

國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：__2017.06.20__

中文姓名： 藍鴻苓	英文姓名(姓,名): Lan, Hung-Ling
臺師大就讀科系所、年級： 表演藝術研究所三年級	臺師大學號： 60392020M
修習國家： 美國	
修習校名： Radford university	
修習學院： College of Visual & Performing Arts	
修習科系： Pre-major	
修習期間：106 年 1 月 ~ 106 年 5 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
Topics in Ethical Inquiry: The Culture Wars	Deborah Holt	3	2017 Spring
Intermediate French I	Dr. Philip Sweet	4	2017 Spring
Topics in French Cinema	Dr. Eric H. du Plessis	4	2017 Spring
Human Resource Management	Dr. K. Vernard Harrington	3	2017 Spring

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

1. 行前準備：

● Radford 申請文件：

大約在 10 月左右收到學校寄來的文件，這時候會需要繳交一些申請資料，像是財力證明，學校的成績單，提出你想要申請的課程，宿舍申請、還要你的交換目的等等之類的一些基本資料，是很簡單的資料，如果可以盡快繳交的話，會比較早拿到回覆。

● pre-arrival 包裹：

Radford 收到資料之後，會從美國寄一個學校的 pre-arrival 包裹給你，建議拿到資料之後就趕快全部複印一份，或掃描成電子檔。裡面包含了最重要的 DS2019，申請簽證就要靠它了。這個包裹還蠻好用的，會教你怎麼申請簽證、面試、去學校怎麼打包、學校的生活是怎麼樣的等等。包裹裡面另一份重要文件就是疫苗單了，要趕快去掛旅遊門診，因為有些疫苗打起來很花時間，中間要有間隔時間，但基本上在 85 年出生後的小孩都有打過 B 肝，B 肝疫苗中間間隔需要花六個月，所以會很麻煩。其他文件像是 Orientation 或是申請機場接送等等都是很簡單的文件，只要填妥早點寄出就好了。

● 簽證：

會拿到的是 J1 簽證，除了簽證之外，還要先登陸 SEVIS I901，兩樣加起來的費用大概會是一萬多左右。我參考了很多網路上的文章，幾乎都有很清楚的指示，如果擔心英文的話，官方網站其實也被翻譯成中文了，旁邊的游標會顯示中文解釋。

建議一拿到 Ds2019 就趕快開始線上預約申請了，因為核准會花一些時間，還要面試，早點拿到簽證也會比較安心。

● 疫苗：

疫苗要打的種類很多，大約要打六七樣，但是如果有小時候的疫苗卡就可以省下一筆費用。我是在馬偕的旅遊門診打的，因為沒有疫苗卡，所以先做檢驗，如果驗到抗體就可以不用施打疫苗，本來對醫院的印象都不是很好，但是馬偕的醫生護士都解釋得很清楚。疫苗的單子也可以事先在學校的官網下載，會是一樣的。

● 機票：

因為機票太晚訂，所以真的買得蠻貴的，建議可以提早兩個月前買，因為國際來回機票像是長榮跟華航都是可以在免費改時間的。我是買去程紐約直飛，再買 AA 從拉瓜地機場直飛羅阿諾克(ROA)，回程是因為想要旅行所以是買從舊金山直飛回來。

透過旅行社幫我買的華航來回機票，使用國際學生證會有優惠，國際線可以

帶兩件 23 公斤的行李，很棒！

另外要特別注意美國航空機票買下去是不能改也不退費的，改的話會有罰金。早買早便宜，建議買直飛會比較好，因為萬一天氣因素，轉機的風險也會提高。

學校離機場開車要大約一個小時，可以申請機場接送服務，通常會是學校的教授來接學生，所以買轉機的行程萬一錯過了接送時間也會很不好。

2. 生活方面：

● 住宿方面：

交換生會被安排在假期間可以留宿的 Jefferson 或是 Madison，宿舍一樓會有廚房烤箱微波爐和冰箱可以使用，但要自己準備用具。冰箱東西有時候會因為清理被丟掉，建議可以寫單子，但可能還是會被偷。就要看室友有沒有冰箱了。

房間的話都是兩個人一間，有獨立衛浴，很大的衣櫃，和一個三層抽，還有一個書桌，空間我覺得很夠。

剛來的時候 International education center，會給我們一些棉被，用具，也會帶我們去 Walmart 買東西，所以不需要帶太多東西過來。建議可以帶隨身旅行組的衛浴和牙刷或是吹風機等。

