



2020 首爾的春天

2020 年，即使不完美，仍要充實地過每一天

國立中興大學交換學生

赴國外研修計畫

心得報告

學系：生機四

姓名：林O伶

交換學校：韓國建國大學



一、概述

姓名	林O伶	學號	
性別	女	就讀本校系所	生機系 四年級
研修學校	韓國建國大學	研修系所(學程)	機械工學科
研修學校獎學金補助 經費	0	實際教育部/本校補 助經費 (領取者填寫)	學海飛颺獎學金 60000 元台幣
實際花費金額 (新台幣)	<p>學費：台幣 27652 元(中興學費)</p> <p>學雜費：0</p> <p>住宿費：台幣約 52500 元</p> <p>生活費：台幣約 120000 元(含吃、喝、需繳之其餘雜費、購物、旅遊)</p> <p>+語學堂學費(可自行選擇，交換學生有六折優惠)台幣約 28000 元</p> <p>+一個月額外韓文進修學費 台幣約 10000 元</p> <p>來回飛機票：13000</p> <p>合計：台幣 251152 元</p>		
國外修讀學分數	9	薦送學校採認 學分數	7.5
實際出國日期	2020/02/24	實際返國日期	2020/07/04

二、心得感想

→ 緣起

■ 動機

大三之前，我並沒有任何想要出國留學的想法，年紀很小的時候有和家人到上海旅遊經驗，除此之外就沒有其他出國經驗了，升上大三的我，開始覺得生活總是千篇一律，令人覺得疲憊且缺乏挑戰性，很想要跳脫舒適圈，換一個地方生活看看，也很期待交換之後我能獲得的經驗與成長，於是便毅然決然地申請交換。而受到韓劇和電影的影響，我開始對韓文以及韓國文化感興趣，想要親自體驗當地生活，學習他們的語言和文化，所以最後選擇了那個我懷抱著憧憬的城市——「首爾」，展開了為期四個月的旅程。

■ 初來乍到的插曲

2020年，新型冠狀病毒大爆發，嚴峻的疫情徹底打亂了全球人的計畫，當然，也包括身為交換學生的我們。2月底正是韓國疫情大爆發的時候，短短不到一星期，確診人數從十位數飆破千位數，許多人因為疫情大爆發而在這禮拜取消了他們的交換計畫，韓國政府也下令禁止所有集會活動。所以初來乍到時，並沒有想像的順利，先是面臨所有活動取消、再來是開學延期、全學期執行網課等等都讓我覺得情況真的非常慘烈。想出門逛逛，街道卻像個空城，沒有半點生氣，好多店家面臨倒閉或是無限期暫停營業；想交朋友，卻沒有任何活動集會認識朋友，將近一半的交換生也都取消回國了；想體驗學校生活也很難，社團、學校都沒辦法去。家人也不斷的勸說，回台灣吧！這樣你的交換生活會開心嗎？看著家人憂心忡忡的臉，剛來到韓國的前兩個禮拜，我內心真的很掙扎，也自怨自艾地想著為什麼偏偏是我這一學期呢？準備了一年的交換計畫，因為疫情完全被打亂了。而這時我也面臨抉擇，該不該留下呢？但我想我內心也有了答案，疫情不會一直那麼那麼嚴重的，總會有明朗的一天吧？因為已經是大學最後一學期了，這一次放棄也沒有延期的機會了，不能去旅遊沒關係，我還是能好好學習韓文、或是從其他管道交朋友，回台灣了，就真的什麼都沒有了，只要留在韓國，就還有其他許多未知的可能。**現實生活本來就不完美，要怎麼充實地過這四個月，還是看自己如何去創造。於是，我決定留下來了。**

→ 研修學校簡介

建國大學 (건국대학교) 位於韓國首都首爾廣津區華陽洞。有傳媒廣告等 11 個大學院，開設了 160 多個專業，是韓國獸醫類學科最強的大學。遺傳工學也較為著名。也是韓國地區排名前十的大學，電影藝術學系也很知名，有許多明星、藝人從此學校畢業。校園很大很漂亮，春天會開滿櫻花，校內有一座漂亮的湖，是韓國少數校園裡擁有湖的大學。

生活機能很好，學校外面有很多餐廳，有中國街和韓國街，充斥各種韓式餐廳以及中式餐廳，想吃什麼類型的美食都吃得到，也有 Emart 超市、藥妝店、練歌房，想要購買日常用品、聚餐、喝酒、唱歌都非常合適，每到晚上都非常熱鬧，離學校走路約 20-30 分鐘的路程可以到漢江公園，且位置在地鐵 2 號線及 7 號線的交叉點，想去哪裡都非常方便。



