



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

108-2 美國內華達大學里諾校區

翻譯碩 薛慧妙

學生資料

中、英文姓名：薛慧妙 Hui Miao Hsueh

師大就讀系級：翻譯研究所碩士班三年級

師大學號：60625020L

修習國家：美國

修習校名：內華達大學里諾校區 (University of Nevada, Reno)

修習學院：新聞學院 (Reynold's School of Journalism)

修習科系：新聞系

修習期間：2020 年 1 月至 5 月 (Spring 2020)

修習課程

JOUR 103 Introduction to Media and Society

教授：Sheila Peuchaud

學分數：3

JOUR 107 Media Writing

教授：Todd Felts 助教：Scarlett Spangler

學分數：3

JOUR 108 Media Design

教授：Amber Walsh 助教：Mark Payne

學分數：3

EL775 Leadership in Athletic Administration*

教授：Cary Groth

學分數：3

*隸屬 Educational Leadership Program，非新聞學院

學術方面

選課前的準備

修習學分計算

最低修課學分須符合師大、交換學校和簽證規定，考量修課科目時也須斟酌是否將赴外修習學分採計成畢業學分。

完成修課建議表 (Advising Form)

可以先上學校網站查詢有興趣的科系、課程並試排課表，接著按照 UNR 國際處要求和指定教授 (academic advisor) 聯繫，請教授提供修課建議，表格交回後才能開始選課。這份表格建議在交換的前一個學期結束前就處理完畢。以我報名的春季學期而言，因為秋季學期結束就立刻接耶誕假期，老師不一定會很快回信，但表格沒填完就無法開始跑選課程序，可能會讓自己很焦慮。

英語能力檢定 (English Placement Tests)

開學前 UNR 國際處 (OISS) 會安排學生參加兩小時的英文聽、說、讀、寫測驗，若某科未達標準則須強制修課。若能通過是最好，這樣選課安排比較自由；但不幸未能通過，也能在課堂上和許多國際學生變成好朋友。

整體修課心得

師生比例適中，即使學生人數眾多，實作課也會由助教分組進行，確保每個學生都能獲得適度的關注和回饋。此外，老師教學嚴謹、備課認真，也都能依據實際授課情形彈性且即時調整教學計劃，並確保學生有充分管道能和老師提問或溝通。



1. JOUR 103 觀摩前民主黨總統參選人 Bernie Sanders 造勢活動
2. 新聞系館 (Reynolds School of Journalism)
3. 圖書館 (Mathewson-IGT Knowledge Center) 多媒體空間
4. JOUR 108 助教給予作業回饋

JOUR 103 Introduction to Media and Society

Sheila Peuchaud

注重思辨、鼓勵討論 / 推薦指數：★★★★★

這堂課從產業、經濟、歷史、文化、全球等社會學觀點探討媒體與社會的互動，Sheila 老師教學認真，常以時事和實例輔助學生理解相關概念，也很鼓勵同學發表自己的看法，可說是含金量超高的一堂課。若對這個主題有興趣，那麼經過一學期洗禮應該會覺得十分踏實。值得一提的是，因為期末報告是分組進行，所以交換生能和當地學生合作，以課堂學到的社會學概念分析自選的影視作品撰寫英文小論文，是個很難得的經驗。

JOUR 107 Media Writing

Todd Felts & Scarlett Spangler

老師風趣、作業紮實 / 推薦指數：★★★★☆

每週兩小時授課和近三小時的實作課（lab），實作課從新聞查證、帶領新聞研討、校園街訪、人物專題到新聞稿撰寫都要自己來。老師也要求學生在 Medium 發表自己的作品，對累積作品、預備新聞職涯很有幫助。

雖然作業對我而言相當有挑戰性，但整個學期下來，我訪問了 UNR 運動播客節目 Wolfpack Center 的主持人和排球隊隊長並寫成英文新聞報導，也模擬中華職棒大聯盟的發言人角色撰寫英文新聞稿和社群媒體文案，成就感真的不在話下。



文章 QR Code



JOUR 108 Media Design

Amber Walsh & Mark Payne

設計入門、作業要求瑣碎 / 推薦指數：★★★★☆

每週兩小時授課和近三小時的實作課，因為是新聞系大一課程所以內容偏入門，包括基本設計方法、色彩學、字體、攝影等。作業一定會用到 Adobe 系列軟體，但若沒有預算購買的話，新聞系館 lab 和圖書館的軟硬體設備都很充足。

