

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

布納維斯塔學校留學心得

Report on Exchange Experience at Buena Vista
University

原就讀學校/系所/年級：日五專英國語文科三年級
Home Institution/Department or Postgraduate Program/Year: HE3C

獲獎生姓名：洪子晴
Name: Hung, Tzu-Ching

研修國家：美國
Host Country: United States of America

研修學校：布納維斯塔大學
Host Institution: Buena Vista University

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

一、緣起 Origin

曾經在每個人心中都有一個到國外讀書的夢，而我也不例外，以前的我認為這是一個遙不可及的方向，但我卻實現了，至今仍是覺得這一切實在太不可思議。在我進入文藻外語大學後我就立下當交換生的目標，我給自己三年的時間充分準備，從準備檢定考試通過交換學校門檻、填寫自傳和準備 W-Portfolio 的資料、審核後面試到撕榜，一步一步地朝向交換之路前進。在開啟我的交換生活前，我詢問過一些有交換經驗的學長姊什麼時候和哪個國家去交換比較好並且在和家人討論比較後決定於三下結束後去美國交換，在確定資格到等待撕榜的日子之間我好好地研究每一個學校的環境、教學資源、課程和價格，也透過朋友打聽到順位排在我前面的同學想要去的學校，於是撕榜時我選擇了布納維斯塔大學 Buena Vista University，撕完的那個剎那我心中的大石頭放鬆了許多，覺得我要去美國交換的夢就快要實現了！

接著就是準備一連串要去美國的程序了，首先要與交換學校的老師聯絡住宿和學費等費用，然後訂機票還有最重要也是最費時的辦簽證手續，我必須先完成線上的部分和預約，之後親自到台北的美國辦事處面試，當然要準備的資料只要沒有齊全就功虧一簣，因此我在去面試前可是一再地確認，另外還有體檢的部分，因為美國交換的學校要求的疫苗在某一些醫院沒有，所以盡量去醫院前先做好詢問免得跑好幾趟。

至於行李方面，去的學期是夏季末和秋冬季，因此我準備了長袖和短袖，加上依據學長姊的經驗，禦寒的大衣和其他衣物也是必備的，而我也有請醫生幫我開了藥以防萬一，當然為了一解相思之愁，我也帶了一些零食以及準備了台灣風景明信片，希望可以分享給美國朋友也能送給他們一份特別的禮物，最重要的是，行李就帶自己需要的東西而不是想要的，不僅攜帶輕鬆也能減少行李超重的機率。

二、研修學校簡介 Introduction of the Host Institution

我所交換的學校是布納維斯塔大學 Buena Vista University(BVU)，它是一間位在美國中部愛荷華州 Storm Lake 以農業為主的大學，學校附近的商店都集中在大家所說的 Downtown，開車大概 5 至 10 分鐘，有餐廳、禮品店、電影院、麵包店和服飾店，應有盡有，還有我們學生最常去的 Wal-Mart 也不遠，而學校的一部分就是連著 Storm Lake，我和其他交換生假日時會騎腳踏車環湖，偶爾也早起慢跑走走，因為學校附近不像大都市有許多玩樂的地方，學生們的生活圈幾乎都在學校，另外學校很貼心地為交換生提供了免費機場接駁車，真的是很方便，距離學校大約兩到三個小時。

到達學校的第一個禮拜是交換生的新生訓練，大多數的學生都還沒有來，我們交換生在這個禮拜除了熟悉學校的各個角落，負責處理交換生事物的老師 Mark Shea 也安排了一些活動讓國際生們彼此認識，還會帶我們到 Wal-Mart 採購民生用品和去鎮上的迷你高爾夫球店及電影院玩樂。此外，我們國際學生一定要參加的社團 International Club 經常會辦有趣的活動，大家就像一家人一樣，非常溫馨！在開學的前兩天，是 BVU 的新生入學典禮，所有的新生會排成一排走過學校中央的拱門，而拱門兩旁的階梯上插著所有學生國家的旗幟，看到台灣國旗的時候覺得好窩心啊！



(新生入學典禮)

(國際生站在自己國家的國旗前)

