

教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修  
之留學生成果報告書

翰林大學留學心得

原就讀學校/長榮大學科系/大眾傳播學系年級:3

獲獎生姓名：姚岱欣

研修國家：韓國

研修學校：翰林大學

獲獎年度：101 年度

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，至少 3000 字及 6 張圖片(含說明)，12 號字：

- 1.緣起/準備（可就交換生甄選準備、出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）
- 2.研修學校簡介及學業篇（可就該研修學校特色、選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述）
- 3.國外研修之課程學習(可就參加之社團、課餘活動或與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗進行分享)
- 4.國外研修之日常生活(請務必就交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食等事項進行陳述)
- 5.費用篇(請就每月生活支出或研習期間必要支出等費用進行陳述)
- 6.感想與建議

## 心得報告

起初，我非常衝動的決定作為交換生到韓國一年，從準備甄選到確定能出國，我一直都沒有得到父母親完全的支持，出國前的那幾個月，我其實過得很辛苦也很煎熬，我獨自準備報名的相關文件和辦理簽證，並且通過學校國際辦事處最後所設下語言門檻，直到一切都就緒之後，父母親才認同我的理想支持我，我知道一個女孩子隻身到國外生活很不容易，但我不想錯過這麼難得的機會，我一直很感謝當初的自己這麼衝動。

到達韓國的仁川機場，馬上就看見韓國翰林大學派來接機的同學們，我覺得翰林大學負責外國交換生的制度非常好，所有的外國交換生都會有不同的 buddy 來照顧，從到達機場那天開始，我們身邊就一直有一個很好的 buddy 協助我們一切在韓國的問題和狀況。翰林大學的外國交換生來自世界各地，人數幾乎坐滿整車的巴士，我從沒想過來到韓國的第一天，竟然就能跟義大利人和法國人聊了起來，英文果然是世界的共通語言，雖然一開始用英文溝通很緊張也很吃力，我發現這一年下來，儘管我並沒有無時無刻的讀英文，但是我有百分之八十的時間都是用英文溝通，雖然我交換的國家是韓國，但是我身邊的韓國人幾乎都有很好的英語能力，這讓我非常驚訝。

翰林大學位於春川，在韓國首都-首爾的邊境，所以我們學校不算是都市，春川好山好水的風景非常有名，一開始心理有些埋怨自己怎麼選擇鄉下唸書，但是，待了一年下來我完全愛上了春川這個地方，首爾就像是我們的台北，很繁榮卻充滿壓力。交通的部分十分發達，韓國的地鐵路線有十幾條而且範圍非常的廣，一開始搭地鐵很吃力，因為路線很複雜而且很容易就搭錯方向，加上我必須學會用韓文的地鐵 app 來查出發和到達的時間，總之，韓國的地鐵現在對我來說很容易而且方便，只要有一張 t-money 卡就能自由自在的穿梭在首爾地鐵裡，除了地鐵，當地人很常搭公車很開車，在路上幾乎不見機車，只有餐廳外賣的機車在車子間穿梭，這樣也是為什麼我的韓國朋友們很驚訝我擁有自己一台機車，因為機車對他們來說是很危險而且少見的交通工具，在韓國街上看到的車幾乎都是國產車，可見韓國人無論是三星手機或是車子都非常喜愛自己的品牌。

在翰林大學並沒有安排交換生上韓文語學堂，我知道其它的韓國大學有些有安排，但是，我們只有一門開給外國人上的基礎韓文課，如果要上韓文語學堂就必須另外付費。翰林大學有非常多英文授課的課程可以讓交換生選擇，但是幾乎沒有中文課，如果自己的韓文能力夠好，我們依然可以選擇韓文授課的課程，而我們能選擇的課程也都是翰林大學學生能選擇的

課程，其實我覺得這樣非常好，和韓國學生們一起上課能更快交到韓國朋友，更快的融入韓國的文化。我很幸運的選到了一門文化交流課，那門課很用心的安排了一半的韓國人和一半的外國人分組進行課程，我的組裡有一位中國人、一位土耳其人和三位韓國人，每一次上課都有不同的主題，讓我印象最深刻的就是第一堂課，老師要我們的韓國組員帶我們外國人體驗韓國的喝酒文化，所以我們才見面一次，就被安排一起去喝酒，而且每一組要喝不一樣的酒，喝完還要做成 ppt 報告，這看似很瘋狂的課程，但是卻讓我非常有感觸，原來平時看韓劇中演員們動不動就喝酒是真的，韓國人的血液裡大概有一半都是酒精吧！說是喝酒，我卻學到了很多，例如，對長輩和晚輩倒酒及敬酒有不同的手式和意義、在韓國替自己倒酒會有倒楣不吉利的傳說和湯匙倒放是擺個過世之人使用的意思...等，一頓飯和酒下來，除了交到了朋友也學習到了韓國的文化，這只是一堂課的收穫，之後還有更多更有意義的課程讓我收穫良多。

有些學校會刻意的把外國人和本國人分開上課，這樣反而讓我們這些交換過去的外國人更不容易融入這個國家，所以我很喜歡翰林大學的安排，我因此在課堂上認識了非常要好的韓國朋友們，在韓國生活中面臨的許多困難，也都是受到了他們的照顧和幫助。韓林大學還有一個很好的安排就是國際宿舍，每間宿舍有兩位韓國人和一位外國人，這樣的安排就是讓想加強自己外文能力的韓國人有機會很外國人相處，也讓外國人能更容易的認識韓國人並且了解他們的生活習慣。當初我是選擇英文層宿舍，所以我的兩個室友都有非常好的英文能力，也因為和他們的相處使我的語文能力大大進步，除了互相學習語言，從生活中也可以很快的發現，儘管我們都是亞州人，但是我們的習慣和價值觀完全的不同，相處在一起的每分每秒都在進行著文化交流，我因此也了解到自己誤解了韓國人和韓國這個國家，從中也讓我反省了台灣的缺點及發現更多台灣的優點。對我來說，出國的目的不是為了學好語言，而是想辦法將自己融入這個國家，就算受到許多文化的衝擊或是受了傷，那也是讓我成長且拓寬我國國際視野的機會。

