



Ayusa

歐美高中交換學生
2012/13 Yearbook

10697台北市大安路一段31巷21號B2 [近頂好商圈 中心診所後 靠近市民大道]
B2, No.21, Lane31, Sec.1, Da-an Rd. Taipei 10697, Taiwan
TEL 02 2758-1688 / 02 2775-1188 FAX 02 2711-6316
WWW.INTRAX.COM.TW / WWW.AYUSA.ORG.TW

部落格: Yahoo, PC home, Sina, 請搜尋AYUSA
本刊所有內容之版權 為建華國際顧問有限公司所有 如有轉載盜用 將保留訴訟權

Ayusa AuPairCare Internships Work & Travel Intrax CPHP CTP
各國高中交換學生專案 美國互惠生專案 美國酒店及企業實習專案 美國暑期打工專案 各類職前英語培訓專案 公私立高中專案 社大轉大專案

intrax 全球文化交流機構
connecting People and Cultures



Contents 目錄

/INTRODUCTION.

美國高中VS.台灣高中intro-01/學校輔導員intro-02

貼心的安排—升學之路intro-03/社區學院—節省兩年學費intro-04

參加交換學生項目的優點intro-03/CPHP美國公私立高中簡介intro-05

/USA.

詹皓評01 /陳奕安03/奕安媽媽分享04/鄭立祥07

陳妙盈09/吳敬云11/方健瑄13/健瑄媽媽分享14

藍挺毓15/挺毓媽媽分享17/林領先18/胡貫廷19

貫廷媽媽分享22/張嘉芸23/鄧柔安25

陳家揚27/曾楷恩29/王韶鴻31

韶鴻媽媽分享33/汪旻萱34/李心鳳35

陳沂葳37/沂葳媽媽分享38/謝中耘39

盤季杰40/季杰媽媽分享42/林采儒43

黃柏鈞45/陳彥甯45/王筱媛47

林嘉愛48/林欣榆48/李佳恩48

周譽倫48/李筱文48/王昱傑48

張淨嵐48



/CPHP.

游靜慈49/陳品臻51/毛思靜53/王樂淇55/吳予筑57

湯茲皓58/江 冀60/張銘仁61/張韋庭61/梁偉德61

鄭婕心61/吳宣廷61/黃 婷62/溫致翰62/林允中62

施怡瑄62/林禹玟62/陳宇謙62/許家維62

卓鈺婷62/卓秉祐62/陳定緯62



/EUROPE.

德國簡介63/林庭安64/季子蕊65/陳姿諭67

姿諭媽媽分享69/林庭毅70/陳亞柔71/陳丘舫73

王惠珠75/洪芸芸77/陳威儒78/吳鈺晟78

林澧彬78/陳祐偉78/杜禹昇78/邱嘉如78

法國簡介79/楊文心80/奧地利簡介81/楊絜儀82

瑞典簡介83/吳宣萱84/宣廷、宣萱媽媽分享86

芬蘭簡介88/宋運川89/荷蘭簡介91/何允哲92

賴偉軒93/吳致寧94/西班牙簡介95

瑞士簡介96/丹麥簡介97/挪威簡介98

/南非簡介99



美國高中VS.台灣高中

由於歷史和文化的差異，美國與台灣的教育有同有異，一到八年級是一個階段，九到十二年級是高中High School，九年級相當台灣的國中三年級。當然，最大的不同是語言。有些美國高中會直接將臺灣學生編入銜接的主流班；有的要求先讀ESL，兼選一些數學等不需要太多英文理解的課程。一旦英語達到標準，再編入主流班。好在選修課程不少，對如期畢業影響不大。如果你事先打好英語基礎，那就更沒有問題了。

另外教與學的方式，兩地大不相同，我國幾千年的教學傳統首重記憶；為師者照著書本教，學生照著老師教的來讀，有人稱為填鴨式教育。美國教育採用啟發式教育：任何課程都要求學生自己去發掘、編排資料、撰寫報告，課堂上很多發問、討論的機會。我國學生一般發問不多，參與討論也欠踴躍，原因不外習慣使然，或受限英語程度。這個學習的障礙不難克服，只要自我鞭策，不久就便會上道。

課餘活動Extracurricular activities 在台灣日益翻新，在美國更是多采多姿，運動、文藝、



藝術...，數不勝數。在申請大學時，錄取要項不只看成績，還要考慮課外活動多少。暑假打工不單是為了賺錢，工作經驗也顯示自己的歷練和成就。

成績好的學生，可以選修大學學分，比他人跑快一步。

高中的年齡不是常常想著為什麼不能為自己而活嗎？讀美國的高中，可以選自己喜歡的課程，可以自己參加自己喜歡的課外活動。沒有人要聯考，可以隨意向許多大學提出入學許可，只是要注意一點：成績依然重要，千萬不能玩瘋了，那可真是玩不得了。

各州有異，高中有三年制(初中三年)與四年制(初中兩年)

| | |
|-----------|------|
| Freshman | 9年級 |
| Sophomore | 10年級 |
| Junior | 11年級 |
| Senior | 12年級 |

師生比例 1:20

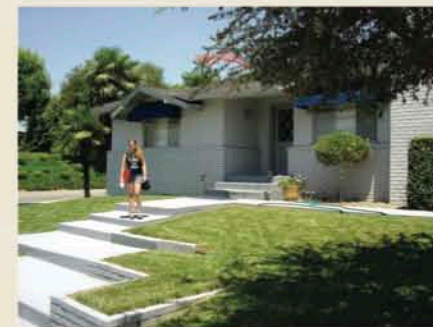
美國師資的要求稱得上全世界最嚴謹的國家之一，老師必須持有學士學位並加上一至二年的教育課程，再通過教師考試後，發給執照。許多州政府要求老師最終需執有任教科目相關或教育學碩士的學位，有些老師取得執照後能需再回研究所進修，才能取得永久教師資格。

COUNSELOR 學校輔導員

AYUSA的品質在於600多位的熱心社服人員，經三十多年來不斷的學習與改進，保持美國傳統的價值觀念與熱忱精神，每年均安排了學生評分70%的最佳寄宿家庭！99年一位社區員帶交換學生騎馬時，不慎摔斷手，但他仍然不缺席照顧了十多位學生寄宿安排與新生訓練。

/ AYUSA的三層輔導員

社服人員 Community Representative 簡稱 CR
社主任 Regional Director 簡稱RD
區域總管 Regional Manager 簡稱RM



/ 學校輔導員

每位學生都有一位瞭解他的輔導員，協助學生選課，應付課業、朋友和其他個人問題。此輔導員以學生為中心，輔導員用其專業知識與經驗，為受輔導者提供所需的資料，或解決問題的建議，彼此的地位平等，有如朋友。

/ 負責交換學生的完整服務

1. 安排適當臨時接待家庭(Arriving Family)與寄宿家庭(Host Family)
2. 安排當地公立高中(一可安排寄宿家庭附近的私立中學)
3. 接機與新生訓練
4. 輔導學生與寄宿家庭的事項
5. 引導學生參與社區服務活動

/ Arriving Family 與 Host Family

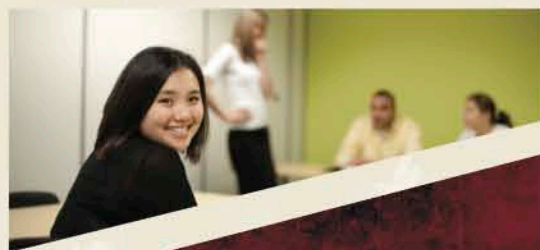
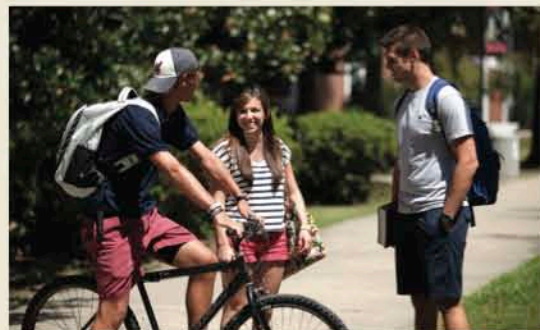
寄宿家庭的安排，是由與學生顧問的評鑒而安排。早申請者安排較快，每年均有10%的學生可能會安排在臨時接待家庭(Arriving Family)數日或三個月時間。學生穩定後再轉往校區附近寄宿家庭(Host Family)，安排長期居住。據美國政府每年的交換學生統計，此兩類家庭的素質與優劣並無差異。

貼心的安排— 升學之路

一年的時間過得很快，轉眼間就到了離別的日子，結業後交換學生面臨到的問題，歸納出來不外以下數點：

- 1.回國至原校就讀
- 2.申請美國私立寄宿中學就讀
- 3.申請美國社區學院或大學就讀
- 4.赴歐洲再行交換一年

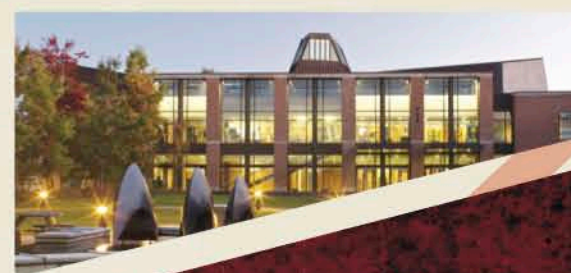
我們碰到許多經由他處辦理的同學，因為沒有鋪好繼續升學之路，回國後四處流竄，找尋出路。我們的教育顧問悉心瞭解學生的性向需求後，一一的為同學們申請好美國的私立寄宿中學或社區學院及大學就讀，最重要的是讓他們順利的取得I-20學生簽證，成就了無數的青年學子，讓他們開開心心的再次踏上留學之路。



社區學院— 節省兩年學費

在美國社區學院轉學至四年制大學是另一條升大學之路，56%美國高中生由社大轉大不僅可節省兩年學費，也沒有SAT成績好壞的壓力，只要學業成績保持B以上，修完90個學分再轉入四年制優良大學念大三。

社區學院給許多人第二種機會，大學之路不再是我國的「一試定終生」。越來越多的學生先在社區學院完成基礎課程，取得副學士學位，再轉學就讀大三，太多例子可以證明不必花大錢，只要努力，先進社區學院再轉四年制大學，一樣可以完成大學之路。



參加交換學生項目的優點

01 AYUSA提供一學年全程服務，讓參加的學生與家長放心。

02 學生在美國就讀一年，英文程度的進步，遠勝於在台灣學習7年的效果。

03 提高學生之獨立性，自信心，責任感，及包容度，進而建立正確的人生觀。

04 美國的高中教導學生如何用電腦搜集資料，繼而整理成有用的資訊，將學習方式由被教育化為主動。

05 讓青少年享受優良的教育制度。

06 培養尊重別人的角度。

07 養成主動溝通，再進而有效溝通之習慣。

08 大多數的接待家庭住在鄉間，親子互動好，治安佳，社區民衆互動頻繁。

09 美國提倡各種戶外活動以及社區志願者服務。



10 舒適的天氣。

11 繼續升學的優勢。

12 十五歲~十八歲是一個人最精華的學習階段。

CPHP美國公私立高中簡介

項目簡介

「CPHP美國公私立高中項目」精心挑選逾百所公、私立中學與全球文化交流機構在華辦事處共同合作專案，讓學生在充分的準備及基本的語言能力輔助下，順利在國外學習。此專案除了特別安排與交換學生一般的美國接待家庭之外，另有安排寄宿學校；本專案設專業在地輔導人員從旁協助同學之語言學習、家庭生活、課業輔導、升學計畫、社區活動、文化體驗...等，以確保學生們能學習獨立自主，進而發現自我性向及優勢，從體驗美國文化中培養國際觀。

「CPHP美國公私立高中項目」更將此項目做為升大學之跳板，將同學海外升學規劃發揮至最佳效益。



專案對象

公立&私立高中

01 在中華民國之美國公民或綠卡持有人 (U S Citizen or Green Card Holder)

私立高中

02 計畫赴美就讀私立學校之中華民國國民 (F-1 Student Visa)



服務專案

- 01 參與CPHP專案的學校均經過嚴格篩選。
- 02 提供全天24小時緊急聯絡電話。
- 03 所有社服人員距學校及寄宿家庭30分鐘車程內。
- 04 學生抵達或家屬來訪時有寄宿及接機的安排。
- 05 確保寄宿家庭的品質及環境適合學生住宿。
- 06 每季與學校聯繫，瞭解學生的學習進度，提供季度報告。
- 07 視學生在校學習情況進而安排家教，且寄發學生在校成績單。
- 08 高年級生升學規劃輔導。



甄選資格

- 01 現屆國三至高三(含)學生。
- 02 英文測驗、完成繳表、繳費並通過資格審核者可參加專案。(※低標之80%以上者的同學，需進行線上英文教學系統，以協助加強學生的英文能力。)

甄選所需文件

- 01 CPHP報名表格。
- 02 國三同學報名時繳交國一至國二英文版成績單1份，中文版1份，學期結束後繳交完整英文版成績單3份。
- 03 高中同學報名時繳交國中完整英文版成績單3份，中文版1份，高一至該學期之英文版成績單1份，學期結束後繳交完整英文版成績單5份。
- 04 2吋露齒微笑白色背景大頭照10張，或由本機構代為處理大頭照。
- 05 有效護照影本1份。

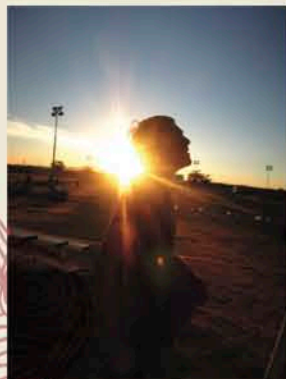


CPHP

這一年

詹皓評/台中市衛道中學國三
Joy Christian School, Glendale, AZ

👑 美國總統志願者服務獎



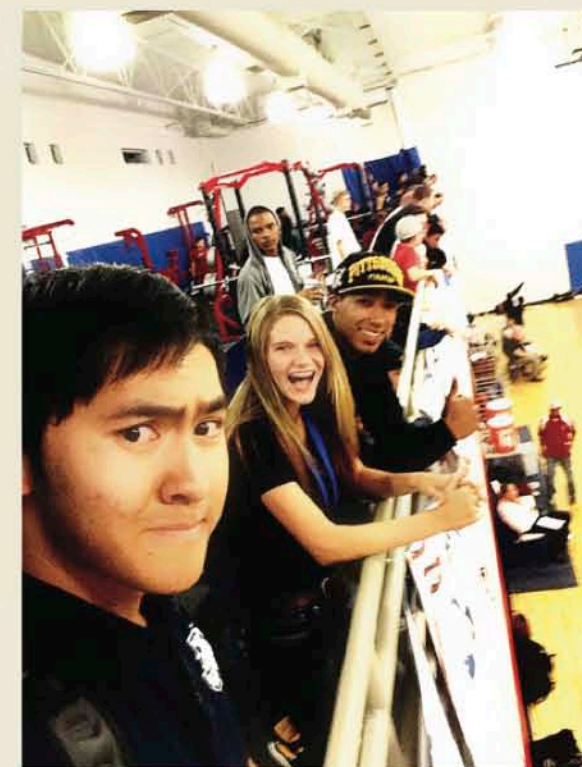
今年，很特別的一年，到異鄉挑戰無限可能的一年。在美國的生活其實多采多姿，人生中應該經歷過的過程都差不多體驗到了。

「挫折」一開始的確很不適應，覺得這樣不行，於是我開始發名片，想利用這種互動關係認識更多人。就在餐廳大家都圍著我好奇發問時，一個墨西哥人看完我的名片，竟當著大家面前撕掉我的名片丟地上，我完全講不出話，抑制著我將要潰堤的淚水，心情很複雜，不知道為甚麼才剛開始我的交換生涯，這麼大的挫折直接到來。我沒辦法要求大家對我好，於是我決定我要做更多的事，讓大家知道我的存在和喜歡我，怎樣都不向挫折低頭。

「把握任何機會讓自己發光」撕名片事件後，我知道唯有發揮自己的長才才能讓大家記住我，我選擇加入worship band，幾個禮拜下來我發現我都只是在坐冷板凳，經過很多次和老師的談話，老師決定給我一次機會唱chapel，我當下跟自己講：「這次的機會要是沒唱好不知道有沒有下次了」，我的初登場，全場起立鼓掌，從此我就直接登到主唱的位置，全校的人都認識我了。真的！不放掉任何機會進而推銷自己，把自己的長才發揮到淋漓盡致這就是成功的根基。

在美國的這一年…跌跌撞撞，受傷，擦乾眼淚再爬起來。這一年，學會忍耐、待人處事、學會獨立解決問題。這一年，知道把自己變成海綿，身子放軟，既能和別人處的好也無法讓有心人傷害還可以吸取新知。這一年，有很多人覺得，來美國的這條道路上是鋪滿鮮玫瑰的，確實，很燦爛很鮮豔，但，當我們踏進這條道路，我們的雙腳卻被堅韌的玫瑰梗刺傷著，咬緊牙關，選擇不放棄。這一年，從一開始，當著我的面撕爛我的名片甚至是間接的歧視，淚水、失敗、寂寞…一直努力到現在能夠讓他們說出「你真的是我最好的朋友」「拜託明年再來，因為我家人好想接待你」…等，沒有一路上付出的努力，現在美好的回憶是不會從天上掉下來的。

回想當天在機場一個乳臭未乾的小子，在海關轉頭和摯愛的親人暫別，這一別就是一整年…這一年雖然沒有家人的陪伴，但我過得很充實，想當初那個懵懵懂懂的男孩，一年的休耕，找到了他的目標。很感謝一路上家人、朋友的陪伴才有動力繼續前進的！LOVE my friend ,my host family , AYUSA ~I LOVE MY FAMILY!!!



那一年，我們一起追的夢

陳奕安/新北市聖心女中國三

Hanford High School, Richland, WA



我的這一年，值得。

其實到現在我都還沒有真實的感覺，這一年過得太快太急了！但是這一年我可真的學到很多。雖然跟台灣比起來這裡的學業應該算是荒廢，但是我學到的是經驗，是體會。剛來的時候因為害羞缺乏自信而失去了許多機會，現在回想起來雖說是後悔，但是卻又感謝!!感謝這些經驗讓我學習讓我成長!

在這，我也深深體會到什麼叫失去了才懂得珍惜。當你真的來到這無親無故的地方才能體會到有這些願意為你默默付出並支持你的家人朋友是多麼可貴；當你在這怎麼都找不到中國菜時你才能感覺到我們滿街的餐廳是多麼偉大！當你在這遇不到一個會講中文的人你才能連聽到中華航空中文語音說明都感到興奮!

還有，在這真的要願意嘗試。想做什麼就努力去完成，不要有多餘的猶豫!!像我從來就不是很能跑的人，但是加入田徑隊這個決定我卻不曾後悔。就算我的表現並不出色，但我交到一些真的很好的朋友!!

對我這一年影響很大，對我很重要的一部分，就是其他交換學生。因為我的轟媽是AYUSA的CR，所以我有許多機會認識其他來自不同國家的交換學生，並與其中幾位成為很好的朋友。由於我們處在同樣的狀況下，所以我們更能體會彼此的快樂與煩惱，也加深了我們感情。我相信我們可以成為一輩子的朋友!



對於這一年的經驗我真的很感謝。謝謝我的家人、謝謝我的轟家、謝謝辦公室為我們付出的每一位、謝謝我的朋友及所有支持我的人、還有也謝謝我自己，讓我這一年過得這麼精彩!!

少年Yi-An的奇幻旅程 陳奕安的華盛頓壯遊行

奕安媽媽分享

奕安是一個令人驚奇的小孩！個性看似害羞內向的她，卻清楚自己的想望，從「心想」到「事成」，她自己就是推手，推著自己離開生活舒適圈，推著自己迎向成長的挑戰。少年「安」的意外旅程，就從離開國門，搭上飛機開始...

【Homestay家庭】

奕安的homestay 接待家庭位於美國華盛頓州，她的hostmom轟媽是AYUSA的志工，常因工作需要接機和照料其它交換生，奕安也就習慣跟著她到處跑，接觸、認識來自荷蘭、義大利、德國、日本等世界各地的學生，她說那是最棒的經驗，也因此她和來自芬蘭的姐姐成為好朋友；個性活潑的轟媽也是百衲被的拼布好手，奕安的床單和被單都出自她手，她教奕安做女紅，完成了一件俏皮的Cozy(連身兔子裝)，聖誕節寄來全家人的枕頭套，也是奕安親手縫製的，我們都好驚喜。

奕安夢想成為機師，碰巧的是轟爸有和她一樣的志願，他和奕安談飛行，讓她玩他的模型飛機，還和轟媽帶奕安到西雅圖參觀Boeing Museum (波音航空博物館)。轟媽的三歲小孫子和奕安感情極好，童言童語，兩人溝通無礙，不久前家中又添了一對寶貝雙胞胎，奕安更開心了！在轟家，奕安感受到親切和友善，她說就連家中的老狗貓咪也愛膩著她呢！

【學校的生活】

不過，開學的第一週，她覺得糟透了！全校一千多位學生，她是唯一的亞洲人，很孤單！她在書桌前貼著「GO!GO!GO!」來激勵自己，在臉書上貼

著” never never never give up” “Everything will be okay in the end, if it's not okay, It's not the end” 我知道這孩子正在蛻變，父母不能替她長大，就讓她自己掙扎破繭而出吧！過不久她告訴我，她的數學上12年級班，這對國中剛畢業的奕安是極大的鼓舞；在九月底，她興奮的告訴我她每科都得A，問我有沒有很Proud? 當然，而且非常的以她為榮！接著，她和家人朋友去看學校的美式足球比賽，她愛極了：「真想下場和他們一起撞來撞去」，體育課時上曲棍球，她說真好玩，說她也要想成為「冰上悍妹」！今年2月開學時，奕安參加了田徑隊！

第二學期面對全新的課程，全新的老師和同學，她覺得自己在人際關係上進步了— 會主動和新同學搭話；當時還因錯過加退選的時間，她寫email向老師陳情，老師不答應，她放棄，第二天一早到辦公室直接找老師談，最後老師終於同意協助她換課。奕安開心的說「機會真的是掌握在自己手裡，只要爭取，就有成功的機會！」

【生活的態度】

10月中旬，奕安幾乎失聯，約一週後她才上線告訴我— 她感冒了已請了一個星期的病假，明天要上學，而她正在趕作業和準備明天的數學考試；不過她說：「媽媽請不用耽心，我已經康復了！」我還來不及耽心，孩子已經重回生活的正常軌道，因為她根本沒有給我耽心的「機會」，她自己克服了，而且安然的度過了！

學校辦了個「Every 15 minutes」的活動—每15分鐘就有一人因酒駕而喪命，活動是由志願參加的同學，披著黑斗篷，戴鬼面具，拿著白森森的奪命斧頭，扮演「催狂魔」，遊走校園，準備隨時取走酒駕者性命，由於抬人擔架和電告家屬的逼真演出，讓奕安體會深刻，她語重心長的告訴我：「生命很可貴，要尊重並珍惜自己和別人生命，酒後絕對不要開車。」我想，這是一次成功的生命教育。

聖誕節期間，她po了一張鞋盒照片說：「今天有一對烏克蘭姐妹到教堂分享，他們國家真的很窮困，小孩幾乎沒收過聖誕禮物…」奕安聽了，決定省下生活費，她去買了小朋友的衣服、牙



刷、肥皂、玩偶、塗鴉畫本和蠟筆等裝在這個鞋盒裡，寄去烏克蘭。奕安說我們做得到，為什麼不做呢？她做到了，而且不假思索的，馬上就去做了！

【歡度節慶】

過年前轟家要重新粉刷，讓奕安挑喜歡的顏色並負責粉刷自己的房間，她將房間的牆面刷上漂亮的水藍色，窗台和書架漆上鵝黃色，哇！太美了，她自己很滿意！農曆年時，奕安在家貼春聯，和朋友一起擀皮包水餃，做滷味，蒸燒賣，煮珍奶… 轟媽笑說準備了六小時，卻只花了20分鐘，全部吃光光，哈！不過奕安應該很有成就感，也覺得很值得吧！

蘋果豐收季，她和好友在果園用推車運蘋果，用雙腳踩大型機器榨蘋果汁；萬聖節時，特大南瓜堆成小山，令人歎為觀止；聖誕節時下大雪，屋外的雪堆得好厚，她和朋友玩丟雪球，手已凍僵但好快樂，奕安說原來「雪」就是「剉冰」！屋內閃爍的聖誕樹是「真」的樹，樹下放滿了禮物… 雪鄉聖誕，異國節慶經驗令她印象深刻！

【知交相扶持】

在AYUSA國內行前營和美國洛杉磯的文化營期間，奕安認識好朋友，在這一年裡，他們一起想家、一起打氣、一起分享喜怒哀樂。奕安生病在家休養期間，轟媽悉心照料，學校的好朋友也常來看她，還帶好吃的東西；奕安生日時，朋友親手做家鄉口味蛋糕來慶生；假日相約到彼此的家中做客，結伴爬山，看電影…奕安說她已廣發武林帖，邀請很多好朋友到台灣玩，還要來住我們家，問媽媽這樣可以嗎？當然可以！媽媽一定會展開雙手歡迎奕安這群同苦共樂的好友！

【感謝恩人】

奕安就要回台灣了，fb上她說最近想了好多將來的事：想釐清未來的方向，想清楚知道自己要甚麼，想確認下一步怎麼走，還要考量現實的問題，所以她需要和家人長談。於是在四月的一個週末，她用line和爸爸媽媽姐姐談了足足4個小時…一個才高二的孩子怎麼會想這麼多這麼遠？不過，會想才是好的。AYUSA的張主任Charles說得好：「小孩誕生需經十月懷胎，AYUSA (A Year in USA) 十月卻能改造你的小孩」的確，我看到奕安面對問題的勇敢與克服問題的態度與能力。由衷感謝促成此行的每一位恩人，感謝你們造就了一個更棒的奕安，一個Amazing的小孩！

