

**國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系與美國密蘇里大學學術交流合作
參與者歸國心得報告表**

姓名	石瀝新
在師大的學號	60301054E
參與類別	<input type="checkbox"/> BCCIP <input type="checkbox"/> 3+2 學、碩士雙聯學位 <input checked="" type="checkbox"/> 1+1 雙碩士雙聯學位 <input type="checkbox"/> 博士班交換
參與期間	_105_年 _8_月 至 _106_年 _5_月
取得學位日期	___年 ___月 ___日 (BBCIP、博士班交換免填)
歸國日期	_106_年 __6__月 __10__日
心得報告與分享 (包含給學弟妹的話與提醒)	<p>兩年前，因為臺師大教育心理與輔導學系與美國密蘇里大學（MU）的跨文化短期交流（BCCIP），讓我有機會到密蘇里大學參與約三週的跨文化諮商課程以及融入美國當地的生活，瞭解了文化對一個人的成長背景的影響。因此，身為一個專業助人工作者，我希望將這份學習與經驗不只停留在覺察階段，而是可以有機會到美國去學習更多關於文化對諮商的影響，也藉此一圓我一直想到國外留學的夢想。</p> <p>因此，我與家人討論了生涯規劃，毅然決然申請了一樣由臺師大與密蘇里大學的交換課程，1+1 的雙聯學位。在這過程中付出了許多努力、從準備托福、相關申請資料，包含履歷、Personal Statement，到邀請老師撰寫推薦信，以及通過第一階段之後的面試等等。這是一段同時忙於學校課業，又努力空出時間來完成申請的過程。很辛苦，但回過頭來看這一段過程，很值得！</p> <p>這一年在美國的學習，讓我不只在諮商專業能力與覺察上有很大的學習，對於我個人的成長也有很大的幫忙。第一次離家，我開始學習如何獨立生活，並且在面對許多問題與困難時，靠著自己的韌性一一渡過難關，這是在台灣很難經驗到的過程。此外，這個多元文化的經歷，讓我對於外籍移工、外籍配偶等等遠離家鄉到異地生活的人們，能更了解他們可能經驗到的辛苦與孤單，非常有助於發展我在心理諮商這塊領域的學習。</p> <p style="text-align: center;">如果你還在猶豫，歡迎與我聯繫，讓我們一起做一個不會讓你後悔的決定！</p>

是否同意將「心得
報告與分享」公告
在本系網頁上

是

否