

國立成功大學  
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：110 學年度第 1 學期美國天普大學交換計畫

出國期間：110.08.15 - 111.12.18

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學心理學系碩士班

職稱：學生

姓名：王奕亭

中華民國 110 年 12 月 27 日

## 中文及英文摘要(各 200-300 字)

### 中文摘要：

在這個疫情嚴峻的時期，很感謝這次有幸參與國立成功大學與美國天普大學的交換計劃，從一開始的擔心到後來慢慢適應生活，至最後在美國結交一些朋友可以到處旅行和交流自己的生命經驗和想法，整個過程都是難能可貴的經驗。在美國這段時間獲益良多，不僅加深自己的專業知識、提升語言能力，也與當地學生交流讓我用不同觀點思考許多重要的議題，擴展我的視野，在外獨自生活也提升我的生活獨立性，這些經歷無疑會成為日後成長的重要養分。

### 英文摘要：

In this period of the pandemic era, I am grateful to have the opportunity to participate in the exchange program between National Cheng Kung University (NCKU) and Temple University in the U.S.A. During the process, I have experienced a lot. From worrying about everything to getting acquainted with the environment and having some friends who can travel together and share each other's life stories. Thanks to the global program of NCKU and Temple University, I felt be supported and cared. I took some courses about Applied Behavior Analysis, which let me understand better how to apply these principles to analyze people's behaviors and change them. Another interesting course I could not take in Taiwan is backpacking and camping. During this class, we not only learned the knowledge of hiking and camping, but also practiced a one-day hike and a two-day hike. These experiences would be unforgettable. I practiced English with conversation partners set up in the library outside the courses. During those conversations, I learned to take different points of view to think about critical issues, including cultural differences, the education system, and personal goals. The precious experience let me deepen my professional knowledge, enhance my English skill, broaden my horizon, and increase my independent living ability.

## 目次

本文.....	1
目的.....	1
過程.....	1
心得及建議事項.....	3
附錄.....	5

本文：包含「目的」、「過程」、「心得及建議事項」(請分項標示)，其文字部分須佔三頁以上

### 目的：

出國交換一直是我長久以來的夢想，因我的姊姊曾至荷蘭及日本交換，在那期間聽聞她的所見所聞以及對她的影響後，我也很渴望有這樣的機會赴外交換，不僅能增進自己的語言能力，更可以擴展國際視野。因此有幸申請上美國天普大學的交換計劃後，我對自己在這半年的期許有三個：第一是能加深自己的專業知識，第二是能提升我的語言能力，第三是與當地學生進行交流。

### 過程：

在出國前，天普大學即很用心的舉辦三次的線上行前說明會，包含住宿、選課所需的注意事項，以及在學國際學生的分享，因此在準備出國期間對天普大學豐富的資源和校園生活充滿期待。雖然在準備期間處理繁雜的簽證申請和尋找合適的住宿地點就花費了不少金錢和時間，甚至差點遇上租屋詐騙，幸好天普大學國際事務處的大力幫忙，以及耐心的回信和建議，讓我們避免受騙。在這期間也有幸受到天普大學台灣同學會的照顧，讓我們事先了解在天普大學的生活，甚至在抵達機場後就有當地同學來接機而安心許多。

在美國短短四個月的學期期間，從一開始選課時就面臨很大的挫折和困難，因天普大學的心理學系碩士班並不開放交換生進行修課，所以我只能選擇大學部的課程。但在開學試上一周後，覺得課程對我而言仍過於簡單，且因美國大學部的課程大多是一堂課分成多天一至兩個小時授課，因此同一堂課可能會分成星期二、四兩個時段上課，或是星期一、三、五的三個時段上課，與台灣一堂課一周一次上滿三小時有極大的不同，讓我較難安排課餘時間，因此在開學時與課程協調員來來回回調整我的課程，最終選擇修習三門與教育心理相關的應用行為分析課程，以及一門野外露營課程、一門社群媒體行銷課程。

由於我大學時就讀職能治療學系，因此有稍微接觸過常作為自閉症孩童介入的應用行為分析療法，然而在大學時期要學的療法和理論太多，教授能在講授應用行為分析療法時，僅花一堂課三小時的時間，因此即使應用行為分析療法被視為重要和主流的療法，我僅知道一些皮毛。在重新選擇課程時看到天普大學有提供相關的課程，故選擇三

門相關的課程，總計一周八至十小時的時間加深我的專業知識。修習三門相關但不同教授授課的課程我覺得十分有趣，因為可發現三位教授雖然都講授相同的主題和概念，講授的方式和注重的點卻有所不同。三名教授分別為從事基礎醫學的研究、從事教育相關的研究，以及實際在教育現場有實務經驗的教授，因此在這三門課程中我最喜歡的授課仍是有實務經驗的教授上的課程，讓我們可以用許多實例了解到底該如何在臨床場域中要如何運用這些治療原則。由於是一整學期的課程，因此藉由這次的機會讓我好好了解應用行為分析療法的原则和運用方式，讓我解除一些對於應用行為分析療法的誤解和迷思，也讓我在日常生活中或是未來在面對個案時可以從應用行為分析的觀點瞭解人們的行為模式。