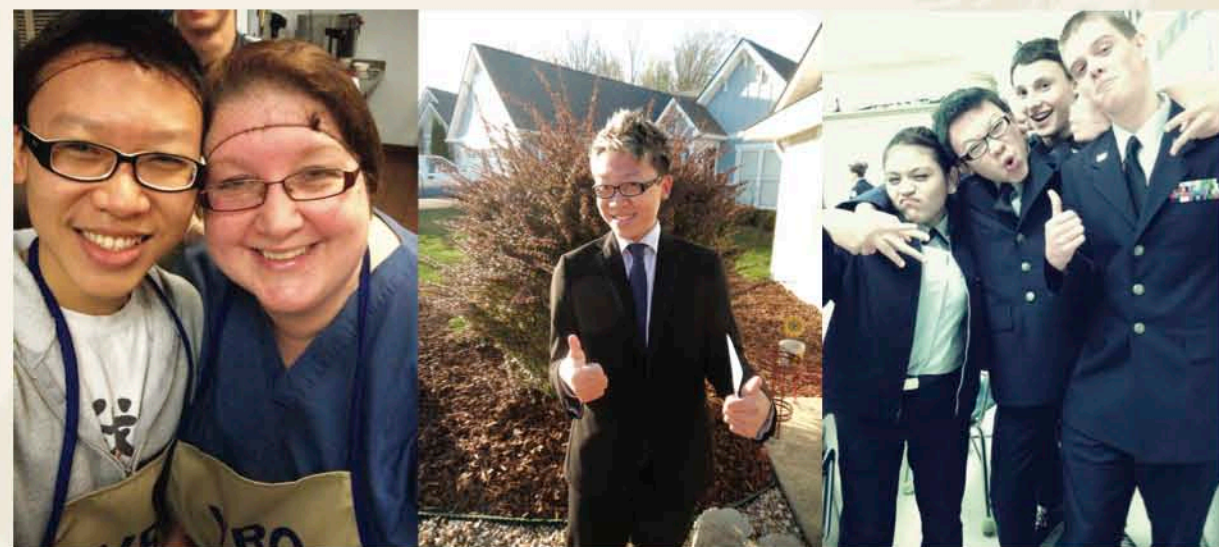
成長獨立的第一步從這裡開始

鄭立祥/台北市松山家商高一
T.C. Roberson High School, Asheville, NC

成長獨立的第一步從這裡開始...踏著沉重的腳步，在進海關的大門前，與台灣的家人及朋友說再見。拋下熟悉的生活環境，放下自己習以為常的語言，一個台灣人將飛往美國過著全新的生活。

這一年裡，我換了三個轟家。第一個轟家是摩門教家庭，天天都去教堂，餐前也都禱告，最讓我無法適應的事：去學校前，要和Youth Group的人一起上聖經課。每天就這樣起的比雞早，睡的比狗晚，前六個月都埋沒在教堂中...第二個轟家是單親家庭，轟媽是一位和藹可親的護士，另外一個轟哥一個轟姐。愛開玩笑的他們，常常與我鬧出許多好玩的事。好玩的是我轟媽會一直餵我吃食物，即使我跟她說：媽！我很飽了！（她說：我不忍心看你這麼瘦）因此，我有一段美好的時光和可愛的轟家去各個不同的餐廳享用美食。

來到第三個非常國際感的轟家，他們很瘋狂各個文化，有時會我甚至覺得他們會比我還亞洲人，而我們也吃得很多各國不同美食，全由轟媽親手做。轟家對我像真正的家人一樣，我很愛他們也很享受在這的生活。



我的校園生活更是精采，我像風雲人物般幾乎大家都認識我。而在我所有朋友裡，我必須感謝我最好的朋友 Schuyler Morgan，他幫助我很多，也帶我體驗美國。我想沒有他我生活應該會很無趣吧！

在美國的生活不像台灣。學校，讓我覺得差異最大。體驗這特別一年，了解不同的文化。轟家與朋友之間的感情，甚至讓我不想回國了呢！我想大聲喊著” I love Taiwan but also love America”



好多好多，說也說不完的回憶

陳妙盈/台北市華江高中高一
Tipton Rosemark Academy, Millington, TN

一轉眼，再整整30天我就要回台灣了，既期待但又很感傷。好期待見到我家人，更期待吃台灣小吃，牛肉麵，我最愛的雞腳和臭豆腐...，現在想想都快流口水了!!!但難過的是，我要好好想想該怎麼在這原本不屬於我地方說再見。我轟家，學校有革命情感的朋友，和總是對我很好的教會朋友。

回想起這一年，我做了好多好多事，體驗了從來沒體驗過的經驗。我覺得我比好多人幸運太多了，雖然和轟家不是100%契合，但我們都相處得很愉快，他們都對我像他們自己的小孩一樣。記得去年十月，我的第一次露營，我們全家用卡車拉著露營車開了6小時的路，其實露營也沒幹什麼，就是大家圍著火聊聊天，第一次釣魚，釣釣魚，接近大自然。某一天下課，我轟媽興奮的叫我和轟妹閉起眼睛—他幫我們買到了小賈斯汀的演唱會門票(雖然小賈斯汀現在名聲不是那麼好，但演唱會還是不錯!!那時他還沒開始習慣演唱會遲到啦)然後在轟媽生日那天我請全家吃生日大餐時，我們就順便到附近的mall穿我夢寐以求的耳洞，結果幫我打的人很天兵的幫我打歪了，所以我現在兩個耳洞是不對稱的= =!!

從以前在台灣，因為受到高中朋友的影響，開始關注NBA熱火隊，剛好教會的老師拿到了6張主場灰熊的票，我就很幸運的看了一場免費的NBA，來美國當然不能缺少體驗到NBA的比賽氣氛囉!!!今年3月是我們學校一年一度的舞會，這應該是全學校學生期待一整年的事了吧，但是我們學校規定只有高二和高三的人才能去，所以高一的人除非有男生邀請不然就只能眼巴巴的看著我們討論那天要穿什麼禮服，舞伴是誰，要用什麼樣子的頭髮...。從四個月前，我們學校就開始為我們的音樂劇<South Pacific>表演試鏡，我很幸運的選上了一個超級適合我的角色一位在太平洋島上的亞洲女孩<Liat>，故事就是說一位要去參加二戰的士兵愛上了我，所以當然免不了的就是好多吻戲和親密戲囉!!但是很難過的是，士兵最後戰死了。我去試鏡時，老師跟我說我不用演吻戲，但開始練習時，老師就跟我們說我們必須要親，而且從我遇見對方的第一場戲就要親了，那幾乎可說是我的工作。我還記得當我知道我今天去練習時要練習



吻戲時，我緊張到我不知道該怎麼辦，回家狂問我轟爸要怎麼親，因為那時我跟我的partner(那位士兵)還不熟，我們幾乎沒講過話，這叫我們兩個要怎麼親下去?可是其他同學都好羨慕我，因為那個男同學他是我們學校的學生會會長，算是個風雲人物，很多女生都默默的在暗戀他，害我還去跟好多我的女生朋友說對不起，那是我的工作。我們第一次試親時，我們都害羞到臉超紅，老師還為了我們清場，而老師在旁邊看到自己都快笑到無法自拔，更別說是畫面有那麼不自然和尷尬，我回家還為了這件事哭了。老師說我們要練習親到，「習慣」為止，我到今天才發現，原來這種事也可以習慣，公演前的三個星期，我們每天都要練習到晚上10點才能回家，每天都要從頭到尾Re過一次，想想我們至少親了至少100遍了，到最後真的就「好啊來吧」我們都麻痺了。有好多好多人來問過我，我喜不喜歡我的角色?不會很尷尬嗎??害我都有了一樣的官方說法：沒辦法

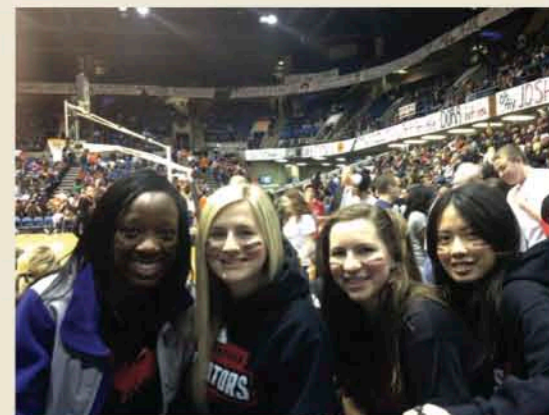
，這是我的工作。終於這齣音樂劇完美落幕了，我們入圍了好多好多獎項，我還得到了最佳新人獎和最佳演技突破獎，五月底要去領獎。我真的可以說我們的音樂劇真的很棒，我還記得當時我們非常密集的在練習到很晚才能回家時，我剛好要教英文課的論文研究報告，當時真的是我一年中，唯一想回家的時候，在後臺摸黑打我的論文報告，還要邊注意台前的進度，是不是要輪到我了，上台前還要先催眠自己我很愛很愛我的男人，我才能有辦法演的好。雖然這一切一切都好辛苦，但這真是我人生中的代表作，我一輩子都不會忘記!!!哪個交換學生可以有這麼特別的經驗，進到學校音樂劇然後還要和美國男生有吻戲，我的犧牲也太大了!!!!在公演的期間，我們還被邀請到電視台表演，所以記上次我當Homecoming court上報紙後，我們一些重要的角色又上了早上當地的Live新聞<Memphis - FOX 13>，還有報紙，我真的是太幸運了!!!!在這期間，我認識了好多好多人，和他們培養出了革命情感，一起早上5點被挖起來上妝，一起在化妝間邊唱歌邊梳化...，好多好多美好的回憶，都在這期間發生。前一星期，我們還一起去要開12小時的地方參加全田納西州的高中合唱比賽，我們抱了三個獎項回來，也就是說我們全部都得了第一名，我們真的好厲害!!!

再一個月我就要回去了，我好捨不得大家，雖然這一年中，有歡笑，有淚水，我真的不後悔來我來當交換學生，有好多好多美好的回憶，體驗，是別人如果沒有經歷過是不會知道的，是在台灣一定不會有的。最後我要謝謝我的爸比，媽咪，謝謝他們一路上一直支持我，鼓勵我，沒有他們我早早就收行李放棄了，我要謝謝我的轟爸媽他們這麼愛我，讓我在美國有可以感受到歸屬感，再來就是我的戲劇老師和合唱團老師<她是同一個人>，她一個女生可以帶領我們這麼多人，做好多好多不可思議的事，還常常鼓勵我給我好多好多站在舞台上的機會，Christmas concert, spring concert,才藝表演的自彈自唱，音樂劇，合唱團比賽...太多太多了!!!她甚至已經整理好房間，要我留下來她要讓我跟她住，但是當她知道我還要決定要離開時，她難過的抱著我大哭。我好謝謝她，她好像是我另一個媽媽一樣對我。總之好多好多，說也說不完的回憶，我會永遠放在心裡，永遠不會忘記!!!

Don't Ever Take Anything for Granted

吳敬云/新竹市新竹女中高二
Springfield High School, Springfield, IL

To talk about my exchange year, I don't even know where to start. Did I have fun this year? Sure I did. Were there times that I wished I were home? Of course there were. Being an exchange student is not all about having fun, it's also about responsibilities, realizations, and most of all, growth (as clichéd as it sounds). A lot of people asked me if I were scared before coming to the States, I said no. I really wasn't. But when the first day of school came, it felt like I were seven years old and about to walk into elementary school for the very first time, except this time I didn't have my mom's hand to hold. Turned out it really wasn't that bad, I met some nice people, I had a lunch group to sit with, and I didn't get lost (that's a first)! Days passed, I started getting used to this new home, and the thought of starting a new life here slowly sank in. I was meeting new people, visiting places, going to parties and all that good stuff. I can go on and on talking about how much fun I've had, but I'm pretty sure you'll get that from other students. What I want to share is not what I did but what I gained here. Being here has really gotten me to do a lot of thinking. When you're away from everything you're so used to, you learn to be grateful for what you have. New friends are fun to hang out with, but who cares about you as much as your best friends at home? My host mom is really nice, but who understands you better than your parents? I'm not complaining anything- I've had the time of my life this year- I'm saying this to share with you what I've learned: don't



family cooks for you, your friends drive you places, your CR helps you when you have any problem... A year abroad wouldn't be possible without these people's help. Yet none of them is "obligated" to help you, to be nice to you, or to care about you. That was why when they did offer their help, I was grateful. I've learned to not take anything for granted and that is the most precious lesson I got from my exchange year. (And for the record, I did have TONS of fun!)

ever take anything for granted. When you live in an environment you're used to (a.k.a. home), it's often that you feel entitled to everything you have. But when you're away from home, away from everything you had, you have to make things happen instead of waiting for things to happen to you. Being an exchange student, you need a lot of help in life (and I mean A LOT). Your host



It's lucky to be an exchange student

方健瑄/台北市大安高工高一
White River High School, Buckley, WA

It was so fun to be in here, I'm glad that I was here. I learned a lot. I was in Spokane, Washington for a while, then I changed my host family to Tri-cities, Washington, and finally to Buckley, Washington.

I didn't like my first high school because they did not care much about exchange students, but also I didn't talk to my classmates a lot, either. All my friends from that school were Asians who were born in US, exchange students just like me, and a little bit American students, but in Buckley people were friendly, they were curious about exchange students, different cultures, languages...etc., so did teachers. I could easily make dozens of friends in one day. In my opinion, not only exchange student should be more friendly and nice, but students and teachers should be, too.

My English improved, I can talk more freely than before, learned many new words, but for grammar I think I become worse because Americans usually don't care about grammar. Also, you don't need to worry about the look of your handwriting because Americans usually write worse than you, they can't even say and understand what they just wrote. Sometimes, they can't even spell right. Most important for exchange student is to forget all the hard words and grammar in English or other kinds of languages they've learned from their country because in the US people like you to talk a lot.

I enjoyed helping my host family do something they want or ask you to do, for example, mowing the lawn, fixing something, picking up stuffs, grocery shopping...etc. because it feels



like achievement after helping them and being appreciated if you do it right, and even if you don't, it would be a good learning experience and it's better than doing nothing.

In school, it was so fun that you can pick the classes you like, it's better than Taiwanese school because Taiwanese only have the subjects they've already chosen for you and limited what you want. The best class I recommended would be P.E. class, it's really simple to make friends and also good for your health and make your body stronger.

So, it's lucky to be an exchange student because not everybody can become one, not only due to limited financial resources, but host family wants to host you or not. It's also a good experience because you can become more outgoing and learn different cultures.



健瑄媽媽分享

第一個小孩很順利如期的從參加美國文化營到一年期滿的轟家期滿回國，姊姊的美國行是如此的順利及美滿，都過了4、5年了，我們甚至到現在都還有聯絡。如此的順利讓我理所當然的認為「弟弟應當也是如此」，但顯然的天下事不是都當如此。六月份便將行李打包好，兩大皮箱放在客廳最顯目的地方，隨時準備出發。從通知有接待家庭的興奮到因美國經濟不景氣，很多接待家庭都不收，從七月等到九月，那種心情煎熬真不知如何去形容。

健瑄這一年可謂精彩，三進三出，由一個接待家庭換過另一個，在台灣的我都快不敢接AYUSA的電話了，駝鳥心態的認為沒有消息就是好消息，天啊！我的兒子怎是這樣，不與任何人互動及溝通，每天只願面對電腦，把我們的耳提面命忘的一乾二淨，在台灣的我們真的又氣又急又心疼，總覺得他才17歲就要承受這些，讓做父母的很不捨，但另一方面卻又慶幸他能在年輕時期就經歷這些

，雖不是好事，但這些教訓可以讓他成長很多，不再活在自己的世界裡。小孩的堅強及韌性不是我們做大人可以想像的，他們自有他們的生存方式，猶記得那段三進三出的日子裡，每SKYPE一次，我便面對著他哭一次，泣訴他的不是，心疼他的無奈，知道他不愛面對陌生人，但為了他的將來又不得不將他放在陌生的國度裡。慶幸的，孩子也體貼堅強，能反過來一面安慰我，一面掛保證，他會花心思經營，與接待家庭及學校多互動，絕不會再有被接待家庭放棄的情形發生，一夕之間，我似乎看見了他的成長及決心。果真，只要他願意沒有達不到的，現在的他跟第四個轟家相處愉快，甚至有天還問我如何「撿紅點」，因為他要教轟爺爺及轟奶奶。

健瑄是個幸運又快樂的孩子，總把事情理所當然的簡單化，在家就有一家人寵愛著，讓他不知天高地厚，本想試著放手，把他丟到國外去，讓他在獨立陌生的環境中，試著凡事要自己適應、克服、溝通及解決，爸媽不再是萬靈丹，遠水更救不了近火，要解決就自己來吧！如今，看他能從挫折中彎下腰來溝通，不再自我為中心，也不枉我們為他費心了。

樂團就是交換一年的縮影

藍挺毓/花蓮市慈大附中
Fremont High School, Ogden, UT

然雖知道已經來美國八個月多了，但是卻不覺得自己出國是很久以前發生的事！現在翻起剛來時的日記，看見開始懵懵懂懂樣子，也才真正的意識到這一整年自己面對了無數的事情起伏以及轉變。

這不平凡的一年中最不平凡的就是樂團，樂團對我而言是個新名詞，因為爺爺奶奶(轟家)希望我可以和轟姐一起在樂團，我只能硬著頭皮帶著怕被盯很慘的心情進了樂團，老師讓我去percussion。我一開始都是敲木琴，我第一次拿到樂譜的時候所有人都已經會彈了，甚至已經可以在美



式足球場上排出各種不同的隊形(他們暑假就開始練了)，我…卻不只是不會彈的問題，而是完完全全不知道發生什麼事一樣。

有一次，老師帶著我們在學校的入口(室內)演奏，第一個音是多麼的強多麼的震撼，大家的聲音在牆與牆之間迴盪，回音讓整個的聽起來很震撼，或許樂團的大家早就已經習慣了，但是對我來說，這是多麼驕傲多麼嚮往的一件事，一直都很羨慕其他人在台上優雅或是氣派的自信演奏的我…震撼過了頭，不知不覺的眼眶泛紅，我，喜歡這種感覺，喜歡樂團，覺得他們太太太太帥了，所以我決心要真正的成為他們的一員，我利用某個較長的假期用一根手指頭在鋼琴上練習，讓我大大的進步，跟上了大家，開始期待著每天早上六點半準時在橄欖球場上和大家一起開練(我們不管有沒有課，每天都提早到校練習)。而我的勤加練習是對的決定，因為不久之後，某個機會下我可以站在旁邊看大家run the whole show(之前跟著練習沒真正看過全場的狀況)，眼眶，又泛紅的，因為那個場面震撼著我，我知道這種心情很難理解，我心中就是有一股莫名的澎湃，莫名的驕傲，雖然已經是樂團的一員，但是看著樂團其他人的時候就是特別的嚮往。

以前的我可能會說：「打擊?沒什麼吧!我來也可以啊!」事實證明，是的，我也可以，甚至可到加州參加DISNEY遊行喔!這是團隊共同努力，drumline裡的人(除了我以外)各各都是可以打整座爵士鼓的，譜發下來，今天我想敲定音鼓就拿這份譜，明天另一份新譜，更強的是，人手不足，沒關係，我全包了!一個人可以同時搞定3-4樣樂器，拿到譜後一堂課，就一堂課的練習，當天晚上就可以上台了!你說percussion帥不帥?現在的我會說：「全樂團最帥的就是drumline了!」而這一年在樂團受到的震撼以及感受到的快樂，才讓我真正的發現我是多麼的愛音樂，不管琴藝如何，我愛音樂，喜歡並且享受在樂團的這一年。同時我學會了大家相互支援的力量和團隊合作的美。





樂團就像是我交換一年的縮影版！不管是在轟家或在學校都是從疑惑、恐懼及退縮轉變成驚喜及震撼，例如：第一週課堂上完完全全聽不懂，下課崩潰到在老師面前哭，現在的我能優遊在課堂上享受美式教育的自在和充實，也為自己拿了好成績。

經歷過才真的懂，要勇於面對挑戰最大的收穫是自己，謝謝AYUSA所有工作人員的支持和陪伴，讓我在徬徨無助時是我最大的支柱，謝謝您們！！現在我會大聲的說：我挑戰成功！也祝福學弟妹們勇於挑戰、挑戰成功。

挺毓媽媽分享

我常在想孩子的世代是什麼世代，孩子需要培養什麼能力面對他們的世代呢？所以，孩子的好奇和挑戰我習慣接受，不管挫折或成長，我會用一切都是好因緣來跟著孩子成長。

當先生和我已同意讓挺毓接受一年交換生挑戰時，親友的質疑、長輩的指責，都認為孩子這麼小可以嗎？有必要嗎？但一年的時間很快過去了，我可以肯定的告訴所有的親友們，挺毓一年的交換生是絕對值得的，因為孩子成長茁壯了。這一切的一切都要感恩AYUSA用心陪伴引導孩子如何面對困境及鼓勵孩子把握嚐試挑戰的機會。

挺毓決定要交換時，好像瞬間成長了，面對AYUSA事務、國三基測壓力、學煮飯菜、蒸油飯、打中國結…到行李的打包和要帶出國的禮物，都是自己一手包辦，身為媽媽的我只能當副手，還真不習慣地！！

到美國第一個挑戰就是上課啦，平日和人用英文溝通也許尚可，但要全程用英文聽課讓挺毓受到很大的挫折，尤其知道挺毓在下課後到老師面前掉眼淚，到可以和老師溝通要調課選課，不管是有條件限制或跨年級等



，學校給予最大的方便，大膽的讓挺毓多方體驗。在這過程只能為孩子加油打氣和按讚之外，最大的喜悅是感受孩子又成長一大步了。

當挺毓問我：以前她是不是很固執，平日在家是不是很欠扁，以後回台灣要注意說話的語氣，謝謝媽媽過去對她的包容…等。我知道我的寶貝女兒真的懂事了。在此和所有尚在猶豫或已接受交換生的家長們分享，放手讓孩子翱翔，孩子是堅強且有韌性的。相信AYUSA系統，一年後您會接受一份大禮，還您一位成熟懂事，全新打造過的孩子。

This is the Best Year

林領先/台北市景興國中國三
Timber Creek High School,
Orlando, FL

Exchange is change. Change in lifestyle, language, friends, parents, school, simply everything. Exchange is going from thinking you know who you are, to having no idea who you are anymore to being someone new.

Exchange is thinking. About why you're here and not back home. About how it's going to be like once you come back home. About the sense of life. About who you want to be, what you want to do. And about when that English essay is due, even though your marks don't count.

I will definitely say this is the best year in my whole entire life without a doubt. I've been through so much that's either the worst or the best moment. And that makes me know exactly who my true friends are. It's something you will never forget, something that will always be a part of you. And something no one back home will ever truly understand. I've changed so much that I couldn't even remember how I was a year ago. I couldn't ask for a better experience, a better host family, or a better opportunity. This whole



program makes me realize how much I love my family, and how much I appreciate them. I never know how lucky I am till I came here.

Even though I have some couple emotional moments, but still, I always look on the bright side, and tell myself to suck it up. it's frustrating sometimes. Things you can't do or things you don't understand. But I tell myself never waste any time on any pointless thing. And now I'm leaving with the best host family and having a best lacrosse team.

My life here isn't perfect, but I'm thankful for everything and everyone I have in it.



豐收的一年及燦爛的回憶

胡貫廷/台北市敦化國中國三

Mountain Lake Christian School, Mountain Lake, MN

👑 美國總統志願者服務獎



下午兩點，桃園機場喧鬧嘈雜的出境大廳，剛與來送機的家人們揮別，雖然依依不捨，但隨即被興奮期待的心情沖淡並漸漸取而代之。

清晨兩點，洛杉磯機場有些空蕩的登機門，剛與文化營的夥伴們告別，雖然興奮期待，但隨即又因對未來一年的擔憂而蒙上一層薄霧。

再十分鐘，飛機就要降落在明尼蘇達Minneapolis機場，看著窗外廣闊的平原，我稍微沉澱一下心情，準備迎接未來一年所有的挑戰！走出機場通道，正想著如何跟接待家庭會合，赫然映入眼



簾的是一對白髮靚靚的老夫婦，手中拿著“Welcome Alex”的歡迎牌在迎接我！是的，他們正是我未來一年的轟家父母John & Mary。初見面的寒暄問候，馬上就感受到了他們的親切與熱情，那一刻我心中的大石終於落地，首次隻身離鄉背井的我彷彿瞬間得到了溫暖的依靠。過了一會兒，轟家接待的另一位日本交換學生，正是我在文化營已先行相認的日本轟哥也抵達機場，於是我們一起驅車前往未來的轟家。

Home sweet home! 轟家位於明尼蘇達Twin cities西南方約兩小時車程的一個鄉村小鎮，人口數僅台北的百分之一而已，幅員廣闊又沒有公共運輸系統，除了步行就得開車，對於從小在台北市區長大的我，剛開始實在有些不習慣。在美國滿16歲就可考駕照，初到此地，每每讓我感到驚奇的就是看到同學開車，甚至是載我去其他地方！由於鎮上只有一間超市和五金行，很多東西都得開車到其他鎮上採買。一出了鎮就是近乎筆直的鄉間公路，兩旁一望無際的平原及玉米田，都是以前電視上才會見到的景象，相較於台北的高樓大廈，真是另一番截然不同的風光。



我就讀於一所私立基督教學校，日本轟哥則是在大部分在地學生就讀的公立學校求學，我們經常彼此交換公私立學校的訊息及差異。我的學校是包括幼稚園到國中、高中在內的完全學校，因為規模不大，全校教職員及學生都較為熟悉親近。學校採小班制教學，不僅學生能夠與老師充分互動，上課內容與進度也能靈活調整。剛來時我仍維持在臺灣上課的習慣，只聽講而不發言，但成效不彰，過了一陣子，我漸漸習慣上課參與討論，進而在過程中有更大且較深入的收穫。此外，美國教學還有一項特點，就是大部分老師都會要求學生在課前預習下堂課的內容，到了課堂上就不必花時間先解說課程內容，而能夠直接對內容進行探討，這讓學生有更多時間消化課程內容。相較於臺灣「老師講，學生聽」的教育模式，這裡的上

課方式豐富活潑許多，在此親身體驗美國高中教學，讓我對臺灣的教育及學生自我準備有了嶄新的思維。

參加社團活動絕對是美國高中生活中不可或缺的一環，只是我選擇的並不是激烈的美式足球，也不是熱門的籃球，而是用腦門智、強化膽識的演講隊。我的個性較為內向，在出國前都不太敢上台發言，更遑論是用英文向大眾演講了！但歷經了整個演講賽季的磨練後，我扎扎实實學會了怎麼寫一篇架構完整又不落俗套的演講稿，以及如何設計一套包括手勢、走位、音調轉折的完整演講，最重要的是——我現在有充分的勇氣和信心站在台上說話！像我這樣一個母語不是英文的交換學生，能挑戰英語演講並屢獲佳績，且得到評審賞識，一路晉級到明尼蘇達州高中聯賽的複賽，已是對我最大的肯定，這也讓我蛻變成更加自信、勇敢且樂觀開朗！



在交換學生期間，我體驗了許多美國文化：每周日上教堂、參觀州博覽會、團圓的感恩節、慈善的募款會、溫馨的聖誕節、吸睛的超級盃、歡樂的復活節、春季籃球瘋、擔任婚禮服務生、親臨MLB及NBA球賽現場觀戰…等。此外，來到寒冷的明尼蘇達，刮雪、滑雪、堆雪人、攝氏零下二十度的低溫，即使是在融冰的路上不小心滑跤，都是不容錯過的難得經驗。特別是剛好遇上四年一次的美國總統大選，跟轟家一起去投開票所及共同守在電視機前觀看開票結果，並在第一時間見證美國總統歐巴馬連任，真是永難忘懷的回憶！

