

靜宜大學出國研修學生心得報告書

- ◇ 此心得報告書須在回國兩週內繳交，請寄至411ifamily@gmail.com
- ◇ 411遊留學中心確認收到本心得報告書後始能抵免學分

姓名	曾暄惠	日期	113年 12 月 27 日
班級/學號	411012250		
研修管道	☒ 交換學生 ☐ 語言學校 ☐ 雙聯學制		
研修國家/學校名稱	美國 費率遜大學		
研修期間	113年 8 月至 113年 12 月 ☒ 一學期 ☐ 兩學期		
1. 在國外研修期間的花費共_____688490_____台幣 (學費_____0_____元、機票_____58046_____元、住宿、膳食_____279212_____元、 保險_____7232_____元、其他生活費_____344000_____元)			
2. 在國外研修時的住宿是 ☒ 學校宿舍 ☐ 外面租屋 ☐ 寄宿家庭			
3. 學校 ☐ 有 ☒ 沒有 學伴制度			
4. 國外研修期間共修了__4__堂課、共__12__學分			

※心得報告--1,500字以上，包含以下內容

Felician University是一所位於美國紐澤西州的私立大學，是一間小型規模的學校，不管是學生人數以及校園面積都相對其他學校較小，但也因此學生之間能有更多機會互動。學校有兩個校區，車程約十五分鐘，有校車接送學生往返。學生宿舍是在Rutherford校區，基本上國際生都是住在milton court雙人房，每個房間都有冰箱跟微波爐，廁所跟浴室是兩間房間共用一間，我覺得宿舍雖然小但是基本配備都有。學校食堂就在宿舍對面，可以刷學生證進去吃飯，一周能吃19餐，進去可以選自己想吃的。另外，學生證裡有100美金是可以在學校的星巴克使用，校內星巴克跟校外的品項比起來少很多，不過想喝咖啡時也是個選擇。食堂樓上就是健身房，只要是營業時間都可以直接進去。在Lodi校區也有一個食堂，所以在那邊上課也不用擔心午餐。此外，學校也有快遞室代收包裹跟信件。整體來說環境是很好的，學校附近也都很安全。

Felician因為學生人數比較少，基本上都是偏小班制，我覺得這樣的模式能讓學生更專注，老師也更能關心到學生。這學期我選了四門課，我覺得對我來說比較有挑戰性的就是社會學，這堂課的老師很希望大家能夠踴躍的發言討論，因為課堂上會提及很多社會議題。我常常會在發言前思考比較久就會錯過很多機會，因為班上有特定幾位同學總是很快地回答，但老師人也很好，偶爾會主動點一些比較少機會發言的同學。而有幾次老師會主動點我回答是因為我是班上唯一的亞洲學生，她希望大家能聽聽看來自不同地方的觀點，我覺得很有趣也很感謝老師讓我有分享的機會。另外在英語文學的課，老師常常在上課分享詩集或作品後請大家發表感想，或是讓我們自己找相關的作品跟大家分享，這堂課因為學生不多，所以大家都能更專心的聽每個人講話。我在這堂課的發言經驗中獲取了許多成就感，因為即使你的觀點與老師不同，他還是會認真的聽且試著從你的角度去思考並給予很多正面的回饋。我在靜宜大學上文學課曾經遇過一兩位老師因為跟他們想法不同而否定你，所以我還記得第一次在這堂課分享的時候我很緊張怕我講錯，結果我發現這位教授都很尊重每個人，讓我感到很欣慰也覺得自己的看法是有被重視的。還有一堂有趣的課是聯合國歷史，老師很仔細地在每堂課介紹關於聯合國是如何組成的以及內部分工和發展，最後接近期末還帶全班一起到紐約聯合國總部參觀，因為老師之前是在聯合國工作，所以我們還去了一些一般觀光客無法進入的區域，覺得非

常幸運。最後有一堂英文作文課相對來說就比較無聊一些，但是教授也是人很好，他教了很多不同形式的寫作技巧，有一些是我在台灣從來沒學過的覺得很神奇，有不懂的他都會樂意幫忙解答，而這堂課讓我發現其實連當地學生也不是人人都擅長寫作文，他們可能只是在口頭發表得時候比我們流利，所以我就不會給自己太大的壓力怕跟不上大家。在課內學習的方面，我體驗到了國外的教學方式有別於亞洲的填鴨式教育，尤其在美國大家都很尊重每一個人的想法，讓我在課堂上學習的時候能比在台灣上學更快樂一些，這是讓我蠻意外的一部份因為我在出發前其實非常擔心自己跟不上國外的課業，幸好一切都算順利結束。

