



世新大學 赴外交換計畫報告

基本資料			
學生資料			
姓名	陳品珈	交換校名	啟明大學
		校區(若有)	城西校區
原就讀系所	社會心理學系	交換系所	交換生不分系
前往國家、城市	韓國大邱	赴外學期	2019至 2019 秋季班
交換資料			
出入境日期	出境: 2019年08月29日 入境: 2019年12月27日	赴外共120日 修課期間約110日; 旅遊約8~10日	
交換校獎學金:	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 無 <input checked="" type="radio"/> <input type="checkbox"/> 有, 約72000新台幣	該獎學金概述(名稱?名額?申請手續?)	學海飛颺
交通		課程	
航班抵達後, 如何到達姊妹校?		總修讀學分數	14
該校學伴帶我們搭計程車到學校宿舍(車費校方支出)		必修學分數	0
簡述姊妹校周邊的大眾交通運輸		世新抵免學分數	2
宿舍走到捷運站/公車站約10分鐘, 算方便		選修課程清單	1 Introduction to Korean culture
姊妹校住宿		2	Korean History
住宿約略費用	該校提供免住宿費	3	Korean language practice 2
室友身份	世新學生	4	Tae-Kwon-Do
每房住宿人數	2	5	Korean traditional food
宿舍設備	有衣櫃、書桌、上下舖含床墊不含床包。沒廚房沒晾衣間, 晾衣架需自購或去置物室拿學長姊留下來的。	6	
建議攜帶物品	大頭照4張以上、電腦用網路線	7	
整體住宿約略說明	真理棟。台灣人約6人, 中國人約200人, 韓國人約20人	...	
交換期間生活花費	抵達首週約3~4萬新台幣; 平均每月約2萬新台幣; 共約8萬新台幣(不含旅遊)		

(請接下頁)

交換心得

- 一、本心得表格完成後不需繳交紙本，僅需將檔案轉換為PDF (上限1.9MB)，傳送至承辦人員信箱。
- 二、請自以下三種心得形式中擇一呈現即可
- 三、選擇第一或第二項呈現方式者，必須公開線上檔案三年以上，且需同意因而附隨之部落格、粉絲專頁、帳號或信箱等個人資訊之公開。
- 四、請同時繳交非專屬授權同意書 (親簽之紙本)，同意主則單位基於交換生計畫或其他校內業務所需合理使用心得內容。

形式	規定
一、影音呈獻	Youtube、個人影音社群等交換心得分享，總時長應超過15分鐘。
連結網址：	
二、文字呈現	個人部落格，總帖數應多於5篇，每篇皆應多於300字且附圖。
連結網址：	
三、文字報告	直接鍵入於下表，需達1500字以上，需附至少10張照片並說明內容。

1.校園狀況

A)中國中心、中國留學生會

由於啟明大學的中國留學生非常多(600人)，他們自己有一個中國中心。雖然對我們來說台灣不等於中國，但由於各種因素，我們在學校的管理上還是會被分配到給中國中心管理。老師們人都很好，各位不用太擔心。總之，不論是選課、外國人登錄證、保險...各樣事宜都會由中國中心的老師幫忙處理。學校有各種通知都會用微信通知，所以建議在台灣時就**辦好微信並登入**，以免到韓國時沒辦法使用手機認證。中國留學生會有時候也會有一些活動、幫忙處理校服訂購等，建議加入微信群以便豐富自己的校園生活。另外，在韓國"指紋"是非常重要的而且使用相當頻繁的東西，像是進出宿舍、吃宿舍伙食等，都是透過指紋認人。辦理外國人登錄證時也需要去機構按壓指紋，像這類重要的活動基本上學校會派校車載我們去，而地點時間等學校都是透過微信通知，而且通常都是前幾天才會通知，所以要特別注意。

B)宿舍

由於啟明大學和我們學校簽的是免住宿費，學校把我們分配到的宿舍名字是[**真理棟**]。啟明大學因為是一所蠻大的學校，光是宿舍就有十幾棟樓。而我們被分配到的真理棟是**中文宿舍**，也因此中國人很多。整棟樓，人數約200人，中國人佔8.5成，1成韓國人，0.5成台灣人吧! 2樓男生3樓女生4樓女生，宿舍規定**異性不能去異性樓層**，但聽說5樓有住男生又有住女生，我就不清楚他們的淋浴間和廁所是如何使用的了。另外，**有個儲物間，或許會有學長姊留下來給學弟妹使用的東西，不妨去找找翻翻!**

網路及通訊設備雖然有提供wifi，但是常常連不太上，聽說蘋果手機比較連不上，而我又剛好是蘋果手機。電腦的話個人是覺得需要用**電腦網路線**，因為**wifi常失靈**，加上有時候大家都再用網路的話，wifi會非常慢。

個人建議去學校附近找中國通信行**，直接買那種一個月15G網路的卡，每個月韓幣兩萬，用護照就可以辦(一定要在護照被學校收走前辦好，護照大概該開學第1~2天就會收了，因為要辦外國人登錄證)，連自己的網路會比學校的快很多。我個人經驗是，剛去人生地不熟，那邊的老師幫忙買了韓國KT的卡，卡費本身2萬加上網路2萬共四萬，重點是它的計費方式是幾Mb就幾元韓幣，所以最後我第一個月只用了1G網路，但我花了4萬在手機sim卡上...後來和中國朋友聊天才知道原來中國通信行這麼方便又便宜那麼多...