校園裡的一鑑湖與櫻花



學校外面熱鬧的街道

→ 國外研修之課程學習(課內)

在建大交換的期間，我選了 4 門課，但因為疫情影響，今年和以往都不一樣，整學期都是在線上上課的，沒辦法親自到教室上課。透過學校的 Ecampus 系統上課，老師會先在網路上上傳課程影片，我們必須要在時間內看完，一樣會記錄出缺席，也一樣有期中、期末考，但方式會和以往稍微不同。

■ 了解韓國文化 Understanding Korean Culture

這堂課是由外籍老師上課，為全英授課，上課內容廣泛，會介紹韓國的歷史、政治、經濟發展、現今韓國文化等等，課後會有線上的 10 題小考，每一節都有小小的心得作業要繳交，除了期中期末考外，還要錄製 3-4 分鐘的 presentation 並上傳，老師會統一整理後放上網站上讓同學們觀看並評分，上課氣氛輕鬆，認真上課的話可以學習韓國的種種知識，收穫良多。

■ 初級韓文 Korean Elementary

這一門課主要是開給來交換的外國學生們，對韓文完全零基礎的話可以修這門課，是很親切的老師，總是笑臉盈盈、很有耐心地上課，老師會從 40 音教起，學完後會學一些簡單的對話，課程內容很簡單，雖然有作業及考試，但是都不困難，課程輕鬆，但是相對的，學的內容就會比較有限了。

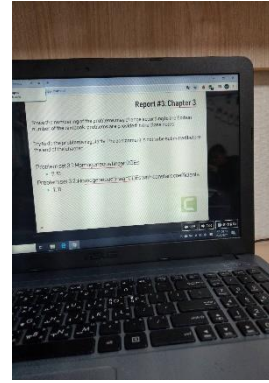
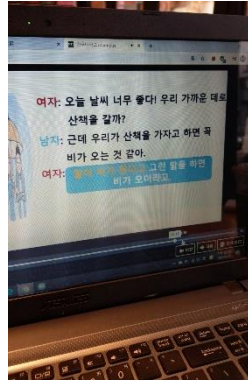
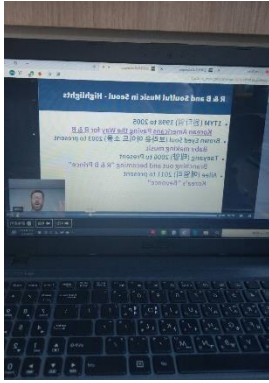
■ 中級韓文 Korean Intermediate

比初級韓文難度難一些，每堂課老師會教一些基礎的文法，還有十來個單字，每堂課教完會有作業，作業內容有寫作、造句等等，約一小時能完成，壓力也不會太大，可以輕鬆學習。不過想學韓文還是推薦到語學堂上課，時長較長，也比較密集，學得會比較紮實、有效率。

■ 工程數學 Engineering Mathematics

全英授課，老師是比利時韓裔人，上課時挺搞笑的，在中興大二時已經有修過工程數學，當時會選擇這門課，主要是想看看韓國和台灣學的內容有什麼差異，想體驗在韓國和我同科系學生的上課內容。內容和台灣差不多，有 ODE、Laplace transform 等章節，結束一章會有一次作業

要繳交，約 20 幾題題目，寫完後拍照上傳。期中期末考也是相同方式，老師會公布考題，需在時間內作答完並拍照後上傳。是有點硬的課，沒學過工數的人直接聽全英授課可能會有些吃力，作業也不是那麼輕鬆，作業和考試有些題目計算過程繁瑣，解一題要花不少時間呢！



網課上課概況

→ 國外研修之生活學習(課外)

■ 韓文研修

在國外你想學什麼都是個人的選擇，因為很想把韓文學好，所以我又自費參加了兩種韓文學習的課程。

■ 建大語學堂

想來韓國留學的一定都知道，韓國各個大學幾乎都有語學堂，是給外國人的語言學校，可以很有系統地學韓文，全韓文授課，依程度分班 1-6 級，一開始會有分班考，或是有韓檢證明的話也可以直接繳交，上課時間是 9:00-13:00，一個禮拜五天，由於今年是線上上課所以又跟往年不一樣了，因為延後兩個禮拜開學，故禮拜五的 14:00-18:00 也還要上課，之前一個禮拜會有的一次小考，今年全部刪除了，考試只剩下期中期末考，聽說讀寫都會包辦，但因為是網課，口說比較沒辦法訓練到，以往有的三天兩夜旅行、韓國文化課程也都取消了。上課時會需要以視訊的方式看到同學們的臉，老師也會用課本、作業本、補充講義等等來上課。雖然都是網課，但密集的上課還是學了不少韓文，也會有明顯的進步。但如果可以的話，還是實際去學校上課我認為還是會比較有效率，也比較能認識不同國家的同學，結識新朋友。