在體驗美國文化的同時，當然也不能忘記行銷臺灣文化的神聖使命！我在學校中開了堂象棋課，運用我對照西洋棋規則的自創圖表，教導美國同學下象棋，看到大家玩的不亦樂乎，也讓我頗有成就感！在中秋節的夜晚，我親手烘焙了臺灣知名的中秋點心——鳳梨酥，給轟家每個人泡了杯文山包種茶，在院子裡升起營火賞月，跟他們分享嫦娥奔月的傳說，就在轟爸的吉他彈唱聲中度過了一個愉快的中秋夜。此外，我還主動前往鄰近的另一所學校介紹臺灣，除了製作投影片解說之外，並分享了我自製的鳳梨酥，讓他們在認識臺灣的同時，也嚐嚐臺灣的美食。不僅如此，到了除夕夜——更是文化交流的大好機會，我煮了包括滷蛋、滷肉飯、蔥油餅和水餃等一桌美味大餐，與轟家以及日本轟哥分享。我也帶領他們跟我一起包水餃，過程中的笑鬧歡樂更是不在話下！在大啖美食之後，向他們介紹農曆新年以及新年的傳統習俗。最後整晚的高潮——發紅包給他們，我在紅包袋中裝了新台幣一元硬幣，以象徵「一元復始」，最後再將我書寫的春聯貼在門上，為這個異國除夕劃下一個完美的句點！

在這段交換生涯中，我也竭盡所能的回饋社區，參加了許多志工服務，例如：到老人院幫忙端咖啡給長者、陪他們聊天、參與活動逗他們開心，幫忙高齡鎮民清掃落葉，在兒童活動中擔任服務人員，協助製作包裝寄送到烏干達的聖誕禮盒，遠赴伊利諾州Peoria的清貧社區幫忙清理兒童院…等，因而榮獲歐巴馬總統親筆簽名頒發的美國總統志工服務獎。此外，在轟爸的真誠推薦下，我有幸獲得2013年2月份Ayusa Star Student of the Month的榮譽，這些都是我前所未有的殊榮！

感謝爸媽的全力支持及鼓勵，讓我能夠擁有如此精彩的交換學生生涯。感謝台北Ayusa 張主任及全體工作人員，由於你們的細心安排與規劃，讓我在異鄉得以安心無後顧之憂。感謝轟家的熱忱接待與悉心照料，讓我能最短時間內適應美國文化。感謝日本轟哥的陪伴及分享，讓我的美國生活有更多元的文化交流。最後，我要感謝所有在這過程中幫助過、鼓勵過或關心過我的人，感謝你們讓我擁有豐收的一年以及燦爛的回憶！



抉擇與勇氣一成就一段奇妙旅程

貫廷媽媽分享

對孩子而言，這是一場充滿奇妙與美好的豐富之旅。從羞澀到開朗，從內向拘謹到自信樂觀。對父母而言，這是一段學習放心與放手的心路歷程。從擔心到祝福，從牽掛叮嚀到快樂分享。申請到美國交換學生是我們與貫廷共同討論之後的決定。在他為國中基測衝刺準備的同時，我們一起忙著申請書的撰寫與自我介紹影片的製作，在等待接待家庭的過程中，也曾因擔心、不捨而興起放棄的念頭。衷心感謝Ayusa張主任的建議分析與經驗分享，最終的抉擇讓貫廷得以如期參加文化營，並順利地在明尼蘇達州Mountain Lake小鎮度過他充滿新奇、精彩的交換學生生活！

貫廷何其幸運！遇到了對他視如己出的轟家、一位以兄弟相稱的日本交換學生室友，以及幫助他快樂學習成長的學校！在轟家，熱愛文史地理的貫廷與博學多聞的轟爸，對於生活總有許多的討論、互動與交流，特別是有關中美文化差異的主題，啟發了貫廷嶄新的思維與多元的想法。而身兼Ayusa工作人員的轟爸在人際互動方面亦做了最佳的示範；廚藝精湛的轟媽則讓貫廷完全適應美式食物；此外，貫廷還與日本轟哥用英文討論唐詩及漢字，大啖轟

USA

Mountain Lake/Minnesota

哥手作壽司與咖哩飯。在那樣一個結合中、美、日三國文化互相交融的家庭中，貫廷度過他16歲的生日，那也是他最最充滿驚喜的一次生日！而貫廷也依照臺灣傳統節慶習俗，以做鳳梨酥、泡臺灣茶、包水餃、寫春聯以及發紅包等方式帶領轟家度過中秋節與農曆除夕。在學校，他認真學習，努力讓自己趕上進度，並且設計課程教授象棋、參加演講隊及高爾夫球社團。課餘時間，他也到其他學校以自製簡報影片介紹臺灣，並且定期前往社區老人院從事志工服務。以上種種，都是他生命中的第一次經歷！更是他在臺灣所永遠無法體驗的生活！

回想起當時看著他在機場與我們揮別即將通關離台的身影，緊接著的是一如張主任曾經預告的情節，我依著劇本一路啜泣返家，接著開始擔心他是否順利獨自一人在美國境內轉機、與轟家的相處是否融洽、在學校能否適應學習，揣想自己在這一年是否會因為思念牽掛而必須日日以淚洗面…等問題。然而經由時間與事實的證明，貫廷確有他自己獨立適應生活的潛能，只要有正確的目標，做好一切準備，孩子真正需要父母為他做的真的只有一支持與鼓勵！看到貫廷一年來能健康平安、快樂學習以及收穫滿滿，即是我們最大的安慰！

這一路走來，Facebook為貫廷做了最好的紀錄。看到他由拘謹內向的國中畢業生，變成充滿自信、活潑開朗的陽光青年！他自己在美國真的可以做得很好！貫廷參加明尼蘇達州的高中演講比賽，並且取得進入複賽的資格，獲得同隊師生高度肯定。因為轟爸的推薦而得到Ayusa Star Student of Feb 2013。前往老人院的服務與學校的Missions Trip等志願工作讓他得到美國總統志工服務獎 "The President's Volunteer Service Award"。在一次的視訊時，他親口說出感謝我們的話語！那是以往害羞內斂的貫廷所從未直接表達過的真摯情意！

見證貫廷在交換學生過程的蛻變與成長，我們如今深刻地相信當時參加Ayusa交換學生是一個正確的「抉擇」，加上貫廷自我挑戰學習的「勇氣」，因此方能在異國盡情揮灑青春，成就這一段絢爛精彩的奇妙旅程！

謹此感謝Ayusa張主任與全體臺北辦事處同仁對貫廷的指導，感謝轟家的照顧，以及在這條路上所有支持過我們的所有親朋好友！

沒有和別人生活在同一個屋簷下，
你永遠不會知道什麼叫做真正的文化差異

張嘉芸/台中市衛道中學國三
Sacred Heart of Jesus, Walton Hill, OH

USA

Walton Hill/Ohio



我覺得我這16年來，都過得有點太過幸運，國小考私校的時候，我是被補習班當作沒望考上私立名校的其中一員，結果成績出來的時候，好的讓我媽嚇一跳，國中考基測的時候也是一樣，在來美國之前，我的人生好像沒有什麼太大的波瀾，我一直覺得我很幸運，這一年好像就是給我的挑戰，一個很大的挑戰，怎麼樣去忍耐，去包容我不喜歡的一切學會接納，學會忍耐，原本以為文化差異沒什麼太大的不同吧！不過就是吃的不一樣，有不同的宗教習俗節慶，來到這裡以後才知道文化差異不是那麼

本來，去年的7/28號就應該離開台灣去參加在洛杉磯的文化營，遲遲沒有家庭和學校的通知，一直到整整一個月後才離開台灣，不能夠參加文化營就讓我夠沮喪了，接下來的旅程我才知道什麼叫做真正的挫折，第一天到學校我只能用兩個字來形容「傻眼」，全校總共就18個學生，對！你沒有看錯！是18不是81，剛開始我一直用「沒關係，我比鐘晨學長（他去了一所只有16人的學校）幸運了，至少比他多兩個人！」來安慰自己，一開始英文不夠好連老師上課要我們做什麼都聽不懂，我覺得適應不良這種問題，最好的解決方法就是撐下去吧！時間會帶走一切的。這個學校沒有我原本我所期待的一切，沒有社團，沒有選修課，也沒有我原本最期待的locker，我真想用用看，不覺得美國高中就是要有locker嗎？雖然我沒有機會體會一般的美國高中生活，不過一般哪有人可以知道18個人的小學校是怎麼運作的，在這個學校我得到了一群交心的好朋友，一群來自世界各地的好朋友，來自中國，日本，韓國，泰國的好朋友，就算我的學校很小，不過要是我沒有來到這所學校，我就沒有機會遇到他們，我想那一群朋友是我當交換學生的這一年得到最大的禮物。



簡單，文化差異不是只有表面上看到的差異，內在的價值觀更有大大的不同，我剛來到美國的時候，轟媽覺得我的穿著像十歲小孩，當我穿上她要我穿的衣服的時候，我卻覺得自己看起來像二十五歲，沒有和別人生活在同一個屋簷下，你永遠不會知道什麼叫做真正的文化差異。交換學生的一年，我相信絕對沒有人是一切順利的，就算十個月交換學生生涯外表看似光鮮亮麗，一定也有不為人知的一面，所以我想為這些有勇氣離開家人，離開朋友的交換學生們鼓掌！我由衷的為我們這一群交換學生的勇氣感到佩服與驕傲！



沒有爸媽的支持我不會有這麼特別的一年！

鄧柔安/新竹縣竹北高中高一
Maquoketa High School, Maquoketa, IA



時光飛逝，一年匆匆的過了，我又回到了我的家鄉。回頭看了看，所有在美國發生的事還像昨日才發生過一樣，記憶猶新。想當初其實會去美國也是在媽媽的鼓勵下才決定的，從來沒想過要出國遊學的我被媽媽這麼一問其實也毫無頭緒，但經過了這一年我真的很感謝爸爸和媽媽給了我這個獨一無二的機會，沒有他們的支持，我知道我不會有這麼特別的一年！



在美國的這一年，體驗到了很多的第一次：第一次玩雪、第一次把南瓜切出千奇百怪的臉、第一次過充斥著禮物的聖誕節和第一次去舞會。這些美好的回憶我永遠也不會忘記。不過這一年也不是這麼事事順心地就過去了，期間多多少少都會遇到挫折，試著自己解決問題也給自己帶來了些許的成長。像學年開始期間與較熟稔後，人們待我變得不同，語言導致的溝通問題，如何跨出那一步與別人交朋友，如何讓自己的生活變的豐富而不是一成不變，種種困難與沮喪其實都要自己去面對、承受、解決。在國外免不了的想家也是一大艱難處，每逢佳節就特別想念家人，當別人突然對你超好的時候也會讓你想起家人而感覺鼻子微微發酸眼眶泛紅。這些面對挑戰與思念的感覺全部都刻骨銘心。這一年的經驗與所學我都要牢牢的記在心裡。

這一年有緣而認識的人我要持之以恆的保持聯繫；這一年發生的所有事情，我要謝謝爸爸媽媽，因為有你們，我才能有這麼豐富的一年這麼五味雜陳的一年這麼有意義的一年。謝謝你們的用心，謝謝最愛我的爸爸媽媽！

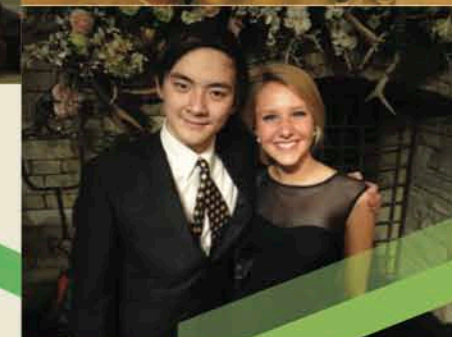


My American Dream and New Life

陳家揚/桃園縣中壢高中高一
Jenks High School, Jenks, OK

America, the country which is still the most influential country in the world. It represents the modern culture, high development and pluralistic society, which attracts me so much that I decided to come to this country as an exchange student. I started this journey with excitement, curiosity and of course a little nervously. I want to find the answer of the success of this country. How do they think and learn things? How do they face and solve problems? How do they have creativity and originality? And also let American pluralistic society know more about my country, Taiwan, R.O.C. and its culture.

The start is always the hardest part. When I first came here, it's totally different environment. Social and language problem let me feel upset. So I told myself I cannot be suffering like this anymore. If you can't change where you're, you should use this challenge as a chance to learn independence and problem solving. This concept helped me to pass my adaptation period. I made myself concentrate on all brand-new culture, environment, gorgeous city, & delicious food. And I appreciated them. My host family and friends also start to provide me lots of activities so I can get into American life.



After few weeks of adaptation period, I started to experience more American cultures which are different from ours. I've been from prom party to church pray and from family break activity to teenager car attack (?). In the school, I saw the completely different ways of education. It focuses on the exploration and analysis of the knowledge by student themselves. It takes more time but succeeds to help student understand the knowledge. In addition, students have more time to do more actives such as clubs and school teams which are not school subjects. I can see some students keep their study sincerely and explore more ability which they can't learn from class by this education concept. I joined the Jenks high school swim team, which is one of my best experiences of the journey. I pretty worried when I first joined the team. I worried about I'm not good enough or maybe coaches and teammates will be terrible. But after a little while, I found out everyone were really nice. We take care of each other just like family. Every member will find their position to help their team getting better. Swimmers try their best to learn and improve themselves. Those who can't swim will cheer as loud as they can. The victory is important, but I can see something greater in the team. It just felt like the team has its own soul and bring everyone together. Maybe we didn't win the state and I didn't get a chance to swim in the state, but I was moved and so proud I can be a team member because of our team solidarity and improvement.

The family life is also very memorable. My host family treated me as I am a real member of theirs. We loved each others, shared and talked almost everything, such as day life & mood. They also showed me their religion of God which gave them the appreciation of everything and lovely heart. I saw lots of cultures in American family. For example, I've tasted many delicious American, Mexican, American Chinese and many kinds of food. Also ever tried

different entertainments like target practice, different ball games, radio show , and even deer hunting, which I have never done before. I also appreciated my host family gave me so many splendid experiences and helped me join the U.S. life. And knew how lucky & blessed I am.

So far, the journey gave me so much. Now I see the US education way that focuses on giving more exploration work and more options on subjects, which take more time but really help some hard working student to choose their interest and future goal. They can also learn the solidarity and lots of things from after school activity. The multiplicity is more important than just knowledge since it helps them to learn independence and autonomy. In addition, I can also feel my improvement in English. I got more independency and responsibility to people and to myself. I made lots of friends who may have a big effect in my future life. And let more people know about my homeland. Now look back all of this. It's full of harvest.

By the end of my America dream, I want to thanks my family and host family who always gave me support and help whenever I need. Also thanks to my swim family and my friends who gave me such a wonderful experience of American school life and treated me just like a real friend, and everyone who made up my wonderful journey, gave me so much, and loved me so much. Here is my biggest appreciation. I love it, gorgeous America!

開心的接受和勇敢的嘗試新事物

曾楷恩/新竹市新竹女中高一
Mountain Heritage High School, Burnsvills, NC

剛離開台灣的時候，心裡非常緊張，想到要離開父母全部的事情都要開始自己處理了。不過我真的非常的幸運，我有一個很棒的轟家，轟媽是學校的西班牙文老師，轟爸是國中的體育老師。有兩個老師當轟爸轟媽，幾乎什麼事都不用操心。還記得一下飛機他們帶我到學校選課，經過30個小時的飛行旅程，我根本什麼都想不清楚，所以我轟媽就一個科目一個科目幫我分析和解釋，給我最好的意見，但最後又



讓我自己決定我要選什麼課，然後支持我的決定。我跟轟家的感情非常好，跟轟爸媽就像是朋友一樣，常常聊學校的八卦，他們也是我的老師，教我西班牙文和體育，不過我在他們身上學到的比那些多更多了。我轟家都把我當作家人看待，什麼事情都和我討論，他們的工作、經濟、教育等等，從那些討論中我學到他們對生活的想法，對於每件事都做很多分析，並且接受大家給的意見。他們什麼事都和我討論，讓我完全沒有壓力的也和他們討論所有我的問題。他們永遠都鼓勵我去嘗試新事物，帶我到處試試鄉下的生活、鼓勵我參加球隊、幫我安排當義工和教中文、幫我接很多表演。當然我也很開心的接受他們幫我安排的所有事情，



所以我的行程非常得緊，幾乎每天都因為課外活動都10點多才回家，但是非常有趣且充實。因為我願意接受他們幫我安排的事，連我轟阿公阿嬤和教會的朋友都常常帶我出去玩，甚至帶我飛去其他州滑雪。很多事情其實只要開心的接受和勇敢的嘗試新事物，不論剛開始喜歡或不喜歡，最後都會找到其中的樂趣。



I really learn a lot from being an exchange student

王韶鴻/桃園縣復旦國中國三

Laurens District 55 High School, Laurens, SC

I think I really learn a lot from being an exchange student for a year here in the United States. Here are the three main things I learn. The first thing I learn is how to be more independent. Before I left Taiwan to America, I always thought I was an independent child, but when I came to America and after two or three weeks, I found out I was wrong because when it got time to make decisions, I didn't know what to do. When I was in America, I had to make all my decisions, like what time should I get up to go to school or should I hang out with friends this weekend or should I take this class or not. Nobody was going to decide for me. But after making all these decisions by myself for a whole year, I can say now I know how to make the best choice for me almost every time. I feel like I am a truly independent child now.

The second thing I learn is how to make friends, from a total stranger to a real good friend. When I first came here, honestly, I always thought a lot of people were racist, so I was afraid to go up and talk to people. But when some classmates and host family started being nice and talked to me, I found out that a lot of people were nice. So I started to go up with strangers, and talked, and made friends with them. Let me say this, I learn that if you don't walk up and talk to people and be nice, nobody is going to talk to you, but if you go up and talk and be nice, they will like you and start talking to you and being friends.

The third thing I learn is American culture. Before I came here, I always thought I knew their culture and could act like one of them. But I was wrong. When I came here, I soon found out that they talked in different ways, acted in different ways, and ate in different ways. I had to make a lot of adjustments. Though it was hard to change, I still believed I could do it, so after a year, I can say this proudly now, "I can act like a real American".

When I was in America, I had some really good friends, and also two really nice host family. I am really glad that people here are so nice. And I really enjoyed the time I had with my friends and host family. I also found out that most Americans are very nice.

And I think the only disappointment I had in the United States was finding a second host family. Before I came here, I already knew my first host family would only host me for two months. I was always afraid I couldn't

find a second one. And on the last week in my first host family, my CR still didn't tell me who was going to be my new host family, or even would I have a new host family or not. I became very very worried, but on the last day of that week, she told me she got a new family, and she said they would be a really good one. Indeed, I really really love them. After I got a second host family, I figured out one thing, "always trust people around you who want to help you especially you are not in your own country". Honestly, I know we have different color, but get this, "people who want to help you are always nice and they won't care about colors".

During the year in America, my two most memorable experiences were going to an Atlanta Braves game with my host family and my friends, and going to Carrie Underwood concert with my host sister. I really thought the game was good. The Braves won and the game was exciting. I had fun watching them play and had a good time talking to my friends and host family, and I just really enjoyed the game. The Carrie Underwood concert was even better, well, maybe not, but both game and concert were great. Carrie sang several songs, and the stage really had good designs. Especially the last song, Blown away, it was great. Everyone,



including me and my host sister, was excited during the concert and stood up almost all the time. We sang along with her sometimes, and she would tell us why she made the songs and some of her stories. That was just unforgettable.

If you ask me will I ever be an exchange student again, I will definitely say yes because I really have very good memories, and I grew a lot, and I really enjoy the time I had with my friends and host family.

原來「放手」這麼簡單

張鈺濤/韶鴻媽媽分享

從來都不知道我的孩子可以這麼勇敢，一個人搭機前往美國，而且轉機兩趟，經過三個機場，順利到一個陌生的轟家。從來都不知道我的孩子可以這麼堅強，一個人面對不同膚色、不同種族的同學，而且積極建立友誼，快樂的上學，得到師長的賞識。從來都不知道我的孩子可以這麼獨立，一個人做決定，學會自己買衣服、買鞋子，而且很有眼光。

回想起去年暑假在機場送行的畫面還歷歷在目，轉眼間這十個月的日子就要過去了，我確信這段時間，不僅韶鴻學習到人生難得的經驗，我也嘗到了原來「放手」不是一件難事，讓孩子展翅飛翔後，父母的心境也變得輕鬆又寬闊了。

韶鴻是一個有夢想的孩子，曾幾何時這些夢想被慢慢的吞噬了，看在父母的眼裡覺得好可惜。我和先生商量後，提出構想，先生便非常積極的上網查資料，比較各機構的評價，結



果Ayusa雀屏中選，經過幾次的說明會，詢問孩子的意見，韶鴻給了我們強烈而且肯定的答案，就這樣和孩子一起經歷這十個月特別的生活。

一開始不習慣孩子不在身邊，我天天擔心，無時無刻的想念，好想知道他現在在做什麼，曾經好幾次，心裡偷偷的埋怨孩子忘了台灣的家人，忘了關心她的父母，也許孩子了解我的掛心，安慰我要學習成長，漸漸的，我告訴我自己「沒有消息就是好消息」，孩子正在地球的那一端享受他多姿多采的交換學生生活，忙著適應轟家和交朋友，克服課業上的語言問題，當然沒時間管我！很快的，不到一個月，我也適應了孩子不在身邊的日子，反倒輕鬆和悠閒，「放心」和「放下」的感覺真好！

感謝 Ayusa 開拓了孩子的視野，豐富了孩子的生活，增加了孩子的自信，經過這十個月的挑戰與考驗，我相信一定可以看到孩子的轉變，已不再是一個任性幼稚的小男孩，而是一位健康獨立的大男生！

有些事現在不做可能一輩子都沒有機會做

汪旻萱/花蓮市慈大附中高一
Ironwood High School, Glendale, AZ

熾熱的艷陽高掛在天空的中央，熱情的擁抱我這個異鄉客，陽光照耀在我的臉上使我眯細了眼睛，一陣暖風迎面吹來，一切就像是八個月前，我剛來到亞利桑那州時的模樣，這段旅程，我成長了不少，更重要的是，我找到了自己人生的目標。兩個月後我就要離開了，我已經愛上這片炎熱乾燥，卻又充滿回憶的土地。

回想去年的今天，我是一個正在讀高一的學生，就像多數的高中生一樣，對未來抱有憧憬，卻又感到不安。每天照著學校安排的行程規律的作息，心裡卻很空虛，就像在擁擠的人潮當中，茫然的跟著人潮前進，茫然的走向無法想像是什麼模樣的未來，對於目的地一無所知。而我不喜歡這種感覺。在我的班上有許多上一屆的交換生，他們不時會和同學分享在國外當交換生時發生的趣事，許多人因此萌生了想當交換生的念頭，我也不例外。當我知道我的SLEP測驗合格時，心裡是很掙扎的，無法輕易的捨棄在這裡的朋友，卻又覺得能夠出國當交換生是個非常可貴的機會，說不定還能找到自己未來的方向。我的爸媽十分的支持我出國，在爸媽的鼓勵和自己內心的慫恿之下，我終於下定了出國的決心。直到出國的前夕，我還是沒有即將要出國的真實感，到了獨自一人拖著行李走上登機門時，我才清楚的感受到，未來的一年，我只能靠自己了。感到不安的同時，我卻又非常的期待和我的寄宿家庭見面。

我的轟家有四位成員，我的轟媽Helen是一位退休的護士，我的轟爸在我要去的六個月前過世了，另外三位分別是Rubin, Angie和Lulu,三隻可愛的小型犬，偶而轟媽的曾孫Marley會來玩，他是個有著漂亮綠眼睛的四歲小孩。剛抵達美國時最讓我不習慣的就是距離了，因為土地很多的關係，這裡建築物之間都有段距離，不管是要去便利商店買東西還是周末想去什麼地方幾乎都需要開車，幸好轟媽為我買了一台腳踏車，上學和幾公里以內的地方我都可以自己去了。和轟媽的相處上，一開始我十分的拘謹客氣，因為覺得有點緊張，但在兩個多月之後，我已經漸漸的習慣和她生活在一起了，和她相處得十分融洽呢。這一年當中我和轟媽共同經歷了很多事情，一起四處旅行，參觀博物館和歷史古蹟，我也陪她度過了孫女戴著曾孫搬走的難過，和癌症療程的辛苦。還記得過除夕夜的時候和轟媽正在旅行，那一晚我們聊了很多過年的習俗和意義，做為交換轟媽也跟我說了很多她小時候的回憶，那一晚感覺很溫馨，是我最快樂的回憶之一。有時住在一起難免也會有一些小摩擦，但是我和轟媽都是很直接的人，好好溝通之後就沒問題了，和寄宿家庭相處最重要的無非是尊重和坦率了。這裡的學校也十分不同，不僅有多樣的課程可以選，而且在課程當中，和同學討論、意見分享和上台報告也比台灣多很多，雖然有時會覺得完整的表達自己的意思十分困難，但是也多虧了這麼多機會說話，我的英語能力進步得非常的快，也比以前更

勇於發表意見，更有自信了。我在下學期時選修了Criminal Justice這門課，這堂課對我來說很重要，我一直想要成為一名警察，這堂課讓我更了解我想做的工作，確立了我的志向，以後我想要成為一名很棒的警察。

有些事現在不做可能一輩子都沒有機會做了，我很慶幸自己把握了這次的機會出國，學到了課本內學不到的東西，也開闊了我的眼界，親自體驗比說什麼都更有幫助，這趟旅程我的收穫滿滿！

感謝這十個月所有的人、事、物

李心鳳/花蓮市慈大附中高一
Grace Academy, Marysville, WA

對於這十個月的經驗，最大的收穫是，到了一個不熟悉的環境，才確確實實認清了自己到底是個什麼樣的人，以及能力上的不足與缺陷。在這一次當交換學生之前，我沒有出過國，第一次自己到了機場，太多事情不確定想請求別人的協助，我四處張望，看見了亞洲面孔想走過去尋求幫助，我一走近，發現他們各個講的都是英文，我心裡很慌張，不敢講也不敢問，上了飛機後發的入境單，很多單字都看不懂，也不知道怎麼寫，幸好遇到了很好心的空中小姐以及一位帶著兩個孩子的年輕媽媽，到了美國後還帶著我出海關。

在美國的這段期間，常常隔一陣子就夢到自己要回家了，到了家裡或學校，我還是和出國前一模一樣，沒有進步與改變。我心裡很恐懼，一直想著太快了太快了，我都還沒進步，都還沒有什麼長進，充滿恐懼與懊悔，然後痛著醒過來。我一直非常害怕十個月從美國回去了，還是有數不清的弱點，沒有進步。對於這一

