



電子報 02 | 交換生怎麼交朋友？從認識很多人到真正變熟

出發前，我其實沒有太擔心「交朋友」這件事。

我一直覺得，朋友就是自然認識、自然變熟，如果真的有緣分，之後也會繼續聯絡。加上我在政大四年和室友的關係都很親密，所以心裡其實偷偷期待過：到了美國之後，會不會也能擁有那種很典型的「美國大學宿舍生活」？和室友一起吃飯、聊天、出門，甚至變成無話不談的好朋友。

結果搬進宿舍的第一天，我就先迎來了完全不同的版本。

宿舍生活，不一定會自動附贈好朋友

我入住 Stevens Court 時，剛好大家都在放 Spring Break。整間公寓裡一個人都沒有。

所以我一個人在空蕩蕩的四人公寓裡住了好幾天，直到室友們才陸續回來。我一直想找機會認識她們，好不容易碰到時，我主動自我介紹，也送出從台灣帶來的太陽餅等伴手禮，試著從 Small Talk 開始了解彼此。

大家都很友善，但也就停在「友善」。對方看起來沒有特別想把聊天繼續下去，我也慢慢減少把力氣放在這段關係上。日子久了，我們就變成：**在廚房遇到會打招呼，然後各自做自己事情的關係。**

一開始我沒有想太多，只覺得可能大家比較害羞。直到有一次，我和其中一位室友同時在廚房做飯，另一位室友回家後原本想和她說話，但看到我在場就先上樓了。後來我聽見腳步聲靠近，轉頭才發現她們正在旁邊講悄悄話，似乎刻意不想讓我聽到。

那一瞬間其實有點尷尬。我沒有當場說什麼，只是繼續做自己的事，但後來跟當地朋友聊起這件事時，我開始想：她們是不是其實不太喜歡我？我當然有點難過，但交換就只有一個 Quarter，我也沒辦法強迫任何人和我變熟，所以後來乾脆告訴自己：**算了，相處得下去就好。**

後來才發現，不一定是不喜歡，只是不熟

過了一段時間，我陸續有機會和每一位室友單獨聊到比較多。那時我才慢慢理解，之前的一些互動不一定是惡意。

有時候只是大家本來就有自己的生活圈，也不習慣突然和一個完全陌生的人共處；加上彼此還不了解，很容易出現不自在、尷尬，甚至做出一些看起來不太禮貌的反應。

後來我們的關係依然沒有變成「夢想中的宿舍姐妹」，但我也不再覺得這是一件失敗的事。我們就是很單純的室友——碰面會聊天，有事情可以溝通，彼此尊重生活空間。

其實，這樣也完全沒問題。

對交換生來說，最難的不是認識人，而是進入既有朋友圈

我最後在 Seattle 最熟的朋友，果然還是很多和我一樣，是那一學期剛到 UW 的交換生。我們後來聊起來才發現，大家都有一個共同感受：**要和當地學生真正變熟，比想像中難。**

尤其我是 Spring Quarter 才來。對很多 UW 學生來說，這已經是學年最後一個 Quarter。他們早就在 Fall、Winter 建立了自己的朋友圈，課堂、社團和週末都有固定的人。更現實的是，在自我介紹時只要說出：「我是交換生，只待一個 Quarter。」

有時候真的可以感覺到，對方原本很有興趣的表情瞬間淡了一點。其實我完全能理解，如果知道眼前這個人兩三個月後就會離開，很多人可能也不會特別投入時間去發展一段新的關係。

所以我發現，對短期交換生而言，社交最重要的其實是兩個字：**主動。**

因為我沒有加入 Unite UW，加上除了 BCMU 之外修的多半是大課，平常根本沒有太多自然認識人的場合。那就只能自己創造。

有空的時候，我會盡量去 Circle Office 辦的活動，去每週三固定的 English Conversation，或參加週末活動。後來在 Tulip Town Trip 時，Circle 和 Unite UW 剛好都到同一個地方，我就在那裡認識了一群 Unite 的朋友。

再透過這群人，我開始參加他們的 Party、聚會，又再認識其他朋友。**一個帶一個，一群帶一群。**到學期末時，我甚至已經認識當期 Unite UW 裡大半的人了，明明我根本沒有參加 Unite UW（笑）。

認識很多人，不代表每一段關係都要深入

但交換到後面，我也開始思考另一件事：並不是認識越多人越好。

在美國社交，對我來說成本其實不低。出去一次可能就是：**外食+活動+續攤的 Boba Tea**（現在是美國年輕人的定番）。而且真正累的還不只是錢包。如果出去一整晚，回來只覺得很疲憊，甚至覺得自己一直在硬撐，那我會開始問自己：

「我真的想和這群人更熟嗎？」

所以後來，我會更珍惜那些真正聊得來、彼此願意傾聽，也真的會互相主動聯絡的人。我不再把「參加很多活動」當成社交成功，而是更在意：和誰待在一起時，我是真的開心的？

交換生活最珍貴的，不是認識很多人

最後的結果其實很好。我確實認識了非常多人，也有很多關係最後就停留在「活動上認識過」。但也有一些人，即使交換結束、大家回到不同國家，還是會繼續聯絡。

所以如果要問我：交換生到底怎麼交朋友？我的答案不會是「多參加活動」這麼簡單，而是：

主動去認識人，但不用勉強每一段關係。

認真和每一個人說話，真的聽他們在想什麼；如果遇到聊得來的人，就再主動多約一次。有些關係就是室友，有些是活動朋友，有些只會見過一次。但也會有少數幾個人，在短短幾個月裡，真的變成之後還想繼續留在彼此生活中的朋友。

我覺得，這樣就已經很值得了。