



## 國立臺灣科技大學海外研習心得

姓名：張博允

系所：創設（建築系）

學號：B10234021

研習學期：

104 學年度第 1,2 學期



交換國家/學校：美國/ CAL  
POLY POMONA



研習學校授課語言：英語



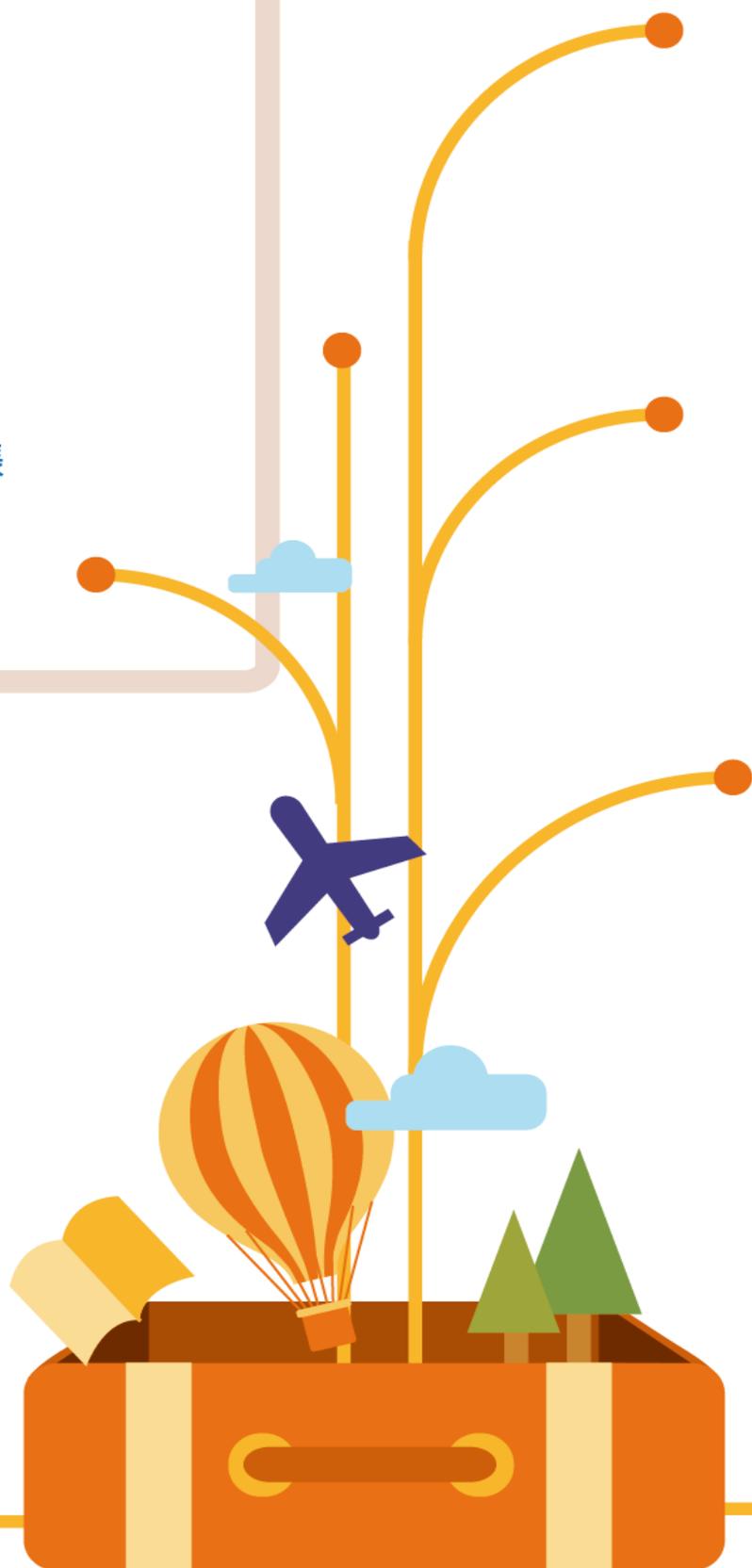
研習期間：

2015/09/12~ 2016/06/28

## 2000字報告必須包含下列幾項：

- 一、行前準備
- 二、修課介紹
- 三、生活面臨的困難與解決方法
- 四、心得分享
- 五、給學弟妹之建議
- 六、附說明之出國研習照片12張

\* 篇幅若不夠請自行複製使用





## 壹 行前準備

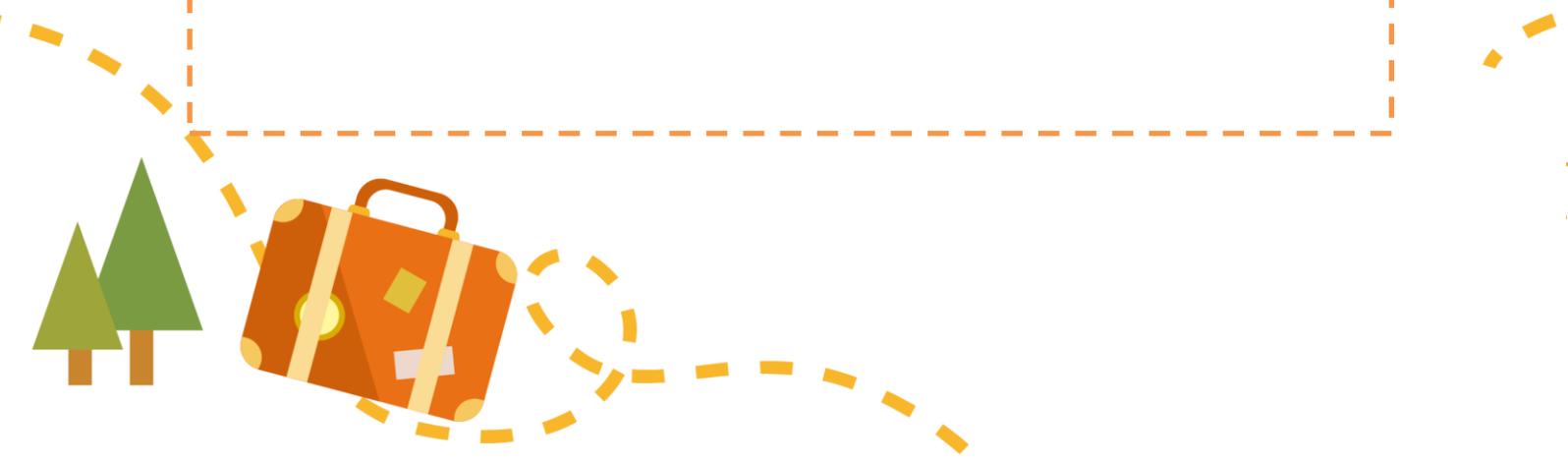
9月初學期開始之前是建築系下學年交換學計畫的申請截止的日子。

雖然我是早在大一就已做好出國學習的打算，但是因為建築系課業著實繁重，又畢竟出國生活與受教育會增加家裡經濟負擔，幾次猶豫，終於還是下定決心提出申請交換學生。

開學沒多久，差不多一個禮拜，就要開始辦理出國相關事務，所以，如果有出國交換的打算，半年之前（前個寒暑假）就要開始做準備，也要很早就決定是否要出國交換。申請資料的準備至少需要一個禮拜，甚至若需要考多益測驗或英文，則要一個月到半個月，加上準備考試時間，至少要兩個月。