

# 國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

## 一、學生資料

填寫日期：2022.11.01

英文姓名(姓, 名): CHEN, CHUN-YI	臺師大就讀科系所、年級: 圖文傳播學系、碩士三年級
修習國家: 韓國	
修習校名: 仁荷大學	
修習學院: 自然科學院(College of Natural Sciences)	
修習科系: 海洋科學(Ocean Sciences)	
赴外學期別: __111__學年(民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 111年8月 ~ 111年12月	

## 二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
Understanding Modern China 신중국의 사회와 문화	PANG JIAN CHUN 방건춘	3	2022/下學期
Basic Korean 외국인전용초급한국어	KO JA YEON 고자연	3	2022/下學期
Exercise and Health 운동과 건강	KANG CHOUNGHUN 강청훈	3	2022/下學期

(表格不足請自行加頁)

### 三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

#### 學校方面

我覺得仁荷大學算是外國人友善學校，因為學校裡面的外國人比例超級高，所以學校裡面的銀行也會有英文警衛，給外國學生的服務也很好，一到韓國還有機場到學校的免費接駁車去快篩跟回宿舍（下午13:00和16:00兩班，可以選這個時間前到的飛機，預留充分的時間），對接的 Kim 小姐每天都很認真的回答大家的問題，基本上都很積極解決，像是我自己去辦理外國人登錄證的時候，仁川出入境業務員說我在學證明的影印時間早於入境時間所以不給過，叫我明天跑一次補件，我後來去找 Kim 她就幫我免費重印一份，然後幫我傳真，讓我不用再跑一趟，所以來這邊交換覺得還不錯。學校滿大的，風景也不錯，從最東走到最西也要20分鐘左右，所以校園裡面有會租借的滑板車。

學校有一個 ISN 的組織，會幫忙處理國際生的問題，包括學生保險、外過人登錄證的辦理（韓國滿多地方都需要手機實名制跟外國人登錄證的，有外國人登錄證才可以使用 never 預約優惠、登記青瓦台參觀、網路銀行等），可以自己辦，也可以學校統一幫忙辦理，只是學校的作業流程比較長，大約需要2.5個月，自己預約辦理的話大概1個月，ISN 也會帶國際學生出去玩，像是水源華城、愛寶樂園、DMZ 非武裝區等，甚至是送政府辦的演唱會門票，出去玩的行程學校會有一點補助，所以可以用比較少的價格出去玩，尤其適合想認識不同國家的朋友，但是他們的活動時間都不長，所以如果是想要深度旅遊的話還是自由行比較適合。

另外也有一個學生社團 AZIT 是專門成立給交換學生的，幾乎每週都會有小組聚餐，可以認識韓國同學和外國朋友，也會舉辦迎新活動、萬聖節派對、輕旅遊等，但是因為需要5000韓元的社費所以我就沒有參加了。他們每週會舉辦小組聚會，通常會去喝酒，也可以問他們一些生活的問題。

#### 學術方面

學校有分 generous education 和 generous education for foreigners，有點類似臺灣的大學通識課，課程內容會比較輕鬆活

潑，如果想要上英文授課的要去 generous education 找；generous education for foreigners 是開給留學生的，基本上是全韓語授課，適合 topic 2 以上的學生選。

韓國的大學選課時間大概只有3天，跟台灣的14天差很多，而且這3天中午、晚上有系統休息時間。整個過程就是要先提前把你想要的課放進購物車，然後在選課時間中加選購物車中的課程，因此購物車可以多放一些課沒關係，如果不幸選不到課可以 email 問各個老師能不能把你加入課程，有點像台灣「加簽」的概念。

Understanding Modern China 是中文授課，上課的老師跟同學都是中國人，少數的華語人，老師的上課內容都很尊重不同地區的同学，也有特地跟同學們說如果有哪些內容讓你感到不舒服可以跟他反應。考試是開書考加一次報告，目前感受起來的壓力也沒有很大。

