就具有正版效力了，因此我後來也是直接用它來申請簽證的。接下來就持續依循 FU Berlin Incoming Team 電子郵件的指示來做其他學校系統的設定、語言班和住宿的申請等等。

限制提領帳戶及德國保險

限制提領帳戶和保險都是申請德國簽證時必要的，很多學長姐和網路文章都有相關的分享，我在爬文考慮後決定限制提領帳戶就用很多人都使用的 Expatrio，主要是他的註冊速度快，可以快速取得申請簽證要用的文件。

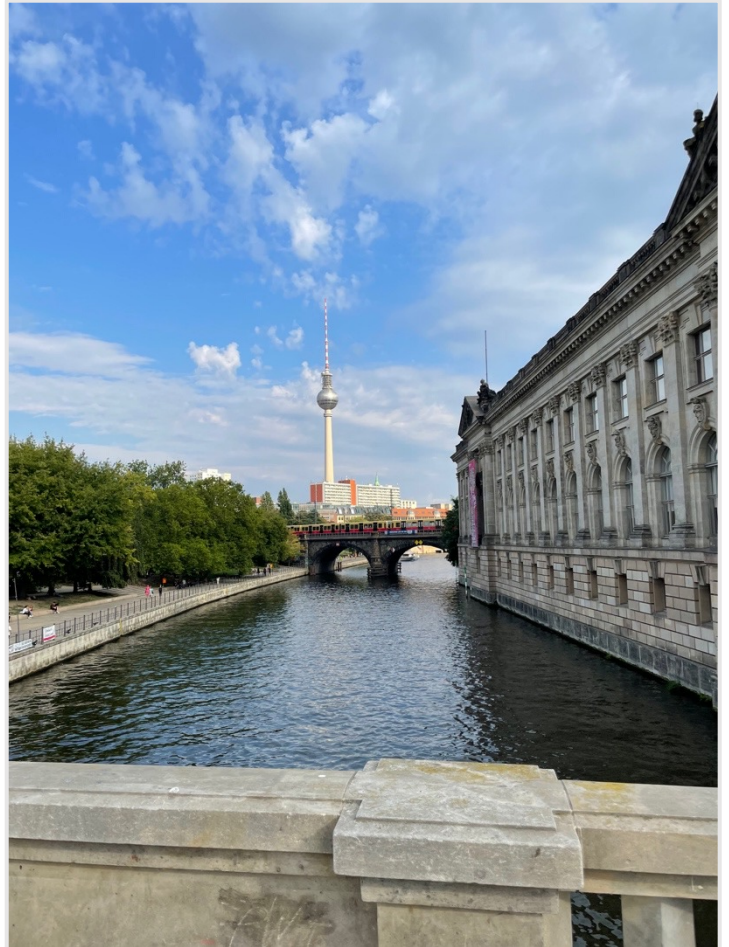
保險的部分可以選擇的有公立與私立保險，公立保險常聽到的就是 AOK、TK 等，優點是在德國出事了有保險給付，不用像私保要自己先出錢，事後再提供證明給保險公司申請費用。但是公保的缺點就是價錢昂貴，我出國前那時比較公保每個月大概比私保貴了六七十歐元。私保常看到推薦的有 Mawista 和 Care Concept 等，我個人本來想要因為價格原因申請私保，但是後來看到 FU Berlin 寫說放棄公保選擇私保，向公保公司申請聲明需要數週時間，讓我有點擔心要是出了什麼狀況，會趕不上簽證送保險證明的期限，而且當時為了預約簽證煩惱的焦頭爛額，實在不想冒任何風險，所以最後決定就保公保。

那由於 Expatrio 也有和 TK 合作，所以我的限制提領帳戶和保險就都還是交給 Expatrio 一併來處理了。我個人使用 Expatrio 的體驗算是不錯的，他們提供的文件在申請簽證、轉帳的時候都沒有遇到問題，在德國每個月我也都有順利收到限制提領帳戶的錢。

▼ 博物館島 & 電視塔

德國學生簽證申請

我和同期出去的同學在申請簽證的過程都覺得壓力很大，因為我們這年疫情剛好逐漸復甦，同時很多人都想要申請簽證出國，然而德協同時卻因為仍然在疫情措施限制之下，開放的名額不多，導致這次的簽證非常非常不好搶。我們出國前德協的網站只要釋出預約名額，都會在五分鐘內被搶光，就算每個小時重刷網頁還是搶不到，實在很頭痛。後來因緣際會加入到一個賴群叫“當我們同在德國”，才在群裡面