點我有一些領悟，我一直以為待了一年從美國回來，英文程度就會提升到神人的等級，後來我知道，縱使有了環境的幫助，是你該做的部分你就得自己努力的做，像是我懶惰的習性並沒有因為到了美國而變勤勞，生活也並沒有因為是在美國而變得多彩多姿。不管到了哪裡都要清楚自己是怎樣的人，然後努力與改進。

我在學校的生活可以說是非常順利，成績慢慢的進步，老師及同學都非常的友好、幫助和關心我。出國以前聽了很多學長姐的分享，知道有不少跟寄宿家庭相處不好的交換生們，我當時不明白為什麼轟家決定要接待了你，還會對你不好，給你臉色看。很多事情我沒有經歷過所以不懂，只是置身其中才懂得箇中道理。我的轟家有兩個三歲及五歲的轟妹，三歲的轟妹是apraxia(失用症)的患者，她能完全理解你說的話，知道該怎麼回應，但是沒有辦法說(表達)出來，以致於三歲了仍然只會說一些簡單且不清楚的單字。我大部分的時候聽不懂她在



說什麼，她自己也覺得非常挫折，加上十八歲的轟姐前一陣子翹家，在我抵達的前一個星期才回家，而兩個星期後又再度翹家，轟妹大概覺得我取代了姐姐的位子，不時的對我大吼，吃飯時也不准我坐在轟姐原本的位子。這個狀況隨時間慢慢的改善了，可是轟妹也常常對著我咆嘯，來我的房間到處丟東西。我才知道要每一天與原本陌生的轟家相處，是一件非常非常需要時間與努力的事。因為是我加入了一個新的家庭，他們原本的生活模式也必須因為我做非常非常大的改變。

我非常感謝這十個月所有的人、事、物，我希望因為這樣的機會與成長，能夠鼓勵、給予別人一些樂觀而且正面的力量。



不畏懼、不退縮是在美國這一年中學到的寶貴經驗

陳沂葳/新北市鶯歌國中國三
Pleasanton High School, Pleasanton, TX

來到美國是很充滿期待又帶有一點緊張害怕的：期待是因為人生最精彩的一年要展開了，緊張害怕是因為要面對的困難和挑戰也很多，但是這些都是要一一克服的，腳踏原地或是選擇逃避都不是解決問題的辦法，而且自己也會喪失學習的機會。

像我在籃球隊的點點滴滴就是一個不錯的例子。當初來美國的預定目標之一就是要精進自己的球技，而我當時也是懷抱著熱血加入了籃球隊，希望能有一番作為。剛開始教練和隊友們都對我很友善，在我有問題的時候都會幫助我，可是一到球季要打例行賽的時候，教練把我從一開始的板凳，慢慢縮短我上場的時間，甚至還有一段期間把我安排為球隊經理，我當時很沮喪，因為我自認為我的努力是比別人還要多的，而且每次的球隊練習我都沒有缺席過，也因此我出現了想放棄的念頭，不過我到最後還是鼓勵自己往正面思考，安慰自己起碼當個球隊經理還能看到更高強度的比賽，也能乘機從中學習。我當時的選擇果然是對的，在看了很多場 varsity 的比賽後，我更能了解教練們的戰術，而我再次回到場上打球時也覺得自己不再這麼魯莽的一昧向前衝，好險教練們好像也有看到我的成長，又重新把我安排在替補，讓我對自己有了幾分肯定。

遇到挑戰不畏懼，不退縮是在美國的這一年中學到的寶貴經驗，而我也期許自己能在未來繼續用這種態度前進。



樂當交換生

沂葳媽媽分享



不到半個月的時間，就決定好要去美國，當個一年的交換生，會太匆促嗎？當然不會！想太多，太久，那就別去了。

當交換生會適應不良？想家？語言不通？會被排擠？那就大錯特錯了，因為相信自己能克服一切困難，不依賴父母，這就是為什麼要去當交換生的理由，當然，實際體驗美國當地文化，生活，也是一種樂趣，讀了九年的書，不如背起行李將自己放逐在未曾謀面的地圖上，德州、紐約、西雅圖，還是舊金山，不再是課本裡讓你背誦拿分數的科目，而是活生生在你生活裡，難怪古人說「讀萬卷書，不如行萬里路」，而且永遠不會忘記。

要讓一個國家能進步，「教育」絕對是根本！當教育體制不能改變時，我們只好先改變自己。台灣與其他東南亞國家相較，每年出國的交換生人數，還只是佔少數，反觀鄰國，例如：中國，南韓，大多前撲後繼，樂當交換生，當一群來自不同國家交換生聚在一起，擦出的火花遠遠勝過你在學校課堂上教的東西，也才知道自己的不足，繼續努力，才能勇往直前。

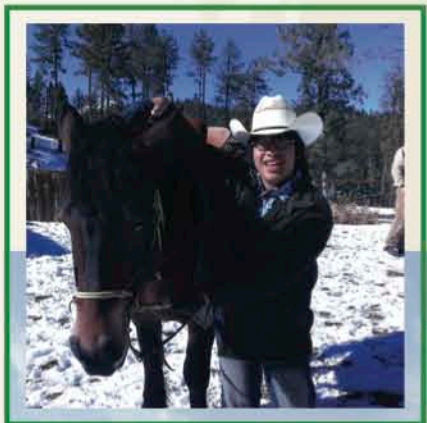
那出國最大的收穫是什麼？語言，絕對是最直接的，英語至今仍是世界語言，不論你與那一國人交談，它是二種語言的溝通橋樑，當你在美國的學校裡，課堂上老師講的，不能像CD一樣的按暫停，倒帶，這時你就會強迫自己，勇往直前，因為你來自台灣，「輸人不輸陣」。

在不長也不短的十個月裡，小孩提早學會了獨立，自主，判斷事情，承擔錯誤，這是留在台灣父母身邊所學不到的事；也讓他知道讀書並不是生命中唯一重要的事，學校裡的每一門科目都是「實際操作」，讓你有可能成為未來的美食家，頂尖廚師，籃球高手，這樣扎實的教育對台灣的學生是一種震撼也是一種反省。

我們很慶幸幫他做對選擇，相信以後的路，他自己可以如何走下去。

Exchange Year is not a year in the life, it's a life in the year.

謝中耘/桃園市武陵高中高一
East Central High School, San Antonio, TX



已經開始倒數這趟旅程還剩下多久，在我們都還沒發現的時候，這趟旅程就已經逐漸走向了尾聲。一一向每個好不容易才認識的人道別，空盪盪的行李箱總是捨不得把這全部珍藏的裝進行囊。閉上眼，想著拉著它走進San Antonio、走進了這屬於我們的一年。

九月了，學校都開學了。坐在高二的教室，看著周圍的新同學，心裡還是空盪盪的。寄宿家庭一個簡單的概念，遇不上有緣的人也沒辦法了吧！夜裡的驚喜，匆匆忙忙的補辦手續，2012/9/11 大步踏上旅程，夢想起飛。一個遠離家鄉的地方，正在對我招手。"Hi! I'm Johnny"，遇上了一群改變人生的人。

San Antonio真的是一個很讚的城市，或許你從來沒聽過，至少看過NBA都會知道聖安東

尼奧馬刺隊。這裡洋溢著熱情，走在路上，你聽到的或許不是英文，西班牙充斥了每一處。在這個美國文化氾濫的世界，我感覺我更像來到一個會說英文的墨西哥。坐在餐廳裡，會有傳統的墨西哥樂團到處演奏賺點小費，一個完全不同的世界充滿了新鮮。

當然不會沒有衝突，不能夠搭公車這條規定真的困擾我很久。轟媽是個非常小心的人，每一件事情他都要掌控的清清楚楚。我嚮往自由，來到了號稱最自由的美國，卻處處受限制。獨特的



身分，竟然變成行動的枷鎖。過了很久，對他們的小心也接受了，畢竟是住在人家的屋簷下。享受這一年才是我們的目標。

或許我這一年沒有別人的精采，沒有別人的驚奇。但卻是我自己走過的一年，很快樂度過了，沒有遺憾。Exchange Year is not a year in the life, it's a life in the year.



單飛過，讓我感到比排名更有意義！

盤季杰/桃園縣復旦高中高一
Belfry High School, Belfry, KY

306天 整整十個月，我學會探索自我的成長與未來，我想要一個更豐富的自己。所以我勇敢，真誠，再多的挫折我都把它們組成了一幅色彩繽紛的拼圖了！！

7月28號，我離開了我的家人和朋友！抵達美國轟家，就衝進房間裡，因為害怕陌生，一待就待到晚上11點多，已經兩天沒洗澡的我，鼓起了好大的勇氣開口問：「Can I take a shower」…我有一位來自德國的室友，萬萬也沒想到當初離鄉背影的第一個朋友，竟然會人身攻擊、更嚴重的是，歧視亞洲人，甚至還吐我一臉口水。我試著溝通，想用誠意感動他！但還是抵不過他的挑撥…我也和轟爸們談過，而他卻把我們倆狠狠的訓了一頓，這不僅沒有解決問題，更把小轟爸的精神問題激怒得更嚴重。事隔五個月，「慶幸」的是德國人最後以時常餓肚子和受不了小轟爸的脾氣，在聖誕節前兩天回國了，但在當時對我來說「卻」是最好的聖誕禮物。

也在同時，我與臺灣的女友分手了，在電話中大哭了一場，媽媽還說這是他第一次看到我這麼會哭。我開始傷害自己，眼看我就快被遣送回國了，最後是轟爸和我向Ayusa承諾會重新振作，與前女友的一句「振作一點」，讓我開始思考我來美國的目的。捫心自問，我做到了甚麼，需要補強些甚麼，所以，我開始把重心放在美國的生活和朋友們hang out，就這樣慢慢走出陰霾，也讓我體會到爸媽才是你最好的避風港、最好的支持。

德國生離開一個月後，家裡的氣氛每況愈下，我住在同性戀家庭，大轟爸生了場大病，家中唯一的收入來源有了瓶頸，小轟爸的政府精神補助700元，也因為支付水電費而透支，再加上失業和當上了所謂的「Professional Student」更加重了經濟上的負擔。所以小轟爸的精神問題更是嚴重，還記得有次無緣無故跑上樓罵我還突然大哭，那一天真的嚇到我了，我開始有了想換轟家的念頭，很幸運的有個同學的父母願意接待我，但是在Ayusa方面卻認為當初就是有轟爸們的寬容，才讓我繼續留下來！而我現在想換家庭，豈不是忘恩負義…兩種聲音一直在心中吶喊著！！拖了兩個禮拜，每天都生活在恐懼裡，我憋著尿，不敢下樓，我又哭了，我打給CR沒人接、寄信沒人回，打給總監他卻說「轟爸說我吸毒與開車」，而拒絕了我！！但我也再三說明我很感激之前他們給我的一切，但我想要更充實的美國生活，我也對他保證我會做得更好！慶幸的是，新轟家給我更多的陪伴和家庭的溫暖！在生活上，更是讓我開了不少眼界，球賽、賽車、釣魚、滑雪、旅行…從這整個過程中，我領悟到有時不是你不能，而是你不試！你能不能讓別人看到你的誠意與努力才是最重要的關鍵！！

每個人都是一則故事，能不能把故事寫得更精彩更生動有趣，不是看你受了多少挫折，而是如何坦然面對和解決？以及體悟出它對你的影響！好希望我能再有十個月讓我好好的彩繪！我是個平凡高中生，沒有校排前百，我在16歲時單飛過，這讓我感到比排名更有意義！



季杰媽媽分享

俗諺說「與其給他一條魚不如給他一支釣竿」，「與其留千萬家產不如讓他一技傍身」。時間過的真快，去年季杰出國時之情景猶歷歷在目，如今即將結束一年的交換學生專案。這一年來，孩子不斷的在生活中跌跌撞撞和在錯誤中摸索學習，所以不管在語言能力或獨立性都有長足的進步；甚至在擴展國際視野上更往前邁進了一大步！看在家人眼裡，足堪欣慰。

今天，台灣的大學畢業生如過江之鯽，大學學歷高中化是大家有目共睹之事，所以增加自己的附加價值，當念茲在茲，尤其是台灣再不長進，「台勞輸出國」便指日可待，我們能不警惕嗎？

AYUSA是個國際性的美國高中交換學生機構，話說我們接觸AYUSA也已經是第五個年頭了，季杰的兩位哥哥也參加了AYUSA的交換學生安排，接觸AYUSA這麼長久以來，家長和同學的分享在在對AYUSA的正面評價很多，就我們家三兄弟做交換學生的經驗，在美國這一年裡，季杰與兩位哥哥都換過轟家，有更多的機會去學習在逆境中適應環境與解決事情的能力，甚至懂得感恩以及對自己負責的態度。這些都是無法用金錢來衡量的。就算是休學了一年，但是「值得」！所以我們體會得出張主任常說的「放手」！父母學會「放手」，孩子才會成長。因此我們要很感性並且大聲的對AYUSA及張主任說：「您辛苦了，謝謝您」。



換個角度看事情 結果都很可能出乎意料之外！

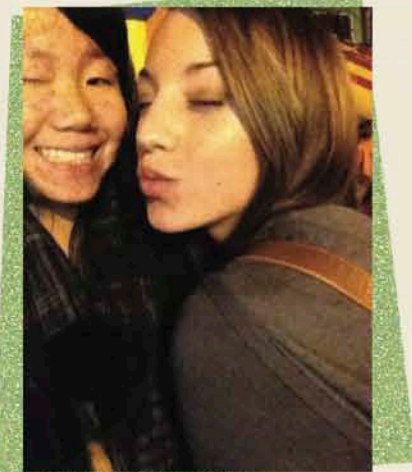
林采儒/台北市靜修高中高二
Houston County High School, Perry, GA

我被分配到喬志亞南部的一個鄉村地方，我所就讀的高中算是屬於大學校，大概有快3000人。雖然常常看到電影裡美國高中的跑班制度，覺得很好玩很新鮮，因為畢竟和台灣教育制度相較之下，國外體制顯得活潑有趣且開放的。但是等到真正有機會去接觸體驗時，我花了不少時間消化與適應，好比說每間教室都分別在不同的hallway，距離又特別遠，下課時間卻只有5分鐘，像我前一兩個星期都要一直問同學，不然有時候真的會走錯！跑班還不算是什麼大問題，對我來說，在課堂上的表現或是與老師同學間的互動，才是我個人覺得當交換學生以來在學校最困難最不容易突破的問題！這可能跟人也有關係，像我剛到一個新的環境就需要花比較多的時間去適應；有些人就非常的得心應手，但是不管怎麼樣，漸漸的，會慢慢熟悉跟上同學的腳步，也會知道主動積極真的非常非常的重要，也要盡量參與課後的社團活動或是運動項目，多一點機會認識朋友也能互相交流文化，由其美國高中都很早就放學了，更是有許多充裕的時間能花在除了課業以外的活動上！！

轟家—我的成員有轟媽、轟弟以及轟狗一隻，和轟媽的相處一直都沒有什麼問題，我們的感情也隨著時間日漸增溫，在一塊兒時總是笑聲不斷，我真的很愛我的轟媽，她與眾不同，她瘋狂，她特別！只不過，我花了快五個月的時間才和轟弟處得好，其實我很感謝他，他讓我學習怎麼樣正向的去看待、面對問題，而不是遇到不如意的事情就掉淚投降，我一開始的確是這樣子的！慢慢的，我真的會想，會告訴自己：「要往好的地方想，要找出問題的根本並解決與執行！」不然有太多問題可以難過可以抱怨了！而有時候，換個角度看事情，或是站在別人的處境想想，得到的結果都很可能出乎自己的意料之外！

來到國外，有些事情都會突然變得很清楚！像是對我來說，家人朋友真的是讓我感受最深的一塊，以前還在台灣時可以說是身在福中不知福吧！把親人的愛與付出當作是理所當然，到了轟家就會頓然曉得，家人是多麼的重要與溫暖！當然朋友也是！

我也覺得自己好像變獨立了，很多事情都要靠自己，不像在台灣，想幹嘛就能順順利利的得到。其實還有一點，我感覺我這區的華人真的很少，所以有時候也沒什麼伴，但同時，也學會如何一個人獨處了！



無論如何，我想我成長了，不敢說是多大的改變，一點點也好，更懂得珍惜與體諒，主動積極的態度，我想，不管是在國外還是台灣，那都是必備的！最後，一句忠懇的話，期望值越高，很可能失望就越大！所以，抱著平常心，當作是10個月的心靈成長訓練也好，並不是像電影中的情節一樣，走在熱鬧的大街上，幻想著每天下課就和朋友們衝去逛街…一切都很有可能和妳想的成反比，碰到的問題可能不是說妳想解決就能被解決的，還有可能讓妳重重跌落谷底。

這幾個月的交換生活，有歡笑有淚水，也懂得如何從挫折中學習，因為每個人成長都是痛苦的，這個經驗，可能過程中並不是那麼的順遂，但至少我知道，我沒有後悔！



賴柏瑞/台北市介壽國中國三
Thurston High School, Springfield, OR



努力爲自己的人生添加精采的一頁

黃柏鈞/台北市松山高中高二

St. Francis Borgia High School, Washington, MO



一年可以說是長是短，重點是要看你如何在這一年之中充實你自己。現在回首這一年的歲月，可以說過的起起伏伏，但我也從中學習到了很多東西，我想這應該是最重要的吧！想當初的我，滿懷著雄心壯志來到了陌生的地方，想說一定要有一番的做為。但人算不如天算，果然是期望越大就失望越大。當現實和想像完全不符合時，那種挫折感其實壓著你喘不過氣，好幾次在被窩裡忍不住要哭出來，但也只能強忍淚水衝進浴室假裝洗臉。也許你覺得換家庭不是件好事，但其實要看情況，我自己就換過3個轟家，在換家庭的過程中其實可以看到很多平常你觀察不到的人性的一面。來到了新的環境對大家來說都是新的開始，而我也很幸運到遇到了大概是最好的轟家，雖然只和轟媽一起住，但她對我的照顧真的可以說把我當作兒子一樣。你永遠都不知道下一步該如何走，明天會發生什麼事?!這也許就是交換學生有趣的地方吧！學校生活也是很重要的一環，你可以擁有一個美好的一年，就是從學校開始。但對我來說，學校真的是起起伏伏，有著一大堆的驚奇發生，是你在台灣想也想不到的。課餘活動當然也是不能少，像我就加入了籃球隊和排球隊。每天的訓練不說，成績也要維持在一定的程度。雖然每天訓練很累，做不好也會被教練罵，但還是不要放棄，因為對我來說這是很特別的經驗，那種和隊友一起為了勝利而努力的fu真的很令人振奮。老實說，在交友這方面我其實有點失敗，所以大部分的時間我都會自己消化掉，這也讓我體會到了如何和寂寞和孤獨相處，獨立的完成一件或是任何事，我想這是我在台灣應該做不到的。

也許你會問那到底來這裡英文會不會變很好，這就要看你的努力了!!但我會說其實除了把英文變好，你可以學習的東西其實還有很多。這一年是屬於你的，可以不留遺憾就不要，努力爲自己的人生添加精采的一頁，這一年會是你專屬的，和永生難忘的!!勇敢的去飛吧！



USA
Valdosta/Georgia

一切都要從頭學起，但那又如何呢？



陳彥甯/花蓮市慈大附中高一
Lowndes County High School, Valdosta, GA

一年三百六十五天，可以做的是有什麼？這一年，我成為了交換學生來到了美國。還記得拿到接待家庭資料的時候，興奮的幾乎不想睡覺。不過Valdosta是哪裡呢？這一年的美國生活將會是我印象很深的生日禮物，一個新的開始伴隨著不同的語言和不同的文化。

Valdosta是一個位於喬治亞州南部的一個小城市，擁有著濃厚的南部風情。只是，最開始的那幾個月等於是給我的一種考驗。對於生活在一個用英文才能溝通的地方而言，當然要說英文才是。英文，卻不像在台灣那般學習英文一樣，很感謝的是周遭的朋友和家人都會幫你。當然自己努力還是很重要。

這一年並不是一條路直直的走下去，中間總有些陡峭的路途，只是別忘了遠在另一端的父母及朋友是這樣的支持自己，也別忘了這裡的朋友家人是自己往前走的原因。今年，我的生活很豐富，除了體驗了美國的高中生活外，更認識了一些世界各地的朋友。我們學校除了我以外，還有五個來自四個不同國家的交換學生。因為同是交換學生，我們常常一起去看球賽、或者去逛街看電影。同時，我們也順道學習一些彼此國家的文化，而且更品嚐了不同國家的食物。

我原本想要加入籃球校隊，卻因為自己的膽小，又或者說怕自己的不夠好，結果籃球季節就這樣開始又結束了。隨著足球季節的來臨，足球隊的Tryout也慢慢地接近了。另外兩個交換學生朋友因為有興趣參加了訓練，後來我也跟著去了。原本以為討厭跑步的我，會在第二天就放棄，但是因為另兩個朋友的支持與陪伴，所以我也這麼走了過來了。對於一個足球門外漢，一切都要從頭學起，但是那又如何呢？每次聽到教練叫我Taiwan的時候，就會有一種特別的親切感。

其實一切的一切都是最好的安排，該怎麼說呢？很多時候該來的就來了，不期待它發生的也發生了，只是先不要抱怨，因為很多時候都是上天最好的安排。就像有句話說：「就算上天關了你一扇窗，還是會幫你打開另一扇窗。」

機會是靠自己努力爭取而來的

王筱媛/台中市僑泰高中高二
Prince of Peace Academy and College Prep,
Clinton, IA

我待過兩個家庭，第一個家庭只是短期接待我，但第二個家庭真的超棒，我真的幸運好幸運遇到一個真心對待我的家庭、把我當自己親身女兒，轟家沒有小孩，轟爸因為車禍所以都要坐在輪椅上。其實來前我很希望接待我的家庭有兄弟姐妹這樣才有伴上學有人罩，後來CR跟我說好多人換家庭是因為跟轟家的小孩相處不愉快，同學校的一個交換生也是因為這原因直接換到別州。

我的學校是私立的小學校，我們班算很大的班了21個人，sophomore才7個學生，其實小學校也有小學校的優點，但幾乎沒辦法選什麼課。參加課外活動真的能認識更多人，還沒開學前參加volleyball team就先認識幾個學校的女生，雖然我每次都miss ball，其他女生都會鼓勵我，讓我感覺排球隊就像家一樣。

很多機會都是靠自己努力爭取而來的，在戲劇甄選那天我剛好感冒沒聲音，隔天我一直去盧老師拜託他讓我參加盧了好久他才讓我在play裡彈鋼琴。自從play以後很多學生在學校裡遇到我都會稱讚我，之後學校有活動需要背景音樂都會找我去。雖然不是多強，但自己某一項才能被大家看見，被肯定，自信心會大增。

家庭方面我覺得溝通真的很重要。有一次我跟轟爸因為小小事情而起爭執，我心裡覺得委屈想也沒想就馬上用skype先打給台灣的媽媽。我媽問了事情的來龍去脈之後很嚴肅的跟我說，這種事是你的跟轟家的事，你要自己去溝通而不是打給我。我才願意打開心房跟轟爸溝通，轟爸還問我在房間裡跟媽媽skype是不是在講他的壞話，我當下就覺得在溝通很重要，關在房間打給媽媽反而會讓轟家有疙瘩。

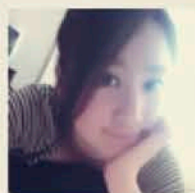
為了宣傳台灣文化，我做了一張台灣海報，跑到中國超市買水餃皮回來，自己切高麗菜買肉花了三個小時弄好餡。國際日那週，我請老師廣播提醒大家經過走廊的時候記得看看我畫的海報，歷史課教大家包水餃，有些同學包完就直接生吃嚇死我哈哈。過年的時候轟家怕我「每逢佳節倍思親」還很貼心包了紅包給我陪我寫春聯，買了一條大魚回來我們卻都不知道怎麼料理，還打電話問台灣的媽媽，我也煮了一鍋火鍋，但轟爸吃了眉頭都皺起來。



這一年我學到好多體驗到culture shock、體驗到錢快用完、學會在快沒錢怎麼分配錢、學會被兇要怎麼替自己爭取權益，也歷經好多挫折，但是我還是走過來了because I know I can do it.



USA.