這學期申請，則下學期（或下學年）出國，可以選擇去一個學期（半年，實際上只有4、5個月）或者是兩個學期（一年，實際上是9、10個月）。申請交換學生的同時，也要順便申請獎學金（教育部有一個針對交換學生的「學海飛颺計畫」），這兩個申請可以同時一起準備（有些資料要準備兩份）。我大約在大一下就決定申請一年（兩學期）的交換，即大一升大二的暑假就要提交報名。順利入取之後，offer letter 等資料陸續寄來，剩下的程序包括取得學生簽證等等。我參加當年（105學年）正好遇上申請者眾，系上的制度是每年有一定額度的送學生出國，而且若一學期計畫是一點，想要出國一學年等於佔用兩點額度，所以，系上給我的訊息是「通過一年的可能性不大」。

我的想法是，既然要出國學習了，去一年能學到的東西相對豐富，且出一趟遠門，同樣辦那麼多手續，又要買機票、找屋、租屋、購買傢俱、日用品，一年的花費當然絕對較多，但是「固定支出」則是越久越省吧。

很幸運地，我的想法與期待再與當地對口單位的教授面談時，有了正面的回應：面試官相當肯定我的想法，也允諾幫我爭取交換一年的機會，結果正是如願以償。





## 貳 修課介紹

終於我在 2015 年 9 月正式成為台灣科技大學參與美國波莫納加州理工大學（California State Polytechnic University, Pomona, 簡稱 Cal Poly Pomona 或 CPP）交換研修課程的學生。

