

臺北市立大學

學生出國研修心得報告

獲補助年度：114-1

研修領域：教育領域

系所、年級：教育學系

學生姓名：陳仙如

研修國家：韓國

研修學校(中英文)：東國學校 Dongguk University

研修時間：中華民國 114 年 8 月 25 日至 115 年 1 月 21 日

國外研修成績：GPA 4.5

中華民國 115 年 2 月 7 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)	2
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)	4
陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)	5

壹、緣起

我是於十月申請交換學生，並於隔年的第一學期(九月至一月)進行交換，因此將以此時程寫下建議與心得。

提交校內申請、確認校內錄取後，要等至隔年五月才會需要繳交東國大學的申請資料，並於六月中收到正式的入學通知，收到入學通知後，再去辦理簽證、確定出國的機票。七月初時，可以申請校內宿舍，目前申請宿舍的方式是線上填表單，開放表單填寫後「先填先得」，若搶不到宿舍就要開始找校外的房源，且校內宿舍只能住一學期，申請一年的同學要注意喔。若很幸運地搶到宿舍，七月底會需要匯款(我自己是去到銀行直接臨櫃匯款，雖然有海外手續費，但我覺得這方法最安全)，接下來，八月初就開始線上選課，等待九月的開學囉!!!!

貳、研修學校簡介

東國大學校園位於首爾及慶上北道，是一所佛教學校，於1906年創建，目前為韓國最強的影像藝術大學，2020年，東國大學在QS世界大學排名亞洲排第96名。

以科學、文學、電影和社會等領域出名，具有濃重的佛教文化氣息，肩負著傳揚佛教文化及藝術的重任。

參、國外研修之課程學習(課內)

- **Successful self-directed learning for an international student**
(全韓文授課): 教導外國學生讀韓國大學的必要技能，課程內容包含時間管理、目標設定、如何撰寫韓文書面報告、訓練韓文口頭發表、影片製作及小組合作。
- **Practice in Seon2** (全韓文授課): 東國大學獨有的冥想課，於佛寺廟裡靜坐上課，每週教授不同的冥想方法(吃的冥想、走路冥想、行大禮冥想)，下課前兩兩一組分享冥想的收穫與心得。
- **Current Korean 1/2** (全韓文授課): 每週不同的時事新聞主題，包含政治、經濟、國家安全、文化、教育，老師講解新聞內容，不時提問想法，需上台發表新聞，也有期中/期末紙筆測驗，這兩堂課程大大提升我韓文的單字量及閱讀能力，對準備 TOPIK 很有幫助。

肆、國外研修之生活學習(課外)

- **外國人登錄證/銀行開戶/宿舍生活:**
有外國人登錄證才能將手機號碼和網站會員實名認證、辦理銀行帳戶，所以最好是越快拿到越好，因此在出發到韓國前，就可以在『Hi korea』的網站上預約申辦，但最好是預約開學後的日期喔，因為需要在學證明跟住宿證明，而這兩項文件都是剛開學可跟校方拿取，其他需要的文件網路上都寫得很清楚。

由於校方會退一些住宿費、或之後要延長住宿時也需要匯款，因

此校方會要求辦理新韓銀行的帳戶，建議是拿到登錄證後再去學校裡面的新韓銀行辦理，所以登錄證真的要提早預約喔，如果韓文不好建議帶個韓文好的朋友一起去，辦的過程會比較順利。

我住的宿舍是忠武宿舍，是 2-4 人一間，一開始不習慣的是洗澡是大澡堂(沒有門只有隔板)，無法接受的人可能就要自己找外面的租屋了，其他都很不錯，地點位於地鐵站旁很方便、離學校走路約 15 分鐘、有廚房可以下廚。

● 保險費/生活費：

除了在台灣有保半年的保險，外國人在拿到登錄證後都須繳韓國的健保費，一個月約台幣 1700 左右，我繳了四個月。生活費則很看個人，撇除一些較高額的娛樂活動，我和我的台灣人室友們都是一個月大約台幣 25000 左右。

● 課外學習：社團/語學堂/學伴/語言交換計畫

先簡單介紹我有參與的這些課外學習活動，於感想與建議的部分再詳細分享我的感受與主觀建議。

我加入了名為「Haram」以及「DISSA」的社團，前者是每週六會有兩小時的課程，依據韓文程度分班，由韓國的學生介紹韓國文化給外國留學生，結束後會一起吃飯聚餐、咖啡廳聊天，每個月還會有一天的活動日，這學期有做蛋糕、穿韓服、耶誕晚會；後者是幾乎以全英文交流的社團，是為了協助外國人於韓國順利生活而成立的社團，因此社員大多是西方國家的朋友、每人需繳社費，也是會不定期舉辦活動，像是體驗韓國棒球比賽、去遊樂園。

