

111 學年度  
教育部學海築夢計畫  
出國實習心得報告

海外實習國家:美國, Ohio

海外實習機構:Youngstown State University

海外實習期間:112 年 6 月 30 至 8 月 17 日

實習生姓名:胡羽葳

計畫主持人:黃國鴻 教授

# 目錄

一、緣起.....	3
(一)實習動機.....	3
(二)行前準備.....	3
二、國外實習機構及實習概況.....	4
(一)實習機構介紹.....	4
(二)實習內容介紹.....	4
(三)實習概況.....	5
三、國外實習之生活體驗.....	5
(一)實習生活.....	5
(二)景點參訪.....	6
四、未來發展與影響.....	7
五、感想與建議.....	7

## 一、緣起

### (一)實習動機

現今大學學歷氾濫，加上疫情過後百業蕭條，欲尋求一份適合自身條件且具有加分效果的實習並非易事，更遑論是海外實習。起初得知有機會至世界強國之一——美國實習時，心中帶有些許猶豫，一來沒有出國經驗，不確定自身語言、經濟及適應能力是否有辦法支撐自己在國外生活一個半月，二來是對自身專業能力的不自信，因實習內容並非自己特別擅長的領域，所以擔心會有無法順利完成專案的風險存在。但在跟師長和學長姐經過幾番溝通及討論後，我決定踏出舒適圈，珍惜眼前的機遇，把握成長的好機會。

### (二)行前準備

因為是第一次出國，所以有許多東西都是首次申辦，像是護照、簽證、保險等，再加上考慮到在美國會有開車的需求，四月時還特地去報了汽車駕訓班換取國際駕照。除此之外，包含當地的住宿、行動網路、交通方式及文化習慣，我和同行的夥伴們也逐一地去瞭解並解決我們眼前所遇到的難題，在最後成功抵達位於美國的實習地點時，不免感嘆自己真的做到了，心中的成就感油然而生。



▲行前去監理所換取國際駕照



▲首次申辦護照



▲事先購買美國 sim 卡

## 二、國外實習機構及實習概況

### (一)實習機構介紹

本次計畫實習機構為位於美國俄亥俄州的楊斯頓州立大學國際處，國際處主要負責國際學生的入學、交換申請等事宜，其中也不乏負責舉辦國際學生間的交流活動，例如：夏令營、校外教學…。



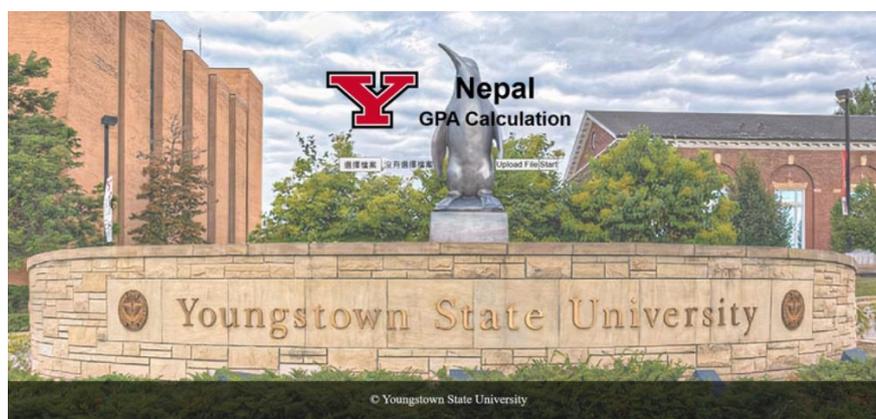
▲Jones Hall, Youngstown State University



▲Lariccia Cultural Collaboratory

### (二)實習內容介紹

本次計畫實習內容為撰寫成績單之影像辨識及 GPA 換算功能，此計畫目標旨在於減少國際處審理入學申請時之人力成本，主要內容架構分為掃描檔案、辨識資訊、換算 GPA 以及網站架設。



▲網站架設預覽圖

### (三)實習概況

和台灣的工作環境不同，在美國執行專案，更多時候像是一種同僚壓力較小、時間更為彈性的責任制，除了遇到困難及階段性的報告及反饋之外，主管並不會過問專案的進度。此外，在專案初期因為語言因素，在交流想法的過程中遇到了一些瓶頸，但在彼此的包容及耐心地溝通下，我們也成功地完成專案所需的內容。

## 三、國外實習之生活體驗

### (一)實習生活

我們租屋處的位置距離學校走路約 20 分鐘，工作日早晨我們一般會攜帶早餐並搭乘公車前往學校，我們的工作地點是在國際處的學生交誼廳內，寬敞明亮的空間配有一個小廚房，方便我們打理早、午餐，下班之後的閒暇時間，我們通常會去 Walmart 採購晚餐所需的食材再回家料理，和台灣的外食文化不同，在美國因為餐廳費用高昂，以及小費文化的盛行，大部分家庭都習慣自煮，除了省錢之外還可以根據自身口味進行調整，也比較營養健康。在校實習期間，因為正逢暑假，校內學生較少，因此較難結識到年紀相仿的外國友人，但在國際處工作時，我們仍被校內的相關人員熱情款待，甚至邀請我們至週末例行的聚會，體驗到許多當地居民的消遣活動，例如：野餐、採藍莓、釣魚、保齡球…，讓我們留下了難忘的回憶。



