

姊妹校交換計畫心得

姓名	白侑璇
系所	外文系
前往交換國家	德國
交換學校	耶拿大學
交換時間	2021 春季班 + 2021 秋季班
交換期限	一學年
推薦課程及原因	<p>推薦語言中心的德文課！</p> <p>我覺得我遇到的老師都很有耐心、也教得很好（尤其 Ariane 大推！），雖然都是線上授課，但還是能學到很多，會覺得自己的德文有慢慢在進步！</p> <p>（雖然在日常生活中還是 90% 都聽不懂哈哈，但是最大的進步應該是，比較能夠在腦中組織完整的句子。）</p>
宿舍概況	<p>我住的宿舍是 Karl-Marx-Allee 1。</p> <p>其實一開始不是很喜歡（它根本沒有在我的志願序裡面，只不過因為太晚申請了，所以才被分配到這），因為覺得有點老舊，但是，住了一陣子後，發現好像也不差。</p> <p>這是三人 WG，每個人有自己的房間，然後共用衛浴、廚房、儲藏室。房間有大有小，所以房租就有高有低，像我的就是最小的，所以房租也是最便宜的。衛浴只有一間，是乾濕分離的（其實應該每個地方都是乾濕分離），雖然不大，但我覺得滿夠的了，這樣打掃起來也比較輕鬆。廚房的話，我還滿喜歡的，空間很大也很明亮，有一個大冰箱、一個大烤箱、四個爐子（但爐子熱的速度很慢），還有四人的餐桌，要聚會一起吃飯什麼的都很方便。儲藏室也很方便，有什麼東西不想放在房間就可以丟到裡面。</p>

	<p>另外！交通很方便！走路三分鐘就有電車，搭一站就可以到火車站、搭十五或二十分鐘就可以到市中心，而且宿舍在平地、不用爬坡！</p> <p>再另外！買菜很方便（外食真的貴，自己煮比較省錢）！走路一兩分鐘就有一間小超市 Netto 和麵包店（但因為太小了，我很不常去）；走路七八分鐘還有另一間大超市 Kaufland（我都是在這個超市買菜，因為它很大、什麼都有），那裡也有郵局、衣服店、中餐廳、麵包店、賣小東西的店…等等等，反正就滿方便的！</p> <p>所以後來就慢慢覺得住在這也還不錯了～</p> <p>（啊！對了！有一個小提醒，如果你也想選這棟宿舍的話，我不是很確定房型會不會和我上面敘述的是一樣的，因為這棟樓有分左右棟、也有分房型，像我住的這房型我就滿喜歡的，不過我朋友的房型我就沒那麼喜歡，因為廚房很小……所以可以多想想 XD）</p>
<p>支出金額</p>	<p>總花費（10 個月，我提早回台灣）約：475000 台幣</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 機票：35700 台幣（去程 20500 台幣 + 回程 15200 台幣） 2. 簽證費用：75 歐（我記得是按照當下的匯率付台幣） 3. 出國前核酸檢測：7000 台幣 4. 住宿費用：195 歐/月（185 歐房租 + 10 歐網路費） 5. 每月餐飲費：大約 200 歐/月（幾乎都自己煮） 6. 每月當地交通費：0（在圖林根邦搭大眾交通都不用錢） 7. 公保保險費：108.81 歐/月（TK） 8. 旅遊費：約 3000 歐（德國和其他國家）

- | | |
|--|--|
| | 9. 回國前核酸檢測：90 歐
10. 防疫旅館（15 天）：27750 台幣
11. 剩下的就是其他（不知道花到哪去）的支出了 |
|--|--|

行前準備(申請流程、辦理簽證等)

行前準備……我憑我的印象寫哈哈……

重點就是一步一步來！先準備好校內申請要的資料→如果通過了，就等姐妹校的通知→如果也通過了，就可以申請宿舍、申請學伴→然後開限制提領帳戶、辦公保、辦簽證（限制提領帳戶的部分要先完成，因為辦簽證的時候，會需要限制提領帳戶作為財力證明）（限制提領帳戶可以和公保一起辦，上網找 Will Study 留學計畫就可以看到很詳細的介紹，我是用 Expatrio 當限制提領帳戶、然後用 TK 的公保）→然後就買機票、收行李、飛去德國～

