

交換學生心得報告

美國，不只是一個旅遊勝地，更是一個很多人都嚮往唸書的國家；一年之前，我從未想過在未來的一年之後的我今天坐在電腦前面用文字記錄我的交換學生之心得經驗分享。這個故事到現在的我還是難以置信，很瘋狂、刺激、也很有趣，更重要的是，我學到了很多經驗、看了這個不一樣的世界，就讓你們慢慢地聽我把故事說完.....

一年前某天的晚上，我的指導教授找上了我跟我提了一下有個交換學生的機會到美國念書一年，當下的我有點吃驚，也有點不敢相信，心裡更充滿了問號：憑我也能到美國念書？在跟父母和教授的討論下我決定接受這個未知的挑戰，到美國體驗不一樣的生活，我從來沒想過也有到美國念書的一天，而且這將不是夢，那種心情是無法用簡單的文字描述的。經過一學期的申請準備，也得到學校和教育部的學海飛颺獎學金補助，即將化這個不可能為可能，最重要的是我深信這一年不只英文會有大大的進步，去看看世界後的身心靈層面會更加成熟，視野也會不一樣。2014年8月13日，我和其他兩位華梵的學生一同赴美到 Idaho 州的 Lewis-Clark State College 為期一年的交換學生學習之旅。

帶著兩箱滿滿的行李搭乘長榮航空直飛西雅圖國際機場，再轉阿拉斯加航空到 Lewiston 機場，最後由寄宿家庭到機場接我回到寄宿家庭。在轉機的過程中，我們必須到行李轉運盤拿取我們的行李並將行李放置國內線的行李轉運盤。抵達 Lewiston 機場後，我就面臨了這趟美國行的第一個問題，那就是我的其中一箱行李尚未送達，此時我的心情非常的緊張再加上從來沒遇過，所以根本不知道該如何是好；我的寄宿家庭協助我跟航務人員詢問解決辦法，我也試著用自己破破的英文向航務人員描述我的行李大小形狀以及航空公司的賠償方法等等，隔兩天我就收到航務人員的行李送達通知，也就這樣順利的解決第一個問題。

我的寄宿家庭有爸爸、媽媽、5歲大兒子和2歲小兒子，還有一位日本室友，他們分別叫 Josh, Tiffany, Jacob, Nathan 和 Ken。我們家位於學校附近，走路不用5分鐘，也是我們3位同學裡最近的，所以都是走路上下課。平日 Josh 和 Tiffany 都要上班，因此我得自己解決早餐和午餐，不過他們說家裡看到的食物都是可以拿來吃或是自己煮來吃，到了晚餐則是 Tiffany 會回家煮晚餐，假日他們會去賣場補貨，也會買一些我跟 Ken 比較喜歡的食物或零食回來大家一起分享，這是有關吃的部分。談到我的房間，房間的空間雖然並不大，但可說是應有盡有，一張單人床、一張書桌、椅子、檯燈、衣櫃和衣櫥，還有我跟我室友共用的浴室，住起來真的很舒服，而且保有自己私人的空間，我跟我的室友的房間都位於地下室，因此冬暖夏涼，但剛到美國生活的我則覺得有些冷，也跟寄宿家庭多要了一些毯子，他們也很關心我適應的情況。在美國不像台灣要晾衣服之類的，因為他們幾乎每個家庭都有洗衣機跟烘衣機，我們家也不例外；而且有一台洗碗機，大部分的碗跟盤子都交給洗碗機解決，這些就是跟台灣比較不一樣的地方，也因此替美國人省了很多家事。

開學前約一個星期我們三個同學已經到美國那邊先適應生活的環境以及調整自己到最佳狀態好準備開學。因為還不用上課，寄宿家庭他們也要上班，在家的只剩我一個人，我們也不想都關在家裡，因為在家甚麼事都不能做很無聊，所以想出去認識認識 Lewiston，就此開啟了我們維持1星期的"用腳看 Lewiston"的旅行。Lewiston 說大其實不大，說多小其實也不小，但卻是一個非常美麗的小鎮，Lewiston 的四周都是山脈，就地形來說挺像台北的，比較出名的是北方的地形，有著落差不小的陡坡，在這裡的居民都稱它為" Lewiston Hill "，離這裡最近的城鎮是 Clarkston，是在 Lewiston 的左方，也是位於 Washington State 州內，過個橋就到了；而離這裡最近的大城市則是北方約2個小時車程的 Spokane，那裏甚麼都有，如果想買蘋果的商品或是逛大百貨公司或者逛比較大間的亞洲超市的話，必須開車或是坐巴士到

