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

請依序回答題目，並將檔案回傳 oic@nccu.edu.tw 信件標題請註明《薦外交換生心得報告》

學生可不依此報告格式回傳文件，但繳交之文件內容至少須有2張 A4（含圖片）。

本文件將同步公告於國合處 http://oic.nccu.edu.tw/forum，以供未來交換之學生參考。

基本資料

1. 填表日期：2020.12.19
2. 系級：土資五
3. 學號：105207324
4. 姓名：賴謙云
5. 交換學校及系所：法蘭克福金融與管理學院 Frankfurt School of Finance & Management
6. 交換學期：自 109 學年第 1 學期起至 109 學年第 1 學期止

（下頁繼續）

表單編號：QP-Z05-00-03
保存年限：5年

交換學生報告

一、準備篇

學校申請

我所交換的學校是 Frankfurt School of Finance & Management（FS）的法蘭克福校區，中文名為法蘭克福金融與管理學院，是少數國合處所簽約的德國私立商學院。申請的流程基本就是向國合處提交註冊申請、按時程繳件（包含報名費、申請表、成績單、語言能力證明以及英文讀書計畫）、口試，待成績公告後選填志願、等候分發。由於我自己很明確想選擇德國的商學院，因此它是我自己選填時的第一志願。（補充：後續要留意的就是國合處是否有按時程提名，交換簡章有提及自己要和相關人員確認，有聽過其他同學錯過提名而沒辦法交換，覺得很可惜。）

學校介紹

如大家所知，德國的學校排名相對不像其他國家這麼盛行，體制上屬於各校有自己的專精。我自己認為這所學校除了商管專業之外，在職涯方面有很強勁的網絡，不論學校的求職平台或是學長姊資源都還蠻多的，尤其在金融業，這也是很多國際學生選擇該校 Master 的原因。（補充：交換學生同樣具有所有徵才活動、求職平台參與及使用的資格。）然而，在校園環境方面，如果期待交換可以到一個非常大學城感或是有點歐洲風情的地方，那可能會有點小失望。學生主要就是在一棟不算大並且很現代的建築內活動，下面就附上它的內外觀：

赴國外短期進修獎學金申請

這個獎學金和學海飛颺不同之處在於，它是每個學期都會開放的。相關資訊在國合處網站上 (http://oic.nccu.edu.tw/files/11-1000-255-1.php/)，照著簡章裡的要求在 inccu 填妥資料、準備其他文件。花比較多時間的是進修計畫書，我基本上照著上面項目把過去經驗與未來期望具體描述一下，並且附上額外資料諸如競賽、實習證明等。翻了一下自己申請 109 第一學期的繳件時間是五月中，打算申請獎學金的同學可以再注意一下時程！

宿舍申請

收到學校的交換資格後，接著該學期各方面的資訊，包含註冊、住宿、課程等行政資訊與流程都會由姊妹校的人員直接聯繫。這所學校有宿舍提供申請，但同樣要注意時程。我當時在當地沒有認識的人又第一次自己出國，因此還是將學校宿舍列為優先考量，自己比較安心。但如果真的沒申請到，也不用太擔心，可以依照校方提供的其他找房方式，我身邊也有一些同學是透過那些管道自己找的住處，有些還可能比學校宿舍便宜。（補充：學校宿舍的缺點是，一旦簽約就是六個月整，並且是固定從8月初到1月底，然而實際學期開始是在8月中，結束是在12月聖誕節前，所以很多人在聖誕節後都在找方法 sublease 自己的房間，但理論上不是合乎規定的。）

簽證辦理

辦理德國的簽證可以說是交換之路上很辛苦的一個環節，光是預約辦理就要抓準時間、不斷注意德國在台協會何時開放預約。這其中還包含了幾個環節：限制提領帳戶、保險證明、校方提供出席義務證明（疫情間的特殊規定）。

就先從預約開始說起，今年遇上疫情，停止預約了一陣子，所以我從等待開放預約大概等了一到兩個月。接著，一開放預約時，很慶幸搶到所剩無幾的選擇。然而預約到後，真正的地獄才開始，從申請簽證到拿到簽證所經歷的，真的是非常崩潰的一個多月，最後才終於在起飛前三周拿到簽證。