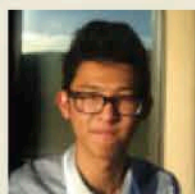
Hermiston/Oregon

林嘉愛/
花蓮市慈濟中學高二
Hermiston High School,
Hermiston, OR



Pleasant/Illinois

林欣榆/
台中市明道中學國三
Pleasant Plains High School,
Pleasant Plains, IL



Fountain Hills/Arizona

王昱傑/
台南市新化高中高一
Fountain Hills High School,
Fountain Hills, AZ



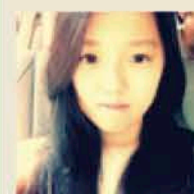
Spokane/Washington

周譽倫/
高雄市高雄中學高一
Shadle Park High School,
Spokane, WA



Melstone/Montana

李佳恩/
高雄市左營國中國三
Melstone High School,
Melstone, MT



San Antonio/Texas

李筱文/
台北市士林高商高一
Taft High School,
San Antonio, TX



San Antonio/Texas

張淨嵐/
台北市復興中學高一
John Jay High School,
San Antonio, TX

只有自己的付出才能獲的回報

游靜慈/桃園縣大園國際高中高一
Northland Lutheran High School, Kronenwetter, WI



這一年我學到了很多，而我決定要繼續留美讀書。想起一開始的挫折不斷的難過和想家的感覺，我發現我真的學到了很多很多。我的留學生活，從一開始就很挫折。第一次一個人搭飛機到完全陌生的國家，我錯過了飛機。還記得那一夜，有夠恐怖。那時的我很緊張，卻也因此學會了冷靜的處理事情。而我也懂得惜福。

終於到了轟家，平安的降落。從全家最小的孩子，變成最大的姐姐。從他們身上看到了小時候自己，家裡的兩隻狗，也是個大挑戰。我原本是個連剛出身的小狗都怕的人，現在卻可以自在地跟活蹦亂跳的小狗玩。開學第一天，我就錯過了巴士靠站，緊張是一定的，但解決問題也是一定要做的，開始問別人、問司機、借電話，最後終於平安到家。一開始的我，甚麼都不懂，大家看著我的眼神永遠是：你有要問甚麼問題啊！有時候連老師也會這樣，在不斷的努力跟別人講話，交新朋友，我終於獲得朋友認同，他們還說我的英文甚至比去年來的外籍學生好，在老師和轟家也建立了好印象。CR也對我很好，就像是家人一樣，每次我們都可以聊得很久很多，甚麼問題也能直接坦白的說，這些都讓我接下來的日子，輕鬆了不少。

開學一個禮拜，到處發自己做的名片，卻沒有人真的看過。只是隨便塞在書裡，那時候真的會很灰心。在耐心的跟他們相處，跟他們常常聊天。現在我們是好朋友了。懂得沒有不勞而獲的事，沒有人有義務應該幫你，只有自己的付出才能獲的回報。因為有很多的挫折，所以能學會更多事。

美國的生活很多采多姿，在跨年那天，我在電腦上台灣的跨年轉播接上電視，跟轟家一起跨台灣年，介紹著101的煙火，雖然這邊仍然是早上，但真的很好玩。在一次偶然的機會中，我自願在學校的一個活動中介紹台灣，短短的七分鐘裡，盡力的把台灣和我的新生活，描繪的淋漓盡致。那一天真的很累，卻也很高興，因為我，所以多兩百多個人，認識台灣。也跟轟家一起去了迪士尼世界、跟朋友一起去學校的舞會。這一年中真的有很多收穫，最後的這個舞會，很開心就像是個完美的ending。





挑戰讓人更加成長

陳品臻/彰化縣大同國中國三
Holy Cross High School, Dunmore, PA

去年的八月，我展開了一個人的旅行，第一次離開家人這麼久，第一次一個人搭飛機，第一次自己一個人到一個完全陌生的地方，這麼多的第一次，卻沒有讓我退縮，反而讓我更有勇氣去面對接下來的挑戰。

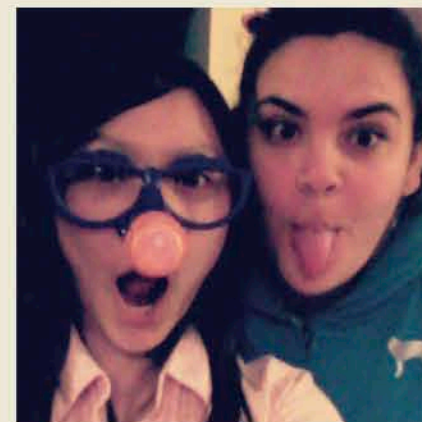
從台灣到美國兩天的飛行，終於到了美國，當時的我既興奮又有點緊張，見到轟媽之後她給了我一個大大的擁抱。轟媽是一個很好的人，到的第一天，她就帶我到教堂去，然後一一介紹我給大家認識，剛到的時候真的什麼都聽不懂，常常搞不清楚狀況，每次跟別人說話都會很緊張，怕自己說錯話，或是怕別人聽不懂我在說什麼，這讓我感到一點小挫折，也不常跟別人說話。這跟在台灣的我完全相反，別人都認為我很安靜，其實只是我不敢主動找別人聊天，而當時的我，不再像在台灣一樣的活潑了。到美國的兩個禮拜後就開學了，美國的教育制度真的跟台灣完全不同，每節課都要跑班，對於學校完全不熟悉的我，每節課都要問別人教室在哪裡，所以幾乎每一節課都遲到一兩分鐘，還好老師都能理解。課堂上老師說什麼都只聽得懂一些，當時的我感到很無助，然後我也很擔心吃午餐的時候要自己孤獨一人吃，還好第一天就有人主動找我和他們一起吃午餐。開學一個禮拜過後，我漸漸習慣學校的生活。第二個禮拜的午餐時間，我遇到了我現在在美國最好的朋友Gina，她是一個人很好又很漂亮

的女生，她唱歌很好聽，也是一位很好的女演員。在美國的時候看過幾次她的演出，她真的很多才多藝。剛到美國的我英文還不是很流暢，她都會幫我，然後我也會教她中文，現在她都會用中文跟別人打招呼 and 問候別人了呢！我很高興可以遇到她，也很珍惜這個朋友。在美國的期間，我加入了學校的籃球隊和壘球隊，建議大家，加入球隊或參加社團真得可以多交到很多朋友喔！

一個月過後，轟家來了一個韓國的交換學生，也就是我的室友，一開始跟她相處的還不錯，但日久見人心，我以為我們就可以這麼和平的一直相處一年，但是到最後我才發現我錯了！因為她的自私讓我很受不了，連轟媽都感覺得出來。轟媽也跟我說室友她都只想到自己不顧慮別人的感受，我以為只有我感受到這種感覺，原來連轟媽都感覺得出來，不過因為她，我學習到了包容，以前的我，就是常常被媽媽說的大小姐脾氣，動不動就生氣。因為她，我這個壞習慣改掉了，說起來應該也要謝謝她才對吧！哈哈！！

跟轟家一開始相處的還好，因為我都沒有和他們有很多的聊天和對話，所以當時轟媽覺得我太安靜了，有點不開心，我們的關係變得有點不好，我甚至有想換轟家的念頭。但是我靠著堅強的意志力，努力的把和轟家的關係變好，因為當初來美國的目的不就是要克服各種挑戰嗎？挑戰讓人更加成長，最後我真的成功了，現在轟媽看待我就像看待她的親生女兒一樣，我很開心當初我的努力是有用的。

到美國讓我學習到了以前在台灣學不到的很多東西，在這裡我也過的很快樂，所以我決定要在這裡繼續升學。非常謝謝爸爸和媽媽的支持，讓我可以繼續在這裡學習。這可不是每個人都有的經驗，所以你們也都要好好珍惜這次出國的機會喔！



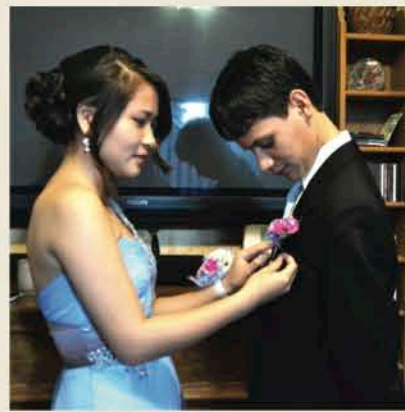
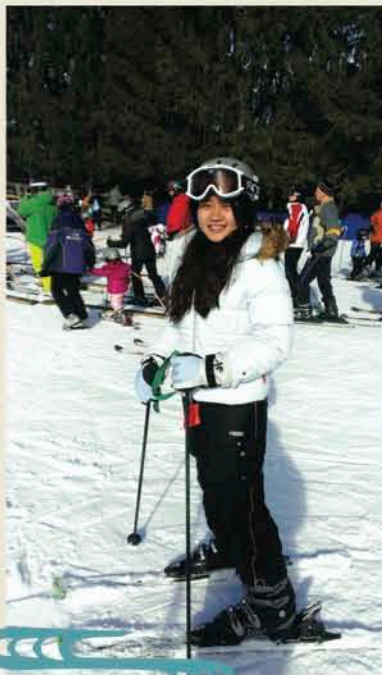
勇敢面對、承擔自己所犯的錯

毛思靜/

Interboro Senior High School, Prospect Park, PA

今年有一天晚上讓我印象非常深刻，故事是這樣的：那天晚上我在網路上逛街，逛到一半時，我的電腦突然一片空白，幾秒後視訊鏡頭閃了一下，在我反應過來時，螢幕跳到了一個頁面，出現了幾個明顯的字跟圖片：catch my eyes, “FBI” “copyright” “property right”，不只如此，我的IP位置及視訊鏡頭幫我拍的照片也出現在電腦上面，當時我整個愣住了，不會吧！難道這就是傳說中被抓到下載盜版歌曲嗎？可是我又沒在下載，當時我實在太慌亂沒辦法多思考，所以我就直接把電腦強制關機，想要逃避。後來過幾分鐘我又再打開來，但…還是被鎖在同一個畫面，沒辦法出去。

看著一條條我犯的法律：多少罰款要賠；可能要坐的牢；我的犯罪證據(它列了我所下載過的歌、影片、圖片…)我整個快崩潰，各種情緒、心情、念頭很快湧上我的心頭占據我的思緒，那晚是我有生以來最難熬的一晚。FBI要來抓我，I'm too young for going to jail，我可能回不了台灣，我要怎麼跟我轟家說？怎麼跟我CR說？怎麼跟大家說？要說嗎？還是



自己去偷偷繳錢，裝做沒事(上面寫因為我是第一次犯，所以只要去買個MoneyPak把\$300罰款匯給政府就可以放過我) 所有的思緒總結了一個結論：我是個criminal, I feel ashamed, I failed... 幾個小時後，我覺得繼續盯著螢幕也不是辦法，我決定早上去跟我轟爸說，也順便拿去給他看看，因為有些地方我看不懂也覺得有一點怪異。那晚我睡的像個通緝犯，半睡半醒，精神緊繃。

天亮了，轟爸緩緩起床的腳步聲成了我的鬧鐘，我深吸一口氣，帶著我疲憊的身體和電腦準備下去自首…我充滿羞愧的把電腦遞給了我轟爸，他看了之後，跟我說…這是病毒，我說真的嗎？它很像真耶！他有我的住址、拍了我、還有FBI的標誌，他說那是詐騙集團要騙我的錢，如果FBI真的要抓我，他們會直接來敲門把我逮捕或寄信來帶我到法院去。當時我的擔憂減少了一半，但我仍然半信半疑，所以我就去上網查，結果真的是病毒！他們常偽裝是FBI來騙百姓們的錢，真的是鬆了一大口氣！後來我在YouTube上也找到了破解這個病毒的教學影片，事情終於圓滿落幕。



在這次的事件裡我體驗了當7個小時的罪犯，學到了勇敢面對、承擔自己所犯的錯，遇到什麼問題都要先跟大人溝通，他們的人生經歷比我們多，有比較準確的判斷力。如果這次我沒先跟我轟爸說的話，我可能毀了我的電腦也被騙走了300元美金(我轟爸說他appreciated我先去找他)。還有，人要正直，入境隨俗，不要觸犯法律，你在電腦上做的任何事都是可以被看到、查到的。最後，沒事就把你視訊鏡頭給蓋起來吧！現在網路駭客多，搞不好有人在另一端監視著你(在做research時查到的)。



美國生活真的很精彩

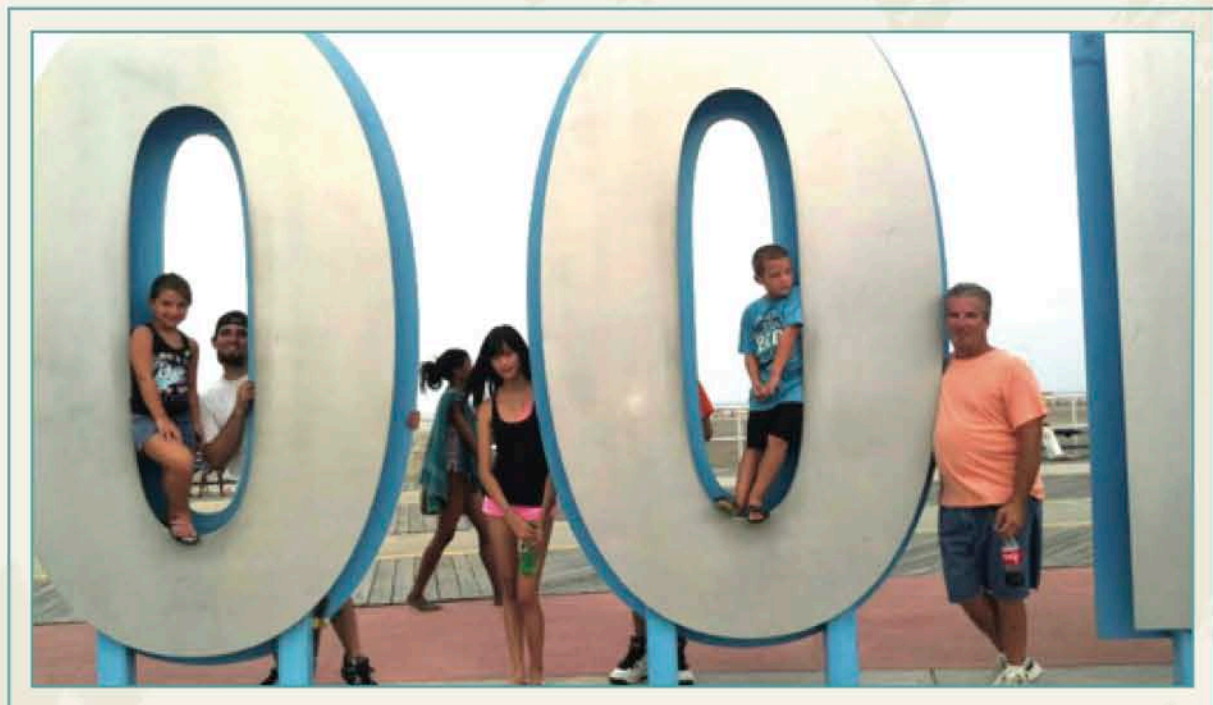
王樂淇/苗栗縣興華國中國三
Interboro Senior High School, Prospect Park, PA

在參加ayusa文化營之前，我一直都對自己說：「我絕對不去美國念書」，就算去了，我也會每天吵著要回家。但是文化營結束後，我的想法改變了。

在文化營裡，我交了很多新朋友，很多人都跟我一樣怕一個人出國；怕自己不夠獨立；更怕想家的感覺。沒想到就在文化營裡我有了很多新體驗。第一次睡在帳篷裡、第一次煮飯、第一次溯溪、第一次……直到最後一天的舞會完美畫下精彩的ending。

那五天真的過得很快，大家從陌生變成好友，再變成知己，但因為大家去的地方不同，所以下一次跟大家再見時是明年暑假嘍！

這天終於到了，我要出國了！8月23日，我的家人跟親戚們都來送機，想到要一年後才能見到家人和所有台灣的朋友們，很捨不得，真的快哭出來了！不過我還是忍著，搭上飛機從台灣飛往西雅圖，再轉亞特蘭大，最後到費城。在飛機上我一直在想：「這個選擇是對的嗎？」這次是



我自己選擇要來的，沒有人逼我，所以我一定要加油！

<費城>我轟媽跟他朋友帶著花束來接我，轟哥開車帶我們回家。我的房間真的超可愛的！牆壁是淡粉紅色，床是糖果色系。放完行李，轟媽先帶我去見我轟姐跟他的小孩。轟姐跟她老公很熱情的跟我打招呼，跟我抱抱。另一個轟姐的女兒也微笑跟我打招呼，轟媽說

她有點害羞，但是在我來之前她一直都吵著問我什麼時候才到。她們讓我先睡一下，她們先準備晚餐。醒來後發現好多陌生人，轟家邀請了很多親戚介紹給我認識。大家都對我很好，隔天我們就去海邊，她們在那裏有一個Trailer，雖然不大，但很溫馨。這裡的海邊超多小蛤蜊，往遠處看，還看得到海豚耶！第一次看到野生海豚真的超開心的！暑假很快就結束了。

開學第一天，大家都問我是哪裡人，很多同學都說是中國，韓國，還是日本人。我回答：「都不是！我是台灣人。」他們都驚訝的說：「哇！好酷喔！」我問他們知道台灣嗎？哈哈！結果他們都不知道。我跟他們說台灣與美國的教育方式真的很不一樣。台灣都快要5點才放學，還有人去補習班到更晚。他們都很驚訝，因為在美國，2點多就放學了，功課也不多，但活動很多，可以帶手機，上課比較輕鬆，唯一我不喜歡的一點就是…他們大家都很愛運動！偏偏我是個跟運動無緣的人啦！！所以體育課我只會玩一些比較簡單的運動。但是我每天都走半小時的路去學校跟回家，所以還是有運動到喔！美國生活真的很精彩！來這裡不但變得更獨立，還學了很多東西，真的很謝謝Ayusa，也希望有更多人可以有機會體驗這精彩又豐富的知識和經驗。

沒有後悔來了這一趟

吳予筑/新北市育賢國中國三
Concordia Academy, St. Paul, MN

在美國生活最忙碌最充實的日子，同時也是倒數回台灣的開始。這一年充滿了開心與難過，解決了好多問題，也替自己爭取了很多機會。Concordia Academy 給了我好多難忘的回憶，老師、同學，以及接待了我這麼久的家庭，我從他們身上學到了很多。學校部分，來到美國的第二天就開始了。給我自己的目標就是每天主動找不認識的同學講話，多交朋友。朋友多了，講英文的機會就也就多了，當然也進步了不少。另一方面，轟媽在知道我會拉琴之後將她的大提琴借給我帶去學校參加樂團，因為是第一年成立，這個樂團僅僅只有7個女生，也因為這個原因，我們就像一個家庭，不只一起演出，也一起出去玩。讓我印象最深刻的事是大家直接在路邊攤開琴盒開始拉琴！除了樂團表演，老師也會邀請我在 chapel 拉琴，到他們的教堂當伴奏。也因此，我去了好多不同的教堂，體驗好多不同的事。我也參加了學校的 spring musical，但我不是在台上表演，而是在旁邊的舞台幫他們拉琴奏樂，看著大家從無到有，分工合作；

陪著他們練習到晚上十一點才回家。在到美國後一個月後，我鼓起勇氣向老師借了時間，介紹了台灣。同學的反應很好，尤其是看到101的跨年煙火時，還說哪一天一定要到台灣玩。老師也說她從不知道台灣這麼漂亮。假日也會和朋友出去玩，science museum、mall、theater或是到家裡的party，有一個沒體驗過的就是volunteer的program，幫忙包裝送到非洲食物。有一次我們一群朋友甚至一個晚上把蝙蝠俠1到3集一次看完…除了學校和家庭的活動，我也參加州州立樂團的試鏡，很幸運的，我考上了。從此之後，我的生活更加忙碌，有很多演出和團練，也認識了很多新朋友！

家庭部分，我很幸運，遇見了很好的轟家，雖然有過小小的衝突，但經過溝通，一切都很好



。他們給我很多自由的空間。原本我和轟姐一起住一間房間，但經過相處後發現生活習慣不太一樣，他們就幫我在地下室清出了一個空間，幫我創造了一個我自己的房間，雖然不大，但至少我有了自己的空間。在我剛來美國的時候，轟媽會陪我寫功課，幫我解釋任何我不懂的句子，告訴我很多聖經裡的故事，使晚來幾乎一個月的我跟上課堂的腳步。在我16歲生日時，幫我辦了生日 party，讓我邀請了16個女生來家裡慶生！有時我們有會去露營，過著以前人的生活，沒有電鍋、沒有電話、甚至沒有電燈…

Minnesota的冬天會到攝氏零下30度，因為家離學校不遠，走路大概15分鐘，所以轟妹都走路上學，而我從台灣這溫暖的小島來，完全不能習慣這天氣。我朋友知道後，每天載我上下學。我很幸運很开心可以在這裡遇到一群這麼友善的朋友！我沒有後悔來了這一趟，認識不同國家的朋友，增進我的英文能力，也成長了很多。這個暑假，我轟妹要跟我一起回台灣，她要待兩個禮拜到處走走。這一年下來，要感謝的人很多，我也相信我和這裡的朋友會一直保持連絡！



我的交換生活看似平凡， 但卻奇幻無比

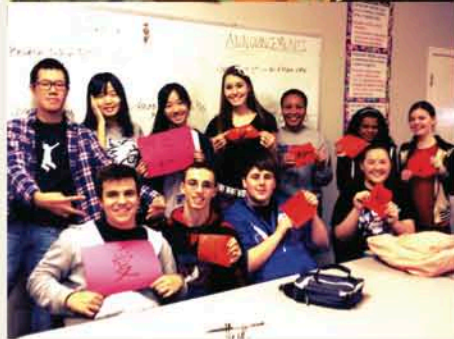
湯茲皓/台北市中正高中高一
Joy Christian School, Glendale, AZ

👑 美國總統志願者服務獎

我的交換生活看似平凡，但是卻奇幻無比。

我離開台灣奔向美國是一個奇蹟，起初等到了九月還沒消息，之後還去復學，最後透過主任的幫忙，來到了一所基督教學校，我從這所學校學到的並不是強力的學業能力，而是一種不同的世界觀，面對事情也有不同的角度，我最慶幸的是我接觸我們學校的International Program，運作它的人就是我的CR，從她的身上我看到了不一樣的東西，也從她那學了不少。





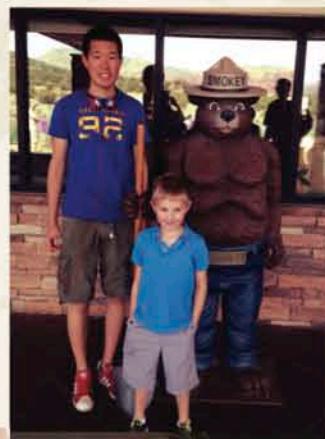
找到志同道合的朋友在國外是很重要的！他們會願意告訴你不一樣的觀感和看法，並且和他們交流，身在基督教學校，可以感覺到每個人的生活態度都不太相同。雖說和同學們共通點真的不多，但是和他們的談話中可以看到每個人對基督教不同的觀點，並且多少了解基督教。

我最不同的交換生活是我能和International Group 一起去社區服務及從事義務工作，在高爾夫公開賽及活動中工作能遇到形形色色的客人，有挺有趣的奧客也有願意聊天的客人，從中學習身為服務業要有的態度及精神。

還去墨西哥幫助孤兒院也讓我看到了不同的世界。從來沒去過孤兒院的我，原本以為會難以溝通，心裡有些畏懼，但到了以後，我看到的是充滿歡樂的笑容的孩子們，歡迎我們的到來。我為他們煮飯、上菜，溝通上就比手畫腳、指來指去，看到他們的笑容，就覺得自己應該為他們多做一點。” With Great Power, Comes Great

Responsibility” 小時候看蜘蛛人時的經典語句，讓我覺得不應該只是一年回去一次，而要持續不間斷的關懷他們，相較於他們，我們的生活從基礎方面就比他們完善，我覺得如果我的付出能幫到他們，那在所不惜。

雖然和家人分開我百般的不願意，但對我來說，出國這一年學習是值得的！因為我想了解更多，看得更廣，讓我有機會像個海綿一樣，不斷的吸收，朝我的目標前進，讓我的17歲有了不同的閱歷。



人生中特別的一年

江冀/新竹市新竹高中高一
St. Thomas Aquinas Academy,
Marinette, WI

我的人生中這樣特別的一年，作為一個交換學生，我以兩個字來總結：矛盾。

當別人要問起為什麼我要來到這裡，我竟然想不到一個好到可以說服我自己的理由。

年紀輕輕的17歲，飛到另外一個半球，人生地不熟，沒有父母的屏障，一切從頭來過？但到了這裡，有房子住，有食物吃，有轟家照顧，雖然房間家事自己打理，這樣子的獨立似乎兩分鐘就很好適應了。

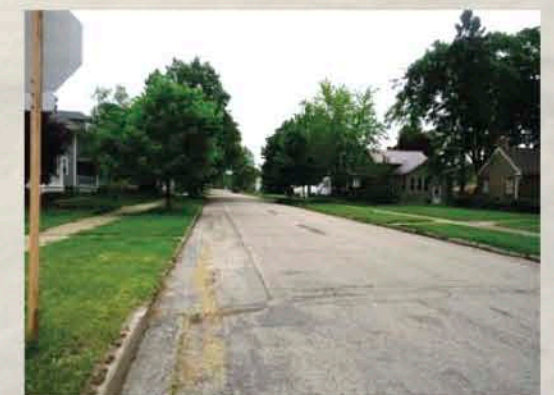
練英文？坦白說我到現在還是覺得我的英文跟我期待的還有這麼一大截，不過發音都能很清楚地傳達，一般生活中瑣事，不談到物種名詞的話，基本上溝通都還流暢，就是偶爾還感覺到單字不足。

而當初我離開台灣前，是這樣告訴自己的：在台灣待了這麼久，來到這個大國，看看這個世界長個什麼樣子。雖然去過幾個國家，但美國畢竟是公認的世界第一強國，there must be something more. 然而來到Marinette, Wisconsin. 我算是看到了一個小鎮，某種程度上感覺有些與世隔絕。這裡電視，網路都很正常，文化也蠻美式的，但就是感覺這裡的人像是關在這，年輕人高中畢業後通常都會離開，老了時有些會歸鄉，這樣的現象也不只是近40年的事了。

來到這裡，感覺比較像是看到了美國的一部分，一個我沒有預期到的部分，跟我以前想像的「世界」有點不同。

現在要離開了，許多人都曾問我，do you feel excited to go back home? 即將去到一個地方，意味著即將離開另一個地方，而這個小鎮，我大概一輩子都很難再有機會造訪，生活了一年的地方，怎麼樣都有點感情了，也沒什麼好說的，留在心頭吧！被改變的是我，然而改變成了什麼個樣子，我很慶幸我還能抱著期待，而非早早下定論。

最後一天從學校走路回家，手中相機隨意的捕捉幾個畫面。天氣微陰，風微涼，微妙的譜出了威斯康欣的萬千氣象。



只要鼓起勇氣去做， 其實很多事其實沒有想像中的可怕

吳宣廷/台北市西松高中高一
Bonner-Predergast Catholic High School, Drexel Hill, PA

交換學生的這一年，相信一件大家都很期待的事是prom吧！至少我是非常期待的。但是要去Prom的最大問題不是租西裝、燕尾服，而是找prom date！本來就害羞的我，要我去邀美國女生？最後在期限快到的前幾天，我鼓起勇氣去問，第一個女生，但是已經有舞伴了，第二個和第三個女生也委婉的拒絕，幸好，在期限的前一天，我朋友終於幫我找到一個舞伴，讓我有辦法去prom。Prom當天除了拍照片的時候有一點尷尬，其他都還好，在prom的時候，我就盡情的跳舞，反正在這裡也沒什麼形象，所以就完全放開啦！

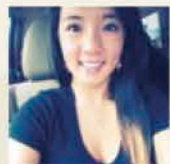
我得到的結論是，不要因為害羞而不敢去做，這樣會失去很多美好的機會。我算是幸運的，最後有找到舞伴，有幾位交換學生因為不敢問而最後沒有辦法去prom。這樣多可惜啊！我的這一年雖然沒有做什麼瘋狂的事，不過我也做了不少我以前沒有勇氣去做的事。只要鼓起勇氣去做，我發現其實很多看起來很困難的事其實沒有想像中的可怕。



CPHP.



