

# 學海飛颺學生出國研修心得報告

107 學年度

世新大學

新聞系碩士二年級

阮巧雯

研修國家：美國

研修學校：University of Wisconsin- River Falls

國外研修成績：GPA3.3

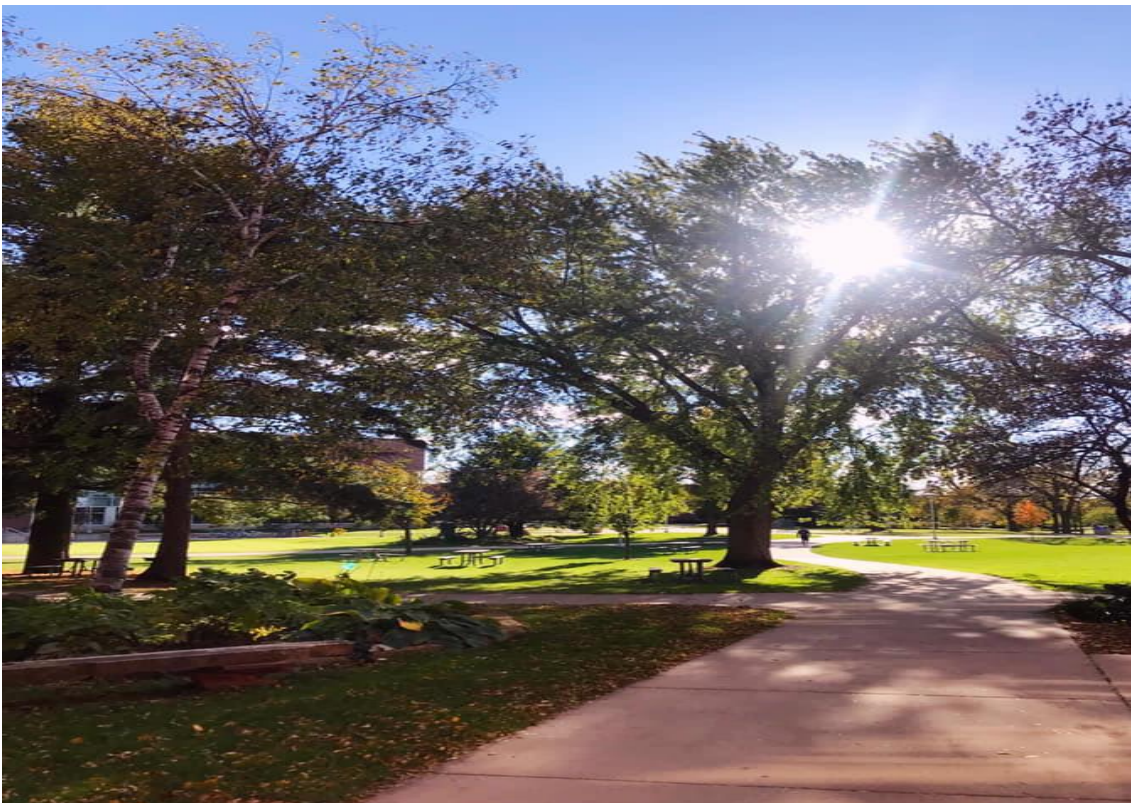
## 一、緣起

在碩士一年級下學期，我選擇前往美國交換半年，雖然有完成論文的壓力，但是我知道，完成論文畢業，緊接著工作後，就很難有機會去國外讀書。如果不趁現在還年輕，為自己勇敢一回，以後就再也沒有機會了。而這次出國不僅僅只是為了體驗美國生活及文化，更是為了增進自身的英語能力，畢竟語言想要進步，環境非常重要。於是，半年的美國交換生生活，就這樣開始了。



## 二、研修學校簡介

這次前往交換的學校是成立於 1874 年的美國威斯康辛州立大學河瀑分校 (University of Wisconsin – River Falls)。此所學校的農業系非常有名，這所學校的教育科系也很出名。UWRF 座落於一個環境非常清幽的小鎮，空氣清淨，讓人遠離城市喧囂。



