

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

啟明大學留學心得

原就讀學校/科系/年級：長榮大學 職業安全與衛生學系 5 年級

獲獎生姓名：林 O 芳

研修國家：韓國

研修學校：啟明大學

研修期程：一學年

獲獎年度： 108 學年 (由國際交流組填寫)

注意事項與說明

1. 填寫本申請表辦理相關申請作業時，視同您已同意本校蒐集、處理、利用您的個人資料；本表蒐集之個人資料，僅限於特定目的使用，非經當事人同意，絕不轉做其他用途，並遵循本校資料保存與安全控管規定辦理。相關之告知事項請參閱本校網站 <http://www.cjcu.edu.tw/pims>
2. 本校個人資料保護連絡方式：台南市歸仁區長大路 1 號；電話：06-2785123#1022；信箱：pims@mail.cjcu.edu.tw

● 目錄

一、緣起.....	1
二、研修學校簡介.....	1
三、國外研修之課程學習(課內).....	2
四、國外研修之生活學習(課外).....	4
五、旅行.....	6
六、感想與建議.....	7
七、照片.....	9

一、緣起

大一下的時候有機會參加學校舉辦的交換生說明會，當時聽完回國的學長姐出國交換的經驗分享後，腦中燃起了也想出國交換的想法。為朝這個目標邁進，參加了學校的國際學伴組織的徵選，很幸運的，獲取資格成為了組織中的其中一員。在這個學伴社團裡，學到很多東西，不僅認識了很多人，有來自韓國、日本、捷克等等其他國家的人，還有會定時舉辦與外國人的交流活動，所以更了解其他國家的文化與風情，想要出國交換的想法又更加確立了。剛好高中和大學的第二外語都選擇韓文為我的選修課程，透過兩個階段的學習，讓我對韓文和韓國文化有更多的了解。但在台灣韓文使用的機會並不多，所以想要透過在韓國交換這個計畫，貼近韓國的生活，讓我所學的不單只是侷限在教科書上。我想在我的大學生活裡，想要擁有不同的經驗，不同的學習，讓視野更遼闊，且生活更精彩。

自從徵選面試通過，和必修的英文課通過之後，就每天期待著啟明寄給我的入學通知書，收到的那一刻，真的開心死了。心想，終於要出國交換。但是出國前，需要申請很多東西，像是簽證、保險、健檢等等。雖然有時候覺得很繁瑣，但是一切都已經被即將出國快樂的心情淹沒了。記得大約暑假的時候，和學伴取得聯繫，她說有任何問題都可以問她，且期待我們在韓國的相見。出國的當天，一大早帶著開心的心情，托著我的行李箱和背著後背包前往機場，我的朋友和家人也一起送我去機場，真的非常謝謝他們。期待半年後的我會有不一樣的成長。踏出第一步就是成功的開始，謝謝學校和家人給我機會且支持我。

二、研修學校簡介

啟明大學（韓語：계 명 대 학 교 /啟明大學校）位於韓國第三城市的大邱。對啟明大學的第一印象是韓劇流星花園的拍攝景點，不只風景美建築物也很有特色。不只這樣，學校山上還有一個教堂，聖誕節的時候會點燈，晚上散步的時候看真的很漂亮。校園裡，春天可以賞櫻，秋天可以賞楓，冬天可以賞雪。而韓國四季非常分明，尤其是秋天非常涼爽。

啟明大學有兩個校區，分別是城西校區以及大明校區。大部分的學生都是在城西校區上課，所以城西校區非常的大，校區裡面還有一個藝術中心，通常會在那裡舉辦音樂會和音樂劇。其他少部分讀藝術設計相關學系的會在大明校區上學，因為兩校區的距離不近，所以會有學校的校車固定時間接送。其中，以跆拳道及警察行政學院較為有名。