Spokane 才行。說到 Lewiston，是以以前的 Idaho 首都，有一條 Main Street，和一條非常多速食店和商場的 21 街，這兩條可說是主要道路呢；餐廳電影院賣場幾乎都在 21 街上面，因為 Lewiston 的地形是上上下下的斜坡組成，平坦的道路可說是少之又少阿，走路到餐廳約 30~40 分鐘左右，如果要去看電影或逛街則要 60 分鐘左右。談到 LCSC，也就是我去交換的學校，學校其實真的不大，麻雀雖小五臟俱全，約有 11 個系所，人數也差不多 2000 多人，最重要的是，這在 Lewiston 的人都很好，也很親民，跟其他美國大城市比，這點我非常確定也感觸非常深。

第一個學期開始，我們念的是語言學校的銜接大學課程，課程難度偏學術性，也因為這樣所以課業比較重、比較無聊，相對的要求也比較高一些；課程內容包含聽說讀寫，細分成文法、書本閱讀、單字詞彙、大學寫作、報告技巧、筆記技巧、查資料技巧、美國文學和大學要領。上課的模式和方法也跟台灣相差很多，班上的人數並不多，不單單只有老師上課本講義的東西，也會有課堂上的互動，更會主動關心每個人的狀況，例如同學之間的討論之後馬上向其他同學分享或者是一堂課中老師丟一個主題出來並和全班的人一起討論，分享自己的意見及看法，甚至改進或更好的辦法，重點就是課堂上老師想要的是同學們的想法和看法。當然學期的一開始非常不習慣這樣的上課模式，雖然上課的時間並沒有說很長，中間也有下課休息的時間，上課的期間分秒都非常的專注在老師身上，畢竟我的英文那時候還沒有很好，所以很專心的聽老師在教受一些甚麼內容、想要傳達甚麼重點給我們，還有就是重點的部分，如何讓我們從中學到我們應該學的，例如做筆記的技巧，聽課中那些部分是該寫下來當筆記的或是聽課中如何簡單又快速的寫成自己看得懂的內容，好讓自己課後可以輕鬆地複習；也有的是查資料的課程，如何在茫茫千萬筆資料中抓取自己需要的內容；還有就是在短短的課堂過程中學到如何撰寫一篇不錯的文章技巧，所以每堂課都是相當的緊湊、相當充實，每分每秒都非常重要，所以連課堂上睡覺的想法都沒有時間，更有別於台灣的授課模式的是幾乎每位同學在這裡只要有不懂的地方就會立馬舉手發問，或者有疑惑的地方也會舉手把自己的意見跟想法跟老師做個比較或討論，老師也會非常有耐心地回答學生們所提出的問題，相輔相成這就是美國的教育模式，真的一開始有點不太習慣，而且英文不太流利，舉手怕自己無法表達完整我的想法，也怕耽誤到老師授課的進度，但漸漸的我發現，這些都只是我的藉口，出國就是要練習講英文練習表達自己的想法，習慣後，我也變得比較敢開口了。再來就是作業的部分，幾乎每天都有作業，作業的部分大概就是課堂學到的東西回家練習，但是會有很多的作業要寫、要準備報告上台分享之類的，偶爾還會來個即興演講，而這些的困難處就在於全部要用英文，一開始很有挑戰性，慢慢的英文有進步後就好一些了，所以平日的晚上就是做這些作業，某些假日則日準備作文和報告，聽起來玩的時間可真少呢，因為我們是去學英文的。

