

國立中興大學交換學生赴國外研修計畫  
心得報告

姓名	賴○瑜	學號	-
性別	女	就讀本校系所	財金系三年級
研修學校	美國加州大學戴維斯分校	研修系所(學程)	Global Study Program
研修學校獎學金補助經費	無	實際教育部/本校補助經費 (領取者填寫)	新台幣 120,000 元
實際花費金額 (新台幣)	學費：約新台幣 220,000 元 學雜費：約新台幣 45,000 元 住宿費：約新台幣 70,000 元 (住宿類別：校外公寓) 生活費：約新台幣 110,000 元 來回飛機票：約新台幣 52,000 元 合計：約新台幣 497,000 元		
國外修讀學分數	12	薦送學校採認學分數	
實際出國日期	03/12/2022	實際返國日期	06/26/2022

心得內容(1000-1500 字，請附照片 1~3 張，至少含上課照片 1 張)

### 1、緣起

從學習英文開始就覺得一定要到美國看看，感受沐浴在英語環境裡的感覺，也體驗大城市的風光，而且升大學時就想到國外就讀但沒有如願，因此知道中興大學有交換計畫時就決定試試看。去年二月初準備申請相關文件大概花了三個禮拜到一個月，六月初確認申請上了之後著手獎學金的申請，最後也順利申請到獎學金。

### 2、研修學校簡介

加州大學戴維斯分校坐落於加州首府沙加緬度車程約半小時的大學城—戴維斯中，主要居住者以戴維斯的學生和老師為主，居住環境相對單純也蠻安全的，適合擔心治安的同學前往。戴維斯分校在農業方面的表現為世界排名前三，校內有許多不同種類的動物，可以在課餘時間去看看動物放鬆心情。學校也有很多資源，例如用學生證就可以免費搭乘的公車以及免費的校內健身房。學校的佔地面積很大，如果有練績兩堂不同地點的課程建議騎乘腳踏車。

### 3、國外研修之課程學習(課內)

#### 1. Presentation, Communication and Collaboration(演講、溝通與合作)

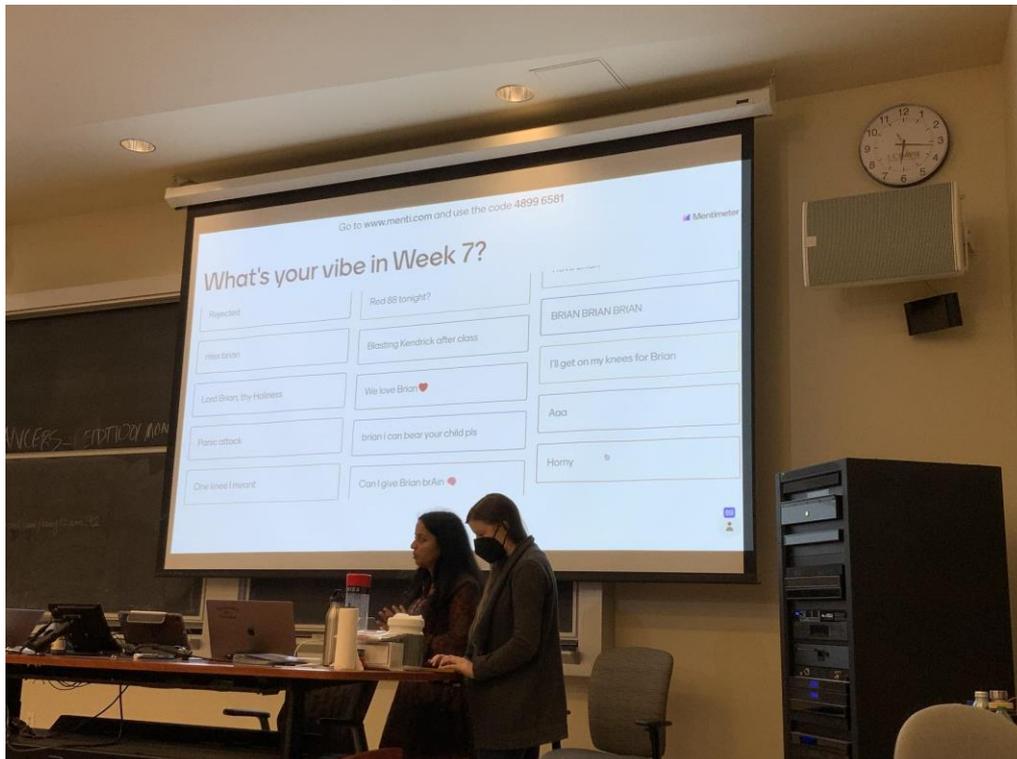
這門課的學生主要以交換生為主，老師是一位演員且上課方式很有趣，幾乎沒有任何紙筆上的作業或任務。每堂課一開始老師都會帶大家圍圈作互動遊戲，布置的作業也很多元，比如介紹自己的科系或創造一個新產品並設計廣告詞和歌曲等，期中期末都沒有考試，只要上課都有出席、課程中都有認真參與，交辦的作業也都有完成，想拿到高分絕對不是問題。期末的 assignment 也非常有趣，可以看到每個組別嘔心瀝血後的大作，很推薦交換生們來訓練口語和表達能力。



