



# 世新大學

## 赴外交換計畫報告

基本資料			
學生資料			
姓名	朱紫瑄	交換校名	威斯康辛大學
		校區(若有)	河瀑分校
原就讀系所	英文系	交換系所	英文系
前往國家、城市	美國威斯康辛州	赴外學期	2021 至 2021 秋季班
交換資料			
出入境日期	出境: 2022 年 01 月 30 日	赴外共_172_日	
	入境: 2021 年 08 月 12 日	修課期間約_118_日; 旅遊約_54_日	
交換校獎學金:	<input type="radio"/> 無 <input checked="" type="radio"/> 有, 每學期約_75000_新台幣	該獎學金概述(名稱?名額?申請手續?)	
交通		課程	
航班抵達後, 如何到達姊妹校?		總修讀學分數	13
學校接送		必修學分數	12
簡述姊妹校周邊的大眾交通運輸		世新抵免學分數	
無		選修課程清單	1 Literature for Children
姊妹校住宿		2	Spanish
住宿約略費用	60,000	3	Introduction to Marketing
室友身份	當地學生	4	Content Marketing Communication
每房住宿人數	1	5	
宿舍設備	微波爐、烤箱、瓦斯爐	6	
建議攜帶物品	吹風機	7	
整體住宿約略說明		...	
交換期間生活花費	抵達首週約_25000_新台幣; 平均每月約_15000_新台幣; 共約_70000_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。

新冠狀病毒肆虐全球，而美國又是重災戶之一。看見世新學長姐們度過豐富的外籍生生活，我十分羨慕，可惜的是疫情之下，我無緣享受到。過往 UWRF 每學期皆有近百、甚至破百來自全球各地的外籍生，而 2021 秋季班只有不到 20 位，且往年有的所有外籍生活動一一取消，另外大部分的課程也是線上的。因此我的心得報告中，無法提供太多有趣的外籍生生活趣事給學弟妹們，我更多的是會給大家一些校園生活的小指點。

#### 事前準備

出發交換前，因為疫情仍很嚴重，學校給了三個方案：1. 按原計畫交換 2. 延後一學期交換 3. 取消交換。當時的我猶豫很久，由於不知道半年後疫情狀況，我最後還是決定按照原計畫交換。秋季班交換的好處是：1. 活動會比較多(雖然因為疫情很多被取消) 2. 會過比較多大節慶(萬聖節、感恩節、聖誕節) 3. 天氣比較好(會看到夏轉冬)。

辦理簽證是最麻煩的部分，建議大家盡早開始因為程序繁瑣，且美國在台協會克服都不是太友善，打電話去詢問可能不是最好的辦法。建議大家可以多上網找資料，網上會有很多人給詳細教學，很有幫助。這學期 UWRF 只有我一個交換生，我也不認識之前交換生學長姊，因此大部分東西都是自己搞，雖然辛苦，不過也學到很多東西。我學到最重要的一個小細節就是建議大家辦簽證都用火狐，我用了 chrome，網站一直會出問題，打電話去美國台協會問不但沒得到答案，還被客服小姐唸了一頓，因此建議大家用火狐就沒錯啦。

不像歷屆交換生，我們抵達時沒有隊輔帶我們辦銀行卡，或開車去大賣場採買，一切都要由

我們自己處理。過去的交換生們兩天就會拿到銀行卡，我們今年等了兩星期才拿到銀行卡，因此建議大家出發前要多帶現金，或是要有可以刷國外的信用卡，才不會發生把帶來的少少錢拿去開戶，往後兩周都身無分文的狀況。抵達時，學校會給全新毛巾組、床包、枕頭、基本小樣盥洗用品。因此若是你行李有空間限制的話，建議你用來帶衣服、吹風機等比較急用或不好買的東西。離學校最近的賣場 Family Fresh，走路 10-30 分鐘，那邊可以買很佔空間重量的盥洗用品、洗衣精等等，就不用自己扛去了。

### 校園生活

學校有很多棟宿舍，而我住在最偏遠的 South Fork。South Fork 是一間家庭式單人雅房，是學校同學們公認最高級也最貴的宿舍，必須有學分和年齡限制，還要有好的籤運才能住進的搶手宿舍。大部分的宿舍都是兩人擠一個小房間，且共用老舊浴室；我們 South Fork 是一人一房，四人公用一間廁所和客廳廚房。我們 suite 內的廚房有流理臺、微波爐、大冰箱，如果要烤箱和瓦斯爐，每層樓有公共的可以使用。洗衣機烘衣機也是公用的，都不用錢，只需要自己買洗衣精。廁所因為是在 suite 內，我們自己四位室友要打掃。一開始我很擔心會遇到很髒亂的室友，不過學期前所有室友要簽協議書，若學期中發生爭執也都能請宿舍負責人來協調或換房，因此不用擔心遇到雷室友。South Fork 的生活品質比其他宿舍高，唯一缺點是太偏遠，從宿舍走到最近的超市或酒吧都要走 30 分鐘，如果要提著重物或是晚上和朋友出去玩回宿舍，都要三更半夜在寒風走很久。如果宿舍對你來說只是睡覺的地方，那我會建議你住離 main street 或上課大樓近一點的地方，如 Prucha、May、Stratton、Johnson、Hathorn 等；如果你重視個人空間與生活品質，那我建議你住 South Fork。