在第一學期裡，International Program Office 有舉辦了大大小小的活動讓我們參加，例如歡迎派對、萬聖節、聖誕節派對等等，在這之中立我印象最深刻的是 Multicultural Week，這是一個每年 9 月多會辦的活動，活動維持一星期，這星期我們也不用上課，除了大學課以外。在這一個禮拜裡以國家為單位，每天都有不同的活動好以介紹自己的國家給其他人認識，我們三個華梵學生再加上幾個台灣學生，一起準備一些海報、ppt 和台灣食物，活動前熬夜把海報畫出來，每天研究台灣食譜，我們做茶葉蛋和蔥油餅，從試做到成品花了將近一個禮拜，幾乎每天都做蔥油餅來吃，自己揉麵團、自己切蔥、自己煎來試吃，每一道功夫都是我們自己完成的，每天熬煮茶葉蛋，盡可能地調出台灣的味道，花時間把茶葉香滷進茶葉蛋裡，我們也請寄宿家庭幫我們試吃味道，食材還得跑去 Spokane 的亞洲超市買材料呢，最後的成果非常接近台灣的味道，幾乎每個吃過的人都說讚，這也是我們這些外行人用汗水和辛勞換來的結果。在這一個禮拜的最後一天則是舉辦了足球賽，對於我來說只是參加好玩的，因為我從來沒踢過足球，只去體會一下跟大家一起踢足球的樂趣。之後的萬聖節，我們

三個都有參加志工，去幫忙佈置萬聖節，還有去種南瓜的農場自己抱一顆超大南瓜回家，萬聖節當天我則是和我的寄宿家庭一起過，和我們寄宿家庭的小孩一起挖南瓜還真有趣呢。感恩節我也選擇和我的寄宿家庭一起吃美國道地的火雞大餐，雖然不是像電視上那樣有一整隻火雞擺在桌上，但已經切碎成一小塊一小塊的，這樣比較好大家一起分著吃。年底的聖誕節，學校有舉辦聖誕節派對，也有製作薑餅屋，最好玩的是當天早上跟著我的寄宿家庭一起吃聖誕節早餐，然後看著我們家的小朋友拆開他們的每一個禮物，連我也收到聖誕老公公給我的禮物呢，這種全家一起拆禮物的歡樂氣氛真的很不賴，就這樣第一學期過完了。

