

## 一、 緣起：

**When opportunity knocks, just open it. 把握眼前的機會，不要讓自己後悔。**

升學至今我唸的都是語言相關的科系，而每位學生應該都曾做過一個美國夢。我也不例外。當時在學校還未推行美國的交換學生計畫，但因為喜歡認識各國文化及用英文結交各國朋友，我時常參與國際處舉辦的活動並試著跨出舒適圈。在 2016 年從國際處得知學校首次舉辦了美國交換的徵選，我心想在畢業前竟然能遇到前往美國交換的機會，不管結果如何一定要去試試，不要讓自己後悔。抱著把握眼前機會的態度，我著手準備面試參加甄選，很幸運也很感謝順利通過面試，其間也獲得教育部「學海飛颺」獎助學金補助研習經費。我沒有想過自己竟能成為長榮大學第一屆前往美國交換的學生，內心備感榮幸與感動。

我始終相信，當機會來敲門時，不管結果如何，我們都要勇敢地向前「把門打開」，把握機會！

當拿到聖道大學的交換入學證明，就代表已成為”Cardinal”囉！這是在聖道大學學生的暱稱，是源於學校吉祥物。

## 二、 研習學校環境簡介：

**充滿濃濃墨西哥歷史風采的德州. 聖安東尼奧+友善、舒適的校園環境=聖道大學**

聖道大學（University of the Incarnate Word）為私立天主教大學，創立於 1881 年，位於美國第七大城的聖安東尼奧，人口第二多的德州。聖道大學提供 80 個科系，以商學、教育、醫療衛生等領域聞名；學校也建有 8 座學生宿舍，可提供單人房、雙人房、三人房的學生公寓，而所有的國際學生均被要求在校住宿，以便體驗更好的學習環境、當地文化；住校生也需要搭配購買餐費（Meal plan），之後只要刷學生證就能在方便又美味的學生自助餐廳用餐。



Figure 1-2  
美麗的校園一景

Figure 3  
成為”Cardinal”必拍的校園  
地標，學校的吉祥物！



學校附近交通及生活機能皆算方便，隔壁就有一間有機超市(Central market)步行就可到，對面也有藥妝店(CVS)、麥當勞等；外頭則有 2、3 個公車站牌，搭往市區(著名的 River Walk)只要 15 至 20 分鐘，那一帶為聖安東尼奧歷史古蹟的重要地帶，通常不能錯過阿拉莫古戰場(The Alamo)和美國塔(Tower of the Americas)，也可以到附近的墨西哥市場(Square Market)感受濃濃的異國風情。學校周邊還有充滿人文氣息的博物館(San Antonio Museum of Art、Witte Museum、McNay Art Museum)，以及假日適合踏青的動物園(San Antonio Zoo)、以雲霄飛車著稱的六旗主題樂園(Six Flag)、和海洋世界(Sea World San Antonio)等，學校也離來美國一定要朝聖的 NBA 球場非常近，到了聖城一定要前往馬刺隊主場的 AT&T 球場支持一下了，因此在聖道大學課外時間讓人有許多選擇來認識這個城市呢！



Figure 4 開學前學校會帶我們到市區觀光，認識周遭環境  
(圖為市區重要古蹟景點 阿拉莫古戰場 The Alamo)

學校對國際學生出發前會寫信通知並告知一些出國須知，之後會將你加進交換生社團提供最新資訊。到了當地也不用擔心不知道怎麼去學校，因為他們早已會詢問你的機票時間而當你到達時，學校的人也已在機場等候接送了！開學前一周同時也是學校帶你採購一些生活用品、認識周遭環境以及每年聖道大學新生兩天一夜露營的時間，當然要趁這個機會多多參與並認識結交要一起努力半年或一年的交換夥伴囉！