↑ Final Assignment 結束後所有學生跟老師一起合影

## 2. Technology Management(科技管理)

雖然課程名稱叫科技管理，但內容跟科技沒有太大的關係，主要圍繞在如何讓你從人群中站出來，針對 Personality, Motivation 和 Ethics 等許多不同的主題做討論，課前需要閱讀文章並分享自己的看法，但作業及課堂的壓力不會很大，反而能透過討論獲得很多新想法，課堂中與老師的討論就像跟朋友聊天一樣，課程氣氛很輕鬆。課程前幾天的 creativity 活動也非常有趣，想跳脫在台灣的上課方式及氛圍的人可以選擇這門課。



↑ 每次課堂一開始老師都會和大家聊聊這周過的怎麼樣

### 3. Financing New Business Ventures(新企業融資)

這門課的內容類似於財務管理，課堂裡有本身就是經濟相關專業的學生，也有非金融專業的，因此每個觀念都會從頭開始說，適合想接觸財務觀念但沒有基礎的同學。課程內容中財務報表的編制佔很大一部份，也需要閱讀融資、投行相關的文章，學期分數由每個禮拜的小考成績、團體報告、data case 和期末考成績組成，平時都要跟著課堂進度複習並完成功課才不會在期末時手忙腳亂。這學期都是線上授課，整堂課都會錄影而且所有 lecture 跟助教課都可以在網路上重複觀看。

### 4、 國外研修之生活學習(課外)

#### 《交友、旅遊》

開學前幾天 GSP 會辦一場 orientation 帶我們了解學校平時的運作並介紹校園，那天會見到大部分的交換生。雖然 GSP 在學期中也會舉辦一些活動，但之後大家上的課都不一樣就很難見到所有人了。當天我認識了一群來自中國的同學，之後幾乎每個假日大家都會一起出去玩。對在美國的交換生來說，自己租車算是相對方便且便宜的方案，一開始我們出門都搭 Uber，但累積下來車資真的蠻貴的，後來一群人一起租車，分攤租車費跟油錢真的划算很多，雖然美國最近油價真的很貴，但還是比趟趟都坐 Uber 便宜不少。學期中的假日我們沒事就會到處晃晃，去了舊金山、Six Flag 遊樂園跟優勝美地等，也在 downtown 看了電影吃了烤串。因為一個 quarter 時間真的不長，期中考和期末考相隔的時間也不多，也有一些課有不只一個期中考試，因此很建議大家假日沒事多出門轉轉。

學期結束後我和朋友們一起去了拉斯維加斯、大峽谷、洛杉磯、華盛頓 DC 和紐約，從學期結束一路玩到回台灣前兩天，因為當初訂的是來回機票，結束課程後的遊歷時間只預留了兩個多禮拜，所以能去的地方不多，但也算是把幾個旅遊熱門城市轉了一輪，以後有機會再把沒機會去到的城市跑完。



↑ 優勝美地和紐約自由女神像

## 《煮飯》

美國食物本身就不便宜，所有消費還要加上各州的稅，很多餐廳也會要求小費，所以在美國我除了跟朋友聚餐或去其他城市遊玩，幾乎不會外食。雖然常見的 Uber eat 和 Doordash 可以提供熟食外送服務，但食物本身的價錢加上稅，還有給司機的小費、油錢跟一些有的沒的費用，結帳時會發現貴了十幾二十美元，訂了一次就訂不下去了，真的對不起荷包。後來朋友介紹我一個專門販售生鮮雜貨的外送平台叫 Weee，上面有非常多亞洲食物，蔬菜、肉類、泡麵、醬料應有盡有，食材品質都有一定水準不太會踩雷，而且只要滿一定金額就免運費幫你送到家門口，包裹到達也會傳訊息提醒你去拿，真的非常方便。我大概平均兩個禮拜會叫一次，其他時候也會到公寓附近的超市採買一些水果或蔬菜，自己煮飯便宜又健康。



↑這些都是平常在家自己做的，每天都超期待吃飯時間~~

## 5、 研修之具體效益(請條列式列舉)

### 1. 語言能力進步

所有課程都是全英文授課，英語很難不進步，加上美國的課堂很鼓勵大家多多發言，因此能聽到很多同學發表自己的言論，對訓練聽力有很大的幫助。教授的英文普遍來說較貼近台灣學生從小學習的美國腔，且在課堂中教授為了讓每位同學都能聽懂因此語速較慢，但若是私底下的小組討論或是和其他外國同學交談則更考驗英文聽力。還記得在科技管理課程當中第一次和其他九個小組成員聚在一起開會，大家你一言我一語的發表意見，不同的口音加上語速都很快，非常聚精會神地聽也不一定能完全聽懂，第一次結束討論整個人像被抽空一樣鬆了一大口氣。大家的閱讀速度也都非常快，雖然身為母語學習者英文聽讀速度快不足為奇，但也讓我提醒自己需要多接觸英文才能追上他們。

