

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

崇實大學留學心得

原就讀學校/科系/年級：航運管理學系三年 B 班

獲獎生姓名：張 O 玟

研修國家：韓國

研修學校：崇實大學

研修期程：一學期

獲獎年度：106 學海飛颺

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](mailto:pims@mail.cjcu.edu.tw)

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，至少 5000 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）

剛上大學的時候從沒想過要參加交換生的計畫，直到看到系上學長姐的交換分享後才有了要讓自己走出台灣去別的國家看看的想法，而且畢竟人生中你最有時間且最毫無顧慮的出去闖一闖的時候就是大學的這四年了，所以在大三這年就下定決心要申請學校的交換生計畫。交換生的甄選準備第一階段要準備一些資料(申請動機、中英文自我介紹、讀書計畫等等)，因為要準備的東西很多，所以建議大家要提早做準備，再來就是面試了，因為是去韓國交換，所以面試基本上會是用英文面試和一些韓文面試，面試的技巧就是對自己有信心把想去韓國交換的決心說出來。

等到結果出來後就要開始準備一些出國前程序的資料，然後申請獎學金，再來最重要的就是辦留學簽證(D-2)，等你拿到韓國學校那邊的入學證明後就可以準備到台北的韓國辦事處辦簽證，D-2 的簽證需要準備 6 個月內的 2 吋彩色照片 1 張、有效期 6 個月以上的護照、護照基本資料頁影本(有照片那頁)、身分證、身分證正反面影本、入學許可證正本、台灣學校的在學證明、學習計畫書(300 字以上)和財力證明(NT30 萬以上)，學習計畫書和財力證明的部分因為崇實大學是有被認證的大學，所以這兩項可以不用準備，簽證辦理的工作時間需要五個工作天。

在去韓國之前，上網看了很多之前去韓國交換的交換生的心得分享，也大概對韓國文化也了一定的了解，而這次去的學期剛好會遇上韓國的冬天，因為韓國的冬天真的很冷很冷，所以一定要帶好保暖衣物，其他的就到韓國再買就好了。等到所有的資料都準備完成後就可以買機票了，當初因為要省機票錢所以選擇搭了廉航，行李只有 20 公斤，真的差點不夠用，所以還是建議大家搭普通航空是最好的選擇。

接機的部分，學校沒有安排接機，所以你要自己搭車到學校，不過學校會寄信件教你怎麼從機場到崇實大學，到了仁川機場後，找到機場巴士搭乘的地方，到售票處買 6019 的機場巴士到崇實大學別館(승실대별관앞)就可以了。雖然機場巴士票價比較貴(大概韓幣 14,000)，但是強烈建議不要搭地鐵，因為從崇實大學地鐵站出來然後走到宿舍大概要走 10 分鐘的爬坡路程，所以還是舒服地搭著機場巴士讓它送你到宿舍門口吧。

關於韓國的外國人登錄證的部分，因為韓國規定只要你停留韓國超過三個月就需要申請外國人登錄證，登錄證的申請都需要事先到網站上預約申請時間，通常學伴會幫你預約，在韓國辦手機門號、線上購物都需要使用外國人登錄證來做實名認證，再來就是如果你臨時需要回台灣的話，如果在還沒拿到登錄證之前回國，你的簽證就無效了，就必須重辦，也就是說外國人登錄證越早拿到越好，所以當你辦好簽證買好機票確定到韓國的日期後，就可以先請你的學伴幫你預約了。

### 2.研修學校簡介（可就該研修學校特色等事項進行陳述）

我在韓國研修的學校是崇實大學，位於首爾特別市，是一所基督教學校，也是韓國第一間綜合大學。學校的地形算是山坡地形，所以在學校走路會有點辛苦，學校的校區不算大，但是建築物、教室、設備都非常地齊全，崇實大學最有名的科系是電腦工程系，還有他們的足球校隊很有名，校園裡面有三個學生餐廳，也有很多間便利店還有餐車，所以要吃午餐或早餐都非常的方便，校園裡有郵局和銀行，要寄包裹或是辦理銀行卡、繳交宿舍費都可以在這裡完成，再來崇實大學最方便的就是大眾運輸工