● 飲食方面：

學校會幫我們選好 flexible 的餐卷，餐卷雖然我覺得很不划算，又很貴，但是是規定一定要買的，所以要自己好好計算餐卷裡面的錢。

學校有 Starbucks、Wendy's 等等大部分都是不健康的食物，漢堡之類的，真的會吃得很膩，也有一間亞洲餐廳，但是裡面的中菜實在是…每個人口味不同，來了就知道。我大部分都點裡面的壽司，比較接近亞洲口味，每天漢堡我真的要瘋了！但是比較貴一點。或是吃 pink berry。

也有兩間自助餐廳，建議平常很餓的話，中餐可以去 muse 自助餐吃，比起 Dalton，我認為品質比較好一些。

● 交通方面：

學校附近就是山山水水風景很好，這裡是屬於比較鄉村類型的，學生證可以搭乘公車到超市或是 mall。如果認識有車的朋友，當然就會方便很多，也可以去比較遠的地方。

● 財務方面：

學校來得幾天會帶妳去 wells Fargo 辦一個戶頭，到時候可以拿到一張 debit 卡，線上服務、手機 app 都很方便，可以隨時查帳，從台灣匯款過來手續費也算是很合理。而且我去的每一間 wells Fargo 服務都很好，打電話也會解說得很仔細，是非常優秀的銀行！只是我們學生的戶頭必須每個月要刷十次，才不收手續費，要記得喔！不過應該很容易達成。

- 購物方面：

因為交通不便的關係，Amazon 是我的好朋友，可以用學校給你的信箱帳號註冊會成為 Prime 的會員，非常棒的功能，東西寄很快，而且買多少都不用運費（基本上）。

Walmart 在學校附近，搭公車就可以到，旁邊還有一間類似大創的店叫做 dollar tree 也是一個很好的店，需要很多生活用品都只要一塊錢再加上稅，所以真的不用從台灣帶太多東西過來喔！

- 其他方面：

要常常注意學校的信箱喔，學校所有大小事情都會透過信件。

來這裡英文一定會變很好，因為幾乎沒有華人，我來的時候只有一個中國朋友，所以只有我們兩個單獨相處的時候才會講中文，其他 24 小時都只能說英文，如果你的目的是讓英文成為你生活的一部分，那 Radford 絕對是你的好選擇。校最好的地方就是有很多讓學生讀書、休息的空間，讓人覺得讀書很舒服，空間很寬敞、插座也很齊全，也有會議室可以登記使用，真的很棒！

學校附近有一間很可愛的戲院，出示學生證只要 5 塊錢，會放院線片，有點像看老電影裡面的老舊電影院，但是我覺得對於這樣一個小城市來說，是很完美的戲院。

這裡的人其實很純樸，也很好相處，如果有宗教信仰的朋友，這裡也有基督教和天主教的教會，常常會舉辦很多活動，有興趣也可以參加。

3. 課程方面：

因為我在師大已經把所有的課都修完了，所以沒有什麼壓力只選了自己想要選的課。這裡的商學院還蠻有名的，建議可以修看看，商學院的學生空間是我覺得去過的大樓中最棒的！（會附照片）。

再來之前會和你的 International Education 的 Advisor 聯繫，她會幫你選課，也會給你一些意見，來了也可以使用他們的中心，和他們的 Advisor 群聊聊天，他們會根據你的希望，建議適合你的課程。

有一些很值得學習的地方是，第一，老師們都會有非常清楚的課程要求，在第一堂課就會發給你，要很仔細地閱讀，有什麼想法一開始就要提出。

第二，對於 Office hour 的重視，老師很希望同學在這個時間來找他們，討論更多關於課程的事情，也會更加了解老師的教學。

第三，老師普遍很重視學生的想法。可能跟我的際遇也有關係，在台灣的求學過程中，我也碰到很多很棒的老師，但是這其中也有我或是其他學生提出一些不一樣的觀點，老師回應的方式比較希望我們完全按照他們的想法來做，或是當我們提出一些事情的時候老師很容易回覆我們，這個不可能，這個沒辦法。

