

國立體育大學交換學生報告表

1. 填表日期：2015/02/17
2. 系級：產經系三年級
3. 學號：1014047
4. 姓名：陳嘉琦
5. Email：angelchen128@gmail.com
6. 交換學校及系所（全名）：慕尼黑商學院 Munich Business School / European Business Semester (EBS)
7. 交換學期：自 103 學年第 1 學期起至 103 學年第 1 學期止

交換學生報告

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）

出國準備事項列個清單處理起來比較清晰也有順序，簽證和機票越早處理越好，歐洲的長途機票兩三個月前買會便宜許多，提早決定去程與回程的日期有利於整體的行程規劃，我兩個月前就先買好來回機票大約 33000 台幣，到德國慕尼黑的班機台灣沒有直航，我到香港轉機飛 12 個小時到慕尼黑，要特別注意行李的公斤數，德國的航空公司抓得很嚴，通常是托運一件 23 公斤，超過零點幾都不行，隨身行李箱 8 公斤會隨機秤重，千萬不要想碰運氣，他們都經驗豐富眼力都很好，要記得讀詳細航空公司的規定與 check in 事項。

去的時間只有半年，所以衡量了一下要帶那些”必備”的行李，盡量做最精簡化，有很多生活用品可以到當地再購買，我去的期間剛好是冬季需要一些禦寒的厚重衣物，其實歐洲室內都有暖氣，所以很適合洋蔥式穿搭，短袖幾件、長袖幾件、發熱衣兩三件、毛衣一兩件、最後加一件防風保暖的外套大衣跟圍巾即可，因為慕尼黑會下雪可以準備雪靴或皮靴禦寒，臉書有個慕尼黑台灣同學會的社團可以利用，我沒有準備太多生活用品，有一些東西是到慕尼黑跟一些即將離開的台灣人買二手貨，厚大衣跟靴子也是在當地購買的。可以帶一些證件照用的大頭貼在身上，在當地辦證件或文件時會需要用到。

我有去銀行開通跨國提款功能，只換幾百塊歐元在身上，因為有親戚在那所以不需處理很多銀行的手續，大部分的人會到德國再開戶頭或是帶著旅行支票，總之領錢的方法有非常多種，需再三衡量最適當又省錢的方法，德國的銀行很多是存款要收錢而不是給利息，有張信用卡在身邊也比較方便，不建議一次帶太多現金在身上飛去，因為超過一定額度過海關是要課稅的。

簽證真的是件非常麻煩的事，德國在台協會在 101 裡，我家在高雄所以只能暑假繼續留在學校處理交換的事務，必須提前一兩個月上網預約辦理簽證的時間，暑假是辦德簽的旺季，最好把文件備妥避免補件的麻煩，辦簽除了申請表格、護照還需要監護人出席辦理財務證明，保險也要涵蓋整個簽證的日期，申根旅遊險只能保 180 天，其餘時間我是找德國的私人保險補上，也可直接投保德國的公家保險但費用較貴，整個辦簽的過程花了我一個半月的時間，因為保險的問題耽擱，領簽也須等待一定的工作時間。

我去的時候是沒有人來接機的，慕尼黑商學院給我的回覆是他們有太多的交換生要處理，無法一一接機，請我自行抵達，所以我就自己簡單查了一下地鐵路線跟問一下我在那的親戚，慕尼黑機場的指標跟路線其實很清楚，不懂問一下機場的 information center 就很清楚了，買張機場到市區的車票，現在漲價到 12 歐元了，車程約 50 分鐘到市中心。



我返台的照片



慕尼黑機場第二航廈



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）

慕尼黑商學院會有國際事務處的職員請你先繳交托福成績，然後她會寄選課清單來請我勾選好寄回去，本來我可以選擇 Sport Management 的學程，但選擇人數太少他們只好取消請我選 European Business 學程，都是線上作業，選好學程後就換選課程，每堂課都是 3 學分，最少 15 學分最多可到 30 學分。

