



瑞典 Sweden (人口：約 900 萬人/面積：45 萬平方公里)

比起功利主義掛帥的美國，瑞典像是及時行樂的生活玩家。就像源自於瑞典的國際品牌：IKEA 宜家傢俱、Volvo 汽車、Ericsson 易立信等，瑞典一直以來予人低調內斂、中庸、樸素以及恰如其份的印象。「剛剛好最好」正是瑞典人的生活哲學。瑞典不講就排名的平等教育制度，提供你一個最好的學習環境，能夠在沒有壓力的環境下真正發揮自己的長才。到瑞典擔任交換學生，除了你的鄰居或是同學，你還會交到很多來自世界各地的新朋友，這會是一生中最難忘的經驗！

學習瑞典語

瑞典語對於我們的交換學生來說絕對是這一年交換生活中最大的挑戰之一。學習一個全新的歐洲語言不是一件簡單的事，這點我們的瑞典家庭們很清楚，也準備好要陪你一起學習這個優美的語言囉！只要你有心練習，不要害怕犯錯，整個家庭、學校、社區都是你的語言教室，每個人都是你的老師！

接待家庭

瑞典家庭重視家庭成員之間的互動以及分工合作，因此千萬記得要成為瑞典家庭的一份子，一定要主動參與家庭事務，互相幫忙，不要把自己當成客人喔！

我們的接待家庭都有著極高的熱誠來接待交換學生，期待和你一起分享瑞典文化，也希望藉由你來了解台灣，準備好成為文化小大使了嗎？

- 適度展現願意與接待家庭以及他們的親戚友人互動的熱忱；
- 成熟的價值觀及國際觀；
- 把瑞典家庭當做自己家人
- 敞開心房和他們一起分享自己的心情與想法；
- 積極主動的參與瑞典家庭安排的活動。



瑞典中學制度

瑞典的高中學制一般 2~4 年，設有幾種不同修業年限的課程，分普通專業班和特殊專業班。普通專業班，2 年制設有 23 種專業，3 年制設有 4 個專業，4 年制設有 1 個專業。特殊專業班，設有 400 多種不同類型的課程，一般分為初級特殊班和高級特殊班，修業年限有從一週到幾年不等。有些特殊班程度較高，上完普通班後才可升入。新體制高中畢業生升學和就業有很大靈活性。1977 年規定，學生無論由那種類型的高中畢業，都可以進各種類型的高等學校學習。隨著貿易全球化，英語成為瑞典人最普遍的第二語言，對生於第二次世界大戰以後的人尤其如此。從 1849 年開始，英語就是高中的必修課程，在 1940 年代後期更是成為所有瑞典學生的必修課程。大部分瑞典人還掌握其它一門甚至幾門語言，如西班牙語、德語、法語和義大利語等。

基本申請資格

1. 15 至 18 歲之應屆國三至高二學生
2. 持有中華民國護照者
3. 通過 SLEP 測驗達 50 分以上
4. 在校成績平均 C 或以上

聽聽他們怎麼說

『開學後學校也出現了許多令人興奮的課，例如藝術課我們開始畫起了裸體模特兒。一開始會有點緊張不過很快就習慣了，也不會感到不舒服或什麼的，只是覺得很有趣。看了學校的音樂科系學生的表演，只覺得他們真的都很優秀。雖然說是音樂表演，但結合了樂團伴奏，有戲劇還有劇情，而且還要跳舞演戲，表演可看性十足，非常有趣。和一群朋友去 Sleepover，自己做晚餐，玩 board games 和小遊戲。不像大家想像中一群朋友就是要出去玩，我們在家裡一樣玩的瘋狂。聊天，卡拉 OK，跳舞，每個人都非常瘋狂。』

瑞典很棒的地方在於福利制度實在是好到我不知道該怎麼形容。學校發公車卡給學生，不管搭到哪裡都不用錢。轟媽轟爸都有很長的產假，雖然轟弟兩歲了但是產假還沒用完。轟爸的手機費也是他的公司支付，然後我的手機費率比一般高一點點但有無線上網和免費簡訊，幾乎所有的人也都有 5000 封免費簡訊可以寄，聯絡很方便不用計較電話費。

回顧了一年，發現自己之前掙扎了好久的瑞典文，其實辛苦完全沒白費。之前和朋友在陽光夏日午後坐在咖啡廳外面聊天才談到，「記得一年前我們一句話都不會說，看我們現在都用當地的語言在聊天。」回國後，能夠很驕傲我會一個遙遠的北國語言，我並沒有，空手回來。」**2012-13 瑞典交換學生 吳宣萱**