從圖書館頂樓俯瞰秋天的崇實大學

具，學校的側門就是 7 號線的崇實大學入口站，也有許多公車可以搭乘，想到首爾的一些知名景點像是弘大、梨大、新村、明洞、汝矣島漢江公園、首爾大學都有直達的公車可以搭乘，學校的周邊也有很多餐廳和娛樂場所可以吃喝玩樂。

### 3. 國外研修之課程學習(可就該校選課程序及狀況、上課情形、學習成效進行陳述分享)

選課方面，學伴會先傳這學期的選課清單讓你選擇，所以選課的部分學伴會負責幫你預選，也就是說雖然他有幫你選課了，但是如果你選的那堂課滿額了你就會被排到後埔，不一定你想選的課都選得上，所以建議大家選課的時候要預備幾個課程以免之後選不到自己想上的課，還有因為學伴可能都要負責兩個以上的交換生，可能沒辦法時時刻刻的幫你處理選課的問題，再加上選課的介面是韓文的，所以如果在選課方面有問題的話要趕快跟你的學伴反應，要不然想上的課都額滿的話真的就欲哭無淚了。再來，開學兩個星期後會有加退選的時間，所以如果有些課你去聽了覺得沒辦法聽懂的話，要記得請學伴幫你加退選。

崇實大學的課程有很多都是全英授課，也有專門開給交換生上的課程，所以如果你韓文不是很好的話可以選擇這些課程。還有學校有開設免費的韓文課程，一星期有兩天，分成三個等級，在開學的第一個禮拜會有分級考試，上課老師是用全韓文授課，不過老師也會依照班上的程度來上課，所以只要認真聽課基本上都聽得懂老師在上什麼的，上課的教材是崇實大學自己編的教材，但是因為只有一學期的關係，所以只能上到課本的一半而已，一個學期下來，韓文能力確實是有進步，不過因為每星期只有兩個半小時的上課時間，所以進步的程度有限。我的其他三堂課都是選擇全英授課的課程，分別是英文聽力會話、廣告行銷以及東亞文化，英文聽力會話是英文系的課，老師是加拿大人，上課內容基本上是聽 TED 的演講然後做分組討論，期中考以及期末考的時候會有個人的演講報告，上這堂課的時候因為本身不是英文系的，所以其實很有壓力，而且期中考和期末考都是需要獨自創作一篇文章上台演講，但是透過這堂課也讓我慢慢地對於開口說英文感到更加熟練，我覺得這堂課真的可以好好的訓練你的英文聽力及口說能力，再加上班上幾乎都是韓國學生，所以在討論的時候一定都是使用英文來溝通，不僅能加強英文，在跟韓國學生討論的時候也可以從中認識韓國的文化和思想，推薦想練習英文的人可以選擇這堂課程。

在韓國上課的這一個學期，發現韓國的老師很喜歡讓學生分組討論問題，我覺得這個方式可以增加我們對上課內容的了解，也可以讓我們在跟別的人討論問題的時候認識別人的文化，互相交流學習，而且在台灣上課普遍上學生都屬於被動的，比較不會主動提出問題或是想法，但是韓國學生和其他歐美地區的學生上課對於老師提出的問題都會主動的表達自己的看法，我認為這是很值得學習的，再來就是韓國的學生因為競爭很激烈的關係在課業上都非常的認真，所以多少也讓我產生一些課業上的壓力，但是好處就是這個壓力可以促使你認真讀書吸收更多東西。



