

表單編號：QP-Z05-00-03

保存年限：5年

## 國立政治大學交換學生報告表



填表日期：2023.09.27

系級：企管四

學號：107305070

姓名：賴羿安

交換學校及系所（全名）：齊柏林大學

交換學期：自111學年第2學期起至111學年第2學期止

（下頁繼續）

## 交換學生報告

### 一、準備篇

寄送給交換學校申請的文件後，負責 Exchange Program 的 Nina 很快就會寄一封附上入學通知、行事曆、選課與住宿資訊的詳細文件。拿到入學通知後就可以申請德國簽證，網路上有許多申請德國簽證的資訊，就不再贅述，時間大概可以抓出國前的三個月申請，因為預約時段開放有限，且容易客滿。另外申請住宿的部分，也需要注意截止日期，在住宿申請上若有碰到什麼問題都可以問 Nina，我自己則是申請 Seezeit 的家庭式。除此之外，在學校幫忙配對學伴後，學伴也會在前一學期事先透過 email 聯絡，有任何疑問也可以請教你的 School Buddy。

我抵達德國的時候是一月中，天氣非常冷，雖然有些人會建議到當地再買防寒衣物，但若住在 Seezeit 的話，距離 Friedrichshafen 市中心還是有一段距離，採買並非都很方便，建議若是冬天來的話，還是要帶多一點防寒衣物應急。另外，我自己覺得沒必要帶電鍋，由於我住的房型是家庭式，因此公共空間有充足的鍋具、餐具、清潔用品等，還蠻方便，外加後來練就了一番用鍋子成功煮飯的技能，因此更覺得不需要佔用行李箱的空間帶電鍋。另外，Seezeit 的單人房和家庭式都備有爐灶，因此也不需要帶快煮鍋。

至於當日如何抵達宿舍，我是搭乘至慕尼黑機場，再搭地鐵至慕尼黑的公車轉運站，訂購 Flixbus 前往 Friedrichshafen 的車票，以這樣的交通費來說我認為最划算也最方便。若選擇搭火車則需要轉車，費用也會較高昂，但不論是火車還是 Flixbus 都常有誤點的情形。另外，若是住在 Seezeit，就需要特別留意領取鑰匙的時間，我因為抵達當地時間已偏晚，因此有事先請學伴幫忙領取鑰匙。



## 二、學業篇

Nina 的信件會提供選課資訊，有蠻多英文授課可以選，交換生在英文課程上沒有選課限制，只要再遞交想修習的課程名稱和代碼給 Nina，基本上都是可以選上的。我自己則是因為想修習在政大較沒有的課程，以及為了自身興趣，因此除了學校提供的德文課外，還修習了 Genocide, Mass Atrocities, and the Politics of Prevention; Global Civil Society; Cultural Organization; Psychological Aspects of Communication II: Emotion, Motivation, Acting 以及 The Fine Art of Public Speaking。

德文課的部分分為基礎班與進階班，每週上三小時左右，我自己是上德文基礎班，但我因為已經有一點基礎，因此認為老師的進度過於緩慢（但許多交換生也一致認為進度過於鬆散），如果想要更快速地精進自己的德文，建議另外再找資源。另外，進階班和基礎班的程度落差蠻大的，進階班幾乎都是以德文授課，如果德文沒有一定程度可能會較吃力。

課程的部分我推薦 Genocide, Mass Atrocities, and the Politics of Prevention 以及 The Fine Art of Public Speaking。我自己是因為對於種族大屠殺的議題蠻有興趣的，修習這堂課可以讀許多文獻並且從多元的角度和面向討論此議題，對我來說十分有趣。特別要注意的是，在 Zeppelin University 修習的課程在期末若沒有考試，通常都是要自己寫一篇英文小論文，負擔還蠻大的，且課程平時每週都要讀大概兩份文獻，每份文獻都是十幾頁到二十幾頁上下，也需要評估自身時間安排。另外，因為 Zeppelin University 就是以小班制為特色，許多課堂上都會有很多時間讓老師跟同學之間直接討論、問問題等，這也是一個蠻特別且有品質的教學方式。