### 2. 適應能力變強

UCD 的 quarter 制度不像台灣是 18 周的 semester 制，所有的課程要在 10 周內上完，通常第 11 個禮拜是期末考周。因此從開始接觸課程、逐漸熟悉，到結束整個課程的時間很短，不論是課程內容還是與組員的磨合都沒有太多時間，因此很考驗適應力，需要在一次次的團體作業中適應不同組別的工作模式並分工合作在短時間內完成報告。在台灣通常一個團體報告有將近一個月的

時間可以作業，但我在美國的課堂中所有團體報告都是一個禮拜內要完成，因此效率格外重要。在「演講、溝通與合作」中不同作業合作的組員都不同，所以如何在短時間適應和不同人共事並熟悉新組織的運作也是一大挑戰。經過這十周的課程，我越來越能在短時間熟悉並適應和新的團體合作。

### 3. 更獨立自主

從交換名額和獎學金的申請、所有的行前準備，到在美國的生活大小事幾乎都是自己處理的，不僅事事能想得更周到、隨機應變的能力越來越強、待人處事更加圓滑，也越來越習慣一個人獨處，遇到事情一個人處理。

### 4. 廚藝突飛猛進

在台灣時很少做飯，但在美國為了餵飽自己開始嘗試各式各樣的菜色，有時候煮義大利麵，有時候吃紫米配幾道小菜，也煮過番茄牛肉湯跟蘿蔔玉米湯，只能說煮飯這種事只要願意嘗試就會越來越進步。

## 6、 感想與建議

第一次到美國真的很新鮮，走在街道上聽著路人嘖嘖喳喳的談話聲和車水馬龍的喧鬧聲就覺得很幸福。因為是第一次到英語系國家，語言和文化對我來說都是第一次接觸，剛開始面對熱情的問候會有些卻步，也不知道該如何應對，但習慣以後在 Uber 上也可以跟司機愉快的聊起來了。

對於要來美國交換的同學們，建議在來之前多多接觸英文，不論是看文章或聽廣播都好，不然實際來美國並開始上課之後才覺得語言方面跟不上會需要多花很多時間補足。學習上輕鬆一點，才能花更多時間交新朋友、體驗生活。另外，建議大家可以找個有興趣的社團加入看看，因為大部分美國學生課堂結束後就會馬上離開，所以參加社團是認識美國當地學生一個很好的管道。不過類似社團博覽會的招生好像在秋季班，也就是一個學年剛開始會比較多，春季才要去的同學可能要自己上網找找資訊，或看看有沒有認識的朋友本來就在那個社團裡。

去一趟美國不容易，大家應該都會想到處玩，所以想離開加州遊歷的同學買回程機票的時候可以多預留一些時間。我的中國朋友們大都是來美國才購買回程機票，但我自己是怕會有變數，也因為提前買往返機票比較便宜，在出發之前就決定好甚麼時候回來了。不過後面幾天大家在其他城市還有旅遊計畫，我就因為要回國了沒辦法繼續一起玩，真的蠻可惜的。

安全方面也絕對不能馬虎，雖然戴維斯真的挺安全的，流浪漢不多，但其他城市就完全是另外一種樣貌了。還記得我到洛杉磯的第一天就被來要飯的流浪漢嚇的不輕，尤其 downtown 的整條街邊都是流浪漢的帳篷，朋友也曾經在地鐵上被吃著大麻巧克力的流浪漢乞討，因此在洛杉磯行動建議租車或搭乘 Uber。舊金山也不惶多讓，有些區域真的蠻危險的而且街道都充斥著大麻味。我們在美國的這段期間各地(包括沙加緬度和紐約)都發生過槍擊案，走在路上要比在台灣稍微警覺一點，有些地區也要避免在太晚的時間出門，若要旅遊建議三人以上結伴同行，女生也不要單獨行動，如果可以也建議隨身帶著防狼噴霧(蝦皮上面買的到)，不過要注意，如果要搭乘飛機必須放在托運行李不能隨身帶上飛機。

總結來說，美國讓我又愛又恨，它的城市比台灣還要摩登，自然風光都是讓人心曠神怡的大山大水，人跟人之間的相處蠻舒服的，沐浴在全英的環境也讓人有種幸福感；但是很多地方的治安不好，走在街道上總覺得自己身處危險當中。日常尤其是飲食也比台灣貴上好多，加完稅跟小費往往已經比台灣貴上兩倍左右，食物種類也不那麼符合我的飲食習慣，東西份量較大熱量也較高，晚餐時間過後餐廳都休息的差不多了，肚子餓也只剩下便利商店。往後會比較偏向來短期旅遊或學術交流，不會想長時間的居住。但不可否認的是，這趟美國之旅不虛此行！

\* 請於返國二個月內將本報告繳交至 oia@nchu.edu.tw