

**出國報告(出國類別：短期進修)**

**113年政戰學院赴北喬治亞軍校  
短期進修返國報告書**

**服務單位：國防大學政戰學院**

**姓名及職稱：學生龍冠潔、學生蔡宗益**

**派赴國家/地區：美國喬治亞州**

**出國期間：112年8月2日至12月22日**

**報告日期：114年1月10日**

**摘要**

學生們此次前往美國喬治亞州的北喬治亞大學 ( University of North Georgia, UNG ) 進行為期一學期的短期交流，修習該校的課程、軍事教育活動及各種課後活動。本次交流的主要目的是提升學生的軍事素養與外語能力，幫助其更有效地了解國際社會，學生們能親身體驗異國文化，深化對多元文化的理解與認同。此行也為外語專才提供了寶貴的赴美學習機會，進一步培養具備國際視野的軍事人才。

## 目次

<u>壹、目的</u>	3
<u>一、深入了解美軍訓練及課程內容</u>	4
<u>二、增進我方學生語言能力</u>	4

<u>三、促進兩國間文化與學術交流</u>	4
<u>四、促進跨領域合作</u>	5
<u>貳、甄選過程及行政準備</u>	5
<u>一、成績考核</u>	5
<u>二、英文面試</u>	5
<u>三、行政準備</u>	6
<u>肆、交流內容介紹</u>	7
<u>一、新生訓練 ( Frog Week )</u>	7
<u>二、障礙及向心力建立 ( Obstacle courses &amp; Team Building )</u>	8
<u>三、開學典禮</u>	9
<u>四、學校生活</u>	9
<u>伍、心得與建議</u>	17
<u>一、個人心得</u>	17
<u>二、建議</u>	19
<u>陸、附錄</u>	23
<u>一、交流進修紀實</u>	23
<u>二、赴美交流期間所需經費概算表</u>	36

## 壹、目的

本次政戰學院派赴美國北喬治亞大學進行一學期之短期交流，交流目的包含「深入了解美軍訓練及課程內容」、「增進我方學生語言能力」及「促進兩國間文化與學術交流」。

### 一、深入了解美軍訓練及課程內容

在本學期的進修期間，學生深入參與美方軍事課程與相關訓練，並被編入各連隊，與美國軍校生一同學習、交流與討論。透過雙方在組織運作與決策風格上的比較，學生們得以相互學習與借鑒，將美方的優點融入我軍體系中，進一步提升國軍的專業素養與整體戰力，為國軍發展注入新的思維與活力。

## 二、增進我方學生語言能力

在此次交流中，我們全程處於全英語環境，無論是課堂學習、軍事訓練，還是日常生活，都必須以英語與美方師生進行溝通。這樣的語言環境讓我們能夠快速適應英語的使用情境，進一步提升聽、說、讀、寫等各方面能力。此外，透過軍事課程和美國軍校生的互動，我們學習到許多專業軍事術語，並深入了解不同文化背景下的思維邏輯和表達方式，這不僅增強了我們在國際場合中的語言運用能力，也為未來跨文化交流奠定了基礎。

## 三、促進兩國間文化與學術交流

此次交流活動為促進台美兩國間的文化與學術交流搭建了重要橋樑。透過課堂學習、軍事訓練與日常生活互動，我們深入體驗美國的學習環境與文化風貌，並向美方師生展示台灣軍校生的精神與特質。雙方透過思想碰撞與經驗分享，不僅加深了彼此對不同文化背景的理解，也在學術領域中實現了雙向交流與學習，為未來的跨國合作與交流奠定穩固基礎。

## 四、促進跨領域合作

此次交流活動為促進跨領域合作提供了良好契機。由於北喬治亞大學作為一所軍民融合的大學，在北喬治亞大學學習期間，我們不僅接觸軍事專業課程，還與其他領域的師生進行學術討論與實務交流。透過多元課程的學習與跨學科合作，我們拓展了視野，培養了跨領域整合與協作的的能力。此外，與美方師生在軍事訓練及課外活動中的互動，更激發了我們對不同專業知識的理解與應用。

## 貳、甄選過程及行政準備

### 一、成績考核

報名學生需提供英語能力相關證明，包括有效期限內的國軍ALCPT測驗成績，以及全民英檢、多益、托福、雅思等民間英語考試成績。審核人員將依據學生提交的英文能力證明、學業成績、品德表現及體能評量進行書面審查，篩選出符合資格的學生參加面試。

### 二、英文面試

通過成績考核進入第二階段的學生將參加全英語面試，由各級長官與教授主持提問並進行評分。面試綜合考量書面成績與面試表現，內容涵蓋自我介紹、未來願景及時事問答，全面評估學生的英文表達能力、臨場反應及儀態。此外，面試問題還包括對志願學校的認識、國際時事的見解及自我期許等多個層面。經綜合評比後，遴選出學生赴美參加短期進修計畫。

### 三、行政準備

通過甄選後，學生需立即著手準備註冊及與校方聯繫等相關事宜。首先，需主動與美方承辦人員聯絡，提供個人資料並完成所需書面文件的提交，以完成註冊手續。接著，需依序完成體檢、補打疫苗、以及美國簽證的申請程序。

在註冊階段，學生需自行填寫註冊資料並上傳護照照片等相關資訊。北喬治亞大學將根據資料寄發DS2019文件，此文件相當於交流單位的申請同意書，是申請美國簽證的必要文件。收到DS2019後，學生需在美國在台協會網站填寫DS-160申請表，並向美國國土安全部繳交SEVIS I-901費用。完成以上步驟後，即可預約美國在台協會的簽證面試。面試通過後，美國在台協會將護照與簽證以郵寄方式寄回學生。

過程中，學生因等待DS2019文件及安排面試時間較久，面臨程序緊迫的壓力，尤其此階段正逢三年級學生南下參加暑訓，及四年級學生擔任陸軍官校入伍訓教育班長，增加了時間安排的挑戰。此外，與北喬治亞大學國際事務處的聯絡主要透過電子郵件完成，需克服時差問題，學校僅提供輔助角色，並由前期交換生指導新生完成相關流程。