因為學生人數不多，又住在學校宿舍的話基本上每天都會見到熟悉的面孔，這也讓大家能更有機會認識彼此。學校的課外活動辦得很多元，從我剛落地就有連續四天的新生活動，是認識新朋友的好機會，我記得有那種烤棉花糖的營火晚會大家一起看戶外電影，然後有一天晚上有校外餐車跟幾個充氣溜滑梯那種的設施，然後也會聽一些宣導講座之類的。在開學前一兩周的周末學校還開校車載有需要的學生去超市賣場(target跟walmart)買日用品。我也參加過學校組織免費帶大家去紐約的911歷史博物館參觀，也帶大家去學校附近的購物中心American Dream，或是到比較遠位於紐約州的woodbury outlet，這些活動讓想購物逛街的學生省下了交通費。他們也組織過免費去華盛頓DC兩天一夜，可惜這個我剛好有事情沒機會參加到。除此之外，在美國過節日活動也是不能少！每逢萬聖節、感恩節以及聖誕節都有一系列的活動。我最喜歡的就是萬聖節去了鬼屋，還有聖誕節的小餐會，可以唱歌，有免費食物，還有拍貼機可以跟朋友留下美好的回憶。雖然我們是小學校，但可以感受到學校非常用心的在辦這些活動。最重要的是，透過這些活動，我們可以認識新朋友，就更有機會能練英文口說。Felician University的地理位置非常好，學校附近有走路可以到的小鎮，鎮上有銀行、郵局、餐廳、火車站等等，生活機能以美國來說算很不錯。最重要的是學校鄰近紐約市區，在學校附近搭乘公車跟火車都能到達，我自己是都搭乘公車去因為站牌離學校更近，車票單趟是5塊錢左右。因為去紐約很方便，我常常一周去兩三次，想著要趁交換學生短短的時間可以多走走。我也在假日跟節日和朋友去了波士頓、芝加哥以及華盛頓DC。我認為旅行是能夠增廣見聞最好的方式，而且跟朋友自己自由行就也能學會自己安排規劃的技能。在美國生活就是要靠自己，例如要辦銀行卡開戶等這種就是要會自己去和行員溝通甚麼的。基本上大家都是友善的，我認為東岸是一個文化大熔爐的地方，大家都能互相包容，但是要是真的遇到態度不佳的甚至會影響自己的權利的事情，也是要靠自己去溝通爭取，這也就是一個學習獨立很好的機會。

整體來說，我還蠻推薦Felician University，因為在美國大家可能會擔心一些問題，像是生活機能、交通以及治安。首先生活機能是很不錯的，離紐約近，只要是喜歡大城市的人完全不用擔心無聊，學校離紐瓦克機場也近，搭uber約30分鐘。而我自己機票是買飛到甘迺迪機場的，搭uber約一個多小時(要注意紐約幾乎每天都塞車，去機場一定要提早)雖然從甘迺迪搭uber比較遠也貴，但是我覺得身上帶大件行李這是最安全且快速的方式，在美國叫車一定要用uber或lyft以免被坑錢。(綁信用卡付款或者apple pay等可以在台灣先綁好，以免到當地收不到台灣簡訊驗證碼)買機票也要跟學校確認好入宿時間以及最晚離宿時間，不然學期結束想繼續留幾天玩就要自己找住宿。治安方面的話，學校附近都很安全，但是晚上還是盡量結伴行動以防萬一。紐約白天的話我覺得也還好，我很多次自己行動也沒事，但也是能結伴最好，尤其晚上，然後就是在搭地鐵時要比較注意。通常每個城市或地區都會有比較亂的地方，可以打聽一下或網路查，尤其去到其他城市旅遊要做好功課不要誤入治安不好的地方，大眾運輸不方便就叫車是最安全的，我其實自己跟朋友出門都是叫車比較多，但是看每個人習慣不同自己斟酌，出門在外要有安全意識就好。

出發前要自己主動跟校方國際處聯繫處理一些像是選課、繳費跟繳交一些資料的問題，當一收到i20就趕快去預約簽證面試，千萬不要拖以免來不及，網路

上有很多人分享美簽注意事項可以參考。還有比較複雜的是體檢表，我記得台中只有兩家醫院能做美國的體檢，我是去台中醫院體檢加打疫苗，也跑了兩三趟才全部完成，所以也是要盡早因為醫院常常人很多。

我很感謝能夠有這個機會讓我到美國去學習以及體驗生活，雖然美國消費真的不低，但不會後悔做這個決定，我個人認為交換學生是一個很好的機會，因為你不是單純去旅遊，而是主要去外國的大學上課學習然後利用課餘時間出去增廣見聞，是可以完全融入當地人生活的那種感覺，絕對是一個比任何形式出國都更好的體驗。我從小就一直很想去美國，直到現在出國回來還是覺得在那邊生活的每一刻都很珍貴很值得，希望能幫到想去美國的人！



