

教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修  
之留學生成果報告書

Ministry of Education Scholarship for Excellent Students to Study Abroad  
Report on Exchange Experience

美國西來大學留學心得

Report on Exchange Experience at University of the  
West

原就讀學校/系所/年級：文藻外語大學英文科四年級  
Home Institution/Department or Postgraduate Program/Year

獲獎生姓名：顏于婷  
Name

研修國家：美國  
Host Country

研修學校：西來大學  
Host Institution

獲獎年度：(由國合處填寫)  
Award Year (filled out by OICC)

國外研修成績：  
GPA Received at the Host University

## ● 緣起

在專一進入文藻得知有關交換生的事情時，就一直很希望自己能夠成為交換生，除了可以到國外體驗不同的文化風情，也可以開拓自己的眼界，體會不同的學習環境。然而，成為交換生並不是一件容易的事，從一開始準備書審就是一連串的挑战。準備書審時，最大的困難就是“W-portfolio E 履歷”的製作。在專一時的計概課有稍微學過如何使用，但是卻說不上熟練，剛好又碰上相容性的問題，所以一開始真的不知道該怎麼辦，就找了一個也要申請交換生的好朋友一起研究，從此我們就成了並肩作戰的好夥伴。在摸索過所有該準備的資料後，我和她就常一起討論該怎麼製作，一起幫對方分析該怎麼通過考驗，很幸運的我們都順利地通過第一階段書審，緊接著就是第二階段的面試。面試前我們也一起討論了可能會面臨到的問題，還有該如何應對，在這條必須一直堅持下去的路上，有朋友的陪伴真的是很大的支持，可以互相鼓勵、打氣，也有人可以一起分享喜悅。經過一連串的挑战，最後終於如願的撕到了榜單，那種開心的情緒真的無法形容！而班上一起參與交換生申請的夥伴們也都撕到了自己心目中理想的學校，真心地替自己也替別人感到開心，也約定好等大家歸國後一定要互相分享！

↓ 此圖為本班交換生之合照。



↑ 此為撕榜後與榜單之合照。

撕完榜後我們並沒有停下腳步，因為要填寫許多的申請資料，像是當地學校的報名、宿舍申請、還有最麻煩的簽證辦理。而當時我遇到最大的問題就是我的護照過期，因為申請必須用到護照的影本，所以我當時在學校一下課就衝去搭公車、轉捷運，自己走路到辦理簽證的地方，但卻得到一個晴天霹靂的消息-申請表上必須要有家長的簽名。但是當時我不可能馬上搭車回家，我

就很緊張也突然不知道該怎麼辦，就馬上打電話給媽媽，最後自己看著 google map 走到郵局把申請表寄回家再請媽媽寄回來；光是一個護照就讓我跑了兩次，但是我知道這只是個開始。接著到了暑假我們也開始著手申請簽證，專科部除了我以外還有三個人和我是同一間學校，所以我們常一起處理事務，有個伴也能有個照應。申請簽證必須填寫許多資料，也必須親自前往台北進行辦理，而辦理簽證的地方真的很嚴密，深怕任何一個環節出錯就沒有辦法順利出國；大約一個星期後，我們都順利的拿到了美簽，而這也代表著我們離自己的夢想越來越近了！

## ● 研修學校簡介

西來大學位於美國加州洛杉磯郡的柔思蜜市，由星雲大師所創辦的佛教學校，並與台灣佛光大學為同一系統之學校。雖然西來大學是由星雲大師所創立，但是招收的學生並不是只有佛教徒，學校裡的系所與課程也有許多選擇，主要以心理學、商、英文為三大學院。西來大學位處加州的小城市，學校占地也不大，但是麻雀雖







↑ 學校附設的游泳池

小，五臟俱全，該有的都有。而學校附近也有一間大超市、一個購物中心，走路大約十五分鐘可以到達，也算是蠻方便的。再往前走就可以到達公車站，可以從那裏坐公車到市中心，車程約半小時。學校雖然沒有體育課，但是也有籃球場、健身房及游泳池，還有一間 game room，有節慶時學校也會在那裡舉辦活動；而宿舍也備有自習室、電腦室及交誼廳。除此之外，學校也提供廚房借用的服務，讓住宿的學生們可以自行下廚，省錢又健康。