在簽證辦理完成後，學生自行委託旅行社購買赴美機票，並辦理旅遊綜合保險。此外，學生需提前與北喬治亞大學校方承辦單位預約接駁車服務，確保抵達當天能順利接駁至校園，避免發生接送問題。

### 參、北喬治亞大學概述

北喬治亞大學的軍校組織結構類似於美國陸軍輕型旅，目前有700多名學員。學校內設有兩個營，每個營有三個連，並額外有一個總部連，由旅隊工作人員和組成。每個營有四個連，每個連有三個排，每個排有四個班。北喬治亞大學學生連的目的是提供軍校生擔任領導職位解決問題、發布命令、保持責任和參加體育和戰術比賽的體制。並且北喬治亞大學的所有學生都必須成功完成被稱為青蛙週的為期一週的學生基本訓練。並且所有學生必須遵守北喬治亞大學的學則。

不同於台灣軍校組成，北喬治亞大學約有70%為一般平民學生，其餘30%為接受軍事化訓練及管理的軍校生，平民學生不需要接受軍事教育，其待遇視同一般大學生，且雖然其與軍校生的住宿範圍分開，但一同參與大學課程與社團等。除此之外還有許多的民事人員負責學校各項行政管理業務。

## 肆、交流內容介紹

### 一、新生訓練 ( Frog Week )

北喬治亞大學的新生訓練週是該校新生必須參加的入學活動，類似於台灣軍校的入伍訓練，但形式更加多樣且具個性化。這為期一週的訓練主要由二三年級的學生自行組織，新生被稱為“Frog”。每天清晨六點，連上幹部會用敲門和喊叫的方式叫醒新生，要求他們迅速集合。在此期間，新生需快速熟悉校園環境、掌握各項規定，並認識學校的重要幹部。為幫助新生記住幹部職務與階級，學校設計了一種創新的訓練方式——在走廊上張貼幹部肩飾，要求新生在集合前後經過時須大聲問好。此方法被認為比傳統背誦級職表更高效且實用。

訓練課程內容涵蓋多項基礎戰技與實用技能，包括武裝游泳、水中自救、歸零射擊及野外求生等，並由校內特殊軍事社團的成員負責教學指導。這些社

團如突擊兵社 ( Ranger Challenge )、極限運動社 ( Mountain Columbo )、射擊隊 ( Rifle ) 及戰鬥射擊隊 ( Aggressor )，為學生提供豐富的軍事訓練選擇。學生可根據個人興趣選擇參與，不僅能進一步提升技能，還有機會組隊參加各項比賽，與其他院校一較高下。

透過這種靈活多元的訓練模式，北喬治亞大學不僅促進了新生快速融入校園生活，還展現了如何在嚴格的軍事教育中融入個人興趣，鼓勵學生發揮熱情與潛力，實現個人與團體的共同成長。

## 二、障礙及向心力建立 ( Obstacle courses & Team Building )

參加克服障礙與建立團隊向心力的活動對我們而言是一段既挑戰又收穫滿滿的經歷。這些活動設計巧妙，不僅考驗了體力，還需要全隊的溝通與合作，讓我們在過程中學到了許多關於團隊合作和自我突破的寶貴經驗。

其中印象最深刻的一個活動是「盲人迷宮」。我們每個人被蒙上眼睛，只能依靠隊友的語音指導穿越複雜的路線。剛開始時，由於指令不清，許多成員走錯方向，甚至發生碰撞。後來，我們總結經驗，制定了清晰的溝通方式，例如使用簡短、明確的指令，並且輪流發言避免混亂。這不僅讓我們成功完成挑戰，也讓我深刻體會到良好溝通對於團隊合作的必要性。

另一個讓我們印象深刻的活動是「高空斷橋挑戰」。這是一個需要爬上高處並跨越一段空隙的項目，是一個巨大的心理挑戰。當我們站在斷橋邊緣時，感到緊張和猶豫，但聽到隊友們不斷給予鼓勵的聲音時，鼓起勇氣跨出了那一步，並成功完成任務。這不僅克服了對高度的恐懼，也感受到團隊支持的力量。

這些活動讓我們明白，無論是清晰的溝通還是彼此的信任，都是團隊成功的關鍵。同時，這些經歷也突破了自我的極限，增強了自信心和解決問題的能力。

## 三、學校生活

### (1) 體能訓練 ( Physical Training簡稱PT )



每週一、三、五早上0600至0750，全部軍校生須於操場或足球場集合進行體能訓練，結束後即解散。場地由第一營與第二營每週輪流使用，訓練計畫則由各連訓練士提前一週擬訂，並於收假時透過電子郵件通知全體學員。訓練內容將根據場地特性而進行調整，常見項目包括六角槓硬舉、負重衝刺、引體向上、藥球拋擲、跑階梯、60/120間歇肌耐力訓練、長跑與負重行軍等。訓練採分站輪替方式進行，每站約10至15分鐘，由幹部帶領操作並指導動作。長跑項目依學員體能狀況分為A、B、C三組，按照不同速度繞行校園或周邊道路，總時長約30至40分鐘。訓練結束後，全體集合，由連長彙整當日訓練回饋與建議，持續優化訓練內容與流程。服裝將依照天氣狀況適時調整，並確保學員訓練時的安全性。若遇惡劣天氣或雷電警報，訓練將取消，並另行通知相關安排。

