

出國報告（出國類別：交換學生）

紐芬蘭紀念大學交換學生出國報告

服務機關：國立暨南國際大學 國企系

姓名職稱：劉奕辰 大學部學生

派赴國家：加拿大

出國期間：2015/12/29~2016/04/26

報告日期：2016/05/01

摘要

我從小就對各個國家間不同的文化十分的感興趣，一直希望有天能踏出自己的舒適圈，出國交換以深入理解並體驗當地的生活。而在大四下學期我終於實現了我的夢想，申請至 **Memorial University of Newfoundland**，紐芬蘭紀念大學之 2016 年冬季學期做交換學生，實際與當地學生一同上課學習。這一個學期中我選了三門課程，分別是地理與環境變遷、西班牙文、基礎心理學以及民俗學。除了學習與上課，也參與了許多課外活動如：派對、滑雪、雪鞋、國際生之夜等等。同時也克服了開口說英文的恐懼，並與加拿大人以及其他來自世界各地的交換生交流做朋友，獲得了許多寶貴的經驗及難忘的回憶，也開拓了自己的世界觀與眼界。

目次

壹、	緣起與目的.....	1
貳、	研修學校簡介.....	2
參、	交換學生過程.....	3
肆、	心得與建議.....	6
伍、	附錄.....	7

壹、緣起與目的

我是一個很喜歡接觸多元文化的人，從小就對世界各國不同的風土民情感興趣。為此我一直盡力不斷進步自己的英文能力。除了學校的課程之外，我在高中時都會定期收聽 ICRT 以及閱讀英文雜誌，興趣方面我喜歡聽英文流行歌曲以及觀看雙語字幕的美/英劇還有電影，這讓我除了學到了口語的生活英文外，也理解了他們的文化及生活。上了大學後我也積極的參與英語角的課程，體驗外籍教師上課與台灣教育的不同；同時也盡力地接觸國際處所舉辦之活動。而在閒暇之餘，我參與了一個線上網站的計畫—Postcrossing，與來自全球各地的人交換明信片。我收到了來自美國、俄羅斯、芬蘭、香港等等國家的明信片，有些是分享自己最近的生活，或是介紹自己國家一些有趣的文化或美食；每一次打開信箱都是滿滿的期待與想不到的驚喜！這更讓我下定決心去嘗試申請交換，去其他國家闖一闖。

到了大四時，我提出了交換學生的申請。我希望能夠踏出自己已經習慣的舒適圈，去看看在世界的另一端，面對同樣的問題及情境時，他們是怎麼應對的；以及讓自己有一個可以將學了多年的英語學以致用的機會；同時也更能理解未來的自己想踏入職場、亦或是走入研究。

最初我希望交換的學校是美國的北科羅拉多大學，也為此準備了托福 TOEFL iBT 考試。但最後選擇加拿大的原因，是因為加拿大擁有完善的教育體系及一流的教育水平，同時政策穩定及經濟發達，最重要的是其移民政策多元化，對於就讀國際企業一直希望一窺多元文化的我而言，加拿大是最適合的選擇！

希望藉由成為交換學生，讓我不但在英語的表達能力上更加精進，最重要的是藉由與來自世界不同國家與文化的人們交流，提升我的國際觀及對新事物的適應能力，成為一名真正的地球村村民。

貳、研修學校簡介

紐芬蘭紀念大學 (Memorial University of Newfoundland) 成立於 1925 年，為加拿大大西洋省份地區最大的大學，也被認為是加拿大最好的綜合性大學之一。紐芬蘭紀念大學一共有三個校區，主校區聖約翰斯有 15 個學院，教學領域相當廣泛，且在教育、工程、商科、地質及醫學上有雄厚的背景。學生人數約一萬五千人，可說是規模相當大的一所學校。

