

國立臺北商業大學交換生心得報告

姓名：林彥伶 日期：2024年 1月7 日

活動名稱	112學年度交換學生
活動時間	112年 08 月至 112 年 12 月
活動地點（交換學校名稱）	美國匹茲堡州立大學

心得報告

- 一、學校資源與課程介紹:**在匹茲堡的交換學生可以自由的選擇喜歡的課程，美國學校提供了多元的課程，像是陶藝、珠寶設計、音樂課程等等…
而匹茲堡國際處對於國際學生可以說是問必答，在匹茲堡若是有遇到課業或是社團等問題都可以至國際處尋求協助。
- 二、氣候與衣著:**在匹茲堡的夏季，氣溫高達四十度，建議需要戴帽子及足夠的防曬，從十一月開始，早晚氣溫較大，晚上有時候會至負四、五度。
- 三、日常生活住宿、交通及飲食:**
我住在學校宿舍，而住在宿舍學校就會搭配 MEAL PLAN 所以幾乎都是吃學生餐廳，而交通方面匹茲堡可以說是沒有大眾運輸，幾乎都是靠雙腳，腳踏車，或是請同學載。
- 四、銀行開戶、居留證/簽證、手機電信:**
在一開始抵達學校的時候，國際處會帶著學生去銀行開戶，而簽證方面學校在一開始申請時，也會寄送表單告訴學生要如何執行，在電信方面台灣現在有許多管道可以購買，亦或是至當地在購買電話卡及每月預付卡通常大家會選擇 T-MOBILE 或 AT&T
- 五、社團生活、學校活動:**
匹茲堡國際學生社團 (ISA) 可以說是所有國際生都會參加的，而 ISA 會時常舉辦活動像是萬聖節雕刻南瓜，GLOBAL FEST 請國際生準備料理或是在地文化與所有匹茲堡學生分享，喜歡運動的一定也會喜歡在美國校園生活，美國校園提供了兩個體育館及健身房，而學校也有許多體育比賽，在九月至十一月，幾乎每個星期六都有美式足球的比賽，而所有城市裡的人都會到學校觀看比賽。
- 六、其他心得分享:**
我決定參加交換學生計畫的初衷，源於對不同文化和語言的好奇心。而美國是一個極度多元化的國家，不論是在人口、文化、宗教、種族、語言和飲食等方面等。在匹茲堡州立大學這個新的環境中，我體驗到了不同的學術體系。美國校園提供了豐富的課程，在課堂中教授十分注重實際應用和實務經驗，幫助我們將理論知識應用到實際情境中，並且強調獨立思考、分析問題及提出自己的觀點，以促進師生共同學習。其中有有一門課是讓我們做 Job shadowing，那是讓我印象深刻的一份作業，在 Job shadow 的過程中，我聯繫了一位銀行副總裁，深入了解美國銀行的

工作內容和職責。他給予了我許多建議，也告訴我們在銀行工作所需要的要求，在這之中我也和他分享了我所注意到美國和台灣金融體系的差別，這次機會在不同國家的企業觀察和學習，讓我更加了解未來自身所需要的專業能力。而除了學校課程之外，我還參與了美國校園多元和豐富生活，像是美式足球比賽；捏陶捐贈活動；Home parade、Global Fest 與美國師生及國際學生分享自己國家文化、食物，這些活動不僅為我提供了放鬆身心的機會，還讓我建立了深厚的友誼。總而言之，匹茲堡州立大學的交換經驗是一次難得的冒險，讓我在學業和生活方面收穫良多。

給未來交換生的建議：

多查，多問，多參加校園活動，認識國際學生及在地同學。美國校園提供的資源可以說是相當豐富，在交換期間，建議多多去使用；美國校園有與多與台灣不同的地方，除了課業外，我覺得參與他們的校園生活才是最快速融入當地校園生活的方式。

活動照片

(照片說明:) GLOBAL FEST: 每學期會舉辦請國際學生自由參與分享自身國家的食物及文化，像是舞蹈、手繪、服飾。



(照片說明:) 美式足球: 在九月至十一月時，幾乎每個周六都有比賽，而學生可以去 Ticket office 拿免費門票觀看。



(照片說明:) HOME PARADE 校友返校活動，邀請所有國際生帶著國旗參加遊行。



(照片說明:) JOB SHADOWING 管理課程報告至當地銀行與高階主管做訪談，對於想從事的職業進行了解。

