

國立政治大學交換學生報告表



填表日期	2024.04.01
系級	歐洲語文學系德文組四年級
學號	108504018
姓名	楊芷淇
交換國家	德國
交換學校及系所	萊比錫大學 日耳曼語文學系
交換學期	自 112 學年第 1 學期起至 112 學年第 1 學期止

一、緣起

「出國交換」一直都是我在求學階段的計畫之一，我十分憧憬著以交換生的身分，在國外生活一段時間來深度體驗當地的風俗民情以及教育體制。仰賴政治大學與許多的國外大學簽訂協議，學生們得以於校修業期間至國外大學交換進修。

在校期間，身為歐語系德文組的學生，我希望在這四年打好的語言及知識的基礎之下，透過交換學生的機會到德國生活體驗，並試著把所學的知識應用在生活中，也期望能夠親自見識遠多於教科書上所介紹的文化與生活樣貌、到訪異地並與世界各地的人彼此交流，在不同的價值觀碰撞之下看見視線的死角，從而調整自己，學習從更全觀的角度看待事情。

二、行前準備

◆ 提名和入學資訊：

政大國合處大約在二月中下旬會對提名統一作業，協辦人員會與交換大學聯繫並且 cc 副本給提名同學，我們就將所需要的提名資料寄給國合處就好

大約五月中旬會收到萊比錫大學的信，會被請求填寫一些學生個人資料，六月中旬開始陸續會收到萊比錫大學的入學通知單、萊比錫大學的簡介和各種活動資訊、宿舍申請通知等等資料，務必要經常去電子信箱檢查有無最新的資訊。

◆ 住宿：

萊比錫大學寄送的電子郵件中包含宿舍申請須知以及網址連結，點進去後填寫個人資料和宿舍的志願序，我和系上同學想要一起住，所以我們有特別在室友欄位中寫上對方的名字，最後選填結果大約在六月底透過電郵通知，我們也確定入住同一間宿舍並當彼此的室友。

另外建議在台灣先買好一、兩公尺的 RJ45 網路線，萊比錫大學的學生宿舍似乎都要有網路線連接路由器或是筆電才能使用宿網，我個人是買一條網路線再加上連接筆電的網路線轉接頭，並在電腦下載 studNET-Client 的程式 (<https://www.studentenwerk-leipzig.de/en/studnet-client/>)，按照操作順序後就可以順利連上宿網。

◆ 簽證：

德協規定要在開學日前三個月才能送件，暑假又是辦簽證的旺季，預約簽證的時段非常難搶，建議五月中旬到六月中旬一定要隨時進入德協預約簽證的頁面，檢查網頁是否有新釋出的時段。需要準備的文件在德協網

頁都有明確標示(<https://taipei.diplo.de/tw-zh-tw/service/visa-einreise/-/2453292>)。

特別要注意的是，護照個人基本資料頁影本要包含簽名頁，我當時因缺少印這頁，而被請去補印，還好協辦人員說印完再回來補繳件就好，我當天就去 35 樓的 7-11 列印完後再回去德協繳交，辦完後協辦人員會請你填貨運單，用以寄送護照，這時候可以在手上將貨運單號抄寫下來，這樣就能隨時追蹤護照寄送的進度。大概五週左右就會收到護照，當場向快遞人員繳交 250 元運費就好。

◆ 限制提領帳戶：

我選擇的是 Expatrio，線上申請步驟可參考 Willstudy 這個網站，資料填寫完後就可將生成的 05 文件列印下來帶去銀行臨櫃匯款，當銀行行員問是否要全額到匯，請回答「不用」，因為 Expatrio 中的 100 € Buffer 會幫忙支付中間行和受款行的手續費，我們只要繳交台灣這邊的匯款銀行的手續費就好。匯款完畢後，Expatrio 網站上會生成 06 文件，辦簽證的時候需要繳交。

