# 世新大學

# 赴外交換計畫報告

## 基本資料

### 學生資料

| | | | |
|---|---|---|---|
| 姓名 | 陳妤蒨 | 交換校名 | JUNIATA COLLEGE |
| | | 校區（若有） | |
| 原就讀系所 | 口語傳播暨社群媒體學系 | 交換系所 | Communication department |
| 前往國家、城市 | 美國 | 赴外學期 | 2023 至 2024 （請點選） |

### 交換資料

| | | | |
|---|---|---|---|
| 出入境日期 | 出境: 2023 年 08 月 15 日<br>入境: 2024 年 01 月 6 日 | 赴外共 144 日<br>修課期間約 122 日；旅遊約 22 日 | |
| 交換校獎學金： | ○ 焰<br>◉ 曳<br>(請點選)約_____新台幣 | 該獎學金概述(名稱?名額?申請手續?) | 無 |

| 交通 | 課程 | | |
|---|---|---|---|
| 航班抵達後，如何到達姊妹校？ | 總修讀學分數 | 14 | |
| 姐妹校有專車來機場接送 | 必修學分數 | | |
| 簡述姊妹校周邊的大眾交通運輸 | 世新抵免學分數 | 2 | |
| 周圍無大眾運輸工具。沒有 Uber，多以開車為主要交通方式。 | 選修課程清單 | 1 | Art of public speaking |

| 姊妹校住宿 | | | |
|---|---|---|---|
| 住宿約略費用 | 該校免住宿費 | 2 | Language in motion |
| 室友身份 | 英國人（同為交換學生） | 3 | ESL reading |
| 每房住宿人數 | 2 人 | 4 | Group communication |
| 宿舍設備 | 床墊、書桌 | 5 | Intro to storytelling |
| 建議攜帶物品 | 生活用品、盥洗衣物、筆電（剩下的建議到美國當地再買，學校會統一帶學生到超市購買生活必需品。） | 6 | |
| 整體住宿約略說明 | 宿舍很乾淨，但是是雅房所以廁所在外面，要跟同一層樓的同學共用，但是整體住宿很舒服乾淨。 | 7 | |
| | | … | |

| | |
|---|---|
| 交換期間生活花費 | 抵達首週約____新台幣；平均每月約_____新台幣；共約__45 萬____新台幣 |

**（請接下頁）**

# 交換心得

一、**本心得表格完成後不需繳交紙本，僅需將檔案轉換為 PDF（上限 1.9MB），傳送至承辦人員信箱。**

二、請自以下四種心得形式中擇一呈現即可

三、選擇第一、第二或第三項呈現方式者，必須公開線上檔案三年以上，且需同意因而附隨之部落格、粉絲專頁、帳號或信箱等個人資訊之公開。

四、請同時繳交非專屬授權同意書（親簽之紙本），同意主則單位基於交換生計畫或其他校內業務所需合理使用心得內容。

| 形式 | 規定 |
|---|---|
| 一、影音呈獻 | Youtube、個人影音社群等交換心得分享，總時長應超過 15 分鐘。 |
| 連結網址： | |
| 二、文字呈現 | 個人部落格，總帖數應多於 5 篇，每篇皆應多於 300 字且附圖。 |
| 連結網址： | |
| 三、文字報告 | 直接鍵入於下表，需達 1500 字以上，需附至少 10 張照片並說明內容。 |

## 關於學校

很開心這次到美國當為期一週的交換學生，在這短短半年的時間裡收穫了許多知識和各國的朋友。我們學習到的不僅僅是英文，更多的是體驗美國的大學生活和自由的風氣。

再到美國當地之前真的很緊張，不知道能不能認識到很多朋友，也沒有體驗過美國當地的大學生活，所以有些許焦慮，但是這些焦慮都在到達美國進入校園的那一刻全部消失。老師和同學都很和善，當你遇到不會的問題時，只要你提出來，他們絕對會不留餘力的幫助你。

在開學前一週會有屬於國際學生的 International orientation。學校會準備類似於歡迎會的小派對讓國際生相互瞭解彼此，我們會一起去學校餐廳吃飯、參加學校安排的小活動等等。在後面幾天更是跟美國當地的大一新生一起參加屬於 Fall semester 的 orientation。我被分配到戶外活動組，所以那三天就會去學校附近爬山、溯溪、野餐和騎腳踏車，那幾天算是真正的體驗到了美國人有多熱愛戶外運動！

對於在台灣生活好多年的我來說，剛開始是有一點不適應美國的校園生活和老師上課方式的，不過我也很快的調整過來了。在美國大學上課主要是以討論為主，老師的幫助為輔。上課多以舉手發問和跟老師的對話中學習新知識。所以對於亞洲學生可能是需要調整的，但是千萬不要害怕說錯，因為在美國上大學，你所回答的每一個答案或者問的問題都沒有所謂的對錯之分。