Basic Korean(001)是一堂從40音開始教韓語的課，可以跟著老師慢慢學，也有 Basic Korean(002)是進階課程，從一般的日常對話開始，如果有 topic 1 的學生建議從這個課程開始。再來也有 intermediate Korean 適合 topic 2 以上的學生上。這幾堂的老師都很善良很親切和藹。

Exercise and Health 比較特別，我是加簽選上的，他原本是開給 frontier school 的學生，所以裡面的學生幾乎都來自同一個國家。當初想要選一個體育課，但是選不到滑雪、瑜珈就選了這個英文授課的，上課時間3小時，前1個小時會講課，後面2個小時會去外面活動，每週都是不一樣的運動，上課起來除了要很早起都挺好的。

另外提醒大家，選中文系要小心，有很多 generous education 裡有趣的中文授課的會擋修喔！

住宿方面

分為 dormitory 跟 off-campus，我是住 dormitory，學校會安排交換生住在第二國際宿舍，四人一間，通常會根據語系去分室友，我的室友是香港人跟台灣人，一開始進宿舍的時候就可以擁有一個同語系的舒適小圈圈也挺不錯的。今年的200多名交換生中最多數的是法國人、德國人、印度人，中國學生可能是因為疫情的關係非常的少數，但是還是有很多中國留學生。公共設施有撞球區、健

身房、瑜珈室、學生餐廳、CU 便利商店、12樓的自習室，洗衣服很貴一次要1000韓幣，可以跟室友一起洗省錢。學校一開始就會有床墊，寢具只需要買床包跟棉被，這點非常的方便。寢具購買的地方我是去學校前門的homeplus 買，雖然貴了一點但比較方便，我買大概70000韓幣左右，而且他們10000韓幣的枕頭好好睡。

宿舍有食堂，每天供應一餐免費，可以自己選要早餐、午餐、晚餐，也可以加購，一餐是4800韓元，跟外面的食物動輒8000韓元的餐點真的算超級便宜，而且中午都會有韓式、西式或是雙主菜可以選擇；菜色很多變，我大概吃了一個半月才開始吃到重複的餐點，口味我覺得以這個價格算是非常優秀的。

學校宿舍目前還是有門禁的，12：30過後不能進宿舍，學校去首爾最方便的地鐵站要坐511公車，511公車也是11：45就末班車了，所以如果要出去玩真的要自己估好時間，不然就要去24小時的無人咖啡廳坐到早上5：00了。

房間的地熱很暖和，所以睡衣可以帶短袖的就好，棉被也可以選秋天的被子就好，不需要選冬天的厚棉被，熱水是24小時的，這點很讚跟師大不一樣，也有公用的冰箱、微波爐、電視機，我覺得住得很舒服。

## 生活方面

我到這邊很幸運遇到一群很棒的朋友，有個韓國大學生很熱心的帶著12個外國人一起玩，我們幾乎每兩個禮拜就會約一次出去，還有隔壁寢室的吉爾吉斯人，她家有6個兄弟姐妹，另外一個吉爾吉斯人有4個兄弟姐妹，好像他們都生很多、還有匈牙利人教我們玩匈牙利的卡牌，印度人很高機率都追星，有一個很喜歡跟我學中文，然後他教我韓語，超特別！我也在這邊認識超級友善的來自東北的組員，會主動找我們吃飯、出去玩、帶我們去練歌房，也支持台灣獨立，所以我們可以很輕鬆的相處，哈哈！這邊跟大家說英文真的要學好，交朋友很好用哇！仁荷大學的韓國同學通常也都很願意跟外國人交流，因為學校的外國人比例很高所以他們也都很習慣看到外國人了，像我認識體育課的助教，都會請他在體育課幫我們照片記錄，之後再傳給我，或是可以問他們有什麼推薦的韓國好貨可以買。