他們的課程時間非常不固定，因為老師大部分在外都還有工作，不像我們固定每週幾的哪個時段上什麼課，每週的課表都不一樣，學校會在前一週公佈下週課表，要自己注意課程調整的時間，德國人不論在學習、工作和生活上都是獨立自主的個體，並不會有班代或系祕提醒你，作業、考試、報告的繳交方式、格式、日期都馬虎不得，每堂課絕對準時上課，台灣學校可能會寬限或容忍學生不按既定格式交件，德國人在這方面可是很堅持。

我還蠻喜愛他們的上課方式，跟同學有非常多的互動方式，老師上課會一直問問題，不會馬上上他的課程內容，反而會先給個大題目或概念給大家思考跟討論，然後要大家回答跟舉出案例，每個人幾乎都會發言，因為大家來自世界各地，會聽到許多各國不同的回答，也有許多機會跟大家分享台灣的案例，歐洲的學生非常主動發言與提出意見和問題，他們的發言內容大多具有建設性和邏輯，老師也會針對個人的回答做出更深入的討論，真的很值得我們學習，改變一塵不變的填鴨式教育方法和課堂上只有老師一人的獨腳戲，當然每門課的評分標準都會有報告這項，必須要有上台發言的心理準備，平常對研究型的題目上台發表已經有一定難度了還必須全英文，我想這裡是我大學以來最認真念書的階段了吧！雖然學分都不能抵也沒有 all pass 的壓力，但為了不扯同組員的後腿我還是拚了老命在準備，每次的報告都會分組，不可能獨力完成，歐洲的教育很重視團隊合作這塊，就算你個人能力再強，與別人合作能力低還是會不被看好，所以就課時數不多，自主學習的時間卻多了好幾倍，報告內容也不接受傳統的照著簡報檔逐頁報告，他們追求創新，同時德國人還是很講求按照一

定的格式與規則，破壞規矩的分數一定給得很吝嗇，千萬不要想挑戰德國人的龜毛，也因此每個人才能正式的對待與尊重每一堂課，而不是蒙混過關。

建議可以選修當地的德文課程，會比在台灣學成效大好幾倍，因為每天耳濡目染用到的機會多，從生活周遭學習再加上課堂上的語法訓練會更有系統的學習德文，德文要打基礎會比較有難度，需要多花時間，我有點後悔沒有真的好好利用在那交換的時間學好德文，多利用在當地的優勢，把德文這個語言專長學好吧！

慕尼黑是運動產業非常發達的地方，特別是足球，運動管理的相關資訊很充足，課堂上也有很多案例可以探討，舉辦大型國際比賽的經驗也很充足，除了奧運還辦過足球歐洲聯賽等令人為之瘋狂的賽事，雖然在體大已經上過類似的課程，但全英文版本加上地域優勢下整堂課煥然一新，資訊量也比之前多了好幾倍，是非常專精的教學。