BVU 的宿舍有很多棟，各棟宿舍的房型和格局都不一樣，交換生可以依照自己的喜好填選志願。我所住的是最新的 Pierce and White，這兩棟是連在一起的，也是離教室和餐廳最近的宿舍，寢室是兩人房，住在這棟宿舍最棒的優點是，有地下通道可以通往學校主要地底建築物，所以冬天不用冒著風雪走到戶外就可以直接到達教室了。宿舍裡面有電視和沙發、廚房、讀書室、撞球室、桌球室等供學生們使用，而且 BVU 會提供國際學生一些必需品，像是枕頭、棉被、床單、毛巾等等，十分方便。和文藻宿舍比較不一樣的是它們都是男女合棟，也沒有熄燈時間或是宿舍檢查，整個宿舍生活就是很自由。室友方面，學校幫我們國際生安排與美國同學當室友，這真的是個很好又直接的機會可以訓練英文。我的室友 Rosalind 也是大一新生，她是個很好親切的女生，雖然說她和我一樣對學校的一些事物和地方都不太熟悉，但因為我們的年紀相近，可以聊的話題又很多，相處起來十分融洽，更幸運的是，她是墨西哥裔，也就是在美國中占很多數的公民，他們的家庭都說西班牙文為主，因此我還多了練習我副修西班牙文的機會，當我遇到課業還是語言的問題時，她也總能給我建議與幫助。

三、國外研修之課程學習(課內) Courses You Took

在新生訓練的其中一天，學校會安排我們進行英語程度測驗，測試國際學生的英文程度進而安排每個人至不同程度的班別學習。老師會協助我們的選課作業並提供建議，他們會根據我們的興趣，或是我們要抵免的學分，一對一的替我們找適合的課程，一般交換生修的學分數大約在 12 至 17 之間。經過與老師的討論之後，我選了 16 學分，除了交換生必修的美國文化 Exploring American Culture、International Student Seminar 和英文寫作課 Writing for International Students 之外，我還選了亞洲文明 Asian Civilizations、美國政府概論 Intro to American Government 和西班牙文文法與對話 Spanish Grammar and Conversation。另外在每學年的上學期來交換的學生可以在 Winter Break 結束後參加有一個為期三星期的 J-term 課程。每天都是三小時的課程，上完三個禮拜就可以獲得三學分，內容比學期間一般的課程還有趣多元，而我所選的是在大學及生活中創造成功的策略 Strategies for Creating Success in College and in Life，我原先以為這堂課會是很單調地在課堂中聽道理和原則，但授課老師有兩位互相交替於課程中，舉出許多生活中的例子，並且時常有小組互動的小活動讓我們自己領悟及體會其中的道理。

我選擇的三堂課是我認為需要花比較多的時間的，因為有比較多的報告和困難的專業術語，而其中又以美國政府概論課最困難，課程中總是有許多我從來沒有看過的法律條文和案件，加上身為一個外國人完全知道美國政府的體系及運作，每一堂課後我幾乎都是一個頭兩個大的，課後需要花非常多的時間複習，但是教授都會盡力地幫助我，還有助理學生讓我問問題。另外一堂課是亞洲文明課，教授每堂課都會準備投影片，內容都是課本裡的重點還有精華，而教授會以故事的方式敘述歷史，這堂課很酷的地方是我和其他三位交換生都上了這堂課，也因此讓更多的同學知道台灣這個地方，還有當提到中國和日本的歷史和之間的戰爭時也不免提到台灣，另外在這兩堂課考試的時候教授都會讓我們國際學生提早半小時考試還可以準備字典，讓我們有充裕的時間可以思考答案及知道不會的字彙。這三堂課中我最喜歡的是西班牙文文法與對話課，這完全改變我在來美國前不怎麼喜歡上西班牙文課的想法，教授不會在一堂課裡灌輸我們很多文法，而是讓我們透過課本中的短文以及和同學間討論的過程中教導我們句型及文法，即使每一堂課後都有作業，但我可以從每一次的作業中知道我有學會文法的概念，加上透過作業表達對課本中短文及問題的回答增強寫作技巧，課堂中教授也會鼓勵我們發表自己的看法和意見，整個學期的課程結束後我真的覺得學到了很多內容也增加我學習西班牙文的動力，甚至對於課程結束感到依依不捨。而這裡的英文寫作課對我的幫助相當大，因為教授 Mr. Johnson 的教學很用心也很有耐心，還會開放時間讓我們與他預約

