

# 國立台北科技大學 出國研修心得報告



研修學年度/學期:107 學年度，第一學期

薦送學校：國立台北科技大學

系所：應用英文系

年級：四年級

學號：103540003

中文姓名：許韶芸

研修國家：英國(北愛爾蘭)

研修學校：阿爾斯特大學 Ulster University

## 一、緣起

從國中開始，就一直懷抱著出國增廣見聞的夢想，加上自己對英文的熱愛，讓我更想深入體驗西方的國家文化，上大學之後，時不時就聽到系上有出國交換的學長姐和同班同學的分享，其中讓我真正下定決心要申請的動機就是透過這個經驗能挑戰自己獨立生活的能力以及拓展人際關係的機會，這兩項不外乎是我最需要進步的，我想要脫離舒適圈，也就是暫時放掉對家庭對父母的依賴，讓自己去面對處理各種問題，更重要的是改善因為內向而不敢主動接觸別人的個性，在異國念書，朋友不外乎是能適時伸出援手的對象，所以就算再怎麼害羞，在這樣陌生的環境下勢必要多跟不同的人認識才不會孤軍奮戰。然而，申請之前仍然擔心很多問題，像是水土不服、課程跟不上等等，幸好有家人的鼓勵我才可以勇敢跨出這一步，期許自己回國會有所成長，清楚地找到未來的志向邁進。

## 二、研修學校簡介

阿爾斯特大學 (Ulster University)，成立於1968年，並有四個校區散佈在不同地區，包含在主要城市Belfast和Jordanstown、偏沿海郊區的Coleraine和Magee。每個校區提供不同的課程，普遍是與科學研究相關，如心理學或生物學，而我研修的Coleraine校區主要研究領域除了科學以外也包含人文藝術科系的媒體產業和觀光旅遊，因此可以依

照自己的興趣選擇想要念的校區，學校周圍交通方便，搭公車約一小時就可以抵達知名觀光景點Giant's Causeway，不同於台北大城市的喧鬧，當地的生活步調輕鬆愜意，靠海的地理環境更是提供休閒時的好去處。

### 三、國外研修之課程學習(課內)

學校規定國際學生至少要選修三門課程，因此我個別選了News and Journalism (新聞媒體)、Media, Culture, and Politics (媒體文化與政治)、Introduction to Video (初階攝影入門)。這些課程都有個共通點，教授沒有安排期中和期末考，甚至連隨堂小考也沒有，但一學期需要繳交兩篇論文跟參與課堂上實際的操作，舉第三門有關攝影技巧的課程來說，教授要求三到五個人一組並提案報告想要拍攝的內容並最後製作出三分鐘的紀錄短片，教學內容分成攝影理論介紹跟帶領如何操作攝影器材，我認為實作是在北科比較沒機會體會的，所以一開始不太知道怎麼跟上教授的指示，後來經過多次練習才比較習慣，其實實作最有趣的地方在於可以跟組員構想每次拍攝的內容，呈現的方式，教授會在一旁給予建議或是示範，我想這是最快也是最直接學習到自己還有哪些不足的方法。因為這門課，我了解到攝影幕後的程序，也加深對影視產業的認知。而前兩門課程偏學術性的教學，每次都會帶著我們探討不同主題，教授要求課前預習指定的文章然後要在課堂上

回答問題，以此帶動更進一步的討論，媒體文化與政治這門課一個禮拜會舉行一次研討會，提供課程的補充知識，偏向比較輕鬆的學習模式，例如，有一次的主題是探討大眾媒體傳達的訊息，教授展示許多廣告海報和影片，讓大家思考之中的潛在訊息，包含模特兒的表情肢體還有背景的安排，每個人都有自己的見解，但重點不在於尋找正確答案而是討論一來一往的過程。