學校裡面總共約有四間學生餐廳，包括住宿舍學生限定的餐廳。皆有西式、中式、韓式這幾種類型。不只這些，還有咖啡廳、麵包店、書店、文具店和便利商店，所以校園裡的機能很方便。除此之外，學校的舊鮑爾館有 International Lounge，是一個提供國際交流的空間，外國人通常會聚集在這裡聊天，也有桌遊可以玩，是認識外國朋友一個很好的機會。有時候也會舉辦活動，像是萬聖節的時候會掛滿萬聖節的裝飾營造氣氛，提供萬聖節的餅乾糖果，非常有萬聖節的感覺。印象最深的是，期中考的時候，這裡還會提供塗鴉紙和捏泡泡的塑膠紙，讓我們紓解壓力，非常很貼心。

宿舍的部分我選擇一般棟(兩人一間),屬於男女混和分層的宿舍,浴室和廁所皆是共用。價格比較便宜,而且冬天的時候會提供地熱,是個不一樣的體驗。一般棟大多是中國人居住。另外其他的宿舍還有奉獻棟(男生宿舍,三人一間)和協力棟(女生宿舍,兩人一間),這類型的是有獨立的衛浴廁,如果想要有自己的隱私的話建議選這類型的房型。如果有定宿舍餐廳的供餐的話,平日提供兩餐(早、晚),假日提供三餐,都有西式和韓式,但西式的幾乎每餐都是一樣的(麵包、果醬、牛奶、起士、水煮蛋),韓式的話就每餐不一樣。然後進宿舍餐廳是需要指紋感應的,所以在開學的前幾天,要記得到宿舍管理室登錄指紋,不然是沒辦法進去的。

進出學校最常的就是南門和東門。南門離宿舍比較近,有時候午餐也會到南門吃飯,有超市、咖啡廳、烤肉還有韓式料理店都有,相較東門來說沒有那麼繁華,不過價格通常會比較便宜;東門如果從宿舍出發的話,大約要走15~20分鐘的路程,距離遠,但是很熱鬧,店的種類相對多元,有卡拉ok、妝品店還有喝酒的地方。

此外,學校附近有兩個地鐵站,分別是啟明大站和江倉站。啟明大站離大門比較近,下課後去市區逛街可以搭這站;江倉站離宿舍比較近,走東山醫院旁邊的路很快就到了。江倉站附近有不少的路邊攤,晚上讀完書常會和朋友一起在這吃宵夜,價錢不貴又有熱湯可以喝,冬天吃溫暖多了。重點一定要去吃大邱烤腸一條街的烤腸,連原本不吃腸子類的我都愛上,真的超級好吃。

三、國外研修之課程學習(課內)

(一)韓文課(Korean Language Practice):

這個是依照韓文能力測驗分班的課程,選課那天,會到大禮堂先進行測驗,之後等待分班通知就行。老師上課的時候,會講解課本上的文法和單字,例用淺顯易懂的韓文解釋給我們聽以及如何運用,也會搭配影片和練習題講解,覺得很有趣,所以很容易理解,而且最喜歡的是,老師每教完一個文法,都隨機幫我們分組,練習會話。不僅可以練習說韓文,也可以和同學有更有認識彼此的機會。最後,考完期末考後,老師還帶我們一起去吃烤肉,真的太棒了!非常喜歡我的韓文老師,她人很好就像天使一樣。

(二)初級中文課(Elementary Chinese):

起初選這堂課的主要原因也是想學韓文,透過熟悉的中文來學習韓文。老師也理解我們的想法,所以修這堂課的中國人和台灣人寫作業和考試的時候都是寫韓文,而不是寫中文。加上每個禮拜都要寫日記,透過這樣的方式練習韓文,我覺得非常有趣,也因為是貼近自己生活的事,不會覺得很困難,又能增進文法的運用,老師批改的時候也會寫出我們錯誤的地方,讓我們了解。記得期中考後,老師給我們外國人一個以文化為主題的報告,利用韓文介紹自己的國家和文化,讓上課的韓國同學更加認識其他國家的風俗民情。

(三)韓國語言文化課(Introduction To Korean Culture):

這堂課主要是給外國人修的,所以是全英授課,但是也有韓國人修課。內容是介紹韓文、韓國古代歌唱和韓國瓷器文化。很酷的是,授課老師是英國人,英國人竟然在講解韓國文化的東西,真的太厲害了。想訓練英文的可以修這堂課,老師也會搭配影片一同介紹。上課的時候,時常看到外國人有問題就會直接舉手發問,體驗到歐美國家不同的教育方式。期中考和期末考的考試內容會放