9月中旬會有松島的啤酒節，免費入場還有煙火表演，10月1~31是韓國的文化節很多地方會有很多系列活動，首爾有光化門和景福宮的世宗大王出巡、k-pop 音樂會、光化門音樂會等，安東假面節、晉州南江流燈節，可以多多安排時間參加期間限定的慶典，我被朋友拉去釜山跟汝怡島的國際煙火節所以都沒有去成，其實滿可惜的。10月也是很多學校的校慶演唱會舉辦的時間，這次滿可惜的仁荷沒有舉辦，但是還是可以去其他學校遠遠的看（高機率不能進搖滾區）。

仁川和首爾其實就超級多好玩的，仁川附近有中華街、乙旺里海水浴場等，我有去過的城市有釜山、江陵、江華島、濟州島、南怡島、內藏山、全州、慶州，之後還想去 DMZ 非武裝區（可惜目前板門店不開放，不然就可以去跟北韓軍人拍照的）、廟宇寄宿、平昌鱒魚節、滑雪等等，基本上每個假日都要好好把握住。滿特別的是韓國人假日好像很喜歡出去玩，每個假日到處都在塞車，還是因為疫情解放的報復性出遊或是我們去的地方太觀光客了才會一直塞車。所以也可以跟室友一起安排一個平日不要有課，可以趁平日一起出去玩。

仁荷大學的地理位置，去首爾要1.5小時的車程，很多一日遊行程也都是從弘大出發，但通勤費不會差很多，都是1250韓幣開始算，半小時內換乘不用錢，所以費用不會差很多，時間會差比較多，去哪裡都要多花1.5小時的交通時間。

雖然交通有點不便，但是學校生活還是很愜意，我們學校期中考前會有應援消夜、歐趴咖啡、食堂也會特別好吃，學校很多角落都很漂亮很適合野餐，都有設置椅子讓大家休息，每天晚上都可以看到有學生在那邊聚餐、喝酒，上學的路上都會經過一個很漂亮的小湖泊，可以在那邊看鴨子，宿舍打開窗戶就可以看到超美夕陽，超級愜意！

### 開銷概算

我覺得這四年韓國的物價飆得滿嚴重的，因為疫情的關係，網路上的韓國相關文章大多都是2018~2020年的，就可以發現現在的價格都比當時貴了1000韓元左右，不過幸好台幣對韓幣大漲，所以稍微可以減輕一點負擔，但還是比台北物價貴喔！

當地的生活費用滿高的，尤其是衣服，不要輕信網路上很多人說來韓國衣服不用帶很多，東大門、弘大、明洞有很多好看又便宜的衣服可以買，個人超級反對，還沒想念台灣美食之前先想念台灣家裡的衣櫃。弘大的衣服幾乎長得差不多，隨便一件T恤最便宜也要9000韓幣，而且質料還不怎麼樣，衣服常常有破洞設計比較適合辣妹。明洞就是一些有牌子的衣服，如果平常也在看韓國的牌子應該可以找到不錯的單品，而且同樣品牌店的單品跟在台灣差滿多，但我沒有名牌迷思所以也沒有很吸引我。不過韓國衣服最令人詬病的，也是最重要的是韓國的版型都超大！超級大！XS看起來像台灣的M號，因為我骨架真的太小最後走投無路到只好去買童裝，真的是跟美好的想像完全不一樣。後來我發現最好買的是梨花女子大學站，便宜、質感好，重點是比較小件，富平地下街也還可以。

食物方面，韓國幾乎每餐最基本的要6000~8000韓幣以上，所以為了省錢我有時候一天只吃一餐學生食堂，這樣就不用花到錢。我在台北滿省的，一個月會努力控制在8000~10000左右，來韓國體感花費應該有2倍以上，身邊的朋友一個月的花費大概是100萬韓幣，台幣2萬多元，我還是有記帳，前三個月買了很多日常用品，去了滿多地方玩，折合台幣平均25000/月，第四個月15000/月。

