

耶拿大學

Friedrich-Schiller-Universität Jena

21/22

Winter



Chi, Yuwen

中正大學地環系

學海飛颺/學海惜珠學生出國研修心得報告內容大綱

獲補助年度	109 學年度																																				
薦送學校、系所、年級	國立中正大學 地球與環境科學系 四年級																																				
中文姓名	冀郁文																																				
研修國家	德國																																				
研修學校	耶拿大學 Friedrich-Schiller-Universität Jena																																				
交換時間	2021 年 秋季班																																				
交換期限	一學期																																				
國外研修成績	<table><tr><th>Course Code¹</th><th>Course Type²</th><th>Course Title [Module Code]</th><th>Contact Hours/ Week</th><th>Contact Hours in Total</th><th>Teaching Staff⁴</th><th>Assessment⁵</th><th>Local Grade⁵</th><th>ECTS Credits⁶</th></tr><tr><td>46324</td><td>V</td><td>PRAESENZ (PRESENCE): Sprödttektonik [MGE0104]</td><td>1</td><td>15</td><td>Prof. Dr. Kamil Ustaszewski</td><td>2</td><td>1.7</td><td>3</td></tr><tr><td>65508</td><td>SK</td><td>Deutsch als Fremdsprache A2.1 Basiskurs</td><td>4</td><td>60</td><td>Antje Hasegawa</td><td>--</td><td>--</td><td>RA</td></tr><tr><td colspan="3">TOTAL</td><td>5</td><td>75</td><td></td><td></td><td></td><td>3</td></tr></table> See explanation next page. Jena, 26 April 2022  International Office Friedrich Schiller University Jena⁷ 	Course Code ¹	Course Type ²	Course Title [Module Code]	Contact Hours/ Week	Contact Hours in Total	Teaching Staff ⁴	Assessment ⁵	Local Grade ⁵	ECTS Credits ⁶	46324	V	PRAESENZ (PRESENCE): Sprödttektonik [MGE0104]	1	15	Prof. Dr. Kamil Ustaszewski	2	1.7	3	65508	SK	Deutsch als Fremdsprache A2.1 Basiskurs	4	60	Antje Hasegawa	--	--	RA	TOTAL			5	75				3
Course Code ¹	Course Type ²	Course Title [Module Code]	Contact Hours/ Week	Contact Hours in Total	Teaching Staff ⁴	Assessment ⁵	Local Grade ⁵	ECTS Credits ⁶																													
46324	V	PRAESENZ (PRESENCE): Sprödttektonik [MGE0104]	1	15	Prof. Dr. Kamil Ustaszewski	2	1.7	3																													
65508	SK	Deutsch als Fremdsprache A2.1 Basiskurs	4	60	Antje Hasegawa	--	--	RA																													
TOTAL			5	75				3																													
短片時間及標題																																					



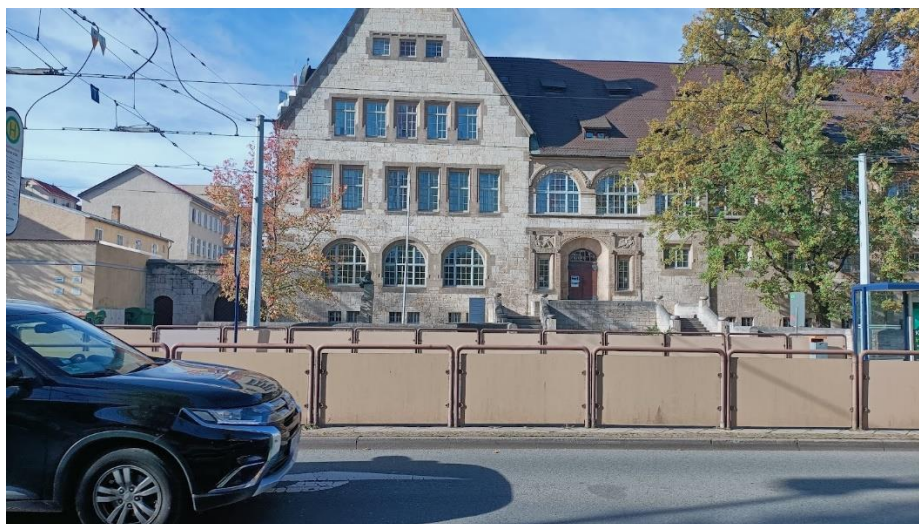
緣起

2019 年的寒假，我有幸跟隨中正大學的教授，參與了台灣大學和奧地利 Innsbruck 大學地質系合辦的學術交流活動，很開心地與他們短期交流了一天。在和奧地利研究生聊天的過程中，對方提到台灣的氣候和地景給他們很大的震撼，他們告訴我歐洲的河流不可能像台灣的荖濃溪，在一個颱風的降雨區間，河床就會淤高超過三十公尺，歐洲的萊茵河河道幾乎是不改變的。

