

國立政治大學交換學生報告表

※ 請依序回答題目，並將檔案回傳 oic@nccu.edu.tw 信件標題請註明 《薦外交換生心得報告》

※ 學生可不依此報告格式回傳文件，但繳交之文件內容至少須有2張 A4（含圖片）。

※ 本文件將同步公告於國合處 <http://oic.nccu.edu.tw/forum>，以供未來交換之學生參考。

基本資料

1. 填表日期：2023/08/15（YYYYMMDD）
2. 系級：法律四
3. 學號：108601057
4. 姓名：謝雅方
5. 交換學校及系所（全名）：德國波昂大學法律與經濟系
6. 交換學期：自 111 學年第一 學期起至 111 學年第二 學期止

交換學生報告（以下每點敘述至少300字並附上照片）

一、準備篇（請就出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）

I. 簽證申請

當初在德在台官網上查到的資料是除限制提領帳戶外沒有透過他人擔保證明財力的選項，但實際可行。由於本身有家人在德可以替我擔保，所以是拜託家人到德國地區的外事局申請和取得擔保文件，我再印出去申請簽證的。

也寫 Email 詢問過保險相關問題，等待大約兩周得到回覆。申根地區適用海外旅遊健康險英文版證明是可以補件的，因為保險效期必須是在德國停留的總時間，所以要等到買機票後才能確定保險起始日。德國法律規定凡在德國入戶籍都必須參加醫療保險，波昂大學有列出建議公保公司，由於學校是公家機關不便指名推薦私保。我找了 TK 公保，並附上大學給的申請編號。因為我想在開學前提前去，而 TK 保險只有在大學註冊後才正式生效，就得另外保了 ADAC 的保險三個月。另外，保險申請文件不足作為最終的保險證明，所以需等到拿到正式有效保單才符合申請簽證的要求，所以遞出所有文件並拿到簽證是需要時間的。

辦理人員說不用預約太早的時段，通常是開學前三個月再辦理簽證即可。等收到交換學校給的入學許可，記得帶去辦簽證。若想提早出國，可跟交換學校要求發給從語言課程(若有)開始時間的入學許可。當初五月先去辦一次，但文件不足他給了我最後補件日期，我郵寄補上。接下來得耐心等待消息，他們有說明不要寄件或打電話詢問進度，我等了一個多月。確認通過申請後會收到一封 Email，再來就等快遞幫你把印有簽證的護照寄到你手上了，大概一周內會收到。

II. 購買機票

為了等簽證不敢早買，出國一個月前買了華航桃園直飛法蘭克福，台幣35000。

因為當時疫情才剛緩和，如果再早點買一定可以更便宜。不過入境德國已經沒有任何檢疫規定了。也上網買了德鐵 ICE 直接從機場到我要去的城市。

二、學業篇（請就選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述）

波昂大學提供交換學生相對彈性選課要求，僅建議一周修習12到15小時的課，非強

制。但上課時數不等於最後可取得的學分，需抵免學分者應自行詢問教授。若想修其他系的課也可以直接寫信詢問開課教授。Ecampus 上有被加入所選科目才算真的選上，老師有任何上課資料也會放到上面。大致知道自己選哪些課必須記錄在 Study Plan 中回報國際處。目的只是讓國際處大概知道你修了哪些課，之後仍可以有變動。接著國際處只負責在期末聯繫那些課程的教授詢問交換生的成績。課程若以出缺席作為評分標準，請假相關事宜是由該課系單位處理。德國大學課程通常只考期末考，且安排在課程結束後。若第一次沒考過，多有第二次考試。交換學生可在學期初和教授商量是否有其他評量方式，比如另外出題或口試。

法學院教室硬體設備很好，就算教室很大，坐後面的學生也聽得清楚。法律系課程有很多一班一百多人的講堂課，通常講堂課不會點名，學生有事要離開是選擇安靜離開不用打斷老師，所以很容易旁聽。德國學生有想法或問題蠻踴躍主動提出的，這點我很佩服。德國大學課表有分 s.t.和 c.t.分別是準時和延後十五分鐘，需自行注意。一般德國人是很守時的。波昂大學法律系英文授課的課不多，我只選了一堂。剛開始上全德文法律系的課頗吃力，但一些法律概念是用中文學過的，所以找翻譯對應後就能理解。但同時也一直在學德文，每次上課會越聽越懂，很有成就感。

