

交換學生心得與生活報告

心理系 103702021 蔣依穎

交換時間：107學年度上學期

Schulich School Of Business, York University

交換學校介紹及課程等學術方面資訊

關於Schulich Business School

約克大學位於多倫多的北邊（北約克），地鐵一號線可以連接市中心，車程大概四十分鐘，Schulich商學院是加拿大安大略省多倫多的約克大學下的商學院。有自己的一棟大樓，裡頭的設備很新，裏頭也有自己的圖書館、電腦教室。約克大學的Schulich商學院與西安大略大學的IVEY商學院和多倫多大學的Rotman商學院一同被美國著名的經濟周刊評為加拿大前三所頂級商學院，根據Forbes和CNN Expansi3n，Schulich商學院有加拿大最好的MBA program。上課時可以感受到學生對自己的自信，可以說是菁英意識很深（？）

課程資訊

開學前，負責國際事務的人員會寄選課到信箱，學士班的學生是選擇三到五門的課程，可以選商學院開授的課程或是學校課程，並填寫前十志願序到指定文件裡回傳，之後過一段時間就會通知選課結果。對課程選擇不滿意可以把課程加入等待清單裡或是等開學後試聽完課後再決定加退選。

我一開始選擇了四門課：Canada'a Business Environment、Conflict and Negotiations、Project Management和Personal Finance，後來試聽後覺得Personal Finance比較偏向加拿大環境下的理財（像是退休金、勞保），就退課了。以下是另外三門課的心得：

Canada'a Business Environment：

只有交換生可以選的課。每次會有課前閱讀要瀏覽，每堂課會針對該週主題作討論，可以好好了解加拿大的地理歷史環境、財務環境至整體的工作商業環境。有兩位教授交互上課，一位男教授和女教授，男教授的口音稍微重一點，並且喜歡針對一個時事一直討論許久。評分方式為平常課堂參與的發言加上有一次期中考（兩小時的申論題，事先給六個題目，從中考其中四題）以及期末團體報告（口頭和紙本報告）。如果想和其他交換生交流可以選，不然其實是一個有點雞肋的課。

Conflict and Negotiations :

每次會有課前閱讀要瀏覽，每堂課會針對該週主題作討論，還會有分組的活動。評分方式為課堂參與、一次的期中考、一次隨堂考，以及期末的個人報告。個人報告為分析個人的成長和每週主題的反思等等。我個人蠻喜歡這堂課，會對整個協商的理論更加了解，以及如何進行事前準備有一個了解，每週的小活動也都很有意思，會進行角色扮演做協商，並且對結果進行討論。

Project Management :

課程分兩部分，第一部分是會講授專案管理的理論，後期是會使用Microsoft Project這個軟體進行案例實作。評分方式為課堂參與，期中考、期末考，還有兩次分組大作業（第二個作業要團體互評，我們這組的其他人都忘記，他們直接被扣的15分...）。如果有認真上課，會對專案管理有全面的認識，期末考以及第二個大作業有難度，需要花時間準備。如果未來想往這方面發展的同學建議修習，會學到不少。（政大好像比較少這方面的課程）

生活 及文化交流

生活

天氣：上學期交換我覺得非常幸運，因為在非常恐怖的冷（一、二月）之前就撤離加拿大了，一直到十一月才會比較冷，我自己是有買冬大衣、冬靴還有防水手套，走之前只遇到兩次大雪，所以蠻推薦秋季交換的

飲食：如果住學校apartment，會有廚房，大多數時候是自己煮，附近有Walmart(要搭公車)、York Community Store(會通過village區，食物便宜，但是建議結伴且天黑別去，附近發生過多起犯罪案件)或是york lanes 裡有超市（比較貴），以及Canadian Supermarket（週二晚上有接駁車載你去購物，裡面有酒）。

出去吃了話，市中心的中國城有很多亞洲食物；另外，多倫多也有不少台式料理，可以邀請其他交換生一起品嚐，像是台灣牛肉麵他們就讚不絕口。

治安：約克大學外圍南邊的治安不太好，建議天黑別一個人亂晃：village和York Community Store那一帶發生過多起犯罪案件。校園裡都還好，我最晚一個人半夜十二點多從地鐵站走回york apartment都沒事。如果害怕的話，也可以叫GoSafe服務，小心一點為上。