South Carolina/
張銘仁/新竹市荷蘭國際高中
Palmetto Academy, Inc,
SC



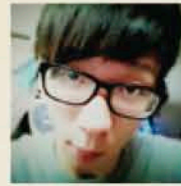
Egg Harbor Township/
New Jersey
鄭婕心/
Atlantic Christian School,
Egg Harbor Township, NJ



Dunmore/Pennsylvania
張韋庭/
Holy Cross High School,
Dunmore, PA



Laurel/Maryland
梁偉德/
St. Vincent Pallotti High School,
Laurel, MD



Rutherford/New Jersey
林允中/台北市華興中學高一
Saint Mary High School,
Rutherford, NJ



Easton/Maryland
施怡瑄/台北市內湖國中國三
Saints Peter and Paul School,
Easton, MD



Charleston/Minnesota
黃 婷/上海市上海中學
Concordia Academy,
Charleston, MN



Erlanger/Kentucky
許家維/台中市明道國中國三
St. Henry District High School,
Erlanger, KY



Petaluma/California
卓鈺婷/台北市華江高中高一
St. Vincent De Paul High School,
Petaluma, CA



Trail/Oregon
卓秉祐/新北市光仁中學高二
Lutheran High School,
Trail, OR

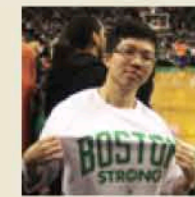


Green Bay/Wisconsin
溫致翰/
Northeastern Wisconsin Lutheran
High School,
Green Bay, WI



Green Bay/Wisconsin

林禹玟/
台北市靜修女中高一
Northeastern Wisconsin
Lutheran High School,
Green Bay, WI



White River Junction/
Oregon
陳定緯/新北市辭修高中高一
Mid Vermont Christian School,
White River Junction, OR



Dunmore/Pennsylvania
陳宇謙/台北市東山高中高一
Holy Cross High School,
Dunmore, PA



德國

首都：柏林

人口：約8,180萬人

面積：357,021平方公里

位置：歐洲中部

語言：德語為主

氣候：德國西北部為溫帶海洋性氣候，往東部和南部逐漸過渡成溫帶大陸性氣候，氣候多變，盛行西風。

Germany / EUROPE

獲得的遠比付出的多太多了

林庭安/台中市明道國中國三
Viktoriaschule Aachen, Aachen, Germany

8月12號2012年11:00我正式踏上了期待已久的留學之旅，今天對我來說是值得紀念的一天，從今天起正式宣佈我是個大人了！從現在開始我將為我所做的每一件事負責，真的很開心我有這個機會可以出國看看世界，離開家，離開父母，離開台灣到一個既不會說中文也不會說英文或法文的國家。德國對我來說是一個很陌生的地方，我不會說德文也對德國文化一知半解，但我想這就是我在這裡的原因吧，來認識這個現在支撐起歐洲經濟的優秀日爾曼帝國，來增廣見聞，來學習對自己負責。

我真的很幸運，因為我的轟家，學校，和社福人員都對我很好。常常在六日帶我出去玩或是一起煮飯做蛋糕，我轟媽和轟姊也曾做過交換學生，所以他們了解「自由」對我們來說有多麼的重要，只要不違反規定，他們給我絕對的自由，但是相對的你必須要讓他們覺得他們有被尊重，他們才會信任你。我覺得德國人很注重守時和承諾這兩個觀念，像我第一次遲到晚回家，我轟家說沒關係，但是到了第二次第三次他們就有點不高興，但是只要誠懇地跟他們道歉，然後下次提早回家，就可以挽回他們的信任了，德國人似乎都是對事不對人！到了學校我遇到了很多很好的朋友，幾天的相處下來我發現他們不是有什麼所謂的「優越感」而是他們比我們多

了那麼一點自信。在他們的文化裡，舉手發言，上課問問題，主動跟老師聊天都是些稀鬆平常的事，他們不會因為怕舉手問問題或怕答錯而放棄上課應有的態度，他們真的很積極。在每一方面他們都充滿了自信，我覺得這是現在台灣學生應該要學習的。台灣的學生太依賴父母了，或者該說是父母們太寵小孩了，也是該放手了，放手讓小孩自己去學習，自己去成長，讓他們犯錯，他們才會改變，而再一次次的挫折和逆境中他們才會成長得更快。

在這一年，我學會了獨立，也讓我瞭解我人生的規劃。你也許可以把你的交換旅程當成一個假期，但我寧願說它是一個成長的過程。只有強迫自己成長，才能真正學習！

雖然你會覺得為什麼一直都是你在付出，但是到頭來你會發現你獲得的遠比你付出的多太多了。如果你還在猶豫要不要當交換學生，我會說省省吧用想的，不如去做吧！為什麼不呢？YOLO



隨著時間的醞釀，我在學習長大

季子蕊/新竹市新竹實驗中學
Gymnasium Harkscheide, Norderstedt, Germany



願與你共同翱翔，飛揚在這唯一的地球、美麗的世界，享受自己，享受一切，享受這一年的酸甜苦辣。

憨憨傻傻、懵懵懂懂，一位還不滿十五歲的小女孩滿懷著期盼搭上飛機，前往未知的土地—歐洲、夢中的國度—德國。心裡想著、盼著、望著，那裡會有什麼新鮮事在等著我，會是怎樣的家庭來接待我、帶領我度過這一年的歡樂時光呢？

【轟家】

只學了十小時的德文，沒有單字、沒有文法，還在當文盲的同時，和全新的家庭在火車站見了面，就在那一剎那，命運為我翻起了全新的一頁。

曾經是陌生人，透過種種因緣連接了起來。經過時間慢慢地、悄悄地發酵之後，和轟家像朋友一般美妙的相處，世界似乎在為我而轉。

每一天、每一時、每一分、每一秒，我都過得如此的順暢、如此的開懷，做任何事都和轟家在一起。一瞬間，我是世界上最幸福的孩子。每當晚上有空的時候，第一選擇當然是往廚房跑去，和轟爸一起準備晚餐，不管是烹飪的過程還是完成的瞬間，甚至是品嚐美味的時光，一切都是新鮮、一切都是趣味。而且轟爸還帶我乘坐遊艇出海暢遊，更是讓我體驗了德國高速公路最出名的特色—破表。這些都是我在台灣從未有的經驗。到了冬天，在台灣基本上沒看過雪的我，最期待的自然是滑雪旅行的到來。新鮮事不只滑雪，和轟媽還有轟妹搭上台灣根本不可能有的「夜車」抵達了奧地利Ramsau，我們九天的滑雪旅程就從這裡邁出第一步。第一天就像惡夢一樣，不會滑雪又還沒有老師教，雖然轟媽在我旁邊輔助，但絲毫不見進步，也弄得全身腰酸背痛。但之後每天都有老師帶著我一起滑雪，而轟媽有空的時候就會來幫我和轟妹拍照，每天晚上吃完飯後就玩各式各樣的桌上遊戲，每天都帶著笑臉，過的好不快活。春節，想必大家都非常清楚了解，這對中華文化來說是多麼重要的節日，在這重要的日子，我準備了好多活動要與轟家一起度過。為轟家所寫的春聯、特別準備的紅包、用德文講關於過年的故事、做一整桌的中華料理，慌慌張張、急急忙忙的準備，即使在異鄉，這個年我仍然過的挺充實的，那甜滋滋的味道不斷縈繞在心頭。因為開心、因為歡樂，轟家換上我送的中國式的衣服難得一起拍了好多照片。

和轟爸一起在廚房揮灑的日子；和轟媽一起在電腦前翻譯、學習的日子；和轟妹一起在各處發瘋的日子，點點滴滴的回憶回憶在心頭。一個人一個經驗，一群人一群經驗，好的經驗放在心裡回味；壞的經驗記錄我的成長。一切隨著時間的醞釀，我在學習長大。

【學校】

事實總是殘酷的，它就在眼前，我無法抗拒，但我要用我自己的力量改變。

到學校的第一天就徹底讓我傻眼了。印象中的外國人應當更開放、更外向、更歡愉才是，但是班上死氣沉沉、充斥著小團體、沒有人願意拍照、再加上我是一個遠來的陌生人等問題，我深刻的瞭解到—這一年，我會過得特別不一樣。

開始的前半年，每天過著上課聽不懂、老師寫的字看不懂、沒人搭理、沒有朋友、受到冷漠的日子，就這樣反反覆覆、無精打采的過完了半年。終於轉機降臨了，但這次也可能是和同學相處間最大的危機。

班遊，可以說是學生們除了放假最期待的，我自然也很期待，更希望透過此次機會和同學在親近些。班上所有的男生都住在同一間，女生則是分開住，而我們的房間就如此剛好地在男生房隔壁。第一天晚上，很簡單就能推測到，男生們的心情就猶如沸騰的水一般，興奮指數一路往上飆，當然免不了惡作劇了。第一天坐了十三個小時的巴士，早已精疲力盡，只希望能快快躺到舒服的床上好好地睡一覺。而男生們則不斷跑來敲我們房間的門又跑去躲起來，觸碰到我的睡前地雷使我氣得火冒三丈、七竅生煙，完全克制不住自己，沒頭沒腦的衝出房門，將敲門的男生一個個好好地伺候了一番。到了第二天，本已做好要被更加凶惡的眼神對待了，沒想到男生一個個跑來和我討論昨天的事，用我那破破的爛德文與一群德國男生歡快地聊著，一直聊到十點多才各自休息。

自此之後，漠視的眼神少了，朋友的眼神多了，男生們愈來愈愛和我聊天、玩耍，即使德文不好也沒關係，大家還是會耐下性子來聽我講，糾正我的文法、增加我的單字量，學校的日子也不再無趣，反而令人期待。

【總結】

交換學生，過去一直認為是項簡單的事情，但實際要做到如理想中般完美並非如此容易。為了要說明自己國家的文化，比以前更加勤勞的查資料；為了讓大家都明白我在說甚麼，比以前更加願意去背單字、查文法；為了要使一切都結成飽滿多汁的果實，比以前更加努力、更加拼命、更加成長。但是我們真的可以相信：更多的付出，換來是更大的成長。





感謝那些給我考驗也給我挫折的人

陳姿諭/新北市光華國中國三
Geschwister-Scholl-Gymnasium, Winterberg, Germany

這趟交換旅程也將接近尾聲了，回想起去年七月帶著忐忑和懵懂的心情踏上這趟旅程，心中真的覺得很不可思議，從前那總是依賴人的女孩長大了！這趟交換生涯不是完全順遂和一帆風順的，第一天上學的陌生感；第一次生活在語言都不熟悉的地方；第一次被告知要換家庭那種無助和錯愕的感覺；第一次滑雪和第一次參加那麼多節慶…這一年我經歷了好多的第一次，這就是一種成長一種蛻變！

回想起在第一個轟家的日子，我一直覺得自己是很幸運也很開心，也總認為我的這一年就是很順利很平安的度過，但經過長時間的摩擦，我和轟家出現了隔閡和不愉快，被告知說要換家庭時心中除了震驚還有錯愕，從來沒想過這種事情會發生在我身上！每當跟台灣的父母視訊時我總是忍不住掉眼淚，因為我不了解也不能平復要換家庭的恐慌心情，但他們總是說這是你自己的選擇你要自己學會承擔。所以我打起精神來面對接下來的問題，不得不說那段時間真的好想放棄，但我有更多的不甘心和想突破的心情，所以我還是用微笑和第一個家庭說了再見！

我好慶幸我沒放棄，我很快透過學校找到第二個寄宿家庭，我的轟家是我的同班同學，我跟他相處的很好，雖然偶爾會吵吵鬧鬧，但我很開心我有這麼棒的新家庭，轟爸也嘗試帶我去滑雪，轟媽也趁假期帶我去荷蘭度假，也因為跟同學住的更近的原因，我有更多的課後的團體生活，天氣逐漸變好後大家都會一起約出去逛街吃東西，我很喜歡現在的生活也讓我有更多的機會跟大家一起互動！

想起第一次想煮飯給轟家吃時，心中很緊張也很害怕，因為在台灣從沒自己動手煮過什麼，所以第一次想煮咖哩飯時和媽媽視訊請她教我，那時還上網看了不少資料，因為德國沒有電鍋

而且轟家的瓦斯爐是像電磁爐那種的，所以我很怕我的米飯會煮不成功。但好險我順利的煮了一鍋好吃的咖哩飯，也因為這樣我也嘗試其他的菜色，當然我也泡了茶給轟家喝，雖然他們覺得沒什麼味道而堅持要加糖，但我還是很開心他們願意嘗試啦！！

冬天第一次看到雪時真的好興奮！雖然每天都要幫忙剷雪，但我覺得那時在台灣體驗不到的所以我也樂在其中，我還跟轟家一起堆雪人也和轟家一起在雪中打滾和吃東西，也和他們一起在傍晚時點著火把去森林中散步。還記得和轟家去中國餐廳吃飯時，轟家一臉興奮一直問我有什麼特別好吃時，我真的覺得他們好可愛！

還記得初到德國幾個月因為德文不夠好，所以在學校常常覺得很寂寞，所以我自己找了德文課外學校，我希望可以多跟他們說德文，所以我也請學校德文老師給我練習本，而



老師也叫他們要跟我說德文，不要一直跟我說英文，到現在我們都是用德文溝通，他們也常說我的德文變很好，每次聽到我都會很有成就感，總覺得自己長大了也努力了。我很謝謝他們把我當成是班上的一分子，雖然有被歧視過，但我覺得只要相處久了很多事情都會改變，我很愛我的同學們，因為我是一家人我們是一個大團體。

我很慶幸這一年我有機會出國，我有機會比同年紀的人看了更多，我感謝所有幫助過我也給我鼓勵的人，因為你們的支持我不再是一個總是依賴人的小孩子！我感謝那些給我考驗也給我挫折的人，因為我學會了成長和有責任感。這一年我不能說自己變的有多厲害或有很大歷練，但現在我不會總是哭泣或希望有人幫我，我學會用自己的能力去問去學習更多。德國真的是一個很美很有紀律的國家，但德文真的很難！所以出國前一定要先學會德文的基礎，不然一開始的生活都會很辛苦也很難溝通！交換學生不會一直那麼順利，但只要一直用好心態去面對，你的交換人生一定會令你很難忘，這是我的交換生涯，你的交換生涯呢？？凡事要用心去看，用微笑和好態度去面對，用嘴巴去問去了解，不要放棄不要怕挫折，這就是給自己最好的動力和理由！！

姿諭媽媽分享

Beth要回來了!時間真有匆匆一閃眼之感!一年的時光在孩子是短暫是青春,在父母心中卻是充滿著感恩及感激之情!一直以來我告訴孩子:「沒有誰應該為誰做什麼」,轟家的無私付出及社工的關懷訪視,都讓我的孩子在異鄉得到滿滿的學習及體悟,這是金錢買不到的經驗,真該說聲謝謝您!

Beth是我第二個參加AYUSA交換計畫的孩子。坦白說我對她真的一點信心都沒有;生活隨興、自主,簡單說就是懶散,我真不敢相信這樣的孩子也會希望能出去看看外面的世界。如果因為自己對她既有的觀念及偏執,我真的反對;但為了不讓日後被說偏心,我還是決定讓她去試試看吧!帶著比她更忐忑不安的心將她送上飛機,一直到出關,我沒有流下一滴眼淚及不捨,事後我想,會這樣是因為我對機構有信心吧!我對自己對姿諭是沒信心的!但是她都不怕了,我怕什麼呢?就這樣展開為期一年的歐洲德國行!簡單的心、簡單的行囊!

之後的發展真的就是一連串的自由發揮!不管她告訴我什麼,發生了什麼事,我都老神在在,我很慶幸自己是這樣的態度及回應,因為這樣對我對孩子都很有幫助。兩國的文化差異一定會有,一切的不理解跟不明白不正是讓孩子求突破及自省的好機會嗎?沒什麼好捨不得的!刺激、批判性思考、解釋、說明、理解...,一連串的考驗及磨練都是Beth非常好的歷練,我其實喜歡這樣的教育方式!沒有絕對、沒有永遠,一個15歲的孩子能夠提早體驗體悟,勝過日後我們的苦口婆心及殷殷切切的期待吧!要愛別人之前,先要懂得愛自己多一點,這是姿諭前幾天在fb給我的POST文,她說她要做一个有自信又愛漂亮的女孩!我祝福她一定是,也肯定是!相信她已經得到她所要學習的目標,恭喜她給自己的人生一張幸福支票,也給了愛她的人看到一個不一樣的小女孩成長蛻變,你真棒啊!好羨慕呢!

這一年學到最多的是自己的抗壓力

林庭毅/台北市百齡高中高三
Matthes-Enderlein-Gymnasium,Thalheim,Germany

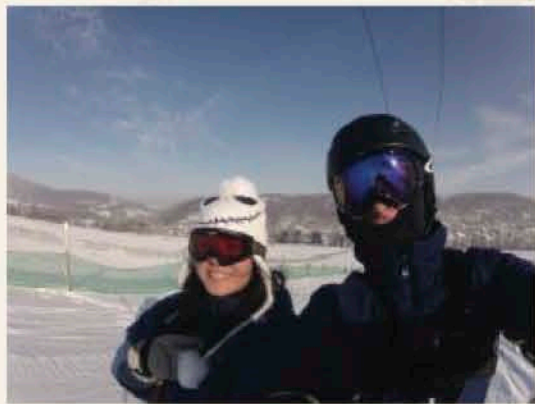
2012年8月我一個人踏上這趟交換學生之旅,不像別人所說的,離開家裡那一刻,我一點難過的感覺也沒有,取而代之的是想要試看看自己能到哪裡旅行的興奮。決定去了很少人會去的德國,不只是語言上的障礙,對自己來說也是一大挑戰!一開始到了新的環境,自然而然新鮮感與興奮將所有一個人的孤寂都掩蓋過去,直到兩三個月過了,那種新鮮感漸漸失去,開始發現有沒有和家人互動很重要!對我而言,我換了三個家庭,而在這些過程中,我學到最多的就是適應。轟家很重要,你和轟家處的好不好,就決定了你的交換生活好不好玩、新不新鮮!而要與轟家處的好,不是不容易,而是非常容易!對於他們來說,你是一個交換學生、是一個陌生人。如果你不先打開心胸,不表現出你想要融入家庭,那你也別想奢求別人來適應你。而在我處過轟家中,我發現轟家最重視的都是承諾!生為一個台灣人,我可以說,台灣人很不直接,而外國人,真的就像我們常說的一樣,說一就是一,說二就是二。記得在我第一個家庭,有一次不小心睡過頭,和轟媽說下次不會再犯了,她便沒有在多說甚麼。然而,周公十分強大,在我第二次睡過頭的時候,轟媽就真的生氣了!這時候,你只能好好挽回,要怎麼挽回轟家的信任,這也是需要學習的。其實外國人真的是對事不對人,不像在台灣某某學生常常做壞事,下次又有人搗亂,老師們一定是說,某某某你是不是又幹嘛幹嘛?而外國人不會這樣!通常只要你真誠的道歉,他們都會接受,然後再次接納你。除了與轟家的相處,學校也是很重要的。在國外這段期間,我常常聽



到一起出國的朋友說，在學校沒有朋友、很無聊、很孤單。其實外國人都很直接，所以你應該也要直接的問，你們要去哪裡哪裡，我可不可以跟？慢慢的累積，就會有很多朋友了。這一年我學到最多的除了與人相處，還有自己的抗壓力。很多時候其實你覺得自己沒錯，但是在外國人的觀念裡，那就是錯的！所以在被指證時，通常要用他人的角度看看自己，在決定是否要反駁。很多時候我們自己的觀念，其實不完全是正確的。因為生活的環境不同，有些小事情，你認為在台灣其實不是什麼嚴重的事；而在外國，對他們來說其實很重要。除了學校、家庭，我覺得要怎麼看待自己這一年想要甚麼、需要什麼也很重要。如果你知道這一年，你就是要好好的學語言、交朋友，那麼對你來說，交換生活會非常有趣。或許我不是一個在學校成績很好的學生，但是我覺得我在學校過的很快樂，所以我喜歡學校生活。有些跟我一起出國的人，他們最喜歡做的事情就是回到家後，躲在房間用電腦，把交換生活當成假期。這也沒甚麼不對，但是最後回到台灣，你會後悔，為什麼當初不好好去生活、去融入!!

冬假！美好的開始

陳亞柔/桃園縣大園國際高中高一
Romain-Rolland-Gymnasium, Dresden, Germany



第一次看到雪，輕飄飄的落在窗前，它覆蓋在窗外所有景物上，大地穿上了一件白袍，美極了!!

這是我出生到現在第一次看到雪，如此的美！六個月，從十月到四月，雪下了溶，溶了又下。

冬假，美好的開始！轟家計畫去奧地利滑雪，轟爸決定開車去全程8小時，從凌晨到中午。終於，我們抵達目的地了！

第一天一早，我們吃完早餐就全副武裝，穿著厚重的滑雪鞋，坐車上山。中間有20分鐘是在纜車上，不知為何，在纜車裡面讓我有一種頭暈反胃的感覺，終於到了山頂，轟爸媽正在研究我們適合從哪一線道開始滑起，最後選擇了藍線。在假期之前，曾經練過兩次滑雪，不過很不幸的是，最終都以撞樹收場。雖然滑得還不是很好，至少沒有再去撞樹了



。我們從早上10點到下午5點，整整滑了7小時，回到飯店都鐵腿了。去餐廳裡吃下午茶，不是我在說，這家飯店真的是太貼心了！滑完雪一回到飯店就有東西可以吃，我感動到快哭了。

第二天，我因為鐵腿留在飯店休息，我真的很想知道為什麼爸爸媽媽可以連續滑七天不休息呢？飯店有游泳池、桑拿和按摩。

第三天，我帶著我的鐵腿抱著必死的決心，跟著家庭上山了。但是呢，滑兩趟之後，我就掛在餐廳裡跟爸爸Skype。晚上，我們跑去滑雪橇。由於我不會控制雪橇，所以我給轟爸載。這條路彎彎曲曲貌似有8000公尺長，總共費時30分鐘！超刺激，地上坑坑洞洞雪橇上上下下亂跳。在最後快到達終點。爸爸說如果要快就把腳放在雪橇上，如果要減速就把腳放下。這條路很陡很斜，所以我跟爸爸講可以慢一點嗎？爸爸說沒問題，你把腳放在上來，下一秒我就因為速度太快所以飛出去了！我頭朝前，直接呈撲街趴在地上，身上的裝備就這樣飛出去，真是可喜可賀，難能可貴的經驗啊！當時爸爸有帶運動型攝影機在頭上，據說我飛出去的畫面很經典，但是太慘忍所以他們不忍心讓我看。回到飯店，發現身上多了很多莫名的淤青。

後面幾天由於有桑拿的加持，使我不至於要拖著鐵腿上山。而且越滑越順，這裡面有一個技巧，那就是邊滑雪邊唱「追追追」！抱著一顆不怕死、就算衝到谷底也不怕的心給他亂衝。轟爸媽一直誇獎我，說我是他們教出來第一個這麼快就學會的人!!

這個假期真是個充滿著刺激、淤青、熱血的快樂時光:))



從鴨子聽雷到能懂七八分，成就感不言而喻

陳丘舫/台北市蕨格國中國三
Alstergymnasium Henstedt-Ulzburg, Henstedt-Ulzburg, Germany

轉眼十個月過去了，短暫卻也漫長。

拖著兩個大皮箱自己踏上旅程時懷著的忐忑心情、經過十小時飛機落地那剎那的興奮、面對全然陌生環境的探索，歷歷在目，現在卻到了慢慢回想的時候。

經過兩個月，我發現我樂觀過頭了。單純的想說，不就是到一個新國家學新語言、去新學校教新朋友，哇，好精采好刺激。兩三個月後，終於體會到之前沒預料到的挫折。最基本的問題就是語言不通：雖然說德國人英文普遍不錯，但是平常交談還是用德文。說英文能交到的朋友真的有限。班上有兩個英文特別好，可以整天都用英文跟我溝通的同學，自然我跟他們便成了好朋友。當時我的德文程度真的不怎麼好（應該說根本就很爛），自然也就樂得跟他們說英文。幾個月下來，我的德文沒怎麼進步，倒是英文越說越好。突然想到之前有人說來到歐洲的孩子會變得很深沉，我想我知道為什麼了：聽不懂唄，自然感覺深沉。（好吧應該不是這樣）

其他同學聽到我們在說英文，有時候會走過來說「他是來德國學德文，不是英文！」乍聽之下我著實委屈，我的德文根本沒辦法維持一個基本的對話（只能談談天氣之類的），有人願意來跟我這個交換學生說說話當個朋友就不錯了！！說這句話的同學，也只是說說，然後就走掉了，也沒



有打算跟我練德文的跡象。莫名地覺得他好不負責任，只簡單丟下一句「用德文」轉身就走，怎麼不來陪我用德文聊聊天呢？其實我也不是沒嘗試過，我跟兩個朋友提議用德文來聊天。他們每講一個句子就要解釋三個單字；我每講一個句子就要先想半天、問一些單字，繼而組出一個動詞變錯格放錯位子、形容詞結尾加錯、名詞的格搞混，簡單說就是錯得亂七八糟的句子。常常講沒兩三句，不是他們因為我錯得離譜的文法崩潰，就是我自己腦袋錯亂胡言亂語。行不通啊！之前抱持著聽久了就會不知不覺學會的想法委實天真可愛。同學們都十六七歲了，用字遣詞絕對不是入門單字，用的文法也很多都是流行用語。我就鬧過一個笑話，在學校常常聽他們說“geil”我就好奇什麼意思啊回家查字典，一查之下嚇一跳，怎麼會是淫亂放蕩的意思？！這德國人為免也太開放了唄。問過朋友才知道，現在年輕人都用來表達很酷很炫的意思。再繼續講英文下去也不是辦

法，所以我就去報名了額外的德文課，放學後再去上德文。

上了一期之後，懶神就上我的身了，不想去啦！自以為文法應該差不多了，其他單字就在日常生活慢慢磨慢慢練吧！轟家知道後頗不解，想說我好好的，德文照樣破破的，怎麼就不繼續上了呢？我也不好意思說其實是我犯懶了，支支吾吾說沒個明白。轟家說既然不去上課了，表示你覺得你德文夠好了，我們開始全天候說德文吧！一個禮拜後，我又默默的去報名德文課。德文課是越上越心驚，德文文法排名世界文法第六複雜，果真是實至名歸。文法規則一條條，我深深體會何謂一山還有一山高。

十個月過去，我終於從全英文到德英混雜，到現在幾乎全德文。當然下課時一堆人圍成圈的聊天，我仍就插不上嘴，可至少我聽得懂了！不再是坐在旁邊像傻了般的傻笑！！如果有人問問我的想法我也能簡單表達，真是可喜可賀、可歌可泣啊！

雖然語言不是我交換生活的唯一，卻是影



響我最大的。他讓我真正感受到我不在台灣了，我在德國。從鴨子聽雷到大概能懂得七八分，這成就感不言而喻。在學外語時，也更讓我感受到中文的美。當大家看著我寫出的中文字並露出驚嘆的表情，就有種莫名的驕傲。學英文、德文讓我與世界接軌，卻也凸顯了中文的博大精深。我才發現，我是如此熱愛中文。

跟轟家相處，才發現自己在家時是多麼無拘無束。我很幸運有一個非常棒的轟家，很開明也沒什麼怪規定。但終究跟家裡不一樣。像是吃飯時，他們都會誇獎說食物非常好吃、煮得非常好。我當初真不習慣，心想吃個飯未免也太浮誇了吧！轟家就會問我「你覺得不好吃嗎？」似乎只要我沒說話，就代表我不喜歡。現在我也會在每次吃飯時就自然的稱讚說好吃，把自己的感覺說出來。

這一年經歷了很多、體悟了很多。有些我記錄了下來，有些我選擇默默放在心裡，但我相信這都會是無法磨滅的回憶。在異國獨自停留這麼長一段時間，我想，我想家了。但我也會捨不得這裡美麗的風景、親愛的朋友、自由的生活。

Es ist ein fantastisches Jahr, dass ich nie vergessen werde. Es gibt zu viele wunderschöne Erinnerungen und Erfahrungen. Weil es nicht perfekt ist, macht es die Sachen mehr spannend. Man wird mehr Sachen erlebt und herausfordert. Deutschland, ich glaube, dass ich dich vermissen werde.