學期前的密集德文課開課在開學前一個月，大約七月左右會有線上分班考。每年的題型好像都不一樣，之前讀到學長姐分享說是選擇題，但自己遇到的是填空題，很多人都沒有寫得很好，所以和課程負責人商量換班。有考語言檢定者，可以直接以證書等級選擇適合程度的班級。學期中的德文課有一般分等級的(A1-C1)課，也有主題課。我上下兩個學期前都有上密集班和學期中的課程，個人認為密集般的師資比較好，所以強烈建議上。選修國際處開的課是和一般大學課分開的，要記得在截止日前寄信給課程負責人登記上課。我記得 Global Exchange 也就是 Erasmus 以外的學生不用另外付這一個月的課程費用。

大學附設的體育課程 Hochschulsport 有自己的選課系統，須上其網站注意報名時間。課程種類五花八門，從一般羽球、瑜珈等常見運動，到騎馬、高爾夫球甚至划船都有，報名堂數不限。但特別課程當然就得負擔較高費用，不過像我選瑜珈課，學生價格一學期只要15-20歐左右，相當便宜。也因此很搶手，需要準時報名。

三、社團篇（請就**參加之社團、課餘活動**等經驗分享）

波昂大學國際處有 International Club 經常舉辦課餘活動，如每周一固定的 Sprachcafé，只要有興趣的人，無論國際生或本地生都可以參加，所以有機會認識德國人練習德文。有時也會有素食料理日或學術性的活動比如討論特定主題多元觀點等。

Erasmus 學生社團舉辦了很多有趣的活動，提供學生互相認識的機會，如每周一晚上的 Stammtisch、Drachenfels 健行、野餐、慢跑、卡拉 OK 和漢堡三天兩夜旅行等。有些活動免費，有些需購票及付費，若有購買 Erasmus 學生卡可以享有優惠。持有 Erasmus 學生卡二十八天前購買萊恩航空機票、FlixBus 等也有打折。

也聽過針對所有波昂大學學生提供服務的 AstA，會不定期開設諮詢時段，提供學生學業或就業諮詢的管道。

波昂是個大學城，市中心也不大，所以在上學途中必定經過市中心廣場，那裡時不時會有文化主題的攤位或表演，替整個城市注入了豐富的生命力。城市的右側傍著萊茵河，無論是早晨從宿舍出來或一天的任何時段都有人去散步慢跑，或在一旁草地野餐，非常愜意。我覺得這個市政府城市規劃的蠻好，除了市中心活動外，在 Rheinaue 大公園也經常舉辦跳蚤市場或夏季音樂會等，吸引了不少其他城市來的旅客。因為在二戰後短暫成為西德首都，許多公家機關仍坐落於此。聯合國辦公處 UNCampus 有時有學術研討會，不遠處的許多博物館比如 Haus der Geschichte、Kunst Museum 也很推薦去參觀，大部分持波昂學生證不用錢。

之前在 AstA 網站上有架設語言交換平台，提供有需要的人自行刊登資訊。我因此有找到過語言交換的夥伴。但後來網站好像有被關閉，因此若想找語言交換，可直接在 WhatsApp 群組詢問或利用其他 App。

四、日常生活篇（請就**交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食**等事項進行陳述）

I. 住宿

波昂交換生保證住宿。大約八月會一封被分配住哪棟宿舍的 Email，再去住宿系統登記基本資料。接著會收到信說明匯款資訊後匯錢，並帶著匯款證明入住。

II. 交通

基本上用德國大學學生證搭乘邦內慢車(包括公車、地鐵、火車慢車)都是免費

的。今年五月德國政府也推出49歐月票，可搭乘全德國境內慢車，可以好好利用到各個城市走走。我住的宿舍外就有一個公車站，平日每十分鐘一班公車十分鐘到市中心，很方便了。坐機場接駁到科隆-波昂機場也不遠，大約二十幾分鐘。對我而言波昂商店不多，如果想逛街或買特定品牌的東西，我都會搭車去科隆，從火車站坐火車只要三十分鐘，地鐵也有到但較久。