韓國料理在台灣不算少見，所以我不太擔心自己會有不習慣或是不合味口的困擾，韓國料理偏辣的較多，我也從本來不太吃辣吃到現在蠻能吃辣的，而每餐都有泡菜也是正常的事，在韓國的飲食消費是我最大的困擾，韓國的物價竟然比台北還高，一杯中杯飲料都要台幣一百元起跳，簡單的韓國家庭餐廳，一人份也是要台幣一百五十元上下，到一般的西餐廳吃個義大利麵沒花到台幣四五百元都不用想走出來，我還只是個學生，這樣的生活消費讓我很吃力，所以我勉強逼自己一天只出去吃一餐，其它的能省則省，一個星期吃兩三次泡麵是很正常的事，說到泡麵，韓國人吃泡麵一定會配微波白飯來吃，這樣對他們來說才是完整的一餐，韓國的微波白飯是一個很方便的發明。如果和室友或是朋友懶得出門，我們就會叫外賣，韓國的外賣文化真的讓我很佩服，從冷的到熱的都可以給你送，就算你只點一份炸醬麵他們也會送，我們最常叫的外賣就是炸雞，我覺得自己到了韓國一年，吃炸雞的次數比我在台灣活二十年還來得多，雞肉真的是韓國人的飲食必需品。

這一年下來，我覺得自己成長了很多，無論是自主生活或是人際關係，來到一個陌生的國家肯面臨到許多的挫折和心酸，當然也會有很多快樂和特別新奇的經歷，在這起起伏伏的一年之中，我從身邊來自世界各地國家的朋友身上學習到很多，除了吸收新的知識也學會自我反省。來韓國之前，除了想像能交到許多韓國朋友，我從沒想過自己能交到一個現在和我最要好的挪威朋友，完全不能想像挪威和台灣這兩個國家的距離有多遠，我們能在韓國

相遇而且成為非常知心且重要的朋友，這樣的事情是我來韓國前無法想像到的，我雖然只是一個拿著中華民國護照的台灣人，但是對於我的韓國朋友和外國朋友來說，我的為人和一切行為都代表著台灣，當我開始驚覺自己背負著這樣的重擔，我在開口說話前學會三思，行為也得更自律，除了讓外國人了解台灣，我也在不知不覺中發現更多台灣的好，在這過程中，我學會分享、尊重、付出、反省和感恩。

我覺得無論的各個國家交換，除了拋開所有對這個國家見解，最重要的是像海棉去吸收那些新的事物和文化，交換到韓國的一年，我敞開心胸將生活的每一個部分成為讓自己成長的養分，而且幾乎有自己漸漸成為韓國人的錯覺，一個軀體融入兩個國家的文化，這過程當然會有掙扎、挫折、失望或衝擊...等，但是，就是因為這些負能量成為我最大的收穫。我相信每個人都無法預料自己在未來會發生什麼事，一年前的我給了自己這麼好的機會來到韓國，給了我一個永生難忘的經歷和回憶，我很感謝長榮大學國際辦事處給我這樣的機會，也感謝自己當初如此的勇敢且不放棄的申請交換生，所有在長榮大學就讀的學生都有這樣的機會，但是我能成為代表其中長榮大學到翰林大學的交換生是我的榮幸。



(此圖是所有翰林大學外國交換生拖著自己的行李在機場內等候，人數相當的多。)





(此圖是從學校內往學校大門的坡上，遠處可見高山和藍天白雲的美景。)



(上圖就是第一堂文化交流課所安排的課程，綠色瓶子是韓國人最愛的燒酒。)





(圖中的弟弟向姐姐倒酒，所以弟弟必須用雙手拿著酒瓶，姐姐則用單手拿著酒杯。)  
備註：在韓國就算不是親生的兄弟姐妹也會向年紀比自己大的前輩稱呼哥哥或姐姐。



(翰林大學的 buddy 團隊時常辦一些活動讓外國交換生更深入了解韓國傳統文化，此圖是去到春川的清平寺。)





(除了了解韓國文化，我們也積極的宣導台灣文化，此圖是參與學校舉辦國際園遊會的海報，我們賣的是台灣的珍珠奶茶。)



(此圖是我的 buddy 邀請我到他家參與中秋節韓國家庭製做傳統松餅。)





(圖中和朋友一起叫外賣炸雞，除了炸雞還有炸年糕和炸馬鈴薯片，左手邊由上而下分別是沙拉、辣醬和腌蘿蔔，在韓國吃炸雞通常都要配啤酒。)



(在韓國一個人吃飯也能吃到五種以上的小菜-鮪魚泡菜湯飯-台幣 130)





(第一次參加韓國 buddy 為我們外國交換所舉辦的旅行-南怡島)



(和其它外國交換生一起在韓國觀光-世宗大王像前拍團體照)





(參加 buddy 為外國交換生在冬天舉辦的文化活動-江陵)



(上圖是我參加韓國 buddy 舉辦的國際歌唱比賽。)





(此圖是我們自己集合所有在翰林大學的台灣學生一起在學校野餐。)



(此圖是參加兩個英文班所合辦的國際聖誕節 party。)