

學海飛颺交換心得

從沒有機會離開舒適圈，到走進德國的大門，這次交換真的擴展了我的視野。一切都是那麼新鮮，讓我不斷驚嘆。德國的風景，城堡、教堂、博物館，每一處都充滿了歷史和美麗。雖然之前升上大學我從台中到台北讀書也算跨出舒適圈，不過畢竟還是在相同的文化語言背景之下，不會感到那麼需要去調適。

在德國的交換生活中，我面臨了一個挑戰，那就是語言隔閡。初到德國時，聽不懂周遭人的語言，結帳時也聽不懂櫃台人員和自己說什麼，這讓我感到相當的窘迫和無助。然而，這樣的困境也促使我意識到我不能任憑自己一直沉浸在這個負面的情緒中。

為了克服這個障礙，我開始學習更主動地與人交流，儘管有時候可能會感到局促和不自在。我學到了要先願意付出，去表達自己的善意和誠意。透過與他人的交流，我發現當我願意主動付出時，對方也會感受到我的誠意，並給予我積極的回饋。

我記得有一次，在一個德國的咖啡館裡，我嘗試與當地人交流，雖然語言不通，但我用手勢和微笑表達了我的善意。結果，他們也以同樣的熱情回應我，讓我感受到了一種跨越語言隔閡的溫暖和連結。

這段寶貴的經歷讓我明白到，無論身處何地，溝通和建立關係都是非常重要的。即使語言不通，只要我願意主動付出，用心去交流，就能夠跨越語言隔閡，建立起美好的關係。這讓我更加堅信，人與人之間的溝通是無國界的，只要我們願意打開心扉，就能夠建立起真誠而美好的連結。

除此之外我也提升了我的軟實力，一個人在他鄉過生活，有的更多是自己的時間，如何跟自己相處，尋找自己的意義，我也因此花了更多的時間挖掘自己並認識自己，我覺得這些經歷都是很寶貴的。在德國的交換生活中，我更學到了溝通的重要性，並且努力突破了自己內向的性格。我意識到，要克服障礙並取得進步，需要更主動地尋求他人的幫助以及引導，而不是埋頭苦幹或過於自信地以為自己能獨立完成所有事情。

在德國，我發現德國人對於求助是持開放態度的。他們不認為需要幫忙或是有問題提問是一件可恥的事情，反而會樂意伸出援手。因此在生活中當我遇到事情或是課堂中有不懂的地方。有困難或需要指導時，我會毫不猶豫地向他人尋求幫助，而他們也會很樂意給予我支援和建議。這種開放和直接的溝通方式讓我感到十分舒適，也讓我更加放心地表達自己的需求。

相較於在台灣時，我常常會因為顧慮太多而不敢主動開口或直接提出要

求。但在德國，我學會了直接而坦誠地表達自己的想法和需求。我意識到，只有當我勇於表達自己，才能夠得到他人的理解和支持。因此，我開始積極地發言和提出要求，並且發現這樣的溝通方式更加高效和直接。

這段寶貴的經歷讓我深刻體會到了溝通的重要性，以及直接而坦誠地表達自己的需求是一種積極的行為。我相信這樣的溝通方式不僅能夠幫助我解決問題，更能夠促進與他人的理解和和諧相處。因此，我會繼續努力，保持開放和直接的溝通風格，並不斷提升自己在這方面的能力。這段時間，我也發現了德國人的善良與包容。他們不僅樂於提供幫助，也願意與來自不同國家的人交流。在宿舍裡，我的德國室友經常詢問我是否需要幫忙，並且樂意在生活上給予我支援。這種友善和溫暖的氛圍讓我在異鄉感到更加溫暖和安心。

而由於這次剛好碰到冬天，冬季的德國對我而言更是一個全新的體驗，我第一次見到了雪，也愛上了雪覆蓋大地和屋頂讓一切都變成白色的氛圍，感受到了冬日的美好和寒冷。這段時間，我學到了如何應對不同的氣候，以及如何享受每一個季節的美好。

在德國體驗到耶誕文化是一個絕佳的時刻，特別是在感受到家庭團圓的溫暖和幸福。在這個節日季節，德國的每個角落都充滿了節日的氣氛，而最令人期待的莫過於與家人共度美好時光。

耶誕節對德國人來說是一個極為重要的節日，他們會花費許多時間準備和慶祝這一天。一個全家聚在一起的場景，充滿了歡笑和溫馨。我在德國的耶誕節裡，看到了家庭成員們圍坐在一起，共同準備美食、分享故事、互贈禮物的場景。這樣的場景讓我深刻體會到了家庭的重要性和溫暖，讓我不僅感受到了德國人對於家庭的珍惜，也深深感受到了這份溫暖的力量。

在德國的耶誕節裡，我也參與了許多地方的耶誕市集，那裡充滿了美食、飲料和節日氛圍。而最令人難忘的莫過於在市集裡與當地人一起享受節日氣氛，感受到他們慶祝耶誕節的熱情和快樂。這些經歷讓我更加深入地了解了德國文化，並感受到了他們對於傳統價值和家庭聚會的重視。

總的來說，我在德國的耶誕節裡不僅收穫了美好的回憶，更深刻地體會到了家庭團聚的重要性和幸福。這段寶貴的經歷將永遠留在我心中，並成為我對德國文化深刻理解的一部分。

分享短片連結：<https://youtu.be/svgmdPIIZVg>