<https://youtube.com/shorts/gjibeATBpdl?feature=share>

<https://youtube.com/shorts/2H4eDAAzV64?feature=share>

<https://youtube.com/shorts/qCDyh66CkCl?feature=share>

^以上三個連結是宿舍內的影片



<我與另外三名室友

Meal Plan 主要有三種：每周 14 餐、每周 19 餐、一學期 120 餐。而我還是 120 Block meal，也就是平均一天 1-2 餐。學校主要有學餐，和一些可以外帶的快餐或便利商店。我個人認為 120

餐非常足夠了，因為 120 餐是最自由的，不像其他 meal plan 會有很多限制，一次只能刷一餐之類的。說實話學餐食物不太好吃，選擇不多，吃久了會膩。學餐因為疫情關係還關了幾個膳臺，我們疫情下的學生食物選擇又比疫情前的學生來的少。如果你挑食、吃得少、喜歡外食，建議 120 Block meal 就足夠了；如果你不想花錢外食(美國餐廳都不便宜)，也喜歡花更多時間在校園的話，再來選擇 14 或 19 餐。

不管你是什麼宿舍或 meal plan，身為一學期交換生的你，記得學期末要去申請取消下學期的合約，不然你就拿不回保證金了，這件事學校不會提醒你，自己要記得喔！

學校說大不大，說小不小，該有的東西學校基本上都有。最大的缺點是學校是叫不到 uber 又沒有大眾交通，因此如果要去比較豐富的大賣場或隔壁城市，要自己找有車的朋友。我和幾位外籍生朋友剛到的前兩三周都是被困在 River Falls，不過因此也能更熟悉校園，也更能與身邊朋友相處熟悉，有失有得。

### 修課狀況

我在世新雙主修英文與公廣，簽證上是以英文為我的主修，而在 UWRF 最接近公廣的科系是 Marketing Communications。我們的簽證學分下限是 12 學分，而美國大部分的課是三學分，因此大多數外籍生都是選四至五門課。美國課程功課量比台灣重，有些卻有很輕鬆。我的四堂課中，有三堂非常重；不過有些其他科系的，課程卻非常簡單，因此每個人課業的難易度就不一定囉。

Time	Monday Sep 13	Tuesday Sep 14	Wednesday Sep 15	Thursday Sep 16	Friday Sep 17	Sa S
8:00AM						
9:00AM	MARC 200 - 02 Lecture 9:00AM - 9:50AM Davee Library 161		MARC 200 - 02 Lecture 9:00AM - 9:50AM Kleinpell Fine Arts B107		MARC 200 - 02 Lecture 9:00AM - 9:50AM Kleinpell Fine Arts B107	
10:00AM	SPAN 101 - 02 Lecture 10:00AM - 10:50AM Kleinpell Fine Arts 360	SPAN 101 - 02 Lecture 10:00AM - 10:50AM Kleinpell Fine Arts 360	SPAN 101 - 02 Lecture 10:00AM - 10:50AM Kleinpell Fine Arts 360	SPAN 101 - 02 Lecture 10:00AM - 10:50AM Kleinpell Fine Arts 360		
11:00AM	MARC 380 - 01 Lecture 11:00AM - 11:50AM Davee Library 101		MARC 380 - 01 Lecture 11:00AM - 11:50AM Davee Library 101		MARC 380 - 01 Lecture 11:00AM - 11:50AM Davee Library 101	
12:00PM						
1:00PM						

<我的課表

因為疫情的關係，許多課程都是線上或半線上。UWRF 會使用一個網站叫 canvas，它就像台灣大學使用的雲端系統，老師課程和作業都會 po 在上面，大家要自己定期去看老師公布的消息。特別因為疫情不穩定，常常上個幾堂課就會取消或變線上客因為班上同學確診了，這時就要養成看 canvas 或 email 的好習慣，才不會大風雪中還白跑去叫去教室一趟。

美國的學分和台灣不太一樣。美國的三學分，大部分情況是分成三天上，一天一小時；而不是像台灣的一天上一次，一次三小時。這個方式有好有壞。一堂課一周要見老師三次，代表功課量變重，每次上課都要準備，不像在台灣一周只見一次，功課可以前一天在趕完就好。