平常的假日不是很無聊就是趕作文或者是報告，在其中的一個禮拜我跟另一個華梵的同學突發奇想，就想說周末很無聊乾脆騎腳踏車去位於北方的一個城鎮 **Moscow**，距離大概是來回約 100km，當我們要跟我的寄宿家庭借腳踏車時，並跟他們說明我們的挑戰，他們都不敢相信我們竟然會想這麼做，別看只有 100km 的路程，中間可是要爬上最具挑戰性的 **Lewiston Hill**，**Lewiston Hill** 可是有將近 1000m 高，連開車都得踩足了馬力才有辦法戰勝它，開車從 **Lewiston** 到 **Moscow** 要將近 40 分鐘，這樣的高難度挑戰對於我們這些完全沒練過腳踏車的超級新手來說可說是比登天還難，但寄宿家庭還是把越野車借給了我們，也提醒我們要注意安全，有任何事情都可以打電話給他們。就憑著一股衝勁，隔天早上 6 點就起床挑戰騎到 **Moscow**，做足了隨時會爆胎的行前準備，帶足了水和一件薄外套，當天的天氣晴朗適合騎腳踏車，不過有點熱就是了，就這樣朝著未知和不知道能不能騎到的目的地的想法踏上了我們的旅程。早上約 8 點多，我們即將開始一步一步的踩踏著腳踏車往山頂邁進，每一步的踩踏說來沉重，每一個沉重都跟終點更縮短了一點，汗水也從頭頂、身體跑出來湊熱鬧，很快的整件衣服已經濕透，回頭看我們才剛爬上斜坡沒多久，如此不可能的挑戰，每踩一步就告訴自己：「你更接近終點了，不要放棄，你可以做到的。」那種雀躍是我的心第一次感受到，雖然很辛苦，但是很享受，享受著不可能、每一滴汗水、每一聲嘶吼，靠著我們的「堅持」「毅力」「不放棄」精神，我們花了 3 個多小時爬上了山頂，再花 1 個多小時到中間的小鎮吃午餐，那時候已經 1 點多了。補充完體力，繼續朝著我們的目標前進，沿路上的四周都是農地或荒野，道路只有一條，卻看不見盡頭，拖著疲憊的身軀和已經耗盡的體力，每一步都是痛苦加折磨，唯一驅使我們向前進的只剩「意志力」，當看見前方不遠處有城鎮的時候我們又興奮又大叫，9 個小時我們終於抵達目的地 **Moscow**。抵達後就趕緊打電話給寄宿家庭報平安，他們非常的不敢相信並讚我們的成功，還詢問我們需不需要救援，我只告訴他們我要騎回去。趁著天未黑，趕緊踏上我們的腳踏車往回家的路上邁進，晚上 9 點多，天色已經完全變黑，陪伴著我們騎車的只剩下車前的小燈和天上的星星，還有一個皎潔的月光引領著我們繼續前進，當我們騎在山頂的荒野時，我們卻停下了腳步，為的不是別的原因，而是這自然的天文館，每一顆星星都盡全力的綻放出它的光芒，不被任何一朵雲朵遮住，感覺就像沒有雲在天空一樣，真的是美極了，不管是往前往後往左往右都是星星，就像是被猩猩包圍住的感覺，我們也在群星中找出北極星和大熊星座，甚至停留了好幾十分鐘，欣賞和享受這眼前的美好，也忘卻了一整天了辛苦，根本沒想到我們已經騎了快 100 公里，剩下幾十公里就到家了，就在快要下山的時候，看見了晚上的 **Lewiston**，我們的眼淚就快掉下來了，這種感動真的真的無法用文字形容，真的親自體會過才真的明白原來我也能做到，就在晚上的快 12 點，我們回到了家裡，經歷了 13 小時的瘋狂，心裡只有一種感覺，那就是我們真的瘋了，瘋狂到了極致，誰也沒有想到，連我自己也是，我竟然做到了。隔天，感覺我的腳已經和身體分家了，幾乎不能走路，但是，這一切值得，而且我覺得我成長了。

又有一個假日，我的室友 **Ken** 找我一起去報名公路腳踏車競賽，分成 80km 和 160km 的，我是新手而且騎越野車所以參加 80km 競賽。賽道是這樣的，爬上南方的山頂再下山，讓著 **Lewiston** 和右邊的一個城鎮，再回到 **Lewiston**，那天也是抱著挑戰的心情就這樣和一堆專業的自行車好手一起較量，比賽當天的天氣偏涼，但還是有點熱，在早上 8 點準時開

賽，一開始的平坦路段還可以跟著領導集團，但一到了爬坡路段就一個一個的被後方的超車，可能是因為他們都騎公路自行車的關係，輕而易舉地把我甩在後頭，我騎的是越野車，是一種爬坡較困難的車種，但是我沒有因此放棄，雖然從那時候到點的那一刻，我從來沒有超車過半個人，只有一直被超車，一開始就知道我不可能有甚麼好成績，所以設定了另一個目標，那就是騎完 80km 並且不休息。我自己知道這根本不可能，這個挑戰根本沒辦法達成，但是還是抱著那個不可能，相信自己一定可以，沿路上沒太多時間欣賞風景，因為體力早已耗盡，只專心地踩踏著腳踏車，一心一意的想把他騎完，就像電視上的自行車比賽，能夠完整騎完的人已經很厲害了，靠著意志力和沿路超過我的車手對我的精神喊話，我也相信自己一定可以的，爬上的陡峭的山頂，騎著那不可能，挑戰著自己的極限，歷時 5 個多小時，80km 的賽道沒有停下來休息，我達成了自己的另一項成就，完賽後感覺我的腳早已經不是我的了，抵達終點的那一刻，"我好像真的很厲害"這句話從心底浮了上來，對自己變得更有自信，也因此成長了不少。隔天，連起床都很困難更別說走路了，但回想起來這兩次的瘋狂事跡，成功的挑戰 2 次的不可能，沿路許多人的大力相挺，真的感覺超棒的，自己的收穫可真不少，因為自己親自體驗過了嘛，也期待著下次的挑戰到來。