在網站上，但是考試前真的要讀得很熟，因為老師考試的類型是問答題，要用英文回答，真的不是那麼的好作答。我記得期中考後會有個韓國文化介紹的報告，讓每個同學有機會上台分享，且透過新上同學分析的報告，不僅學習到語言也學習到其他同學發表的方式。這時候就會非常深刻地感受到外國人的英文表達能力真的非常厲害，不管是哪個國家的，都是我要學習的對象。

(四)TOPIK 閱讀與寫作

這次選了兩堂有關 TOPIK 檢定的課，分別是閱讀和寫作。課堂上老師主要會針對考試內容做分析和講解，以及必考的題型。相比之下，韓文寫作對我來說是比較困難的部分，因為這是我第一次接觸寫作，所以有點擔心會跟不上老師的進度。不過老師真的很用心，有時遇到比較難的內容，老師會用比較容易理解的方式講解，且給我們練習很多題型，加強觀念的運用。不僅如此，老師會走下台，幫每位同學修正錯誤的地方，這是最喜歡的部分，因為透過老師親自的修改，會更清楚自己的問題點以及該怎麼寫會比較適當，藉此在考試時拿取較高的分數。

(五)韓文的閱讀與理解

是一門屬於教養課的課程。老師會按照課本上的主題教學，主要是跟韓國傳統、文化，以及日常生活相關的內容。老師每次講解文章的時候，都會讓我們先閱覽一次並且寫下每個段落的大意，甚至有時候還會隨機挑選學生，直接發表，真的很刺激。不僅如此，老師會帶入自身的例子做比喻，且用誇大的肢體語言，讓我們在歡樂的課堂中了解其中所要表達的含意。

(六)韓文會話

這堂課老師會幫我們分組，藉由和不同國家的同學討論分享，會學習到不同的文化。最印象深刻的是，期中和期末考的時候，老師會分別給出三種類型的題目，從中選一個作為上台發表內容。因為考試時間只有三分鐘，提早發表完或是超過時間，都會是台下同學評分的項目之一，除此之外，內容、表達和台風也皆會影響成績。

(七)商務韓文

主要是學習跟商業相關的專有名詞。老師上課的時候，也會帶入經濟相關時事，藉由例子的附加說明，更了解其名詞的代表意義及如何運用。

(八)職業英文

這堂課是我唯一的英文課。透過老師每週指派的作業，可以更了解自己在工作上的優勢和未來適合的工作類型。不僅如此，還會學到如何撰寫履歷以及工作面試的技巧。加上這是一門英文系選修專業的課，在課堂上可以藉由觀摩同學的發表作品，加強自己不足的部分。

四、國外研修之生活學習(課外)

(一)International Lounge 舉辦的韓國文化體驗及分享活動，像是有穿韓服的體驗、品嚐韓國傳統餅乾、體驗韓國傳統遊戲以及各國遊戲文化的分享。這個活動聚集了很多外國人和韓國人，所以是很好認識朋友的地方。

(二)透過韓國朋友得知校園演唱會的活動資訊，很幸運的有參與到，記得有邀請到韓國藝人 Hynn

和 Crush 來表演，而且表演的地方是校園內露天的一個大禮堂，所以可以容納超多人，感覺好像全校的人道集中在這裡了，現場氣氛非常嗨，可以帶酒、飲料、食物，和朋友一起度過這個歡樂的夜晚。還有能親耳聽到 Crush 的清唱，真的太幸福了。不只這個，社團博覽會和各學系也會舉辦慶典，不僅系上會表演，也會請歌手來表演。

(三)因為今年剛好是啟明大學成立的第 120 周年，所以很榮幸參加到 120 周年國際文化紀念音樂會。內容主要是由不同國家的學生穿著傳統服飾表演，印象中至少有二十個國家，數量非常多非常精彩，還有包括學校的最有名跆拳道表演。