這讓我很驚訝，同時也對歐洲的地景充滿了嚮往。

找資料的過程中，「耶拿大學(University of Jena)」深深吸引了我，它擁有規模頗大的化學與地球科學院，並且開設更專業的環工和地球物理課程，此外耶拿所在的圖靈根邦，因為地質環境的特殊性，擁有世界上現存僅有的兩個硬石膏岩洞穴之一的 Barbarossa Cave，因此我不禁萌生了交換的想法。

研修學校簡介



耶拿大學成立於 1558 年，是德國最古老的十所大學之一。曾出過六位諾貝爾獎獲得者，著名校友包括哲學家席勒、馬克思、黑格爾、光學家卡爾蔡司等。耶拿大學是德國理想主義和浪漫主義搖籃，作為十六世紀新宗教觀點的發源地，它一直是德國政治上最激進的大學之一。

此外至 20 世紀起，耶拿與蔡司公司合作，使其一舉成為光學研究的重鎮。

耶拿是一個標準的大學城，晚上沒有光害，能看到滿天星星，城市的人口多為年輕的學子，鎮上交通以公車和城市輕軌列車為大宗，班次非常多，其中輕軌甚至半夜 12 點都有營運，基本上能到達多數的地方。

耶拿的大學部學生證可以在 Thüringen 州內免費搭火車和公車(註：碩士生和博

士生的學生證是無法在州內免費搭乘的)，以我住的宿舍為例，搭公車約 10 分鐘可以到鎮上，另一名同學住在市郊約 20 分鐘；鎮上有兩間 Shopping Mall、一間 H&M、好幾間超市和酒吧。

生活方面，由於耶拿位於東德，消費水準以德國來說相對低，交換生通常都會分配到宿舍，而宿舍分散在鎮上的不同方位，租金約落在 190~290€左右。

以我和當時一起交換的同學來說，都各自有一兩間步行五分鐘能到的超市，德國的超市通常滿大間，從食材到燈泡、晾衣架都可以買到。

如果是吹風機、3C 用品、烤箱之類的小家電，則可以在鎮上的 Saturn 找到。

飲食的部分，路邊有很多 Kebab shop，鎮上也有好幾間大學的 Mensa(食堂)，一餐大約 6~10 歐左右。

交換期間

宿舍概況

房租 197€、網路費 10€/月

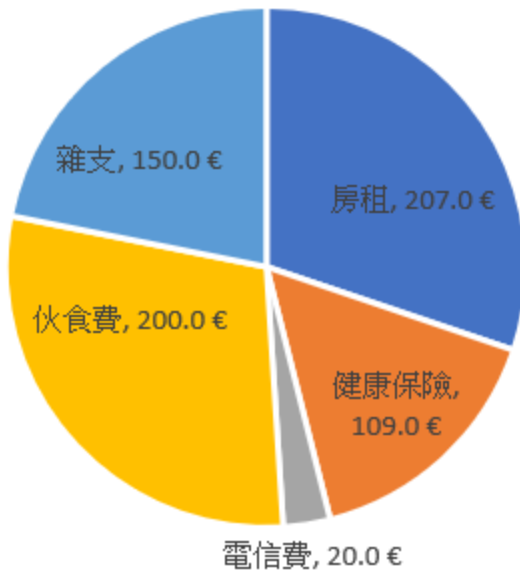
我的宿舍是 Maurerstraße 38a，房型比較舊，沒有電梯，房間大約 9 坪左右，四個室友共用一個帶烤箱的廚房和乾溼分離的衛浴，平時和三個室友輪流打掃，洗衣房在對面的 Maurerstraße 38。



支出金額

總花費約：約 18 萬台幣

支出約 686 € / 月



隔離防疫酒店：20,000 台幣

簽證費用：75€

住宿費用：207€/月

保險：TK 109€/月

機票：桃園—伊斯坦堡—法蘭克福 來回機票共 25,000/台幣

我訂的是土耳其航空的學生機票，官網訂票需要學生身分審核，要提交在學證明等資料，等待審核時間相當久，將近一個月，找旅行社買價格會貴一點點，但不需要等，官網訂票的好處是當初飛德國的時候，我已經註冊了土航學生會員，回國時遇到機票價格漲價，能用很漂亮的價格買回國的航班。