看到有人分享名額釋出的訊息，才成功搶到簽證申請時段的名額。我想疫情穩定之後應該德協簽證預約也會慢慢恢復到以往，我們這年的例子算是比較極端的。倒是“當我們同在德國”這個賴群上面常有蠻多實用的留德相關資訊，我覺得交換前期蠻好用的，所以蠻推薦加進去看看。

我想其實取得申請時段之後，只要有備齊網站列的資料，要取得簽證並不困難。不過德協每年也會調整規定，所以申請前還是要好好去他們的官網瞧瞧，像是我們這年就多了“預約日期最早只能在交換學校表定開學日前三個月”的規定，但是暑期語言班的開始日期並不是學期開學日，所以有語言班的同學時間壓力就會增加，因為拿到簽證的日期是未知的，就得擔心語言班已經開始了，簽證都還拿不到，而機票的日期也很難下訂。

我很幸運有在理想的時間內預約到簽證申請時段，並且拿到簽證順利在語言班開始前抵達德國。我的簽證申請時程如下：

2022/06/27 上德協官網預約到簽證申請時段

2022/07/12 到台北一〇一送件申請簽證

2022/08/08 收到德協電子郵件通知，回傳保險證明

2022/08/15 收到簽證和護照



▲ Bundestag

住宿申請

FU Berlin 並不會保證交換學生的宿舍資格，也就是說宿舍是要用搶的。因為我們在台灣隔海找當地的房子不容易，如果想要早點把住宿搞定好，**切記切記**要像搶演唱會一樣，在系統開放之後用生命馬上去搶。

FU Berlin 有和幾個宿舍區合作，像是 Wohnheim Goerzallee、Studentendorf Schlachtensee、Halbauer Weg 等，這些宿舍是可以從學校系統上搶的。Wohnheim Goerzallee 的租金在 2023 大約是 350 歐/月，優點是便宜、室友大部分是交換學生，很多 Party 和大小聚會都在這裡，可以頻繁練習外文、交朋友。缺點是這裡的隔音很差，室友講電話都可以聽得到，常常有活動所以有時晚上會特別吵。Studentendorf Schlachtensee 我離開前是約 485 歐/月，不過它也有其他較便宜的房型。這裡優點是環境清幽安靜，房舍較新、隔音較佳，而且離漂亮的菠次坦湖區不遠，缺點是室友大多不是交換學生，比較難很快熟起來，而且要到柏林市中心就更遠一些。其實 Studentendorf Schlachtensee 和 Wohnheim Goerzallee 離市中心都有段距離，但是都是治安不錯、環境相較市中心安全不少的好地方。

我當時在系統開放後的十分鐘之內上去搶宿舍，結果還是太晚了沒搶到。當時也有點煩惱要怎麼找住宿，後來我直接上 Studentendorf Schlachtensee 的官網和他們申請，結果竟然成功拿到 Offer 了。

沒搶到 FU Berlin 系統上住宿的同學不妨試試看這樣直接聯繫宿舍的方式，說不定也能像我一樣提早擺脫找宿舍的煩惱。



▲ Schlachtensee

接機與安頓

這邊的宿舍和學校都不會有接機的安排，所以就是要自行找路到宿舍去了。德國的計程車和 Uber 都比台灣貴很多，所以我是使用大眾運輸到 Studentendorf Schlachtensee 的。柏林很大，去哪大都是用 google map 來輔助，柏林官方的交通系統 BVG 也有出查路線和買票的 APP，在學期開始前沒有學期交通票，在 BVG 的 APP 上買票也很方便。

建議抵達柏林的時間要安排在平常日，因為假日是無法和宿舍辦公室領鑰匙入住的。剛到柏林需要一些簡單的生活用品如餐具、清潔用品等，可以去 Edeka、Rewe 或 Woolworth 就可以迅速打理好生活環境，只要記得德國商店較早關門、星期天不營業的規則就沒有問題。

▼ Vorkurs 校外教學



二、學業篇

學期前語言班 (Vorkurs)