三、社團篇（請就**參加之社團、課餘活動**等經驗分享）

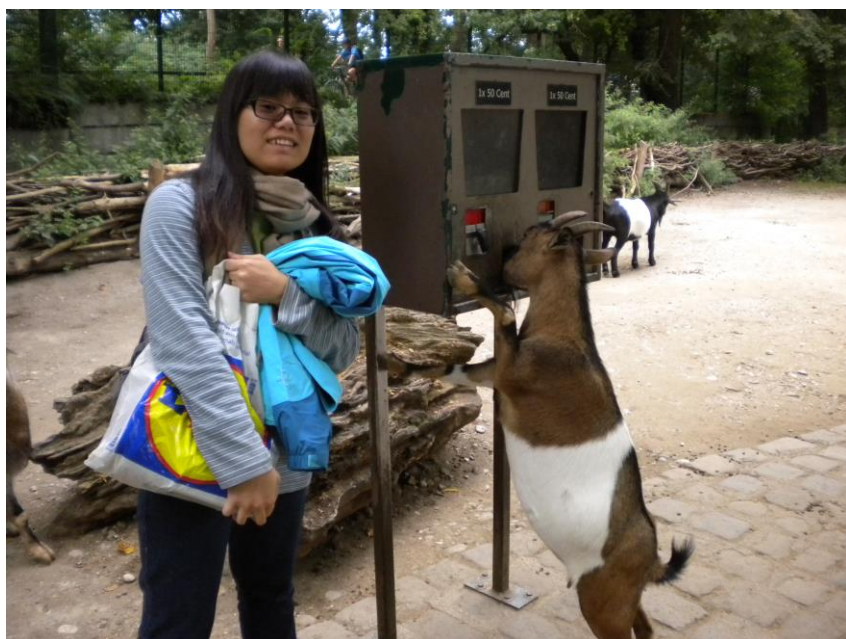
學校也有一些球類性質或公益性質的社團，大多數的戶外教學我都有參與，第一次是去 BMW 的博物館參觀，看到德國的汽車工業果然舉世聞名，各式各樣的車款應有盡有，身為女生的我都已經看得目不暇給，更何況是熱愛汽車的男性朋友們，不僅展示酷炫的車款還有很棒的互動模式，幸運的話還可以看到車技的表演。第二次是德語先修班在開學前帶我們到奧格斯堡，請英文解說的導遊帶我們逛過整個古城，雖然老橋不幸在維修，無法目睹歷史的面貌，但我們吃百年香腸店配啤酒也聊得愉快。學校也安排某個啤酒大廠的參觀，這天的參與人數明顯增加，大家都是衝著啤酒喝到飽而來，解說員詳細的介紹整個啤酒的製程，圓圓的大酒桶可是藏著深深的學問，沒有聽懂解說沒關係，喝了就懂啦！水龍頭管線直接流出新鮮的啤酒，員工一杯接著一杯裝沒有間斷，同學們可不是省油的燈，一人至少喝上四、五杯，還可以換不同種的啤酒，原本不常出席學校活動的德國當地同學們，這天可是喝得很開心，接著大家移到酒廠餐廳繼續享用佳餚。學校還有舉辦沙灘排球賽，雖然我沒有參加，但有參加的同學都說非常有趣，高手雲集，賽後還有派對給大家歡樂。德語課的老師們舉辦一個異國美食暨小小成果發表會，請同學帶各自國家的食物參加，除了品嚐其他國家的美食之外還可多認識其他同學，雖然我們德語最基礎班程度沒那麼好，但也不用太過壓力，融入大家其實很容易。

學校還提供乙級足球地主賽的門票給我們觀賽，雖然看不到真正的拜仁慕尼黑，但也小小填補心中的遺憾，感受一下德國人看球賽的狂熱氣氛，只要看到地鐵裡有人穿著拜仁的球衣就知道今天有比賽，四處都聽得到球迷在唱戰歌，一到球場的地鐵站馬上看到滿山滿谷的人，他們會從賽前狂喝啤酒到賽後繼續喝，驗票口大概有二十幾個，每一道都大排長龍，連現

場售票亭都擠得滿滿的，別以為人多票價應該很便宜，錯！最便宜的票都要 50 歐起跳，驗票口的安檢非常徹底，檢查包包外還會搜身，這時身為女性同胞就方便許多，有專屬於女生的驗票通道，通常看球賽的女生比男生還要少很多，女生可以很快就通關，球場內飲食販賣部遍佈球場一圈，因為五花八門所以按販賣食物的種類分區，但不能直接現金交易，必須先換取球場卡然後儲值，才能拿卡片去購買扣款，通常是人手一杯啤酒。雖然票價不菲，但我還是推薦大家有機會就不要錯過德甲拜仁主場的比赛，球賽的氣氛絕對物超所值，不僅球星帥氣，球技精采連不懂規則的人都會為之驚豔，球迷成群結隊的瘋狂嘶喊絕對在台灣經歷不到，順便觀摩德國人運動產業如何能做的如此成功，在台灣經營不起來的足球風氣，為何在歐洲如此盛行。