雖然我平時都不吃飯省錢，但是我很捨得花錢在旅遊和嘗試新奇食物的人，濟州島的機票、釜山的KTX、江陵的KTX費用都不低，加上我想去滑雪3天2夜，光滑雪就要600000~650000韓幣，所以可能我的花費又會更高，總計可能要10~15萬台幣左右的生活費，不含機票什麼的，來回機票大概14000~20000台幣。

韓國對台灣人來說是相對熟悉的國家，韓國的治安也很好，從歷史古蹟和時尚商圈應有盡有，所以非常適合來交換的。仁荷大學的校方和學生都對外國人很友善，寒假也可以申請短期或長期的住宿，所以可以在學期結束後繼續留在韓國玩一陣子，服務跟其他學校比還挺不錯的，宿舍門禁好像韓國滿多學校都有的，唯一的缺點就是離首爾要1.5小時，但也因為這樣這邊的疫情比較不嚴重，物價便宜一點點，學生的向心力也很好，附近的商家也都很習慣跟外國人溝通。來交換會有種一切的生活技能必須重新學習的感覺，連洗衣服都需要翻譯，但是也是因為遠離了舒適圈你會有很多反思的時間，去思考認識一個地方的方式、喜歡的生活方式、喜歡的旅遊類

型和旅伴；透過認識外國的朋友也可以了解其他國家的生活方式，聊他們的生活可以得到很多新的知識，滿有趣的。提醒跟外國人吃飯是大寫的燒腦時間，不同國家的飲食禁忌很多，回教徒不吃豬肉、吉爾吉斯幾乎不吃牛、有人不吃海鮮，推薦大家炸機跟披薩基本上不會有問題。跟室友相處也是另外一個挑戰，建議大家出發前多拜拜祈禱一下，我人生一共經歷過33位室友，原本以為我已經習慣宿舍生活了，結果來到這裡還是可以面臨新的挑戰，可以遇到很多首次見到的人類類型，和他們相處衝擊很大、挑戰也很大，總結滿推薦大家可以來仁荷交換，也祝福大家有美好的交換生活。

