

學海飛颺學生出國研修心得報告內容大綱

請於封面上方列標題(標題內容須含：選送生獲補助年度、薦送學校系所、年級、中文姓名、前往研修國家、國外研修學校名稱、國外研修成績及短片時間及標題)

獲補助年度	109學年度
薦送學校、系所、年級	德明財經科技大學流通管理系四年級
中文姓名	韓佳燕
研修國家	美國 Minnesota
研修學校	Metropolitan State University
國外研修成績	GPA 3.53
短片時間及標題	5:51 學海影片

一、緣起

從小我就對於美國有很多的嚮往，也因為家中有家人輪流到美國讀書也影響了我，加深了我想要加入MSU的計畫一起到美國讀書。從小就讀雙語幼兒園，會與許多外師接觸，也因此萌生了我對於美國的嚮往。還記得在大一看到傳單時，我就拍下來傳給了父母並告訴他們，我想參加MSU的計畫，並一起聆聽說明會。在這整個過程中，我對於自己的目標一直都很清楚，我想參加廚藝管理的課程，並提升自己的廚藝。只是在出國前，因為Covid-19的緣故，廚藝管理的課程並沒有開放授課。於是選擇跟大家一起加入企業管理，並學習更多不同的課程。我還記得，爸爸在我上飛機前幾個小時告訴我，我從小就告訴家裡的所有人，我不是台灣人我是美國人，我要去美國讀書。這讓我更明確的知道，原來我從小就有這麼深刻的嚮往。

二、研修學校簡介

在就讀明尼蘇達州的Metropolitan State University將近一年中，學校有主要校區及分校，而我們是在分校上課。學校周邊的環境十分的便利，大家會一起提早到學校附近買午餐或早餐到學校享用。在進入學校時，會先看到保全人員以及學校服務人員在門口與大家打招呼，這讓我們感覺很好也很安全。在課堂休息時間，我們可以看到外面的草地，不會讓我感覺到我是在一所學校中，而是可以感受到在草地上噴跑的小孩或是動物，這讓我們更能感受到休息的空間。

老師及教授也都十分專業及熱心，閒暇之餘都會與大家閒聊，不

會因為我們是學生或是亞洲人，反而不互動或是歧視我們。反而透過討論報告的方式，將大家與外國人分配組別，讓大家在交流更快速的熟悉。雖然這所學校不是排名第一的名校，但卻有滿滿的資源可以提供給學生，盡可能的幫助學生更理解課堂及學習。

三、 國外研修之課程學習(課內)

面對與我在台灣不同的主修課程，我會感到焦慮及不適應。但在課堂中與課堂後，我們都能與教授聯絡尋找更多建議。課堂上，教授們會對於不同的課程提供不同的活動，帶大家參觀博物館、邀請專業人士到課堂上演講及提供更多的體驗活動，讓我們可以放輕鬆的融入課堂中。透過分組活動，我們需要與外國人一起討論及分享，我可以更快速的練習英文及透過交流吸收領悟到更多不同的想法。教授們都會盡可能的幫助我理解我不了解的部分，透過作業的方式，給予大家即時的反饋及意見，幫助往後的作業可以更順利及成功的完成。透過課堂與討論，可以感受到更多啟發及想法，有些想法是我們在台灣的教育中不會想到的，有些則是透過與外國人交流而受到的啟發。我認為這些經歷都十分寶貴，因為這都是我們無法在台灣的教育環境中學習並確切應用在生活中或是工作上。

四、 國外研修之生活學習(課外)

美國的假期很多也很長，在放假及閒暇之餘的課程中，我常常會利用這些機會去找很久沒見的姊姊和朋友。同時，美國也是一個熱愛運動的國家，所以大家都會互相約去看球賽，不一定會看得懂，但會感受到現在不同的氛圍，這些氛圍都無法在台灣的球賽中體驗到。我特別喜歡看冰上曲棍球，所以我經常在有空時去看比賽，從原本的不懂規則到現在可以向朋友解說，我認為這是一種愛好的投資，同時也是台灣沒有的運動賽事。我會說這種現在體驗比賽的經歷，如果不親自到場感受，真的無法理解為什麼大家都會那麼激動與團結。