文化交流

Schulich商學院的交換生以法國人為主，會自成一派，其他歐洲零散各國的交換生們會比較好結交的對象。這次遇到一些對亞洲文化感興趣的歐洲交換生，進行了不少文化交流（食物、節慶等等），也有在宿舍自行舉辦了一場international dinner，蠻有意思的。通常和歐洲來的交換生們出去吃飯時他們都會驚嘆於亞洲食物的美味，可以多分享亞洲食物給他們，像是有帶他們去吃火鍋以及喝珍珠奶茶（有一芳水果茶、coco、鮮茶道），他們都蠻喜歡的。所以，只要一開始的orientation勇於交朋友，多下些功夫和其他人交流，會蠻有收穫的！

至於加拿大人，我的印象是整體很友善，Thank you & Sorry很常說，例如我去溫哥華時，下公車時，即使是從車後門下車，他們也會大聲的說Thank you。另外，他們很不喜歡被認為是“American”，並以他們國家自豪。

節日上也有些許不同，像是加拿大的感恩節是十月的第二週，美國約莫在十一月底。另外，北美對萬聖節非常樂於其中，萬聖節的那一週，從搭地鐵時就會看到很多精心裝扮的人，超人、蝙蝠俠、權力遊戲的主角、熨斗...，可以和他們合照，感受樂鬧氛圍。

他們以Timhorton自豪，可以買到很便宜的甜甜圈跟飲料（推薦French Vanilla），貝果也很便宜好吃。

可以感受到加拿大被其移民歷史影響很深，像是，加拿大本土的Hudson bay百貨公司，發源歷史和當地原生住民以及英法殖民有很深厚的關係。也可以感受當地被原住民的文化深厚，例如溫哥華史坦利公園裡樹立的圖騰柱，象徵以前這裡是他們的領土。加拿大法語區的整體感覺也很不一樣，路上到處都是法語的標誌，沒有英文標誌，服務生也是先用法語招呼你，發現無法溝通才會改成英語。有空一起定要去蒙特婁、魁北克感受一下不同之處。

交換需注意之事項

行前通知

大概在四月中時候，約克大學這邊會寄信要求線上填寫基本資料並附上英文檢定成績以及在學英文成績單，按照指示填寫完後，大約在五月上旬會收到Schulich Fall Acceptance Package，裏頭會有acceptance letter、orientation的時間、臉書社團資訊、選課指導以及住宿申請相關資訊，一定要詳讀好幾遍，並且把重要日期記下來，以免錯過申請課程或宿舍的時程。之後就按照指示去申請事務即可，大約八月底的時候，學

校會再次既提醒信通知重要事件。如給對選課、住宿有任何疑問，不要遲疑地寫信問負責老師，約克大學行政的回覆效率很高很快，事情都可以快速得到解決。

簽證機票入境

機票在acceptance letter拿到後就可以開始訂了，長榮有直飛的班機；或是有省錢考量的可以先飛到溫哥華轉機。記得溫哥華轉機要預留兩小時，因為要先過入加拿大的海關會比較久（排一般入境海關，並把acceptance letter給海關看，通常會問你什麼時候離開加拿大，報給他一個日期即可），而且行李沒有直掛！！要拿出來重新掛到多倫多。我當初預留一小時四十分鐘，到達登機櫃檯時已經開始登機了，稍嫌趕。

在加拿大一學期只需申請電子簽證ETA即可，線上填一填資料把付款交完即可，記得可以手機存一下檔案，以免有突發狀況。

手機門號

加拿大的手機方案都不便宜，離學校最近的是Yorkdale shopping mall，搭地鐵大概二十分鐘，裡頭有多家電信公司：fido、freedom....，可以一家一家問到最適合的方案。我是辦freedom一個月20CAD，1GB，因為學校還有地鐵站基本上都有wifi，不過要注意的是，這家電信公司到montreal以北就要開漫遊...，然後去美國也需買package（一天5CAD）。

開戶換錢信用卡

我是開BMO，開戶前記得預約，開戶服務蠻好的，有什麼問題都可以直接問銀行員，他都會詳細解釋，我是開學生帳戶（記得帶學生證還有護照），主要戶頭的用途就是繳每個月的住宿費。建議在台灣就可以辦一張海外刷卡有優惠的信用卡，主要消費就刷卡（北美基本上都可刷卡）。我的建議是不要帶過多加幣，因為加幣的匯率起伏很大，像是有一個交換生開學時換太多加幣，當時加幣在高點，最後期末沒花完，匯差直接損失了台幣五千塊。