◆ 保險：

我是申請私保 Mawista，每個月保費為 34 €，申請成功後收到附有個人資訊的保險合約以及合約涵蓋條款，然後將保險證明回傳給德協。

特別要注意的是，交換生申請私保需向公保機構申請 M10-Befreiung 豁免公保，所以我就寄信向萊比錫的 AOK Plus 請求豁免。AOK Plus 會寄一份文件要我和 Mawista 填寫(我填寫第一頁，Mawista 填寫第四或第五頁)，最後我將這份文件再加上當初收到的 Mawista 保險合約及合約涵蓋條款回傳給 AOK Plus，過一陣子萊比錫大學的 Almaweb 這個網站上的個人保險狀態就會更新。

◆ 電信：

強烈建議出國前一、兩年就要再次確認一下自己手機的電信合約何時到期以及是否要解約，以免要繳交高額解約金，而且需要考慮自己是否要將台灣的手機門號停掉、轉預付卡或是轉成最低資費。

我的手機有雙 SIM 卡功能（一張實體 SIM 卡加上一組 eSIM），實體卡的部分考慮到我刷台灣的信用卡時要收發 OTP 驗證簡訊，所以我沿用台灣門號，而 eSIM 的部分原本我打算在德國當地申請，但是例如 Fraenk 這個電信品牌就不能用台灣護照驗證，只能用居留證，其他電信也要簽訂幾個月的合約，我覺得有點麻煩，又擔心若沒看清楚合約內容可能會權益受損，所以我就沒考慮在當地的電信買 eSIM。由於去德國前我的中華電信手機門號合約剛好到期，我就索性將合約調成最低資費，並在台灣的 DJB 網站先買幾天的 eSIM，不過該網站的 eSIM 價錢稍高，我後來每個月都在蝦皮買流量 10GB 的 eSIM，等到快月底時再買下個月的 eSIM。我覺得這種方式很不錯，因為我不用額外再在德國當地

申請電信合約，而且蝦皮上買的 eSIM 在其他歐洲國家包含英國旅遊也能使用，訊號也相當穩定，這半年用起來都很方便。

三、交換學校簡介

萊比錫大學位於德國東部的薩克森邦，創立於 1409 年，是德國歷史第二悠久的大學，培育出許多知名的校友，像是歌德、尼采等人。該大學各科系的學門領域相當廣泛，提供 150 多種不同的課程，且校內選課十分自由，通常並不會限制學生去選修其他科系的課程，但若選修非本系的課程，還是要提前寄信詢問開課教授是否願意讓你修課或旁聽。選課之前會事先通知操作步驟，授課的課程列表也可以在 Almageb 網頁上查詢得到。另外國際生還能選修 Studienkolleg Sachsen 開設的德語語言課程，它有提供開學前的語言班以及學期間的德語課程，前者有名額限制，需要抽籤決定學生名單，且要額外付費（當時為 170 €，相較其他大學已經算很優惠了），後者除了密集班的課程以外，其餘課程不用額外付費，課程名單和詳細費用能夠在官網的課程清單查詢得到 (<https://www.stksachs.uni-leipzig.de/studium/deutsch-im-studium>)。

對於交換生而言，學校提供不少資源與協助，讓我們在申請學生宿舍、處理各種入學事宜的安排上都能夠順利進行：

住宿方面，萊比錫大學的學生宿舍有許多間，分散於各個區域，雖然學校不保證每一位學生都能抽到宿舍，不過包括我自己，我所認識到的交換生都有申請到學生宿舍，所以這點應該是不必過度擔心，相關資訊也會由萊比錫大學傳送電子郵件至信箱中。

飲食方面，除了學校周邊的餐廳和小餐館可以選擇之外，還能去萊比錫大學的學生餐廳，總共多達 12 間，分散於主校區、市中心周圍以及較偏遠的地方，餐點非常多樣、價格也很實惠，每週的餐點也能在網站上查詢得到。每當我不想下廚，或是下課後，我就會和朋友一起去吃學餐。不過學生餐廳不接受現金交易，學生需要事先在學生證中儲值金額，大部分的學生餐廳外會有機台可以儲值和查詢餘額。



