

研習學生姓名：許韶耘

學號：B9708004

系級：企管系

獲選出國研習之學期： 99 學年度 第 2 學期

研習學校/國家：NC State University/ USA

研習時間：2011/7/7~2011/8/14

研習系所：Textile Technology Management

繳交報告日期：2011/9/01

海外研習三言兩語：雙手擁抱夢想，無畏無懼地
乘風飛翔，回頭你將發現—收穫超乎想像！



心得報告內容須包含下列幾項：

- 一、行前準備
- 二、心得收穫
- 三、研習期間面臨之困難與解決方法
- 四、對於未來學弟妹之建議
- 五、出國研習照片(至少10張)

★ 篇幅若不敷使用，請自行複製

心得內容：

從繳交資料、等待初審、申請簽證，到搭上飛機的那刻，我終於確定了一件事情，那就是我即將飛往夢想中的國度—美國。回想準備的過程，我只能用四個字形容「一波三折」，尤其是今年競爭特別激烈，二十取十，雖然有 50% 的機率，但還是不能大意，我抱著破釜沉舟的心情準備資料，終於在四月底的時候得知通過初審。原以為完成了最難的部分，才知道一切剛要開始，訂機票、申請簽證、辦信用卡、準備行李，所有的事情接踵而來，特別是今年簽證審核特別嚴格，幾位台大交大的同學因為簽證類別而被拒絕發放簽證。所幸同行的學長在 Facebook 上成立了專屬社團，大家一起準備一起討論，我才能順順利利地完成所有的手續，開心前往美國。

七月七號那天，我抱著緊張的心情上了飛機，這是我第一次離開台灣，離開熟悉的環境，旅途上認識同行的夥伴—曼君，因為有她的相伴，將近 24 小時的旅程似乎不再枯燥乏味，我們時而聊天，時而討論飛機餐的菜色，說真的我不喜歡飛機上的食物，下次再搭飛機，我絕對會塞幾包零食在包包，另外還有個必需品，就是 U 型枕頭，飛機上空間狹小，為求舒適的睡眠品質，U 型枕頭是不可或缺的。

歷經 24 小時的舟車勞頓，終於下了飛機，一出機場，就看到李教授、Yang 和 Top 熱情的迎接，隨後我們前往學校宿舍—Wolf Village。出國前有聽學長姐分享宿舍的高級，但親眼看到還是不免吃驚，真的有五星級的品質！宿舍一間有四房，都附有沙發、烤箱、微波爐、洗衣機、烘衣機、無線網路...五周所需用品應有盡有，只差沒有管家而已！（小建議：可攜帶點鹽巴、醬油、洗碗精...等物品出國，做菜時會用到！）值得開心的是曼君的房間在我隔壁，讓我第一晚在 WV 住得十分安心！睡前發生了一段小插曲，出房上廁所的我被鎖在門外！真是超尷尬的，感謝曼君和永昕的幫忙，讓我免於露宿門外之苦！（小提醒：宿舍的房門是自動上鎖的，所以沒事不要亂關門，抑或是可把鑰匙插在門孔上，以防萬一。）

隔天，李教授帶我們去辦學生證、吃午餐、見老師，北卡的學生證好方便，可以像優遊卡一樣儲值使用，李教授說學校已經儲值 200 元美金，我們可以直接刷卡吃午餐或購物。(小建議：學生證可以預留金額購買校內書店的紀念品。) 午餐過後，我跟薇竹一起去找老師，薇竹是交大的學生，長得很可愛，個性也很 nice，湊巧跟我進了同一間實驗室，我想五周的研習生活有她我不孤單。由於老師有事不在，我們便坐公車回 WV。北卡州立大學占地廣闊，總共有 11 條校園公車提供載客服務，學校網站也可查詢即時更新的公車資訊，讓學生能夠方便使用。

