

國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期29/05/2023

英文姓名(姓,名): Lee, Shei Gee	臺師大就讀科系所、年級: 音樂學系、碩士
修習國家: 加拿大	
修習校名: University of British Columbia	
修習學院: School of Music	
修習期間: 2023 年 1 月 ~ 2023 年 4月	

二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
Selected Topics in Music - 19TH CENT VIENNA	VELLUTINI, CLAUDIO	3	2022 Winter
Selected Topics in Music - PERIODICITY	ROEDER, JOHN BARLOW TENZER, MICHAEL	3	2022 Winter

三、心得分享(如學術方面、生活方面、開銷概算等,約1500字)

強烈建議如果要留有充分的時間探索加拿大的話,最多修習兩門課程就足夠了。課程會根據程度分為100至500level 五種等級,而我修習的都是400(大碩合開)和500(碩博合開),個人覺得兩門課就相當充分了。作為參考,我在師大大學部每學期修習20學分左右。因為我的兩門課程都是所謂的 Seminar,所以修課同學人數在十位以內,老師也會特別重視課堂的個人發言和小組討論。每週每堂課會給予150頁左右的文本事先進行閱讀,其中一門課需要每週寫500字的文本反思。開學前兩週跟師大一樣有加退選階段,可以自行選擇自己感興趣的課程。除了正式修習課程外,我也有旁聽另外兩門課(因為交換生不能修習學年的課程,也就是上下學期才是完整修完的課)。要旁聽的話可以跟 UBC 的國際事務處 GoGlobal 拿一張表單給任課老師簽名,這樣就會被加入該課程的 Canvas(類似

Moodle)。

因為選擇的是互動性比較多的課程，我覺得對於體驗所謂不同的學習方式是很有幫助的。老師基本上都十分鼓勵學生在課堂上作任何的討論和發文。相對口說和聆聽，我在寫作上遇到較大的難題，可以善用 UBC 的寫作指導資源，有碩士和博士生線上或是實體看你寫的東西。UBC 校園很大，運動類的場地設施也相當不錯，像是游泳館、溜冰場、高爾夫球場。有機會的話，都建議去看看（UBC 學生免費或是很便宜）。再來就是很推薦語言交換的活動（UBC Tandem，在 IG 可以搜索得到），有機會認識更多非交換生的朋友。UBC 也有專屬交換生的社團，基本上會帶交換生一起出去玩，但我是沒有跟著去所以這裡就不作評價。

UBC 校內活動也非常多，常常不定時會有派對或是各種手作活動，還有一些經典的像是 Storm the wall (一個運動活動)、或是期末摸狗狗的療愈活動。學校很重視學生的身心靈健康，所以會舉辦活動讓大家適時放鬆、即使是交換生也會固定發 Email 關心大家，有需要的話也可以申請去心理諮詢（聽朋友說還蠻專業的）。和吃飯的部分主要是集中在 Nest 有比較多學生餐廳，再來就是靠近麥當勞的另一些餐廳。因為 UBC 距離 Downtown 有點距離，所以要去吃特別的食物就要搭一段距離的巴士。加拿大大概是西方國家少數中餐特別好吃的地方，所以基本上離家也不會想念家鄉美食，尤其 Richmond 和 Burnaby 有特別多好吃的中餐。再來推薦玩樂的部分，我覺得一定要去至少一次滑雪才不會後悔！北溫就有好幾個地方可以滑雪，即使搭巴士也可以到達，或者試試蹭朋友的車（就只需要 30 分鐘車程）。我很推薦去 Banff，景色真的非常漂亮值得一去！也非常推薦去 outlet 逛逛，比台灣的便宜很好買！如果對於化妝品和香水感興趣也記得要去 Sephora 看看，比台灣齊全又便宜。

我沒有住宿舍而 Homestay 是有提供早晚餐所以省了很多吃飯的費用，但就是每天需要花時間通勤去 UBC。因此相對我的朋友，我比較少下廚，一般也只是用微波爐煮一些簡單的麵食。除了超市 (save on food, safeway, nofrills 等) 之外，還有非常齊全的中超所以基本上真的不用擔心食物吃不習慣。特別要注意的是要記得帶自己的隱

形眼鏡因為聽說加拿大是要看醫生開的證明單才能買之類的比較麻煩。衣服的部分我覺得大部分時候穿個長袖再加羽絨服就可以了，但非常建議在加拿大買一雙防水的雪靴，在下雨或下雪的冷天穿都非常方便舒適。我的開銷因為 Homestay（一個月1000加幣）含餐所以其實相對便宜，大概平均每個月花五到六萬左右。機票記得一定要盡可能提早買，大概會便宜一倍左右，我的大概都是單程台幣2萬左右。師大的交換生我這一屆只有我一個，也可以嘗試找找和認識台大和政大的交換生，應該會特別有熟悉感和親切感！

整體而言我覺得整個交換旅程都非常的開心，也沒有想像中因為口音或膚色的問題被歧視，加拿大人大多也都非常友善和熱心（尤其是溫哥華！）。半夜走在路上一開始會很緊張，但其實溫哥華治安相當不錯（除了 downtown 相對混亂，尤其 Chinatown 不要晚上單獨一個人去，街邊很多流浪漢）。加拿大整體的夜生活不太豐富，跟美國相差甚遠（美國人常戲稱加拿大是鄉村），但如果喜歡大自然和戶外活動的話我相信一定會深深地愛上溫哥華！最後的最後，如果非台灣人（我就不是），記得要提早查詢自己的國家需不需要簽證入境加拿大，因為加拿大的簽證審核非常嚴格也需要很長的時間（負責單位 IRCC 也很常罷工導致做事效率更加慢）。

四、照片（如有，請提供）