以下是辦理簽證期間的流水帳，如果很好奇崩潰細節的可以再接著把這段看完。我預約到的時段就在我進行預約的三天後，當時各種疫情不確定性，一直不敢換匯以致於尚未辦理限制提領帳戶（德國現在一律採用此財務證明方式。在辦理簽證時，此帳戶要已經存好未來期間每月的一個規定金額 eg.我那時是每月853歐）。

後來發現可以先開限制提領帳戶（我使用的是 Expatrio 的方案，可以一起把公保辦一辦），所以就先以開立帳戶的資料以及校方的資格確認文件辦理學生簽證。然而，我還是必須在一個時限內補繳交有金額入帳證明的限制提領帳戶文件。那時銀行將帳戶打錯，遲遲未入帳還遇到端午連假，直到繳交期限的當天才確認了我的匯款，限制提領帳戶的波折終於擺平。接著又遇到德國政府要求辦理簽證者提供出席義務證明有到德國境內的必要，於是又跟學校詢問了兩次有關文件。一切尚未結束……因為疫情因素，飛機航班選擇少，在一切都差臨門一腳時，我才發現我的保險開始時間比最後一班在開學前可以抵達德國的預定航班晚一天開始（是的，就差一天）。為了拿到生效日期在該航班前的簽證，我必須更改保險資料，然後又耗了幾天……終於才把資料都確認好！現在回想起來真的是夢魘……以下就是這漫長流程的時間軸：

德國戶籍登記

順利到達德國後，還有一件事要做：anmeldung，登記該城市的戶籍。比起簽證的流程，這個簡單了一百萬倍。基本上與房東簽約或入住的時候，房東就會提供一個文件以供戶籍登記，接著只要線上預約辦理時間（提供法蘭克福的預約網址: https://tempus-termine.com/termine/index.php?anlagennr=3&anwendung=1）。然後在預約的時間，帶著房東的那張文件以及護照至該辦公室辦理。印象中是規定入境德國的三個月內要登記，我只知道如果有延簽需求被發現沒有照實登記會被罰錢，最高可能到400歐。如果沒有延簽需求的話，我就不知道會不會受到影響了。

二、學業篇

On-campus 學術氛圍

疫情期間多數德國學校只剩下 Online，而 FS 可能因為是私立學校（以德國教育來說，學生多付了很多錢），因此還是都有 Hybrid 的選擇。在前半學期，我幾乎是有到校園上課。總體而言是好的經驗，遇到的教授都還不錯，很用心教學、帶動討論並提供蠻實用的教材，像是 Case Study 或是自編講義。

我也遇到不少相當積極的學生，通常排課時間很緊、一邊實習。同時，多數同學很在意 GPA，因為會影響到他們未來的求職，所以會蠻認真上課以及踴躍發言。我在其中一堂課程是加入一個全德國學生的組別，一開始真的很緊張，尤其當他們用德文溝通的時候。不過，最終的文字和口頭報告都要用英文，問題逐漸就沒有這麼大，只要我先跟組員溝通好，還是可以充分參與討論。因為只有這個經驗，不太好下定論這是不是常態，因為也有聽到其他人沒有這麼順利或是就沒有參與。

課程感想

針對不同的課程，不同教授有不同的教學方式，當然也會有難易度之分。我選了五堂，除了德文外，我選了 International Trade & Economic Integrations 是比較偏向經濟面的討論國際貿易的必要性、優劣以及受惠與否等，期末考試直接定生死，但因為老師自己編的 ppt 很深入淺出，我個人覺得考試是可以接受的範圍。Innovation Management 蠻輕鬆的，比較喜歡的部分反而是我們自己做的報告，以訪談漢莎航空討論該組織的創新管理。Market Research 應該是對我來說一開始相對陌生的科目，主要是以 R 以及特定的統計方法來分析和行銷相關的主題與資料，算是實務、理論兼具。最後是 Consumer Behavior，看得出這堂課的老師專業的部分很足外，很會教學、很知道怎麼引起學生的討論、共鳴與思考。這堂雖然不用考試，但有團體以及個人的長篇報告。