The Fine Art of Public Speaking 則是一堂在兩週內就會結束的課程，這一堂課可以挑戰自己跳脫舒適圈，也有許多和同學互相練習、提供回饋的機會，總共為期四天的課程，有三天都會需要上台演講，老師也會有邏輯地帶領大家練習演講的各個面向，是一個蠻有成就感的課程。



### 三、社團篇

社團大多以德文為主，建議可以參與體育類型的社團，有划船社、拳擊社、抱石社等。我自己則是有參與過一次抱石社的社課，需到鎮上的攀岩館練習，還蠻有趣的！我還有參與瑜伽社，每週的二和四早上會在學校裡面練瑜伽，如果天氣好的話還會去屋頂練瑜伽，我覺得是一個讓早晨變得很有儀式感的事情！另外，因為自己雙主修新聞系，加上學伴是校園媒體 Futuredrei 的幹部，因此也有去參與過一次 Futuredrei 的社課，討論寫稿的各種主題，如果要投稿，寫的內容和方式都蠻不受限（只要自己寫的出來），對於寫作有興趣的人可以考慮看看。

學期中時，剛好碰巧認識一位學過中文，且對於東方文化有興趣的德國學生。對方後來自己辦了一次 Chinese Cooking Class，請課堂上的中文老師來教大家包水餃，最後包出來的水餃也很好吃，是一個有趣的小活動！另外，在期末時，國際部也會辦一個交換生的餐會，邀請大家做自己國家的料理並與大家一同分享，能夠品嚐到墨西哥、法國、義大利、丹麥等國家的料理，真的非常新奇！另外再補充，在學習初時的 orientation week 會有很多活動可以參加，其中也包含學校辦的派對和小遊戲等，其中學校提供的白酒我自己覺得蠻好喝的，參加完 orientation week 的活動後，基本上就會幾乎認識完所有的交換生了。



#### 四、日常生活篇

我自己和部分交換生住在 Seezeit，好處是距離學校的主要校區只要走五分鐘即可到，但缺點是不管是去超市還是市中心，都需要搭公車（但是搭公車只要十分鐘就到，班次還算頻繁，不過就是要算好時間）。有一部分交換生則是透過 Nina 找尋在火車站旁邊的租屋處，那邊就是離市中心蠻近的，晚上若要開趴也很容易去超市旁邊買酒，壞處則是每天上學都要搭公車。

以環境而言，我覺得 Friedrichshafen 是一個蠻愜意的小鎮，尤其到夏天時天氣會越來越好，人潮當然也會越來越多。如果有購買學生優惠的學期票（建議到火車站買，因為在學校買會多收手續費），可以免費去 Bodensee Lake 旁邊的 Lindau、Konstanz 等城鎮。另外，Bodensee Lake 真的是一個很漂亮的湖，也是德國最大的淡水湖，齊柏林另外一個校區就座落於湖邊，如果幸運在這個校區上課，上課時還可以透過落地窗玻璃觀看百萬湖景，下課時甚至可以直接去湖旁邊走走或野餐，真的是一件很幸福的事。

除此之外，因為很幸運我的室友有車，且他很喜歡戶外運動，因此可以和他一起去爬山、滑雪、玩雪橇等。從 Friedrichshafen 出發，開車大概一個小時就可以抵達奧地利，那裡有許多登山步道、滑雪場等，我覺得風景的美麗程度不輸瑞士的一些知名景點，那邊像是當地人會去的戶外休閒場地。此外，如果有空建議去奧地利的 Bregenz 搭 Pfänderbahn（也可以直接去纜車的頂端），那裡可以俯瞰整個 Bodensee Lake，也可以遠眺 Lindau 和 Friedrichshafen 小鎮，是一個很漂亮的觀景點！

關於食物的部分，學餐的價格以歐洲物價來說蠻便宜的，每天的餐點也都不一樣，我覺得蠻有新鮮感也還蠻不錯的，如果吃膩每天自己煮的東西可以去換換口味。

Friedrichshafen 鎮上總共有三間超市，分別是 Kaufland、Edeka 和 Rewe。Kaufland 的東西

較便宜，但 Edeka 賣的食物種類較精緻，Rewe 則是在火車站旁邊，雖然蠻小間的，但會開到凌晨 00:00，還蠻方便的。至於亞超的話，還是建議前往大城市才有比較多的選擇。