美國，是一個處處都會發現不同驚喜的國家，有些州與城市都會有很大的差異，有些不接受手機支付，有些只接受刷卡或現金。而我在這將近一年的時間裡，最常去的地方是西雅圖，因為家人在那，所以常常放假都去和家人一起過。西雅圖，雖然是一個華人很多的大城市，但大多的服務人員都還是會跟我們說英文，我認為這是一件好事，可以脫離同溫層也能練習英文點餐。西雅圖是一個不太下雪的地方，去年聖誕節放假

時，我與姊姊去了位於西雅圖的德國小鎮，這個小鎮並不大但卻有很漂亮的建築及風景。還有很道地的德國香腸堡，這也是我吃過最好吃的淺艇堡了！第二次去德國小鎮時，還是我很想念下了雪的時候，那滿地的飄雪及雪白的樹。

滑雪，也是一項下雪時不可缺少的經典活動。滑雪並不簡單，但也不會非常困難。在慢慢的學習過程中，我跌倒了很多次也正正面撞到雪過，我一開始都以為跌了會很痛，但其實並不會痛。也是因為沒人可以將滑雪技巧直接傳授或教導給我，所以我在跌跌撞撞中慢慢成長，也學會如何控制及施力。學校也有趁假日時，帶大家去滑雪場體驗。那是我第二次滑雪，很明顯我沒有一直跌倒，反而可以教身邊的朋友如何慢慢站起來，或是慢慢的陪著他們。我想大家都是在跌跌撞撞中慢慢找到平衡及如何成長的吧！



我相信迪士尼及環球是許多人來美國時，一定會去的遊樂園。在長假中，我與姐姐會一起相約到加州碰面再一起去玩。遊樂園中滿滿的人潮是一定的，但在迪士尼中，我可以感受到童心未泯的大家都一樣的興奮。當大家帶上髮箍及裝扮成角色時，都會聽到別人的讚美及小孩緊盯的眼光。相對遊樂設施跟亞洲地區也有很大的差異，我個人認為比較刺激比較好玩，而小孩子們的尖叫及笑聲也確實比往常台灣的遊樂園，都還要大聲許多。更多的角色更多的主題，遊行及煙火也是相對的精彩，只是日夜溫差大，真的很需要注意保暖。

五、 研修之具體效益(請條列式舉例)

- ⑩ 理解案例分析及使用分析工具
- ⑩ 英文能力提升
- ⑩ 將PPT更完整呈現及報告
- ⑩ 與人積極交流討論報告及解決問題
- ⑩ 學習與壓力共存，規劃時間分配
- ⑩ 與不同國家的人交流和分享文化
- ⑩ 深入瞭解教育方式的不同



六、 感想與建議

將近一年的時間在美國讀書及生活，在不知不覺中時間很快就過去了。正當要開始融入以及將自己定義為美國人時，時間就到了也必須回台灣，大家也都很捨不得。生活開銷的金額是真的很龐大，物價也與當初預想的有許多的差距，也許是因為疫情停擺的一年中，物價

有所提升，有少數的東西是真的比台灣便宜，但大多都比台灣貴許多。當我可以與外國人交談的流暢時，我知道我的英文有明顯的進步，即便我當初的托福成績沒有很理想，但我卻可以在短短的幾個月當中有明顯進步。我認為可以出國讀書一年，這個機會很難得，家裡的支持也十分重要，畢盡生活花費是真的很高，但也因此透過這些經驗，理解到美國與台灣的不同及台灣的珍貴。

在一年當中，會趁著放假與家人或是朋友出去玩，這能更直接的接觸到當地文化及提升我的溝通能力。當自己需要獨自搭飛機時，是真的很緊張及害怕，但當獨自搭飛機變成了我的放假常態時，我會意識到自己已經不再害怕，也可以獨當一面的完成這些事時，那份成長的驚訝感，真的無法形容。

多認識朋友也很重要，大家在閒暇之餘可以一起聊天一起出去玩，做作業時也可以互相交換意見，或是一起看報告分享看法。我認為朋友將會是這一年讀書過程中，最重要的陪伴。身邊少了家人，所以大家會更照顧彼此，互相幫忙及照顧，就像家人一樣。

我建議可以在出國前可以多存錢，多督少少的幫助家裡減少負擔，教育部也可以在心得繳交後，調整增加金補助或是提供成績水平超過GPA3.5可以有獎學金。提供給學生珍貴的機會多體驗更多美國生活及參與更多活動，我認為補助金額增加，有助於學生對於課業的上進心增加。

YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=K9mq1TKHD3w>