

臺北市立大學

學生出國研修心得報告

獲補助年度：114-2

研修領域：心理學

系所、年級：心理諮商學系三年級

學生姓名：黃羿璇

研修國家：南韓

研修學校(中英文)：中央大學 CHUNG-ANG UNIVERSITY

研修時間：中華民國 114 年 3 月 4 日至 114 年 12 月 20 日

國外研修成績：91.6

短片時間及標題：6 分 11 秒--韓國交換紀錄

中華民國 115 年 1 月 27 日

*(非亞洲地區交換同學請以英文撰寫報告)

目 錄

(請以標楷體 14 號，行高 1.5 繕打，並標示頁碼)

壹、緣起	1
貳、研修學校簡介	1
參、國外研修之課程學習(課內)	1
肆、國外研修之生活學習(課外)	2
伍、研修之具體效益(請條列式列舉)	3
陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)	3

壹、緣起

臺灣的成績單要先在臺灣的法律公證人事務所公證，接著送外交部認證，外交部認證完再送韓國駐臺代表處認證，才能交給韓國學校。還要用財力證明，資料都交給韓國學校之後，韓國學校才會核發可以辦簽證的資料，我再拿著資料去韓國駐臺代表處辦簽證，之後就成功拿到簽證囉！行李收一收，就出發去韓國了。

貳、研修學校簡介

韓國中央大學（Chung-Ang University）創立於 1918 年，為首爾具代表性的私立大學之一，以人文社會、影像藝術、電影、戲劇與傳播領域聞名。學校重視理論與實務結合，並積極推動國際交流，提供多元學習環境，培養學生的專業能力與國際視野，很多有名的韓星都是中央大學畢業的，現任總統李在明也是出自中央大學。

參、國外研修之課程學習（課內）

我上、下學期總共修了六門課，上學期修了中級韓文課、韓國歷史文化課、品牌經營課，下學期修了電影分析課、韓國電影史課、韓國近代文化分析課。其中上學期我最喜歡韓文課，因為老師上課時會讓我們一直用韓語對話，也會和老師用韓語聊天，讓我有學到

正統韓文的感覺。也學習到了各種時態的說法，還有敬語和半語的不同用法。下學期我最喜歡電影分析課，因為老師會先讓我們看了電影再開始分析，可以看平常我不會看的電影，又可以學習到很多拍攝手法、技巧。像是電影中一直出現的物品一定是對角色來說有特別意義的，才會一直出現，我們就要去推理這個物品對角色的意義是什麼。我覺得非常有趣，之後我看電影的時候也會開始自己分析我看的這部電影。

肆、國外研修之生活學習(課外)

我是住在學校宿舍的兩人房，費用一學期大概是三萬臺幣，環境很好，非常舒適。中央大學舉辦了很多活動，令我印象最深刻的是一年一度的春季校慶，學校舉辦了為期 12 天的校慶活動，有各種闖關活動，完成後可以免費拿學校的可愛吉祥物紀念品。校慶最後三天還會邀請歌手來學校表演，只要是大學部的學生都可以免費參加校慶演唱會，今年校慶歌手陣容是有史以來最好的，還有我喜歡的歌手 NCT DREAM，入場是要用搶票的，我跟朋友連續三天都早上八點前起床搶票。韓國健保費一個月大概是一千多臺幣，記得要繳不然忘記繳要多付滯納金。特殊經歷是去看偶像的演唱會結果被誤認為是工作人員，因為我穿全身黑。

伍、研修之具體效益

一、我的韓文閱讀速度變快、韓文口說、聽力變好：

在去到全韓文環境前我的韓文閱讀速度超級慢，我甚至需要在心中讀出來才能理解意思，在韓國一個月之後，閱讀速度明顯變快很多，到後來我都直接看韓文版公告、注意事項不需要再翻譯，應用程式也是用韓文版。以前我說韓文的語調很怪，不像韓國人，現在有些韓國人都以為我是韓國人。剛到韓國時，去外面吃飯，店員講話太快我會聽不懂，店員放慢語速我才聽得懂，大概兩個月後就可以聽得懂正常語速的韓文了。

二、個性轉變：變獨立、變勇敢、變外向：

一個人在異國，不勇敢的話很多事都做不了，所以漸漸的個性就越來越外向。去韓國交換之前我都住在家裡，沒有一個人在外生活過，去韓國後很多事情都要自己處理、問題要自己解決，也就慢慢變獨立了。我第一次自己一個人去漢拏山攻頂，在臺灣我從未自己一個人爬過山；連去友利銀行開戶、辦簽帳卡都是我第一次自己一個人去辦好的！

陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)

這次去韓國交換是我第一次體驗到校慶原來是辦給學生參加的，學生在校慶那段期間就是主角。在臺灣從小學到大學我參加過的校慶都是只有一天而已，還會有一大堆人來致詞，學生都沒什麼活動可以參加，還會被強迫去看頒獎典禮和致

詞，超級浪費時間。在中央大學的校慶完全顛覆我的想像，那段期間學校充滿著歡樂、青春的氛圍，學校舉辦了好多活動給學生參加，像是校長請全校 2500 名學生免費看職業棒球賽，還有免費的應援套組跟一份肯德基套餐。校慶期間會有拍貼機，有學校吉祥物的可愛相框可以跟朋友留下幸福的回憶，也有校長的相框可以拍。大家會穿著今年校慶的特別球衣一起參加演唱會，超級無敵青春，彷彿這個春天是屬於我們的。

韓國學生對自己學校的強烈認同感也讓我超驚訝，他們都很願意買學校的各種衣服，我就只買一件校慶棒球衣跟學校棒球外套而已，有些人甚至還會買羽絨外套、校慶球衣每種款式都買。不像在臺灣，學生都不太愛穿學校的周邊衣服。

我給未來有機會參加交換計畫的同學兩個建議，首先，在交換期間要多結交異國朋友，會發現在臺灣看到的世界實在是太小了，還能發現很多有趣的文化差異。其次，多去當地玩體驗當地文化，會看到很不一樣的世界，這些都將會成為自己人生很特別的經歷與難忘的回憶。

影片連結：<https://youtu.be/3Ms446RqRL4>

具代表性出國交換照片說明(4張)



2025/7/4 我自己去爬韓國最高峰-濟州島漢拏山的登頂照片。



2025/12/19 交換生結業典禮後拿著結業證書在校門口拍照紀念。



2025/5/11 參加宿舍文化交流活動，可以免費體驗穿自己喜歡的韓服。



2026/1/1 和朋友跨完年後只睡 1.5 小時，接著一起爬上南山看新年第一道日出。