交換期間

其實我覺得我從剛到德國一直到離開德國，每件事都算滿順利的。我有很棒、很友善的學伴陪著我完成幾乎每一件事，也有和我說著同樣母語的室友（一開始是一個台灣人、一個中國人；後來是一個台灣人、一個韓國人），所以一開始雖然很忙，但也不覺得太過慌亂或緊張。

開學後，就是過著很輕鬆愜意的生活，邊上課邊玩（所以我在德國一年根本沒拿到什麼學分 qq），雖然只有在附近爬爬山，或是在周邊的城市玩（因為我剛到德國的時候疫情滿嚴重的，所以不能住外面），但也算開心。放暑假之後，我才有機會出國玩，我和一起來德國的兩個學姐一起去法國和西班牙玩了一個月，現在想起來還是很快樂～九月回到德國之後，休息了半個月左右，我又自己去柏林和波蘭玩，這是我第一次自己出門玩（或是說出國玩），所以一方面覺得很緊張，一方面也覺得自己又更獨立了！玩回來後，休息了一陣子，我又和其中一位學姊去東歐玩，雖然玩的天數不多，但真的覺得很棒，物價很便宜、景色也很美！之後，我的第二個學期開始了，我還是跟上學期一樣邊上課邊玩，在十一月底的時候，和學姊一起到荷蘭、比利時和丹麥玩，本來是想說聖誕假期的時候去，但因為怕太貴了，所以就提早去，但我們還是體驗到了滿滿的聖誕氛圍，所以推薦大家可以十一月底出國玩！十二月回德國後，上了兩個禮拜的課，就開始放聖誕假了～兩個禮拜的聖誕假期我幾乎沒怎麼出門，都在宿舍和室友一起吃飯或做蛋糕，因為疫情又開始嚴重了…我想到我不久之後就要回台灣了，真的不敢隨便出門，但也因為這樣，所以過了一個很愜意的聖誕假～放完聖誕假後，我就開始做回台灣的準備了！然後，1/9 我就到台灣了～

(所以我現在就是在防疫旅館打著又臭又長的心得 XD)

上面大概就是我這十個月來做的事，現在看起來真的一直都在玩…所以我下學期應該很辛苦，我要修超級多學分嗚嗚，因為我在德國都沒好好認真讀書。(不過我去德國交換的目的本來就不是要修學分啦～主要是為了多看看不同的世界，所以我覺得認清自己出國的目的滿重要的！我就覺得我自己的目的有達到了，所以覺得到德國交換很值得！)

然後以下是一些自己的心路歷程。

剛到德國的時候，雖然事情都很順利，但我還是覺得很孤單難過，畢竟是我第一次自己一個人離開家這麼遠、這麼久，心裡真的覺得很空虛，我記得我第一個星期都在哭，甚至邊吹頭髮邊哭…現在想起來真的很好笑…不過當下真的完全克制不了自己想哭的情緒。這種情緒就這樣持續了很長一段時間，可能有一兩個月，一直想哭、一直想回台灣。我那時候都很早起床，因為德國跟台灣有六個小時的時差(夏令時間)，每天我起床的時候，我就想說台灣現在都下午了，我怎麼可以繼續睡？我都沒時間和家人朋友聊天了……然後很緊張的起床。反正就是這樣的心情，持續了超～長一段時間。

不過後來，可能因為時間久了，我終於能夠接受自己一個人在國外的現實，也學會和自己相處，所以漸漸的習慣自己一個人，不再覺得那麼難過，也不會隨時隨地換算台灣的時間。雖然偶爾還是會突然的感覺到空虛，但是比起一開始已經好太多了，所以，我覺得這是我很大的一個進步。我覺得自己一個人在德國，真的讓我學會了如何和自己相處，學習活在當下，我在德國就注意德國的事就好，不用一直想台灣怎樣怎樣。所以後來，就算自己一個人待著，也不太會感到孤單或難過，算是能夠很平靜的和自己相處。(所以我現在在防疫旅館第十天了，我也沒覺得待不住什麼的哈哈～)

還有另外一個大進步就是，變得更獨立。因為自己一個人在德國，所以什麼事都要自己完成，現在一時之間也想不到自己做過了什麼，但真的會覺得自己變得比在台灣的時候更獨立！

再一個進步就是，廚藝會變好！這是真的！因為外食真的太貴，所以每天都自己煮，煮著煮著，廚藝就變好了～(雖然到後期就很懶得煮飯，都隨便煮了哈哈)

心得結束！