從畏懼到如魚得水

王惠珠/桃園縣大園國際高中高一
Staditsches Nicolaus-Cusanus-Gymnasium, Bergisch Gladbach, Germany

來到德國九個月了，增長了語言能力、交友圈、見聞甚至心智年齡。從陌生到熟悉；從畏懼到如魚得水；從孤單無助到快樂滿足，這一路跌跌撞撞，萌生過好幾次放棄的念頭，我哭過、低潮過，然後我振作。在這裡，我很樂意與大家分享我在異國的旅程。



當我第一次踏上這個陌生的國度，說真的，我並沒有什麼特別的感觸，只覺得這是一個很多外國人的地方。可是當我走在路上，我慌了，我發現從我身邊經過的每一個人，他們講的話我都聽不懂，再加上我住的地方亞洲人很少，被注目是一件必須習慣的事情。然後我明白了，原來我才是真正的「外國人」。一直很感謝轟姐和轟媽的熱情、轟爸難懂的幽默、轟媽第一次的擁抱，處處的關心和睡前的晚安輕擁，讓我慢慢的平靜下來，開始摸索著我不熟悉的一切。

從文化、語言、食物、到價值觀都是交換學生必須經歷和克服的課題。我認為最基本也最重要的，就是與寄宿家庭保持著良好的關係。曾經，我也動過想換轟家的念頭，因為在生活習慣和價值觀這方面有些許不同的理念。從飲食到生活習慣，處處都有很大的不同。

有一段時間我迷失了自己，我失去當初堅持要來德國挑戰自己的動力，也忘記最初對學習德文的熱情。有天晚上，轟媽來到我房間想與我談談

「我想念當初喜歡問東問西，每天精神充沛的Judy，你不是她」

「我不知道，我也在找她...」

「我們全家都不知道妳怎麼了，為甚麼沒有衝勁了？我們很想念以前的你...」

「明天，我會把她還給你們」我哽咽的承諾。

然後我們相擁，流淚了。那天以後，我們變得更加親近，轟媽也成為我最喜歡傾訴的對象，而我也開始學會包容和諒解彼此價值觀的差異。

相較之下，在學校找朋友這方面是比較困難的。德國的學制是1-4年級依成績分校，5-9年級會和另一群人同班5年，10-12年級則變成選課跑班制。我就讀的是九年級，代表同學們至少有5年的交情甚至9年，這個年紀的朋友圈很不容易打進去，厚實的牆讓我很受挫。在台灣的我人緣不錯，身邊總是圍繞著朋友，可是在這裡我開始體會到下課一個人走的孤單，和總是被忽略的窘境。可是我不服輸，我開始利用她們對於亞洲的未知和好奇吸引他們的注意力，終於，我找到了朋友，兩個我最捨不得、最好的朋友。其實同學人都很好，會為了我放慢講德文的速度或者不厭其煩的一再重複，甚至努力的擠出英文句子，我常想：如果我一開始主動一點、大方一點的去找他們是不是就不需要經歷那一小段孤單的日子？

這麼多月以來我經歷了好多個「第一次」，認識了好多人；體會了跟過去在台灣15年來完全不一樣的生活，了解了德國的歷史背景和現今強大的原因。也許曾經因為想念家而有了退縮的念頭，也許曾經因為錯過了許多和家人相處的時間而萌生回家的衝動，可是我覺得非常值得！我成長了，也得到了許多人不能想像的收穫，所以我很慶幸，慶幸自己曾下了挑戰自己的決定。很多心路歷程，要自己體會過才懂，很開心能和大家分享我這幾個月來生活的一小部分，希望你們也能擁有像我一樣精采的交換生涯！

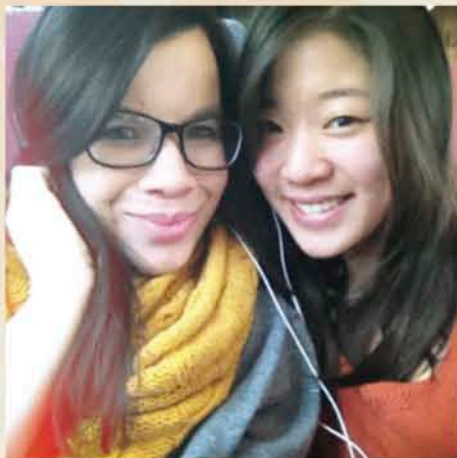
打開心房去交流

洪芸芸/台北市再興中學國三
Freie Waldorfschule Lippe-Detmold,Blomberg-Tintrup,Germany

我跟我的轟家很相愛，相愛好像怪怪的，但是我覺得相愛最好解釋：跟真正的家人在一起，你不會拘束、會放鬆，知道他們出事不會不痛不癢，會替他們著急。我的轟家沒有給我任何家規，但是這也不代表他們對你就放任不管，我的一切都是把轟姊當成標準，和日常生活的「觀察」。觀察真的很重要，人通常都記不住一些很重要卻太平常的小習慣，當他們記不住就不會跟你說，你不能怪他們不講，他們也不能怪你不知道，所以善用你的眼睛去注意周遭的一切很重要。

我覺得這趟交換之旅令我最珍惜的是我和我轟姊的感情，我們沒吵過架，但也不代表我們之間就永遠太平一溝通就是我們化解吵架唯一也最有效的辦法。我記得有一次她在跟我不開心的時候是用紙條寫的，我們就這樣在一張紙上的維護我們的感情，避免吵架的負面影響跟事後的冷戰尷尬。再來，就是我們之間無話不講，她和我不一樣，我和父母長輩可以輕易的傾訴，她其實很排斥，因為她覺得他們不懂，她告訴我能夠傾聽她心中的煩惱或想法對她來說真的很重要，這也間接地代表她信任我。從互不相識到如今互相信任互享愛護，我覺得很難能可貴。

最後就是人際，無論在學校朋友圈甚至是和老師打交道，都是這一年中很重要的。我到如今在學校已經有可以談心的朋友，放學去逛街、晚上通電話已經稀鬆平常。朋友真的很重要！不是在臉書上跟你聊天的台灣朋友能幫你，是真正當地的朋友，他們才會給予你真正的協助，給你更有效的建議，要學著打開心房去交流交際，讓你認識他們，也讓他們認識你。



GERMANY.



Groß-Zimmern/Germany

陳威儒/花蓮縣海星中學國三
Albert-Schweitzer-Schule,Groß-Zimmern,Germany



Driedorf/Germany

吳鈺晟/新北市石門國中國三
Johanneum Gymnasium,Driedorf,Germany



Herford/Germany

林澧彬/高雄市明華國中國三
Friedrichs Gymnasium Herford,Herford,Germany



Loquard/Germany

陳祐偉/花蓮市慈大附中高一
Johannes-Althusius-Gymnasium,Loquard,Germany



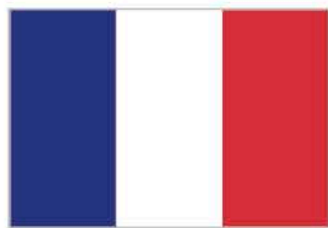
Bottrop/Germany

杜禹昇/花蓮市慈大附中高一
Heinrich Heine Gymnasium,Bottro,Germany



Reinbek/Germany

邱嘉如/桃園縣大園國際高中高二
Gemeinschaftsschule Wiesenfeld,Reinbek,Germany



法國

首都：巴黎

人口：約6,386萬人

面積：674,843平方公里

位置：西歐

語言：法語

氣候：法國大部分屬於溫帶海洋性氣候，冬溫夏涼，常年有雨，東部和山地大陸性氣候較顯著，南部屬於地中海型氣候。

France
/EUROPE/

世界是一本書， 一年前的我只看了一頁

楊文心/花蓮市慈大附中高一
Lycee Alain Borne, Montelimar, France



快樂的時光總是過特別快，那辛苦的呢？想想幾個月前，那個懵懵懂懂做決定的我，總以為交換學生是快樂的保證，學習語言、體驗生活，沒有課業壓力，如度假般自在沒煩惱。

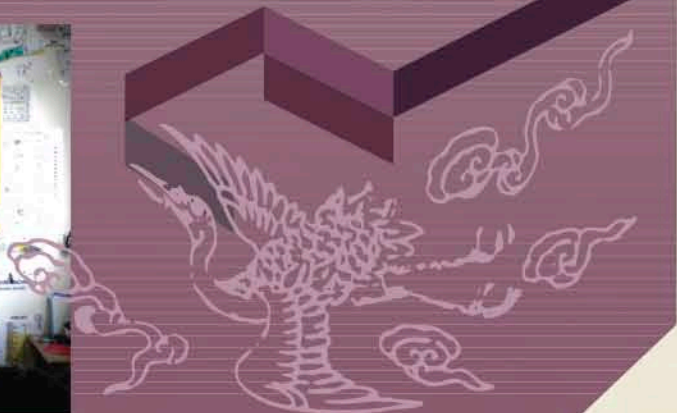
在台灣我們所吸收的文化，大多是來自美國、日本和韓國，對於歐洲實在是再陌生不過。在沒有法文基礎的情況下，我踏出了這一步，用美式英文跟他們少數人所會的英式英文，比手畫腳，前幾個月實在鬧出了不少笑話。再來是見面時的臉頰禮，常常搞不清楚要幾次，法國每一個地區的習慣也都不一樣。他們不像台灣人對外國人那麼好奇熱忱，自己得主動才能跟大家打成一片。

出國前總有許多的憧憬，只是法國不像美國一樣，生活步調慢，中午有兩小時用餐時間，學校很少有活動，我所嚮往的舞會、節慶活動跟學校社團並不存在。而這裡的教育體制，注重師生之間的互動，學生上課主動發言，不怕出錯、不怕丟臉。有一次跟他們提到，在台灣我們的滿分為一百，低於六十就算不及格，

所有人皆用驚訝的眼神看著我。因為依他們看來，考了六十分等於是我們獲得了六十分的學習成果，而不是在乎那個沒得到的四十分，換句話說，當考了五十分是值得被鼓勵的，因為學會了一半的內容，這跟我們的想法真的差異很大。

在台灣，生活的一切重心都放在書本上。從來都不覺得要停下腳步、沉澱心靈，細細品嚐身邊所擁有的。以前在爸媽的庇護下，如溫室裡的一朵花，很多事情都不會做、不會思考周全，犯了錯、出了問題，總期待有人來收拾爛攤子。這些日子來即便走的辛苦，我也不後悔，我走的踏實、有意義。一個人在外頭，沒有家人朋友的陪伴，其實就是那顆人與人之間互動的心，被壓縮、再突破、成長。我很慶幸有這一年的機會從另一個角度看世界，我不敢說它成功，但它帶給我的，遠遠超乎我所預期的。





奧地利

首都：維也納

人口：約841萬人

面積：83,872平方公里

位置：歐洲中部

語言：德語，少數地方講匈牙利語、斯洛維尼亞語、克羅埃西亞語。

氣候：屬於溫帶海洋性向大陸性過渡的溫帶型氣候。年平均降雨量約700毫米。



↑ EUROPE ↓
Austria

I will be back soon!

楊絮儀/台中市曉明女中國三
Musik Gymnasium Wien, Wien, Austria



從小就很羨慕哥哥姊姊可以出國，每天都在等待國中畢業就可以向他們一樣到國外看看，因為讀了音樂班、所以不像他們一樣到了美國，而是到了奧地利當交換學生。沒想到我竟然可以讀當地維也納的音樂高中，真是太幸運了！

剛到學校的一天，同學一聽到我從台灣來的，他們第一個反應就是bubble tea!!隔天馬上就帶我去一家他們最喜歡的珍珠奶茶店，喝了果真有回到台灣的感覺，哈哈！還記得剛開始上課第一天，有同學的幫忙才知道教室在哪，但因為只聽的懂簡單的德文，上課還是處於半發呆的狀態，雖然是這樣，上學的日子還是很快樂，在樂團拉琴更是一種享受，也託學校的福，我才能站上維也納許多音樂廳、歌劇院演出。我愛這裡，也喜歡同學，但就怕回去會適應不良，因為這裡過得真的太快樂了。經過三個禮拜，就跟學校一起到愛爾蘭學英文12天，在愛爾蘭也是住在host-family，他們對我超好，那段時間很美好，也跟同學更靠近了，殊不知...一回到維也納，就接到host-family告知，因為我和他們所期待的有所落差，所以他們不願意再接待我。那時心裡重重的被打了一擊，也讓我學到溝通有多重要。當我接到通知說我有新接待家庭，萬萬沒想到我的新轟媽就是奧地利sts交換學生機構的總監，轟爸是音樂大學裡的教授，還記得剛開始每天都過得戰戰兢兢哪怕是再做任何錯誤就會被送回台灣。但沒想到他其實沒有想像中的那麼可怕，他處處替學生著想，而且家裡還有個游泳池每天都可以跟轟媽、轟姐姐一起游泳，游完泳再一起煮飯。他們的溫暖讓我體會當最真實的奧地利生活!也因為這些事讓我更獨立，當爸爸媽媽不在身邊的時候，一切都要自己處理。以前都覺得爸爸媽媽幫我做的一切都是理所當然的，到了國外才知道爸爸媽媽的辛苦，也體會到他們有多包容我。但我可以很確定的這一年來奧地利當交換學生真的很值得，讓我體驗了許多第一次：第一次參加舞會、第一次演出歌劇、第一次滑雪...等，不僅如此，也讓我成長了不少，有一天我一定當再回來! I will be back soon! :D





瑞典

首都：斯德哥爾摩

人口：約951萬人

面積：449,964平方公里

位置：位於北歐斯堪地那維亞半島

語言：瑞典語、芬蘭語，可通英文。

氣候：屬大陸型寒帶氣候，南北相差很大，愈北愈乾燥寒冷，冬季酷寒，夏季涼爽。



這是比童話故事還非凡的一年

吳宜萱/台北市松山高中高一

De Geergymnasiet, Norrköping, Sweden

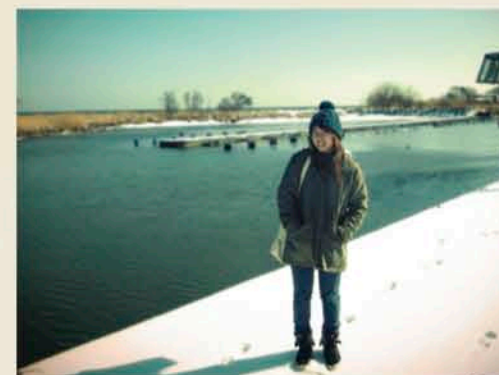
記憶中看著校前大道的季節變幻，翠綠轉黃變紅被白雪覆蓋然後清綠脆葉又長出來了。也許可以說心情跟著天氣一起更換，一開始的興奮期待到了後來的挫折失望直到慢慢學會接受成長了，回春之後笑容也再次綻放了。不能說這是很輕鬆的一年，因為閒暇的同時，寂寞比誰都多。沒壓力的時候，無助感比誰都還龐大。但這就是學習。



夏天，在瑞典，美麗的生活一切都很新奇有趣，受到的震撼比台灣好大的差別，彷彿來到了天堂。所有夢想中遙不可及的體驗在這邊都不是不可能：開著自家的船到湖裡釣魚，走進森林中潺潺小溪抓蝦；到電影裡才看得見的幽暗森林裡採香菇，看著四周彷彿走進了電影鏡頭。陽光明媚，從長滿鮮紅蘋果的蘋果樹摘一顆蘋果吃，

吃完了往森林扔去，看著它飛的好遠好遠；在巨型彈簧床上翻滾跳躍，累了就躺下看著天空那麼蔚藍遼闊；到農場看一群人賣手工製品、聊天，接著來了手風琴和小提琴的鄉村音樂當作背景；偶爾盪個鞦韆，飛得好高好高，懷念起兒時的天真無邪，曾經都遺失的那些對自然的美好記憶，於是再被喚起了。

秋天葉子轉紅了，時間過的好快，一直都沒察覺到什麼時候開始葉落了。有時會感到有一點茫然，對於生活缺少了什麼，卻又說不上來。想學好瑞典文，於是放棄了說英文，其實那才是奮戰的開始。那是一段寂寞的日子，新鮮感漸漸消逝了，開始習慣起現在的小城生活，卻又感嘆起它的一成不變，偶爾會懷念台灣，畢竟察覺了自己和當地的差別，而別人已經不再對你充滿新奇感了，該是你去接受這個國家的時候了。太陽消失的時間越來越長，昏暗天色中出門，又在黑暗中回家，閒暇時刻努力學習語言，不會講仍是努力地說，文法錯了又怎麼樣呢？喜歡聊天，發現黑夜裡那是最大



的溫暖，有的時候和轟家一聊之後，就停不下來，再看時鐘都好晚好晚了。我們在對話中認識對方、接近對方，10個月完全和樂，不會不愉快的成果，就是這個基礎打造出來的。

白雪粉飛的冬天結束了憂鬱陰暗的秋末，白色打亮了大地，而迎接起了繽紛聖誕節。隨著語言的進步，也開始更瞭解他們，也更熟悉這邊的生活，不知不覺的開始忙碌了。城裡逛街或是和朋友去喝下午茶，記得我們總是說沒錢，卻每星期仍去個好幾次。溜冰滑雪堆雪人，還有玩好多個特殊的玩具。和轟弟在雪地裡玩一整個早上在回家喝一杯Latte，心中也都溫暖了。走到結冰的湖中央，感嘆大自然奧妙，或是到迷霧森林裡野餐吃餅乾、喝熱可可。夜裡全家一起看電影、吃Waffles、點盞蠟燭倒數聖誕節，那是一段很窩心的日子。吃薑餅屋，偶爾家裡辦Party，去朋友家過夜、一群人玩Board games跳舞唱卡拉OK，即使窗外大雪，心也都暖了。

冬末時，已經習慣了瑞典的生活，而自己也不知不覺變了。開始接受他們的生活觀，開始懂得了享受人生的道理，開始不再依賴懂得了獨立。放假了就把機會去朋友家過夜，別待在家。想要體驗世界，不再等著別人，相機手機一拿就出門散步，一個人旅行了。推算了日子，發現時間真的不多了，還有好多事想做，但是不再當那個等待着事情發生的人，開始自己學會了規劃，不再讓別人擔心。

春天陽光再次綻放的時候，都要記得笑得好甜。這一年隨著季節就像轉了一大圈，只不過一圈後的那個自己，早就不一樣了。有好多想說的話、好多想感謝的人，轟家的耐心讓我學會瑞典文，他們的熱心然後有了這麼多豐富的體驗，他們的支持讓我能一直堅強下去。「妳都不會想家嗎？」大家都不能理解。當然不是不會想家，只是對我來說，他們就是家人了。

朋友，同學和老師的陪伴也讓我這一年過得精彩。即使來自不同國家，即使熟悉的是不同的語言，那樣的友誼卻那麼的深、那麼的真切。瑞典和台灣，同學和朋友相處模式雖然不一樣，但是卻一樣實在。有時只是一個溫暖的擁抱，最真誠的笑容，10個月前到10個月後，不會止住，它還會持續一輩子。

"I lön you guys!"秋天葉落滿地，踩著樹葉的清脆聲，一個朋友撿了好幾片地上枯葉給我和另外幾個好朋友。我葉子你。我愛你。

這一年我在瑞典，一個人旅行。
旅行的終點，我帶了滿滿的收穫回家。

國外交換學生回顧 - 母親的話

宣廷、宣萱媽媽分享

Angel 打電話來邀我以家長的角度寫一些對孩子交換生活的感想。我笑笑簡單回答：「好啊！」心裡卻在複雜思緒中翻滾。要去檢視生活中曾經走過的酸甜苦辣，從來不是件容易的事，對孩子是如此，對父母更是五味雜陳。

思緒又回到當時要送孩子搭飛機的場景，空氣裡凝結着濃濃的離別情緒，觸摸變得戰戰兢兢，只怕來這麼一下親密，彼此會潰堤到難以割捨。記得當時輕推女兒出境，看著她就這樣走進小小的門檻，連影子都來不及捉住。事後我甚至驚訝地寫下：「原來，"分開"是這樣的簡單快速，連一聲"掰掰！"我們都忘記要說。」

兒子隔了將近一個月之後才成功申請到學校和家庭，曠時費日的等待更加強了他出國的意願，出境時，他也表現得相對果決和堅毅，頭也不回的疾行向前，即使我們讀得出他滿懷的離情及焦慮。

孩子去交換的前半年，總有朋友揶揄我，或問我奇奇怪怪一堆問題：「你現在可好了！雙胞胎去國外交換，你也換來一身輕！」
「提早過空巢期的感覺如何？」
「為什麼你女兒要去瑞典？你兒子去美國？」
「妳怎麼能捨得放孩子就這樣出國去住不認識人的家？還一次送兩個出去？」
「為什麼會想到要去出國交換？大家還不是一樣這樣拼命念書，為什麼不叫他們不要胡思亂想，在台灣好好努力用功？」

當然也有長輩或朋友對我們「花錢送孩子出去吃苦」這件事不予苟同。甚至覺得我們縱容小孩亂花父母的錢，任意讓他們在國外生活為所欲為：「這個時期的青少年，你們應該好好看著。國外的誘惑這麼多，吸毒、抽煙、性生活開放又氾濫，你們夫婦也太...！」有的朋友在言談之間，眼神閃爍，以沈默表示對我們這對夫婦的質疑。當然，其中也不乏看好戲的心態。

於是，我們兩個做爸媽的時常互相打氣，捫心自問：「我們送兩個孩子出國交換的目的為何？」「我們對孩子是否有所期待？又是什麼？」「孩子會不會學到一些不好的習慣？交到不好的朋友？而我們卻蒙在鼓裡？」

我想這些問題都沒有標準答案，我唯一能做的，只能透過和兩個孩子之間的FB交談，或是與接待家庭父母的書信往來之中，觀察體悟出一些端倪。

從九月到Christmas 結束，我想應該是適應期的第一個關卡。我知道兩個孩子都各自在苦中作樂。女兒宣萱在瑞典世界中掙扎，全新的歐洲語言是極大的挑戰，我相信她經過了許許多多莫名、尷尬、不知所措的場景。外表樂觀充滿笑容，骨子裡卻對自己的表現很在乎的她，體悟到現實世界並不是都像想像中的美好。兒子宣廷更是遇見無法預期的人事變化，轟姐對他的不友善，讓他身置

於五里霧中，不知如何是好。雖然轟媽事後留下了解釋，轟姐是因為心理方面的疾病而有不友善的舉止，也造成他面臨轟家倉促終止接待的結果。

我一直記得兒子在新年的一月二日寫信來，告訴我今年101的煙火很絢爛，很美，比以前更加精緻。順便告訴我，他要換轟家了！他要我們不要去責怪轟家，也不要和轟媽追究什麼，事情沒有是非對錯，只是轟姐生病了。我後來才輾轉得知宣廷應該是受了許多「委屈」，然而這些委屈會不會因為他的言行舉止中不經意流露出一些讓別人不愉悅的感覺，我並不清楚，也無從評斷。但是，整件事情，我想宣廷處理的十分低調得體，他也很幸運，能夠迅速地離開，搬到另一個比較適合的接待家庭。

女兒大概永遠不會忘記在北歐漫漫長夜的感覺。她在FB上說，早上去上學天空是黑的，下午放學還是黑的，整個世界似乎都被黑暗籠罩，而且好冷好冷...。又過了一陣子，她留下話語，當冰雪降臨，大地都變得亮白起來，好像仙女的金粉揮灑，世界又恢復了光明...。她說終於懂了為什麼黑暗讓人憂鬱，只有身處在這樣的世界場景才能體會。

今年的母親節，兒子女兒都稍來祝福。兒子說：「以前在台灣，常常覺得妳很煩，總是多管閒事。在國外生活了七個多月，才發現自己真得很想妳。謝謝你和爸爸讓我來國外經歷交換生活，這是大部分的人沒有的。我會讓自己過得很充實，你們也要過得很快樂！」

我看完兒子的留言，終於有一種「被瞭解」的真切感受。一種做母親對兒子的絮叨被理解，一種把兒子推向門外，他卻回頭擁抱妳的

救贖。他最後對我們的盼望—「你們也要過得快樂！」讓我終於知道，時間到了，我可以放手了。

女兒除了跟我說聲母親節快樂，洋洋灑灑數千字文，點點滴滴訴說自己這幾個月生活上的起伏，心情上的點滴，最後一段，她說：「這樣經歷獲得的是成熟。很無力的時候告訴自己再站起來的那個光點。而我覺得這樣的個性比任何其他都更珍貴。」

於是我會說，我過得很好，和你們想像中的可能很不一樣，但是現實就是這樣，喜歡丟很多震撼彈給你。以前學會了隱藏，經過這一年學會了坦誠。放手讓自己的女兒去闖、去受傷是一件很殘酷的事情，不過想通了就知道現實就是這樣。

也許某種角度來想，小孩有時候比大人還要堅強，我知道我能夠沒事的走過這段日子，而是你們學習一起經歷的時候了。

母親節快樂。

花了很多時間思考理解然後成長。命運和想像中總是差異甚大，你就算做了一百個計畫，最後上帝也都會把它一條一條打散，給你一個你想不到的結局。“Everything will be okay in the end, if it's not okay, then it's not the end.”我把它當做我的名言，因為它從來沒有不成真過。」

我跟我流不完的眼淚一起看完這一篇無法想像的第十七年的母親節禮物。蓋上Ipad，擦乾眼淚，平復下來思考我從孩子的這一年交換生活回餽裡得到了什麼？

被「接受！而且是真誠的被接受。」一個心裡

的聲音告訴我。

就像宣萱說的「經過一年學會了坦誠。」多麼難的功課啊！坦誠地面對自己，面對你愛與愛你的人，面對許多現實與夢想的衝撞，面對期待與結果的迥異。我知道，這並不會是許多朋友或父母要送孩子出國交換想要獲得的報酬，但是，對於「兒子的理解，女兒的坦誠」，我想，我不但拿到了最棒的母親節禮物，而且還受到上帝深深的祝福。

國外交換生涯即將在下個月結束，兒子女兒也會回到身邊。我知道，他們會和去年出發前有所不同，這些不是可以從成績單上的分數可以看見，也不能從說寫幾句英文或罕見的瑞典文得以評斷。我很慶幸，更是感謝上帝一路看顧他們。兩個孩子並沒有因為十個月的分開就與我們疏離，我看得見他們一天天的自省與成熟，瞭解與感謝讓他們倆與我們更加緊密結合在一起。我要告訴所有父母，捨得才能有所得，對你的孩子總要充滿信心，永遠心存盼望，他們總有一天會瞭解你所付出的。
。5/18/2013



