



國立臺灣科技大學海外研習心得

姓名：曾 O 禎

系所：應用外語系

學號：A10517013

研習學期：

106 學年度第 2 學期



交換國家/學校：奧地利
Management Center
Innsbruck



研習學校授課語言：英文



研習期間：


2018/03/2~ 2018/06/29

2000字報告必須包含下列幾項：

- 一、行前準備
- 二、修課介紹
- 三、生活面臨的困難與解決方法
- 四、心得分享
- 五、給學弟妹之建議
- 六、附說明之出國研習照片12張

* 篇幅若不夠請自行複製使用





■ 行前準備

護照

準備相片(兩張)、身分證和申請表。我是利用線上預約時間，並填寫申請資料。在預約時間內，到外交部領事處刷身分證現場套印資料，貼完照片後，上三樓辦理並付款，約一週後即可領到護照。

交換姊妹校繳交資料

MCI 會利用 E-Mail 通知需繳交的資料，都是利用線上繳交。MCI 比較特別的是需要線上考試，利用它給的帳號密碼登入考試(45 分鐘)

選課單一樣是線上填寫，完成選課後，Email 會收到選課單的檔案，印下來給系辦和國際事務處簽名蓋章後，掃描上傳檔案即可。

住宿申請

我是利用學校推薦的 oeaD 網站，線上填寫個人資料(需要掃描護照和入學許可)，並線上刷卡付申請費，資料付款完成後，會收到他們寄的申請成功信，接下來就等他們回覆。

國際學生證

可以利用國際學生證訂學生機票，在國外參觀博物館可以學生價購買。申請需線上填寫的申請表、兩吋照片(一張)、學生證影本(正反面都要有)，帶著資料前往康文文教基金會辦理，費用 400 元。現場可詢問機票，我是請他們幫我訂機票，機票錢用刷卡或付現都可。 <http://www.travel934.org.tw/isic/isiccard.aspx>

簽證申請

交換時間半年以內申請奧地利 D 簽證。申請需填寫申請表(從奧地利辦事處下載)、護照、奧地利學校入學許可、台灣的大學支持信函、奧地利住宿證明、存款證明(約 20 萬台幣)、保險證明(奧地利網站上有詳細規定)、來回機票訂位證明。簽證所需準備較多，建議提早準備。

火車票

我的 Buddy 建議我可以辦理 OBB 卡，搭乘火車可以打折。

<http://www.oebb.at/en/angebote-ermaessigungen/vorteilscard>

出國清單

這是我列的清單，提供參考

<https://drive.google.com/file/d/1dBulmHCZ011KHKngorlVnSOXAcdbQuK/view?usp=sharing>

ng





■ 抵達後所需辦理文件

登記

抵達奧地利後，必須填寫 Meldezettel，並給住宿單位簽名後，在抵達三個工作天內，帶著護照到 Residents Registration Office 登記。地址: Maria-Theresienstraße 18

銀行開戶

這裡的銀行開戶，必須先預約。預約成功後，帶著護照、MCI confirmation of admission/enrollment 和照片到銀行開戶。學生不用手續費。約一周後，就可以領到卡片了。

公車學期票

到 ivb 的辦公室拿申請表填寫，並帶著護照、MCI confirmation of admission/enrollment 和錢，就可以申請到了。以上這些文件資料，都會有學校安排的 buddy 帶你去辦理。