最後，關於出去玩的部分，我自己覺得最方便的方式還是搭乘德鐵（可以關注一下有什麼樣的優惠）或 Flixbus 出去小鎮，若要搭乘廉航的話，還是要看慕尼黑機場或蘇黎世機場的班次，Friedrichshafen 機場的班次通常較少且也都蠻貴的。另外若想要前往瑞士旅遊，除了火車很快就可以到之外，搭 Flixbus 方便又省錢，甚至巴士還會坐上船橫跨 Bodensee Lake，大概兩三個小時就會到達蘇黎世了。



## 五、文化交流篇

Zeppelin University 因為是私立學校，且才創校十年而已，學校規模小，人數也不多，幾乎可以把學校學生的所有面孔都看過一遍。交換學生同樣也不多，在新生週幾乎就可以把大家都認識一遍，交換生裡除了我一個台灣人，兩個韓國人外，就沒有其他的亞洲人了，而我住的家庭式室友除了我是台灣人，其他人都是德國人。

因為平時兩個韓國人都沒有出現在課堂，所以基本上我生活裡都是跟西方人相處，一開始蠻不習慣，所有的環境都只能講英文才能溝通，碰到一些挫折或文化差異時只能打給台灣朋友取暖。但同時這也是很有趣的挑戰和珍貴的體驗，因為完全沒有舒適圈可以待，所以每天都在突破自己，學習怎麼用英文到處跟人 small talk、學習怎麼用英文介紹台灣、用英文表達自己，以及了解一些西方人的共通話題和社交習慣等，最後我也成功的交到和我深交的外國朋友，可以說是非常幸運。

因為我個性偏內向，在這裡想分享一下跟其他外國人交朋友的心態，可以參考看看：比起和亞洲人相處時的親切感，在跟西方人相處時，更多是感受到彼此之間許多在話題上

或在社交習慣上的隔閡。然而文化差異雖然帶來許多障礙，但我自己的心得是不管文化的隔閡多嚴重，跟外國人交朋友主要還是看個性，如果個性好，就算再多隔閡都一樣可以變成深交；如果對方個性本身較冷漠，你就算再怎麼想融入，也無法真的融入。所以如果因為文化差異而感到挫折，希望可以放寬心，因為比起文化差異，最主要的還是看投不投緣、個性合不合。當然，如果想要交外國朋友，鼓起勇氣主動的簡單自我介紹作為開場也是蠻重要的。

在這邊，我很幸運碰到一些蠻友善的西方人，例如我的德國室友，除了假日會帶我們出去玩，有時還會一起和來自西班牙、義大利的朋友一起煮飯和吃飯，並且還一起看轉播的歐洲歌唱大賽。我的義大利朋友後來還教我做提拉米蘇、杏仁餅乾，我最後甚至去義大利拜訪她家人，吃到他們家煮的美味義大利料理，他們的熱情真的讓我很感動。某些交換生則是蠻常開趴喝酒的，有幾次受邀至他們的宿舍開趴，還有一起去附近的舞廳等，都是蠻特別的體驗。還有大家其實都有很多喝酒遊戲，在那邊很常都會有 home party，最常玩的喝酒遊戲就是 Beer pong 了。



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？

無

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？

建議可以加強學術寫作的訓練，在 Zeppelin University 尤其感受到學生每堂課幾乎都會與學術寫作相關。

八、費用篇

辦理簽證時，德國就會要求財力證明並要求開設限制提領帳戶，幫你算出每月生活費起碼要多少金額放在你的限制提領帳戶，這個數字就是蠻好的參考標準（因為我到最後也沒有把限制提領帳戶的現金用完）。若要出去玩，費用當然是會比德國政府幫你算好的金

表單編號：QP-Z05-00-03

保存年限：5年

額還多，但其實歐洲很多地方都可以刷信用卡，所建議可以事先確認不同種信用卡的國外刷卡回饋，就可以用最划算的方式在國外消費。