(四)International Food Day 是國際飲食的博覽會。各國學生會現場製作國家代表食物，像是越南、韓國、中國、阿根廷、英國、德國及哥斯大黎加等等國家的食物。記得那時候中國的烤羊肉串因為非常香，所以很多人都排在中國攤位。喜歡吃異國料理的，絕對不能錯過，因為很少機會能一次嘗到各國美食。

(五)我住的宿舍一般棟，有舉辦 C-CLICK 和中韓小橋兩項活動對於這次，透過這個，可以和韓國人互相交流，這也是認識韓國人的機會，如果想認識韓國朋友，可以參加這個活動。

(六)參加啟明國際運動會，這個活動是在體育館舉辦，讓學校的外國學生一起參與，藉由分組比賽，認識新朋友和增進團隊的合作能力。比賽都不是太難的而且都是好玩的，只需要絕佳的團隊默契就可以完成的。而且當天要穿上自己團隊的衣服，非常有趣。

(七)大約十一月的時候，對於這次的交換生，中國中心舉辦慶州與浦項的一日遊戶外教學，老師帶我們到知名景點參觀，還享用慶州當地的料理。而且剛好那時候這兩個地方都沒有去過，所以是一個很棒的體驗。

(八)參加 CCAP，這個活動是要去國高中用英文分享自己國家的文化，會搭配一個韓國人幫忙翻譯。因為上課時間是一小時，所以要自己先準備好內容、想進行的活動以及如何和韓國夥伴做搭配。而那時我被分配到的是男高，很幸運的是，學生也很熱情，不僅教我大邱的方言，最後還答應我的要求，一起拍大合照。其實事前準備的時候，擔心很多，也跟韓國夥伴吵架，不過我們都是為了發表能夠順利。但也因為這樣，我們感情變得特別好，很常一起吃飯一起玩，是一個很珍貴的經驗。

(九)K-LACE，這是 Lounge 舉辦的活動。不僅可以認識韓國朋友，也可以學習韓文。有點像韓文小老師的概念，但教學內容沒有限制，會依照程度或是想學的東西。

(十)認識的韓國朋友，帶我到她平時做志工的補習班。接觸到平時不會接觸到的國小國中生，跟他們一起上課，教他們中文，還一起玩了單字賓果遊戲。有趣的是，他們對我在韓國的生活很感興趣，問了我很多問題，我也分享了台灣的文化。因為時間的關係，我只去過一次，但是是個很有趣的體驗。

五、旅行

這學期利用課餘時間和朋友一起到其他地方旅遊，從學校搭地鐵到東大邱站約 40 分鐘的路程，在這裡就可以搭車到其他城市了，非常方便。而且我計畫是每個月至少要去旅行一次，多利用待在韓國的時間到別的城市欣賞，盡量去首都圈以外的地方。九月份沒有去其他城市，大多時間是待在大邱，熟悉學校、學校附近的環境，與韓國朋友一起吃韓國料理。大多利用平日的時間到大邱的知名景點玩，像是大邱 83 塔、E-WORLD 主題遊樂園、西門市場、金光石路等等。記得 E-WORLD 主題遊樂園是特別選在聖誕節去，晚上玩遊樂設施真的超級舒服，聖誕節當天也有舉辦特別活動，加上各種燈飾的點綴，讓聖誕節晚上非常熱鬧，就算坐在長椅上也不覺得無聊。

(一)十月份-大田

從東大邱坐高速巴士約兩小時的時間到大田站。一開始對大田的印象是一個比較郊區的地方。出站後，發現大田其實是蠻熱鬧的城市，而且有地鐵所以交通上不會不方便。到大田約莫中午，享用已經有 40 年歷史的傳統包子，聽說是 RUNNING MAN 來過的。之後到大田的中央市場，市場裡賣超多東西，吃的用的、睡的樣樣都有，還吃了其他傳統美食，像是鍋巴和鍋巴湯。因為時間的關係，所以搭公車到處逛逛之後，搭車回大邱了。