我有自費上東國語學堂的課程，平日每天 4 小時、為期 10 週，每個級數都是以韓文授課，聽說讀寫的訓練都蠻平均的，師資的部分會有三位老師輪流上課，風格不同但都很專業。

在開學前，東國就會分配學伴，但不一定每位學伴都會與你聯繫（應該是因為校方沒強制規定…），所以就是一個緣分啦！不過大約十月的時候，可以申請語言交換計畫，由於以中文作為母語的申請者供過於求，因此我建議要認真寫計畫書比較容易申請的上喔，申請上後就能與韓國學伴自己約時間/方式進行學習。

伍、 研修之具體效益

● 語言能力的提升

我來到韓國交換的目的就是希望能夠學好韓文，因此我皆選修全韓文授課的課程、報名語學堂、參與社團和語言交換計畫，四個月的時間明顯感受到韓文實力的提升。

● 國際交流的經驗

在課程中與各個國家的學生小組合作完成期末發表、在社團中與不同國家的朋友交流，認識到不同文化的相異之處。

● 開拓國際視野，生活想法的轉變

在交換期間，會認識各個國家的朋友、會有許多新的生活體驗、學習新事物，都讓我重新審視生活的樣態，也在回國後以更積極的態度過生活。

陸、感想與建議(含 3 分鐘短片連結)

我去到韓國交換的目的就是希望提升韓文實力，因此除了學校的課程，我積極參與了社團、報名語學堂、申請語言交換計畫，從中我收穫了許多預期外的珍貴體驗，因此我很建議來交換的學弟妹們，勇於體驗各種新的事物、做所有你想做的事。

如果是去到東國大學交換，我非常推薦加入 Haram 社團，每週都有課程可以了解韓國文化，課後也會一起聚餐、咖啡廳聊天交流，能夠藉由 Haram 認識各國朋友的同時，也能大幅提升韓文口說能力。

若可額外負擔語學堂學費的話，我也非常推薦上語學堂的課程。雖然每日 4 小時有點辛苦，但事後回想是充實又美好的過程，不只從中收穫珍貴的友誼，專業的師資及密集的練習也讓我韓文的聽說讀寫能力大幅提升。與班上同學一起準備期中/期末考、課堂中相互開玩笑、老師生動的教學都是我珍藏的回憶。

在生活方面，我推薦大家多與朋友去各地旅遊、吃當地獨有的美食、仔細地感受當地的文化、紀錄生活的軌跡，相信在交換結束後，對待生活的心態會變得不一樣。

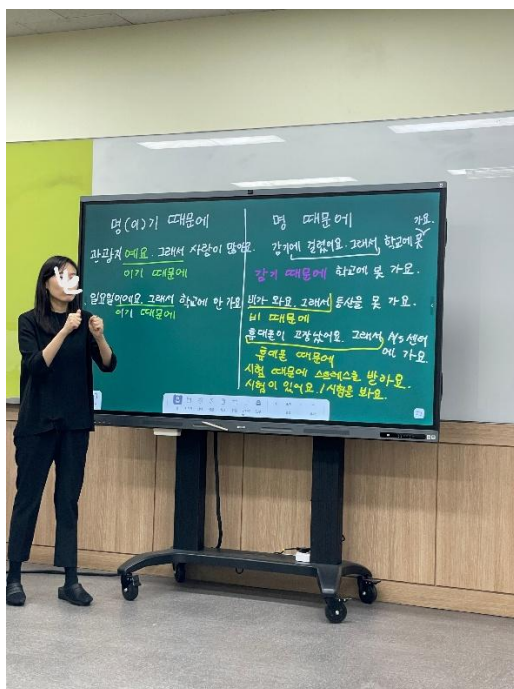
具代表性出國交換照片說明(4 張)



Haram 社團舉辦的活動日-運動會，與各國的朋友們玩團康活動、打躲避球。



東國大學獨有的冥想課程，這週的主題是「吃的冥想」，老師以巧克力教授冥想的方法，並讓我們實際體驗其過程。



語學堂的上課日常：老師專業地說明文法，課堂以小班制教學（10 人左右）、全韓文授課。



與韓國學伴相約咖啡廳進行語言交換，用中/韓文聊聊日常生活、增進口說能力。