

國立彰化師範大學

學生出國研修心得報告內容大綱



彰化師大就讀系所、年級	行銷與流通碩士班 二年級
中文姓名	林○妤
研修國家	加拿大
研修學校	University of Ontario Institute of Technology

一、緣起

在大學時期就非常希望能有機會出國交換，礙於種種因素，而讓計畫延後，為了能讓研究所生活能與他人有所不同，也為了能夠實現大學時的夢想，有幸能夠參與此次的交換計畫，除了想透過出國期間，投入於全英語的環境，更深一步的進修語言，將學習應用於生活中外，特別喜歡加拿大的文化，加拿大一直是全球熱門的移民國家，多種族的文化，從小教育他們尊重包容，溫和友善的人群、放鬆且注重家庭是他們文化的主軸，這些都是我選擇加拿大的主因，在課程學習上，一直想選擇相對比較活潑且不呆板的課程，可以與在地學生做進一步的雙向交流，不單單只是接收知識，也希望能夠分享想法推廣行銷台灣，讓更多人能夠了解我的國家-台灣。

二、 研修學校簡介

安大略省理工大學是一所重視科學和技術的加拿大公立大學，主校區與 Durham College 共享校區，是加拿大最年輕且活力的大學之一。主校區坐落於安大略省的 Oshawa，距 Toronto 市區約 45 分鐘車程，且只需利用學生證即可在範圍內免費搭乘公車，校系眾多，課程上需要配戴一台筆電有利作筆



記，安大略理工大學主要優勢的專業以工程類為主，政府提倡”為高等教育機構創造更多機會與空間”且特別強調應用的安大略理工大學，為學生的實習和未來的就業提供了最好的平台，與眾多知名大企業，如通用、福特、IBM、微軟等建立長期合作關係。

三、 國外研修之課程學習（課內）

No.	修習課程名稱	任課教授	學分數	所屬學季/期
1	Collaborative Leadership	Rob Elkington	3	winter2020
2	Marketing Management in Asia Pacific	Dr. Terry Wu	3	winter2020
3	English fo Academic Purposes	Lisa Stirpe	0	winter2020

以課程特色來說，小班制的語言課程能和各國同學更方便地做文化交流，課程設計上授課老師著重讓同學更快的接觸加拿大文化，不會僅有在教室上課，也會到校外活動或聽課外演講，且特別設計許多教學內容讓學生與在地人互動，讓學生自主性的學習，而讓我成長更多的是學習語言的熱誠及自信心。 Marketing Management in Asia Pacific，選擇這堂課的學生多數是來自亞洲的國際學生，少數為在地學生，當初選擇這堂課程，是希望能和當地學生能多些互動，了解他們對亞太地區的想法，剛好在分配案例時，和選擇台灣案例的加拿大本地學生一組，所以能在課後時間能有更多的機會交換想法，但有些惋惜比較沒有看到教授學術背景主修-美術部分的相關內容。以 Collaborative Leadership 來說，課程規劃上非常多元，有非常多的報告且重視團隊合作，舉個例子，每週的課堂辯論及課後案例分析、兩次期刊報告、三次演講分析、及最後的期末 project。幾乎每週都需要花心思時間去準備下週的課程，雖然沒有考試的壓力，但在準備課程及報告的期間，且提升對專業知識的渴望，培養自主學習的習慣以及對於團隊的責任心。

另外剛好選擇的三堂課的人數差異非常大，有 5 人的小班制、也有不多不少的 15 人課程，也有參與到課堂多達 200 多人大班制課程，發現雖然人數差異大，但不變的是大家踴躍發言課程、表達自己想法的氛圍，也不是說都是很厲害的問題，也有些問題會讓大家噗哧一笑，但害怕失敗是難以學習的，自己也被大家學習的氛圍影響，嘗試在大班制課程主動回答問題，除了專業知識的提升上，自信心的漸長是我來交換期間最大的收穫。

四、國外研修之生活學習（課外）

住宿

在外生活就是增進廚藝的好時機，省錢又習得一項技能，以我來說每週餐費大概可以介在 30~60 加幣，有肉有菜均衡營養不挨餓，好不好吃就看個人造詣了，在外飲食的話，因為加拿大的多元文化，有各式料理可以選擇，一餐下來可能要 13 加幣以上，然後小費文化在加 10~15%給服務生，另外還要再加上各州的稅，會是非常可觀的金額，如果常常在外用餐會是一大消費，而到加拿大每週的食材大採購是在外學習財務規劃的第一步。

住宿選擇上你可以選擇學校宿舍、在外租屋和 homestay，學校的宿舍能夠排順位，有多種宿舍選擇，以四人宿舍最經濟實惠，以一個月的房租也差不多一萬台幣，但也最搶手最快額滿，我的房間是開放式的雙人宿舍，另一位室友在搬進宿舍前就取消了，所以一人獨享超大空間，雖然沒有室友可以交流，但也沒有所謂的室友問題，其中沒有室友的我，房間另類地成為社交場所，和其他房的鄰居們在 Friday night 分享來自自己國家的食物、聊聊各國文化，談些時事，看電影、玩樂器、交流釋放平日的壓力，宿舍也會舉辦許多活動，例如跳舞、看電影、遊戲、繪畫、撞球…等活動。



