

# 教育部學海飛颺暨學海惜珠

## 國立臺灣師範大學受獎助學生返國後心得報告書

所列大綱為基本應填項目，不可刪減

版型不拘，可依需求增加內容、穿插照片

### 一、學生資料

填寫日期：2022/12/12

中文姓名： 曾子欣	111 年度學海飛颺 111 年度學海惜珠
臺師大就讀系所、年級： 企業管理學系 112 級 大學部四年級	
研修國家： 美國	
研修校名： 天普大學 Temple University	
研修學院： Main Campus	
研修科系： Exchange Program/ General Study	
研修期間：	111 年 8 月 ~ 112 年 1 月



## 二、修習課程 (請依實際修課情形自行增加列數)

研修課程名稱	任課教師姓名	學分數	所屬學季/期
Yoga I	Lundy, Rebecca Ann	2	2022 Fall
Introduction to Beginner Ceramics for Non-Tyler BFA Majors	Jackson, Akiko	3	2022 Fall
Introduction to Beginner Glass for Non-Tyler BFA Majors	Thal, Davis	3	2022 Fall
Philadelphia Sketchbook	Riddle, Chris	3	2022 Fall
Social Media Marketing	Williams, Quentin	3	2022 Fall

### 三、心得分享(如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字)

#### 一、生活：

初始抵達美國時，是有兩位友人同行，陪著我來到費城，一起搬家、購置生活必需品、佈置等等，現在回想起來依然滿心的感謝，大概是緩解了我一人在外的慌張與孤寂，剛到一個全然陌生的環境，真的建議至少有一個熟悉的人能陪在你身邊，不過如果無法，那也是一種訓練！

朋友離開後，漸漸習慣與自己獨處的時光，一個人逛超市、搭車、煮飯、吃飯，都變成再平常不過的一件事，世界變安靜了，腳步也漸漸慢了下來，因為我更能專注在自己身上，還有我有一切走過的沿途美景也都盡收眼底，我想，這是成長的必經之路。

這裡你會見到各式各樣的人，你們或許會成為朋友，或許不會，但每一個與你相遇的緣分是必然，會深深淺淺地在你人格塑造的過程中，留下點點滴滴的痕跡，以及開闊你的視野。你會更加清晰自己想要的是什麼，無論是生活風格、腳步，還是未來的目標，你會更加懂得尊重與欣賞每一個人獨一無二的稜角，也不必羞於展現自己的渴望，這裡是一個絕對自由的國度，是一個處處充滿友善與不避諱讚美陌生人與其打交道的國家，這也確實是讓我深深著迷於美國的其一原因。說實話，費城並非一個安全的城市，尤其是天普大學所在的，靠近北費的位置，人人都很有自知之明，懂得如何保護自己與求助，以及應該做與不應該做的事情，青春的瘋狂與自我安全的保護並不相違背，只需要拿捏自己心中的尺度，你一定能夠在這兒擁有很棒的回憶。

#### 二、學術：

在這裏，我除了修習自己專業主修相關的科目之外，也嘗試了許多原本在台灣的大學上不到的一些課程，像是陶藝還有玻璃工藝，特別的是還有一門課是帶你在費城的各處穿梭跟素描，非常有趣。

想特別介紹玻璃工藝的課程，由於這堂課的上課環境據一定危險性，上課氛圍雖

然輕鬆愉快，但大家都不忘小心謹慎，我也很幸運自己參與了這一堂課，跟老師同學都很有默契，一學期的課程進展地非常順利，也是唯一一個班級沒有發生任何意外，且老師放心讓我們自己獨立工作的一個班。教室的所有硬體裝備都比照實際玻璃工作室會有的規模與器具相同，安全設施也都非常齊全，有興趣的同學真的非常建議可以體驗看看，絕對會獲益良多。

主修科目我上的是社群媒體行銷，國外課程最大的不同之處是，老師提問時，同學會爭相回答，課程內容也更加注重實作方面。大家擔心的語言倒不是一個讓我挫折的問題，儘管同學們說話會有各種口音以及語速飛快，不過這都會促使我成長的更快，一個月過去就已經非常習慣了，也慢慢可以跟 native speaker 正常交流、討論作業跟議題。

### 三、旅遊：

總結在美國半年的日子裡，我去了哪些城市好了，紐約因為地緣關係，每個月都去度過週末、感恩節或聖誕假期，還相繼去了首都華盛頓、波士頓、芝加哥、麥迪遜跟邁阿密。

來到這邊交換的學生，每一個都很會安排自己的時間，課業與玩樂兩者兼顧，特別是我認識的幾個韓國同學，除了比較近的東岸城市之外，還跑到了廣大的中部平原跟遙遠的西岸海灘，真的是跑遍的美國東南西北！所以如果你熱愛旅遊，美國絕對是你可以花很多時間好好探索的地方，不需要簽證也能四處見識不一樣的風景與人文特色。