學期中間我們有放一個禮拜的假，我們三個一起到西雅圖玩，看了飛行博物館、吃了很多海鮮、嚐了有名的巧達濃湯、逛了派克市場、走進了第一家星巴克、震撼了一場高分貝的美式足球比賽和晃了華盛頓大學。寒假則是到舊金山找媽媽的朋友，也體驗了一場 NBA 的球賽，開學前還有回台灣一個禮拜。到現場看了美國人為之瘋狂的 NFL 和 NBA 比賽後，球迷為自己喜歡的球隊所加油的熱情和氣氛，真的很令人感動，美國人熱衷的程度真的跟台灣差好多，那種感動是身為喜歡運動的人的我也會跟著吼叫跟著瘋狂。

第二學期很快地就開始了，跟上學期差不多的課程，也選了一門大學課程:動力學，因為可以抵華梵大學的學分。這門課的教授對我們都很好，很關心我的學習狀態，很多新學的專有名詞，比較難適應的是單位的問題，英式單位跟美式單位在轉換上令我有點困擾，不過在教授的指導下我也學會了。在課程中，我們有合作一個計劃，就是幫一戶人家蓋一個殘障斜坡，這個活動是每年都會舉辦一次，從設計到實際的建築，都是由我們親自動手做，很刺激也很好玩，每一個動作對我來說都是非常新鮮、新奇的，每一樣我都得學習，對我來說真的很值得，殘障斜坡是由木頭建造起來的，當我們完工時的那種喜悅和成就感真的很特別，因為我也是整個活動的一份子。

休閒之餘，我跟另一個華梵同學一起去參加報社的訪問，主題是 Chinese New Year，那次的經驗真的超級特別，是我們兩個的第一次，而且是 Lewiston 的報社，整個過程都超緊張跟興奮，內容就是訪問我們有關過年的一些習俗活動跟我們怎麼過年，因為報社要發表一篇有關過年的報導。兩個禮拜後，我們真的在報紙上看到我們耶，整個感覺就超酷超興奮的，有一種我們為台灣爭光的感覺，讓這邊的人更加認識台灣。

時間真的過超快，一轉眼學期又結束了，我也利用最後的幾個禮拜在 Lewiston 跟寄宿家庭過最後的幾天，也花了一星期的時間到迪士尼世界，體會華特迪士尼的偉大，迪士尼世界分成 6 個主題樂園，有 31 間飯店，地方大到每個地方都要搭公車才到的了，還有一個獨立的市中心，樂園裡的每一個表演、演火秀和遊行都充滿了感動，原來這就是吸引了全世界的遊客的原因。旅遊結束後，收完心就回到溫暖的台灣了，代表著我著一年的交換學生學習之旅完完全全告一個段落了。

非常感謝在我這一年不管是幫助過我的教授或老師，以及陪伴我度過這年的好同學們，還有不嫌棄我的寄宿家庭，讓我才能有機會到美國當交換生一年，讓我順利且平安的完成這一年的旅程，要感謝的人太多太多，在這旅程走得很充實很踏實，還要感謝爸媽在背後的大

力相挺，最後也要感謝我自己，願意面對前所未有的挑戰並一一克服、嘗試新鮮物、接受新文化等等，現在的我，我敢說英文的能力一定有進步，思想層面也更加多元，心靈的境界也成長了不少，在面對以後更有挑戰性的問題，我一定也可以接受它並挑戰它。



我跟寄宿家庭的全家福還有室友



我們班的同學與教授



和日本人一起做章魚燒



到 SEAHAWKS 主場看球賽



聖誕節自己作的薑餅屋



和組員一起訪問大學的教授



過年台灣人聚餐



金州勇士的主場



與報社記者的合影

[HISTORY & CULTURE]