## (2) 額外任務 ( Extra duty )

### 1. 集合時間：

依各連隊幹部通知為準。

### 2. 集合目的：

內務檢查 ( Room Inspection )：檢查宿舍環境及個人物品擺放是否整潔有序。

服儀檢查 ( Uniform and Haircut Check )：確認服裝儀容與髮型符合規定標準。

### 3. 集合後安排：

各班負責清潔公共區域，如走廊、大廳等場所，確保環境整潔。

## (3) 日常作息 ( Daily Rules )

### 1. 升降旗儀式：

- 每日0630升旗，1700降旗。
- 升降旗由各連各班按值星順序輪流執行。

### 2. 上課與自習時間：

- 0800後開始上課，學生依課表前往教室就位。

- 自習時間可在寢室休息、體育館運動、圖書館自習、用餐或購物，但須穿著當日規定服裝。
3. 服裝規定：
- 1000前可著運動服用早餐；1000後除健身房運動或特殊需求外，皆須穿當日規定服裝。
  - 每週一、三著迷彩服（OCPs）；二、四著軍便服（Class Bs）；週五著校服（Campus Casual）。
  - 1700後除新生外可換著便服；星期五1500後除新生外可換著便服並離校，新生須穿迷彩服離校。
  - 學期期間不額外服儀檢查，但班長會於早點名提醒刮鬍與髮型整理。
  - 一學期2-3次便服日，參加公益活動並支付3美元可獲資格；便服日通常搭配軍常服日，如週二便服、週四軍常服。
  - 表現優異可爭取額外便服日，例如募款活動勝出可獲獎勵。
  - 服裝會依天氣狀況調整；遇惡劣天氣或雷電則訓練取消。
4. 夜間管理與宵禁：
- 1700後若無特別集合可外出，新生需留校並於1900集合夜讀至2200。
  - 夜讀期間新生可自由安排活動，但不得離開校區或連隊範圍。
  - 週日到週四晚間2400宵禁（Taps），幹部查寢，所有學生須於宵禁前返回寢室。
  - 若需提前休息可申請提早查寢（Early Taps）。
5. 假期與休假安排：
- 每月依當地活動或典禮安排一週管制休假週（Closed Weekend），學生須留校執行勤務。
  - 例：北喬治亞大學淘金節（Golden Rush）期間負責交管與停車引導。
  - 因地理因素可申請路程假（On Leave），通過後免於早點名與宵禁管制。
6. 訓練與活動安排：
- 每週一、三、五早上0600至0750，全員進行體能訓練。
  - 訓練場地由第一營與第二營輪流使用，訓練計畫由各連訓練士提前一週擬定，並於收假時透過電子郵件發送給全體學員。
  - 訓練計畫會根據場地特性調整，常見項目包括：六角槓硬舉、負重衝刺、引體向上、藥球拋擲、跑階梯、60/120肌耐力訓練、長跑訓練及負重行軍等。
  - 訓練採分站形式進行，每站由幹部帶領操作，每站時間約為10至15分鐘，完成後依序輪換。
  - 長跑依體能分為A、B、C三組，依不同速率繞行校園或周邊道路，時間約30至40分鐘。
  - 訓練結束後，全員集合，由連長收集對訓練的意見與建議，持續改進訓練品質。

#### 7. 假期與請假規定：

- 學生可申請路程假 ( On Leave ) 前往其他地方，通過後將免於早點名與宵禁管制。
- 路程假需提前向連隊提出申請，並由上級審核批准。
- 在特殊情況下，學生也可申請其他類型的假期 ( 如病假、事假等 ) ，並按照學校規定程序辦理。

#### 8. 特別活動與任務：

- 根據當地小鎮活動或學校節日，可能安排特別任務或活動，例如社區服務、校外執勤等。
- 學生需要參與並配合當地或學校安排的義務工作，如交通協助、活動引導、物資募集等。
- 例如，在淘金節 ( Golden Rush ) 期間，學生會負責協助交管及引導停車，並協助管理人流。

#### 9. 其他規定：

- 在所有活動與任務中，學生應保持高度紀律性，遵守學校與連隊的各项規範。
- 學生應該定期檢查自己的服裝、個人物品與宿舍環境，確保符合軍事標準與學校要求。
- 學生在校期間應保持積極態度，並參與集體活動以增進團隊合作精神。

### (4) 軍事訓練課程 ( MILS、MILS Lab )

( 1 ) 軍事科學 ( Military Science, MILS )：這是一門每週兩堂的理論課，課程涵蓋了從地圖閱讀、戰傷處置到軍人道德與領導能力等多方面的內容。課堂採小班教學，教官會設計與課題相關的問題，讓學生分組討論並分享結果，旨在增進學生的理解與應用能力。

( 2 ) Lab時間：每週一的下午1500至1700進行，這部分相當於軍事訓練課，課程內容與暑期訓練相似，涉及班級戰術如班攻擊、班防禦等，並介紹戰鬥技術與武器操作。此外，課程還包括野外生存技能，如紮營與偽裝技巧等。課程結束後，指揮官會召集各連隊進行精神鼓舞與表揚，並在1700降旗後解散。

### (5) 環境、服儀檢查

1. Health and Wellness：這是較為簡單的內務檢查，通常由實習營級幹部進行隨機抽查。若發現問題，受檢者只需進行改正並重新檢查，不會處罰。此檢查大約每兩週進行一次。
2. CIP：一學期一次的全面檢查，涉及最為嚴格的內務與服儀要求。學生需保持最高標準，檢查由最高層級的實習幹部負責進行。如果有任何不符合標準的地方，受檢者需要接受兩小時的基本訓練。
3. Room Inspection：每週進行，由實習連長、士官長等人檢查學生宿舍，重點檢查是否有禁用品以及房間的整潔程度。

在北喬治亞大學，學生的內務管理較為寬鬆，主要強調整潔。抽屜內的物品需按規定分類擺放，床鋪要求將棉被鋪平，其他如桌面或房間的佈置則沒有具體要求，學生可自由安排自己的寢室，擺放個人物品。