娛樂方面，若想和其他國際學生一同交流、參與各種不同類型的活動，可以向 Studentenwerk（集合學生宿舍、飲食、課外活動和文化交流的組織）以及 Wilma（為國際生舉辦各種活動的組織）報名，它們會定期舉辦各種像是城市遊覽、球類運動等活動，讓國際生更能熟悉德國並融入當地生活。

交通方面，萊比錫大學位於市中心，無論是搭乘公車還是路面電車（Straßenbahn）都有許多線路都可以抵達學校，地理位置可說是相當便利。而且萊比錫大學也很靠近萊比錫火車站，搭一站的電車或是走 10 分鐘路程即可，不管要去鄰近城市例如德勒斯登，或是稍遠一點的柏林，還是要轉乘去其他城市，都相當方便。

另外，萊比錫大學旁邊就是購物街，餐廳、咖啡廳、服飾店、藥妝店等等可以想得到的店家林立在街道兩旁，並延伸至周邊廣場，不管是和朋友聚餐還是日常用品的採買都非常方便。綜合上述各種條件，萊比錫大學以及這座城市也因此成為了我心中理想的學習之地。

四、國外交換之課程學習(課內)

以下為我這次交換修習的課程（皆為五學分）：

1. Sprachenlernen im Tandem：

這門課是 Sprachenzentrum 語言中心開的課程，主要是讓萊比錫大學的學生能夠彈性地學習，同時增進自己的目標外語，學生可以選擇要自主學習或是要和語言夥伴一起練習，而我選擇的是和語伴練習德文，因為母語人士能夠幫助我更有效、更全面地練習外語。整學期有四次實體上課，四次線上諮詢的會議，並且至少要和語伴見面八週，除此之外需要完成 16 頁的 Portfolio，這有點像是這堂課的學習歷程檔案，可以讓我們針對每週的外語學習進行詳細的記錄與反思。期末的時候要做一個線上的 Presentation，和老師闡述自己的學習目標、所使用的學習策略及整體上的學習成果。

四次的實體上課兩位教授 Frau Wanner 和 Frau Sorour 會介紹有哪些學習語言的策略，哪些方法適用於增進閱讀、聽力和口說和寫作能力，並告知哪些日期前需要完成多少進度，而針對和語伴交流所遇到的問題，老師會讓學生們討論、提出看法和解決方式。四次的諮詢會議，學生會約時間和老師線上開會，老師會針對你每週所寫的 Portfolio，提出修改建議，並讓我們有方向可以改進下一次和語伴練習外語的情況。

和語伴見面的那八週，我們能自行決定見面日期、每周學習的主題和學習策略，每次的見面，雙方的目標語言練習時間都要各半，不能過於傾向使用單一語言。我和我的語伴 Mika 會定期約時間見面練習中文和德文，主題涵蓋音樂、環境保護、德語慣用語、禁忌文化和台灣的春節習俗等。我們每次見面都以三小時起跳，不只是我們對於語言學習很有熱忱，也是因為每次討論的主題我們都能延伸更多的問題來談論，分享彼此的觀點。透過這門課我的德語能力有顯著的成長，還結交到可愛的語伴，即使我回到台灣，我們也有保持聯繫。



(我與我的語伴 Mika)

2. Deutsch im Fachstudium: Sprachwissenschaft :

這門課是 Studienkolleg Sachsen 開的德語語言學課程，級別為 B2/C1，建議在當地有修 Germanistik 日耳曼語文學系的學生修讀。課程是由兩位教授 Frau Laue 和 Frau Knabe 針對德語語言學介紹它所涵蓋的語言學知識，如德語的演變、衍生詞（派生詞）、複合詞、同義詞、外來語、語言中的隱喻性、語言習得等內容。每堂課學生人數約十人，課程類屬 Seminar，注重於課堂討論，通常學生有問題就可以直接舉手發問，教授會引領我們一起思考、表達自己的意見。

