

國立臺北商業大學交換生心得報告

姓名：高誠 日期：111年6月20日

活動名稱	110 學年度交換學生
活動時間	110 年 08 月至 111 年 05 月
活動地點（交換學校名稱）	Pittsburg State University

心得報告

一、學校資源與課程介紹：

在匹茲堡州立大學的生活，在來之前總會擔心可能因為語言的關係，沒辦法很好地適應環境，但事實上老師人都很好。而且剛來到學校的第一周也會有 Orientation week 主要辦理註冊學生證之類的事宜，讓你提前先認識其他來自不同國家的交換生，並同時熟悉學校的環境。在 Pittsburg 我覺得很有趣的是交換生的計劃能夠選各種不同科系的課程，像我兩個學期就都選了心理學相關的課程，還有選了一堂蠻好玩的戲劇課，個人覺得學校給人很自由的感覺，只是功課部分需要適應一下，美國是屬於每週不會有太重的功課，但每個禮拜都會有固定要完成的東西。

二、氣候與衣著：

在來美國交換以前，我沒有體驗過零下以及下雪的氣溫，之前去美國都是在暑假的時候去看我的奶奶，但這次就有體驗到；我其實算是一個蠻怕冷的人，到了冬天常常覺得衣物不夠保暖，但是後來購入羽絨外套及發熱衣就好很多了。另外，在 Pittsburg 也可以很清楚地看到四季的變化，這是在我不曾有過的感受，夏天的蟲鳴鳥叫、入秋時被染紅的葉子、冬天覆蓋路面的綿滑白雪、春天學校裡接連盛開地鬱金香，這些都是我在台灣沒有過的體驗，也是深深烙印在我腦海，遲遲無法忘卻的記憶。

三、日常生活住宿、交通及飲食：

我是選擇在學校宿舍住宿，可以選擇你想要的方案，我選擇的是 Tanner Annex 原本是雙人的房間，但因為疫情學校會建議每個人還是獨立居住為主，個人認為這樣蠻適合我自己的，有很大的空間也不用害怕吵到室友，或有不好的室友。在學校住宿的話就需要配合學校的餐食計畫，餐食計畫分為三種，我自己是選擇一學期儲值 1000 美金，在學校的星巴克以及學餐都可以使用；我個人選擇這個計畫的感想是很容易花不完，因為不會一直想要吃學餐的食物，容易吃膩，而且也無法退費，所以我變相地喝了很多咖啡來分攤金額；但我覺得這已經是最適合我的方案了，所以我上下學期都選擇這個方案。交通部分我們一開始主要都是以腳踏車為主，學校可以租借，只需付租金即可；但後來我們有自己買了二手車，因為這樣去到各個不同地方遊玩的交通費也可以比較省，並且在離開前把車賣掉了。

四、銀行開戶、居留證/簽證、手機電信：

在剛來學校的 Orientation 就可以讓大家報名跟著學校的其他國際生一起去銀行開戶，但手機電信的部份我們是請也是國際生的學姐載我們去 AT&T 電信做開通的。至於簽證的部分，我在拿到入學通知以後就開始籌備申請了，但當時因為疫情關係申請的人數眾多，預計面試的時間已經超過我們須抵達美國的截止日，所以我

們去申請了緊急面試，也順利面試好拿到簽證。

五、社團生活、學校活動：

學校的活動真的蠻多的，除了一開始的 Orientation week 的適應週外，還有一開始的粉末派對，各種節日也有不同的活動，還可以申請 Friendship family 去認識當地的家庭。我在交換的時候也有參加社團，我參加的是國際學生會以及台灣學生會，我們國際學生會也有在 Home coming 的時候舉行遊行，各個不同國家的學生拿著自己國家的國旗上街遊行，是一個非常難得的經驗；另外我們台灣學生會也有在國際文化節上表演跳舞以及準備台灣的珍珠奶茶以及點心等等。

給未來交換生的建議：

我真的非常開心能夠有這個機會，不僅是認識到各個國家不同文化背景的人，在美國的生活對我來說真的像是在作夢一樣，我自己本來就是一個對美國文化有很大憧憬的人，很慶幸自己在這個年紀有這樣的機會能夠待在美國這麼長的時間生活，我認為這是在出社會以後沒辦法擁有的經驗，也非常值得。另外，我覺得如果有任何機會可以去哪個地方遊玩，就多去看看吧！生命最大的意義就在於不斷地體驗。

活動照片

Home coming 遊行



幫 Patty 慶生



戲劇課成果發表



Taste and Sound 台灣學生會表演