#### 四、國外研修之生活學習(課外)

學校有許多社團，從文學藝術到運動性質，從室內到戶外活動的都有。有參加羽毛球社的我，入社前需要交四百元台幣的社費，一個禮拜會有兩次練習，但不會硬性規定社員每次都要出席，社團是採取開放自主的態度，練習過程不是按照一般教學的方式，而是讓我們各自組隊練習切磋，假如是初學者，才會建議加入另外安排的課程，社團的成員有當地的學生也有交換生，休息的時候就會跟他們聊天，認識彼此的文化背景。另外，北愛爾蘭當地的休閒娛樂不外乎是到酒吧暢談跳舞，離學校附近的兩大受歡迎酒吧會舉辦促銷活動，週二是卡拉OK之夜，會開放客人點歌，周末則是邀請樂團現場演出，由於自己不太會喝酒，剛開始真的很難習慣這裡要人手一杯的習慣，有好幾次只能點汽水在旁邊看室友喝的不亦樂乎，後來慢慢嘗試酒精濃度比較低的調酒，這才讓我體會到以酒會友對當地文化的重大意義。因為

靠海靠山的地理環境，有時候我會跟室友一起到海邊或山上健走，自然美景盡收眼底，不過要注意的是當地天氣冬天常處於濕冷風強的狀態，出門前要做好保暖防滑的措施。萬聖節時，學校有安排接駁車載交換生到西北部城市德里慶祝，活動的流程非常豐富，有市集、變裝遊行、遊樂園、煙火等等。不分大人小孩，每個人都精心打扮，街道上無論是店家還是住家全部都充滿著萬聖節的氣氛。聖誕節則是到貝爾法斯特的耶誕市集，規模相當大，大概有上百家攤位，販賣的東西包括美食、手工藝品，等等都聚集在市政府廣場。市政府也有開放民眾入內參觀大型精美的聖誕樹。

#### 五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

- 1.除了一般授課，教授會另外安排講座或工作坊，藉此補充與課程相關的題材和內容，更注重學生參與討論以及實作經驗，如此多元化的教學模式增加了學習的樂趣與深度。
- 2.學習方式的差異；大部分的學生選擇用筆電作課堂上的筆記，幾乎不怎麼用紙筆，一開始不太習慣的我後來發現其中的優點，如果教授問問題或提到某些關鍵字時，可以馬上查詢相關資料並適時回答，效率提高許多，不過要注意的是會因為網路的便利而分心去瀏覽社群網站。
- 3.學生會統一管理安排校內活動，並沒有細分的組織如系學

會，因此有更多機會接觸不同系所的學生，針對國際學生舉辦各式各樣的聚會和郊遊，採取免費以及打折的付費方式提供選擇。

#### 六、研修之具體效益(請條列式列舉)

- 1.對於北愛爾蘭的文化有更多的認識，雖然為英國的一部分，但在某些層面如口音、生活習慣、價值觀還是有不同的地方。
- 2.獨立生活的能力；需要自己解決三餐、如何與來自不同國家背景室友相處、注重生活開銷。
- 3.拓展國際視野；大部分接觸到的同學和室友都來自歐洲國家，他們對於台灣或是亞洲並沒有很多認知，透過交流了解到推廣東方文化的重要性，有很多錯誤的刻板印象需要依解釋，體會最深的應該是西方人在教育與思想上的成熟，他們非常重視獨立思考，不太會受到家庭或社會因素影響，做自己想做的，勇敢追夢。
- 4.學習到語言領域外的課程；媒體產業是我想接觸的領域，非常高興能學到相關的知識理論以及實際操作攝影機的技能，對於未來的求職方向比較清楚。

#### 七、感想與建議

從一開始的猶豫不決到最後下定決心跨出這一步，我很慶幸有家人朋友的支持鼓勵，雖然水土不服，經歷許多難關，我

還是靠著意志力撐過來，所謂危機就是轉機，這四個月多中我  
拜訪瑞典和蘇格蘭，度過美好的聖誕節與新年，認識到的國外的  
朋友，他們對我的照顧是難以忘記的，真的很感謝他們幫助  
我適應這裡的一切。

## 赴外研修調查表

姓名：許韶芸 所屬系所 / 年級：四英四  
聯絡資訊(同意公開)：0926869869  
研修國家：北愛爾蘭 研修學校：阿爾斯特大學  
研修學期：下學期 當地研修科系：Media Studies  
研修期間：西元 2018 年 09 月 24 日至 2019 年 01 月 25 日