在這幾座去過的城市之中，對紐約我是日漸喜愛，但心目中的第一仍是芝加哥，我尤其鍾愛這座城市。它像是科幻、現實與古典、摩登的結合體，最喜歡的莫過於坐在午夜爵士酒吧的落地窗邊，看著在高樓大廈中穿梭的高架列車，閃閃發著光，酒精的催化，迷濛的樂曲，彷彿一切都只是一場美麗的夢。其次喜歡的，是在芝加哥的市中心滑獨木舟！河的兩旁是超級高的辦公大廈、金融中心跟高級飯店，眼前的一切真的令我懷疑自己身所在的世界到底是現實，還是只是遊戲世界？傍晚划船除了看得見夕陽，還能看見那些建築一一亮起的瞬間，不過，最精彩的

留在最後，那就是教練會帶著我們一行人，划到比較開闊的港灣，看盛放的煙火！芝加哥對我而言，就像是寬闊、純淨版的紐約，一切都乾淨得晶瑩剔透、閃閃發光，讓人流連忘返。這趟美國交換一共去了兩次芝加哥，分別是在九月與十一月，見過了他的夏季與冬，兩者有著全然不同的風景，但卻一樣美麗且令人喜愛，如果可以，請務必造訪這座千變萬化的可愛城市。

( 註：特別推薦 Firecake Donut 的冰火甜甜圈，必吃！ )

#### 四、開銷：

開銷是一個非常因人而異的部分，以下僅僅是簡單分享個人的財務支出，每個人一定都不一樣！

首先是大筆的，以及固定每月的支出，包含房租、機票、保險、電話費、課程費用。房租的部分由於我並非居住校內宿舍，而是校外學生公寓，半年租期的選項因為疫情緣故少了非常多，而且價格相較一年來說較高昂，我是 4B2B 的房型，每月\$1,175 美金，但是非常不值得，因為租賃公司正逢轉賣期間，很多租約都不清楚，發生很多不愉快的事情，壓力很大，但好處是學會如何爭取跟維護自己的權益，怕麻煩的話也可以選擇學校的宿舍即可，評估自己的需求來做選擇。

機票我選擇了開學前兩個禮拜的飛機，讓自己有時間安頓跟適應，後來發現業有同學是選擇提早將近一個月，先來四處旅遊，經濟許可的話也是一個不錯的選擇。暑期機票價格較貴，一口氣買了來回的，花費大概是\$65,000 台幣。

保險推薦 ISO International Student Insurance 這家公司，網頁操作簡單，可以直接輸入你的簽證類型、學校名稱跟年紀，系統便會自動替你整理出符合要求規定的不同選項。之所以會選鑿國外的保險，是因為當初台灣因為疫情影響，優些國外要求的保險內容，台灣保險合約無法完全滿足，且比價之後發現價格較便宜。不過保險有些細項需要自己去注意，例如如果真的有什麼事情發生，包顯合約要如何走流程才能獲得理賠，要弄清楚才能維護自己的權益。此項花費約台幣一萬元。( 時間是從入境當天到離境當天 )

電話部分我選擇了 AT&T 的吃到飽預付卡方案，設定自動繳款可以每月省下\$15

美金，變成\$50 美金 / 每月，稅另加。

課程費用也是因人而異，由於我選擇了較多的實際操作的藝術相關課程，須繳交的費用較多，除了師大的學費約\$23,000 台幣，國外課程包含陶藝\$150、玻璃\$175、素描\$65 跟國際學生都必須繳的費用\$182，總金額約\$572 美金。

DATE	AMOUNT	ACCOUNT
08/27/2022	\$4.99	Service Fee for payment 375786823
08/27/2022	\$175.00	Tuition & Fees
07/26/2022	\$11.31	Service Fee for payment 375742773
07/26/2022	\$397.00	Tuition & Fees

生活開銷的吃喝方面，我沒有購買學校的食堂方案，平日上學期間也比較少外食，每個禮拜去超市購買食材自己煮的總金額約\$40 美金，偶爾會跟朋友去嘗試市中心的特色餐廳，每餐約\$10~\$100 不等，而學校的餐車較為經濟實惠，一餐不到\$10 美金即可解決，平時節省下來的餐費都分配到旅遊的預算，跟朋友出門時也就不用擔心花費超支太多了。