關於修課。我進入的是 Cal Poly 建築系三年級，隸屬於環境設計學院。該系課程內容非常紮實，環控、結構完全是配合設計課的必修課程。CPP 建築系大三的目標是期望每位同學經過這一年的修習都具備能在業界工作的實務能力。一週三堂的設計課，其強度非常高，大三這年也是公認最累的一年。其他選修，我選了很多額外的課，包括歷史保存、互動設計等等。

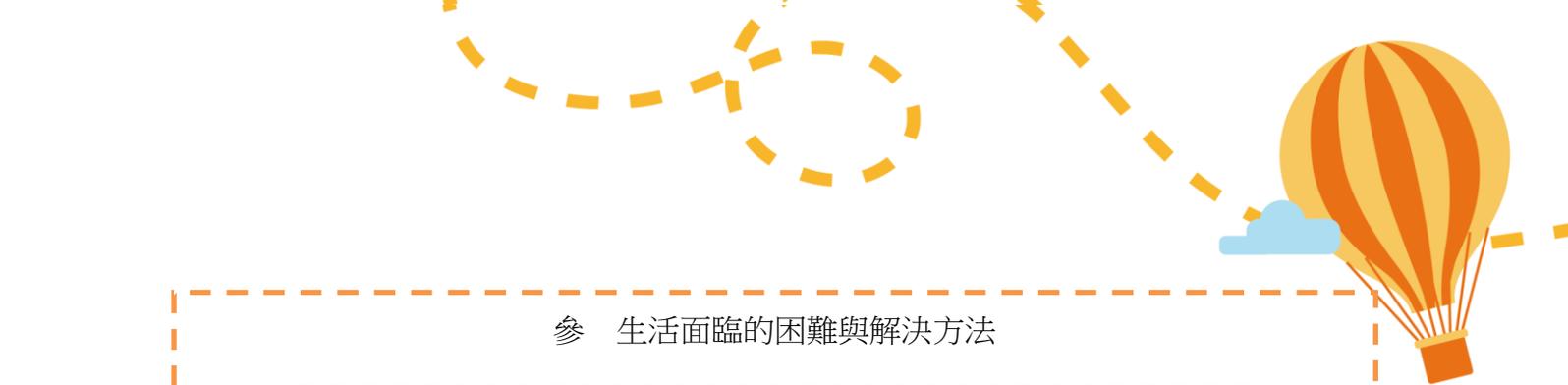
在 CPP 是一個學年三學期制，也因此，我很慶幸當初的決定是正確的，若只申請一學期，真正上課的時間只有大約三個月，大概連要融入其中都不容易，更何況能與教師同學密切地互動與學習，鐵定不足夠的。

因為唸建築非常重視團隊思考與合作，使我必須很快融入群體，跟同學合作，並進行有效率的溝通。雖然我曾在高中階段有一年交換學生的生活經驗，但是英語能力似乎也疏於練習而生疏了許多，皆由這次學習，再度考驗我的學習能力。

我修的建築設計課時常有安排校外教學，雖然經常需要一日長途顛簸，或野外野營的辛苦，但是在平日繁重課業壓力之下，有機會到出走走看看，不但可以調劑身心，也藉機看見美國山水、風土文化，加州建築特色亦是認識許多。

在這裡的一年，雖然課業很重，但是卻讓我見識到普遍學生視野是寬廣的，大家都具有一顆勇於挑戰自我的信心，以及突破框架的創意。這一點，比起國內學生的謹慎小心以及守成不踰矩的習慣大大不同。Cal Poly 的老師也是很願意傳授學生完整學習的內容，樂於學生討論。所以這短短的一年，我著實有了新的體認，計劃未來要到世界各國多看看，擴充自己的視野，才能增進自己的知識領域與提升自己的學養。唯一不變的是在建築這條路，繼續邁開大步走。





### 參 生活面臨的困難與解決方法

當時因為學校供應的學生宿舍名額相當有限，等到我們確定成行時，僅剩下昂貴的高級套房，我只好與其他台灣的交換學生另在校外租房子。在網路上做了很多功課，必須考量交通便利性以及房約租金高低的問題。最後決定在離學校大約 10 到 15 分鐘車程的一個社區，租一間兩房一廳的小公寓。還好當時在網路上結交了一個在當地念書的台灣人，機緣巧合，他不但與我們和租公寓，大家分攤租金，同時也因為他有車子能夠接送我們，讓我們在大眾交通猶如沙漠的南加州還能夠順利生活。由於租屋完全沒有附家具，剛到時完全處於家徒四壁的狀況，之後才陸續從二手網站、IKEA 買到便宜的家具，也很幸運撿到別人不要的沙發等等。幾週之內，終於在開學前漸漸把生活安頓下來，讓家人不必擔憂。