### 初期規劃

選擇此校原因：選課領域廣泛  
是否有相對應科系：否

### 赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2018 年 02 月  
何時繳交資料提出申請：西元 2018 年 03 月  
何時獲得錄取通知：西元 2018 年 06 月  
申請所需資料清單(若有網址請提供)：\_\_\_\_\_

### 簽證申請

是否需要申請簽證：否  
簽證費用：\$ \_\_\_\_\_ (新台幣)  
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：\_\_\_\_\_   
申請簽證官方網頁：\_\_\_\_\_   
申請所需文件(請逐一列出)：\_\_\_\_\_   
申請所需時程：\_\_\_\_\_ (申請日期) \_\_\_\_\_ (取得日期)

### 費用

當地學校需繳交費用  
學費：\_\_\_\_\_ (新台幣)  
其他項目：書籍 費用：約 1,500 (新台幣)  
其他項目：\_\_\_\_\_ 費用：\_\_\_\_\_ (新台幣)  
整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：\_\_\_\_\_ (新台幣)

### 課程與學分抵免

選課方式：紙本選課  
選修學分數上限與下限：上限\_\_\_\_\_ 下限三門學程  
是否可跨系選課：否  
課程難易度：普通



## 學分抵免

- 是否有抵免學分： 有  無
- 學分抵免難易度： 困難  普通  容易
- 抵免學分數：堂課，共學分
- 當地研修之課程名稱：News and Journalism 學分：20
- Media, Culture, and Politics 學分：20
- Introduction to Video 學分：20

北科大抵免課程名稱： 學分：  
 學分：

語言學習資源：有

是否額外收取費用：否

請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等

開學第一周到國際事務處填申請表

英文，Centre For English Language Teaching (CELT)

## 住宿

交換學校所提供之住宿選項

交換學校宿舍

交換學校提供之校外租屋資訊

學校是否提供宿舍：是

校內宿舍型式包含：單人房 雙人房 其他：人房

您採用的住宿方式：

學校宿舍 4 人房  寄宿家庭  自行租屋  其他：

其他住宿資訊來源： 研修學校  朋友

網路-網址：

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$3520          (新台幣)  一週  一個月  一學期

就您所知，其他房型費用：

單人房：\$         (新台幣)  一週  一個月  一學期

雙人房：\$         (新台幣)  一週  一個月  一學期

多人房：   人房：\$         (新台幣)  一週  一個月  一學期

## 交通

研修學校是否有提供接機服務：是

若有，是否收取費用：是 \$ 400          (新台幣)

學校附近交通工具 (距離可以步行距離計算)

公車 站名：Marina (距學校距離：走路三分鐘)

計費方式：現金

火車 站名：Coleraine University (距學校距離：走路五到十分鐘)

計費方式：現金或刷卡

捷運 站名：                                 (距學校距離：                                )

計費方式：                                

公共自行車 站名：                                 (距學校距離：                                )

計費方式：                                

其他：                                 (距學校距離：                                )

計費方式：                                

無

### 生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：2-10 度

校園內是否有提供無線上網(Wifi)：有

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi)：有

當地英語使用普及率：偏高

當地物價與台北之比較

例如：捷克布拉格 vs. 台北為 1.2 比 1 (即為當地物價比台北貴 20%)

交換學校所在國家城市與比例 科爾雷因 vs. 臺北 4 : 1

生活用品採買地點

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

Spar，距離宿舍約 15 分鐘路程

---

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

---

醫院診所與藥局

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

Coleraine Town Center，距離宿舍約 20 分鐘路程/搭公車約 5 分鐘，此區域比較熱鬧，商店餐廳比較多

---

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

---

---

**飲食**

校園

校內餐廳 宿舍餐廳 宿舍含廚房設備 其他：\_\_\_\_\_

校外

請大略分享校外附近用餐地點，並以條列式說明

餐廳名稱：\_\_\_\_\_ 類型：\_\_\_\_\_ 價位：\_\_\_\_\_ 步行距離：\_\_\_\_\_

餐廳名稱：\_\_\_\_\_ 類型：\_\_\_\_\_ 價位：\_\_\_\_\_ 步行距離：\_\_\_\_\_

其他建議

Coleraine Town Center

---

**其他建議**

---

---

---