(註:申請時可以打客服電話加急，建議打中國土航的人工客服轉總公司)

伙食費：約 200€/月

平時幾乎都自己下廚，德國食物的價格幾乎是歐洲最便宜的，牛肉的價格是台灣的一半，500g 草莓台幣 90 塊，牛奶 1€/1L，對熱愛下廚的人來說，德國可謂是天堂。

電信費：Vodafone CallYa Digital 15GB 20€/月

我一開始在台灣網路上買了英國 Three 的預付卡，約 12GB/499 台幣，到當地再去電信行換德國電信 Vodafone 的預付卡，德國辦門號通常需要本人的護照號碼和地址，雖然超市也有賣 Sim 卡，但線上開通門號滿麻煩的，去門市店員能直接幫你儲值，登入 Vodafone 的 App 就可以查餘額和剩餘流量了。

行前準備

簽證辦理

7 / 9

德協網站預約簽證送件時間，一開始約到 8/16 擔心來不及收到簽證，決定重新預約

（註：刪掉預約後，要 24 小時才能預約下一個送件時間）

7 / 11

重新刷到預約 7/29 早上的送件時段

7 / 29

到德協所在的 101 大樓送件，需備齊 75€ 以及簽證寄發時的掛號費用。

8 / 25

收到簽證審核通過的信件，補上保險證明，和預計抵達、離境日期，可以直接把離開日期填到學校學期最後一天，例如耶拿學期是 10/1~3/31，我的簽證就到 3/31。如果學生簽證只拿到半年，但預計停留一年，到達德國後可在當地的市政廳延簽。

8 / 31

收到簽證掛號包裹

註：暑期和寒假是簽證旺季，而簽證等待時間主要是依目的地城市的市政廳審核速度來看，其中還要考量德國、台灣之國定假日，身邊有朋友二月初申請，但適逢台灣的春假，等了一個多月拿到，飛機還為此改簽。建議大家要儘早申請，才不會發生開學了還在台灣的窘境。

財力證明

註：如果是有拿到獎學金的同學，獎學金的額度如果有高於 861€/月，可以請學校或單位開立獎學金英文證明，或許可免去限制提領帳戶的辦理，同行的朋友有闖關成功，但保險起見我還是兩個都有準備。

目前是 861€/月，我是辦 Expatrio 合作的 Mango pay 和 N26 銀行，從台灣銀行臨櫃匯款，約 2 天內對方銀行到帳後，Expatrio 網頁會發送限制提領帳戶開通的資訊；由於 Mango pay 是一個小銀行，不像德銀是大銀行，匯錢時行員都會再三確定你不是被詐騙。

優點是速度很快、英文介面，我三天內就收到財力證明，德銀開戶據說要一個月以上。

過去德協的網站有一份提供限制提領帳戶服務銀行的名單的，但現在已經被撤

下了，原因是 2021 年初，一間滿大的限制提領帳戶服務商違約，有幾千名在德國的國際學生遲遲沒收到轉帳，所以大家選擇銀行時，務必要注意。

N26 開戶

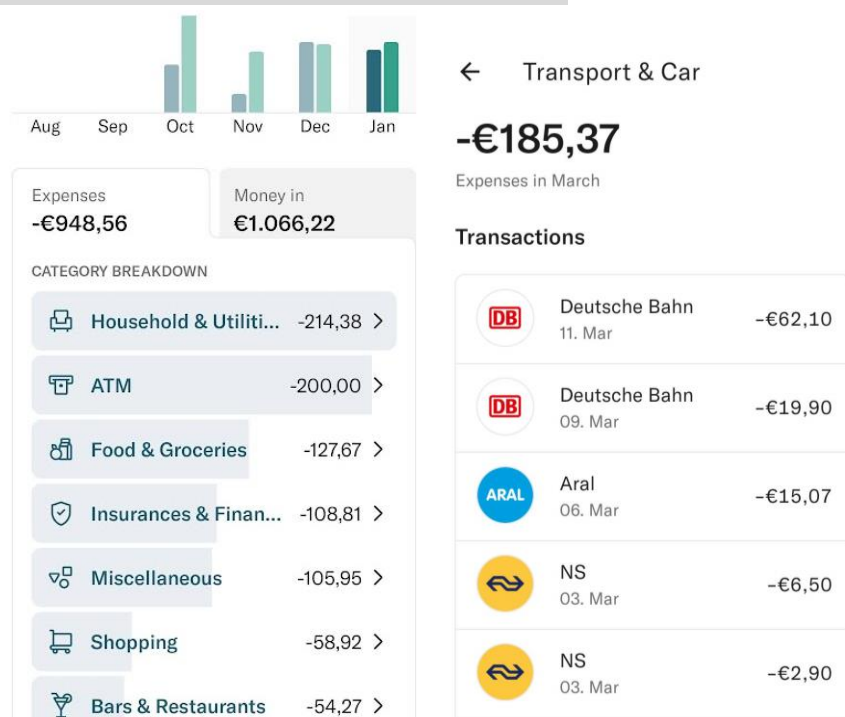
之後到了德國後有德國手機號和地址，再視訊和 N26 的客服開戶，就會有一個德國的 BIC 和 IBAN，按照銀行帳戶資料填入 Expatrio 的網頁，每個月 Mango pay 就會匯 861€ 到 N26 的帳號。（當然在台灣也能開戶，但目前實體卡不寄送台灣地址）