Figure 5

學校舉辦 2 天的露營活動

記得當時我是營中唯一的台灣人，剛好能在我們隊旗畫上我們國旗代表，也能向他人介紹台灣，覺得很榮幸。

### 三、 研習學校課程學習

就算你是課堂裡唯一的外國人也不要害怕，因為你比他們多會一種語言。

很多人因台灣的科系，出國只能選相關課程以抵學分用，但有時候那並不是我們有感興趣的課程；我自己是這麼想，難得出國交換了，應該要選一些台灣學不到或是自己感興趣的課，這樣在國外學習才有加乘效果吧。在出國前，美國學校就會有負責人寄信通知能夠先選課，很多課程都採取「先選先上」的機制，通常每堂是三學分，而交換生最多有六門課 18 學分的限制。第一個禮拜和所有學生一樣有加退選，只要課程人數還沒滿，都還能做更動。(在出國前選課時，美國學校負責人告訴我不能再更改，因此我選得非常謹慎，但其實到那邊時間內還是能變動)

平常我是一個上台容易緊張，不習慣在公共場合說話的女生；但我為了挑戰自己的口說及上台能力，其中一門選了公眾演說 Public speaking。這是我到美國的第一堂課，雖然自己緊張得要命但還是告訴自己要接受挑戰，不然出國就沒意義了。我們的上課教室是一個拱圓的階梯會議空間，我很訝異學生竟然一堂不到 20 位!(後來才了解原來他們的課堂都習慣小班制教學，他們聽到我們台灣一班都 5、60 個都嚇到下巴快掉了呢!)



Figure 6 教授當時要我們從遊戲比賽中培養團隊合作及溝通的技巧，覺得很特別的美式上課方式!

教授會根據時事要我們做練習，不管是及興的還是事先準備的演說，每堂課幾乎都要上台。像是萬聖節我們就準備鬼故事題材；美國總統大選期，我們就模擬校內學生會會長選舉；或是準備朋友要結婚發表的伴郎、伴娘致詞等等，因為在台灣並沒有接觸過這些題材，覺得還蠻有趣的。整個上課情境和內容都非常美式也非常活潑有互動，老師注重是我們的創意以及想法，在演說並不是只有單純的做簡報和發表，必須評估觀眾且適時地與台下做互動，也要讓觀眾有學到新一課的全新感受。而發表後教授會寫下評語讓你知道哪邊做的不錯、哪邊需要改進。

這堂課我面臨最大的挑戰除了語言應用還有文化衝突。到了全英語環境才會體驗到甚麼是「真正的英語」，才會發現平常在台灣學得太過課本化。因為每堂課幾乎要發表，但情急之下只會發現自己的表達能力真的不及一般已經習慣很常發言的美國同學，到台上的及興發揮只能逼自己趕快擠出一些話來，真的很緊張；還有文化衝突的部分，他們多喜歡美式笑話，或是講些小幽默然後教授同學就笑得人仰馬翻，但是身為唯一的外國人的我卻有點不懂也笑不出來，有時候得像常常要和隔壁同學詢問。雖然這門課讓我有點挫折，但幾個禮拜過去就會比較熟悉，藉由每次上課看同學的發表台風、講話方式以及詢問教授和參考他的建議，都會有全新的感受。

這門課除了個人發表有時候也有團體報告，而美國同學都習慣用手機簡訊群組聯絡，我想是因為他們手機簡訊是吃到飽的這樣比較方便。在和他們討論的過程中，我覺得他們想法有些真的很有創意，每次和不同組員的切磋下，常常會得到自己沒想過的答案，我覺得學到很多。縱使這堂課經歷過辛苦、內心有挫折，但是都是帶領我們得到更多不同的體驗、更多收穫的過程；我很開心自己撐過來了。

另外我想特別推薦「國際關係 International Relations」的教授，他人真的超級好。教授因為對國際時事的熱愛也對國際交換生特別照顧。我下課都會去找他聊天、問一些課堂問題，教授也很熱心幫你解惑，隨時都能去他的辦公室討論，每次都講到忘了時間，1、2 個小時就過去了。我覺得除了知識上的提升也可以訓練口語及聽力，所以不要害怕和教授講話，這都是學習。