修改我們的文章，也因此我的英文寫作提升了許多。在 BVU 交換最特別的一堂課是 Exploring American Culture。這一堂課是專門給交換生的，每個禮拜授課老師 Dr. Ludy 會帶我們去不同的地方，我們走遍了整個愛荷華州，體驗了許多可能連美國在地人都沒體驗過的事物，像是開收割機、觀賞冰上曲棍球比賽、親手做拼布、參與當地大型展覽，參觀警察局和美術館，甚至體驗很多連美國人都沒做過的事，根據我們體驗的活動，讓我們加速融入美國當地的文化，而我們更能從不同的活動中了解美國人的生活。



(Field Trip 看冰上曲棍球比賽)



(Field Trip 參觀珍奇收藏)

這裡的課程對於自主學習很重視，顧名思義就是要學生自己花很多時間在課前預習及課後複習上，因為老師並不像在台灣一樣，會在課堂上帶著學生一字一句的去了解、講授，而是在課堂上所做的事就是簡單講解一些需要特別注意的課程重點、提點常見的問題和解答大家的疑惑，或是在上課中提出許多問題讓我們自己去反思並且從中了解，每天真的都花非常多的時間在功課上，雖然非常的辛苦，但是我深刻地體會到我學到了非常多在台灣學不到的東西，所以我認為那些辛苦是非常值得的。

四、國外研修之生活學習(課外) Extracurricular Activities and Social Life

課外方面，International Club 是我們國際生都必須加入的社團，International Club 會辦很多社團活動，像是 Karaoke Night、International Taste Night 等等，其他台灣學生準備了珍珠奶茶和火鍋，而我和另外一位台灣學生製作蔥油餅和鹹酥雞，這雖然是我的第一次，但我們兩人看著影片，也做出了美味又好吃的料理，當然我自己也覺得很有成就感，而當天也有其他很多國家料理，真是個特別的經驗。學校裡的很多社團或是球隊辦的活動包羅萬象。像是最大的活動社 BVU 的學生會 SAB 每個月都會有一次 Midnight Movie 免費電影、賓果遊戲、A cappella 演唱會、名人校園演講、萬聖節派對等活動，賓果遊戲可以獲得許多獎品，像是印有學校名字的衣服、電影票、飲料或是零食等等，而電影之夜就是 SAB 與當地電影院合作，只要提前去拿票就可以每個月免費看一次電影，有新片有舊片，有時候還能搶先台灣人看到已經在美國上映的電影呢！萬聖節是美國人的重要節日，我參加的社團 Art Club 辦了刻南瓜活動還有宿舍有 Trick or treat 的活動，和其他交換生比較起來我的萬聖節算是過的最棒的，我和我的室友參加了宿舍辦的房間裝飾比賽，我們把我們的門貼上了骷髏頭，手掌沾滿了紅色的顏料蓋在門上，一起合作的感覺真的很棒，也讓我度過了一個很不一樣的萬聖節。此外，上學期的交換生還可以參與到的一項活動就是聖誕晚餐。當天，所有的師生都穿著正式服裝出席，大家齊聚在餐廳，欣賞學校合唱團的聖誕歌曲演唱，校長和老師們點亮聖誕樹，大家一同享用聖誕晚餐。



(Taste Night 製作蔥油餅和鹹酥雞)



(校園內的籃球隊比賽)

在這裡參加的許多課外活動都讓我留下深刻且美好的回憶，而另一個特別的是我們幾個台灣交換生和僅有的兩位日本和韓國交換生因為一起上課及住得很進而變成很好的朋友，加上其中三人的生日都在這一個學期，我們都為他們精心地準備了一次比一次還要盛大的生日派對，有整人、製作影片也有邀請許多朋友；而一起經歷了這麼多的事情，我和其他三個也由完全不認識彼此，漸漸變成超級好朋友，再加上我們在這裡認識的美國朋友們常常一起玩桌遊、烤餅乾、採購和吃飯，讓我們在這裡生活的點點滴滴都讓我感到回味無窮。