## (6) 懲罰 ( Punishment )

### (1) 基本教練 ( Tours )

懲罰分為持槍和不持槍兩種形式。受罰人需要穿上迷彩服和迷彩帽，在營部宿舍區內的一個小方形區域內不斷行走。每次懲罰的最長時間為4小時，每小時可休息5分鐘。由於每週有最低時數要求，學生不能將懲罰拖延。若無法在規定時間內完成懲罰時數，將會面臨額外處置。因此，受罰人必須利用自己的空閒時間來完成此懲罰。若無法在學期結束前完成全部時數，將會被停學。

### (2) 校園禁足 ( Campus Restriction )

受罰人將不得離開校區，只能在校區裡活動，時間依照懲處輕重而定。

### (3) 房間禁足 ( Room Restriction )

受罰人將被禁足於寢室內，如需出寢室上課或吃飯，需至安官桌回報離開時間才可離開，並於回到寢室前再次回報時間。

## (7) 衛哨

每晚從1800時至Taps結束前，各連隊會指派一名二至四年級學生擔任集合大廳的安全負責人（CQ）。新生不參與此職位，而是由較高年級的學生輪流負責。而高階幹部，如實習排長或實習連長等，則會在每晚的2400至0600時段輪班值守，負責本部連大廳的安全工作及監督升降旗是否有準時。值班順序將由各連隊協調確定。值班期間，執勤人員可以自由活動，但必須保持在衛哨區域內，並且不得離開該區域。此外，負責本部連大廳的值班人員，還需要在1900時進行巡查，檢查軍事中心和各宿舍的門窗是否已經上鎖，並確認所有執勤人員已經準時到位。

## (8) 體能測驗（ACFT）

ACFT（Army Combat Fitness Test）是北喬治亞大學學員的體能測試，每學期進行一次，內容涵蓋六項基本的體能測試，這些測試反映了美軍士兵所需的基本體能要求：

1. 硬舉：測試者需要舉起64公斤的重物，達到此標準即為合格。
2. 藥球後投：使用4.6公斤的藥球，向後投擲至至少4.5米的距離為及格標準。
3. T型伏地挺身：在標準伏地挺身的姿勢下，將下巴貼地後雙手伸直，再收攏至胸前，隨後將上半身撐起。合格標準為2分鐘內完成10次。
4. 重物拖拉與搬運：士兵需在25公尺的距離內，拖動一個重90磅（約41公斤）的物品，並搬運兩個重40磅（約18公斤）的物品，來回衝刺兩次，模擬實戰中拖行受傷士兵或搬運裝備的情況。
5. 懸垂舉腿：在2分鐘內完成最多的次數，要求膝蓋與手肘接觸，這項測試類似傳統的單槓引體向上，但不需要引體向上動作，強化核心肌群，消耗的體力是仰臥起坐的兩倍。
6. 2英哩跑：跑步距離約為3.22公里，測試士兵的耐力。這項測試與懸垂舉腿之間，只有5分鐘的休息時間。

這些測試不僅是體能挑戰，也旨在提高士兵在戰場上的體能應對能力。

## (9) 淘金節（Gold Rush）

北喬治亞大學所在的小鎮有著深厚的歷史背景，是美國淘金熱的發源地之一。為了紀念1828年首次發現金礦、引領城鎮走向繁榮的歷史，每年的10月第

三週的假日，鎮上都會舉辦盛大的慶祝活動。活動期間，鎮上會設置大型市集，展售各類手工藝品、當地新鮮農產品以及特色小吃，吸引來自全國的遊客蜂擁而至。作為活動的一部分，北喬治亞大學的學生旅也會組織繞行小鎮的遊行活動，所有軍校生以連隊為單位列隊行進，沿途高歌、報數，展現軍紀與活力。當地居民則熱情地在路旁歡迎，形成一幅軍民和諧的動人畫面，完美詮釋了軍隊與社區之間的深厚情誼。

## (10) 領導戰鬥營 ( National Leadership Challenge )

為了讓對軍校生活感興趣的高中生能夠更深入了解學校的日常運作與制度，學校特別舉辦一個為期兩天一夜的營隊活動。透過這次體驗營，高中生們將有機會親身參與學校的日常作息與訓練安排，並感受軍校的獨特文化與規範。負責協助這次活動的則是輪值營的學員，他們全體都需留校協助，無法享有週末休假。學員們的工作內容包括擔任活動支援人員、輔導員以及負責各項後勤事務，確保活動順利進行，讓參加的高中生獲得全面而真實的體驗。

## (11) 兵科之夜 ( Branch Night )

北喬治亞大學作為一所陸軍學校，學生不需要參加軍種抽籤。然而，學生在選擇未來任官的專業方向時擁有高度的自主權。從大三開始，學校會舉辦一系列講座，詳盡介紹各官科的職責與工作內容，幫助學生深入了解不同的專業領域，為志願選擇提供參考。在學生提交志願後，各官科會進行審核與篩選，並於「兵科之夜」活動中公布分配結果，讓學生明確未來的發展方向。

## (12) 選課與註冊

選課系統有固定開放時間，可以根據自己的專業及興趣選擇並且各堂課間僅有建議年級而非硬性規定，但一定要選修前置課程，才可繼續選擇更高級的課程，不受年級限制。

## (13) 學年課程

北喬治亞大學規定所有軍校生（含交換生）每學期皆須選修體能訓練（Physical Readiness Ldrshp/Exrcs）一學分及領導統御與決策（Leadership and Decision Making）二學分，兩課程合計三學分，為必修學分，餘課程則依交換生個人興趣及研究領域實施選課，以下分述之：

### (1) 學生龍冠潔

學科的部分我選修「商業概論」（Introduction to Business）三學分、「社會學概論」（Introduction to Sociology）三學分、「執法概論」（Introduction to Law Enforcement）三學分，合計九學分。