接下來的一個禮拜，我們去了歷史博物館、自然博物館、Crab Tree(購物商場)、跳蚤市場、Carolina Beach、看電影(小提醒：美國二輪電影十分便宜)；吃遍學校附近的餐廳(小建議：推薦位於 Avent Ferry 的 China Queen、Bada wings、牛肉麵、Cup a Joy…等餐廳)；瘋狂體驗美國生活，除了參加台灣學生會舉辦的烤肉 party 外，我們也體驗了華人教會舉辦的團契活動；另外，這禮拜我與薇竹也首次和老師見面，並送上見面禮—阿里山高山茶葉。(小建議：記得準備小禮物當作給老師的見面禮，鳳梨酥、茶葉等台灣名產都非常適合。) 由於商科領域的關係，我不需要做實驗也沒有實驗室，老師每週要求我看 paper，定期做簡報並在五周後提出一份研究計畫。這樣的安排十分彈性，讓我有更多時間體驗美國文化。

第二個禮拜，我似乎漸漸適應美國生活，早餐吃麥片、烤土司配牛奶，午餐則在廚房東摸摸西弄弄，我真的要說，附近有 Food Lion(美國超市，類似台灣的全聯)真的很方便，可以購足一切生活所需，而且自己下廚比較省錢。雖然我不需要去實驗室，但我的生活作息也盡量維持與大家一致，早上到下午的時間就是準備開會資料，傍晚就和大家一起活動。這禮拜我們利用空閒時間去了 UNC 校園、South Point(類似 Crab Tree)、打保齡球、參加教會。教會活動在美國人的生活中扮演十分重要的角色，不僅是宗教寄託，更是社交場合。(小建議：若有機會，可以多參加教會活動或團契聚會，我覺得是很棒的經驗!) 另外，北卡州立大學校內有提供免費的電影，歡迎大家踴躍索取！

第三個禮拜，延續上個禮拜，老師要求看完五篇 paper，並構想 proposal 的核心內容，在超載的工作量與周末前往 DC 兩天一夜的活動壓力下，我不得不撥出平常兩倍的時間在圖書館裡準備功課，幸好有薇竹和同行的學長姊協助，我才能順利地完成報告。開會完隔天，學校安排到 SAS、RTP 進行企業參訪，北卡州立大學是美國三角學術園區的一角，對於各領域研究及培育優秀人才，其貢獻可是功不可沒！參訪結束後，我和幾位朋友從 WV 出發，搭乘 Cat 系統公車前往 Raleigh 美術館，美術館除了室內展覽外，也有室外大型美術作品，這提供遊客一個天然的文藝空間。(小提醒：Cat 系統公車是屬於 Raleigh 當地的區域公車，可到達 Raleigh Downtown、Crab Tree... 等地方。) 到了晚上，Meng-Chia 與 Kevin 學長帶我們到學校附近的球場，看墨西哥與義大利的足球友誼賽，這是我人生中第一場親身體驗的球賽，真的讓我既興奮又緊張，就算門票花了 35 美金也覺得十分值得。周末時間，學校安排 D.C. 兩天一夜的行程，這是一趟博物館之旅，我們去了歷史博物館、拍攝「博物館驚魂記」的自然博物館及「變形金剛」取景的航空博物館。(小建議：愛美的女性們，千萬記得隨身攜帶防曬乳及太陽眼鏡；另外，身穿運動鞋可方便行走唷！) 除了滿滿的博物館行程外，我們也造訪各個著名景點：白宮、方劍碑、林肯紀念堂... 等。

從 D.C. 回來後，我和曼君也開始著手收拾行李，準備搬出可愛的 WV。為了記錄在 WV 留下的美好回憶，我和幾位好朋友一同到附近的景點拍拍照片。(小建議：WV 附近有個大型的 NC State 立牌，是個不錯的拍照景點。) 另外，我們也去了 Building G，這是我們最後一次使用它了。(小提醒：Building G 附設健身房，提供跑步機、腳踏車... 等運動器材給予學生使用。) 星期四我們正式搬出 WV，感謝 Yang、Top、Kevin 的幫忙，我們順利入住 Avent Ferry。Avent Ferry 雖然不像 WV 提供各式各樣的設施，但居住起來仍是非常舒適，而且距離平常吃飯的餐廳十分方便，大家常相約 Cup a Joy 吃早餐、China Queen 吃午餐、美式餐廳吃晚餐。