## ● 國外研修之課程學習(課內)

在開學前，學校有為新生們安排為期一週的導覽課程，包含學校及周邊環境的介紹、圖書館資源運用，以及 EPT 分班測驗。這個分班測驗有分聽、說、讀、寫四個部分，說的部份就是直接與老師面對面談話，我覺得這個測驗裡最難的是寫作，雖然寫作成績不高，但是幸好其他測驗拉高平均，所以我一樣能和其他新生一樣正常選課。跟文藻比起來，這裡的選課方式很不一樣，他是自己上網看開課一覽表後，和負責老師約時間當面交選課表，但因為我們是新生，所以是學校直接安排時間。在選課過程中，老師會看 EPT 測驗的成績來給予建議，例如這門課對我來說太簡單，或者有難度，我覺得很不一樣因為選甚麼課是可以和老師一起討論的，不會到真的上了某堂課才發現自己不適合。在這裡每個年級每個學制有限定的學分數，像大一新生就是四門課 12 學分，上課時數很少，但也因為這樣多了許多時間從事課外活動。

我選的四門課分別是 College Writing, College Reading, Academic Speech, Introduction to Western Psychology。College Writing 顧名思義就是寫作課，老實說我每個禮拜都很害怕上寫作課，因為我發現他比在文藻寫作文來得複雜許多。這學期老師總共教了三種類型的作文形式，期中期末考就是老師出題並指定作文形式，平常也會寫一篇當平時成績。期中考的時候，我當時寫完覺得自己寫得很順，成績應該不會太差到哪裡去，但沒想到老師一發下來，卻只拿到了 C。一開始我真的覺得很挫折，但是現在後悔也於事無補，只能好好把握剩下的兩篇作文。到了期末平時作業時，一看到題目全班都傻了，是一個和美國政治相關的議題，我當時完全不知道該從何下手，對美國政治也完全不熟，更別說是寫作文了。所以我開始上網

→ 最後一堂課與老師的合影



查資料，各種報導、網路文章，就連當地學生我都問了，就是為了不想在搞砸。後來皇天不負苦心人，老師給我的評語算是蠻正面的，分數也進步了許多。接著是 College Reading 以及 Academic Speech，這兩門課是同一個老師，我特別喜歡這個老師，他和學生的關係很好，亦師亦友，下課時我們也都會去和老師聊天，順便練英文。對這兩門課印象最深的就是，老師常會要我們上台說話，因此我們每個禮拜上課時都必須準備一則新聞並說給大家聽。我覺得在這四門課中，對我影響最深的應



↑ 課程最後全班同學與老師的合影



該就是 Academic Speech 了，以前在文藻時，很少有機會站在台上用英文報告給同學聽，所以在上第一堂課的時候，我說話一直抖，也都不敢看大家。但是經過幾堂課後，我發現我越來越適應，也越來越敢開口，甚至是眼神交流。經過一學期的上課，我發現他們的教育方式和台灣有很大的不一樣。在台灣，學生上課常常就是抄筆記、考試、寫作業；反觀在美國，老師非常注重上課時的互動，學生們也很喜歡提出問題與老師一起討論，大家也都很勇於表達自己的意見與看法，而這些卻是在台灣教室很少看到的情形。

## ● 國外研修之課程學習(課外)



↑參加好萊烏萬聖節遊行活動

在新生導覽週時，學校有說明會舉辦一些節慶活動，一方面是應景、一方面也希望我們能體驗不同的文化節日，當時印象最深刻的就是中秋節及萬聖節了。學校裡有許多的華人學生，為了讓我們在異鄉也能體會到團圓的感覺，所以每年都會帶著學生們一起到西來寺祈福、賞月。在國外也能體會到和大家一起過節的感覺真的很不錯，當時寺廟發給我們一人一個小蠟燭，在指揮下一個一個上前，將自己的願望告訴天邊的月亮，並祈求大家平安，當時的氣氛讓人覺得很溫馨。另一個讓我驚豔的節日就是萬聖節，雖然班上曾經玩過萬聖節變裝趴，但是卻沒有真正體會過萬聖節。美國的萬聖節基本配備就是變裝、做南瓜系列的食物，除此之外，常在故事書上看到的 trick or treat 我們也