這次交換的校區為紐芬蘭大學位於紐芬蘭島西側的 Grenfell 校區，該校位於 Corner Brook，是一個風景優美、民情純樸的小鎮。距離最近的機場 Deer Lake 車程約一個小時，小鎮的交通在冬季較為不便，最近的購物超市 Colemans 步行約 10 分鐘，每周二五有接駁車可以搭乘；鎮上步行約 20 分鐘，有電影院、銀行、餐廳等；如需購買較新鮮多樣的食材則需至 Walmart 或 Dominion，距離過遠通常是多人一同分擔計程車費；同時也有公車可以搭乘，但班次不多且周末沒有行駛，學生搭乘頻率不高。

選課的話學生可以自行選擇自己想要上的課程，不分年級或科系，但一般承辦人會建議選大一的課程較能跟上進度。在申請的時候對方學校的承辦人會請你選擇大約 10 門你喜歡的課程，最後選出約 3~4 門課，如果到了學校實際上課覺得不適應需要調整課表之類的，都可以尋求承辦人的幫助。上課與台灣大學最不同的是一門 3 學分的課不會一次上滿 3 個小時，而是每堂 1 小時分布在一周不同天來上課，比起台灣的上課時間，我覺得這樣短短的上課效果更好、更能吸收。紐芬蘭大學的課程大多會要求學生在上課前就先閱讀完指定讀物，上課的時候就可以直接討論，事先預習是必備功課。上課氣氛通常活潑有趣，學生也都踴躍發言，有任何疑問或想要分享的相關議題都可直接說出，充滿互動性。

如果因為語言或是任何原因覺得跟不上課程，學校的 Learning Center 每個禮拜有專門老師替你家教，也有同年紀的加拿大學生家教；對報告格式有疑問或是單純希望有人幫忙檢查的話，學習中心都有專人可以幫忙校稿。對於課程不懂也可以直接去詢問老師，學校的 office hour 使用率非常的高，老師也都非常樂意幫助交換學生。

參、交換學生過程

2015/06 - 決定申請交換學生

2015/06~2015/09 - 準備托福以及多益語言證明

2015/09 - 開學，開始跑國際處詢問交換學校消息及申請

2015/11 - 寄出交換學生申請電子檔

(實際截止時間為 9 月中，建議將來交換學生一定要趁早去詢問)

2015/12 - 確定申請通過，申請就讀課程

2016/12/29 - 前往加拿大多倫多

2016/01/04 - 紐芬蘭 winter semester 正式開學

2016/04/06 - 課程結束

2016/04/11~2016/04/20 - 期末考

2016/04/26 - 返回台灣

準備篇

出國前需要至國際處申請學校，以紐芬蘭紀念大學來說需要提供語言證明（多益、托福或雅思）皆可，提供的語言證明可以決定到當地所上的 ESL 等級，甚至是不需另外繳費的交換生。建議申請學校須要趁早，以我來說紐芬蘭冬季學期是 1 月初開學，我在 11 月申請其實非常的趕，可以的話要在一開學 9 月就趁早去詢問較好；尤其是宿舍名額有限，特別需要早點申請。由於只去交換一個學期，在加拿大 6 個月內的話都不需要另外辦理簽證。財力證明的話紐芬蘭大學沒有要求，在機場海關也沒有要求出示是否已經訂好回程飛機票，不過建議要將入學許可印好帶著，在海關被詢問的時候會使用到。

接機的話學校有專人安排，但若是因為天氣因素（暴風雪之類的）無法前往接機，可以先行搭計程車並領取收據，學校會全額給予經費。比較麻煩的是學校宿舍要求學生不可以提早太多天入住，但我們訂機票卻又訂不到剛好的時間，因此先在多倫多待了幾天到學校。

課程篇

在這次的交換學生課程裡，我選擇四門課程，分別是地理課、基礎心理學、西班牙文以及民俗學。地理課課程重點放在未來氣候變遷後的世界會變成什麼樣子，我們以 Laurence C. Smith 的〈The World in 2050〉為參考書，理解為何在西元 2050 年世界北極圈環繞的八個國家會逐漸掌握大權，以及對世界的影響等。