校園活動

學校有太多太新奇的活動，在一開始建議可以先加學校的社群網站，FB、IG 等，不管是官方的或私人的都可以先追蹤了解一下，也有很多活動、或上健身房或觀看籃球賽，平日中午溜冰場、以 UOIT 在校學生的身分，出示學生證都是免費的，週三中午也有健行活動…等，學校也有很多校隊可以進現場加油，非常難得也有幸能看到過季賽事 FIBA 美洲地區加拿大國家隊的比賽，學校舉辦的活動太多了，例如: Bell Let' s talk, REDress project, Bill Nye 演講, Pangaea 等，從這些活動可以看出加拿大非常重視人權，會在不同議題上舉辦活動去吸引社會的重視，交換期間也遇到許多不同形式的抗議活動，旅遊的地點遇到抗議，班次取消，其中最印象深刻，一場教師抗議活動，使我們組別的 final 報告直接被取消，雖然可惜，但也無可奈何只好尊重及選擇其他主題，也可以看見加拿大人是如何利用民主自由的方式去對社會或政府進行訴求。



學校也有非常多的資源，因為是 winter 交換，大家都非常關注春假工作、實習的資訊，所以這學期有非常多關於找工作的工作坊(寫履歷、面試技巧等)和多場的就業博覽會，畢業將近的我也利用這段時間到處問問理解一些關於就業的資訊，學校對於國際學生、交換生也有非常多的活動，每個星期參加咖啡坊可以認識很多國家的國際學生，學校也有提供學術上的協助，寫作或各專業的課後輔導、還有讀書會等，其實只要留心注意都可以發現有很多的機會可以更了解這所學校和這片土地。

旅遊

以旅遊方面，旅遊行程規劃、住宿交通選擇、財務編列預算等，都是在預備旅遊非常重要的步驟，藉此省下冤望錢，再來到這所學校前，我先到了加西的維多利亞城市觀光，是個慢步調人們友善的城市，其實旅遊規劃上有些可惜，那時應該可以花些時間到美國西邊遊玩，畢竟距離不遠這樣交通費也比較便宜，後來到了學校後做大眾運輸到多倫多非常的方便，只要兩小時，多倫多有非常多必去的觀光景點，假日也可以到這裡遊玩，也參與到多大台灣學生會的滑雪團，不遠的 Québec 也非常特別，學校所處的奧沙華也有非常多的小景點，可以在平日下課後來個一日小旅遊，因為交換後期遇到新冠肺炎疫情的影響，加拿大政府建議國人待在家中，和人保持距離，許多商家旅社歇業，所以之後的旅遊計畫被打亂，雖然這趟旅途不是一個完美的結束，但也奠定了下次再來加拿大的決心，這段期間以非常不同的方式去認識加拿大，不斷充實與友人們互相學習啟發，非常珍惜旅途上遇到的人事物，這些都成為了我來到加拿大一個個美好的回憶。



五、研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 獨立自主的能力

這短短的期間，所有的事情都必須靠自己，簽約宿舍、洗衣煮飯、規劃旅遊…等，語言的隔閡有時讓事情變得困難許多，但只要在事前做好資料蒐集的準備，就可以大大減少危機的產生，上網都可以找到許多前人的經驗，護照被偷、詐騙…等，在加拿大生活的期間，亦提升了自己在危機處理的能力，遇到狀況的當下提醒自己冷靜處理、勇敢面對。

2. 提升語言能力

其實學習語言是當初出國交換的主因，但我認為我獲得的比這些多更多，確實在全英的環境中，容易增進自己口說與聽力的能力，但到了後期我認為語言不過是認識人、認識這個世界的一種媒介，勇敢探索這個世界成為了交換的主要目的，畢竟人都來到國外，與人對話的機會更是難能可貴，與其待在房子裡埋頭苦幹學語言，不如到外頭和當地人實際互動對話，把握時間去認識不同文化的人。

3. 體驗不同文化

交換期間真的遇到很多小故事，既擴展人際關係也可以看到同不同面向的世界，例如剛果的朋友告訴我他們國家有巫師，他們覺得加拿大也有巫師要我小心一點，加拿大人深愛冰球的程度無能人比，poutine 每週必吃，巴拿馬的朋友在冬天的時候還是拼命地想辦法要找人出去踢足球，越南的菜真和我胃口，沙烏地阿拉伯來的媽媽告訴我他的簽證有多昂貴，儘管有些資訊網路上也都可以查的到，但親身體驗和聽當地人從口中說出來的故事，更生動有趣，這也是人與人相處最有趣的地方，這都多虧了加拿大多元的種族與文化，交換的期間也不斷的提醒自己，保持好奇、熱情的心去發掘探索這個世界。



六、感想與建議（對後來者有幫助的）

感謝學校給與這次機會可以到國外交換，也藉此特別感謝國際處葉芳妤小姐，在申請時提供想當大的幫助，也多次與對方校方溝通，亦提供許多心靈上的支持。小小建議住宿選擇，以這個學校除了四人房間外，其他的宿舍選擇竟然比租外面和 homestay 還要昂貴許多，跟我平常的觀念學校宿舍比較便宜這件事竟大不相同，建議可以多花些時間在外找房子或找 homestay，可以省下不少費用，但因多數交換學生只交換一學期，所以也加深在外租屋的難度，但在校住宿也會有非常多優點像宿舍活動，離教室近等等，住宿選擇有利有弊可以各自權衡，不管是住宿還是其他方面像電信業者、銀行開戶等，建議多方比較，做足功課不吃虧。

另外建議之後想來加拿大交換的同學，可以多增進與語言能力，尤其口說與聽例，然後一定要不要臉、有自信的去面對接下來會遇到的挑戰，積極展現台灣人熱情的一面，有些人甚至不知道台灣這個國家，我們都是最好的外交，一開始可能遇到很多文化衝擊，不要太擔心或害怕，如果真的遇到什麼樣的困難，學校處室的老師們也都非常願意幫忙，老話一句：「盡情享受！」。

八、其他

提供或輔導後期遴選生相關申請準備，或者提供心得或報告於分享會，畢竟當初也是受到很多前輩們的照顧，願意協助辦理活動或者宣傳接待等。