這門課是一早的 9 點，主要是以課本還有 ppt 搭配來授課，考試則是申論題方式。但你會發現縱使課本這麼厚厚一本，教授從來不會叫你翻開第幾頁開始畫重點，他是非常熟悉、自己內化後用聊天的方式向我們解釋談論這章節、這門課，使整堂課不會過度沉悶。但當然事前的準備很重要，因為每堂課就會教完一章節，因此必須自己先讀完然後線上小考測驗，雖然份量多但的卻事先預習上課會更清楚教授講的內容，才能更產生共鳴。

教授喜歡與我們在課堂激盪出不同的國家交流，有一次我就與他一同討論台灣和中國大陸的關係，也讓更多美國同學了解台灣還有我們的政治困難，以及亞洲國家並不是全部只有功夫、吃鴨仔蛋，而是每個國家的政治體系和文化是很不同的；他還覺得佩服我們不是英語母語者卻有勇氣來這邊一起上課的國際生，也會常常停下來問我們這邊聽懂了嗎或是有沒有需要再說一次等。他告訴過我「就算你是課堂裡唯一的外國人也不要害怕，因為你比他們多會一種語言。」我覺得非常感動，在國外生活也更有信心了，很感謝教授的鼓勵和照顧。

而在國外上語言課程也是不錯的體驗，因為他們比起台灣非常注重口說的能力，有很多機會可以開口練習。但是決定想上語言課程前最好在台灣能有一些小基礎或是自己是先複習，因為國外進度非常快也不像我們會從字母學起，我遇到的教授是直接講句子、直接要我們回答，所以剛開始我也是有點不習慣。但共同點就是要多練習、多開口，遇到不會的問題教授、同學都非常熱意的幫忙喔！學校也有免費的家教和寫作中心都能隨時預約使用。



Figure 7 每堂課變化莫測的公眾演說 Public Speaking 的教授與同學。



Figure 8 很照顧我們的 International Relations 教授!



Figure 9、10

與課堂同學、教授一起拍照  
他們大人都超好，覺得很幸運很感謝!

#### 四、 研習學校生活、文化體驗

##### 在校園就能深刻感受美國人的大方、熱情的氛圍

校園生活體驗篇：

在聖道大學國際學生一律住校，且需要搭配 Meal Plan，所以大部分的食宿皆在學校完成。加上我住的宿舍是少數沒有廚房的，因此比較多時候是到有廚房的朋友那邊一起煮飯。不過一學期的餐其實很夠，後來也是課業比較繁忙，大部分是大夥兒一起到學生餐廳吃飯，聊聊上課生活居多而非每餐自己煮。我時常在美國感受到自由、熱情活潑的氛圍而雀躍不已，例如有一次我們在學餐吃飯，當時有美國同學生日，突然那一桌朋友為他唱起生日歌，整個餐廳不認識他們的人也加入一起幫他慶祝、拍手，我覺得這種一起分享快樂的氣氛非常特別呀！

而且在校園很容易和不認識的同學聊起來或是打招呼 Say Hi，這點我是剛到美國所感覺的文化大不同！像是突然的讚美或是等待電梯時的互相微笑就會攀談聊天了。有好幾次走在路上或在學餐，就被不認識的美國同學突然讚美，「鞋子很好看耶！哪裡買的」我常常只有驚訝地回應說「謝謝」（因為在台灣從來沒有被陌生人這樣讚美），然後說是在台灣買的喔，有一些同學有興趣就會繼續和你聊下去；另一次的經驗是我和室友一起等校內公車時，在場還有另一個不認識的美國女同學，她看到我們就微笑點頭，我看她穿得很運動風就稱讚一下她的 outfit（開始入境隨俗也開始會讚美不認識的人），她就很大方的說她每個禮拜幾乎都會上健身房等開始和我們聊天，也得知我們是交換生，等到上公車後她竟然把手機給我們說可以交換一下聯絡方式，如果下次想要一起健身或是想去哪邊不方便她能開車載我們，我和室友都受寵若驚，沒想到會這麼熱心啊！我覺得每一次這樣的體驗真的很好玩也深刻感受到美國人的熱情大方！