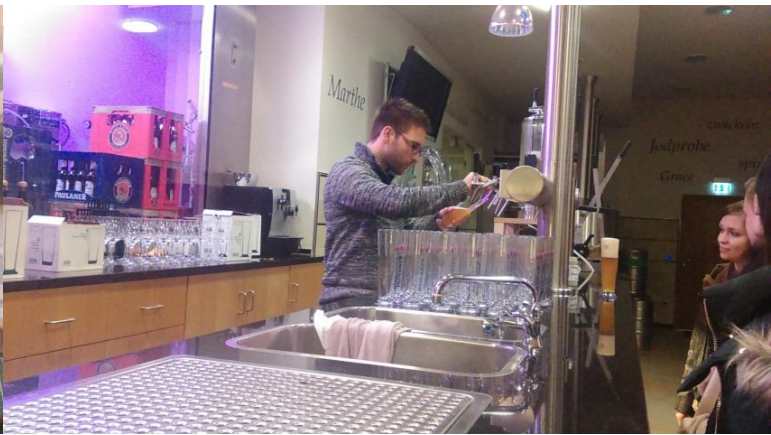
BMW World



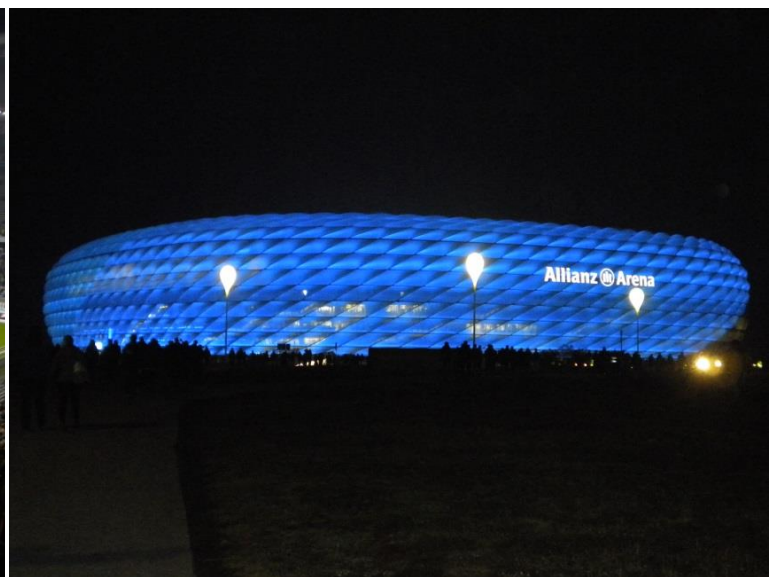
ZOO



百年香腸店



PAULANER 酒廠參觀



拜仁慕尼黑乙級球賽

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）

學校的交通算是很便捷，地鐵、公車都可以到，走路5分鐘有超市，其實第一天看到學校時有點嚇到，慕尼黑商學院就隱藏在一棟普通辦公大樓的1.2.3層樓，跟體大比起來可能就圖書館那麼大而已吧！學校並沒有提供宿舍，要自己在外先找房子，慕尼黑租屋並不容易，因為是私立學校所以不能申請算公家的學生宿舍，就算能申請也要等一個學期以上，月租行情約300歐~600歐，依雅房(他們稱WG)或套房不同、人數不同、是否包電費暖氣和網路費來訂租金，押金通常為2倍月租，德國人並不會一人擁多房，也不會出現炒房價的情況，他們非常重視居住品質，房客找房東甚至需要經過面試篩選，拿著厚厚一疊資料去和房東碰面的情形不少見，退租前房東會很仔細的檢查房間的完整度，有一點點小小的缺損都會從押金扣，真的不要挑戰德國人的龜毛程度。

歐洲的樓層從地面層開始是1樓，有些城市會規定建築物不可高過教堂以維持城市的美觀性，慕尼黑也是如此，冬季會下雪，氣溫常降到零下，但因為是乾冷而且室內都有暖氣，我覺得反而還比台灣的天氣舒適，以前都覺得下雪很美很浪漫，事實是美的只有剛下雪的前兩天，路上的積雪一旦被行人踏過、車輛碾過就會髒的可怕，有趣的是歐洲人不喜歡撐傘，一是因為他們的外套大多防風防水厚厚一層，一是因為撐傘很容易戳到別人，而且他們的交通工具大多為地鐵、電車或公車這類室內型的運輸，也很常騎腳踏車的他們更別說撐傘這種不便於騎車的動作。