在學期正式開始前可以參加 Vorkurs，時長約六週左右，2022 暑假時的費用是 700 歐。上課前會先由線上測驗的方式來分班，題目全部都是克漏字。因為測驗形式單一，有許多人在這個項目不擅長，都被分配到比預設還低的級別，像是有 C1 證書的被配到 B2.1，曾考過 B2 的只被分到 B1.1 等等，所以如果測驗結果不如預期不用氣餒，這是這裡語言班分班的常態。

語言班這幾週的一到五早上都上課，課程內容聽說讀寫都有囊括，幾乎每天都有回家作業，也有固定的小考試，期間十分充實。六週的 Vorkurs 是有成績單和學分證明的。除了每天上午上課，幾乎天天下午也有學校安排的免費活動可以參加，大都是由學校老師帶學生到著名的建築、文化場所和紀念碑等幫助交換學生認識柏林。

我非常推薦參加 Vorkurs，因為剛來到國外，有一群外語水準相近的同學可以互動是對語言進步非常有幫助的，大家比較敢在這裡多講多練習、不用擔心犯錯，反正大家都差不多。而且每天的相處也可以更熟悉同學，我整個交換到現在回台灣最要好的外國朋友都是 Vorkurs 的同學，我們自己多次閒聊到，都很慶幸當初有報名 Vorkurs，因為開學後一週一次的一般大學課程要培養感情就難得多了。



其實大部分同學都嘛是英文比德文好，有時候下課累了就只想講英文了，私心建議有心的話，可以在語言班盡量找願意多練德文的同學，如果平常私下也是只講德文對話，雖然開始的時候比較辛苦一點，但是對德文的口說真的很有幫助。

學期間語言課 (Sprachkurs Deutsch als Fremdsprache)

除了 Vorkurs 外 FU Berlin 在學期間也有提供免費的德文課程。選課的時候要注意這個課程並非在一般的選課系統裡面，而是要進學校提供的報名連結在時限內上網報名。我當時第一個學期的德文課，分級一樣是像 Vorkurs 的克漏字分級測驗，第二學期則是不需要分級測驗，直接能參加第一學期再往上一分級的德文課。

學期間的德文課一樣聽說讀寫都會兼顧，課程的討論內容也常涵蓋德國的歷史和時事，所以除了單純在語言文法上的學習，也能對於德國的社會與文化有更深入的認識。因為已經是學期間，上課頻率就不會像 Vorkurs 那麼頻繁，通常是一週一堂課，一堂課三至四小時長。

正式大學課程

一般課程的選課是在學校系統中的 Campus Management 上進行，新生日和學校寄的電子郵件都會提供詳細的選課教學。值得注意的是 FU Berlin 在註冊前會詢問學生除了主科之外，還能自由選擇另外一個科系當作類似輔系的概念，因此選課的時候也能選擇這個科系開的課程。選課之後有點像政大的模式，第一和第二週學生能透過老師的講解決定是否要留在課程中或是退課，但是也要注意熱門課程的話老師也不可能收過多的學生，有喜歡的課程還是要及早卡位。

課程就如大家所熟悉的，有討論量較多的 Seminar、類似政大上課形式以老師主講為主的 Vorlesung，有些科系像政治經濟等系還會有 Übung 這種類似助教課的課程。FU Berlin 也有開很多專門為交換學生設計的課程，這些課可以從課程清單中的 Fachbereich Philosophie und Geisteswissenschaften 找到，裡面的課程以 Seminar 為主，課程主題偏重在文學、歷史和政治等領域，上課語言可以從英文和德文選擇。



▲ Vorlesung



▲ Campusbibliothek

畢竟一般的大學課程就是開設給當地學生的，老師和同學講話都比較快，如果對德文還沒那麼有自信，那交換學生課程就是不錯的選擇，因為老師也知道非母語學生的德文沒那麼純熟，語速也會放慢一些。儘管是交換學生課程，課程內容還是很紮實的，課前也都有文本要讀，上課的討論量也不少，通常也會有一份期中上台報告及期末考試。柏林的近代歷史很精彩，交換學生的課程蠻多也著重在柏林二戰後分裂到統一的歷史，以及時代動盪下的東西差異、社會文化，這些都能和柏林的許多地標與景點連結起來，對於這個城市會有全新的認識，我個人很推這類的課程。

