

附件一

# 南華大學學生海外學習 心得報告



系 所：國際企業學士學位學程

姓 名：陳昱寧

海外學習國家：美國

海外學習期程：108年08月16日至109年03月20日

繳交心得日期：108學年度第2學期

## 海外學習單位資料

海外學習單位名稱：西來大學

地理位置圖：



地 址：1409 N. Walnut Grove Ave., Rosemead City, CA, U.S.A

電 話：+1 626-571-8811

網 址：<http://www.uwest.edu/>

聯 絡 人：Henna Hung 6265718811 #120

說明：

- 1.請於返國後30天內填妥「心得報告」，將紙本及光碟乙片（包含海外學習照片、影片、心得報告電子檔）交至國際及兩岸交流處郭小姐 [Lingyu@nhu.edu.tw](mailto:Lingyu@nhu.edu.tw)。
- 2.返國後一個月內，連同國外研修大學之成績單正本、影本、護照影本，入出境日期戳記影本、「採認選送生國外科目學分申請表」、本校「返校手續單」，向甲方辦理報到及返校手續。
- 3.返國後未於30天內依前項規定辦理返國報到者，甲方得依「行政契約書」第12條規定辦理。
- 4.如本表格不敷填寫，請自行調整。

## 實際花費

學雜費/學期	489 USD (*2)
住宿費/月	652 USD (*5)
生活費/月	1000 USD (*5)
機票/趟	675.24 + 1225.35 USD
合計	11138.59 USD

\*請註明幣別

### 壹、 海外學習出國行前準備（如何申請、語言、醫療、保險、帳戶）

一、 如何申請:南華大學主要提供兩種管道給學生申請至西來大學就讀，第一種是短期交換生，可以修習英語能力，如果語文能力足夠可申請修習學分班；而我申請的是第二種

——2+2學生，準備資料又分為校內及校外，校內所需資料較需要時間準備的是「2+2雙學位」修課計劃書以及英文推薦信。「2+2雙學位」修課計劃書的重要內容包含課程抵免部分，課程抵免部分建議從一年級開始做起，每學期獲得新學分在更新資料，這樣才能更有效修習需要的學分以及盡早完成所需學分；若想要瞭解需要哪些學分，則可從未來欲要攻讀的西來科系課程表與南華開課資訊做對照。英文推薦信部分，通常請教授幫忙寫之前要先準備好英文草稿與自己的資料，如此才能使教授更好下筆，並且由於教授通常事務繁忙，最好提早一個月將資料交給教授，如此才能趕上在期限內繳交。校外所需準備資料主要有英文作文及學海系列要使用的獎學金推薦信以及英文能力證明，推薦信準備內容與上述大致相同，英文能力最好也是趁早準備，許多同學會放棄2+2計畫都是因為語言門檻沒有到達。英文作文基本上不會太過困難，由於是作業，也可以翻找資料，這篇寫作比托福考試要求的寫作長度要長，但將來在西來大學修習的寫作作業大致長度皆是如此，因此可以透過這篇作文先行體驗未來的功課大概是什麼樣的感覺。

二、 語言:我在增進語言能力時，最大的感受是要多練習。如果認為自己十分自律的話也可以在家自讀，若定力不夠，很多學生也會去補習班，如果能因為老師所出的功課而每天認真學習英文也是不錯的選擇。在托福考試的準備前，我也是英文相當不好的學生，我認為「TOEFL MAP」這系列練習題

很適合英文不好的學生入門，可以分程度的選擇適合自己的等級來使用。

三、醫療與保險:在西來大學的國際學生都需要強制保險，價錢大約是上學期是650美金、下學期是900美金。是在美國看醫生都需要事前預約，要使用保險需要找特定合作的診所看病，而診所又分成許多不同種類，如果不知道如何上網查詢，可以直接向 STUDENT LIFE 工作的員工詢問，學校的員工將會很樂意幫忙。看病時須出示護照及保險卡，看完病之後通常診所會統一將資料給保險公司索賠，離開前可以向櫃台確認是否需要自己向保險公司申請，索賠時間相當漫長，需要大約四個月後診所會寄支票回來，因此如果只是短期停留的學生最好還是自己帶藥較為保險。

四、帳戶:金錢部分我是在台灣兌換旅行支票後自行帶往美國，一方面可以看準匯率再兌換，可以減少匯率損失以及轉帳手續費，另一方面也比直接帶現金安全許多。通常西來大學的台灣學生會選擇在距離學校最近的 WELLS FARGO(1803 Walnut Grove Ave, Rosemead, CA 91770美國)開帳，也有極小部分學生會至 WALMART 裡的 US BANK 開帳。美國帳戶通常分做兩種，一種是 CHECKING，此帳戶連接金融卡，在美國消費大多店家都會使用金融卡來付帳；另一種是 SAVING，在 CHECKING 帳戶額度不足時，可透過手機非常方便的將 SAVING 的存款轉到 CHECKING 中，通常 CHECKING 帳戶不會放巨額存款，因為連接金融卡，CHECKING 方便性較佳、安全性較薄弱。