但是在這裡不論我提出什麼 idea，老師都會說好啊，我們來做！或是這個你

不需要改，你有你的想法，等等之類的。在台灣當然也遇過像這樣的老師，也不少，只是整體的經驗下來，這次在這裡的自由讓我特別有感觸。

我在選課之前，自己上網看 Rate My Professor，是一個公開的網站，你可以看到學生的評論，但是有些學生會有一些很主觀的留言，整體來說我覺得準確度很高，值得參考！

有以下是我在這裡修的四堂課，都是我比較主觀的感想，提供參考。

- Topics in Ethical Inquiry: The Culture Wars

這堂課是類似台灣的通識課程，一定要修才會畢業的課，因為 Debbie 在我來台灣的第一天就到機場接我，跟她聊天聊得很開心，聽說她的課很熱門，就去加選了這堂課。

老師的上課風格很自在，有一些基礎的規則，給的成績也很公道，網站上會有很多額外的資料，上課前只要讀了，就沒有問題。上課的互動性很高，老師會一直請學生發言，可以看到喜歡講話的美國學生滔滔不絕的發表言論，還蠻有趣的。

是必須要很注意時事，老師常常會用時事來當開場白和大家討論，聽聽大家的看法。課程就是跟道德推理有關的話題，可以先把相關的英文專有名詞記起來，因為老師會一直不斷地提到。剛開始要了解的時候還蠻難的，大概幾堂課就可以習慣這樣的節奏，是一堂比較可以知道美國生活和歷史的課程。老師也是一個超級棒的人，很 Open minded，很照顧學生，尤其國際學生，是一個很溫暖像母親一樣的人！

- Intermediate French I

因為在台灣的時候已經學了兩年的法文，所以來這裡也不想間斷，這堂課是中級法文，所以申請的時候我附了在台灣的上課證明，他們會讓你做一個線上的 replacement test，你會馬上知道你的程度。也因此推薦了我下一堂課。

這堂課應該是我修的裡面最不喜歡的一堂，老師和學生的都很好，但是我不是很喜歡老師的教學風格，太鬆散了，雖然每天都要寫作業，可是上課時，老師會為了趕進度而趕進度，也會回頭跟學生解釋，但是因為有一些我學過的東西，老師的講解讓我很不解，跟其他人討論之後，其他學生也和我反應老師的講解他們完全不懂。

對我來說法文的發音是很重要的，但是老師的發音有點太美式了，也從來不糾正學生的發音，這點我非常不能接受。但是，必須說老師的教學是認真的，只是我不喜歡。考試也有點太容易了，考試前老師會寄信給你，告訴你每一個大題他會考什麼，準備起來就不需要花什麼時間。

但是，有一點很好的事只要你修了學校的語言課程，你就可以到語言中心去找語言助教，每週有三分中是基本的，不過若是有需要隨時都可以去，他們會幫你看功課，也會陪你練習對話，通常是母語者。我的助教

是一個義大利裔德國籍的女生，不過他法文很好。

- Topics in French Cinema

法文電影專題是所以課程中我最喜歡的，但是一開始的時候真的蠻難的，修課的同學每個法文的很厲害，都學了四五年以上，讓我壓力很大。這堂課我們每週會一起看一部法文電影，老師會在一開始前先講解（基本上是全法文），然後大家再一起看電影，結束時再討論一下，然後下週上課要交一篇一頁半的法文分析給老師。

因為老師知道我是交換生，他也特別跟我說可以去找他看文章再交，因此，我每週都會去找老師，請老師幫我看我寫完的文章，他會用很高標準的要求幫我改，讓我用法文的方式思考，真的很感謝他，他也是一個很好聊天的對象，對文化很感興趣，我們會分享很多不同文化的觀點，常常不小心聊的天南地北。

透過這堂課，完全打開了我的視野，你會知道我們受到多少美國的影響，也會知道美國怎麼樣學習其他國家的文化。老師用電影的方式講了很多人生的道理，以一種很不擺統的方式，讓你重新看待一些我們知道的道理。

重點是老師真的是一個很棒的人，太喜歡與他聊天了！每個學生都很喜歡他，是一個很有啟發性的長輩。

- Human Resource Management

人力資源管理這堂課對於即將要畢業的同學真的是一堂非常棒的課，這堂課也是讓我壓力最大的一堂課，每週都有很多 paper，和線上作業。但是老師會教你寫履歷表，未來目標等等，很實用，可以幫你正視自己的未來，也會提供你一些工具，讓你知道找工作需要瞭解什麼。