▼ Philologische Bibliothek

三、社團篇

學校社團

FU Berlin 有一個 Internationaler Club，在新生日的時候可以看到他們的宣傳消息，我記得只要填寫 google 表單就能收到他們活動的電子郵件，活動內容主要是一些 Party 或是城市導覽等。另外還有學校提供的體育課程 Uni Sports，學校在開學前會提供課程



清單和報名連結，體育項目真的很多，從常見的排球籃球等到騎術、划船、攀岩、各種武術等都有。許多項目其實都不貴，像是一些球類運動整個學期也才二十歐上下。

不過要注意的是，這些體育課的上課地點散佈在整個柏林，並非都在校區或是附近，要額外做好功課。而且熱門的課程也都超級難搶，我們當時就是幾位朋友講好要一起報名排球課，結果就算拚了命上去系統搶，還是集體槓龜。順帶一提我的語言學伴有分享，如果對 FU 提供的體育課不夠滿意，是可以另外去報名柏林其他學校如 TU 的 Uni Sports 的。

老實說除了以上，我在 FU Berlin 沒看到很多學生社團的資訊，這點就和政大很不一樣。我的語言學伴有和我說社團活動不是他們的常態，認識同好比較常是從 Party 等場合，或是要到學校體制外的其他組織比較能找到像台灣社團概念的團體。

校外社團

我自己在台灣就有打棒球的興趣，剛好 FU Berlin 的體育課也沒有棒球的選項，因此我上網尋找了柏林棒球的相關資訊。我想因為柏林比較國際化，所以也能找到更多在其他德國城市較少見的活動族群。柏林有幾支棒球俱樂部散佈在東南西北，而依據戰力他們也分別在不同層級的聯盟比賽。我自己參加了 Sport-Club Charlottenburg 下屬的棒球隊，這個體育俱樂部有多達三十餘種體育項目，成為會員前也可以先去免費觀摩例行訓練，確定之後上網填表繳費加入即可。



▲ SCC Berlin Challengers

我認為從自己有興趣或較擅長的領域，可以更容易的增加和當地人相處的機會，除了自己會比較有自信，大家的話題也好搭的上。認識和自己有共同嗜好的德國人或外國人，了解他們和我們的異同是我覺得很難得的體驗。舉例來說，加入這個棒球隊讓我打破了“德國人都是嚴肅、難熟、一板一眼”的刻板印象，不過也印證了他們對啤酒的至愛之情，因為他們的球具庫裡就有個冰箱，每次練完球還真的會喝上一瓶啤酒。

四、日常生活篇

必備工具

交換在當地生活，銀行帳戶和手機網卡是必備的。我自己用的是 Revolut 網銀，當時申請速度蠻快的，APP 的使用上也蠻順暢，我就是用這個帳戶來收取限制提領帳戶的錢，繳房租也是直接在 APP 上轉帳操作。需要現金的時候可以拿實體卡到 ATM 領錢，學校餐廳旁就有機器可以操作了。所以我並沒有在當地申請其他的銀行帳戶。

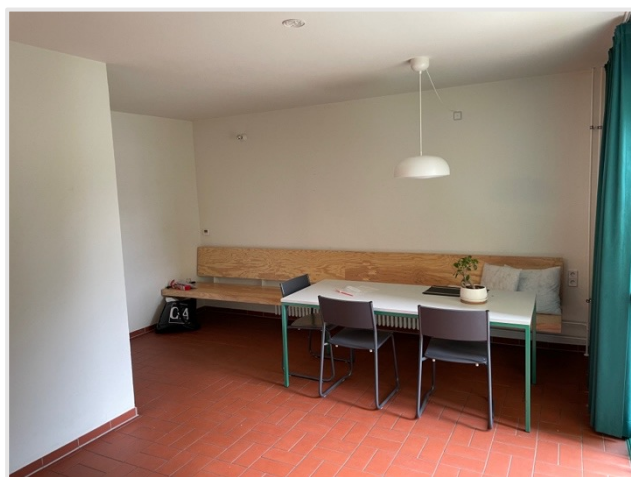
我出國前還有在台灣申請外幣帳戶，當時是在玉山銀行開戶，限制提領帳戶匯款 Expatrio 的手續也是在這邊處理的。因為德國面臨烏俄戰爭等影響有通貨膨脹，物價也上漲很多，其實只有限制提領帳戶的錢是不太夠用的，因此我出國前也有看匯率分批換歐元存入這個外幣帳戶，並申請了一張雙幣信用卡，所以在交換期間是 Revolut、玉山銀行的帳戶一起來支付平常生活的開銷。