三、國外研修之課程學習（課內）

跟台灣不一樣的是，課程可以選跟自己主修完全沒有相關的。我在台灣的主修是新聞系，雖然在 UWRF 我選擇的主修也是新聞系，但課程我卻選了一堂溝通課程，一堂西班牙文課，以及兩堂增進英語能力的 ESL 語言課程。建議大家，在選課之前先上 UWRF 網站看看各系的課程內容，到了選課當天，學校會依你有興趣的課程及主修分配一位一對一的 advisor，針對你個人興趣及想法建議你該選什麼課，所以有很多學生選的課都是不同科系的。而我覺得最棒的是，如果你想跨領域或是嘗試以前完全沒有涉略的課程，advisor 會介紹基礎課程讓初學者更好開始。

我非常喜歡我選的這四門課程，溝通課的老師每堂課都設計不同的活動，要求學生一定要跟彼此互動，要求每位學生每堂課都

必須開口講話，對於跟一群美國人上溝通課的我，在口說上真的進步很大。美國教學方式跟台灣非常不一樣，這邊老師上課不會帶同學讀課本，他們上課內容大部分都是與同學討論以及內容延伸，所以課前預習是必要的，如果你不預習，上課會跟不上大家的腳步。



每天晚上都會跟同學們一起讀書

#### 四、國外研修之生活學習（課外）

我參加是秋季班，秋季班正好是一個美國節慶非常多的時候，而 UWRF 非常注重國際學生 program，所以到了這些國家節慶，學校都會安排活動，讓國際學生們更能體驗美國文化。雖然我沒有寄宿家庭，但是我認識了一位來自泰國的妹妹，她邀請我一起與她的 Home 爸 Home 媽一起慶祝聖誕節，到回國後，我跟他們依然保持聯絡。



除了這些國家節慶，學校的運動賽事也很多，我就去了人生中第一場美式足球賽以及冰

上曲棍球賽，真的好刺激！



UWRP 的吉祥物 Falcon

除了運動賽事，學校還會舉辦很多好玩的活動，其中最讓我印象深刻的是 Goat Yoga，沒錯，就是跟山羊一起做瑜伽！這些都是在台灣學校不會舉辦的活動。



而國際學生處也會每兩週就舉辦活動，帶國際學生們出鎮，因為大部分的國際學生都沒有車。有一次就帶我們去學校旁邊一個小鎮坐快艇遊湖，真的好漂亮。



##### 五、研修之具體效益

雖然只有短短一個學期，但是在美國必



須要天天講英文，所以英語的聽、說、讀、寫能力明顯進步很多，特別是聽與說。每個月我的美國室友都跟我說，我覺得你的英語又比上個月更進步了！



感謝我的室友天天陪我聊天 練習口說

除了英語能力上的進步，我也擴展了國際觀，以及我的人脈。這半年不單單只是體

驗了美國文化，更是了解許多國家的文化，因為身邊有來自許多不同國家的家紀學生，雖然大家都用英文溝通，但來自不同國家的人講話與思維模式都各有其特色，非常有趣。但最寶貴的是大家離開美國後，都還是保持聯絡，這來自世界各國的友誼是無價的！

## 六、感想與建議

### （一）建議

#### 1. 生活用品

就如前面所述，這所學校坐落於一座環境非常清幽的小鎮，沒有任何大眾運輸交通工具，所以沒有車基本上是出不了鎮。學校附近有一間賣場，但習慣用亞洲生活用品的人，還是要自己準備齊全。在這邊建議大家熱水壺跟快煮鍋是必備！特別是熱水壺！美國習慣喝冰水，連飲水機的水也是冰的，冬天也還是喝冰水，想喝熱水必須要有熱水壺。

## 2. 現金、信用卡

美國人習慣刷卡，信用卡或是 Debit card。抵達學校後，在一天的 orientation 學校會詢問國際學生們要不要辦銀行帳戶，學校內就有一家 First National Bank，開戶後，你會有一張 Debit Card，我覺得 debit card 非常好用。我是帶了現金然後開戶後全部存

在裡面。我也建議大家帶一張信用卡以備不時之需。

### 3. 台灣特色小禮品

這個不是必備，但有帶的話可以當作國民外交。我在那邊認識了許多美國人還有來自不同國家的國際生，他們人都很好，都會做甜點或是送我一些他們自己國家的小禮物給我。所以我很慶幸還好我有帶很多台灣零食，剛好可以當作回禮，在特別節慶時我也可以當作禮物送他們。

#### (二) 感想

我很高興在這短短半年內完成我來美國交換的目標，增進我的語言能力，但除了增進我的語言能力外，更讓我感到開心的是我在這所體驗的人事物。離開了自己的舒適圈，才能靜下心與自己溝通，而更了解自己要的

是什麼。