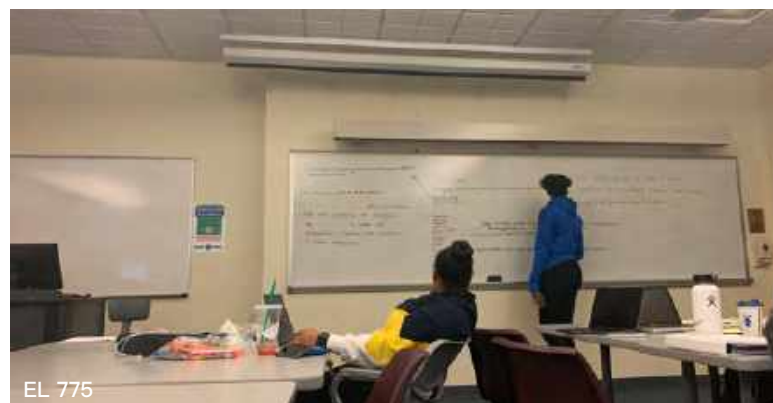
這堂課作業要求瑣碎，同一份設計作業要交成品、寫心得、給回饋、回覆別人的回饋，也要創 Twitter 帳號張貼作品。雖然可為日後職涯鋪路，但真的要很有耐心才能完成大大小小的作業。

EL 775 Education Leadership in Athletic Administration

Cary Groth

師生互動佳、作業份量適中 / 推薦指數：★★★★★

這堂課主講美國大學內部體育政策管理，Cary 以個案討論和工作坊的形式讓學生研究 NCAA 聯賽賽制，並帶領全班研擬一份 UNR 策略藍圖 (Strategic Plan)，最後每人須寫出自己未來三年的計畫作為期末報告。班上不僅組成多元，包括學生運動員、球隊教練、學校職員和退休人士，Cary 也非常注重和學生之間的互動：她善於激發學生討論、給予回饋，甚至在得知我有意投入運動媒體後，主動提議幫我牽線。



生活方面

出國前的準備

體檢與疫苗 (Vaccination Requirements)

依據 UNR 規定，交換生須完成體檢、施打疫苗並上傳表格後才可選課。我是在收到入學通知後不久（11 月）就去台大醫院家庭醫學科掛旅遊門診，請醫生依學校提供的表格評估需接種和檢查的項目。接著因為須接種的疫苗較多¹，前後花了一至兩週才把表格完成。

建議出國至少一個月前辦理。前往醫院前應備妥學校提供的表格

（Immunization and Physical Evaluation Clearance Form）、小時候的預防接種時間及紀錄表（能帶最好，但如果手邊沒有的話可向衛生所申請）。

辦理簽證

在網路上可以找到很詳細的說明，在此不贅述。

安排住宿

先講結論，在預算、生活機能和文化體驗等綜合考量下，較推薦外宿。

我自己是住學校宿舍，收到入學通知後我和另一位交換生決定先找外宿，同時以學校宿舍為備案。不過由於外宿詢問未果，又怕再等下去住宿排不到，我們在 11 月底開始跑宿舍申請流程，包括填資料、排住宿志

¹ 麻疹腮腺炎德國麻疹混合疫苗（成人）MMR；破傷風、減量白喉混合疫苗

Td/Tdap；流行性腦脊髓膜炎 4 價結合型疫苗（Meningococcal conjugate vaccine, MCV4）；肺結核篩檢。

願序、繳交訂金，學校直到1月初才公告住宿分發結果。UNR 有提供住
宿生提早入住 (Early Move-In) ，需自費，開學前一至兩週才開放申
請。

以我住的 Sierra Hall 雙人房為例，住校優缺點如下：

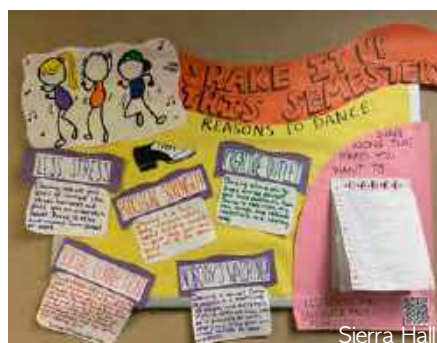
優點	走路 5 分鐘到校。
	社區化管理：每個樓層有樓長 (Residence Assistant) 管理宿舍事務和美化公共區域，除了提供學業諮詢服務，也會辦社交活動和宿舍間的運動比賽 (intramural sports) 。
缺點	無廚房、冰箱
	一學期費用 2,900 美元，跟外宿比起來沒有便宜很多 ² 。