我住在天主教教會的私人宿舍，與墨西哥裔的室友共用雙人雅房，每層樓都有公用衛浴、廚房、洗衣房、電視交誼廳，一樓有管理室負責門禁及收信包裹，算是很市中心的地點。德國人的回收分類處理的很徹底，甚至寶特瓶跟玻璃瓶上都有押金，在購買商品時就先付押金約15~25分歐元，再自行拿去各超市的回收機器退完拿收據跟收銀台領回押金，我覺得這樣的制度非常好，可以強迫大家有環保的概念。慕尼黑是個舒適的居住環境，雖然物價高了些，但總體來說生活水平非常高，德國基本來說很安全，雖然我剛到慕尼黑的第二天手機就被扒走了…….還是要宣導一下要時時刻刻注意隨身重要物品，知道我在慕尼黑被竊的人都露出很吃驚的表情，可見大家普遍認為慕尼黑很安全除了我……

慕尼黑的大眾運輸很方便但不便宜，單趟地鐵就要價2.6歐左右，若沒搭配學生優惠買月票或學期票真的吃不消，德鐵的缺點之一是常常罷工，德國人視罷工為人權，所以當鐵路停駛時並不會有人抱怨而是乖乖的走路或改乘非德鐵經營的交通運輸上班或上學，德國鐵路的票種非常複雜，若想利用鐵路出遊可得下一翻功夫才能研究出較省錢的組合，各邦或城市都有各自的套票或團體票，像慕尼黑所屬的巴伐利亞邦就有其邦票，五人邦票與一人票相比價差可到15歐，理解它大致的規則後想買便宜的票並不

難。

德國菜份量很足口味偏鹹，以肉類和義大利麵、馬鈴薯等根莖類為主食，蔬菜多生菜類，葉菜類很少也較貴，水果種類當然是台灣豐富，如果想吃草莓或櫻桃等台灣賣很貴的水果那可就有口福囉！不但便宜還很好吃，路邊常見的小吃是土耳其沙威馬 Döner，因為德國有很多土耳其移民的關係，有非常多土耳其料理可以品嚐，當然華人也很多，有開不少中式餐館、亞洲超市，但中國菜在德國真的不好吃，在地鐵站或路邊小店常會賣一種 noodle box，就是一般的炒麵加一些些蔬菜跟醬料，小份的約 2.9 歐，雖然不怎麼樣但想念中國菜時偶爾吃一下回味一下也是不錯啦！如果要買米、醬油、水餃等食材亞洲超市就很方便啦！德國人還喜歡吃日式的壽司，特別是上面有生魚片的握壽司，韓國料理也頗受歡迎，為了因應德國人不吃辣，口味也做過調整，泡菜不辣、辣醬也不太辣，其實很多亞洲餐廳通常都不只賣一國的食物，中式、日式、韓式、越式的料理都會一起出現，但個人覺得還是比不上台灣那些專賣異國料理的餐廳。德國傳統的經典美食就是豬腳配啤酒，德國南部的豬腳是烤的，皮會酥酥的，北部的豬腳是水煮的，我比較不喜歡因為有個豬腥味，但其實德國人並不常吃豬腳，他們認為只有觀光客才會吃，豬腳會配上馬鈴薯球，啤酒的種類琳瑯滿目，女生們比較偏愛 Radler，它是啤酒加檸檬汽水，酒精濃度沒那麼高，至於甜點我很喜歡德式軟鬆餅，他們通常會配蘋果泥或櫻桃醬，到了聖誕節各地都會出現聖誕市集，這時就可大肆品嚐各種傳統美食囉！別忘了要點一杯 Glühwein 熱紅酒來喝！