在這三堂課程中，老師每週都會安排一個主題並要求每個人每週都要交一份報告，其中我最喜歡的課程是執法概論，在每週不同的主題探索下，都讓我更深入的了解喬治亞州的州法以及美國聯邦法。在期中考後老師安排了論文寫作，主題是警察心理健康問題，由於美國公民持槍率高，警察在維護治安的過程中，隨時可能面臨來自武裝犯罪嫌疑人的危險，這進一步加劇了他們的心理壓力。這篇論文及這門課程讓我對法律和執法機制的運作有了更加深入的理解，特別是在涉及警察職業倫理、心理健康與社會安全等議題時，帶給我許多啟發，也看到在不同國家法律的制定、落實大不相同。

### (2) 學生蔡宗益

選修「精神病理學」( Psychopathology ) 三學分、「認知心理學」( Cognitive Psychology ) 三學分、「組織管理學」( Organizational Behavior ) 三學分「現代文學」( Literary Chinese ) 二學分、及「領導力和抉擇」( Leadership and Decision Making ) 二學分，合計十三學分。

在選修精神病理學課程的學習歷程中，學生蔡宗益有顯著的成長。這門課由擁有諮商師執照及精神科醫生執照的資深教授授課，校方將課程設定為大三心理系學生必修課程，教授對學生的要求卻相當嚴格。每週都有論文需要完成，教授對論文的要求保持高標準，學生不僅需要對論文題目提出具有批判性和創新性的觀點，而且論文內容必須透過臨床案例文章做分析報告。雖然一開始對論文寫作感到非常陌生，但在主動向教授尋求幫助後越來越上手。且在繳交個人論文後需要以小組口頭報告，並需要以全英文的方式在全班同學面前進行，並回答老師和同學的提問。這些課堂參與使得學生在一開始雖然很辛苦但在學習過程中能夠挑戰自我，成功提升了英文寫作和口語表達能力，最終在學期結束時獲得了教授和同學的正面肯定。而學生最喜歡的課程是組織管理學的課程，因為在課堂中有不同背景的同學，有軍校生也有普通大學生，教授的第一堂課是需要大家將自己銷售出去，說出自己的優點還有自己的經歷，並在課程結束前並分組。過程中學習了很多有關組織的特性、風格、要如何管理等，學生認為在課程中所學習的知識都能應用在軍校以及部隊實務之中。



## 伍、心得與建議

### 一、個人心得

#### (一) 學生龍冠潔

學生原本並未將赴美交換列入大學四年的計畫中。然而，大三下學期，在媽媽的鼓勵下，我開始準備英文檢定考試，並將赴美交流視為一個必須完成的目標。經過三個多月的努力，我成功獲得了北喬治亞大學的交換機會。

初到美國時，陌生的環境讓我感到不安，但同時也激發了我對新事物的好奇心。我積極探索周遭的一切人事物，面對生活中與臺灣截然不同的文化差異時，我選擇以模仿的方式學習，觀察並效仿身邊的行為舉止，努力讓自己融入當地生活。在這樣的過程中，我逐漸適應了北喬治亞大學的節奏，成功融入美國的學習與生活環境。

在北喬治亞大學的交換經歷對我來說是一個全新的挑戰與成長的旅程。除了適應文化差異和語言上的挑戰，我還參與了當地許多課程與活動，這讓我對美國的教育體系有了更深的理解。課堂上，教授們鼓勵學生發言並提出問題，這與我在臺灣的學習經驗有很大不同。我逐漸培養了主動參與的習慣，不再只是被動學習，而是積極與同學及教授交流，這讓我在學業上有了顯著的進步。

除了學術上的收穫，我也在交換期間結識了來自世界各地的朋友。他們分享的不同文化背景與經歷，讓我對多元文化有了更深的體會。例如，在一次跨文化交流活動中，我和來自德國、日本及韓國的學生交流飲食、傳統和價值觀讓我受益匪淺，也增強了我的溝通能力與對不同文化的認識。

這段經歷也讓我重新審視自己的目標與未來的方向。交換期間的每一天，都充滿了挑戰與成長的機會，這些經歷不僅讓我更了解自己，也讓我更加確定未來工作的方向。回顧這段旅程，我很感激當初下定決心踏出舒適圈，這讓我在短短的半年裡獲得了無法替代的寶貴經驗，為我的人生帶來了嶄新的視野與可能性。

#### 二) 學生蔡宗益

四個月的美國北喬治亞軍校交換經歷，讓我獲得了豐富的學習與成長。這樣的交換經歷不僅讓我接觸到美國的軍事訓練與教育體系，還能體驗與來自不同背景同學們合作，學習他們的軍事文化與價值觀。

剛開始時，我對北喬治亞軍校的環境感到有些陌生，這裡的生活節奏緊湊，從每天早晨的晨跑、訓練到晚上課後的自習，每一個細節都要求高度的紀律性。我很快就意識到這裡的每個人都在為同一個目標而努力，那就是成為更加優秀的軍事領袖。

我參加了多次軍事課程，這些課程不僅提高了我對戰術理解，也讓我更加注重細節和團隊協作。北喬治亞軍校對領導力的培養非常重視，每週的領導力課程讓我深入理解如何在高壓環境下做出決策，並且如何激勵和帶領團隊。

我有幸與來自不同國家的同學一起訓練，這讓我了解了不同軍事體系的優勢和差異。例如，美國學員在應對快速變化的環境時顯得更加靈活，而我來自亞洲的背景讓我在戰術規劃上更注重謹慎和精確。這些不同的觀點和經驗讓我受益匪淺，也加深了我對軍事的多元理解。

在這四個月的時間裡，我學會了如何管理自己的時間與精力。每天的訓練、學習、集體活動讓我養成了高效的時間規劃習慣，無論是早晨的體能訓練，還是晚上的學術研究，都能夠在緊湊的時間表中找到平衡。

有一次在一個長時間的行軍訓練中有隊友體力不支幾乎放棄，但在同伴的鼓勵下，他強忍疲勞，最終完成了任務。這次經歷讓我意識到，當面對困難時，只有保持堅韌的意志，才能最終克服困境達成目標。