我自己是住在3樓，淋浴間和廁所基本上因為有打掃阿姨，而且才剛翻新，基本上都蠻乾淨的，當然是有些人衛生習慣比較不好，但是基本上以我住過世新宿舍來說，個人覺得比世新乾淨多了。

廁所和洗衣房樣子就如圖所示，洗衣房有2台洗衣機和1台烘衣機，都是投幣式的，20分鐘韓幣100元(約台幣1~2元)，比台灣便宜很多。烘衣機據說是兩層樓一台，比較常需要排隊。洗衣機感覺宿舍不太常清洗...衛生有待改進，很多人會手洗直接晾走廊(但個人是覺得這樣很難乾啦，至少還是要用洗衣機脫水一下吧)。我個人平常都是直接用洗衣機洗衣服，然後直接丟到烘衣機，因為個人不太喜歡晾走廊。在台灣的話，宿舍基本上都會會有脫水機，也會有曬衣服的地方之類的，但韓國人好像都習慣自己買曬衣架，所以在宿舍大家都是把衣服晾在走廊上，而且我自己比較不適應的是啟明宿舍沒有脫水機，我個人覺得不太方便。



我自己比較有被嚇到的是，**淋浴間(沒有照片)**竟然**只有簾子沒有門!!** 根據我在台灣多年的住宿經驗，再怎麼樣宿舍的淋浴間一定都會有門，也一定會有鎖。但是不知道是不是因為韓國人比較開放，他們的淋浴間雖然是隔間，但是只有簾子，也就是說只要有人想掀開就可以掀開。以台灣人的想法一定會想說:誰會沒事掀你簾子? 但事實上就是有這種人! 我就遇過2次，掀你簾子跟你借洗髮乳...總之天下無奇不有，其實習慣了也沒什麼...

C)校園活動

留學生本生有**留學生的活動**，這些基本上會中國留學生會通知。而校園大大小小的活動基本上留學生會也會通知。除此以外，真理棟有一些自己的宿舍活動，像是和宿舍的韓國人交流的活動**(中韓交流會)**，是每個月一次的。個人覺得參加的好處是期初期末有免費的炸雞、比薩可以吃，也可以練練韓文，不過要看你運氣。住在真理棟的韓國人，美其名是為了學中文住的，但也有很多只是為了住宿所以才假裝為了學中文來的。而宿舍規定住真理棟的韓國學生一定要參加中韓交流，所以也有韓國人是"不得不"來參加的。其實他們只是為了住宿，不是為了學中文。除此以外也有其他活動，會公告在宿舍門口，大家自己注意吧!

D)校園景觀

據說啟明是韓國10大美的校園，的確，隨意拍都是美景(下圖沒修圖)。另外，學校占地也大，從宿舍到學校的東門最快也需要20分鐘的腳程，在那附近上課的話可要提早出門！如果想拍照的話，建議可以去學校的韓屋村。要去學校圖書館的話，需要下載一個app，登錄學校帳密以認證身分。這些都需要自行請問當地老師或同學囉！學校的學餐會有小菜吃到飽，也有很多校內咖啡廳可以去。



2. 課程選擇

學校開學第2天會由中國中心的老師指導如何選課，基本上你只有約1~2小時可以選課。老師會告訴你怎麼操作選課系統、怎麼登錄學校帳號等等。課名我們只能看到韓文或是英文，課程內容你也只能猜測了！總之我個人是修了14學分，除了韓文課以外都是英語授課。韓文課部分，學校會

透過一個很短的考試大約抓你的韓文程度，然後直接把你分班。英語授課的課我自己覺得受益最大的是**韓國歷史課**吧！透過學習韓國的歷史，也**重新思考自己國家的很多事情**。這堂課只有我一個台灣人，老師本身是波蘭人，很親切。同學們大多數也都是留學生，以歐洲學生居多，大家在課堂上相當踴躍發言，這種授課及互動方式我很喜歡，可以體驗到與台灣不同的上課氣氛。

