

## 交換心得報告

### 26-1 學校簡介

澳洲國立大學 (Australian National University, ANU) 創立於 1946 年, 位於澳洲首都坎培拉。ANU 不單是全球最有威望的大學之一, 更是南半球首屈一指的頂尖研究型大學。除了身為澳洲八大名校之一 (Group of Eight), 2015 年於 QS Ranking 更是拿下了世界第 19 名的頂級盛譽。ANU 人才輩出, 建校至今已累積了六位諾貝爾獎得主、兩位澳洲總理及多位傑出的科學家、學者、及國會議員。

澳洲國立大學校地相當浩大, 主校區有 145 公頃, 超過 200 棟建築物, 10,000 多棵樹木及六個不同學院學生使用的圖書館、超過兩百五十萬本藏書。除此之外, ANU 儼然是座大學城, 除了校園內附設的求職中心、學術技巧及學習中心等資源外, 周邊措施也是應有盡有—旅遊中心、銀行、書店、藥妝店、咖啡廳、酒吧、各式小餐廳、醫療中心、及健身房。

據最新資訊, 澳洲國立大學有超過 20000 名學生, 其中將近 1/4 為國際學生, 人種多元豐富的同時, 相對的尊重與包容則是一點也不少; 漫步於校園中, 隨時隨地能聽到異國語言及不同的口音。

#### 坎培拉簡介

ANU 位於澳洲政治、行政中心的坎培拉。坎培拉屬於澳洲首府特區, 人口約 40 萬人, 居民大多以公務員和學生為主, 無論收入、教育水平均為全國之冠, 但相較之下, 物價也偏高。坎培拉的氣候四季分明, 城市規劃完善、街道井然有序, 生活機能便利性十足; 城市內充滿活力, 周遭則環繞美麗的自然景觀。在這, 能輕鬆享受悠閒恬淡的生活步調、順暢的交通、寬廣的空間、及友善的人們。少了都市的繁華與喧囂, 坎培拉是個寧靜、具人文氣息的地方。

### 26-2 國外研修之課程學習 (課內)

課程修習方面, 澳洲國立大學 OIA 提供給交換學生的資訊相當完善, 在告知錄取後, ANU 會來信告知學生必須上網照個人志願序預選 4 門課程, 共 24 學分 (本地生、交換學生皆一視同仁, 都得修滿 24 學分)。之後, 開學前一週的 Orientation Week, 會有各領域的教授提供諮詢, 讓學生請教自己是否適合這門課, 教授們也會給予一些適當修課建議, 並協助學生做加退選的動作。O-Week 還有一系列 seminar/ workshops 可以幫助學生融入環境、適應校園生活、並了解 ANU 在學術上對於學生們的基本要求 (蒐集文獻、引用文章、提升寫作技巧、時間管理、簡報技巧等)。在交換期間, 我選了四門課程, 除了管院交換條件的必修管理課程— International Business, Communication for Business, Corporate Social Responsibility & Reporting 外, 我還修了一門進階西文, 希望日後有機會將 DELE C1 考過。雖說一學期只有四門課, 但課業負擔並不輕, 除了每週的課堂進度、指定閱讀外, 每隔幾周就會有動輒 2000 字起跳的報告、小考等。整體而言, 授課以老師投影片教學為主, 大班授課, 每週每堂課 2 小時, 外搭 1 小時的小班 tutorial, 由助教帶領討論習題、解決過程中遇到的疑難雜症; 除了授課內容外, 教授們每堂課都有 2-3 篇指定課外閱讀, tutorial 助教會針對老師課程及指定閱讀隨機發問, 並帶領討論、引導學生交換意見、促進同學彼此之間的腦力激盪, 這種授課方式也間接逼同學們跟上每週進度。在澳洲, 老師、助教們相當注重個人批判性思考能力, 常鼓勵學生在 tutorial、作業中提出自己的看法、挑戰既定的理論, 所以一般而言, 討論大多相當熱絡, 大部分學生都很勇於表達想法。由於 ANU 在學術上享有盛名, 這也間接反映在教授們對學生作業要求上面; 每份交出去的作業皆由學校 Turnitin 系統審核, 檢視學生們作業相似度及有沒有正確引用文獻, 若被抓到有抄襲之嫌的話, 輕則不予計分、科目當掉, 重責得到行政辦公室報到, 親自解釋原因。

值得一提的點是, ANU 校風相當自由, 教授們正課不點名、不在乎出席率, 反倒是 tutorial 必到, 因為作業、報告、甚至小考成績皆是出自助教之手。剛開學的前幾週難免不適應每週 10 多篇 paper 的 loading,

常常沒日沒夜的趕課，但，久而久之，也慢慢抓到讀書要訣，輕鬆了下來。個人認為 ANU 13 週課程相當緊密、紮實，教授上課速度相當快，幾乎每週上完一個章節。7 月開學，10 月便將完整學期的課上完，11 月便是長達 3 週的期末考。

