

生活報告

交換學校介紹：



因斯布魯克大學（德語：Leopold-Franzens-Universität Innsbruck）是一所創辦於 1669 年的奧地利大學，位於全國第五大城市因斯布魯克。按學生人數算，它現在是奧地利蒂羅爾州最大的大學，以及全國第三大大學，僅次於維也納大學和格拉茨大學。

選課及課程介紹：

茵斯布魯克大學的 coordinator 是 Christoph，在選課開始前，他會召集所有的交換學生講解關於選課的注意事項及選課系統。強烈建議他舉辦的所有會議都要去，否則他可能會找你約談。這邊的課程主要分為兩個部分，討論課 (PS/SE/UE/VU) 及講授課 (VO)，加起來才是一堂完整的課程。若你選擇的課程有期末考的話，要注意討論課要通過才有辦法註冊期末考，否則會連講授課也無法通過。另外，學校有一個 app 叫做 Uni Innsbruck 可以下載，若你在裡面排課的話可以直接看到整學期的課程時間，也可以看到自己是否有衝堂。這邊

的選課是用點數分發，當地的學生總共有 1000 點，而交換學生則是 2000 點，所以通常不會有選不到課的問題，但還是要仔細地分配點數給你要選擇的課程。這間學校規定的最低學分為 16ECTS，但因為政大得規定為 20ECTS，所以至少還是要修習 20ECTS。

這學期我總共選修了三堂課，最後得到了 20ECTS，以下是我的修課心得及相關課程介紹，供大家參考：

- **German I (partly A1) for Incomings (5ECTS)**

雖然這堂課的對於德文的程度要求基本為零，但不知為什麼好像很多人幾乎都有先修過德文才來修這堂課，建議交換開始前先在家稍微預習一下德文。這堂課的進度可以說是相當之快，第一堂課就開始教你如何自我介紹，上到兩、三周之後才開始教你基本的發音，而且很多時候，可能因為老師的英文比較沒那麼好，會用德文解釋德文，這個部分可能就要自行調適。這堂課的評分標準主要分為幾個部分：兩次考試、德文報告及最後的隨機兩人小組口說測驗。個人認為考試的部分都蠻簡單的，即使上課聽不懂，考前一周開始看也沒問題。報告則是介紹自己的家鄉，課本上通常有很多例句，只要上課有聽也不會太難。個人認為最有壓力的是口說測驗，因為不知道題目及組員，無法事先練習，所以必須熟讀老師的教授範圍，否則測驗時可能會腦袋一片空白。整體來說只要有在上課，這門課算是門可以輕鬆通過的課程。

- **International Economics : International Trade Theory and Policy (7.5ECTS)**

這堂課分為兩個部分，VU 及 PS。就 VU 的部分來說，由於這堂課是早八，所以幾乎沒有交換學生，絕大部分的學生都是奧地利人。但也因為這樣，我也認識到了幾位當地學生，每每下課後，他們都會願意主動帶我認識茵斯布魯克，跟我說一些我從沒聽過的奧地利知識，也算是課堂外的收穫。而課程的部分，

這堂課幾乎都是由同學上台報告老師所提供的論文，論文中參雜相當多的統計公式及迴歸分析等，而期中及期末考也都是由報告的內容出申論或記憶題，若沒有太大的興趣的話會讀得相當痛苦。這堂課評分標準為一次四人小組報告(50分鐘)、期中及期末考、課堂參與及一次的 **Intro Presentation**。若要選修這堂課的建議每堂課都要發言，因為發言分佔很重，這樣即使你的考試很低分也可以輕鬆通過。而就 **PS** 來說，由於這位老師因為個人因素，所以整學期都沒上到課，因此我也沒甚麼心得可言。雖然沒講課，但還是有考試及作業。作業的部分有兩次各佔 **25%**，考試佔 **50%**。

- **Digital Business (7.5ECTS)**

這堂課分為兩個部分，**VU** 及 **SE**。就 **VU** 而言，主要是在介紹數位平台商業模式及數位商業的分析，期中會有一次的小組報告，內容主要是研究一間公司的商業模式，並利用上課所教授的理論詮釋報告。而期末考則是全考申論題，個人覺得簡報讀熟且上課有認真討論，應該不會太難。另外，這堂課的發言分數也佔很重，建議要多舉手，否則會像我一樣期末考讀得要死要活。而就 **SE** 來說，這堂課主要是在教授 **excel** 的樞紐分析表及視覺化的呈現，期末考占總成績的 **65%**，但考試整體來說不太會刁難，都是上課學過的東西，考前再把講義複習一下即可。若考試夠高的話可以連 **python** 的 **webscraping** 作業都不用寫，算是一門比較輕鬆的課程。

生活與文化交流：

- **宿舍**：由於茵斯布魯克的城市空間非常有限，導致他們的住房供不應求，因此，建議大家在收到 **Christoph** 寄來的關於住宿的 **PDF** 後盡早申請。大部分的交換學生都是透過 **oead** 或是 **home4student** 這兩個機構來申請宿舍，而絕大多數台灣人住的地方通常都是位於 **Höttinger Au 34** 的 **Rössl in der Au**(party 宿舍)，那邊光是台灣人大約就有 **10** 位，若是比較怕生的話