(生日派對)



(International House 亞特蘭大)

另外，在學期結束後為十二月中，距離學校寒假的 J-term 課稱還有兩個禮拜多的時間，剛好中間有個聖誕假期，學校全面關閉，所有的學生都要離開宿舍，因此我和其他三位朋友一起參加了一個專屬國際生的活動 International Christmas House，這個機構提供了一些美國各地為期一至兩星期的寄宿家庭活動，讓身在一地的外籍學生也能又地方過聖誕節，我們選擇了亞特蘭大，在那短短的兩個禮拜和其他二十幾位來自日本、韓國和中國的學生一起參觀景點、玩樂、合作料理還有體驗很多美國家庭上教會和聖誕節的相關活動，藉此也認識了更多朋友，也期許在外來的某一天能有緣再次相遇。

最讓我感到印象深刻的是在最後距離要回台灣的最後一個禮拜，因為要和朋友們道別而感到難過，即使有很多想說的話都怕會崩潰大哭而寫給他們，我的室友更是在最後一晚偷偷地請其他朋友支開我準備了一個離開派對，我看見時抱著我的室友大哭，還有許多朋友都前來，我們很開心地珍惜最後一晚的時光，讀著大家寫給我的信，真的是每看一個哭一個，甚至在去機場的路上我的兩位朋友即使是凌晨也陪我一起去，至今我們都常常視訊聯絡著，我絕對不會忘記這一切的。

五、研修之具體效益 Advantages Gained on Exchange

1. 大大提升英語聽說讀寫能力、字彙量、俚語和流行語
2. 體驗美國不同的教育理念及方式
3. 結交來自各國朋友，拓展國際視野和世界觀
4. 更加了解美國當地文化，並能比較出其與我國文化之差異處
5. 多元文化的學習與認同
6. 勇於面對各種挑戰或新事物
7. 培養出為自己負責、獨立自主的能力
8. 深刻體驗美國與台灣教育理念及方式的不同
9. 培養自己主動積極解決問題的態度
10. 對於未來更有規劃及想法，訂定明確目標

六、感想與建議 Overall Comments and Suggestions

這趟美國交換生之旅，雖然短短半年，但我真的體驗和經歷到太多太多，從中也覺得自己在各方面有了很大的成長也改變了我看待及處理事物的態度。因為結交了許多來自世界各地的好朋友，這不僅開拓了我的交友圈到世界各個角落，也讓我知道世界之大；和美國學生一起上課，學習知識時同時也學習到他們勇敢提問發言的精神。還有在學校遇到緊急事件和旅行中碰到的突發狀況像班機延誤、取消、沒有行李、同伴滯留等等，大大小小的事都被我經歷過了，而我也都一一克服，因為這些意外培養了我危機應變處理的能力和冷靜不慌張的態度。我真的要謝謝我的交換夥伴，從完全不認識的同學，變成無話不談的好朋友，在美國人生地不熟的日子裡因為有妳的幫助，一起討論課業，一起探險旅行，這種革命奮鬥的情感我相信是不會輕易就抹去的。此外，我也要謝謝我的家人，給予我許多意見與鼓勵，默默地支持著我，讓我有許多動力，沒有他們，我也不可能有這麼愉快難忘的回憶。回憶起這看似短短六個月的經歷，我一點都不敢相信就像一場奇幻冒險的結束了。即使已經回到台灣，只要看到照片，我的腦中不禁就會浮現出在美國所發生的點點滴滴，內心又會感到激動。最後，我想告訴所有想要到國外交換的同學們，不要因為擔心和害怕而不去嘗試、面對挑戰和困難，機會是自己去爭取的，而在國外要抱持著開放的心及態度去接受、體驗最道地的生活和文化，那麼你也一定能有一個充實的交換生活。