■ Easy Korean Academy

因為疫情，到處去旅遊還是會有些顧慮，所以我在四月左右就決定要把原本預計去濟州島、釜山等等旅遊的旅費省下，將費用挪用到其他用途——到外面的韓語補習班去學韓文。在網路上做足了功課後，選了一家位於江南區新沙洞的韓語補習班「Easy Korean Academy」，是一家專門為了想學韓文的外國人設立的補習班，時間比較彈性，每月開班，一期一個月，價錢也還可以，因為語學堂五月中就結束了，所以剩下的一個月，剛好可以填滿我剩下在韓國的交換生活。

在這邊可以實際到教室上課(什麼時候這件事便成了奢侈的願望呢 XD), 但還是需要戴著口罩、量體溫、做好防疫消毒等等。不過面對面授課就可以多練習口說, 老師人很好很親切, 一班五至六個同學, 所以都會有很多發言的機會, 都是來自不同國家的學生, 我們班有日本人、美國人、烏克蘭人, 幾乎都是女生。這裡上的文法和寫作個人覺得比較沒那麼注重, 重的就是口說, 還有單字的背誦, 一樣會有小考跟月考, 作業量也不少, 上課時間比起語學堂少了一些, 一次三小時, 一個禮拜四堂。一個月會有一次的語言交流聚會, 每個月的文化課活動不一樣, 我這個月的活動是韓國料理製作, 很有趣, 也能增進彼此之間的感情。活動都可以自由選擇要不要參加, 有些要付費可以自行斟酌。但在這段時間真的是很難得的機會, 還是要好好把握, 好好珍惜啊!



與老師合影



與同學老師合影(1)



與同學老師合影(2)



自己製作滿桌的韓國菜餚



韓國文化料理課體驗

■ 生活娛樂

在首爾的日子，如果只有學習真的太枯燥乏味了，也很浪費能出國的機會，但礙於疫情，無法到太遠的地方去旅遊，所以就算沒辦法離開首爾，四個月下來，我也去了不少地方。畢竟在韓國的時間有限，想做的，在防疫都做好做滿的前提下，戴著口罩，就都去嘗試看看吧！於是我便搭著地鐵、公車到處走走看看，不能說是韓國通，但應該也可以算是個首爾通了。

■ 咖啡廳

韓國的咖啡廳非常密集，除了一些連鎖的大牌子之外，也有各種各具主題特色的咖啡廳，餐點和飲品都不錯，韓國不論男女老少都會去咖啡廳聚會、讀書、拍照打卡等等。我也在假日的時候造訪了不少間咖啡店，有時候自己一個人去咖啡廳讀書，享受下午時光，有時候和朋友一起，去文青咖啡廳、主題咖啡廳拍拍照。



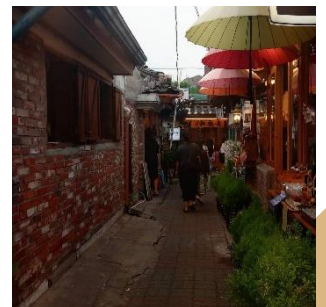
■ 愛寶樂園

再來就是首爾知名遊樂園——愛寶樂園，離建大有點距離，我們是搭乘地鐵後轉乘直達的遊覽巴士去的，路程約兩小時，因為疫情所以園區人不多，但也相對的有滿多地方是不開放的，儘管如此，我們還是玩得很開心很盡興，玩了很多遊樂設施，整個園區也布置得像童話世界一樣，我們在那裏也拍了很多好看的照片，留下美好的回憶。



■ 益善洞

這是一個小小的商圈，裡面都是矮矮小小的韓屋街道，佔地不大但卻很有味道，有濃厚的韓國傳統風格，巷子裡也有很多精緻的特色餐廳，日式餐廳、下午茶、韓式小館、路邊攤小吃都有，也有販賣衣服、飾品、香氛等等。還有，這裡的街道隨便拍都很好看唷！



■ 光化門廣場、景福宮

這裡是韓劇拍攝的經典景點，也是裝載著韓國歷史的地方，廣場中央有一座巨大的世宗大王雕像，前端也有李舜臣將軍的雕像，想體驗韓服的地點也在這裡，但景福宮現在不對外開放，沒有體驗到穿韓服也算是個遺憾。特別想提到的是，在光化門廣場旁，有個為了紀念世越號沈船事件而無限期紮營的小區塊，讓我們能悼念亡者，並永遠記得這件事件帶給韓國全國人民的傷痛。