春

Year, and two explain how their homeland

DAY ONE

On the first day, families gather for a feast of traditional and symbolic foods. Examples include fish and pork leg, which means bad luck and new coming in. Lin says, "Changai are symbols of longevity. People sit at round tables to symbolize reunion. Chien says, Rice noodles are served. One does not want to cut or break the noodles when pulling them from the dish because that would symbolize cutting your life short. It's not a worry because they are ribbony, he adds. "Long life vegetable" is common. The two bend over their phones to research what this is and decide it is possibly mustard greens. Chien's family will eat Buddha Jumps Over the Wall soup with stars, quail egg, bamboo shoots, sea cucumber, and other ingredients, including an tasty friendly alternative to shark fin. At times their grandmothers make the dishes, if people are getting lazy. They call and send funds from the store. "Chien says, "batter than before."

depends on the family, the men say, but usually it is an even-numbered demonstration, because that is considered lucky. Except for the number four, because in Chinese the word for four is homophonous to the word death. This is why there are no fourth floors in hospitals and other buildings in many Asian countries, Chien says.

People also visit their particular house of worship this day to make a donation.

DAY TWO

On the second day, families travel to the home of the mother's family. Once a woman is married, she becomes a member of her husband's family, the men explain. "This day they honor her family with a visit and more feasting."

DAY THREE

This is a recovery day: People sleep in, go out in nature and visit neighbors.

DAY FOUR

A hunt is prepared for the family's god. Depending on their religion, this could be Buddha, Christ or another deity. There is a ceremony of invitation in the

* Chinese for springtime

YU-CHENG CHIEN makes a Chinese picture word for "spring is coming."

afternoon and the family eats the meal later. As a boy, Chien admits, he sometimes tasted the food before it was offered to Buddha at his home. "Naughty boy," Lin chides.

DAY FIVE

Parents return to work for a celebration. There is more food and lots of fireworks, which are thought to expel the old and bring in the new.

DAY SIX TO NINE

These are traditionally reserved for immaculately cleaning the home. Since many parents must now return to work this task is left to family members who don't work, like grandmothers and children. Sometimes cleaning is done before the celebration begins. It is considered bad luck to clean during the first five days of the new year because one could sweep away new good luck. Chaining is done in a direction to keep the new luck inside the home.

THE YEAR OF THE SHEEP

While some Chinese recognize 2015 as the year of the goat, for the two Taiwanese men it is the year of the sheep, one of the 12 symbolic animals of the Chinese zodiac. To them the animal symbol has little meaning, unless you were born in the year of the sheep, then you would need to be extra careful this year.

THE ORIGINS OF CHINESE NEW YEAR

The legend of Chinese New Year begins a long time ago with a dragon that threatened to destroy the people and their country, Lin says. "Winter was dark and people were afraid and stayed in their homes. People used fireworks and the color red to scare the dragon away."

"We can't verify if it's true or not. We heard this story when we were young," Lin says with a smile.

Keith's film aims to give depth to temple's artifacts

A new short film about the history of Lewiston's Chinese Bank Aie Temple will be featured at today's Chinese New Year at the Lewis-Clark State College Center for Arts & History.

The 15-minute film by Lewiston filmmaker Patricia Keith is a history of the artifacts in the exhibit and the Chinese immigrants that came to the region in the late 1800s. To help tell the story, Keith focused on one member of Lewiston's Chinese community, Ted Lo, who worked in the home of the wealthy Vollmer family and was a Lewiston restaurant owner before his death in 1951 at the age of 93.

"I really wanted to set a context for the exhibit," Keith says. "These are not just a bunch of items, a bunch of things. These are items that engaged people."

The film includes recent interpretations of the temple artifacts by independent researchers Chaimel Ho and her husband, Bennett Bronson. Ho helps to narrate the film, which was funded by grants from 2008-12, which increased awareness of Chinese contributions to the area's history, Keith says.

Keith is now interviewing people for a film telling the story of Chinese Americans who settled and grew businesses in the Lewiston-Carlson Valley in the 20th century.

Patricia Keith

我跟另一位台灣人一起被登上報紙



參加美國 Lewiston 啤酒節



去滑雪的照片



波特蘭拓荒者的球場



紐約百老匯



自由女神像



駐紐約台北經濟文化辦事處



與教授和同學們一起建造的殘障斜坡



與好友一起當園藝志工



到迪士尼世界遊玩



結業時砸老師派的照片