這四個月的軍校交換經歷讓我對軍事領導有了更深刻的理解，也激發了我對成為一名優秀軍官的渴望。我將這段經歷視為職業生涯的寶貴資本，未來無論在哪個領域工作，我都會秉持軍人精神，追求卓越，為團隊的成功而努力。

## 二、建議

在這四個月的交流學習中獲益良多，在此提出以下幾點建議：

### (一) 重視學業

美國軍校十分重視學生的課業表現，旨在培養各方面優秀的人才投入軍旅。其課程安排與一般民間大學相仿，難易度與作業量皆具挑戰性

，因此北喬提供學生較多的自由時間與自主權，讓學生得以專注於課業，並學習實用技能。相較之下，我國軍校生的學業經常被忽視，學生的時間反而被各種瑣碎事務占據，甚至需要犧牲上課或自習時間來處理業務，導致學業淪為次要目標。本末倒置的情況不僅使老師被迫降低課業標準，也讓學生養成敷衍課業即可過關的錯誤心態。因此，學生認為應該重視各系所的專業科目，給予更多時間與空間，創造能夠專心讀書的環境，讓學生內化專業知識，強化技能，進而在未來對軍隊貢獻專長與才能。首要之務是改變學生對課業的態度，提升課業競爭強度，讓學生不再得過且過，而是積極投入學習，為軍隊培養真正具備實力與競爭力的專業人才。

## （二）調整環境檢整時間和程度

北喬的生活管理規定中，環境清潔主要依賴新生在固定時間執行打掃任務，其他時間則由各負責區域自行維持，並定期檢查，校園公共區域則委由外包廠商管理。然而，在政院的環境維護制度中，由於檢查頻率過高且標準繁瑣，學生不得不投入過多時間在打掃與準備檢查上，甚至影響到正常的自習安排。為了減輕學生負擔並提高效率，建議將旅部檢查調整為每月一次，中隊檢查維持每週一次，並確保每次檢查都能落實改善措施。如此一來，不僅能有效維持環境整潔，還能騰出更多時間供學生專注於學業發展，達到管理與學習兼顧的平衡。

## （三）自習時間的運用

北喬的學生一天通常有兩到三堂自習時間，這段期間學生享有較高的自由度，可以選擇上床休息、到圖書館學習或前往健身房運動，只要遵守紀律即可。然而，政院對學生自習時間的管理過於僵化，除公差勤務外，學生經常被要求在座位上端坐唸書，缺乏彈性與自主性。學生認為應賦予更多自我規劃權利，例如開放自習時間至健身房訓練，以促進體能發展，尤其每天統一運動時間僅有不到兩小時，難以滿足需求。大學生已具備成熟自律的能力，應對自己的安排負責，而非被過度規範。此外，北喬學生在較為自由的管理下，能適時利用自習課休息、閉目養神，反而在課堂上保持充足精神，不會因疲勞而影響學習效率。因此，合理調整自習時間的使用方式，允許學生依需求進行休息或運動，不僅能提升自律與管理能力，也能確保學業與體能發展並重，若學生普遍能有效應對課業，自習課彈性運用更應成為其應得的權利，而非一味受限於僵化規範。

#### (四) 體能訓練

北喬治亞大學的體能訓練時間為每週三天，每次為期兩小時，相較之下政院的體能時間過於零散短暫，無法讓學生真正全心投入在訓練上，若能取消早上或下午某一時段的訓練，轉而加強另一時段的強度，將能起到更好的訓練效果。此外，政院體能訓練菜單通常採用徒手訓練的方式，若能適度加上重量訓練能更符合現行的訓練潮流。而為了達到能使所有人都能做適度的重量訓練，則校內的健身房過於狹小、且器材缺失之問題應被改善，學生建議至少應添購、增設自由重量區，來鼓勵學

生訓練功能性肌群，大幅提升爆發力、協調性、肌力，自然也不會有學生在戰技測驗上不合格。

## (五) 軍事訓練

北喬治亞大學治亞大學的軍事訓練時間為每週一下午兩小時的時間，另外三年級老生隊每天下午都要到學校後山的訓練場進行戰術行軍訓練，四個月訓期中的軍訓課教授了許多實用之軍事知識，與政院以基本教練、閱兵為主的軍訓課差距甚遠，學生認為軍校生時間寶貴，應利用軍訓時間的兩小時培養真正能為軍隊做出貢獻的技能，畢竟戰爭隨時可能爆發，尤其台海關係愈發緊張，我們需要的是一支能作戰的部隊，而不是一支站得整齊漂亮的軍隊。透過與部隊接軌的軍事訓練也能提高學生對自己身為軍人的認知、認同。避免真正面臨戰爭時，無法做出正確應對。

## (六) 寢室內務管理

學生參觀過許多同學朋友的寢室，除了基本物品的擺放位置及違禁品的管制外，學生能自由佈置和打理寢室，許多寢室和桌面都被裝飾得充滿個人特色。學生認為寢室內務的管理應著重於整齊、美觀，而非過度限制個人物品的擺放，例如規定只能放幾本書或禁止擺放零食等，導致寢室缺乏活力與個性，進一步降低學生對生活環境的認同感。若能適度放寬寢室管理規範，給予學生布置個人空間的自由，將有助於提升心

理舒適度，減少壓力與情緒問題，進而促進學生的精神健康與整體生活滿意度。

## (七) 靈活思考與運用

不論面對何種命令或任務，每個人都可能有不同的看法與感受，有人認同也有人認為有待改進，這些觀點並無絕對對錯，應尊重並採納多方意見，透過溝通協調出最理想的結果。在北喬的訓練課程中，幹部鼓勵學生勇於表達自己的意見，即使指導者是學長姊或教官，只要心中有疑問，學生都能主動舉手提問，甚至提出反駁，展現自主思考與表達能力。我國學生發言風氣較不盛行，較少鼓勵公開討論與質疑。北喬的課程設計強調培養學生自主思考，而非一味提供標準答案，這樣的教學理念有助於培養未來軍官與領導者的決策與應變能力，值得我們借鏡與學習。