▲與工作中結識的友人於週末一同出遊



▲十分照顧我們的校內同仁 Amelia

## (二) 景點參訪

在楊斯頓大學實習的期間，我們利用週末的空閒之餘拜訪了匹茲堡以及位於加拿大的多倫多及尼加拉瀑布城。匹茲堡曾被經濟學人評為全美最宜居的城市，其地理位置位於三河交會處，河川兩岸由許多橋樑連結起來，隱約還看得到昔日「鋼鐵之都」的影子在，參訪期間我們去了普普藝術大師—安迪沃荷的美術館、匹茲堡大學、菲普斯溫室植物園以及點子州立公園。



▲安迪沃荷美術館館藏之一

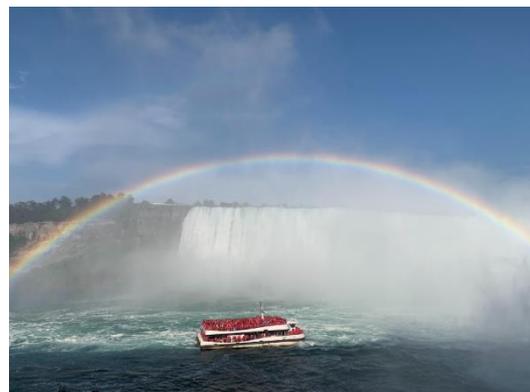


▲菲普斯溫室植物園

而在加拿大的旅程當中，第一次跨越美加邊境的興奮感還記憶猶新，多倫多的街道整齊乾淨，在路上靠著電纜運行的電車是在台灣較少看到的，因為華人較多的緣故，華埠也繁華許多，著名的安大略博物館也令人意猶未盡。接著我們前往世界著名景點—尼加拉瀑布，當瀑布首次映入眼簾時，我才真正體會到大自然的鬼斧神工為何，陽光折射於瀑布濺起的水花之中，形成了其專屬的彩虹，宛如仙境一般不真實，令人流連忘返。



▲於瀑布塔上方瞭望瀑布全景



▲瀑布上方的彩虹如童話場景般不真實

#### 四、未來發展與影響

在出發之前，因為個性緣故所以常常覺得自己的能力還有很多不足之處，但究竟哪裡不足？還不足多少？始終沒辦法給自己一個確切的答案，在國外實習期間，一次次的與人溝通、解決問題，無論是英文能力還是專業能力都讓我對自己有更具體的認知，也更清楚自己往後應該加強及努力的方向。同時，對於過去一直沒有出國過的我，這次在國外生活也讓我拓展了不同的眼見，也讓未來的我更有踏出國門發展的勇氣，在不同場合與人交流時也更加游刃有餘。

#### 五、感想與建議

實際在美國生活過後，發現除了文化差異之外，有很多日常習慣也和我們不盡相同，像是進門不須脫鞋、浴室沒有蓮蓬頭、加油都採自助式等，但正因為是在一個不熟悉的國家生活，我告訴自己面對任何事都不該抱有「預設」，抱著開闊的心態去看待遇到的每一件人事物，旅程就會變得更加新奇有趣，在人與人之間的談話中也能保持更大的彈性，認知到這點我認為是我在這次實習中最大的收穫之一。

過去美國於我像是遙不可及的國家之一，儘管從小學習英文，關注歐美時事及作品，也未曾敢想前往美國實習或發展，這次順利完成實習並拿到證書為我建立了相當程度的自信心，相信這份經驗在未來職涯發展上會帶給我不一樣的助力。



One University Plaza, Youngstown, Ohio 44555  
International Programs Office  
330.941.2336 | Fax 330.941.2338  
[www.ysu.edu/ip](http://www.ysu.edu/ip)

## CERTIFICATE OF COMPLETION

Yu-Wei Hu

The above-named student has completed a 4-week, 120 hour internship on the campus of Youngstown State University, located in Youngstown, Ohio USA. The internship was jointly supervised by the International Programs Office and the College of Graduate Studies.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Nate Myers'.

Nate Myers, Ph.D.  
Associate Provost  
Youngstown State University

Youngstown State University does not discriminate on the basis of race, color, national origin, sex, sexual orientation, gender identity and/or expression, disability, age, religion or veteran/military status in its programs or activities. Please visit [www.ysu.edu/ada-accessibility](http://www.ysu.edu/ada-accessibility) for contact information for persons designated to handle questions about this policy.

[www.ysu.edu](http://www.ysu.edu)

▲ 本次實習計畫實習證書