喝 Glühwein



與台灣人出遊



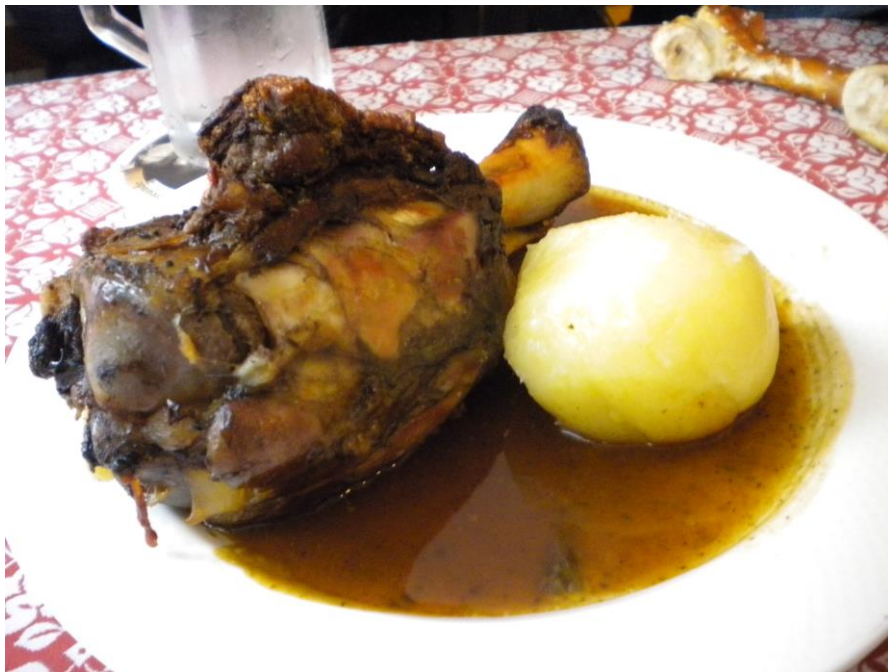
超市水果區



美食DIY



電車



德國豬腳

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)

因為我的課程大多數都和其他國家的交換生一起上課，只有一堂課是跟德國人一起上，所以在學校跟德國人的接觸並沒有很多，同一批交換生有來自菲律賓、韓國、中國、法國、巴西、俄羅斯、西班牙、多明尼加、美國等的學生，菲律賓就佔了半數，大家基本上都用英文溝通，下課後也會一起去吃飯或出遊，啤酒節那兩週也常常一起去逛，總覺得亞洲的同學較容易跟亞洲的同學聚在一起、歐美洲的同學也較容易聚在一起，在國外如果要交朋友必須主動出擊，太被動的話可能就要寂寞的度過週末了，通

常主動加入大家的話題是很自然的，外國朋友都對東方人很好奇，好像我們了解他們的還比他們了解我們的多，他們也會常常舉辦 party，可以去感受一下盛裝打扮、現調雞尾酒、舞池跳舞的氣氛，歐美的同學課後常約去 bar 小酌聊天，老實說如果想更融入群體就要多參加社交性的活動，這個部分就跟亞洲文化有很大的不同，西方人真的較開放，東方人相較下就保守許多。

提到德國人可能就是歐洲人裡較保守的，對一般不熟的人當然會保持基本表面上的禮貌，若要深交談心的話可能就困難了，人家都說很難交到知心的德國朋友，一旦交到就真的是一輩子的好朋友，他們做事很拘謹、非常的守時、有很多想法，不會輕易答應自己可能辦不到的事、也不會輕易回答任何自己不確定的事，凡事按部就班，他們會準時的在工作時間內完成工作，非必要的時候絕不會加班或佔用假期時間，我跟德國人討論報告時發現他們非常有效率有系統有邏輯，也絕不會假日跟別人約出來討論公事，反觀台灣人做事老喜歡拖到最後一刻，工作時間跟休息時間混在一起，搞得一件事要花好幾倍的時間來完成，真該學學人家德國人的做事精神，不過也因為他們有時候太守規矩、不會通情達理，本來能節省的時間也不大能省，除此我還很不喜歡去公家機關辦事，只是小小註冊個地址就等了 3 個多小時，人多到爆炸，有時候還會遇到”認真”的公務員會多問你幾個問題，雖然都是基本程序，還是會想抱怨花太多時間了，這時就真正體會到歐洲人的”漫步調”了。

一旦德國人喝了酒就變了樣，平日板著一張臉經過酒精效果後就熱情如火超級健談，到啤酒節現場會明顯感受到他們的熱情，到處都有喝得醉醺醺的大叔邀請你跟他們共桌甚至他請你喝一杯(特別是女生)，聽起來很可怕其實並不會，是個很有趣的文化經驗，大部分的德國人都還保有紳士風度，就算喝醉了也不會做踰矩的事，你反而會覺得他們很可愛，啤酒對他們來說就像水一樣，啤酒節期間一天可以喝上四五杯一公升的啤酒。