平時教授會出作業，請同學完成講義上的題目，等到下次上課大家會一起討論回答問題。期中時，兩人一組做一份口頭報告，我和愛爾蘭的女同學 Grainne 一起做有關社群媒體語言的主題，談論中文、英文和德文在社群平台的用語上和專業書面語有何不同。期末要繳交一份 Portfolio，內容包含期末的測驗、期中的報告、學習記錄和反思。

雖然這是專業課程，但是教授會將課程內容用淺顯易懂的方式讓我們理解，上課氣氛也相當活躍，作業的負擔量也很合理，總體而言我很推薦修習日耳曼語文學系的學生修讀此門課程。

3. Mündliche Kommunikation im Studium B2 :

這門課是 Studienkolleg Sachsen 開的德語口說課程，兩位教授 Frau Löbner 和 Frau Spiegel 分別針對德語口說溝通和發音來教授德文：

Frau Löbner 的口說溝通課涉及日常溝通用語、演講專業用語等，也會提及各種議題像是性別中立語言、街頭塗鴉、人工智慧等等，期末兩人一組進行一份口頭報告，主題自訂，報告時要套用學過的演講用語。我和一位中國女學生 Haoyue 合作，製作出有關容貌焦慮這個主題的德文報告，台下同學會根據報告內容提出問題，因為在台灣我有進行過類似的報告模式，所以蠻適應的。

Frau Spiegel 的發音課非常有趣，每堂課都會根據主題來教導各種母音、子音、重音、音調的旋律性，學生會圍成一圈，跟著老師進行發音練習，有時配合手腳的拍與踏，來加深各個發音和大腦的連結，是一個師生互動性極高的課程。期末要製作一個 10 分鐘的 Podcast，內容要提及這堂發音課有什麼幫助、在德國和自己的國家學德文有何不同、學習德文發音的過程等等，我一樣和 Haoyue 一同錄製，分享在彼此家鄉學習德文發音的遇到的困難點和經驗。透過這門課，我的德語口說能力以及發音都有顯著的改善，組員之間的合作與溝通能力也提升起來了，除此之外還結識了非常友好的中國朋友和其他國籍的學位生和交換生，整體上我相當推薦修習這門課程。



(口說課的一部分學生和教授)

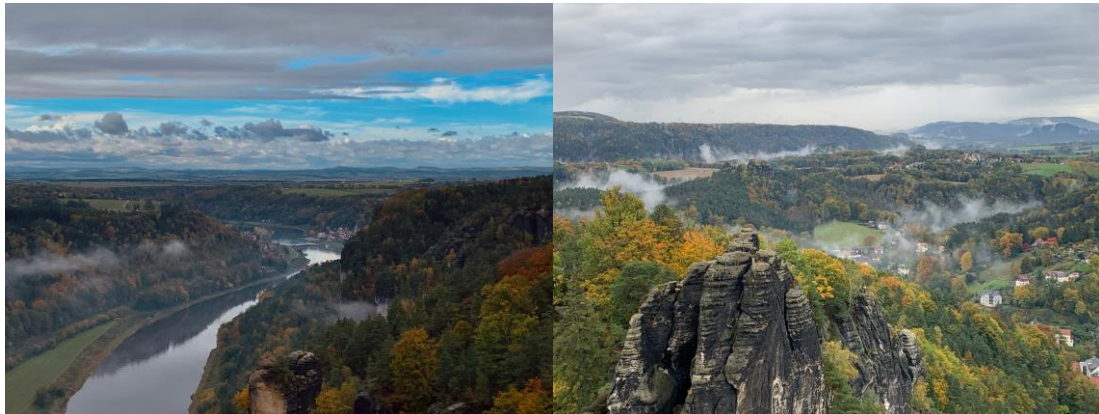
五、國外交換之生活學習(課外)