## 貳、海外學習單位介紹

西來大學是一所私立大學，成立於1991年，由佛光山與西來寺星雲大師所成立。西來大學提供良好的學習系統，也讓學生具有應該的國際視野，啟發學生充滿國際觀。學校不僅傳遞學術及理論上的知識，也讓學生在一個文化和知識的交流環境下學習，培養學生能力的提升與充實自我的生活。學校提供給學生優質的師資團隊、良好的學習環境，讓學生能在學校受專業的教導以及訓練，未來在畢業後的職場上而具有更多的競爭能力。西來大學引導學生以智慧和對不同文化的接受觀念，教育學生東方、西方的文化差異與理解。在學術上，也希望學生能有統合理論的能力及實踐精神，讓學生有判斷及評估的思考能力，並在自我學習的領域中將來能在職場上發揮所長。(參考資料:OH!STUDY 留遊學教育網)

### 參、 海外學習內容簡介

這學期我所修習的四堂課分別是「Marketing Research」、「Small Business & Entrepreneurial Marketing」、「Religion, Science, & Society」、「Introduction to Western Psychology」。

- 一、「Marketing Research」:市場行銷，這堂課是為幫助我能順利從南華大學畢業，配合南華大學課程時序表而單獨開授的一門課，主要著重於自我學習，有問題時可與指導教授約時間討論。一學期作業總共是4份摘要與案例分析需要繳交，期末成績為15頁研究報告。
- 二、「Small Business & Entrepreneurial Marketing」:這堂課主要還是在教授行銷學內容，比較特別的是教授會融合實務內容。需報告課本一個章節與完整案例分析。
- 三、「Religion, Science, & Society」:這堂課是西來大學通識教育的capstone，這學期能完成這堂課讓我十分感動，上這堂課的同學也意味著離畢業不遠了。這堂課主要探討宗教與科學的平衡，西來大學是一所由佛光山開立的大學，雖不至於學生都是佛教徒，但在這裡的學生多少都會浸染到宗教概念，這堂課幫助學生獨立的批判性思考，讓學生不會盲從他人。
- 四、「Introduction to Western Psychology」:這堂課是基礎心理學，會選擇這堂課多半出於我個人興趣，令我意想不到的是心理學涵蓋的範圍比想像的廣，甚至延伸至內分泌用藥，這是一堂很好的課使對心理學有興趣的同學能很好的建設基礎概念。期中考試是五十題的選擇題，期末須選擇一項主題上台報告並繳交五頁的專題報告。

### 肆、 活動安排與結交各國朋友經驗

- 一、活動安排:在美國的生活體驗中，前往許多地方旅行，除了較近的洛杉磯市區及環球影城外，還前往名勝遊玩，包括:約書亞樹國家公園、紅杉木國家公園、國王峽谷國家公園、優生美地國家公園、舊金山、西雅圖、黃石公園、大峽谷、羚羊峽谷及馬蹄灣、拉斯維加斯。可說是遊玩了許多地區，也跨越了五個州，見識了許多不同地區的風情以及風景。
- 二、結交各國朋友經驗:在西來大學的住宿生多從台灣、中國、尼泊爾、印度、墨西哥及在地生為主。課程部份的同學則多由在地生及墨西哥學生為主，因此上正課的學生還是有

許多機會結交較擅長英文的學生。

- 伍、異國文化風情體驗（如文化衝擊與飲食習慣）  
美國可謂是種族大熔爐，可以在美國吃到各個不同國家的餐廳，台灣、中國、越南、墨西哥、印度等等都不是問題，美國同學基本上都相當和善，初來乍到的同學不須太過緊張，他們會很有耐心的傾聽你想表達的事物。
- 陸、海外學習收穫與心得感想  
這次海外學習對我來說最大的收穫就是一個不同的生活，在不同的環境中體驗不熟悉的新事物，在國外生活最重要的事就是要調適自己的生活及心情。另外，我認為美國的文化風情是相當親切的，美國人相當重視禮貌，不像在電影中看到的那樣隨心所欲，我相信對於台灣人而言，若要在美國適應實在不會太困難。
- 柒、對未來學弟妹之建議  
雖然學校生活相當安逸，但出門旅行必定要注意安全，國外治安畢竟不如台灣，偷竊等問題還小，在市區中要注意保護自己，很多遊民及神經病都會在街上遊蕩，晚上也不宜太晚回家；前往國家公園等地要注意的則是下載好離線地圖，就算是在高速公路也會有沒有訊號的時候。

捌、 海外學習照片(至少10張)