## (八) 減少集合次數

北喬治亞大學在平日時若無特殊活動，僅安排每日一次集合，通常於早晨進行，每次約為5至20分鐘，讓學生擁有更多自主運用時間。因此，建議我國軍校參考此模式，適度減少集合次數與時段，將集合重點聚焦於必要事項，以提升效率並釋放更多時間供學生投入課業與自我發展，從而兼顧紀律與學習成效。

# 陸、附錄

## 一、交流進修紀實



Frog Week新生週偽裝訓練介紹



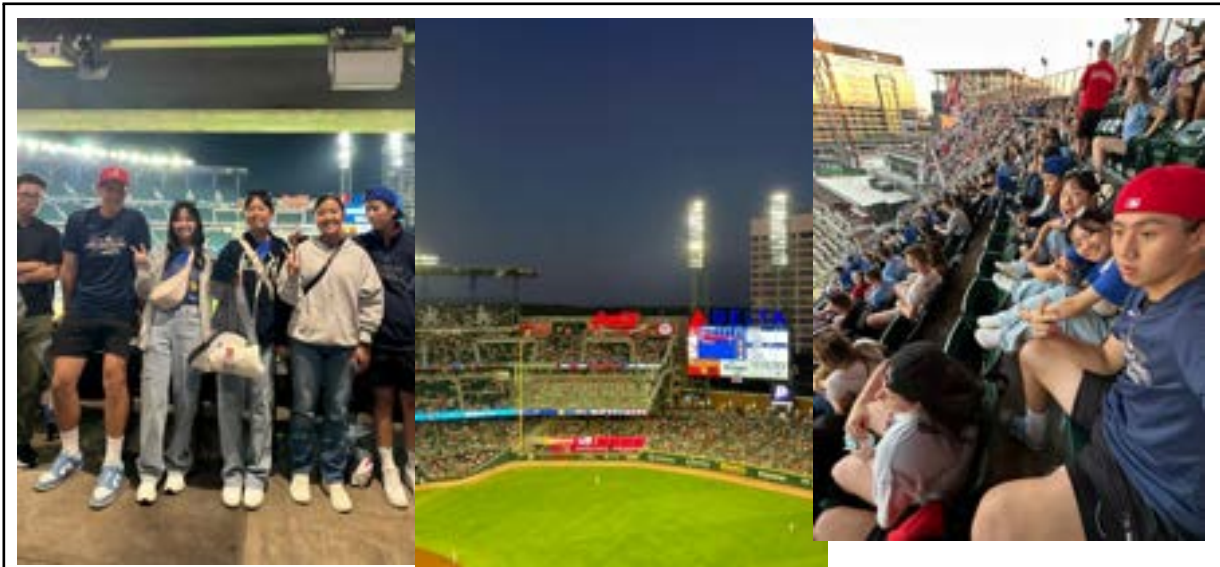


Frog Week射擊訓練體驗



開學典禮





美國職棒亞特蘭大勇士棒球隊







黑鷹直升機體驗紀錄





與國際學生合影





參訪美國步兵學校營區



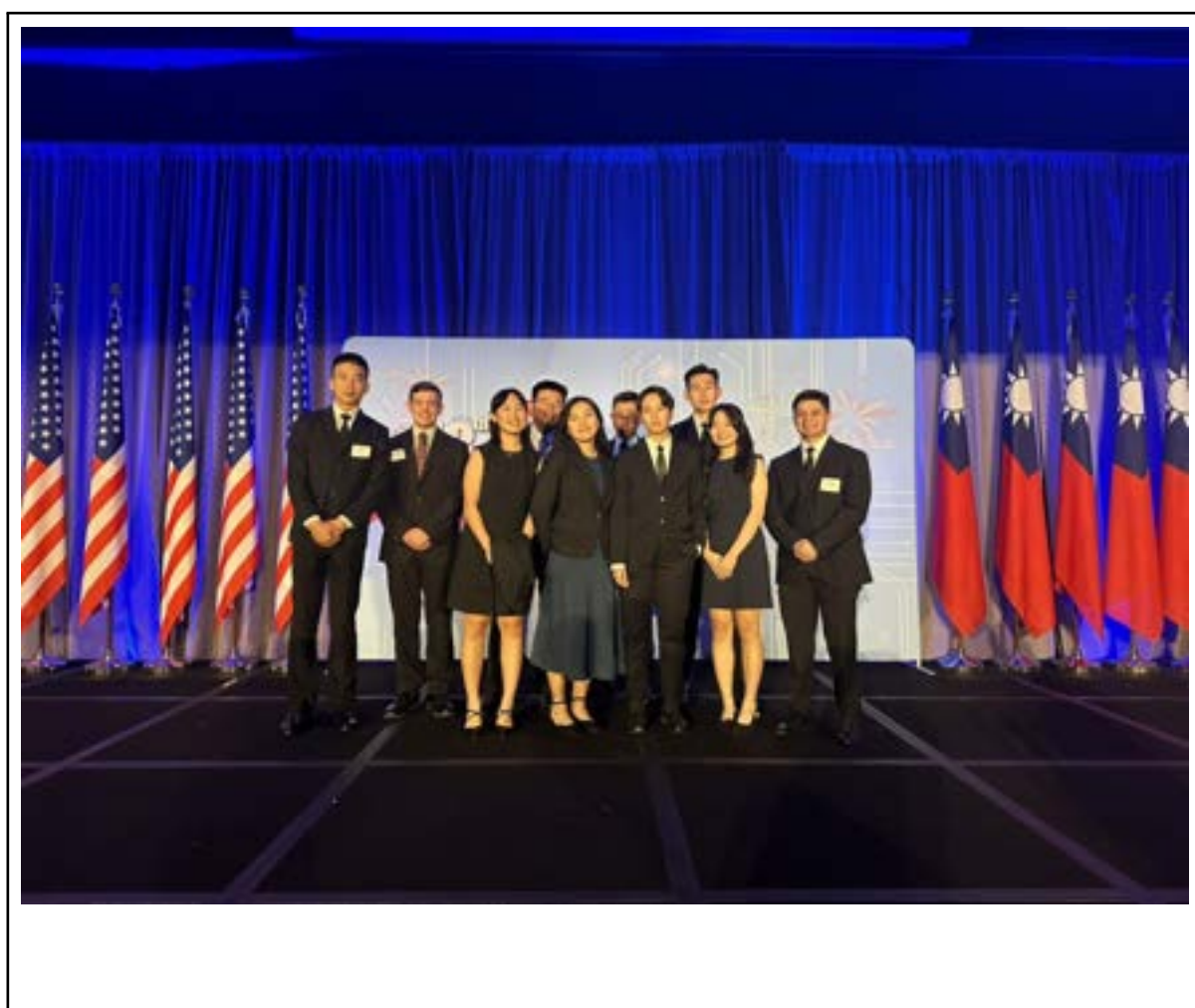
與陸官、管院長短期學生拍照留念