◆ 學伴：

關於學伴的部分，是可以到 Studentenwerk 的官網點選 Buddy 的相關連結 (<https://www.studentenwerk-leipzig.de/en/housing/tutors-studentenwerk-leipzig/buddys/>) 寫信去申請，學校會根據你填寫的興趣、嗜好、你能為對方提供哪些事情等資訊來幫忙媒合。我和同行的系上同學沒有特別申請，不過萊比錫大學中一位德國學生 Paulo 有寄一封電郵給我和其他台灣學生，郵件中有提到他曾在台大交換一年，並願意提供我們日常生活的協助，我後續有和他聯絡並且成為語伴，我們時常會見面用中文和德文聊天，他也會為我解惑我在德國面臨的各種疑難雜症，我非常感謝他的協助以及陪伴，讓我在德國能過得更加順心，連帶也提升了我的德文能力。

◆ 學校活動：

交換期間我有參加 Studentenwerk 舉行的「Wandern in der Sächsischen Schweiz」的活動，我們和一群國際生以及帶隊的 Tutor 一起搭火車到位於德勒斯登的薩克森小瑞士國家公園，該地為徒步攀岩的勝地。我在這次的活動中也認識了來自羅馬尼亞的女生，我們兩人一路結伴克服泥濘不堪的攀升路段，並在砂岩組成的岩壁中穿梭探險，最後登高欣賞奇特的岩石景觀、幽深的山谷，並遠望易北河壯麗的景色。另外我還結識了兩位法國女生，並用德文一起談論我們的這趟旅行以及各自在德國經歷的各種瑣事，聊得非常愉快，回程的路上我也送他們我隨身攜帶的一些果凍和茶包，分享我喜歡的台灣零食。



另外我也參加了 Wilma 舉行的「Ice Skating Disco」溜冰活動，我和課堂中認識的一位中國學生在沒事先約好的情況下都有報名，並在活動中認識了一位韓國女生和西班牙男生，我和韓國女生雖然對於溜冰不在行，溜得也不太順，但兩位男生都在一旁慢慢陪我們溜冰，也指導我們的腳步和滑行方式，讓我們可以漸漸上手，最後慢慢享受溜冰帶來的樂趣，我覺得能夠在德國體驗溜冰並且認識新朋友真的是一段很棒的經歷！



◆ 日常生活：

飲食的部分除了和朋友去吃學餐，原則上我和室友是自己在宿舍廚房打理三餐的，除了節省支出以外，還能享受料理的樂趣，廚藝也遠比在台灣進步地多了。我和室友住的是離學校搭電車 15 分鐘的 Arno-Nitzche Straße 這邊的宿舍，旁邊就有一家 Lidl 超市，基本上我們一週會去逛兩、三次，不管是日常用品還是食材的採買都非常方便，價格也相當優惠合理，若搭配 App 會員還能享有折扣。除了上述的 Lidl，德國還有很多超市品牌例如 Aldi、Rewe、Edeka、Penny、Netto，不同的品牌店家也會有不同的商品種類和優惠，我和室友有時會特別去不同店採購零食和食材。若想念家鄉味，學校附近也有一家 Go Asia 亞洲超市，裡面有販賣許多熟悉的零食、飲料、調味品、食材等，不過商品價格基本是翻倍在賣，所以基本上我們偶爾才會去亞超逛一次。

交通的部分，我極度建議下載 DB Navigator 這個 APP，它整合了德國境內交通工具的班次資訊、轉乘安排，以及即時車次狀況查詢。德國當地有 49 歐月票，適用範圍是全德國的境內的交通工具，包含電車、地鐵、公車、區間火車（RE 和 RB），但不包含高速列車和城際快車（ICE、EC 和 IC）和部分路段的區間火車（可參考此篇文章 <https://reurl.cc/G43r2v>），遇到查票人員只要出示購票的 QR Code 就可以了。