視訊完帳號就立即開通了，三天後就收到 Mango pay 撥下來限制提領帳戶的錢。

申請一張 N26 的實體卡要 10€，在超市、車站都能刷卡，由於 N26 是純網銀，因此有跟其他大銀行合作，實體卡可以在 Sparkasse 等大銀行的提款機提款，甚至台灣的中華郵政也有合作，每個月有幾次免費額度，也可以使用內建的虛擬卡號綁 Google pay 感應支付。

有德國的銀行帳戶的 IBAN，在歐盟要小額轉帳給朋友或學校也會方便很多。除了 N26 以外，Mango pay 也能撥款到其他德國銀行，例如我的韓國朋友就是綁 Sparkasse 的，缺點是開戶要等比較久，優點是點比較多。

N26 的介面可以查每個月的支出和細項



醫療保險

德國學校規定每個學生都要有醫療保險，注意不是旅遊險哦！如果抵達日期學

期還未開始，可以使用 Expatrio 的公保加私保的功能。

我是透過 Expatrio 保 TK 的公保，一個月約是 109€，和我一起去的同學是到耶拿才在 TK 的服務處保的，她大概一個月內就拿到 Tk 的實體卡了，但我整整等了兩個月才拿到，所以建議大家可以在當地辦，可能會比較快。

由於保險一個月約台幣 3000 塊，建議大家可以善用公保的福利，我在德國有打九價的子宮頸癌疫苗，在台灣打一劑要 6000 塊，TK 保險 27 歲以下都是免費施打的，男生也可以施打。

施打的方式很簡單，只需要寫 Email（建議用德文）跟診所預約，帶著護照和 TK 健保卡就可以了。

國外研修之課程學習(課內)

Mentor 制度

耶拿國際辦公室在線上行前會上多次提到 mentor（學伴）的報名，大家一定要記得即時申請，遇到好的學伴讓你上天堂。

真心感謝我美麗的學伴 Meike，初來乍到的我連超市在哪裡、德國的居民入籍都搞不懂，更遑論德國的選課方式，還好有她的幫忙，一切才能迎刃而解。

德國的選課方式和台灣不同，多數的課都需要發 email 給授課教授或助教，告知教授你要選的課，而殘酷的是出席幾乎是不計分的，多數由考試成績決定能否拿到這門課的學分，而註冊考試又是另一門學問了，多數需要通過各自開課的學院報名考試，或是自行和教授協調好考試的方式。

系所 Orientation day



事實上這個歡迎日是為了化學與地科學院的大學部和研究所新生所舉辦的，是

Meike 注意到這個資訊特別傳給我的，到了現場才發現整個學院今年只有我一個交換生，而且我的德文只有 A1 程度，好在助教和同學都非常體貼，在介紹系館的公共空間時，都為了我切換成英文，雖然到了下午的介紹我就幾乎聽不懂了。

歡迎日結束後和新同學一起去超市，閒聊過程中，發現德國年輕人非常流行 gap year，很多人高中畢業後不會馬上升學，而是選擇去 NGO 組織工作、打工度假等等，利用人生中短暫的一兩年思考未來的規劃，其中德國男生 Eric 雖然和我年紀，卻是今年大學部的新生，過去兩年多的時間，他都在澳洲打工度假，直到確定想鑽研的領域後，才再次回到校園。

MGEO104 Tektonik, Modulteil Spröde Tektonik

修課成績：1.7



構造力學是一門研究所的課，授課老師 Dr. Kamil Ustaszewski 是我在耶拿最感謝的人，如果沒有他的幫助，我可能無法順利拿到學分，Dr Ustaszewski 曾經在台灣花東進行兩年的博士後研究，這門學科原本是德文/英文混合授課，因為我的加入，Ustaszewski 教授在和同學討論後，決定改為以英文授課。