以下表格包含我所選的課程，以及根據我自己的經驗主觀的比較，Workload 指的像是功課、報告的多寡；Learning Materials 每堂類型都有所不同，我只以是否有助於理解課程來評斷（這個項目我覺得都蠻好的）；Team Work 則是需要團體報告占比的高低，其中 International Trade & Economic Integrations 和德文是完全不需要團隊分組的；最後就是整體來說的難易度，那真的就是我個人的感受，僅供參考。

Course Name	Workload *(Light to Heavy)*	Learning Materials *(Useless to Useful)*	Team Work *(Low to High Requirement)*	Overall Difficulty *(Easy to Difficult)*
International Trade & Economic Integration	★☆☆☆☆	★★★★★	☆☆☆☆☆	★★★★☆
Innovation Management	★★★☆☆	★★★★☆	★★★★★	★★★☆☆
Market Research	★★★★☆	★★★★★	★★★★☆	★★★★★
Consumer Behavior	★★★☆☆	★★★★★	★★★★★	★★★☆☆
German	★★☆☆☆	★★★★☆	☆☆☆☆☆	X*

*In FS, you can change the level of language class in the first two weeks, so it's quite a personal decision about the level.

三、社團篇

校內社團

我建議選擇 FS 交換的人，可以加入他們的學生社團。有蠻多種類型可以選擇（學術、藝文、運動等等），多數是國際學生也可以參加的，少數才會因為語言而有所侷限。

我自己是加入 FS Venture，是比較偏學術的社團，主要也是因為很多其他社交性質高的社團在這學期也不太能辦任何活動。FS Venture 的運作方式是每週都有線上會議，大家針對某些主題交流想法並分享經驗，也會邀請外部講師分享一些德國的創投、新創環境。

校外 ESN 社群

因為今年疫情的因素，學校除了 Orientation 幾乎停辦所有活動，交換生於是常參與 ESN 的活動。而我八、九月剛來德國的時候，整體狀況穩定，戶外活動也都是合法、安全的，所以也有參加幾次河畔聚會及某些爬山、踏青之旅。其中，最珍貴的就是大家分享彼此從何而來、不經意的交流一些過去生活或是觀點的那些時刻。

四、日常生活篇

環境與交通

整體而言，法蘭克福的生活沒有我想像的難以適應，唯一無法克服的應該是氣候上有點太乾燥。其他基本的居住、交通都沒有太大的障礙，FS 校舍、宿舍就在大型的警察局旁邊，是蠻安全、清幽的一代。同時，離市區不太遠，用走的也可以到購物中心，當然搭車會更快。

而公共運輸系統上，學生證也是交通證，半年總共€200，換算下來跟台北的 1280差不多，只要帶在身上就可以在法蘭區內暢行無阻了。(RMV 涵蓋的範圍內，公車、地鐵、火車非快車，不需額外付費。) 倘若未來可以又在歐洲暢遊的話，法蘭克福也是對外交通很方便的地方，火車、飛機、Flixbus 的路線都很充足。

不過，有一點我想要跟沒有來過歐洲或是德國的人真心告誡，法蘭克福火車總站（如右圖）看起來人來人往、貌似很繁華，其實是這個城市最危險的地方。紅燈區、合法吸毒的地方都在這一代，加上火車站本來就常是遊民、毒癮者、青少年常常夜宿或是成群結隊的地方。也許會是有點政治不正確的言論，但這裡確實是治安不好、晚上盡量不要久待、能避免一個人就不要一個人的地方，我也會建議選房時可以避開。

<u>飲食</u>

在歐洲消費的每一天都比在台灣認真記帳，感受了一下法蘭克福的物價，最普遍的超商（例如提供食品類的 REWE、提供用品類的 DM），不精準的估計大概是台灣的 1.1 到 1.2 倍，也有特別便宜的選擇 (例如 Aldi、Lidl、Penny)，一周的糧食大概€20-30 就可以很滿足，但食物的品質相對不太穩定。以上都是自己料理三餐的情況，如果不自己煮的情況，飲食價格就有點難控制了，學校 Mensa 差不多€5-7，但外食不小心一餐吃到€30 也不是很稀奇的事情。