芬蘭

首都：赫爾辛基

人口：約951萬人

面積：449,964平方公里

位置：位於北歐，東臨俄羅斯，西臨瑞典、挪威與波羅的海，四分之一的領土在北極圈內。

語言：芬蘭語、瑞典語，英語在赫爾辛基地區及其他大城市可通。

氣候：氣候夏日溫暖，冬季嚴寒，全年平均溫度南部為5C，北部為-4C。

放膽去學！

宋運川/新北市徐匯中學高一
Kaurilan lukio, Hameenlinna, Finland



我前往的國家，是北歐交換學生國家中緯度最高的國家之一的芬蘭，最冷可以到零下二十幾度。出發前，少說也有些忐忑不安，因為對這個國家其實沒有什麼較深的印象，不過也算知道了一些，像是NOKIA跟聖誕老人。

在上學的第一天，我發現到了這裡高中兩個很特殊的制度：選課跟學生自由服裝，這是因為芬蘭給與學生自由的學習過程。你除了可以自己選想上什麼課外，老師跟同學平時在課堂上會用實用的方法討論，會注重於學生的想法跟思考，尤其是這裡的英文課！

舉例來說，芬蘭學生的英文十分的好，因為英文課程內容是以實用為主，常常演練應用對話以及各種日常用法，所以幾乎全校學生都能流利的和外國學生對談！另外學校也提供很多多元的課程，像我主修的是哲學藝術、表演藝術以及設計，都是很專業的領域，因此學生在這樣的環境中培養出了各種的專長。

另外一個讓我很我印象深刻的，是這裡的藝文培養以及環境。大家對於各項的藝術都有充分的認知，主要是在學校的基礎課程裡，就有對各式的藝文介紹；即使只有粗淺的認識，也是培養的途徑，於是乎芬蘭的藝文還有休閒活動相當興盛，舉凡戲劇、音樂、電影、日常娛樂，這裡都可說是常常看到各種的活動。我就常參加很多音樂跟戲劇表演，而且都有很不錯的品質跟深度。



而芬蘭的人也可以說是很開朗跟喜歡認識他人的：你常常會在路上受到陌生人的幫助，他們會主動問你要不要帶路。而日常活動也是很精彩的，常常會去滑雪，划船，如果是有宗教信仰的（基督教居多），則是會固定上教堂，我就跟我上個轟爸一起每週固定在教堂伴奏，雖然地處寒冷，但是我所見到的人都展現出開朗的特徵！

我在芬蘭學到的很多事，讓我學到了用不同的方法過生活以及想事情，像是最大的一點：負責，很多公共設施例如地鐵、博物館等都是不驗票的，買東西常常會碰到讓顧客自己秤的商品，以及老師是不檢查你作業的，這些都是大家相互負責建立的。另外一點是多元思考，平時大家都會有不同的想法，而身邊的人都會互相接納跟溝通，於是各種不同想法的同學們就能和樂融融的相處。

最後一點是積極，再這段期間很多事要你自己爭取，例如幫你的國家做簡報、認識朋友、參加活動等都要你積極的去做，成與不成常常就差別於你有沒有開口！最另我印象深刻的一次就是我們一個鄰居是記者，我跟他認識後提出「能不能跟我做個採訪？」然後我就被登在報紙上了！

這些如果不是當了交換學生是學不到的，於是乎讓我接受了很多新的東西，使我改變，而有所不同！

我學到最重要的態度就是：放膽去學！

/EUROPE/
Finland





荷蘭

首都：阿姆斯特丹

人口：約1650萬人

位置：西歐

面積：41,526平方公里

語言：荷蘭語、弗里西語。

氣候：溫帶海洋性氣候，冬暖夏涼。

特色：荷蘭雖然是一個現代化與商業化的國家，但是她並未鄙棄舊有獨樹一格的特質，反而將其發其發揚光大。

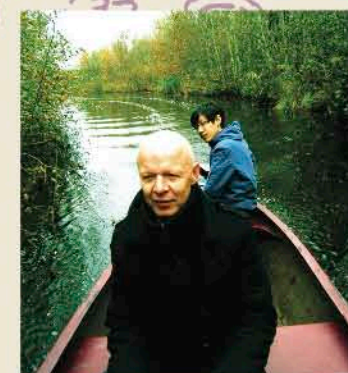


更懂得珍惜把握現在擁有的生活

何允哲/台北市大同高中高一

Het Noordik college, Almelo, Netherland

大家好我是2012-13荷蘭交換學生，何允哲。當初會選擇荷蘭沒有什麼理由，純粹是想見識一下歐洲，所以就抱著初生之犢不怕虎的心態出發。一開始我過得並不順遂，人都已經在荷蘭了只剩下轟家還是沒有著落。在文化營的最後一天看大家笑容滿面地去迎接各自的家人，我自己心裡則是五味雜陳、糾結在一團。我本來抱著感恩的心前往第一個臨時家庭，一進門卻馬上體會到這一週會是個可怕夢魘。十隻狗及七隻貓造成整間屋子都被臭味肆虐，要不是只有一星期，我篤定做不到一直在臉上堆歡。好不容易逃離那個家時，身上已有多處過敏，那時候真的覺得自己是最慘的交換學生。第二個轟家生活條件明顯改善，卻還是找不到歸屬感。不用去學校看似很令人羨慕，真相卻是難堪地沒有學校願意接待我。等當初的徬徨擔憂也慢慢淡去，時間久了徒存一股深不見底的無奈，直到我終於投入第三個轟家的懷抱。在這個家庭我感覺自己是他們的一份子，跟大家相處氣氛完全不會凝重尷尬，而我除了睡覺，也只有做給轟家的小驚喜時才會待在房間。我來到這個家的第一天，轟媽居然也捨得房子就幫我把國旗釘到天花板上。一開始不了解他們習慣把衣服折好放衣櫃而隨口問了曬衣架，沒想到他們為了我還去買了個組合衣架回來。最大的驚喜莫過於自我介紹中提到我會彈鋼琴，他們就真的去把社區教會中的鋼琴辛苦搬回來讓我彈。我從來不知道、也沒幻想



過一個接待家庭能夠為學生付出這麼多。於是我度過了前兩個月在地獄中的煎熬，換來後八個月真正天堂般令人稱羨的生活。在小鄉下用餐時一起禱告，飯後轟家人聚在客廳做各自的事，而我偶爾彈鋼琴，過著平靜美好的生活。他們說我能接受荷蘭飲食很棒，每天早午餐都土司麵包不禁會惦記起臺灣上百種美食，不過我也從來不覺得荷蘭食物難吃。荷蘭是一個很健康的國家，不管颶風下雨每個人上學全部都以腳踏車代步，在火車站與學校停車坪總看得到謂為壯觀的腳踏車海。

生活安定以後，也慢慢開始向外探索，荷蘭博物館的密度也是冠於全球，持一張博物館年卡四處參訪也增添了些文藝氣息。來這裡唯一不能習慣的就是生日派對了吧！從早上十點到午夜十二點，都不斷有客人一波一波地來，的確是值得慶祝的事，但我受不了這樣持續派隊轟炸。別看荷蘭小小一個他可是歐洲的門戶，今年下來我到過了七個國家，更是把荷蘭跑遍，一了心願也飽嚙歐洲各地風情。失去了臺灣便捷的生活，以及初來乍到時的一無所有，讓我更懂得珍惜把握現在所擁有的生活。

Everything will be fine in the end. If it's still not ok, it's not the end.

更懂得珍惜把握現在擁有的生活

賴偉軒/花蓮市慈大附中國三
Zernike college, Marum, Netherlands

交換學生不僅對我們來說是難得的經驗，生活周遭的人們也總是很好奇我們這一年的一切。其中家人朋友常問到的不外乎：「為什麼要選擇荷蘭呢？」「離開家人一年會捨不得嗎？」…，後來也有人問我，覺得來荷蘭當交換學生是個對的決定嗎？我總是說，我的視野變寬廣、經驗變豐富、過著一種不同文化下的生活；並且我很幸運，在這裡共襄盛舉著最後一次的女王節—王位在這時候傳給王子，明年開始將訂於他的生日為「國王節」。另外，整修已久的國家博物館也在今年重新開幕…，這些都是十分難得遇上的事。

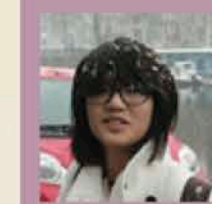
我去過兩個接待家庭，其中並不是因為跟第一個家庭相處上的問題，他們當初就選擇當一開始的臨時家庭，所以後來是很和平、順利的「交接儀式」。這也是我自認為幸運的一點，這兩個家庭的生活截然不同，一開始的幾週我住在小村，房子新穎寬敞，但必須搭公車上學，轟爸媽也比較忙碌、大家幾乎是過著各自的生活；後來第二個轟家在城市裡，房子很有歷史、是城市中典型窄長的屋子。騎腳踏車往返學校成為我每天生活中的一部份，回家後我們有固定的下午茶及晚餐時間，全家聚在一起分享每天的生活，自然而然荷蘭語也就很快的進步。



這個轟家也尤其積極的請我到同學、朋友家玩或是邀請他們來作客，他們也深信我這樣子認識的「荷蘭家庭生活」不會很狹隘地侷限於一、兩個家庭的規律，畢竟就像我轟媽說的：「沒有一個荷蘭家庭會很有自信的說自己是標準荷蘭人家。」對於邀約這種事，我原本是個很被動的人。一開始我只是答應一個主動開口邀我的同學到她家玩。有一天，我說隔天因為教師會議所以提早放學，轟媽便提議我問幾個男生到轟家坐坐，她指著我們班的通訊錄，點出其中的男生（我們班25個人中只有6個男生），我當時只敢用facebook或skype留個言聯絡，因為電話裡我很怕自己荷蘭語聽得不清楚或講得不流暢，可能會讓他們不耐煩。但是轟媽說，打電話可以直接得到答案，為什麼要搞複雜呢？於是我只好深吸了不知幾口氣後才把自己半哄半騙（大腦充滿氧氣的時候大概比較樂觀和有自信吧）的按下那些數字鍵…，當我聽到他們說”Ja(yes)”的時候，我終於嚐到那種願意去做就會有收穫的成就感了！後來我除了敢自己在家的時候幫轟家接電話之外，也自己打電話去預約活動、訂自己需要的東西，在這件事上有不少成長。



荷蘭是一個很適合旅行的國家，想像一下臺灣的大小卻沒有一點山，搭火車到任何另一個角落都不會超過四個小時，城市、景點密度極高，生活品質、治安也相對無虞。在這樣的條件下，我常出門到各地的博物館、城市導覽，有時也去其他國家交換學生的接待家庭度過周末。不想走遠的時候，也可以在附近騎腳踏車繞繞，沿著密布的腳踏車路網可以很容易的穿梭在城鄉之間。快樂的時光流逝得特別快，但只要過得認真、過得充實，回頭想時，就不會有遺憾。



Euro/Netherlands

吳致寧/花蓮市慈大附中國三
Staring college,
Netherlands



España



西班牙

首都：馬德里

人口：約4,702萬人

面積：504,030平方公里

位置：位於歐洲西南部伊比利亞半島，東北部與法國及安道爾接壤。其領土還包括地中海中的巴利阿里群島，大西洋的加那利群島，以及在非洲的休達和梅利利亞。

語言：西班牙語（加泰羅尼亞語、巴斯克語、加利西亞語在部分地區享有官方語言地位。）

氣候：地中海型氣候，陽光充足，春秋多雨。

特色：西班牙在近代史上，是影響其他地區文化的一個重要發源地，如今全球有5億說西班牙語的人口，使西班牙語成為世界上使用人數第三多的母語。西班牙民風奔放熱情，當地人喜愛鬥牛，並且熱衷跳弗朗明哥舞。同時也是吉他之鄉，近代古典吉他就發源並興盛自西班牙。



瑞士

首都：伯恩

人口：約800萬人

面積：41,284平方公里

位置：瑞士與德國、法國、義大利、奧地利、列支敦斯登五國交鄰，國境幾乎都在阿爾卑斯山脈之中。

語言：瑞士德語、瑞士法語、義大利語

氣候：瑞士山間谷地氣候溫和，高山較寒冷，一般屬溫帶氣候，但於不同地區則有相當大的差異。瑞士氣候存在過渡性質，由西部的海洋性氣候過渡至東部的大陸性氣候。

特色：瑞士在文學、藝術、建築、音樂及科技等領域有相當成就。瑞士武裝中立的歷史相當悠久，自1815年後從未捲入過國際戰爭。而依照人均國民生產總值，瑞士也是世界最富裕的國家之一。



丹麥

首都：哥本哈根

人口：約556萬人

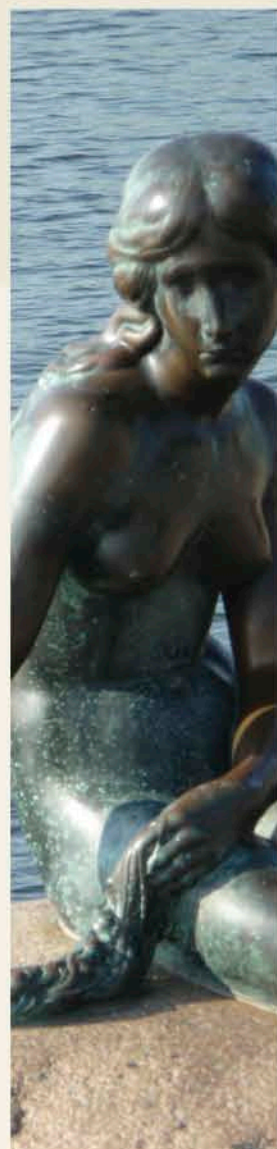
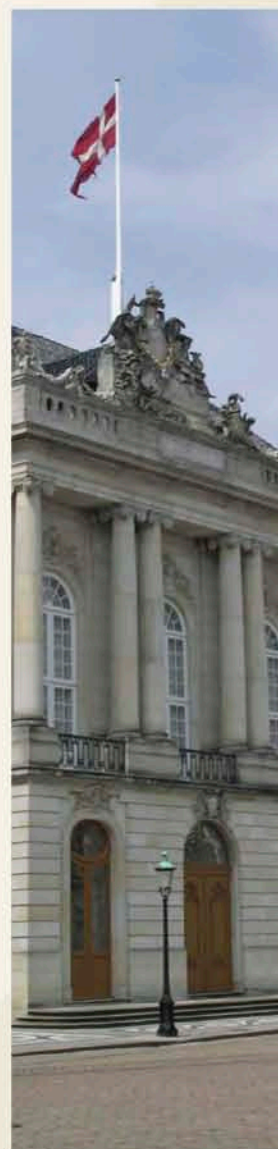
面積：42959平方公里

位置：丹麥三面環海，北部隔大西洋北海和波羅的海與瑞典和挪威相望，南部與德國接壤。

語言：丹麥語

氣候：丹麥為溫帶氣候。冬季溫和，夏季氣候涼爽；秋季濕潤而春天乾燥。由於地處北方，不同季節時長變化極大。

特色：丹麥是經濟高度發達，被聯合國認定為已開發國家。丹麥是個典型的福利國家，貧富差距極小，國民享有極高的生活水準。



挪威

首都：奧斯陸

人口：約508萬人

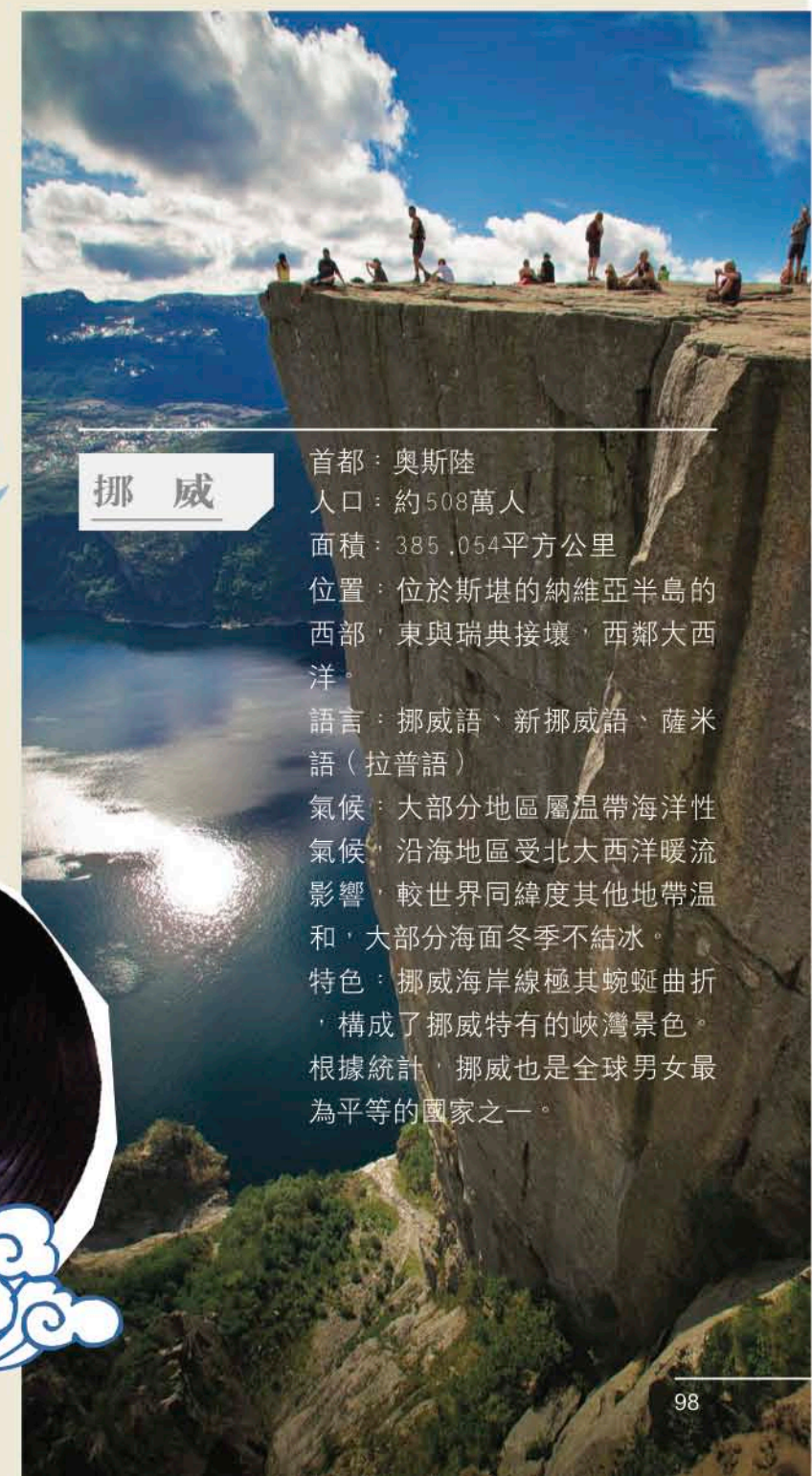
面積：385,054平方公里

位置：位於斯堪的納維亞半島的西部，東與瑞典接壤，西鄰大西洋。

語言：挪威語、新挪威語、薩米語（拉普語）

氣候：大部分地區屬溫帶海洋性氣候，沿海地區受北大西洋暖流影響，較世界同緯度其他地帶溫和，大部分海面冬季不結冰。

特色：挪威海岸線極其蜿蜒曲折，構成了挪威特有的峽灣景色。根據統計，挪威也是全球男女最為平等的國家之一。



Norway



南非



首都：南非是世界上獨一無二的擁有三個首都的國家：行政首都（中央政府所在地）為普勒托利亞，司法首都（最高法院所在地）為布隆泉，立法首都（議會所在地）為開普敦。

人口：約4,364萬人

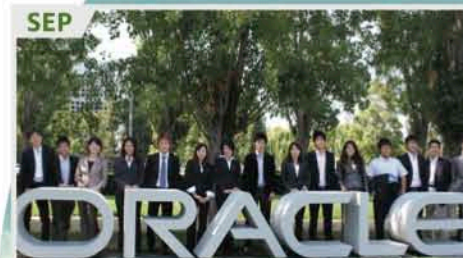
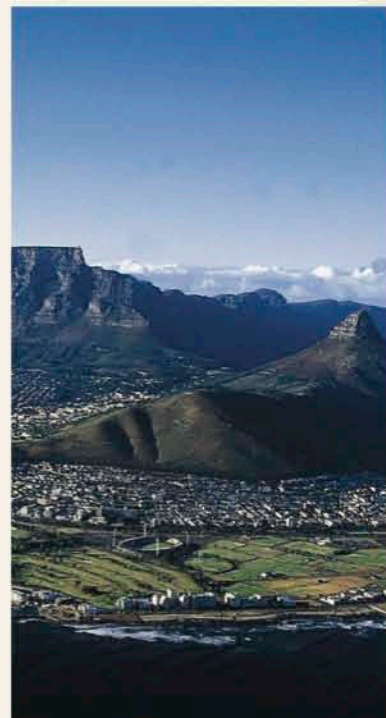
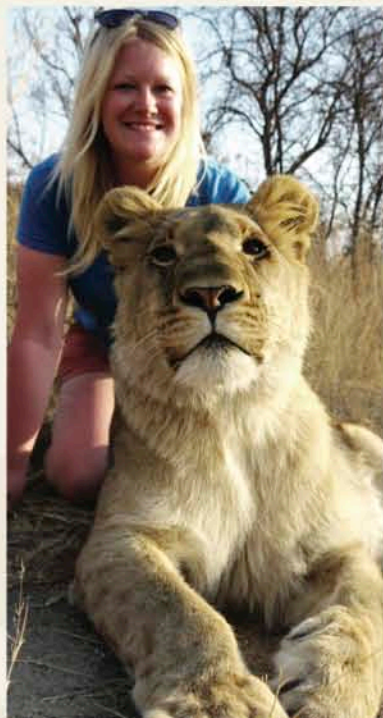
面積：1,219,912平方公里

位置：位於非洲大陸最南端。東、西、南三面分別瀕臨印度洋、大西洋和南冰洋。大西洋上的愛德華王子群島亦為南非領土。北與納米比亞、波札那、辛巴威、莫三比克及史瓦濟蘭接壤，另有「國中之國」賴索托。

語言：南非荷蘭語、英語、祖魯語、科薩語、斯威士語、恩德貝萊語、（北索托語、南索托語）、聰加語、札那語、溫達語、塞佩蒂語。

氣候：南非氣候多樣。西部沿海乾燥無雨。東部屬副熱帶濕潤氣候，植被繁茂。西南部屬地中海型氣候。北部屬於沙漠地區終年乾燥。

特色：南非是非洲經濟最發達的國家。公民有不同的起源，文化，民族語言和宗教，有「彩虹之國」之譽。



SEP



ICD



AuPairCare



Ayusa



W&T



CPA

Ayusa各國高中交換學生專案

AGE : 15 - 18

美國、日本、法國、德國、西班牙、荷蘭、瑞典、芬蘭及奧地利。落實文化交流，培養國際觀，提升競爭力。

Internships美國酒店及企業實習專案

AGE : 20 - 28

提供高品質、有給薪或無給薪的企業實習體驗給國際學員。此經驗不僅可以提供學員機會應用所學的學術知識，更培養在職場上應有的實用技能及專業能力。

AuPairCare美國互惠生專案

AGE : 19 - 26

體驗最道地的美國生活！成為美國家庭的一份子，發現照顧小孩的無窮樂趣。與來自世界各地的人做朋友，在美國旅行，並選修當地大學課程。

Work & Travel美國暑期打工專案

AGE : 18 - 28

來自世界各地的國際學生在美國法律的保護及規範下，合法從事正當工作；學員於打工期間賺取旅費，體驗獨立自主生活，結交各國朋友！

Intrax各類職前英語培訓專案

AGE : 18 - 28

量身訂做的課程內容，無論是專業的商業英文、認證課程或是結合職前訓練及企業實習的培訓，身處全美的環境，拉近與美國人的互動關係並體驗道地的美國生活及工作文化。

學習， 不只在教室

一群高中生的海外學習經驗

國際愛優生文化教育交流協會台灣分會 (AYUSA) 著

Our story has just began
It is our time to rise and
shine.

Taipei
Taiwan

USA



轉個彎，世界大不同！

行萬里路勝讀萬卷書，因為路上的學習和生活經驗是書本所無法提供的。有一群學生選擇了離鄉背井，住在海外接待家庭，真正體驗與了解課本上所沒有的生活和文化。結束一年交換學生生活之後，這些孩子脫胎換骨，連他們的父母都為之嘖嘖稱奇。本書除了有這群交換學生的生活和文化體驗分享，說明他們如何從親身體驗和融入當地文化而培養出國際觀，進而更深切體認到台灣之美與中華文化之好，最重要的是，他們擁有之前所缺乏的獨立自主能力，以及更寬闊的胸襟！

王登方 尤玉堯 朱桂芳 汪大久
冷莉萍 余 艇 李克難 李慶宗
吳麗卿 吳震東 周朝松 陳偉泓
陳鐵虎 張佳雄 張敬川 黃文振
楊如晶 楊世瑞 鍾鼎國 簡媽媽

好評推薦

挺起胸，誰怕誰？

WWW.LL-PORTER.COM

紅
流
感





▲Sports



▲Children



▲Readers



Fashion

富揚眼鏡興業有限公司
Sunglasses & Readers

TEL:06-2533573
FAX:06-2530436

本公司為眼鏡工廠 非一般眼鏡行 歡迎下單大量訂購
台南市永康區中正五街11巷35號

六福村
主題遊樂園
LEOFOO VILLAGE THEME PARK



六福水樂園
Lefoo Water Park

暢遊水陸雙樂園 High 翻整個夏天!



最暢快!

六福水樂園 夏天玩水消暑趣!
多座刺激特殊滑水道, 浪漫希臘島嶼造景、愛情海特色美食, 體驗異國海洋渡假之旅!



最豐富!

四大異國主題村 花車遊行嘉年華!
異國風情主題建築、繽紛璀璨煙火、豪華花車嘉年華, 最精采的玩樂全都在這裡!



最有趣!

大型野生動物園 探索動物近距離!
犀牛洗泥巴浴、河馬張大嘴吃草、紅毛猩猩剝椰子, 近距離探索動物界奧秘!



最好玩!

超人氣遊樂設施 揪友相約來冒險!
火山歷險、風火輪、大怒神等超過30項人氣設施, 不怕你不玩怕你玩不完!



六福村
炫光花車
嘉年華
2013.7.2-8.31

活動期間
2013
即日起~9/29

六福水樂園
全面爽凍價
\$399

六福村 豐夏星光票

\$499

活動期間
2013
即日起~8/31
15:00入場

欣賞燦爛煙火還有精彩的夏威夷熱浪祭, high翻整個夏天。

水樂園營業時間: 2013/6/1-2013/9/29

www.lefoo.com.tw/village

六福村主題遊樂園 & 六福水樂園 新竹縣關西鎮仁安里拱子溝60號(關西交流道下4公里) 電話: 03-5475665