■ 離開前辦理手續

關銀行帳戶

直接帶卡片到銀行辦理，不用預約。戶頭內剩下的錢可以直接領現金。

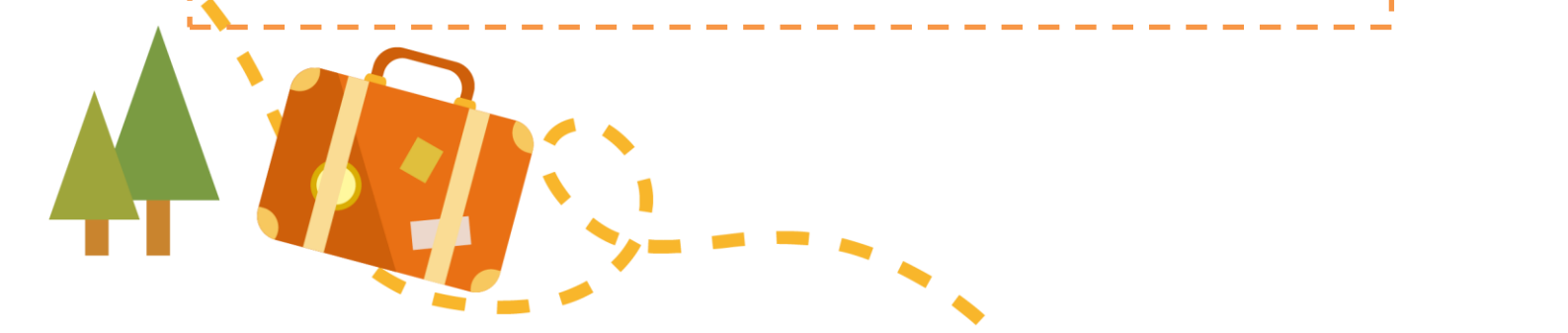
離開登記


離開奧地利前，必須到 Residents Registration Office 辦理離開登記。

■ 修課介紹

在新訓的時候，學校有安排個別登記時間，讓我們可以調整我們的課程。如果有衝堂、退選和加選的問題，都可以和承辦人員討論。這邊的課程和台灣非常不一樣，台灣的上課是每周固定的時間上課，而 MCI 的課程是密集課程，通常上課時間不固定，上課的週數不多，依課表上面安排的時間上課。學校共有五個校區，而我就讀的觀光系，位於 MCI III。除了專業課程，學校也有開給交換生的課程，像是介紹奧地利的文化、食物、歷史課程和語言中心的語言課程。有興趣的話，可以多多參加。

在 MCI 我選三門專業課程分別為 Destination Management, Product Development and Innovation 和 Sustainable Tourism Development，上課方式和台灣也相當的不一樣。MCI 的課程，老師很喜歡和大家互動，喜歡問大家問題和討論，所以課堂上有許多的討論和報告。在台灣我們習慣聽老師說，很少表達自己的意見，這是剛開始我非常不習慣的地方。





考試的方式和評分方式依各課程和老師安排而有所不同。我選的專業課程 Destination Management，考試和評分包含課程中討論報告加筆試，Product Development and Innovation 為報告和筆試，Sustainable Tourism Development 是報告和寫一篇小論文。筆試考試時間都安排在課程結束後的幾週內考試。考試時間通常都安排在早上七點到八點，和台灣的考試時間不一樣。

除了專業課，我也有上語言中心的德文課。德文課是需要另外繳費的。MCI 會寄相關的資訊到信箱，一樣是線上繳費報名。評分方式依老師而定。教我的老師很認真，常常有功課和對話練習，課程結束後，會有一個考試。

■ 生活面臨的困難及解決方法


我到奧地利遇到最大困難是語言和生活飲食習慣。雖然在學校用英文都可以溝通，但日常生活上的一些問題，有時候就會覺得很困擾。生活上的採買，很多字都看不懂，常常需要查字典。剛開始到超市買東西，都要花很多時間，但生活久了，就可以慢慢習慣了。

到奧地利之後，就會覺得台灣真的很方便。我們在台灣隨時隨地都可以買到東西，商店晚上大都會營業，但在奧地利超市通常七八點就關門，週日不營業。必須提早買好食物，才不會餓肚子。而且國外外食非常昂貴，隨便一餐就要三四百塊台幣。因此，必須學會自己料理。我剛到奧地利的第一個月，還不太會煮菜，常常吃麵包、簡單的微波食品，吃的很不健康。到後來才慢慢上網查資料、問媽媽如何煮菜，才開始生活的比較健康一點。