■ 汝矣島漢江公園賞櫻

三月底到四月初，是韓國的櫻花季，街上那些樹平常都看不出來是櫻花樹，要到春天開花才知道，當時韓國街上到處都開滿了櫻花，美不勝收，其中漢江公園的櫻花季最為著名，我和朋友一同到漢江公園賞櫻、拍照，也在江邊野餐，來漢江公園一定要嘗試看看野餐，韓國人都會跟情人、朋友、家人在江邊喝點小酒、吃炸雞、泡麵，天氣很涼爽舒服，邊看著美景邊野餐，真的是很棒的享受。



■ 住宿

在韓國的期間，我主要都是住在建大的宿舍裡，兩人一間，一學期要繳大約 52500 台幣，比台灣的房價高很多，但首爾地段普遍都是這樣的價錢，去外面租還會更貴。宿舍樓下有食堂、理髮廳、GS25 便利商店、文具店、咖啡廳，生活所需不會匱乏。進出都要逼卡，要外宿的話要提前申請，網購的包裹也能夠代收，管理方面很安全、防疫措施也都很落實地做。

學校通常會將同語言的學生放在一起，有可能是中國人或是台灣人，我的室友是台灣人，

和我不同的是，她不是交換學生，而是在韓留學生，我剛來的時候她在這邊已經半年了，也認識一些其他的台灣朋友，我們就這樣一群人都認識了，並成為朋友。



宿舍一隅



要回台灣時，
朋友為我準備送別會

■ 飲食

不得不提一下韓國的飲食文化，雖然台灣和韓國都是亞洲國家，但是我們的飲食還有禮節都很大的不同。

■ 喝酒文化

韓國人愛喝酒的程度，是我在台灣無法想像的，午餐晚餐都要配酒，在公司聚會、大學迎新等活動也會大喝特喝，也有很多喝酒小遊戲，吃完晚餐還沒結束，通常他們會有第二攤、第三攤，一路到凌晨，韓國人也創造出他們特有的調酒方式，例如燒啤（소맥），就是燒酒和啤酒混在一起喝，我嘗試過後覺得真的很好喝，怪不得韓國人這麼喜歡了。

他們喝酒也有一定的禮節，例如喝酒時，手要扶著酒杯，頭必須要稍微別過去，而在台灣，我們喝酒時要看著對方的眼睛才算禮貌。並且酒喝完了也不能自己倒酒，通常要由一起喝酒的人替你倒酒才有禮貌。

■ 平常的伙食

我在韓國平常三餐吃的東西，最常吃的就是這兩種，學餐、外賣。

學校有學生餐廳，通常每天都會有 4-5 種菜色，可以自己選擇想吃什麼，價格落在韓幣 3000-4500 左右，這樣的價錢在首爾地區已經是很便宜優惠了，而且泡菜、沙拉、醃蘿蔔、湯還可以自行取用無限續。



再來是韓國的外賣，韓國的外賣非常快速且方便，主要有兩大外賣公司，分別是요기요和배달의민족。但是通常韓國對一人餐點不是很友善，通常都要點到 10000 韓元才有外送，這時候可以和三五好友一起點會比較划算。你想得到的食物都可以叫得到，凌晨也有宵夜可以送，付款方式也很多樣，可以選擇現金或是刷卡。



韓國兩大外送平台 app

→ 研修之具體效益

還沒出發前往韓國之前，我看了許多人去韓國交換的心得，很期待四個月交換回來的自己，會有怎麼樣的收穫。然而，我們是最特殊的一屆，遇到疫情大爆發，勢必擁有和其他人不同的交換生活...。雖然中間遇到非常多困難，也有好多失望落空、跟想像中差很多的事情，但要如何調適並成長，就是交換期間自己必須要學習的。

■ 韓文能力

韓文能力的提升是非常顯而易見的，我剛來的時候只能用簡單的韓文或英文溝通，也常常聽不懂，看字也沒這麼快。四個月下來，雖然還是有非常多要繼續學習的，但真的有很大的進步了。除了語學堂及補習班密集地上課之外，身處的環境也很重要，在大家都說韓文的環境下，你也必須要訓練聽和說的能力。除了上課之外，買東西、向路人問路、去銀行郵局辦事等等都是一次次地練習機會，且幾乎都是要由自己一個人去面對，不要害怕自己的口音或是說錯，能說就多練習。出國之後也再次體認到語言的重要性，把語言學好，才能好好地表達自己，無論是獨立生活、人際關係或是在社群生活都是很重要的。