住宿生可以選擇是否包餐 (meal plan) ，可依據每週希望在學校餐廳用
餐的次數挑選不同方案。學校餐廳有 Buffet、速食、蓋飯、披薩、Mac
& Cheese、墨西哥捲餅等等，不過好不好吃就見仁見智。

購買機票

建議機票先買單程，到當地後再決定回程日期和出發地，行程較彈性。

我當初在收到入學通知後怕機票太貴，所以出國前一個月就從訂票網站
買了不可退款的來回機票，並按照學校建議在開學前一週就到 Reno。
後來我的回程班機因為新冠病毒肺炎疫情減班的關係被取消，最後是加
價請航空公司改票才飛回台灣。另外，須注意各航空公司的行李件數、
重量限制及額外費用。



² 住宿費用依各棟宿舍和房型各有不同。

到了當地之後

銀行開戶

我在出國前準備好美金現金，一到學校就盡快至校內的 Wells Fargo 分行辦開戶。事前須備好可簽收包裹的地址（mailing address）、學生證（Wolf Card）和指定金額的現金。整個手續大約半小時內完成，實體卡片約一週內寄達。可綁手機 app 查詢帳戶交易紀錄、線上匯款。

電話、網路通訊

當地學生很習慣用簡訊（text）聯絡事情和討論報告，所以蠻建議辦一支門號。我先在台灣買美加漫遊網卡到當地擋著用，再去 AT&T 辦預付卡（Prepaid），選每月 8 GB 月繳方案並綁卡自動扣款（AutoPay），月租費 40 多美元。

UNR 寄來師大給交換生的文件（admission package）有附 Mint 電信的網卡，但根據之前的交換生所述，「方案跟金額都不推薦」。

至於網路的話，學校 Wi-Fi 連線品質穩定，不過若需用 LINE 通話要先切換成手機網路才可以。

當地交通

（一）公車：向公車司機出示 Wolf Card 即可免費搭乘 Reno 公車（RTC fixed-route local bus），可省下 2 美元車資。

（二）市區：學生會（ASUN）提供週末接送服務，可載學生至 Walmart 等超市購物。晚上時市區治安較差，往返校園及住處可打電話或用 app 請學生會接送（Nevada Campus Escort）。

（三）租車：出國前可持汽車駕照至監理所換發國際駕照，到美國就能租車到處玩，不過台美交通法規有蠻大差異，須充分了解後再上路。

育樂方面

內華達大學里諾校區 (UNR) 活動相當多元，包括運動賽事、卡拉 OK、桌遊及電影之夜等等，大多開放學生免費參加。其中非常推薦去看籃球校隊的比賽，不只是因為 UNR 隸屬全美大學體育協會 (NCAA) 一級 (Division I) 山西聯盟 (Mountain West Conference)，場內更有學校樂團、啦啦隊和吉祥物帶動氣氛，是很棒又很熱鬧的觀賽體驗。而且若贏球的話隔週還會有學校周邊商品折扣優惠。

UNR 社團

如果想參加社團的話，學校各社團會在學期初的社團博覽會 (Club Fair) 設攤位招募社員。我報了排球社 (Women's Club Volleyball) 並以 practice player 的身份跟著當地學生每週練一次球。雖然歸類在「社團」，但其實她們練蠻勤的 (正式球員一週三次)，也會到各州參加校際比賽。可惜因為疫情的關係停練，短短的相處時間還是充分感受到外放的美式球風。

其他休閒娛樂

學校的健身中心 (E. L. Wiegand Fitness Center) 有開瑜伽、有氧等課程，可自費參加。也會辦籃球、排球、室內足球等球類競賽，有機會和當地學生組隊報名參賽 (請留意 IM Leagues 相關訊息)。另外，距離學校不遠的 Downtown 有著名的 Reno 拱門，特拉基河 (Truckee) 河畔也有電影院 (Century Riverside 12)，憑學生證購票只要 \$5。不過那一帶晚上治安較差，建議白天去。

- 1. Men's Basketball
- 2. 3. Intramural Basketball
- 4. Club Volleyball
- 5. IM League -- Volleyball
- 6. Truckee River
- 7. Reno Arch