他們的生活習慣也很不一樣，平日交通工具很多都是腳踏車，他們有很完善的腳踏車專用道，每個人都騎得很快，如果你不小心走在上面會被騎士大罵而且很危險，很多媽媽還會在車前或後面掛兒童座椅，騎著腳踏車載小朋友，如果沒有裝車燈的話可能會被罰錢，除了腳踏車的習慣，他們早上洗澡的習慣我也覺得很有趣，這樣晚上就不會有人跟我擠浴室啦！



與德國同學合影



Party 準備中



期末聖誕聚會

六、您對於國際交流中心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？

1. 可能是因為第一屆到德國各方面感覺都較陌生，加上是在簽合約前就甄選所以有很多訊息都不是很明確，聯繫的窗口都還算清楚，校內跟對校的老師都很認真在幫我們聯繫，對校老師的信件回覆也都很快，就缺少對校的詳細資訊，當初我連慕尼黑商學院長什麼樣子都不清楚，當然會增加前往的恐懼感，如果能事前列出就讀對校注意事項如校園環境、共有哪些學程、交通工具、校園附近飲食、生活費如何從台灣轉去德國、德國生活注意事項等，會讓交換生更加安心與清楚狀況，也比較容易跟父母說明，雖然對校在開學第一天有辦新生訓練，我覺得時間還是太緊迫，希望在台灣就先了解，因為我有提前出發參加暑假的德文班，早了兩個禮拜想先適應慕尼黑的生活環境，覺得自己摸索還是有些難度，並建議對校是否能提供如 body 的生活輔導員，可以找在校的德國同學協助交換生的生活事項，如果我們有生活上的問題或困難可以找的平輩對象，也比較容易能親近他們，像有來交換過的德國同學就是很好的人選，我們也可以接待未來交換的德國同學。

2. 慕尼黑的房子真的很難找，希望學校或對校能提供更多的協助，畢竟我們都還只是學生，沒辦法負擔過高的房租，有些連電費、網路費還要額外繳，如果都居無定所了，那學習的狀況可能也會受到影響，最好是提供確定能住的地點，當然房租自付，如果確定每學期都會有固定的同學去交換，建議是否可以有固定的房子供體大的交換生居住，若每學期固定換一批同學居住，房子也不會有閒置的困擾，同學的居住品質也會比較安心。

3. 關於課程問題，我原本已經選好 Sport Management 的學程，也是跟系上相關有學分可以相抵，但對校以選課人數太少開不成為由請我改選 European Business，我個人覺得關乎學生學習權益的問題，原先就是因為可以選自己喜歡的學程才選這間學校，但後來卻請我改選學程跟一開始的說法有出入，改了學程後的課程學分就不能相抵了，老實說並不能因為人數少就要犧牲少部分同學的權益，這是學校自己需要解決的，如果原先要開的學程有同學要選，就必須尊重，而不是請同學遷就。

七、就體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？

慕尼黑商學院的一樓有個類似交誼廳的空間供同學餐敘聊天，環境舒適，配有沙發、茶几、流理臺、手足球，建議校內也可提供類似空間供同學交流。老師上課都很認真、用心，不會一塵不變的照簡報檔的內容講課，而且會時時刻刻注意同學有沒有認真在聽，隨時都會提問，這樣的教學方式才不會讓學生有機會偷懶睡覺浪費學習時間，繳交報告或作業也很嚴格，雖然標準稍高，如此學生也才能全力準備。

八、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)

慕尼黑來回機票	33000 新台幣
簽證費	60 €
財力擔保聲明書	25 €
申根旅遊險 170 天	3946 新台幣
德國 mawista 私人保險一個月	37.2 €
TOEFL ITP 報名費	1160 新台幣
總計	42994 新台幣

每月基本生活支出 (當時匯率 1:40)	
房租	251 €
電話費(一個月 1G)	9.95 €
交通費	37.4 €
生活雜費	10 €
飲食(10 € * 31 + 偶爾外食)	350 €
其他(娛樂、額外交通)	80 €
總計	738.35 € 約 30,000 新台幣

希望學校能增設交換生獎學金以供申請。