基礎心理學則是從心理學最基本的知識開始教起。包括心理學的歷史、學派，如何設立假說以及身體構造與心理學的關聯等。除了課程外學生還可以額外獲得 3% 的加分機會，方法就是實際去參與學校高年級的心理學實驗；其中包括參與線上的心理學問卷，以及實際參與實驗過程，如：在午餐時間試吃烤肉，並回答對肉的滿意程度等。

西班牙文的老師來自秘魯，上課方式輕鬆活潑且充滿互動。上課時間和其他課有點不同，是一個半小時一堂課、每周兩堂課，另外還會有額外的一個小時 **Lab time**。除了上西文文法之外，還會介紹以中南美洲為主的文化以及節日等知識，讓學生現在學的西文知識將來可以在旅遊或是就業時學以致用。比較可惜的是加拿大人主要學的外語以法語為主，因此雖然法語班有非常多班且有好幾年的課程供選擇，西文只有一個班級且人數約 10 人。期望將來紐芬蘭大學會有越來越多的學生學西文。

民俗學最初選課時我本來以為會以介紹格林童話以及其背後的含意，以及充滿民族舞蹈及歌曲的課程。結果出乎意料的完全不同，但其精彩有趣程度讓我完全沒有後悔選了這堂課。課程中包括介紹民俗學的種類，如：神話、傳說、民間故事、笑話等，理解它們演變的來源與時代的關聯，從而理解背後的文化含意；也學了許多生活中的民俗學，如發生在職業、家庭中的故事。老師上課非常的幽默風趣，還可以聽到許多加拿大同學分享他們的生活、節慶等等的故事，有時雖然聽不懂一些雙關的英文笑話，但總體來說是一門非常有趣且能深入理解加拿大文化的課程。課程中我們撰寫了許多報告，如介紹自己熟悉的一個節日以及將它以專業手法作分析、實際體驗田野調查，採訪一個故事並將其記錄下來、將採訪的故事引用專家的看法加以分析解讀。對讀商科的我來說，寫這樣的報告十分的困難，包括使用了非母語的英文以及要遵守 MLA 格式等，好險老師以

及學校的 Learning Center 都給予我非常大的幫助，讓我順利的完成報告，也學到了許多以前從未接觸的新知。

日常生活篇

宿舍有分兩人一間含冰箱和衛浴的 old residence，步行約 3 分鐘的 new residence 以及四人一間、含衛浴及廚房的 chalet。飲食的話學校有 food court 以及二樓販售咖啡以及輕食的 Brew，但價格偏高且食物變化不多，建議可以自己買食材煮飯；學校廚房提供電磁爐、微波爐以及烤箱，廚具等都可以在鎮上便宜購買到。醫療方面學校會要求辦法學生醫療保險，之後只要把保險資料列印下來隨身攜帶即可。開戶的話學校有與 Scotiabank 合作，可以先在台灣兌換旅行支票，再去銀行開戶即可使用 Debit 卡，在生活上使用非常方便，在紐芬蘭基本上購買任何東西都可以使用。

課外活動篇

而在課餘時間的休閒活動，ESL (English as a Second Language) 每周末都會有 recreation 休閒活動，從看冰棍球、走雪鞋、看電影、看歌劇等等的皆有包含，交換生也可一同參與。除此之外學校也會不定期舉辦許多活動，如每周四晚上的電影之夜，便宜且包含交通以及一小時教學的滑雪等等，學校食堂旁邊的 Backlot 也會有派對可以參加，學生也可以在自己的宿舍舉辦小型派對，課餘生活十分的多采多姿。我本身沒有另外參加社團，但學校也有籃球隊、足球隊，飛鏢社、西班牙文社等社團提供有興趣的學生參加。同時每個學期都有舉辦一次的國際生之夜，國際生可以換上自己國家的傳統服裝，進行表演或演講，並烹煮特色食物給加拿大人，讓自己的文化被更多人看見。