(二)十一月份-全州

全州一直是我很想去的城市，想去體驗住在韓屋村的生活。所以這次是我計畫的旅程，很開心我朋友都覺得這趟旅程很好玩。全州離搭大邱比較遠，搭高速巴士大約三小時的路程。出站後選擇搭計程車到我們住的地方，結果司機找不到確切地點，加上司機的口音很重聽不太懂，所以花了好長一段時間才平安順利的到達。到民宿的時候，老闆看出我們是外國人，很努力地用英文向我們介紹環境和周邊的美食，真的很貼心且盡情享受全州美食，包括黃豆芽湯飯、全州拌飯和韓定食。不僅如此，我們還去梧木臺欣賞夜景和穿韓服拍照，度過了一個很美好的周末。

(三)十二月份-釜山、首爾

終於有機會去釜山了，我對釜山的印象就是可以看海。釜山離大邱非常的近，搭無窮花號，大概 1 小時就會抵達。這次還特別去了釜山大學，因為朋友的朋友剛好在這裡念書，所以有機會到校園裡面參觀，也帶我們去吃了小章魚料理，真的超級好吃。我們決定要悠閒的欣賞釜山的美，沒有去很多地方，不過，一定要去看海，不管哪個海水浴場都可以，像這次我們選擇廣安里的海邊，從下午一直待到晚上，坐在沙灘上看海，吹著風吃著 31 冰淇淋，真的很舒服。晚上的時候，廣安大橋會點燈，真的美的像一幅畫。釜山因為太喜歡了，之後還去了第二次。

首爾這趟旅程特別選在年底的時候去，主要是要體驗韓國跨年活動。在首爾的跨年活動有很多種，這次選擇普信閣敲年活動，地點是在地鐵鐘閣站附近，算是一個祈福的儀式。我們大概十一點左右才到，算蠻晚去的，到那裏整個廣場已經擠滿了人，我和朋友都是互相拉著牽著對方，真的一不小心就會被擠到其他地方。等待的時候，看到雪從天上飄下來，真的好幸運。約莫十二點，主持人帶著大家一起倒數，之後會準時連續敲鐘 33 下，結束後，要雙手合十許願，願望就會成真，祈禱今年會是個美好的一年，和朋友一起在韓國度過 2020 年的跨年，真的是一個很不一樣的經驗。

(四)光州

光州是一個充滿民主化歷史的城市。在韓國電影中，我只是計程車司機的背景就是在光州，內容是講述光州民主化運動發生的事件。因此這樣，特別去了五一八自由公園，裡面展示很多當時的描繪及物品。在這三天兩夜的光州旅行裡，還去了木浦，是一個靠海漁村。在木浦，不僅欣賞日落和海景以外，還去了木浦近代博物館，是韓劇德魯納酒店的拍攝場景之一。

(五)濟州島

終於去濟州島了!!!!這次規劃六天五夜的濟州島行程，從金浦機場出發，一個小時就抵達濟州機場。在濟州島，印象最深刻的是，最後一天去漢拏山玩雪的那天，山上積雪很深，比平地的雪還緊實，非常適合做雪人。因為這樣，那天我們做了快 100 公分高的雪人，花了將近三小時，加上是我們人生中的第一個雪人，所以特別興奮。除此之外，還去了濟州附近的牛島，風景真的好漂亮，當地的花生冰淇淋也好好吃。時間有限的關係，濟州還有好多漂亮的地方沒機會去，下次一定要春天的時候再去一次!

六、感想與建議

出國的期間，很感謝自己願意嘗試去做很多不一樣的事，雖然不是每件都很理想的完成，但是凡事都會有第一次。每天不管有沒有課，都會出門走走，雖然有時候只是到學校附近散步，但我覺得是既然已經生活在別的國家，就多看看風景或人事物都好。

這一年內，喜歡認識外國朋友，和他們聊天，透過聊天更了解彼此的文化，這時候韓文和英文的使用率很高，不斷藉由這種模式訓練自己的語言能力，對我有很大的提升。而在生活方面，變得比在台灣還要更獨立，沒有家人朋友的幫忙，所有事都要自己來，由於語言的不同加上生活模式的不一樣，需要花時間去適應去學習。記得一開始去的時候，連買東西跟店員的應答都搞不清楚，但常買常練習，應答就會變得很流暢。