這門課除了平時的課堂以外，還包含了礦物觀察、構造圖的上機繪製，以及一次的課堂 seminar。多虧了這門課，我學習了很多構造地質的英文單字，甚至在課堂報了一篇 paper。

報的題目是 Linking megathrust earthquakes to brittle deformation in a fossil accretionary complex，由於我在中正地環的研究方向是環工，地球物理可說是我的弱項，此外這篇論文牽涉的變形機制極為複雜，光是弄懂增積楔型體內、外楔中的 contractional faulting 和 extensional faulting，就花了好些時間，儘管聖誕連假幾乎足不出戶留在宿舍準備，但這是第一次以英文報 paper，我仍舊講

的磕磕巴巴，不過老師依然給予我很多的鼓勵，並且在最後的期末口試，給了我相當高的成績。



德文課 A2.1

德文課採線上授課的方式，開學前大學的語言中心會開放報名，會有一個學前測驗，決定你的分班，一門四學分的課是 40€/一學期，相較於德國多數的語言學校，學費非常便宜，所以建議分班考結果出來後，要盡快寫信向語中註冊課程，熱門課程很容易第一天名額就被註冊完了。

我在台灣只上過一年中正大學開的通識德文，測出來的結果是 A2，但建議稍微降一個級別去修課，因為德國的語言課和台灣大班制的授課差別蠻大的，會有很多開口的機會，基本上我的讀寫沒太大的問題，但相比於其他一開始就在德國學德文的同學，我的口說就有些跟不上。

課堂中每次都會有隨機小組討論，儘管是線上，節奏依然相當緊湊，課程相當扎實，每個禮拜也都有讀寫和聽力作業，loading 不算太輕鬆。

好在同學間感情滿好的，同學來自各個國家，從美國、葡萄牙、哥倫比亞、阿

爾巴尼亞到馬來西亞都有，大家有一個 whatsapp 群組，課堂作業和練習如果有不會的，都會在群組互相 cover，平常也會在群組開玩笑和聊天，課程結束後，大家還一起去鎮上酒吧慶祝。



Grundlagen informatischer Problemlösung – Grundlagen der Programmierung

這門課是我在德國最滑鐵盧的一堂課，由於事前對學校課程瞭解不甚充分，所以當我想選修英文授課的程式課程時，可說是困難重重，只能想著試試看這門德文授課的程式語言，這門課是耶拿資工系大學部的必修課，因此除了德文授課外，評分也相當嚴格，每個禮拜都有 c++ 的程式作業，而且都是德文的題目，每次都需要先翻譯，再試著寫出題目要求的 code，得到的分數可以說是憂喜參半，有時可以拿到接近滿分，但有時也會因為看不懂題目意思拿到很低的成績，悲傷的是我的期末以三分之差，無法達到及格標準，儘管如此，我依然覺得這是一個難得的機會，除了練習了不少 C++ 的 case，也實際體會了德國的大學讀起來不容易。

在德國讀電機的台灣朋友告訴我，他們大學部的課平均一門當 30% 的人，在德國的大學，每門課在學期間有三次考試機會，如果第三次依然沒過，不僅拿不到學分，這輩子甚至沒辦法再修這門課，也無法申請相關的工作和研究所，而德國大學能準時畢業的人可說是寥寥無幾，多數人都會念到第五年，此外退學率也相當高，約為 30%。因此每當德國朋友得知我三年就把畢業學分修完、台灣的大學生幾乎都能準時畢業，都無不露出訝異的表情。

國外研修之生活學習(課外)

疫情下的德國

我是在 2021 年 10 月前往德國交換，當時德國是半解封狀態，市中心有快篩站，除了沒打滿兩劑的人在某些密閉場館要快篩（ex:觀景台、博物館），在室內配戴口罩，路上幾乎沒人戴口罩，但到了聖誕節後歐洲 Omicron 大爆發，學校為此還臨時改為兩週線上課，法令開始要求三劑，鎮上的夜店直接變成了快篩站，快篩可以上網預約或是現場排隊，國際學生只要有歐洲長期簽證，都是免費的（PCR 除外）；新年假期過後，身邊不少朋友中標，可能因為醫療量能不是很足，德國很早就提倡共存了，包含宿舍的公共衛浴也隔離成 Covid 陽性專用。