可以先從台灣人開始交朋友。然而，這間宿舍有個非常大的缺點，就是時常有人會在廚房辦 party，而我很不幸地在 party 宿舍抽到廚房隔壁的房間，由於廚房與房間只隔一道牆，且外面也沒有隔音門，若有人在廚房開趴的話會非常吵，好在我的室友非常地給力，會直接前去廚房請別人安靜，才能讓我在宿舍的一學期都能睡得安穩。若你很不幸地也抽到廚房附近的房間的話，也不用太擔心，奧地利有一條法規是關於噪音的管制，每天的晚上 10 點至早上的 6 點不能夠以一些電子或音樂設備製造太大聲的音量。若有被打擾到，可以直接在宿舍群組威脅說要報警，通常開趴的大家就會悻悻然離去。

- **人口登記：**在抵達茵斯布魯克的三天內必須攜帶護照與 **Meldezettel** 前往市政廳 ([RathausGalerien1 樓](#)) 進行人口登記，**Meldezettel** 這張單子會由宿舍的管理員在你申請到宿舍後寄給你，你可以在家先印好，避免之後還要找地方印出來。印出來後再交由管理員簽名即可，若有不會填的資料也可以詢問管理員，他都會非常樂意幫助你。交換結束後，也別忘記要帶著護照去市政廳註銷人口登記，否則將來入境奧地利時可能會有問題。
- **電信：**個人是使用 **Hofer Hot** 的網卡，可以直接在 **Hofer** 超市的櫃台附近購買，並下載他的 app 後即可儲值並使用，我用的方案是一個月 9.90 歐 55GB 的方案，個人覺得非常的夠用，不過若前往奧地利外的歐盟國好像有限流量，但這部分我不太確定。要注意的是如果是第一次使用，切記一定要在奧地利開卡使用，否則會像我一樣在其他國家開卡無法使用，只好再多買一張 esim。另外瑞士是無法使用網路的。不過這家電信的缺點就是網路非常不穩定，若在高速移動的火車或是 **Flixbus** 上，通常會沒有訊號。而我只要進入德國後網路必定變得很慢，甚至收不到訊號。我有朋友是用 **Vodafone**，網路明顯快很多且穩定。但缺點就是茵斯布魯克好像沒有門

市，可能需要在慕尼黑申辦。

- **治安：**個人認為奧地利相對其他歐洲國家治安好非常多，尤其是茵斯布魯克，即使在晚上，一個人走在大街上也不太需要擔心。交換的半年來只聽過住宿舍的同學放在冰箱裡的食物被偷走而已。但記得別把在茵斯布魯克的習慣帶到其他歐洲國家，否則可能損失慘重。

交換前注意事項：

- **機票：**我自己是搭長榮的飛機直飛慕尼黑，其實慕尼黑機場到茵斯布魯克的距離不遠，若搭乘 **Flixbus** 的從慕尼黑機場直達茵斯布魯克的話大約三個半小時就會抵達，若搭乘火車的話則須在慕尼黑車站搭乘，在兩小時內即可抵達。由於 **Flixbus** 的行李件數只有一件，所以我是選擇搭火車，無須額外為行李付費。
- **保險：**若要申請奧地利簽證的話則必須先辦理申根保險，我是直接上國泰人壽官網上購買申根保險，大約 6600 元。個人覺得蠻方便的，申請簽證時只需將英文版本的保險證明印出來即可。
- **簽證：**辦簽證時會需要來回機票、申根保險證明及住宿的地方，所以這是最後一個步驟。交換一學期的學生需要 **D** 簽證，要準備的資料相當多且繁雜，不過奧地利辦事處已先將所有準備事項整理好，只需依照他們的要求將資料帶齊即可。我記得當時簽證發下來的速度相當快，差不多一個星期就通知我可以過去拿了。但我從慕尼黑回程時海關發現我簽證上的照片跟護照上的不同大小，就有稍微問了我一下。建議拿到簽證時仔細確認一下跟護照上的照片有沒有一樣及資料是否正確。

- 信用卡、銀行：在歐洲使用信用卡相當的方便，幾乎所有地方都可以刷卡，除了少數地方可能需要用到現金，例如薩爾斯堡。個人是使用玉山銀行的雙幣卡，可以在低點時先買好外幣，到時候刷卡時直接從裡面扣款，相當方便。建議可以先將信用卡綁定 **apple pay**，結帳時就不用錢包裡到處翻找，相較於信用卡較快速且安全。另外要記得先打電話去銀行開通 **Email** 接收信用卡 **OTP** 碼的服務，否則換 **sim** 卡後就無法接收到台灣的簡訊了。至於銀行的部分，個人是沒有在歐洲開戶，不過若很常出去玩且需要時常轉帳的話可以使用 **Revolut**，如果只是個人需要付錢的話我覺得信用卡就夠了。