Literature for Children 難易度★★★★☆：這堂課一直都是線上課，課程模式就是老師每周或

每兩周必須讀數十頁的書，並且交一篇報告。老師不會上課，老師只會針對你交的報告給回饋。這堂課適合喜歡閱讀寫作、不喜歡上台報告的人。這堂課不難，沒有期中期末，只有平時小考，唯一是功課量非常非常大，光閱讀老師要求的東西要兩小時起跳，再寫一篇報告要再兩小時，為了準備小考可能還要兩小時，常常這樣每周就要搞五六個小時。

Spanish 難易度★★☆☆☆：這堂課是我修的課中最輕鬆的，主要是因為我在世新是轉學生，我曾學過四年的西班牙文，這堂課又是給初學者的，因此課程難易度對我來說不高，課業量也不算重。每周會有線上小考和作業，有期中期末考和期末上台報告，基本上不會負荷不了。不過我非常不推薦對於西班牙文 0 基礎的同學上，因為大部份的美國人在高中就會有一些西文基礎，因此老師上課並不會幫大家把基本功打穩，我建議要至少要有西文基礎再來修這門課。如果你連 buenos días 都不知道是什麼意思，這堂課的難度會是★★★★☆。

Introduction to Marketing 難易度★★★★★：雖然我雙主修公廣，不過我交換時是還沒修過公廣的課程的，另外行銷這種東西非常考驗在地性。老師上課都會提到很多美國的企業，這對非當地人會有一定的難度。這堂課可以學到很多東西因為有很多作業、考試、課程討論。要閱讀的東西不算多，但要吸收的內容很多，另外也沒有上台報告。雖然這堂算是初學者課程，我還是會建議對美國有定了解度，且有修過相關行銷課程的再選修，否則會像我一樣慘兮兮，課程聽不懂、作業不會寫。

Content Marketing Communication 難易度★★★★☆：這堂課是新開的課程，是系主任 (Introduction to Marketing 那位教授) 推薦我上的。這堂課我一開始完全搞不清楚在上什麼，還特別去和老師約談我才了解的。這堂課分為兩部分，第一部分是行銷自己部落格，第二部分是幫客戶創造企劃案。課程內容不算太難，不過有很多作業和小組討論，也有期中期末上台報告，沒有考試。因為這堂課的性質，我會建議有創意且喜歡大膽分享自己想法的同學選修。

## 校園活動

除了剛抵達的新生訓練，學校沒有為外籍生辦任何活動，不過學校每個月會有一些活動可以參加，大家可以多關注。另外也推薦大家多參加社團，我一共參加過七個社團，雖然聽起來很多，但美國社團不會每周都有社課，且很多社團因為社員確診，上了一兩堂就取消了。

- 一、Tonal Silence：這是一個阿卡貝拉團，需要徵選才能加入，學期末會有表演。一周要練團四小時，表演前會額外彩排與練習，這個社團比較花時間。
- 二、Asian American Student Association：AASA 的社課是隔周上，學期間會有一些社交活動例如烤肉、看電影、卡拉 OK 等等，學期末會有表演不過不強制參加，是個輕鬆有趣的社團。
- 三、Black Student Union：BSU 和 AASA 雖然都是專門設立給不同種族參加的社團，不過就算不是亞裔或非裔都還是能夠參加的。亞裔社性質偏玩樂，非裔社比較偏向互助協會。社課期間幹部會確認每個人在學校的身心靈狀況、確認大家沒有被種族歧視或排擠。社課也會提出一些生活中的哲學問題進行討論，是個非常溫暖且有深度的社團。
- 四、Indian Club：一樣的，就算你不是印度人一樣能參加這個社，社課我們會一起看印度電影、聽印度歌曲、品嚐印度美食，和 AASA 一樣，是個輕鬆有趣的社團。

- 五、German Club：這個社團並不是德裔社，而是德語社。這個社團我會建議學過德語的人再參加，因為社團內容比較著重在德語練習，其次才是熟悉德國文化。
- 六、Spanish Club：同樣的，這是西語社，和德語社不同的是，西語社更注重文化學習，其次才是語言練習。另外西語社並不是學習西班牙文化，而是南美洲文化。
- 七、Jiu Jitsu：沒有運動細胞的人也能參加柔道社，社團幹部都很友善的一個一個帶我們學習柔道，即使是初學者也沒問題。

### 整體心得

雖然說疫情期間交換並不是最好的選擇，特別是我還在交換期間不幸確診，不過時間是不等人的，我即將要畢業，而在學生期間當交換生是最簡單能夠拓展國際視野的方式了。我在這四個月認識了新朋友，做了沒做過的事，過了不一樣的生活，這都是平常在舒適圈做不到的事。如果你還在猶豫是否交換，我會回答你：經濟許可的情況下就去做吧！拚一把，四個月後你會感謝自己的！