### 26-3 國外研修之生活學習（課外）

#### 食

相較於台灣，澳洲生活水準相對偏高(最低時薪\$420 台幣)，所以一開始看到當地物價難免會面露難色，在攤位面前猶豫再三；在外頭餐廳吃簡餐，一餐\$20~\$30 更是稀鬆平常。所以，當一切就緒後，我便展開了我的烹飪之旅。每週搭車前往 City Centre 的 Coles/ Aldi 超市採買，接者和三五好友們一同體驗下廚的樂趣。宿舍 1 樓有中央廚房，在那，每位學生都有自己的置物櫃、冰箱儲藏格、冰櫃。廚房是一個容易結交朋友的好地方，藉由一同烹飪、交流菜單、切磋廚藝，很快就能建立起異國友誼、了解不同文化；彼此邊用餐、邊分享澳洲的生活體驗、互相推薦旅遊景點，也是莫大享受。宿舍廚房也能稱得上除了校園生活外我認識最多好友的地方之一。

#### 衣

位於南半球的澳洲，氣候與台灣完全相反；我抵達的時間是 7 月，從台灣的盛夏飛到坎培拉的寒冬，面對均溫 1 - 12°C 的氣候，相當建議打算前行的學弟妹攜帶厚外套、輕便羽絨衣。此外，澳洲日夜溫差大，可能多達 10 多度，更凸顯保暖的重要性。然而，好處是各建築物、宿舍裡都有暖氣，所以不必擔心室內會冷。9 月起，氣溫變漸漸回暖，到了 11 月便相當宜人，屬於涼爽、舒適的好天氣。

#### 住

對我而言，宿舍是社交生活很重要的一環，我在 Fenner Hall 交到了許多好友，讓交換生活意外精彩。澳洲國立大學給予交換學生相當大的福利，除了剛到學校的機場接送服務外，透過 Set4ANU 會為每位學生安排一名 Orientation leader，幫助剛來的學生打理住宿、其他生活上可能遇到的大小問題。ANU 宿舍一樣是自行上網申請，但校方對交換/國際學生都有保障宿舍資格，因此，不必為了申請不上宿舍而擔心。宿舍方面，選擇相當多元，共有 12 棟讓學生依自行喜好排序（供餐/ 不供餐、學生年級、離校總區距離...等。）我住的是 Fenner Hall，是 ANU 歷史相當悠久的一棟學生宿舍，也恰好是租金最便宜的一棟；每週租金為\$220 澳幣。單人雅房，含水、電、網路，每層樓共用衛浴、冰箱、洗衣、烘衣機、及小廚房。每層樓都有一位 SR (Senior Resident)，負責凝聚同層樓室友間的感情，所以自開學第一週，每週都會有 Tea Night，也不時一同舉辦 Potluck、出遊等活動。此外，Fenner 很重視社區群體感覺的營造，宿舍在開學期間也會舉辦很多活動、party 來增進彼此間的情誼—各式主題的 party、全棟 500 位學生的大型 potluck、男女變裝主題的 drag night、BBQ Night、Pizza Night、Movie Night、語言交換、音樂表演、運動與藝術之夜...不盡其數，認識朋友、與大伙同歡的同時，也使我交換生活充滿笑聲與樂趣。

#### 行

堪培拉的大眾運輸系統相當發達、便利，對學生而言，乘坐公交車無疑是最經濟實惠的選擇。交通網由分佈在各處大小站牌組成，其中 ACTION 公司(堪培拉交通服務運營商)又將巴士營運路線分成幾個大區，如 Tuggeranong、Woden、City 和 Belconnen，將乘客送往任何地方。特別的一點是，上下車用 MyWay Card 扣款完畢後，接下來 90 分鐘可以無限次搭乘、轉車。

## **26-4 交換/研修之具體效益**

- 與國外學生、學者交流，結交許多良師益友
- 體驗國外生活與風俗民情
- 增進自我信心，學習獨立
- 提升外語溝通能力
- 嚐試不同上課方式
- 增加國際觀

## **26-5 感想與建議**

在結束所有課程、報告、和考試後，終於能夠放慢腳步細細回顧這幾個月的生活。為期5個月的交換，說長不長、說短不短；依稀記得，一年前此刻的我，面對眼前排交換志願序的清單，看著上百間學校，每個當下抉擇，極可能造就截然不同的結果。當時的自己，由於拿不定主意，便依 QS Ranking 填了下去... 現在想想，或許覺得可笑，但，我一點也不後悔。

同樣的交換生活，每個人選擇度過的方式不同。你可以悠悠哉哉享受澳洲愜意氛圍；可以孜孜矻矻認真修習課程、利用學校龐大資源；可以到處參加社團、party，廣結善緣；可以東西南北玩遍全澳。每件事都能讓我們體驗到不一樣的交換生活，而這些經驗都是自己獨有、他人無法取代的。

個人認為，交換是個探索自己、也是行萬里路、增廣見聞的機會；它是成長過程中重要的催化劑，讓人得到修煉— 藉由接觸更多東西、感受不一樣的世界、從不同的角度重新審視自己，讓自己更成熟、更強大。交換的一學期，使我更獨立自主，學會經營自己的生活，又把時間發揮到極致，享受在澳洲所發生的一切、享受每一個當下的挑戰與感動，盡可能讓生活過得充實、精彩。

非常慶幸自己能有機會出國交換，來到澳洲這麼棒的地方；有機會遇見各領域最傑出的學子，共同創造許多難忘回憶。隨著在這的一切即將結束，我將好好把握最後時光，並帶著在這發生的所有回憶，及蛻變的自己，迎接下一個挑戰！

26-6 相片



(Fenner Hall 羽球代表隊合照—奪得年度季軍)



(和同層室友的文化交流—Potluck，每人準備一道料理)