#### 4.國外研修之生活學習(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)

崇實大學的學伴組織叫做 SISO，每個學伴大約帶 2-4 個交換生，開學的時候會舉行開幕式，所有的交換生會被分成幾組來進行活動，在之後的一學期裡，SISO 會舉行一些活動來讓小組成員進行比賽，也列了一個小組活動清單，讓每組成員只要每完成一項就可以拿到分數，最後累積最多分數的小組在期末的 farewell party 上就能夠拿到獎品，這個活動也可以增加每組成員的感情讓你多多認識其他國家的交換生，不僅能跟韓國學伴練習韓文也可以學到一些其他國家的語言，我們這組為了拿到期末最後的大獎，所以很常一起出去吃飯和旅遊，也因此小組裡的人關係都非常融洽。而這學期 SISO 舉辦了一場 RUNNING MAN 的活動，就像韓國綜藝節目 RUNNING MAN 一樣，我們每組穿上不同的顏色然後進行小組的闖關活動，當然也有最刺激的撕名牌遊戲，雖然我們這組最後沒有得獎，但是大家都玩得很開心，能夠在冷冷的冬天裡久違的流點汗也是很舒服的事情。在學期的最後，SISO 也舉辦了 Farewell Party 和聖誕節派對，當天晚上的活動特別舉行了才藝表演比賽，很多交換生和學伴都有特別準備表演，大家都玩得很開心，讓我們在學期的最後能夠開心的跟大家告別。整體來說崇實大學的學伴組織對於交換生的活動都非常用心的在準備和安排，很感謝他們這段期間的付出，所以大家有時間的話一定要多多參加他們辦的活動。



RUNNING MAN 活動&我們的第三小組



和小組成員一起到漢江野餐

這次去的學期是韓國大學的第二學期，剛好碰上了學校舉辦校慶的日子，在校慶的那一周，白天校園裡會有學生自己擺的攤位，有吃的也有玩的，到了晚上學校就瞬間變成了韓國道地的路邊攤，每一個攤位都是各個系上的學生自己安排經營的，可以讓你吃飯喝酒體驗韓國的路邊攤文化，只能說韓國的大學生真的很厲害，真的辦得很好，當然也有校慶演唱會，總共舉行了三天，學校邀請了請夏、Crush、宣美等歌手，這也是我來韓國後第一次見到韓國藝人，真的很開心也很享受這一系列的校慶活動。



校慶晚上學生開的攤位

社團方面，我參加的是由一位澳洲交換生辦的語言交換社團，社團裡有一半是韓國人一半是交換生，每次社團時間都會讓一個韓國人和一個交換生面對面聊天，然後輪流交換，所以可以讓你練習英文和韓文，社團也會準備許多遊戲來讓大家彼此更加熟悉，到了萬聖節和聖誕節的時候也會舉辦 Party，在這個社團中也認識了不少朋友，不過可惜的是這個社團因為那位交換生要回澳洲了所以不知道之後還會不會有人開。

課餘活動，每個星期的假日基本上都會安排一些到其他地方逛逛的行程，這段期間很可惜的只有在首爾市內旅遊，不過也因此對首爾越來越熟悉，通過每一次到外面旅遊的機會，也更能了解和體驗當地的生活和文化，也能提升自己的韓文能力，到了異鄉生活就是不斷地激發自己的潛能，以前不敢做的事情，現在都能勇敢地去面對和處理了。

##### 5.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)

學校內的宿舍位於校園的最上面，宿舍整體看起來很新，進出宿舍都需要房卡，宿舍樓下有一間 24 小時營業的便利商店，還有一間學餐，有提供早、午、晚餐，再來宿舍是兩個人一間，房間裡是兩張獨立的單人床、兩張書桌和衣櫥，一台小冰箱和一間浴室，兩個人住起來綽綽有餘，也很舒適，宿舍的每一個樓層都有一間交誼廳可以在那裡看電視、叫外送吃飯，一樓有洗衣房，洗衣服需要用到洗衣卡，宿舍大廳有可以買卡和儲值的機器，洗衣服和烘衣一次都是 1000 韓圓，地下一樓有健身房可以使用，宿舍唯一的缺點就是沒有廚房，不過一樓大廳有一台微波爐可以使用，房間裡面枕頭棉被和床單要自己解決，當初學伴有給我們一個專門出租宿舍用品給交換生的網站讓我們可以選擇我們需要的一些生活用品，網站叫做 TOWNUS，上面也可以買 4 個月每月 6GB 的網卡，如果想要一到韓國就有手機網路可以使用的話在這個網站買真的比較方便，然後在上面訂完之後在開學前幾天他會到學校把東西給你。

如果要購買生活用品的話，可以選擇到學校側門對面往右一直走大約 8 分鐘的路程，那裏有一間超市，裡面的東西滿便宜的，或是可以選擇坐公車到상도시장站的大創(다이소)，如果想要到 E-mart 買的話，離學校最近的店是在地鐵 7 號線上總神大學站(梨水站)。