韓國生活大約一個月後，非常想念台灣的食物，看著台灣朋友在社群網站上發的台灣美食，都很想馬上飛回台灣，像是雞排、珍珠奶茶、牛肉麵、蛋餅等等，這些都是韓國吃不到的，而珍珠奶茶是因為價格比較高，所以不常喝。相較台灣，我覺得韓國的食物不像台灣這麼多元。生活在國外，語言不同，溝通上沒辦法完全表達自己想說的話，有時候連別人在說什麼都無法理解，每次遇到這種時候，就會更想把語言這方面缺乏的補足。

在韓國看到有關台灣的事物都會特別關心，像是上課或抑或是在便利超商看到台灣的三明治的時候，都會覺得很有歸屬感。和外國朋友聊天的時候談論到台灣，他們口中的台灣都是正面的好玩有趣的，有些歐美國家的朋友還趁著假期到台灣旅遊。

回到台灣後，很想念韓國的生活。因為疫情的關係，原本計畫在台灣只待十天，突然就回不去韓國了。計畫總是改不上變化，家當都在韓國的我，每天都期待著回韓國把東西帶回來的一天，加上原本的計畫是一年，三月份的開學也無法回到學校上課，計畫全部被打亂，想著好多事情可以留到下學期再做再去旅行，不過，後悔都來不及，2020年真的讓我深刻地體會到什麼是珍惜現在把握當下。

這趟韓國交換旅程後，我想最寶貴的應該是擁有一段最美好的回憶，而且是一輩子都無法忘記的，每次一翻開相簿，所有畫面都歷歷在目，就好像昨天才剛發生一樣。而當時的生活，讓我在未來面臨未知的挑戰時，更有勇氣地去解決，在與人交談的時候，有更多的自信去表達，且在看待事情的方面，有更多不同的思考面相。還有很高興有出國交換這個機會，獲得了很多不一樣的經驗，但這些卻都是在書上無法體會的，唯有自己親身體驗，才會留下深刻的印象。也趁著這次機會，認識了很多朋友，一起在 2019 的下半年、2021 及 2022 年共同創造一個美好且屬於我們的回憶。回憶不會隨著時間而流逝，而是會永遠存在在我們的心裡。最後緣分真是個奇妙的東西，相處半年之後，有些朋友離開韓國後回到自己的國家，說不定之後再也沒機會見面，所以我的建議是不管怎樣，就是活在當下。

剩下的半年交換生活，是在疫情期間度過的。2021 年 12 月中旬，韓國政府的防疫政策改成晚上 9 點過後，餐廳咖啡廳酒吧這種營業場所不能內用。所，我們都差不多都下午 6 點就開始吃晚餐，之後再去咖啡廳或酒吧，但是還是很趕，吃飯都是以快點吃完的心態吃。當時，出現新的現象，就是一到 9 點的時候，路上和地鐵站都會突然變很多人，地鐵上也會有酒的味道。不僅如此，還有規定，最多只能 4 個人聚會，所以進去餐廳的時候，要裝作彼此都不認識而且分開坐，雖然有次被抓包，但是已經吃完飯了，所以也沒關係了。最後，我覺得最不方便的是，沒接種疫苗的人不能進餐廳用餐。有些朋友因為身體因素或是心理因素，沒有接種疫苗，導致要持有 PCR 陰性才可以進餐廳內用。或是有些外國朋友是在國外接種疫苗，有次因為不被店家承認，所以我們兩個吃飯的時候，只能分兩桌坐，而且規定脫下口罩後不能講話，老闆還會在旁邊監督。

