

# 跨越人生

**“Your soul needs exploration and growth.**

**And the only way you’ll get it is by forcing yourself to be uncomfortable.**

**Forcing yourself to get outside, out of your head.” — Mel Robbins**



四個多月的全新體驗，獲得了許多短暫卻深刻的友情，與來自世界各地的交換生相互合作、交流，也與法國當地的學生相互激盪、碰撞，在一堂堂不同的課程中共同完成一項項專案，課前的討論、開會能夠更深刻地體驗不同文化的工作方式。

也由於ESCEM的課量不算輕，讓你能夠有更多的機會與不同的人組成團隊一起挑戰。對於我來說，我也特別追求每堂課都能夠找到不同的組員，期望從各種不同背景的同學們身上學習，也相互交流彼此的觀點。

在這短短的交換期間，能夠發現每一個人來交換的目的都有所不同，也因為時間太短以至於讓你無法有足夠的機會認識每一個人，因此，更要把握每一堂課的機會，去跟不同的

人合作。除此之外，課堂之外的活動更是不能錯過，相約一起出外郊遊又或是簡簡單單的美食嚐鮮，都會是很好認識彼此的機會。事實上，從我的體驗來說，絕大多數的交換生都是非常樂於交流、分享，不過有些人較於害羞內斂，又或是因為英文問題不太敢主動攀談，但那不代表他們不是一個好聊天的對象，這種時候就勇敢當一個主動的人吧，或許，從他們身上更能聽到許多不同的聲音，更說不定他們會是未來的合作對象！

同時，除了同學以外，我也認為老師是非常重要的資源，在ESCEM的老師也常常是來自於不同的國家，也讓我能夠有機會體驗到非常不同的教學風格，有傳統的聽課抄筆記、也有天馬行空的討論交流又或混合型，有風趣的老師也有嚴肅的老師，聽著來自不同國家的老師敘說著他們自己的經驗也是一種截然不同的文化體驗，不意外地，這些老師都與學生保持著非常親近地關係，都能夠非常直接地交流。對於剛到法國的交換生來說，老師或許會是你能夠很輕易地融入當地的資訊來源，畢竟這些來自其他國家的老師，也都有過這麼一段經歷，聽聽他們的意見，以及多多的發問，能夠讓你得到更多不同的想法！

當然，難得有機會身在外地，旅遊更是不可或缺，趁這個機會在不與學校課程衝突地前提下，盡量地去不同國家、不同地區旅行，待多一點天數，多與當地人相處、聊天，去體驗不同國家人的文化、風情，也許，你會發現台灣真的是非常友善、美好的國家！