活潑熱情會讓氣氛變得好是沒錯，但有時候會感覺他們不會分場合或是有些人太自我。例如說平常在宿舍一些美國同學會找很多朋友回來辦派對，但是時間已晚他們卻不懂得音量控制，笑聲、音樂聲大到我們房間都聽得一清二楚，有時候看看時間已經是晚上 1、2 點了，讓人很無奈；我也遇過在圖書館因為太累直接睡在地板的或雖然有戴耳機聽音樂但你在隔壁完全跟聽一起「享受」還大聲的打節拍不管周遭的同學，我想這在台灣很少這樣發生至少我還沒看過會有人直接躺在圖書館的地上睡覺的，所以我想不一定國外的月亮都是特別圓的，有機會走出去接觸、觀察，改變迷思也是一項學習。

另外一個特別體驗是因為有幸經歷到 2016 年美國選舉的時候，在校園能深刻感受到大家對這項全民義務的重視。選舉在美國時間 11 月 8 號舉行，約 9 月底時需要先註冊登記，而竟然在校園內就會擺攤子鼓勵大家記得要去註冊呢！在課堂教授偶爾也會提及或是以近期辯論內容當成教材或討論；到大選當天，學校聯誼公共空間甚至擺出大電視還有免費的爆米花、餅乾、飲料讓大家一起觀看選票結果，看到很多美國同學常常跟著選票情形激動大叫的一面，還有旁邊不認識的同學開始和我們討論、分析戰況等，在那時候能夠一同經歷美國選戰是我去交換時意想不到的體驗！





Figure 11 在大約九月底學校有擺攤，鼓勵大家記得註冊才能總統選舉的投票。



Figure 12 11月8總統選舉開票當天在學校可以一起觀看開票，一起參與美國重要的時刻！

而在美國秋季交換有機會一同過萬聖節、感恩節及聖誕節，這邊想要特別分享一下在德州體驗到的文化節日。

### 在德州體驗一次滿足不同的萬聖節經驗/ 墨西哥亡靈節

每年10月起美國人開始準備布置萬聖節活動，市區各種鬼屋或是遊樂園鬼屋主題也大肆主打，但我覺得較特別的文化體驗是「墨西哥亡靈節」，這是我第一次過這種節日。

由於我們位於德州，很多風土名情深受墨西哥影響，在11月1日、2日有一個墨西哥類似萬聖節的活動”Día de Muertos”；Dead of the day；亡靈節”，是一個家人和朋友團聚在一起，為已經去世的家人和朋友祈福的重要節日，而骷髏是墨西哥慶祝亡靈節的重要物品，所以大家通常會在臉上畫上相關的代表。接近的周末我們的市區有舉辦亡靈節遊行活動，在那邊我體驗到非常不同的文化差異，對我們亞洲人來說我們常抱以尊敬、慎重的態度來悼念祖先或過世的親友；但在墨西哥的文化裡卻是以熱鬧歡樂一同慶祝的心情來紀念亡者，在現場會看到很多人畫著骷髏妝一起載歌載舞，完全不會讓人感到毛毛的或害怕的感覺。雖然表達的文化不同，但對祖先那種紀念不忘本的精神卻不分國界和我們亞洲有異曲同工之妙呢！我對這個活動印象很深刻。



Figure 13-16 在市區舉辦的墨西哥類似萬聖節的活動，“亡靈節 Dead of the day”到處都看得到代表的骷髏。



## 五、 研修具體效益

1. 對很多事物更勇敢地接受挑戰，能更勇敢地走出舒適圈，並抱持正面積極的態度面對未來!
2. 語言上的靈敏度增加(聽，說，讀，寫會提升)，也有機會結交及認識許多來自不同地方、國家的朋友。
3. 學習、讚嘆他國文化做法時，不忘根本。  
(喜歡熱情地向外國人介紹自己的國家，也更多機會思考我們該如何向他國介紹我們讓更多人認識台灣)
4. 學習獨立自主。(很多事情幾乎要自己一手包辦)
5. 學習在有限的時間內做最有效率的規劃。  
(像是交換只有一學期，如何在時間內做最好的學習及把握)