肆、心得與建議

在紐芬蘭大學有非常多的國際學生，交換生們都非常的熱情且樂於交朋友，彼此互相分享自己國家的文化以及美食，了解到很多截然不同的世界。學校每周五都會舉辦 coffee house 讓國際生以及加拿大人聊天，可惜這個活動參加的加拿大人還是偏少數。同時學期初可以申請 Mentor 計畫，類似於台灣的抽學伴，會有一位加拿大學生與國際生配對，學校會不定期舉辦保齡球、雷射槍等活動讓有參加 Mentor 的學生參加，平時也可以一起煮飯或去購物等等，更加深入地理解當地人的生活。

在這次出國交換的過程中我也得到了許多寶貴的經驗。如同第一次出國及搭飛機，出外旅遊時要注意自身的安全以及深度旅遊的樂趣，以及在交換生時無數次的遭遇文化衝擊該如何適應等；如我與我的加拿大室友共用一間浴室，可是我並不知道使用浴簾需要將簾幕的下襠放進浴缸內，導致地板到處都濕濕的窘況。以及在上課時對我來說很陌生的師生直接互動，雖然我仍然沒辦法像我的加拿大同學們自在地發表看法，但比起過去羞澀於表達意見的我，我認為自己已經有了很大的進步。

出社會後也許再也沒有這樣的機會能夠出國體驗，所以我認為若是對交換學生有興趣的同學可以盡可能的去提出申請，尤其是學校提供了很多免學雜費（只需繳交暨大學雜費）的學校作為選擇，對方學校也設有給予國際學生的獎學金，政府更有學海飛颺、學海惜珠等計畫，部分學校更能藉由過一定門檻的多益成績交較少的費用；只要願意去爭取，手邊其實有著非常多的資源。對於英文沒有信心也不需要擔心，一開始真的會很害怕自己的單字量不足以及講話速度太慢，導致去了國外無法和人溝通，但到了當地就會發現根本不用擔心，大家都很有耐心的聽你慢慢講，漸漸的信心培養起來後，說的一口流暢的英文不再遙不可及。這次的交換經驗我學到了許多新知識，更重要的是我交到了許多來自世界各地的朋友，也不再害怕出口說英文。雖然交換的時間短暫，但它給了我無可取代的經驗以及寶貴的回憶。期望對交換有興趣的同學能夠多把握大學的這段時間，有機會踏出自己的舒適圈，出去看看世界，提升國際觀及對新事物的適應能力，成為一名真正的地球村村民。

伍、附錄



紐芬蘭紀念大學 Grenfell 校區



Old Residence 廚房交誼廳



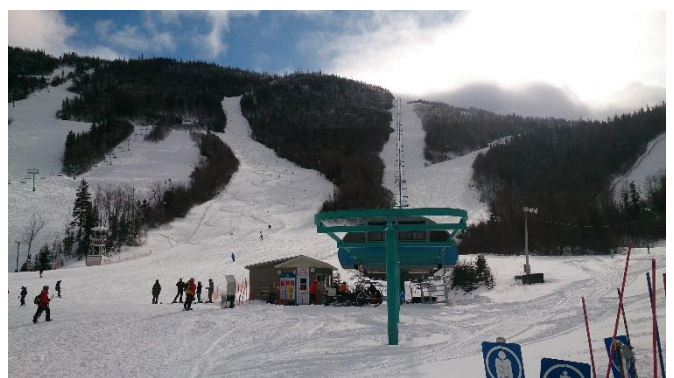
觀看冰棍球 Hockey



學校食堂旁的 Backlot 派對



紐芬蘭傳統晚餐 Jiggs dinner



至 Marble Mountain 滑雪