#### 四、照片（如有，請提供）

學校漂亮的湖



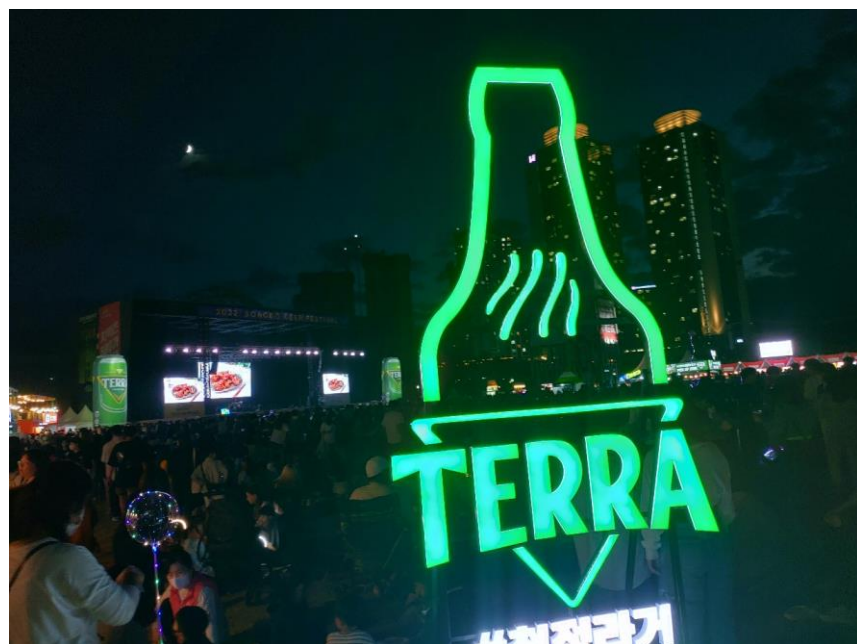
學校可愛到爆的吉祥物，學校有活動或社團覽會的時候會出現



宿舍的食堂跟食物



跟室友一起去松島啤酒節

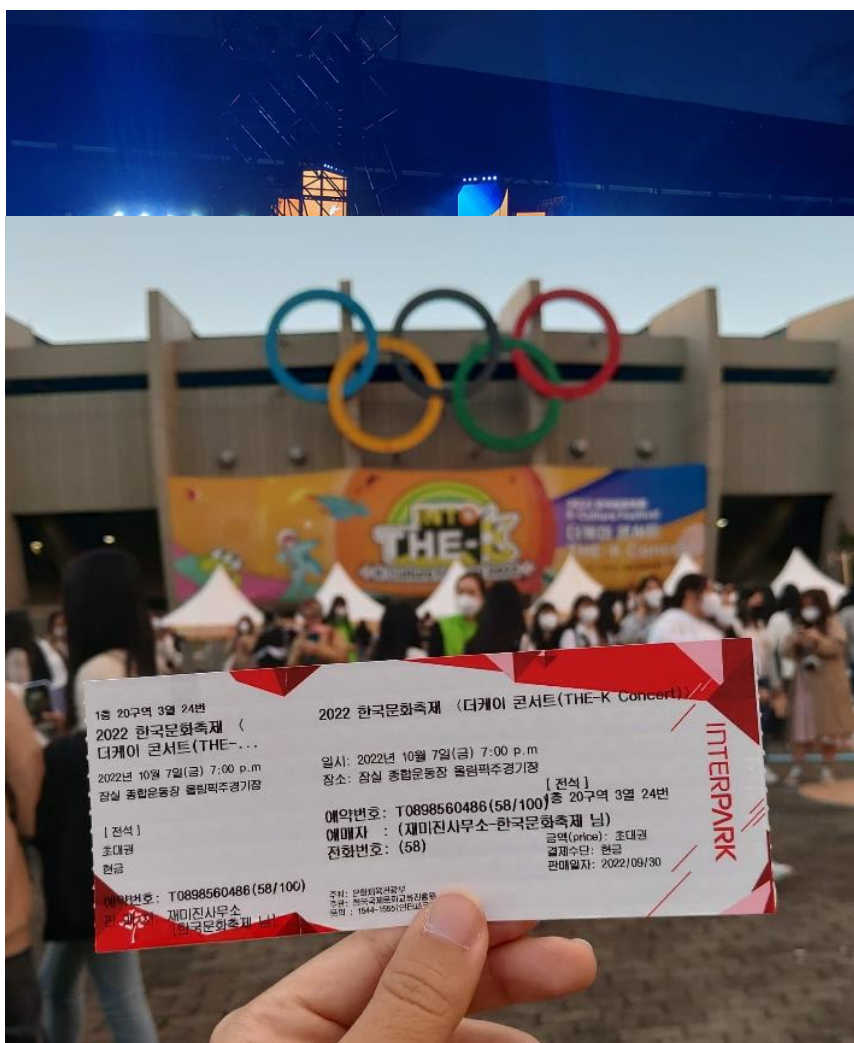




## 跟外國朋友團去愛寶樂園



## 學校送的 k-pop 演唱會門票



月尾島遊艇：雖然很多人在上面餵海鷗，但是隨意餵食野生動物的行為可能會為他們造成傷害，人類的高油食物也不一定適合他們，所以如果愛護生物的話去海邊或月尾島的請不要再隨意餵食海鷗了



## 五、影音檔（如有，請提供連結）

## 六、其他

跟台灣朋友一起去了江華島中的席毛島：風景很美，還有席毛島海底溫泉，但是交通極度不便，是連計程車都叫不到的程度，所以這邊交一個當地人傳授的方法，海底溫泉完可以「普門寺」等車比較容易離島，還可以看到當地買菜阿嬤在公車上分送好物的可愛畫面。