萊比錫大學的學期票包含交通票，出示萊比錫的學生證可以在萊比錫和附近城市搭乘各個交通工具，限制的區域範圍為參考此網址 https://www.studentenwerk-leipzig.de/ext/uploads/2024/01/22-08_mdv-semesterticket.pdf。我很推薦可以將學期票升級成月票，每個月額外付 19.83 歐元就可以乘坐大眾運輸工具在德國境內的其他城市旅行。不過聽說往後的新學期，學期票的規則會有修正，可能連額外支付 19 歐的費用都不需要，相關資訊再請查閱其他學生的分享心得。

◆ 學生優惠：

我非常推薦申辦國際學生證 ISIC 或是 ESN 卡，我個人是申辦永豐銀行的國際學生證 Debit 卡，除了可以享有永豐銀行外幣消費的回饋，還可以享有國際學生的各種住宿、交通、藝文展覽等優惠。交換期間我在 ISIC 官網的搜尋了各種折扣碼，用於搭乘 FlixBus（歐洲客運）和在 Booking.com 訂住宿旅館，省下來的費用加總起來相當可觀。

◆ 電子支付：

德國的電子化其實很成功且全面，基本上不用出國前不用換太多歐元現金，我個人帶了 1000 歐元不到的現金（扣除兩個月的住宿費和押金還剩 300 歐元左右），日常消費主要是用 Revolut 這個網路銀行刷卡購物，不管是在超市、藥妝店、咖啡廳、餐廳等地方都可以用手機的 NFC 的功能無接觸感應刷卡，也可以額外申請實體卡來刷卡。若需要提領現金，也可以至 Revolut 的 App 中搜尋附近的 ATM 提領現鈔，每月設有免手續費的兌換額度，歐盟內轉帳直接免手續費。

六、交換之具體效益

- ◇ 學習國外教學模式的不同
- ◇ 德語、英語能力的進步
- ◇ 接觸各國人士與文化交流
- ◇ 處理及應變能力提升
- ◇ 跳脫生活舒適圈
- ◇ 體驗與認識德國當地文化與生活

七、感想與建議

從申請到德國交換的期間，無論是政大國合處、系上教授、家人和朋友們，或者萊比錫大學的各個承辦人員及授課教授，以及一路遇到的各國交換生和語伴們，在德國和歐洲發生的大小事、所有的一切，我都十分感謝。雖然在德國交換的期間遇到不少的挫折，有時也會感到力不從心，但幸好身邊有許多友善且真誠的人，以及努力調整狀態的自己，我也克服了許多阻礙，變得更堅強獨立了，內外都有了顯著的成長。每當我回顧自己這半年的經歷，都會為我自己所做的每個選擇和決定感到佩服與驕傲。

這一路在異國的各種體驗我都相當珍惜，我也很慶幸當初我有選擇來德國交換，才能親身經歷當地的生活以及遠比書本介紹還要豐富的文化特色，並且和當地學生以及新認識的朋友雙向交流，進行思想上的碰撞，另外還向他們推廣台灣的文化、飲食、傳統節慶等特色，讓更多人認識我的國家。

我希望這篇心得能對到國外交換有所憧憬的同學們有所幫助，也帶給你們一些信心，不要怕任何未知的突發狀況，因為只有克服且經歷過，你才會發覺原來自己比想像中還要更有能力且強大。

八、費用

- ◆ 簽證費用：75 € (按當時匯率為 2580 元) + 護照寄送運費 250 元
- ◆ 限制提領帳戶：934 € / 月 + 管理費 5 € / 月 + 49 € 開戶費 + 100 € Buffer
- ◆ 私保(Mawista)費用：34 € / 月
- ◆ 萊比錫大學學期費(含學生證)：275.5 €
- ◆ 宿舍房租：190 € / 月
- ◆ 宿舍保證金：300 €
- ◆ 廣電費：18.36 ÷ 2 € / 月 (和室友平分)
- ◆ 來回機票：39354 元
- ◆ 中華電信月租費：199 元 / 月
- ◆ 蝦皮 eSIM：539 元 / 月
- ◆ 學海飛颺獎學金：主要用來支付機票費用和日常生活開銷。