美國的購物習慣跟亞洲國家相距甚遠，不像台灣到處都是便利商店。於是，我們幾個室友同伴，每隔一週就得去賣場採買生活用品及食物，冰箱裡也隨時保持滿滿的冷凍食品及各式食材的狀況。剛開始，大家還興致勃勃，自理三餐，輪流煮食，開學後，功課漸漸家中，大家一忙，自顧不暇，無人有空去弄一頓像樣的料理，便連續好幾餐的冷凍食品、微波食品。這麼一想，便覺得在台灣真幸福，熬夜工作，餓了有街頭宵夜可以吃，更有那全世界最密集的 24 小時營業便利商店可以消費。這一年間最想念的，還是台灣便宜又方便又好吃的各種小吃吧。





## 肆 心得分享

學期間就算忙到水深火熱，也還是要找時間出門去玩才不會枉費出國留學。週末幾乎都會跟朋友到市區裡面探索，身為建築人，洛杉磯實在是太有得看了。經典建築一棟都不少，加上學校的課程又常常帶我們去參觀許多有名的作品，著實獲益良多。除了洛杉磯地區，利用長假，我們還去了舊金山、聖地牙哥、芝加哥、德州、紐奧良等等。我們還經常去國家公園露營，大雪紛飛的 Sequoia 國家公園令我難忘。有次在附近的 Big Bear Lake 探勘小屋，走在結冰的湖上也非常令人驚艷。

美國文化非常重社交，週末大家經常會聚在一起派對，不論是瘋狂的 dance party 還是喝啤酒、抽煙聊天的小聚，大家都是非常的健談，即便素不相識的陌生人也能一見如故的聊起。我也漸漸學會這種社交模式，毫無顧忌的與人談論各種天馬行空的想法，這是一種不同於以往，認識人的一種模式。

## 伍 給學弟妹的建議

如果有想出國交換的打算，半年之前（前個寒暑假）就要開始做準備，也要很早就決定是否要出國交換。

台灣教育當局非常鼓勵學生找機會向外學習，很有獎助學金，雖然仍有許多自付款，但已經是很好的獎勵了。

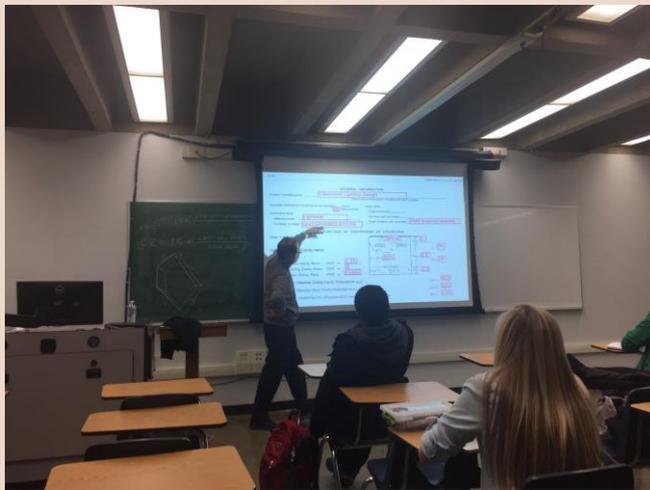
想出國交換學生的人要想清楚，目前唸的學系是自己喜歡的，願意再多投資自己活用知識，另外也要事先與家人溝通清楚，畢竟出國一段時間，除了會造成額外的經濟負擔，在外的生活也多少會讓家人擔心。現在網路如此方便，務必經常跟家人報平安。若是區的是非英語系國家，要問自己，是否準備好了？若沒有稍具基本語言能力，在外求學，課業壓力大，若應付得很辛苦，也會少掉很多與外國人互動的機會，相信大家都希望除了本身的課業，出國的目的之一，也是拓展視野與接受外來文化的薰陶。一切都確定了，接下來就是選一所適合自己的好學校，以及交換期間生活必備了事項了。祝福想出國學習的學弟妹，能一償宿願，收穫滿滿。





**照片說明：**

組裝由 IKEA 購買的家具



**照片說明：**

吳和甫教授為大三同學講  
解環境控制



**照片說明：**

設計工作室景象





**照片說明：**

週末與朋友到附近滑雪場  
滑雪



**照片說明：**

期末建築系盛事「包浩斯」  
(Bauhaus)舞會



**照片說明：**

第一學期期末評圖





照片說明：

出發前與行李合照



照片說明：

週末與朋友同遊 Joshua Tree 國家公園



照片說明：

與當地好友 Karl 出發露營前合照



照片說明：

校外參觀經典住宅案例 Eames House