說到外食，還是要介紹幾個在地食物，第一個是紐結麵包 Laugenbrezel（英文 Pretzel)。在德國隨處可見，是很傳統的食物，也有人叫它德國結麵包。我自己第一次吃完後覺得蠻好吃的，味道鹹鹹、香香的，後來還有買過冷凍的自己烤來吃。

再來介紹道地的法蘭克福餐廳 Apfelwein Wagner，典型的飲料就是蘋果酒 Apflwein。這是非常法蘭克福的酒，交換生普遍喝完都沒有特別愛上它的味道，據當地人說，即便都是德國人，其他地區的人也未必喜歡。再來就是正餐餐點，有個很有法蘭克福特色的餐點—叫作 Frankfurter Schnitzel 的炸肉排，我自己還蠻喜歡的！旁邊通常會有 Kartoffelbrei（英文 Smashed Potato)，或是各類形式的馬鈴薯。最後就是在法蘭克福超級常見的醬料 Grüner Soße（英文 Green Sauce)，以各種菜類製成，吃起來的口感很難形容，酸中帶一點鹹甜，但還算爽口。

當然，在新鮮感過了之後，如果懷念台灣/亞洲的食物、零食，可以去亞超走走。幾家是在火車總站附近、幾家是在 Zeil 附近，每家賣的東西都有點不同，去不同地方就像在挖寶。如果

不想去火車站的話，我私心很喜歡 GALERIA (Karstadt) Frankfurt Zeil 地下室的 Go Asia Supermarket，東西多、陳列的也很整齊。畢竟買的是思念的味道，價格的話，我就沒有精打細算了！不過先打預防針，亞超去了一次真的會想一去再去，而且通常逛亞超都會有點失手，加上是舶來品單價比較高，總額高的時候會不小心一次會花到€50不等。

五、文化交流篇

Buddy 家做海南雞飯

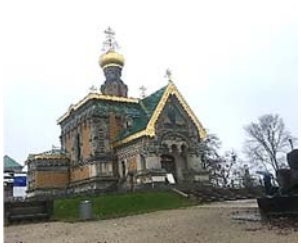
這是一個很特別的經驗，剛好 Buddy 一家人蠻喜歡亞洲文化特別是亞洲食物，也曾經有在亞洲國家生活的經驗。他們在回到德國後還會自己做亞洲料理，很厲害！於是很榮幸的我去他們家中作客時，他們做了好吃的海南雞飯，印象非常深刻。

其他飲食文化交流

來交換時的這段期間，飲食文化確實是最容易交流的部分。包含一起到 Sportsbar 看足球賽、嘗試異國食物（例如一位巴西同學介紹了不同的巴西甜點，包含網紅點心 Açaí，算是莓果類製成的優格/奶昔、以及我忘了名字的自製巧克力派），我們也有一起在韓式烤肉與義大利餐廳外食的經驗，大家會蠻認真討論怎麼吃、口味道不道地等等，很有趣。

各種教堂

交換期間還看到歐洲的各式教堂，除了外觀上很不一樣的風格，華麗的內部陳設也讓我印象深刻。如果有機會到不同地方走訪時，可以看看！



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？

無。

八、費用篇

一次性花費共約新台幣 60,000

- 簽證費用：申請 75 歐 + 自付快遞費 250 新台幣
- 來回機票：50,032 新台幣
- 學校註冊與交通票: 200 歐

每月花費約新台幣30,000 *差不多等同2020限制提領帳戶要求的853 歐

- 學生宿舍：530 歐
- 公保: TK 公共保險 100 多歐
- 電信: 預付卡 9.99 歐
- 其餘為生活費、旅費，因為疫情間都自己煮，生活費比較容易控制

九、其他

如果有任何關於這間學校的疑問歡迎從 Facebook 詢問，也歡迎來我的部落格 http://winnieineurope.com/ 看其他在德國與歐洲的經驗分享。（補充：FS 交換學生影片 https://www.youtube.com/watch?v=Wk1VS4cHU00&feature=youtu.be）