

參加美國詹姆士麥迪遜大學暑期計畫心得



系所 法政系

學制 大學部

年級 三年級

姓名 劉品妤

研修國家 美國

研修學校 美國詹姆士麥迪遜大學

研修期間 2018 7.1 -7.28

心得

我很感謝學校辦這次的活動，讓我們有機會出國增廣見聞。在這次的暑期計畫中我獲益良多，體會到各國的文化差異、體驗美式校園生活、吸收新知識，以及去各個知名旅遊景點參觀。

透過這次的課程，老師準備了一系列的測驗讓我們更加了解自己的人格特質，以及行為傾向，目的是為了成為一個好的領導者，必須先了解自己，才能發揮自己所長、天賦，運用每個人獨一無二的方式來領導團隊，還有學者歸納出的 5 種方法來讓團隊團結一心。領導能力不是只有當我們在擔任某種職位才需要有的能力，舉凡在日常生活中會遇到團體的事物，就需要領導能力，所以帶領人心是非常重要的。我以前會覺得自己不適合當領導者，很多時候順從大家的意見就好，不用表達出自己的想法，但透過這次的課程後，我變得更有自信，相信每個人只要用心就可以成為出色的領導者。而且在課堂上老師都很鼓勵學生問問題，發表對今日所學課程的感想，給每個學生表達自己意見的機會，而且不管學生說什麼，老師都很認真傾聽，並給予回應，有一種被重視的感覺油然而生。和我們一起參加這次活動的外國學生，幾乎都很有自己的想法，踴躍發言；不用等老師問有沒有問題，自己就把手舉起來了，並且發人深省的問題，回答問題時也都很有深度，對很多事情都有獨特的見解，求學態度很認真，他們很多都是自我主動學習，對自己有興趣的事物積極的去了解，這點值得我學習，從小到大，很多東西都是父母、老師說要學，我才被動的去學習，學習也只是為了成績，考試考好，並不知道學習其實是為了自己，內心真正想要學習，才會變成內在的知識。在全球公民課程中，也深感自己的不足，外國學生幾乎都很了解時事，全球脈動，也有關注的全球議題。

一個月離開家的生活，很刺激很好玩，也讓我更獨立一點。從出發前的準備事項以及 11 個人一起搭飛機前往美國。我們一起經歷了轉機、長途飛行、過海關，途中有人的行李被延誤，也有人莫名被美國海關叫去俗稱的小黑屋問話，這都考驗我們應變能力，遇到事情的時候要臨危不亂，冷靜處理。第一個禮拜的周末，我們前往雪蘭多湖園區露營，沒想到在我們快完成搭帳棚時，天空就開始飄起雨來，後來漸漸變成大雨，正當我們沮喪時，湖邊健走行動仍進行，外國學生的興致似乎不被大雨所影響，他們後來也很悠哉在樹上掛臨時遮雨棚，這件事讓我感受到他們的生活步調與我們不同，比較適應大自然的瞬息萬變，就算下著大雨，無所事事坐著聊天也不會感到焦躁，不像我就因為因為下雨就覺得很麻煩、沮喪。最後一個禮拜的周末，我們去遊樂園玩時，也是遇到傾盆大雨，但園內的遊客幾乎不受影響，就算冒著雨也依舊不撐傘就衝鋒陷陣拼命玩，外國人真的很厲害，心情不容易因為外在因素而受影響。

關於食物的方面，我覺得詹姆士麥迪遜大學的學餐很美味，而且是無限吃到飽，分為比薩區、義大利麵區、漢堡薯條區、濃湯區、生菜水果沙拉區、還有每天我最期待的特餐區，特餐區每餐都會提供不同風格的肉，光是用聞的就足以讓人垂涎三尺、最後還有甜點及冰淇淋區，入口即化的乳酪蛋糕、各種口味的冰淇淋真是回味無窮。唯一的缺點就是，蔬菜的部分只有生菜可以吃，所以來自台灣的我們都很想念煮熟的青菜。但我發現台灣的環保做得比美國還要好，他們習慣使用一次性免洗餐具，垃圾分類也做得不確實，希望美國人可以多為地球著想。

這趟旅程中，我見識到美國人的熱情好客，看見老師時，老師的臉上都是掛著笑容，很有親切感；每次走進學生餐廳，學餐阿姨每次都笑笑地跟我們寒暄問好，走在街上，就算互不認識的陌生人，也會跟我們微笑甚至打招呼。路上的行車看到路人會在很遠的地方就停下，

讓行人先行通過，可以很安心的走在路上。我很喜歡學校的土產店，裡面販賣各大品牌與學校聯名的各種商品，從頭到腳的裝備以及文具用品，我認為這樣可以提升整所學校的向心力，使學生、家長團結再一起，走在學校附近的小鎮上也發現很多中老年人穿著學校的衣服，彷彿住在這的人都以這所大學為榮。

最後，我也很喜歡大家一起住在豪華宿舍的日子，每天晚上都吵吵鬧鬧，外國朋友們跟我們分享他們的人生觀：尊重、傾聽其他人的想法、認真且謙虛得學習以及真誠的態度，他們將每個人視為朋友，甚至還教我們跳舞，以及 2 種阿根廷撲克牌遊戲，一起打桌球，一起煮泡麵來吃。一起度過的這一個月會成為我一生難忘的回憶，將所學的一切記在心中，邁向更好的人生。