手機網卡的部分，可以在台灣先買短期的網卡，下飛機後方便連網路找路去宿舍，之後再從當地買德國網卡。德國的網路是非常貴的，連鄰居法國人都嫌貴，所以要有點心理準備。常聽到的有 Telekom、Vodafone、Aldi Talk 等，我當時選擇了 Telekom 的預付卡，優點是它的涵蓋區域廣，網路訊號佳，還會不定期辦活動送網路流量，不過缺點是真的貴，一個月 15 歐才 5GB，而且申請還要帶證件去 Telekom 門市辦理。我朋友有用 Aldi Talk 的，用起來也沒什麼問題，價格也比我的卡更實惠。還有一些當地新興的公司有在推更便宜的方案，都可以參考一下。

住宿生活

我住在 Studentendorf Schlachtensee 的房型 A，和其他五位室友共用一個廚房和兩間廁所。宿舍的健身房可以免費使用，不過尖峰時段會很擠。宿舍裡有 WIFI，和學校使用的是相同的系統所以也不用額外買路由器。宿舍有共用的洗衣房，每次洗衣機洗衣服要 1,8 歐左右。宿舍旁邊就是平價的 ALDI 超市了，過一條馬路則可以到稍微貴一些但選擇多、品質更優的 Edeka 超市。到柏林的 Mitte 雖然遠，但是坐公車二十分鐘可以到 Rathaus Zehlendorf，這裡就有更多像 Woolworth、亞超等商家可以逛。從宿舍到 FU Berlin 要搭公車轉 U-Bahn，大約半小時時間。最近的 S-Bahn 車站有 Mexicoplatz 和 Nikolasee，搭公車十分鐘多可以到，要注意午夜之後沒有公車的話，就要從 S-Bahn 車站走約二十幾分鐘的路回家了。

▶ 我宿舍的公共空間



◀ 第一天進宿舍的模樣



柏林的交通

FU Berlin 開學前會收學期交通票的費用，裡面包含整個柏林的各種交通如公車、Tram、S-Bahn、U-Bahn 及 RE 火車等的無限次數搭乘資格，乘車時出示學生證給查票員看就可以了。因為已經有這張交通票，而且冬天又冷又下雪，我就沒有另外買或租腳踏車了，倒是要注意德國的腳踏車都騎很快，所以走路時要注意不要走在腳踏車道上，如果擋到單車族他們也會沒好氣。柏林的大眾交通運輸是 24 小時運作，不過一些車半夜後還是會休息，越晚車次也會越稀疏一些。

趕時間也可以騎電動滑板車，有不同公司 TIER、Voi 等選擇，下載 APP 註冊後就能掃碼騎車，規定內的區域都可以隨地停車還車，是計時收費的，騎十分鐘大約三歐元多的費用。柏林很大，常常去個地方都要花上四五十分鐘，可以想想在坐車時可以怎麼運用時間，而交通誤點取消也是常有的事，可以善用 google map 和 BVG 的 APP 來確認路線和班次。

飲食

我的宿舍旁邊沒什麼餐廳或是速食店，平常主要就是自己煮為主。柏林物價雖然比台灣高，但是超市的當地食材還是很便宜，像是馬鈴薯一公斤才一歐元上下，麵包、水果選擇也很多。想吃家鄉味也可以到亞洲超市採買。柏林很國際化，亞洲超市也比其他城市方便找到。在外面要吃東西、餐廳又太貴的話，可以吃柏林有名的 Döner，就是類似台灣的沙威瑪，或是越南快餐店的炒麵、炒飯盒等，價錢都在六七歐左右，遠比一般餐廳便宜。

上學時則會在學生餐廳吃飯，要記得在學生證裡儲值。雖然學生餐廳常被學生嫌棄不好吃，但是一餐三到五歐元就可以吃很飽，而 FU Berlin 的學生餐廳很大，同時也是同學朋友們聚集聊天的常去之處。