## 六、 費用篇與其他事項

除了繳交國內學校學費，到聖道大學還須繳交一些學雜費及宿舍費

以下是一些大項:

- 美國學雜費共 5917.95 美元 (含住宿費 3450 美元、餐費(Meal plan) 1260 美元、保險等等雜費)
- 書費另計，看個人課程需求能夠在 Amazon 買二手書或是租的/或是學校的書訪也能買書
- 手機費(依照個人網路需求方案):我的是一個月 50 美元
- 生活費:基本上大部分都在學校吃飯，因為已繳了 Meal plan，如果其他上的花費例如旅行或是要去外面吃等也是依照個人狀況
- 物價:外面一餐例如一個漢堡約 5-10 元美金不等都有
- 旅行；機票越早訂越便宜，因此寒假想去旅行最好盡早決定地點/建議避開感恩節時期，因為機票蠻貴的
- ◆ 關於開學如何前往交換學校:在開學前學校就會把你加進 fb 社團，並與你聯絡詢問班機資訊。也會提供接送服務(聖安東尼奧機場離學校很近)，因此不用擔心。
- ◆ 飛機資訊:因為台灣沒有直飛聖安東尼奧，因此多到休士頓再轉機過去。/最好準備一些美金在身上，因為到美國國內轉機需要自付托運行李費(費用依照每間航空的規定不同，但大部分一件為 25 美金)
- ◆ 關於銀行開戶:在開學前一周可以請國際處帶去銀行開戶(銀行就在學校對面)，到時候再把帳戶資料給台灣的家人就能跨國轉帳了。(匯錢會酌收一些手續費)/國外多用 Debit Card 付錢，平常並不會帶太多現金出門，因此錢就是存在卡裡面。
- ◆ 生活用品哪裡買:建議如果一般買得到的生活用品就直接去那邊買就好(除非有個人品牌習慣)，不然帶太多行李很容易超重就會被罰錢。開學前，學校會開車帶所有國際生到 Walmart 採買需要的用品，學校也會有上一屆留下的東西可以自行拿取。
- ◆ 天氣:在德州天氣多非常炎熱，到 11 月分才開始有點感到涼意，早晚溫差比較大。

## 七、 總結

很多人會問非要出國語言能力才會變好嗎?我認為出國並不是單純顯現在語言能力上，而是我們的視野、想法及態度會有所成長及改變，我覺得這是很難得的經驗。我認為當交換學生能學到的更是文化層面，能夠深刻體驗當地人生活與他們交流，也能有機會直接和當地大學生在課堂上課，接受挑戰，面臨可能他們的口音或是講太快沒跟上或是我們的表達能力不足等的課堂挫折感；或是了解自己的不足而努力學習，得到美國教授、朋友的照顧及肯定的成就感等等，這都是很不同的體驗。

我也學到在美國有甚麼問題，只要你敢說出來其實他們都會幫你想辦法，在台灣我們習慣接受、妥協很少提出質疑或問問題，但在學校不用擔心，有甚麼不懂的或是遇到甚麼困難，真的隨時可以和教授或是國際處說!

最後非常感謝家人及長榮大學讓我有這個機會能夠出去認識世界，讓我知道當台灣在休息時，時差另外一個國家如何運行，如何生活並親自體驗；也感謝聖道大學國際處，提供國際生友善的校園，真的讓我覺得德州聖安東尼奧就是我第二個家!的確在國外一個人剛開始會惶恐緊張，但是當你一把問題迎刃而解且走出舒適圈、認識各國朋友，你會發現，你的視野變大且更能保持積極正面的心態來面對未來每一天!

“No matter where you go, you will ALWAYS be a Cardinal!” Thank you, UIW.

