

國立東華大學國際交換學生心得
National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

姓名 Name	許子欣	學號 School No	410686017
原系所 Home Department	特教系		
前往國家 Nationality	美國		
前往學校 Host University	懷俄明大學 University of Wyoming		
交換系所 Host Department	Education		
交換交流期間 Exchange Period	自 From <u>108</u> 年 year / <u>09</u> 月 month 至 To <u>108</u> 年 year / <u>12</u> 月 month		
電子信箱(供未來有興趣的 同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	410686017@gms.ndhu.edu.tw		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	70,000		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	57,338		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	85,000		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)	Visa: 5,120 SEVIS: 5,508 MMR 第二劑:2,000		

1500-2000 字

滿滿恩典的旅程

我今年大三，在東華待了整整兩年，兩年間過得非常的忙碌，生活被課業、系學會、教會、志工填滿，自己卻因此失去了休息和玩樂的時間，也和系上的同學關係疏離，自己找尋過生活的方式，摸索著、努力著。

離開前，需要把在花蓮的所有任務都放下，學習放下對我來說是一種練習，總是掛心著很多事情的我，需要練習告訴別人自己不能接續任務，也同時預備著自己暫時將花蓮的生活告一段落。

到了美國後，才真正意識到自己已經出國了，由於語言和文化的不同，總是在面對禮儀和文化上感到不自然與錯愕，同時，因著意識到自己與他人的不同，總覺得格格不入，因此第一個月的壓力非常大，那段時間常常哭，走路遇到人的時候都會很緊張。

在這裡的第一個月感覺特別漫長，這段時間總需要鼓勵自己主動與人交談，雖然一開始總是緊張到流手汗，但在幾次的談話後，也漸漸地交了幾個朋友，在這裡朋友不多的我，對於每個朋友都很珍惜，也看見上帝透過這些朋友帶來的祝福。當時，有個朋友陪我到學校的寫作中心預約面談，有朋友告訴我若有需要幫忙改作文的話可以找他，這些朋友讓我感到無比的溫暖。漸漸的，我開始珍惜每一天，雖然時間沒有停下來等我，但我很享受在

這裡成長的每一刻。成長有時會痛苦、有挑戰，但在種種過程中，也見到自己的突破與蛻變，每一次的嘗試，都在為自己喝采。

我在課業上花了很多時間，除了上課之外，最常待的地方就是圖書館，但是各樣的調整都漸漸步上軌道後，開始有了一些可以留給自己的時間，透過反思與調整，漸漸認識自己，也學習有效的讀書方法，發現我在讀書的前三十分鐘很難專注，可以選擇自己比較喜歡的科目閱讀，也發現自己在中午過後會比較疲憊，另外，每兩個小時讓自己換個環境閱讀，能夠提升自己的專注度。我也開始回憶以前在東華的生活，做了比較後，發現自己在東華時，因為過於忙碌而失去與朋友相處的機會，而與人的關係對我來說卻非常重要，或許是因此而開始迷失自己。

我一共修了四門課，一門藝術，兩門教育，一門輔導，發現和東華特教系相較起來，在這裡上台報告的機會較少，然而同學們都很踴躍發言，課堂中同學時常發表想法與提問，課堂人數大約二十人上下，每個學生都很認真參與。老師教學的方式雖然與台灣一樣，著重於講課，卻更加的活潑，帶入不同的活動與討論，增加學生之間以及師生之間的互動。在輔導這門課中，老師使用活動串起課程，幾乎沒有講課，而是讓學生在活動中學習、體驗、討論，生動有趣，雖然沒有期中、期末考，卻讓我學到了許多實用的技巧，受益良多。在教育相關的課程中，雖然先前在台灣已經學過相關的內容，但使用不同的語言學習時，還是相當有難度，在學習不同知識的同時，也對於先前的知識有所溫習，有趣的是能夠體驗到不同的教學方法。最後在這門藝術的課程中，很開心的看見老師非常樂意讓不同科系的學生修習這堂課，課程中老師帶領學生欣賞彼此的作品，並練習給予回饋，同學們都非常樂意給予讚美與鼓勵，反觀自己卻較於專注在自己的作品上，同時對於要說話非常的膽怯，也對於他人的作品沒有特別的想法，未來希望能夠在這個部分更加努力。在這堂課中，透過每次的設計學習規劃，更練習在計畫無法實現時隨機應變，非常有挑戰性，但也讓自己更勇於嘗試，明顯看出自己的作品從一開始的保守，到最後嘗試不同的技巧和設計。

美國的民情確實和台灣不同，當然這可能也跟地區有關，我在美國的懷俄明州，屬於較鄉下的地方，個人覺得這裡的人較為開放，喜歡談話，時常會有不認識的人和我們聊天，並樂於伸出援手。有一次和朋友開車時，車子卡在積雪的路邊，這時一台車在我們後面停了下來，車主下來幫我們從後面推著車，接著前面有兩台車接連停了下來，一台的車主給了我們鏟子鏟雪，另一台的車主拿出了鐵鍊，栓在我們的車上，最後終於成功脫困。另外，發現他們普遍對於處事和時間的態度較於輕鬆，而華人則較為謹慎，不知道是不是這樣的原因，讓他們普遍比較輕鬆、快樂，比較懂得享受生活；而在台灣人們對於時間與規劃非常殷勤，鮮少停下來休息。最後，美國人在處事上不太計較，讓他們給人一種單純、天真的感受。

這段期間，看見上帝在我身邊擺了很多很棒的人，每個平日的晚上有一個從韓國來的女孩陪我一起吃飯，周末的時候和好朋友一起去教會，教會的叔叔阿姨都很照顧我們，偶爾我會和其他從台灣來的朋友們一起吃飯，姊姊還親自下廚煮台灣料理。不管是熟識的人，或是路上遇到的人，每一個笑容、每一次的談話，都讓人覺得溫暖，好像雖然人在異地，卻特別感到親切，也因此特別不想離開。

很快就要回到東華了，感覺自己在這裡的這段旅程，讓自己更有信心了一些，也對人更有信任了一些，希望回到東華後，能夠繼續做這樣的自己，也希望自己能夠學會休息，不被忙碌填塞生活而忘了生活裡面重要的人事物。感謝上帝在這段旅程當中賜給我的禮物，也期盼自己更能夠將這樣的溫暖和祝福帶給身邊的人！