除了正規的課堂，我建議可以去上體育課。開放給外國人修的有跆拳道和韓國傳統舞蹈課，老師們對外國學生基本上都蠻親切的，雖然體育老師的英文不太好，但是透過肢體來學習不同的文化與精神真的很有趣。據說啟明大學的跆拳道在韓國是相當出名的，學校的跆拳道隊還有邀請我們這些留學生和他們一起練習、表演等，是蠻特別的體驗！韓國人的表演非常不意識人，感覺大家表演的時候是真的沉浸在其中來表演的，這份熱誠很值得學習！



3. 個人收穫與建議

A) 多做換位思考、以別的國家的角度思考

在台灣由於能接觸到的人基本上都是台灣人，所以想法都是以台灣為主體來思考也很正常。不過既然有機會到國外，不妨**多多認識其他國家的人、一起討論或問問彼此對於自己國家的政治、經濟、國防、外交等各方面的看法**！不要老是依賴課堂的時間，私下和同學們聊聊的時間往往收穫是最多的！當然要尊重別的文化，但也不要怕說錯話！就算有主觀也沒有關係，重點是多聽聽別人的想法，才能看見自己在台灣時所看不見也聽不見的聲音！另外也提醒大家，出了國，大家所代表的就不是只是你個人或是一間學校，大家看見的是一個國家！上課的時候專心聽老師說話是代表對老師的尊重，我們表現得怎麼樣，老師們都會記得的，而老師記得的不是你這個學生，而是記得"台灣的學生"！

B) 寫日誌

其實不論哪個國家都一樣，生活久了都會了無新意。建議每次看到新事物就記錄下來吧！寫日記或發篇文章都好，分享自己的所見所聞吧！透過這些紀錄，會讓自己的思緒變得清晰，也能讓印象更深刻。其實我覺得在國外看見什麼聽見什麼都不是最重要的，**重點是透過這些改變了你什麼？**千萬不要讓自己的留學生活變成只是買東西、吃喝玩樂，因為這些都只是一時的。一定要把

重心放在思考自己的人生、未來，才不會覺得一無所獲。我覺得留學生活最難熬的大概就是第一個月吧!因為第一個月會噴掉很多錢，還要適應很多事情，而且和自己親近的人都不在身邊，一開始真的會覺得非常孤單、想家。但是這段過程真的非常重要! 一開始我也是非常想要回家，也聽說有其他留學生因為各種原因提早回國，但是最後自己還是忍耐下來了。這段時間常常自己一個人做在操場上發呆、思考自己為什麼現在會在這裡?而這些時間都讓我對人生有了不樣的定義。 出國前我總是看見台灣不好的一面，但經歷各樣事情、和其他國家的人談談各種國家狀況後，現在我覺得在台灣的生活真的很棒，也才知道原來台灣有很多地方是被其他國家羨慕的(如人情味、美食、治安、健保制度等)。雖然出國前就"知道"很多事情，但實際待在國外才真正"體會"到台灣的好。很感謝自己能生在一個這麼棒的地方!希望這份心情不要被遺忘。

C)自備維他命

我在台灣的時候身體狀況一切正常，到了韓國雖然每天都有吃飯，但身體好像對韓國食物有點不太能吸收。到韓國後身體一直覺得很累，因為身體很累，每天都10點多就睡，但疲憊的狀況還是沒有消失。到了韓國快一周的時候，我的嘴巴突然發炎，腫了一個大包，我從來沒有發生這樣的狀況，所以當時我真的嚇壞了...本來我想說過幾天可能就消了，結果越種大，所以後來我請我的學伴帶我去附近的藥局(因為聽說韓國看醫生很貴，我不想看醫生)，藥師給我一個消炎軟膏，越約台幣100，並建議多補充維他命。藥師說可能是因為營養攝取不足，建議我多攝取維他命。(不過當時我都有再吃水果，甚至吃的比在台灣營養，但我的身體感覺都沒什麼吸收進去，所以甚至身體一直都感覺很累，明明有吃飯卻好像沒吃飯一樣沒什麼精神跟體力)當下我的學伴建議我多吃水果補充維他命，因此沒有特別買維他命。後來又隔1天，上體育課的時候我開始覺得暈眩好像快吸不到空氣，加上我本身有輕微~中度貧血，在和媽媽通電話後，決定去藥局買維他命。但因為當時的我不想再麻煩學伴一次，想自己用英文和藥師溝通，後來藥師給我維他命，我花了台幣快三千買了90顆B群和60顆鐵錠，一開始我以為韓國物價很貴所以這就是普通的價格，事後和我韓國的朋友提起，她才說在韓國大家都是網購買維他命，因為藥局的價格都很貴，但當時我已經開封，不能退貨了。但因為我覺得這種東西網購買還是不太敢吃，所以建議無論平常在台灣身體是否健康，都要先買好一些維他命，以防身體剛開始在韓國還不是硬而導致營養缺乏的狀況。