■ 心得分享

這四個多月的交換生活，不管是課業上還是生活上，都讓我有了一不一樣的體驗和成長。從習慣的環境到另一個陌生的國家，生活上每個地方都是新的挑戰。語言不通、生活大小事都得自己來、課業壓力和想家的負面情緒，這都得自己慢慢消化轉換心情。剛開始不習慣上課的方式，每次上課都很緊張，到後來認識新朋友可以一起討論功課，這都是交換生活中寶貴的經驗。有時候也會覺得自己的表現不佳，而覺得沮喪難過，但這些挫折，讓我知道自己還有努力進步的空間。交換生活中的各種挑戰，都是在訓練，讓我學會自己面對問題，解決問題。這些都是交換生活中，重要的學習和成長。





■ 給學弟妹之建議

學弟妹可以利用放假的時間，到其他國家旅遊，看看不一樣的風景，但要注意隨身貴重物品，國外扒手很多，要注意隨身安全。

國外看醫生很貴，要好好照顧自己的身體，記得帶一些常備藥。我到奧地利就不小心感冒了兩次，都是吃自己帶的感冒藥。此外，國外有許多花草樹木，到戶外，盡量穿長褲，我自己不小心被 zecke 咬了，zecke 是一種會吸血的蟲，會鑽到皮膚裡，看了醫生花了不少錢，記得小心！

都已經到國外了，就勇敢嘗試吧！多多去嘗試不同的活動，認識新的朋友，你會發現不一樣的自己。多多嘗試、跨出勇敢的第一步，你會有不一樣的收穫。希望學弟妹都能從中學習成長，都能從交換中獲得自己想要的，祝一切順利！





照片說明：

MCI 新訓(Orientation)



照片說明：

校園認識(Campus Tour)



照片說明：

我的 Buddy 帶我們去健行



照片說明：

到因斯布魯克交換的台灣
同學會



照片說明：

我的 buddy 教我們做傳統
料理



照片說明：

課堂報告
(Case study presentation)



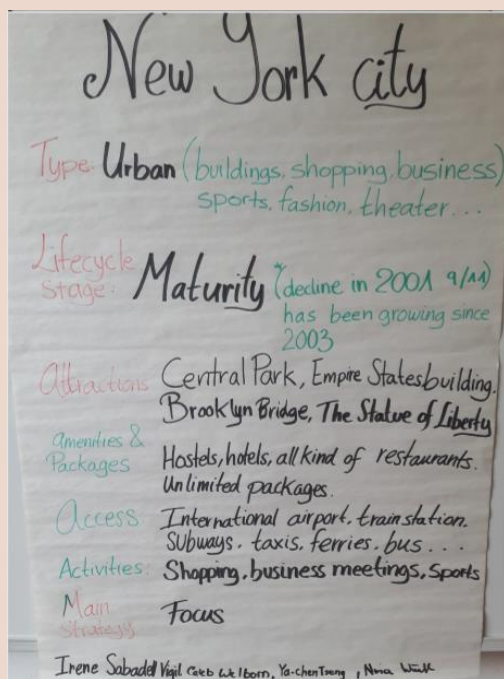
照片說明：

Sustainable development 課堂報告



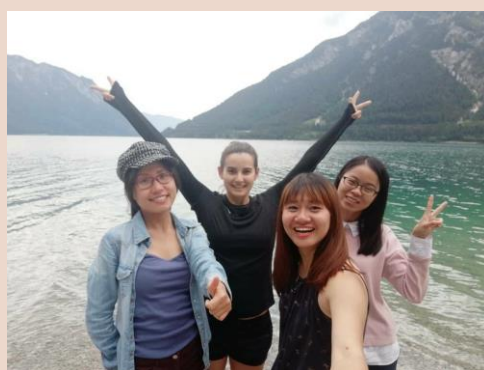
照片說明：

與德文老師合影



照片說明：

課堂討論



照片說明：

和其他交換生一起去郊遊