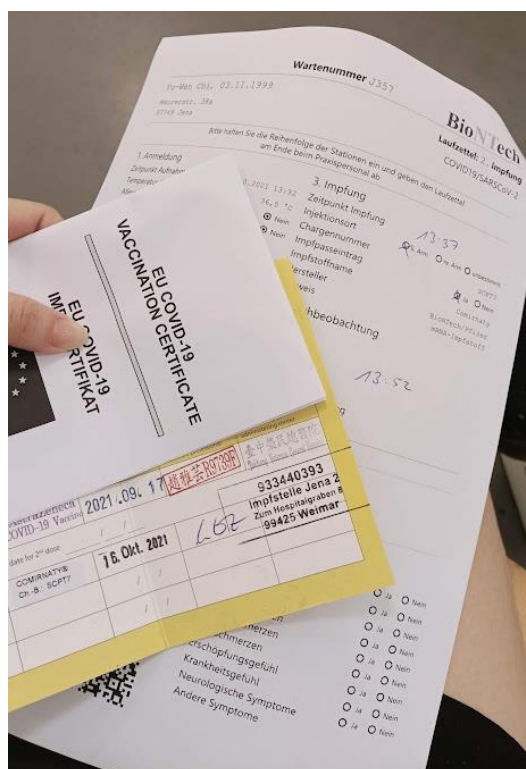
改裝成快篩站的夜店

除此之外，每週一在市中心都會有對疫情的示威遊行，所有人會穿著黑衣服上街，市中心的輕軌和公車都會為此停駛一個小時，警察也會出動維安，這個遊行不只是耶拿的區域性遊行，而是全國性的，住在別的城市的朋友告訴我，他們甚至會拿著火把遊行；遊行的訴求主要是宣傳疫苗的效用，和要求政府對部分行業的鬆綁，我觀察過參與的人從青少年到中年人都有，儘管遊行的人在舞台上宣講時會用著麥克風激動的吶喊，但只要規定的遊行時間一結束，人群就會準時散去，幾分鐘過後回歸平靜，彷彿什麼都沒發生過。

註：儘管這個遊行是例行性的，但隨著歐洲疫情趨緩，肉眼可見參與的人逐漸變少，德國朋友提醒我，到了後期，越來越多新納粹份子加入這些遊行，身為一個在德國的外國人，更要注意自己的安全。

德國打疫苗

和台灣滿類似的，準備好護照和小黃本，在當地州政府的網站上就能預約了，也能直接去快打站施打，打針前會有醫生問診，評估過去的副作用和過敏問題等等。



語言交換



12 歲 就讀 Gymnasium 的 Laura

我利用 Facebook 找到耶拿的語言交換社團，剛好無意間看到一名曾在台灣住過兩年的德國爸爸 Sven，正在替 12 歲的女兒 Laura 找語言交換，他們住在 Jena 旁邊的城市 Weimar，我們在正式見面前利用視訊電話，先初步了解小妹妹的中文程度，爸爸也向我展示了台北歐洲學校的中文課本，之後就在他們的客廳開始了每週一次的語言交換

(註：一個人在國外找語言交換一定要注意安全，盡量約白天)。

每個地區的德文口音都略有不同，不僅是發音，東德和西德間，單字的表達也存在文化差異，例如：Pfannkuchen 在西德代表美式的 Pancake，在東德卻代表傳統的小圓甜甜圈 Berliner。除此之外，政治的背景也讓東西德人的個性和生活習慣存在微妙的差異，比如說：在我交換的 Thuringia 州，身邊的德國朋友幾乎都不喝可口可樂，而是喝德國生產的 Vita Cola，這種小小的差異，每每讓我感到很新奇。

我非常珍惜這個機會，除了有母語人士陪練德文外，能實際觀察德國的家庭生活方式、中學生的升學制度，屬實是寶貴不過的經驗，德國的國中生不用每天都上課到下午，一個禮拜有幾天中午就下課了，Sven 除了陪伴 Laura 學中文，聖誕假期也帶著 Laura 去了趟芬蘭渡假，他們都是在科隆出生的，因為爸爸工作的關係，Laura 從小在不同國家長大，在法國住了四年，又搬到了台北，直到進入中學，才回到德國定居，Laura 是個聰明中帶點驕傲的小女孩，被人稱讚時會害羞，喜歡打曲棍球，儘管我們相處的時間不多，但我很珍惜那段時光。



Hiking Jena



由伊朗學生 Reza 成立的組織，一開始只是為了徵求登山的同好，每個人都能在 Hiking Jena 的社團主辦活動，舉凡 cooking party、語言交換、新年派對、畫畫派對、爬山看日出，活動規模從 10 人到 30 人都有，他們也和學校國際處合作舉辦活動，每次都會認識很多有趣的人，其中每學期都會有特別多國際學生加入，是我在耶拿最推薦的課外活動組織。