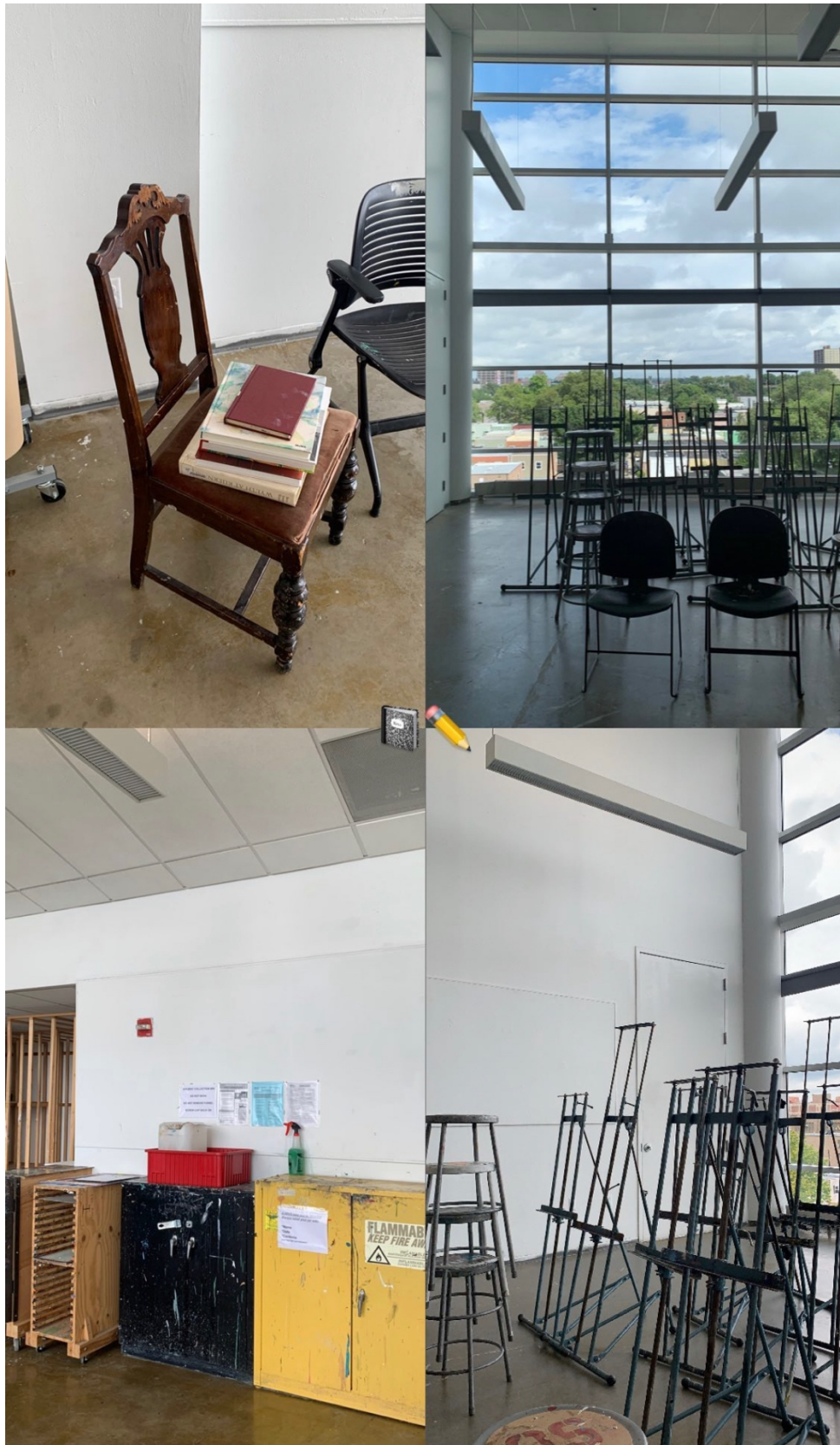
旅遊玩樂的金額支出也非常非常因人而異，特別是提前預訂好一切且有做功課的話，相較於臨時說走就走的旅行可以省下一筆不小的數目，兩個人的旅行也可以省下一半的花費。個人經驗而言，我兩者都經歷過，也曾一人旅行或跟朋友出遊，一切都沒有絕對的好壞，單純取決於自己的選擇，還有預算的考量，唯一的建議是不要因為太害怕而限制了自己，一個人的旅行可以經歷非常多不同的事物，絕對會帶給你很大的成長跟全然不同的體驗，不過一切還是安全第一。這部分的花費，大約金額如下：

地點	總共天數 (不同次)	大約金額 (含機票、巴士、住宿)
紐約	36	\$6,000 (部分住朋友家)
波士頓	3	\$1,000
華盛頓	1	\$200

芝加哥	6	\$2,000
麥迪遜	5	\$800 (住朋友家)
邁阿密	3	\$500

最後最後，購物的部分，因為秋季班的月份經歷了雙十一、黑五、聖誕節還有年末，所以很容易有用低價撿便宜的機會！我的個人建議是，來之前的行李打包可以不用帶太多衣服、保養、化妝品，只需要帶一些常用的、無法替代的那些，或是一個月的小份量即可，因為到國外真的誘惑很多，你一定會購入新的衣服、美妝、保養品等等，不用擔心會不夠用，只要擔心行李裝的裝不下即可。這部分我大概抓每個月有\$300 美金的零用金可以花費，剩下的話就歸納到旅遊啦。

四、照片 (如有, 請提供)







*First day of school 🌧️*







READING TERMINAL MARKET