■ 想像中與現實中的韓國

在來韓國之前，我也從未來過韓國旅遊，認識韓國的管道就只有通過電影、電視劇、音樂等等，初步去了解他們的文化，但了解韓國之後，才發現很多事情都是和你想像的不太一樣。在我來的韓國的這段時間，韓國發生了邪教疫情爆發、N 號房事件、梨泰院酒吧群聚感染，這些引起社會大眾關注的事件。讓我知道其實生活在韓國，人們壓力也是很大的，自由度沒有我想像中那麼開放，同志議題在韓國仍然是禁忌話題，同志是會在社會上遭受歧視及異樣眼光的。韓國人們很注重外表，且依據流行標準，大家的穿衣風格及妝容都大同小異，街上百分之 95 的女性都會化妝，而男性也多會逛化妝品、保養品來打扮自己，雖然使自己漂漂亮亮是人之常情，但若今天你想跳出框架，嘗試和他人不太一樣的風格，偏離了社會認知上的標準，他人的眼光便會讓你有種不自在的感覺。還有韓國也很注重輩份關係及禮貌，即使只比你年長一歲，都要使用禮貌的稱謂、敬語，我認為這樣過多的禮貌和約束，有可能讓年輕與長輩的距離拉遠，無法朋友似的相處。

■ 發現台灣的美好

出國後，跟其他國家有所比較才會更珍惜台灣的美好，我們有民主自由的風氣、相對較平價的物價、對少數族群更加友善的包容、溫暖的人情味、食物也較健康較多選擇，這些都是我在來韓國才了解的。也會發現在國外，台灣的知名度其實不高，在韓國也會有人將泰國和台灣搞混，或提到一些較敏感的兩岸問題而產生誤會及尷尬。不過通過今年台灣很好地控制了疫情，讓全世界也能漸漸注意到台灣這個小小的地方，身為台灣人的我真的感到很驕傲呢！

■ 獨立、成熟及心態成長

心態上的成長是我這趟旅程最大最有意義的收穫了，在國外所有大小事都必須要自己去克服，要培養面對突發狀況，想出解決方法的能力，在人生地不熟、語言又難以溝通的地方學會獨立，消化挫折。一個人出國，也需要很多的勇氣，積極主動去認識朋友、拓展人脈，也要有條理地去規劃，豐富自己的交換生活。交換給了我一個嶄新的環境、給了我挑戰、給了我無限的挫折，但同時，也給了我驚喜，給了友誼，給了更大的世界，給了成長的機會。有了更寬廣的世界觀之後，才會發現自己原來是那麼的渺小，讓我知道自己該更加謙虛、該珍惜自己所擁有的。

➔ 感想及建議

四個月很短，短到才剛適應韓國的生活步調，韓文能力也進步到能夠漸漸與韓國人們溝通的程度時，就要回國了，而四個月也很長，長到讓我很想念在台灣的種種，想念在台灣有正等著我回去的家人、朋友。現在因為全球疫情，沒辦法想去哪裡，訂張機票就能到達，所以每次說的下次見，但這次離別後，到底什麼時候會再見？尤其是在國外，幾乎所有事情都是在生命中短暫停留，那些美好的，又或者是沒那麼好的，也僅僅存在於這段時光裡。離開之後，未來也不會再有相同的人事物，所以就算只能夠短暫擁有，也還是要很珍惜，很用力地記住那些一草一木。

有人說交換生活就像一場夢，夢醒了就該回到現實世界，但對我而言這趟旅程並沒有像夢一般夢幻，只覺得在韓國的每一天都好深刻，當然，美好和快樂的事物還是占大部分，然而，即使是被迫隔離什麼地方都不能去的兩個禮拜，即使是待在宿舍上著網課，即使是什麼都沒做，就僅僅叫了外賣在宿舍待上一整天的日子，那些沒那麼好的時間也都深深的儲存在我的記憶裡，也一樣寶貴。

所以，四個月也好、半年也好、一年也好，踏出自己的舒適圈吧！再多的交換心得也絕對和你親自踏上那片土地不一樣，別總是只有「聽說」，要親自用自己的角度去感受、去了解。也不要抱著太大的期望，因為很多事情絕對會和你想像中的不同，只要好好享受旅行帶給你的驚喜就可以了，大膽地去面對挑戰，看看外面的世界，勇敢的去嘗試各種新事物，放任自己去接受那些文化衝擊，重要的是，面對那些不同，也別忘記包容。所以，想去外面看看的話就勇敢放手一搏吧，交換帶回來的收穫絕對是值得的。