這禮拜，大夥為了下禮拜的 presentation 開始積極準備，而我也不例外。我和薇竹開始整理前幾周的 meeting 結果，並被要求於 presentation 前一天，先報給 advisor 聽。此時，我面臨了一個大問題：我的報告內容十足超過 presentation 所要求的十分鐘限制，而老師也提醒我須簡化報告內容，並以更活潑簡易的方式呈現，畢竟報告當天的聽眾並非同一領域。為此，我將報告一修再修，並與薇竹討論，終於在 presentation 那天，順利於十分鐘內完成報告。

越來越接近回家的日子，大家也開始馬不停蹄地購物，我利用學校安排的 Tanger 行程、大夥揪團去 Crab Tree 和 Kevin 學長開車載我們去 South Point 的機會，完成老媽列出的落落長清單。(小建議：有許多商品在美國買真的比較便宜，尤其在免稅周時又有不少折扣，所以記得列出購物清單，以利於免稅周時購買。) 另外，我和曼君也利用時間到學校的書店把學生證裡面的餘額花完，我購買了學校的 T shirt、筆記本、NC State 糖果和運動手環，這些紀念品都十分適合送給家人或朋友。買完紀念品後，我們也到圖書館吃冰淇淋，回家前一定要吃上一口 NC State 特有的冰淇淋！

上飛機的前一天，大家在宿舍舉辦一場慶祝 party，主要是為了感謝 Meng-Chia 學長與 Kevin 學長這五周的照顧，並且在在 NC State 留下最後一點美好的回憶。當天，大家開心地玩遊戲、吃點心、挖八卦，好快樂！

早上九點，大家提著行李在廣場前集合，如同五周前剛到 NC State 時一樣，由李教授、Top、Yang、Kevin 開車送我們前往機場，唯一改變的是：行李變得好重，雖然我丟棄了大部分帶來的行李，但購買的東西實在太多，差點就超重了。(小建議：出國前可攜帶不要的、便宜的、可丟棄的行李，如此可購買更多東西回國；另外，Avent Ferry 有間二手服飾店，若行李超重，則可將部分服飾於該店變賣換現金唷！)

回憶整趟旅程，從抗拒出國，到不捨回國，我真的收獲頗多，不僅親身體驗美式生活，踏遍各個名勝古蹟，著名景點；更在北卡學習到如何扮演一位稱職的研究生，這對我來說十足是一個寶貴的經驗，讓我在未來升學上，能夠快速適應研究生生活。真的很感謝我的 advisor — Dr. Hsu，由於她的認真指導與協助，我才能在短短五周內學習到研究的各個流程，並培養分析統整的能力。(小建議：若有升學需要者，可把握五周表現的機會，回國前請自己的 advisor 幫忙撰寫推薦信。)

另外，這趟旅程讓我結交了許多好朋友，除了 15 位同行的台灣同學外，也認識了幾位在地念書的學長姐。由於五周的朝夕相處，大家的感情就像家人般的要好。就連回到台灣，大家仍是不時在 Facebook 上寒暄問暖，揪團出遊。我真的很開心認識一群知心的好朋友，並帶回許多寶貴的回憶—那些在海灘上跳躍；看 Rio 時大笑；開 Party 吵吵鬧鬧；在球場邊瘋狂尖叫... 的點點滴滴，我都會永遠記在腦海裡！

我從美國帶回來的不僅是紀念品，更是學習、成長、回憶及勇氣。如果重頭來過，再次面臨出國與否的抉擇時，我仍是會毫不猶豫地大聲說出「Yes, I do！」



◇ 高級的 Wolf Village



◇ 第一周出遊：歷史博物館 & 自然博物館



<常在美國街道上看到的三輪車>

- ◇ 左上圖：圖書館閱讀區；右上圖：校園之美
- ◇ 左下圖：跟曼君去辦 Go Pass；右下圖：Go Pass 卡 (坐 cat 公車不用錢唷！)



- ◇ 我和薇竹用功準備 meeting~



◇ 二三周出遊：Battle Ship & Carolina Beach & UNC 校園 & Lake Wheeler



◇ 第四周出遊：SAS、RTP 企業參訪 & 美術館 & 足球賽 & D.C. Trip



◇ 第五周：結業式