開學第一週對於我而言算是適應週，開始適應美式校園風格和自由的上課風氣。由於我修的課

都是以 communication 為主，所以上課有許多報告和討論活動。但有別於台灣的分組方式，我修習的 Group communication 是由老師分組，所以不用太擔心找不到人分組。但也是因為這堂課跟美國同學一組，讓我更融入了當地同學的圈子。分組報告裡，我有許多不了解的知識，同學都會很熱心的幫助我，替我答疑解惑，也讓我感受到了美國同學分組報告的模式和討論內容的方式。可能是因為跟台灣的分組報告方式不同，又或者是因為跟不同文化背景的同學相處，這堂課是我收穫最多、學習到最多知識的一堂課，我想這是在台灣體驗不到的上課方式吧！

在 JUNIATA COLLEGE 上學期間，「language in motion」是我修過最特別的一堂課。這堂課主要是去當地的中小學做演講，可以介紹自己國家的文化，同時也可以和美國的學生們體驗他們的校園文化。我跟另外一個台灣的男生介紹「台灣的節假日」像是春節、中秋節等，我們還一起寫了春聯，學生們都很喜歡，可能是因為沒有接觸過什麼中華文化，所以很新奇。而對於我們國際生而言，則是看到他們在學校一整天的作息，真的就像電影裡看到的美式校園劇一樣神奇。

由於學校比較偏僻的原因，加上大部分的國際學生和交換學生不會有車，所以假日我們都會聚在一起開 party 和煮飯聊天。像我們在開學第一週的時候，就邀請了一些國際學生一起煮飯， 剛好我們有來自韓國、日本、台灣、越南、尼泊爾等的朋友，所以我們就有了很特別的計劃，就是每週都有不同的料理主題，像第一週就是煮一些韓式料理，第二週就是日式料理。我們都覺得很特別也很新奇，在吃完晚餐後我們會一起開 party 放鬆一週下來的壓力，我們聚再一起唱歌聊天談談話，讓彼此的既距離一下子就拉近了，也不會有異在他鄉感到孤單的情況，這也是我回來台灣後最回憶的時光。

## 關於旅遊

由於學校課業繁忙，並不是像大家所想的那樣每個週末都能出去玩，我們只能利用特定假期像是感恩節、寒假種長假期才有時間出去走走，加上美國太大了，光是交通所要花費的時間就不少，所以也是等到有機會才出去玩了一下。我這次分別去了尼加拉瀑布、紐約、華盛頓、費城、洛杉磯、拉斯維加斯和舊金山。紐約是我和朋友們學期結束的時候一起去的，不知道是不是跟朋友一起的原因，真的特別好玩，也留下了很多很深刻的印象和記憶。在我們要在紐約分開的那一天，大家都哭了，因為我們都知道這份友誼的得來不易，也不知道下一次在這麼見面會是什麼時候，但也因為這樣，我們更珍惜在一起歡樂的時光。在結束紐約後，我到洛杉磯和舊金山旅遊，真的和美東的氛圍很不一樣，從東岸到西岸真的能感覺到有很大的不同，所以推薦有機會不管是東岸還是西岸都可以去走走晃晃。

## 總結

到現在回到世新還是會懷念在 JUNIATA 的每一切，想念一起開 party 的日子、一起坐在 baker 吃飯、一起討論作業，到現在我們還是會聯絡關心對方的生活，但也是因為去到 JUNIATA 認識了不同國家的朋友，認識到了更多文化和體驗到不同的人生，在 JUNIATA 的每一分每一秒都是幸福且開心的，雖然還是會懷念，但是時間不停、人生還在繼續，感謝在交換這一學期讓我學會了許多，是一趟難忘的旅程。美國，希望我們下次再見，一個乘載很多回憶的國家！

「language in motion」給當地中小學生演講、一起體驗過年文化

秋假期間，和朋友們一起去費城玩了幾天。

趁天氣還沒有很冷之前，我們開車到美加邊境的「尼加拉瓜瀑布」，真的很壯觀，是一定要來的景點，加上十月到隔年二三月關閉，所以我們抓緊時間趕快來看一次。

「Madrigal night」按照典禮的要求大家的 dress code。

假日我們一群國際學生聚在一起煮飯。

其中一天我們自己料理炸豬排和韓式泡菜鍋。

平常有事沒事，我們都會在 TNT lounge 一起寫功課、聊天。

學校學期結束，我們一起到紐約旅行。（此為紐約時代廣場）。

我們一起到紐約旅行，最後一晚大家聚在一起回憶這一個學期的點點滴滴，說真的，大家都很捨不得。

後來我到美西玩了幾天，還去了洛杉磯的迪士尼。

學期結束之後，我還報名了當地旅遊團去有名的賭城「拉斯維加斯」。