

靜宜大學出國研修學生心得報告書

- ◇ 此心得報告書須在回國兩週內繳交，請寄至411ifamily@gmail.com
- ◇ 411遊留學中心確認收到本心得報告書後始能抵免學分

姓名	蔡宜廷	日期	114年8月18日
班級/學號	寰管四A 411019430		
研修管道	☒ 交換學生 ☐ 語言學校 ☐ 雙聯學制		
研修國家/學校名稱	Catholic University of Korea		
研修期間	113年8月至114年6月 ☐ 一學期 ☒ 兩學期		
1. 在國外研修期間的花費共___600000___台幣 (學費___0___元、機票___20000___元、住宿___80000___元、交通___元、膳食___元、保險___20000___元、其他生活費___120000___元)			
2. 在國外研修時的住宿是 ☒ 學校宿舍 ☐ 外面租屋 ☐ 寄宿家庭			
3. 學校 ☐ 有 ☒ 沒有 學伴制度			
4. 國外研修期間共修了___5___堂課、共___15___學分			

※心得報告--1,500字以上, 包含以下內容

韓國位於東北亞，是近年來亞洲學生非常嚮往的研修地點之一。韓國不僅以流行文化、資訊科技與教育體系聞名，也因為地理位置接近台灣、交通便利，成為許多學生出國交換或短期研修的首選。

我這次研修的學校是 天主教大學（The Catholic University of Korea, CUK），其 성심교정（Songsim 校區）位於京畿道富川市（距離首爾不遠）。從首爾搭乘地鐵 1 號線到「역곡站」或「소사站」下車，步行 10 分鐘即可到達校園。這樣的地理位置非常方便，既能享受都市的便利性，也能遠離市中心的擁擠與喧囂。

성심校區的環境寬敞，綠地多，校內建築設計現代卻不失莊嚴感。除了教學大樓之外，還有圖書館、自習室、學生餐廳與休憩空間，提供學生舒適的學習環境。校區內不只有韓國本地學生，還能遇到來自世界各地的交換生，因此校園氛圍多元而活潑。

二、前置作業心得

在正式前往韓國之前，我花了不少心思準備前置作業。首先是機票，由於航程不遠，直飛航班多，因此我選擇了價位與時間都合適的航空公司，來回約三個多小時，非常方便。

簽證方面，韓國針對短期交換或研修的學生有特定的簽證類別。辦理過程中需要準備在學證明、邀請函、財力證明等文件。雖然繁瑣，但在學校國際處的協助下，其實並不困難。

保險是我覺得非常重要的一環。出國在外難免會有突發狀況，因此購買涵蓋醫療、意外與旅遊相關的保險，讓我在異地生活時更加安心。

整體來說，前置作業的過程雖然耗時，但也讓我提前建立了對研修生活的心理準備。

三、課程學習心得

在選課上，我選擇了韓國語言課程與部分通識、專業課程。語言課程安排得相當系統化，分級明確，讓來自不同國家的學生都能按照程度學習。我參與的班級大約有 15 人，來自不同國家，透過分組討論與口語練習，大家很快就熟悉彼此。

授課方式與台灣最大的不同在於，韓國教授非常強調學生的主動參與。上課中常需要即時回答問題，或進行簡短報告。這種方式一開始讓我感到緊張，但也促使我更積極準備，提升了語言表達能力。

此外，學校還提供學伴（Buddy Program）。透過學伴制度，我結識了一位韓國同學，她不僅幫我解決課堂上的疑問，也帶我認識韓國文化、體驗當地生活，成為研修期間非常重要的朋友。

總結來說，課程的收穫不只是學術知識，更包含跨文化溝通與學習態度上的轉變。

四、生活心得

住宿方面，我住在學校宿舍。宿舍環境整潔，設備完善，包含公共廚房、自習室與洗衣設備。雖然房間空間不大，但住起來舒適且安全。

伙食主要分成三種選擇：學校餐廳、便利商店以及外食。學校餐廳價格親民，一餐約 3500~5000 韓元，餐點多樣化。偶爾會與朋友一起到校外品嚐韓國特色美食，像是烤肉、辣炒雞排、部隊鍋，價格雖較高，但能體驗到道地的飲食文化。

交通非常方便，韓國的地鐵與公車系統四通八達，刷交通卡即可通用。由於校園距離首爾市區不遠，因此週末常會搭地鐵到首爾探索。

天氣則依季節差異很大。我去的時候正好是秋冬交替，早晚氣溫低，甚至會下雪，與台灣的濕冷不同，是乾冷的氣候，需要提前準備保暖衣物。

節慶與活動是我印象最深刻的部分。校園內會舉辦慶典（대동제），有表演、攤位與音樂會，整個氛圍熱鬧非凡。此外，在聖誕節與新年時，韓國人會舉辦聚會與特別活動，讓我深刻感受到當地的文化氛圍。

交友方面，我除了認識學伴與同班同學，也在宿舍與來自不同國家的交換生互動，常一起煮飯、旅遊或練習韓文。這段跨文化交流的經驗，是我最大的收穫之一。

五、其他心得或建議

經過這段研修經歷，我不僅提升了韓文能力，也對韓國社會與文化有了更深入的理解。透過課程與生活的磨合，我學會了如何快速適應新環境，也體會到「走出去」的重要性。

給未來想要來 가톨릭대학교 성심교정 研修的學弟妹一些建議：

1. 語言準備：建議在台灣時就打好基礎，至少熟悉基本韓文會話，這樣生活上會更方便。
2. 行前規劃：簽證、保險與住宿都要提前確認，避免臨時狀況。
3. 勇於參與：課堂與校園活動多多參加，能認識更多朋友，也能更快融入當地。
4. 善用交通：韓國交通便利，可以安排週末短程旅行，探索更多城市。
5. 心態開放：跨文化交流難免會遇到不適應，但保持開放心態，就能從中獲得寶貴的經驗。