露營課是在台灣所上不到的課程，也是我在美國最特別的經驗。平常在這堂課中教授會教許多露營所需的相關知識，包含繩結、衣著、裝備、備餐等等，而我們也實際進行一次一日的遠足登山活動，以及一次的兩天兩夜的登山露營活動。與台灣野外活動的差異在於實際登山露營時教授並不會時時刻刻叮囑要做什麼事情，學生必須自己負責自己的安全和溫飽，且在這個過程中感受到教授不是這個活動的領導者，而是支持者，同學們需彼此相互合作完成這個活動，途中甚至因一位學生扭傷，教授先帶他下山，因此讓其他學生們自行走到第二天晚上的營地。在這堂課也可看見亞洲學生和美國學生的差異，亞洲學生較互助且習於團體行動，而美國學生較為獨立且習於個人行動，但在露營的過程中，每個人都會相互照應和配合，讓每個人平安完成這趟旅程。

在這學期可感受到教授們都會在學期初制定好課程大綱，且每堂課都會按照課程大綱出作業和進行考試，讓我覺得課程很有系統性。在美國上課與台灣上課最大的差異在於，美國的課堂大部分時間在讓學生討論和發表自身的意見，且教授都會以正向的態度回答學生的問題，可感受到學生應在課堂之中理解課程內容，而非課後再自己複習；而台灣的課堂基本上都是教授單獨講授，學生大部分都是在複習後才消化吸收。兩種授課模式相比下我覺得可能中和一下會是最好的方式，並不需要過多的討論造成課堂內容的貧乏，但教授也需要不時向學生確認是否有理解課程內容。

在天普大學的圖書館有一個很棒的資源是有提供語言口說、寫作、閱讀等練習，可與當地的工讀生練習英文口說，在這整個學期我約略一周預約相同的工讀生進行一至兩次的口說練習，若沒指定特定的練習內容，可與工讀生聊聊這一週的近況，並分享對一些議題的看法。在此過程中我也與工讀生聊了許多台灣和美國之間的文化或教育上的差異，雖然台灣和美國有眾多的不同，但在談話中也讓我深深感受到同樣身而為人，我們

價值觀、煩惱或是在意的事情也有許多相同之處。因此藉由這學期數十次的討論，除了提升我的英文口說能力外，也讓我由不同觀點深思許多重要的議題，而這正是我覺得在這整學期最受益良多的部分。

天普大學的國際事務處也舉辦一些活動讓國際學生參加，包含迎新交流活動、搭遊覽車至大西洋城旅遊，以及萬聖節鬼屋活動等，可感受到天普大學的國際事務處對國際學生的用心與關心。天普大學的國際學生會也舉辦許多活動，像是讓一個當地國際學生帶領其他國際學生的每周聚會，以及在感恩節時，學校協助國際學生與當地家庭連絡，讓我們可以體驗美國傳統的感恩節火雞大餐。

除了學校的部分，生活的部分因這學期來自台灣的交換生很多，因此結交了許多台灣朋友，生活圈也是以台灣人為主。雖然這樣的生活環境不大能提升英文能力，但留下許多珍貴的友誼，這或許也是難能可貴的經驗。在美國因外食真的過於昂貴，因此在台灣從不煮飯的我，也開始煮一些簡易的料理，讓我知道自己原來可以好好一個人過生活！

費城的治安不是太好，一周會收到好幾次學校寄來的警訊，提醒某處某處有發生槍擊或是搶劫的事件，要大家小心；費城的地鐵和公車也不像台灣一樣乾淨，所以在這邊的生活並不像在台灣一樣便利、乾淨和安全，因此國外的事情並非每件事情都比較美好，在經歷這段時期後，仍覺得台灣還是最喜歡的國家，也是我之後會長久居住的地方。

### **心得及建議事項：**

很感謝這次有幸有機會來美國，不僅達成我三個主要的目的，也讓我不論在語言、生活獨立性和國際視野都有所成長。相信這段經歷不論是在未來的履歷上會有所加分，對於自己的軟實力也提升許多，因此在這段時間的所見所聞，將會成為我未來生活的養分。

從一開始的擔心受怕，因受到許多人的幫助而日漸熟悉這邊的環境，上課的過程也因美國教授都會以正向支持的態度在教學，因此雖然在語言上仍沒有太大的信心，但在課堂中讓我感受到自己的能力不差，僅需要再加強自己的表達能力。到最後結交了許多朋友，交換了許多各自的人生經歷，並交流了許多想法，這些難能可貴的際遇也是在這趟旅程中重要的收穫。

在整個交換的過程中，非常感謝國立成功大學國際事務處提供的機會和處理各種繁

雜的業務，也很感謝美國天普大學提供的各項協助和舉辦豐富有趣的活動。也很感謝在美國和在台灣協助我、關心我的家人朋友們，最後也謝謝爸爸、媽媽和姐姐的支持和照顧。

附錄(學生請附上其參加會議或活動之出席照片，相片解析度以低解析度處理為原則。)



圖一：與天普國際事務處專員的合影



圖二：與美國當地家庭享用感恩節晚餐