與北喬治亞大學中文系老師及教參官聚餐



早上負重行軍訓練

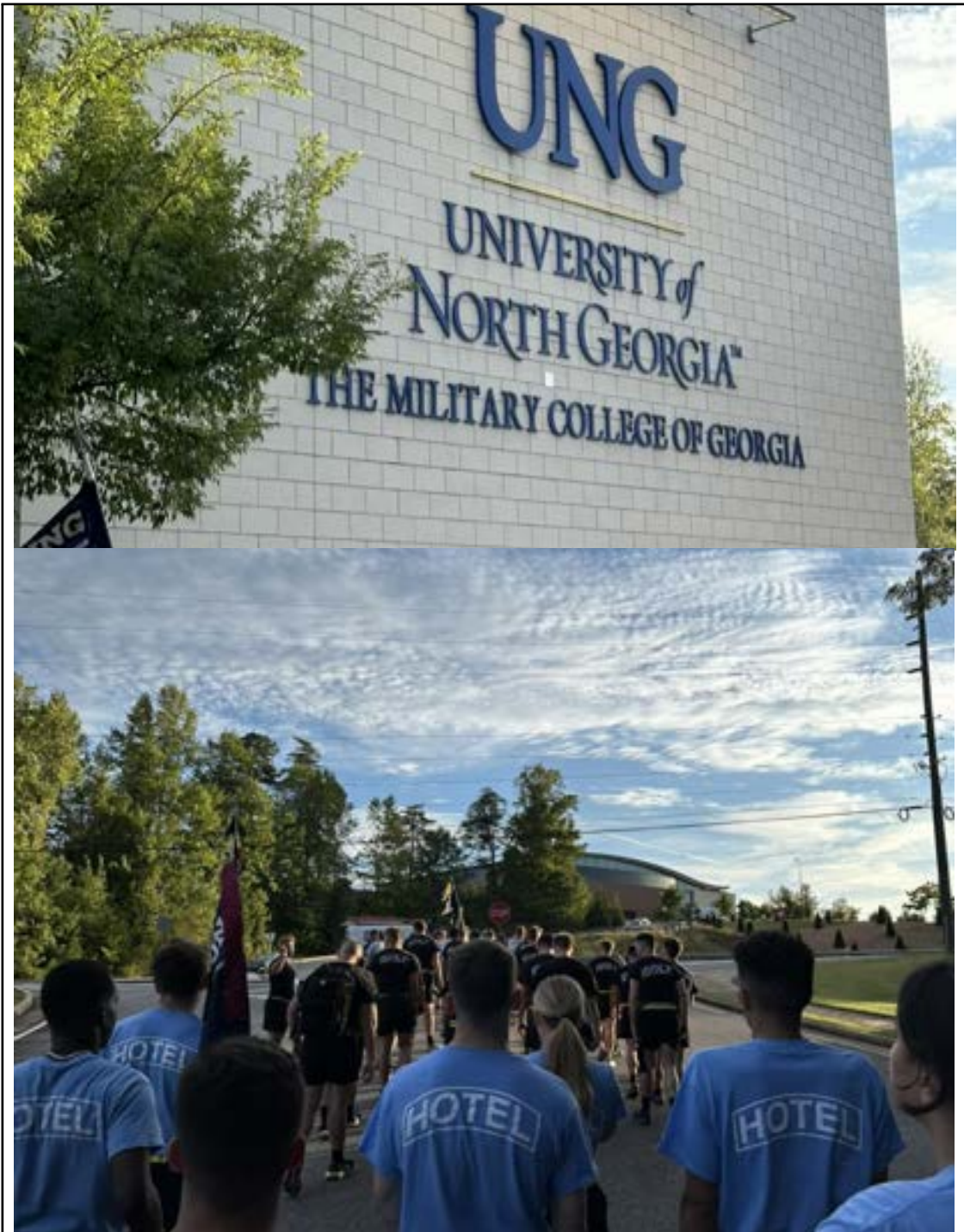






參加臺灣在亞特蘭大文化交流協會舉辦的國慶酒會





晨間體能訓練

## 二、赴美交流期間所需經費概算表

赴美交流期間所需經費概算表

項目	金額 (每人,單位:新台幣)	備註
出國保險	依個人而定	依個人需求而定, 學生龍冠潔及蔡宗益皆花費3700元
雅思托福檢定	依考試類型不同而定	學生龍冠潔花費7800元, 學生蔡宗益花費7700元
簽證費	12835	SEVIS I-901為7100元 非移民證類別申請費為5735元
來回機票	100000	含國際線及美國境內轉機
生活費	120000	日常及個人消費
每人合計	龍冠潔244,335 蔡宗益244,235	
總計: 488,570		