七、照片

2019-2020



社團博覽會的跆拳道表演



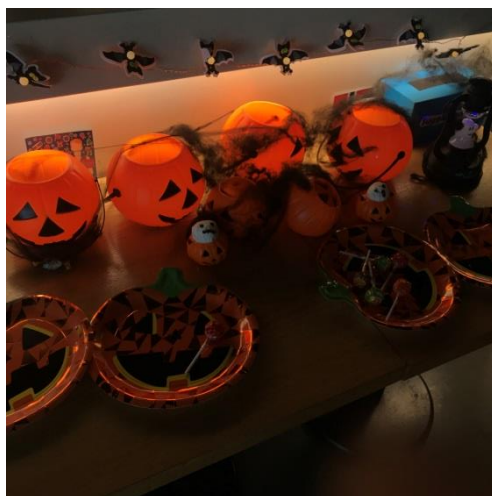
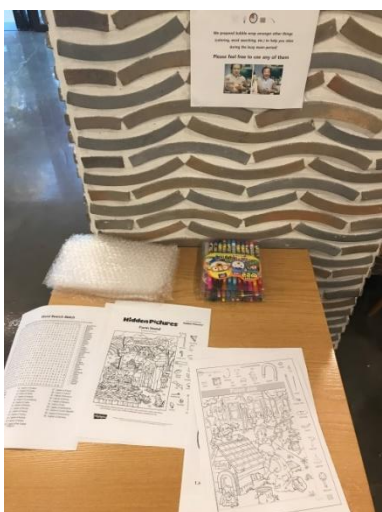
校園演唱會 CRUSH 表演



國際飲食的博覽會



120周年國際文化紀念音樂會



International Lounge



宿舍活動歌手디셈버 DK表演



其他系的慶典歌手키드밀리表演



啟明國際運動會



11月秋天



學校的韓屋村



交換生戶外教學---浦項



交換生戶外教學—慶州



全州旅行



大邱金光石路



大邱烤腸一條街



和外國朋友一起去西門市場



大邱八公山夜景



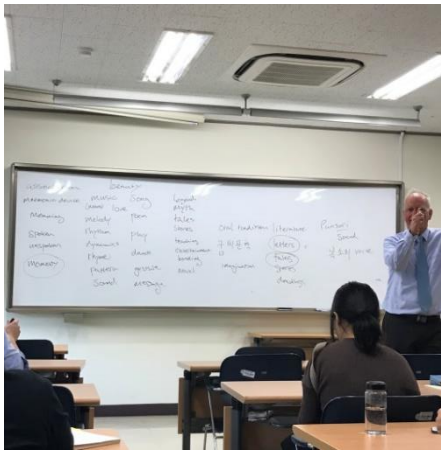
糖餅 호떡



釜山甘川洞文化村



釜山廣安里海邊



韓國文化課

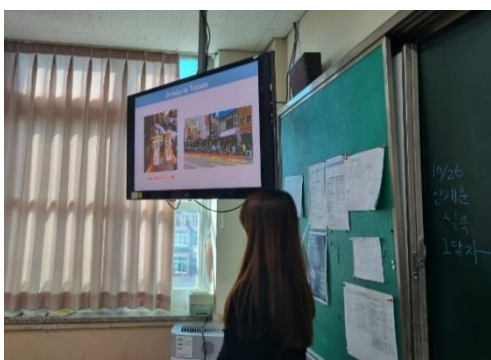


韓文老師請我們吃烤肉(太可愛了)

2021-2022



冬天的校園



CCAP 活動



K-LACE 活動



隔兩年後和 2019 年的學伴見面



補習班志工



光州-518 自由公園



木浦-日落



大邱-騎卡丁車



平安夜去 E-WORLD 遊樂園玩



在釜山的荒嶺山跨年



跟釜山朋友在家煮辣炒年糕



釜山松島水晶纜車



夜晚廣安里海邊



釜山海雲台觀光列車



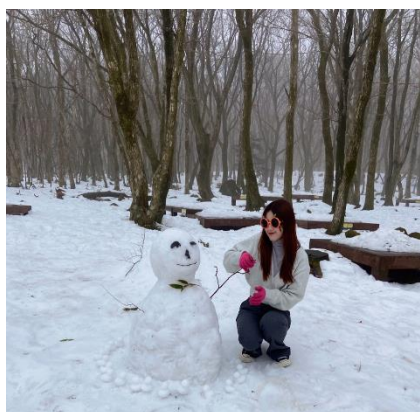
溜冰



慶州遊樂園的雪橇場滑雪



慶州大陵苑



濟州島的漢拏山



濟州島的牛島



江原道滑雪



景福宮



首爾的漢江公園



南怡島