是一堂我覺得非常非常實用的課，老師也是一個很幽默的人，雖然多數人覺得他不好相處，但我個人非常喜歡他，首先他的課程要求在第一週的時候就把所有的事情都跟你講得很清楚，細節很細，像是行距還有字的大小，連釘書機的位置等等，都告訴你他要的規格。像我這種有些許強迫症的人很適合修老師的課。

而且老師經常會給我們很多資訊，像是有什麼活動大家應該要去參加，像是 Job fair，或是教你穿正式服裝的活動、或是正式晚宴等等。老師以前是在微軟工作的，所以是有很多實戰經驗的老師，他會提供很多真實的案例讓你參考。

雖然很嚴格，可是其實我每次去問他問題時，他也都是很親切的，不要被網站上的評論嚇到了，不過他的考試真的是出了名的難，你必須要完完全全的透徹了解教材，不然你真的會考得很差。

4. 旅行方面：

每一學期中間都會有假期，真心建議，既然都飛到美國了，中間有假期一定要出國旅遊，因為你留在學校住宿每天也是要繳 25 塊美金！是的！就是這麼貴！而且是額外付。中間春假我去了華盛頓特區，那裡很適合一個人旅行，安全，很多超棒的免費景點，白宮啊，國會，博物館群等等。

學校距離那裡開車只要四五個小時，可以搭客運去。價格提早訂也很優惠喔！我來回只花了 77 塊美金（含稅）

四、照片（如有，請提供）



Debbie 家歡迎你們來美國晚餐



中國農曆新年晚餐



Debbie 家國際學生聚餐



亞洲咖啡日與 Teresa 和同學



國際晚宴



幫 Debbie 慶生



法文專題老師與同學



宿舍 R A 與西班牙國際朋友

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他

在前面一直提到的 International Education Center 的 Advisor，會是與我們密切聯繫的對象，基本上大家的 Advisor 可能就是 Teresa。

Teresa 真的是一個很棒很棒的人，在美國的日子不管有什麼疑難雜症，她都會幫你解決，中間也會辦一些聚餐活動，可以去跟他分享你的心情，她會很認真的聽你說，不管是什麼問題，只要告訴她，她都會幫你查資料，一開始的時候，會經歷一段適應期，她也會幫你解決很多問題，像是我之前我上網訂書，她也會幫我，因為有時候克服是外包到其他國家的，打客服是一件很煩人的事情。他會向一個大姊姊一樣，聽你說說話，也會像媽媽一樣照顧你。她和 Debbie 真的是我在這裡的恩人，感謝他們向家人一樣的照顧我！

另外也很感謝柳霓，當我需要說中文的時候，或是心情不好的時候，想要吃中菜的時候，我們都會一起度過，真的很感謝有她！

在這裡認識了很多很棒的朋友，還有一起修課的 Bri，他也是我的學校 cycle 教練，學校有很不錯的體育中心，裡面提供很多免費的課程，大家一定要好好運用這些很棒的免費資源！

還記得我第一天上課得時候，想要找人問問題，就問了 Bri，他很親切地給了我她的聯絡資訊，讓我有什麼問題都可以問他。

其實美國人真的都挺友善的，雖然要成為很好的朋友需要花一些時間，不過一開始大家都會很樂意地提供幫助，有很多同學都會主動給我電話或臉書，讓我有什麼問題都可以聯絡他們，真的很感動。來到維吉尼亞州會有很多感觸，因為她跟大城市我們常聽過的紐約和舊金山等地風俗民情上有蠻大的差異，他們個性比較純樸，其實對於美國以外的事物並沒有太多的了解，有時候他們會問你一些問題讓你覺得有一些人一點國際觀都沒有，很是驚訝。有些人可能也沒有離開過城市，除了美國之外，大概指不出地圖上還有哪些國家。因此國際事務處的老師們也很希望我們可以多跟美國學生分享一下自己國家的事情，幫助增進他們的國際視野。

最後，出國念書真的是很棒的事情，不論你到哪裡都會有很多收穫的，感謝學校提供交換的機會，大家一定要好好利用這樣的機會！