▲ Döner mit Brot & Mensa

日常休閒娛樂

柏林能做的事情真的很多很豐富，大部分我交換的朋友都說選柏林做交換是很棒的決定。柏林的博物館是很有名的，而且還非常多間，歷史文物、藝術、柏林圍牆、科技等主題都有，去都去不完。柏林的綠地也是令人驚豔的多，有很多漂亮的公園，大家很愛去坐著聊天野餐、一起喝喝酒享受陽光。夏天時湖邊會有很多人去游泳，FU Berlin 附近的 Schlachtensee 和 Krumme Lanke 都是很熱門的湖。柏林的酒吧和 Club 也是很發達的，也很值得體驗，就連很多外國人也是慕名而來。柏林的 Club 以 Techno 音樂知名，很多有名的 Club 都是大排長龍，要記得服裝的搭配還得配合一些潛規則，不然是有可能被拒於門外的。

五、文化交流篇

語言交換

FU Berlin 的語言中心有提供語言交換學伴 (Tandem Partner) 的媒合平台，申請方式是上網填寫表單。我配對到一位父母從中國大陸移民來的大一男生，每個禮拜我們見面一次，用中文和德文聊天。因為他是土生土長的德國人，我跟著他增進口說和聽力的能力，學習一些德國與柏林的知識文化，他也會問我一些中文的用法，聽我分享關於台灣的一切。我覺得申請學伴是很棒的學習機會，還可以交朋友，所以個人很推薦去申請看看。



▲ 大家在 Schlachtensee 裡游泳

PARTY

交換學生常常辦 Party，可能是有人生日或是隨便找個理由，Wohnheim Goerzallee 宿舍常常會有交換學生舉辦，大家聚在宿舍的廚房和走廊聊天、玩 Bierpong、甚至播音樂一起跳舞。由於這些場合都是二三十人起跳，也常會有認識新朋友的機會，大家剛認識時都會交流各自的國家和文化差異。這種場合我認為在台灣也不是常態，在交換期間是很有趣的體驗。

▼ 聖誕大餐 & 交換禮物



▲▶ 自己買來煮真的便宜又好玩

煮飯

我和這裡認識的外國朋友常常相約煮飯。我們輪流主掌每次下廚的菜色，所以可以看到不同國家在食材、調味和烹飪觀念上的不同，每次都很好玩。義大利人對 Pasta 做法的執著，法國人對於乳酪的愛等等，專心觀摩的話廚藝也能有所進步。



六、您對於國合處辦理與該締約學校之間的交換細節，如甄試、薦送、聯繫等事宜，您有無任何建議？

我認為政大和 FU Berlin 的交換荐送和聯繫都蠻有效率的，讓我在取得入學許可的過程很順利，我非常感謝國合處和 FU Berlin Incoming Office 的協助。分享一下我在德國當地入學前突然發現，我在 FU Berlin 的入學證明文件上被註冊的科系是錯誤的，經過電子郵件反映才被改回來。學弟妹一定要仔細檢查這類文件的資料是否有誤，因為有時候行政人員也難免百密一疏，如果自己也忽略了，影響到後期的選課等程序就會很麻煩。

七、就政大的就讀經驗與締約學校的交換心得，您有無任何建議提供給本校作為改善之處？

我自己覺得在 FU Berlin 學期初給交換學生的城市導覽很棒，不但可以讓學生打成一片，國外學生也可以對當地的環境快速的認識。我想政大如果也安排有興趣的在校學生來協助這樣的導覽，不但能得到與外國同學的交流體驗，也是磨練外語的好機會，外國學生也可以更融入台灣的當地生活。



▲ Christopher Street Day

八、費用篇

德國的物價一直有在上漲，像是我支付的宿舍租金等經費都已經比早兩三年前去柏林的學長姐還要貴上不少，大家可以參考這些費用支出，但是以後應該只會越來越貴。我再加上一些旅遊、日常生活開銷後，整年的全部總消費大約是 50 萬台幣左右，給學弟妹參考一下。以下是我交換前後過程的主要必須花費：

交換前

護照 1300 元

國合處 交換保證金 5000 元（達成國合處任務可領回）

簽證 75 歐元

短期歐洲網卡（三十天歐神卡）590 元

學期前語言班報名費 700 歐元

機票來回 共約 48000 元

交換期間

柏林學期交通票與行政雜費 兩學期 共 450 歐元

房租 480 歐元*12 個月 共 5760 歐元

公立保險（TK） 120 歐元*12 個月 共 1440 歐元

手機預付卡 15 歐元 * 12 個月 共 180 歐元

政大學費 兩學期 共約 50000 元

廣電費（和其他室友平分） 3 歐元* 12 個月 共 36 歐元