在飲食方面，學校的正門出去的那一條路都有賣吃的，有麥當勞、SUBWAY、BHC 炸雞、명랑핫도그(這間熱狗真的很好吃)、星巴克、ISSAC、GS25、CU、7-11 還有很多餐廳，所以在吃東西的方面非常的方便，路上還有幾間影印店，KTV 也有很多間，藥妝店的話有 O liveYoung，至於 inisfree 是在地鐵站 3 號出口出來直走。

學校周邊的交通工具非常方便，除了有地鐵外，公車車次也很多，753 可以到汝矣島公園



或是新村和弘大附近，501 可以到明洞的樂天百貨公司，另外因為地鐵站離宿舍其實也有一段距離，所以可以選擇從地鐵站 2 號出口出來直走換乘 752 公車，這樣就可以輕鬆地回宿舍囉，要多多使用換乘不用再扣一次錢的優惠。

#### 6.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)

學校宿舍一學期含水電是 1,323,500 韓圓，台幣大約 36,000 元，三餐的話，因為課大部分都是從中午開始，所以基本上一天都只吃一到兩餐，學餐的話午餐和晚餐都是 4000 韓圓，學校附近的餐廳一份餐基本上都要₩5、6 千以上，飲料的部分，學校裡面有咖啡店大約一杯介於₩1500 到₩350



宿舍樓下的學餐(晚餐)

0 之間，校外的飲料店便宜的話有**빔빔**和**쥬쥬**果汁

店可以選擇，飲食部分一個月大約 225,000 韓圓，交通費地鐵一次至少要₩1250，一般公車是₩1200，綠色小區公車是₩900，一個月的交通費大約是 40,000 韓圓，再來花費最多的就是剛到韓國需要購買生活用品的時候了，加上租寢具和網卡大約花了 50,000 韓圓，其他的就是出去吃旅遊和購物所花的費用了，平均下來我在韓國一個月的生活費是 450,000 韓圓，台幣約 13,000 元，韓國的物價真的很高，所以只能省則省，不過既然有機會出國交換，就要多多體驗當地的風俗民情，到處走走看看，回台灣之後才不會後悔。

#### 7.此次研修經驗的具體效益(請條列式列舉)

- ✓ 認識及了解文化差異
- ✓ 提升自己的辦事能力和生活的獨立性
- ✓ 拓展國際視野
- ✓ 增強韓文及英文能力
- ✓ 通過這次的研修了解了自已不足的地方

#### 8.感想與建議

這次的交換時間只有短短的一個學期，時間過得非常的快，剛開始到韓國的時候一切都還覺得很新鮮，很多事情都還在嘗試跟摸索中，而隨著時間的流逝，就開始出現一些不適應的地方，除了課業上的壓力，就是生活上不習慣的地方，但是抱著出國讀書生活就是在鍛鍊自己、提升自己的情緒以及生活控管的能力，所以也漸漸適應了韓國生活，在韓國交換的其間也認識了許多來自不同國家的朋友，大家一起出去玩，一起聊天討論功課，都是能讓自己不斷提升的好機會，也因為大家同是交換生的關係也能更體會彼此的心情，俗話說的好出外靠朋友，因為有了這些朋友，在韓國的這段期間真的過得很充實。另一方面，在韓國上課、生活的這段日子，不論是在課堂上跟當地人的交談，或者是親自體驗了當地的生活，才發現了自己的不足，很多時候人就是要走出自己長久以來生活的舒適圈後，才會發現外面的世界是多麼的進步而自己是多麼沒長進，出國不僅能學習別人的優點，也能趁機回頭看看自己還有什麼地方是需要改進的。很慶幸當初自己有下定決心要出國當交換生，在大學生涯的這四年當中，能有機會還是以學生的身分出去看看這個世界是一件很幸運的事情，雖然在申請的資料和出國前的準備工作非常的繁瑣，但是在這整個過程中也是讓自己學習安排

時間和處理事情的能力，總而言之，很謝謝學校提供了這個機會讓我可以到韓國當交換生，讓我在大學的最後一年能夠留下美好的回憶，也希望自己能藉著這次的經驗，達到自我提升的效果。

最後，希望大家都能勇敢地跨出這一步，勇敢地去體驗、學習和享受這個世界帶給我們的任何挑戰吧。