印象最深的是 Iran cooking party，由 Reza 的伊朗朋友教大家如何製作道地的伊朗食物，大家一起備料、煮飯，其中食譜中甚至會用上波斯玫瑰水，味道非常特別，晚飯後伊朗的女生帶著大家一起做瑜珈、跳傳統舞蹈。席間，也認識了很多國際學生，其中我和伊朗工程師 Atefeh 和義大利 Erasmus 交換生 Julia 相談甚歡，言談中得知 Erasmus 是歐洲的一種雙聯學制學位，除了有獎學金外，交換生可以在大學四年內，在兩至三所大學交換，真是很酷的一種學制。





飯後大家一起玩人體彩繪



Barbarossa Cave

機緣巧合下認識了一個住在洞穴附近的德國朋友，在和他提起這個洞穴後，我們決定一起去一探究竟，洞穴位於 Kyffhäuser，是一個人口不多的小鎮，交通不太方便，建議開車前往。洞穴得名於腓特烈一世，Barbarossa 是義大利語的紅鬍子，傳說這個國王在這個洞穴深深沉睡著，有一天會甦醒恢復王國的榮景。

Barbarossa Cave 是世界上僅有的兩個硬石膏洞穴之一，因為地質條件的特殊性，沒有形成常見的石灰岩洞穴，而是生成了硬石膏，洞穴的岩層包含石膏和石英，地底是活水經過的伏流，在燈光的映照下，澄清透徹的綠色地底湖水面波光粼粼，讓溶洞看起來更加的寬廣。雖然身為地環系，但過去只有在地概課上看過石灰岩洞穴的照片，這次能親眼見到實屬交換的一大收穫。



由活水形成的地底湖 溶洞在燈光的映照下顯得更大
導覽是全德文的，需要提前購買門票和拍照費



難民朋友

在台灣，我們對於歐洲收留大量中東難民或許有所耳聞，但由於媒體的報導，對於他們的印象卻是相當片面的。這次交換，我在德國認識了不少難民朋友，他們的融入程度讓我非常驚奇。

我和敘利亞難民 H 是偶然間認識的，他是庫德人，在附近的義大利餐廳上班，因為敘利亞內戰的關係來到德國，今年已經第五年了，認識起於他的善心之舉，有天晚上我在路邊販賣機買零食，但信用卡遲遲讀不過，路過的他順手幫了忙。

後來有個週末晚上在市中心巧遇他和很多朋友，他便非常熱情的邀我和他的朋友一起吃點東西，甚至把我介紹給市中心一間 Kebab Shop 的老闆，他向老闆介紹我是 Taiwan 來的，不太會講德文，老闆是個高大的中東大叔，在聽見我是台灣人後，大叔眼神放光，說他有來過台灣，一開始我半信半疑，心想：應該又是一個搞混 Thailand 和 Taiwan 的人吧，但在他快速的用阿拉伯語和身邊幾個人解釋後，其他人也跟著興奮起來，還紛紛在旁邊筆劃著拳擊的動作，緊接著老闆拿出手機打開 YouTube 播放影片，赫然是一個 2019 年在台北舉行的自由搏擊業餘公開賽，而影片裡在擂台上打著赤膊戴著拳套的，正是這個我面前看起來很和善穿著廚師服的大叔，唯一不同的是，影片裡的他正兇狠的猛揍對手。

時至今日依然感嘆和 H 的奇妙緣分，不然誰能知道市中心這間 kebab 餐廳的老闆，居然是一個到過台灣比賽的業餘自由搏擊選手呢！後來透過他我又認識了不少人，這些中東朋友幾乎都能說得一口流利的德語，而且他們工作之餘，早已行遍歐洲各國，許多人都曾到過巴黎和阿姆斯特丹旅遊，最大的嗜好就是放假開著買來的二手車自駕遊，儘管是受庇護的難民，但他們對德國社會的融入程度相當的好，我認為德國政府在這方面的社會福利制度，是非常值得台灣學習的。



Döner 小店 註：非當事老闆

研修之具體效益

提升語言能力

在德國生活，無論是跟室友、朋友抑或是上課報 paper 都需要用英文溝通，在英文口說上有很大的助益；在德文的學習上更是如此，尤其耶拿位處東德，過去蘇聯政府政策的影響下，多數 40 歲以上的人英文都不甚流利，這點和過往台灣人刻板印象中德國人英文很好相去甚遠，此外中東及土耳其移民多數不太會說英文，這也讓我在短時間內從完全不敢開口，到能用德語點餐和簡單的溝通。