III. 飲食

波昂大學有三四間學餐或學生咖啡廳，可以吃到肉排加馬鈴薯或義大利麵這種經典學生餐，一餐三到五歐，也很多學生會自己帶便當省錢。

除了偶爾吃學餐，在德國外食一餐(含飲料)平均二十歐，學生外食頻率不可能高，常常是去超市買食材回家煮。德國超市一年四季不管哪家賣的東西都大同小異，除了水果不同季節比較有變化。亞洲超市也有幾家，很多商品都有進口，還算方便，當然也較貴些。DM 雖然算是藥妝店，但也有些食品，通常比較健康所以我喜歡去買，比如罐頭、調味料類的。在台灣的時候本來就會煮飯，所以沒有遇到太大障礙。交換學生間有時也會互相串門子蹭飯。

IV. 醫療

沒想到一年內有用到保險的經驗，一次是受傷，一次是看牙醫。冬天不小心跌倒腳受傷，因為自己住宿沒辦法下樓，所以叫了救護車。一台車來，兩位救護車人員先幫我做檢查問問題，了解受傷程度。聽到有經驗的人說需要是真的不能自行去到醫院的情況，救護車費用才會由公保負擔。若是叫計程車，可以保留帳單向保險公司申請理賠。之後進到救護車上我出示了我的公保卡，醫院人員就幫我處理所有手續，我不用自己填資料，也不需繳掛號費、醫療費等費用。只有選擇品質較高的治療方式需要自行付費，醫生看診時會特別告知。如果不會講德文或醫療德文聽不懂不用擔心，基本上德國醫療人員英文水準很高。治療後，醫院給了我簡易拐杖以備不時之需，拐杖費用也涵蓋在公保裡。

另一次牙痛看牙醫，兩週內總共去了診所四五次，除了一次自行付費雷射，其餘都是公保範圍的治療。因為緊急，所以直接找了宿舍附近隨便一間診所。診所環境優良，醫生護士態度也很好。我沒有預約直接去，當時段剛好原先預約的病患

沒來，所以我可以直接看。因為是初診所以醫生做了口腔基本檢查，包括牙齦。

狀況沒有特別嚴重，所以分次處理了。當下護士會幫你預約下次看診時間。但後來他幫我做了預防睡覺磨牙的牙套，不曉得有沒有必要或是為了向公保公司請款而做。總之，既然每個月都要繳一百多歐的保險費，建議不要擔心預約看診要等很久，而不使用已付費的醫療資源。

五、文化交流篇（請就與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗分享）

去幫朋友慶生也可以看出德國人的個性。在德國提前祝別人生日快樂會帶來不幸，所以只有人在延後慶生沒有提前。通常壽星會自己辦趴踢邀請朋友，也自己烤蛋糕。還會有送禮環節，收到禮物要當場拆，拆完要抱抱謝謝。德國人對此蠻講究（至少我遇到的人），其他節日也是。除此之外，透過朋友介紹去過杜賽道夫中德友好協會社團吃過幾次飯。不只和德國人，也和在德國居住一段時間的外國人談話交流。從中學了不少德文，也透過討論表達了自己對於文化和社會議題的看法。



▲德國朋友的生日趴



▲中德友協聚餐

聖誕節很多城市都有聖誕市集，從十一月中就開始擺攤，一直到聖誕節結束後幾天都還有。從超市裡的巧克力、聖誕甜點到接到上的裝飾都可以感受到滿滿聖誕節氣氛。香料熱紅酒、薑餅、Reibekuchen 等是這個時節必吃的食物。家家戶戶的聖誕樹下也放滿了禮物等待當天拆禮。可以親自體驗寒冷的冬天和人人期待的聖誕節是件難以忘懷的特別回憶！身為交換學生，很容易交到來自世界各地的朋友，相處過程中交流了很多異同。也一起拜訪一些歐洲國家，多認識不同文化，真的大大地打開

眼界，也創造了許多美好的回憶。



◀波昂的聖誕市集小巧可愛



◀瑞士 Road-Trip

六、費用篇（請就參加交換計畫曾支付的費用、每月生活支出及獎學金進行陳述）

I、 獎學金：法律系交換學生獎學金補助：NT 15000

II、 花費：

住宿費：275.54€/月

學雜費：320.11€/一學期

交通費：機票 NT 35000*2（來回）、沒有學生票之前買月票 約100€/月

保險費：ADAC 私保旅遊健康險(2022/07-2022/09) 97€/月、TK 公保旅遊健

康險(2022/10-2023/07) 108.81€/月

廣電費：(2022/09-2023/03) 128.52€，第二季沒繳了。

電話費：通話無限，網路3Gb，9€/月

生活費：NT 10000~12000/月

旅遊費：約 NT 50000

總計：約四十五萬台幣。