遇到了！當時我們正坐車前往好萊烏萬聖大遊行，在路上就看到大人帶著一群小朋友們拿著小盒子到附近的鄰居家敲門要糖果，而且她們的裝扮除了恐怖系列外，還有許多卡通人物、電影人物的模仿，而讓我們最大開眼界的是有一群華人把自己扮成一組麻將，真的是中華文化濃厚呀！

除了體驗到當地的節日外，我們也利用假期到許多地方遊玩，有刺激的遊樂園、紐約大都市、還有少不了的自然景觀。每個地方都讓我們留下許多珍貴的回憶，雖然我們去的地方不多，但也夠我們回味的了！對我來說，我覺得最棒的是去大峽谷參觀的那天。那天早上我們很早就集合出發，坐了幾個小時的車，來到位處亞利桑拿州的大峽谷國家公園。在還沒到達目的地前，我在車上就已經感受到車外寒冷的天氣，更驚訝的是發現外面竟然在飄雪！到達入口後，我們一下車，就被迎面而來的雪打中，真的是體會到被雪打是甚麼感覺啊！雖然當時因為下雪，我們無法體驗到坐直昇機遊覽整個大峽谷景觀，但是光是站在旁邊看就覺得好壯觀，大自然的力量真的很不可思議！後來我們也到了紐約進行一個禮拜的自由行，靠著雙腳走了好多好多的路，去了好多好多的地方，感覺整個曼哈頓島都布滿我們的足跡了。在紐約時，為了節省住宿費，我們找到了有提供沙發衝浪的家庭。沙發衝浪是一種類似寄宿家庭的感覺，在那邊住宿是不用錢的，但是依各房東個性，可能會想要有不一樣的回饋，例如我們的接待家庭就希望我們能做中式晚餐給他們嚐嚐。於是我們就利用最後一天晚上下廚，做了咖哩飯及湯品給他們，原本擔心他們會不習慣這個味道，但他們卻給予我們很高的肯定，這也讓我們留下很棒的回憶。雖然住在那邊只有短短的幾天，但也跟他們



↑背景為大峽谷國家公園景觀



↑與接待家庭拍下紀念的照片



↑上圖背景為舊金山金門大橋

→右圖為觀看 NBA 球賽洛杉磯湖人隊

建立起感情，在離開的那天是真的很不捨，但是我也相信，未來我們一定還能再見面的！



## ● 研修之具體效益

1. 學會獨立並能自己處理生活大小事
2. 學會簡單的烹飪技巧(在學校有自己準備過三餐)
3. 英文聽力與口語表達的進步
4. 體會到外國與台灣教育方式的差別
5. 與當地學生互相交流、分享彼此國家的文化差異

## ● 感想與建議

經過這次的交換生之旅，體會到許多以前在學校、在台灣體會不到的事情，能學到的東西也很多，不論是生活上抑或是學術上。這是我第一次到國外念書，難免會擔心許多事情，所以出國前功課一定要做足，可以找學姊聽他的經驗分享，也可以上網查資料。除了學校方面的事情以外，若是想要利用假期出去遊玩，建議要先查過資料，可以減省時間，也不會到了那邊卻不知道該怎麼玩，最重要的是一定要結伴同行，注意安全！最後我想說，其實我覺得半年的時間真的很少，才剛適應跟當地人溝通，卻已經要離開了，所以如果可以的話，我覺得一年的時間是很剛好的。另外也不要害怕與當地人講話，一方面是可以多認識不一樣的人，另一方面也可以增進自己口語表達的能力。這趟旅程雖然很短，過程中也遇過許多困難及挑戰，但我不會後悔當初做了這個決定。