增進國際觀

過去在台灣的社會氛圍渲染下，我們總會不自覺的認為台灣是一個默默無名的小國家，但出了國才發現，很多外國朋友都知道台灣，甚至了解程度令人訝異，有次和德文課同學聚餐，南美同學聽到我來自台灣時，好奇的問：「那你母語是 Chinese 嗎？」我才說了句 yes，身邊的葡萄牙同學 José 馬上插話：「But Taiwanese is not Chinese」說完還給了我一個 wink，再配上一個我懂你的眼神，每次想到這件事，都有些忍俊不禁，也不禁佩服他的幽默感和政治敏感度。除此之外，物理系的印度同學和我閒聊之餘，也曾向我大力稱讚 TSMC 是一間很厲害的公司。

而在德國也認識了不少陸生，原以為會因為政治的關係，和他們劍拔弩張，但實際上卻不是如此，我和我的朋友私底下什麼都聊，從政治到經濟，當時適逢歐洲各國抵制孔子學院（中國政府在歐美國家資助設置的華語教學機構），要求他們撤出歐洲；我的中國朋友就和我談到這件事，他說：「成功的文化輸出應該要像日本的動漫文化和韓國的追星文化，而不是想中國政府那樣以教育包裝共產主義思想」這段話讓我大為訝異，原來撇除教育背景的不同，我們依然能夠互相理解，並尊重對方的價值觀。

在德國也認識了一個巴勒斯坦朋友 F，F 是數學所的碩士，由於我和身邊的中國朋友都能和平交流，我不禁好奇，同樣存在政治衝突的以巴之間是如何互動的？於是當我問起他是否有以色列的朋友時，他困惑得向我搖了搖頭，他告訴我從小在耶路撒冷長大，記憶中以巴衝突不斷，甚至時常停課，而且兩個民族一個講猶太語、一個講阿拉伯語，語言的隔閡和外國勢力的介入註定他們幾乎無法成為朋友。這對在和平的台灣長大的我來說，無疑是一場震撼教育，儘管他口氣平淡，依然能感受到在戰亂國家中生長是何其動盪。

危機處理

在國外，語言不通人生地不熟的情況下，什麼都會發生，諸如：搞丟信用卡、搭火車到荷蘭卻上錯月台跑到比利時、在科隆遇到尾隨回旅館的跟蹤狂、一個人半夜在阿姆斯特丹紅燈區迷路、火車莫名被取消，晚上十點在荷蘭最大的火

車站，和 20 幾個瑞士和德國的旅客大眼瞪小眼等等....種種事件都一次次訓練我的危機處理能力，當然口語能力也在和外國人激情溝通（吵架）時得到顯著的提升。

自我成長

在德國生活半年，收穫最大的是理解自己是什麼樣的人，在陌生的環境下，所有的缺點和優點都會被放大，我多年來深受 mental health 的問題困擾著，在國外生活的這段時間，學會如何和自己相處、和解，是這次交換最大的成長。



下雪的 Gera 和午後的烏支列亨

感想與建議



猶記得，大三那年的中正講座，當時通識中心邀請了北藝大的前校長，演講後的提問環節，有位同學問了一個問題，她問：「校長文化的在地化要如何抵抗全球化的洪流」校長頓了一下，回答：「為什麼文化的在地化和全球化不能是同時並行的呢？」

在歐洲交換的這半年，我深深體認了這句話，尤其是在和身邊的 Gen Z，在談到成長背景時，因為網路的發展，我們幾乎是看著一樣的卡通、玩著一樣的電動長大的，喜歡櫻桃小丸子的庫德人、收藏大量遊戲王卡的德國男生、煮飯會看韓劇的義大利室友、熱衷打世紀帝國的巴勒斯坦人、和我一樣著迷於 Arcane 和英雄聯盟的印度同學，身邊還有太多的例子無法一一細數；當然除了這些物質面的事物，我和我的德國朋友幾乎是無所不聊，從藥物濫用、居住正義、難民議題、烏俄戰爭，到比特幣、NFT，我們也聊亞洲的經濟結構問題，愛拿 Social credit 之類的話題來開玩笑，透過他們的角度看事情，我的思想逐漸變得豐盈，也發現歐美的年輕人對於社會的參與度和關心都是遠勝亞洲人的，他們會願意花時間理解議題、甚至上街抗議，自發參與聲援烏克蘭的活動，這都是我在台灣不曾看到的。

我想對任何對到國外交換有所憧憬的同學說，就勇敢去吧！不用害怕，世界很大，趁著年輕多去看看吧！