

115學年度 赴韓國中央大學交換心得報告



交換學生姓名：王聖瑩

學號：111242014

系所：國際企業學系

研修國家及學校：韓國中央大學

交換時間：2026/2/25-2026/6/25

交換系所：Department of Business Administration

目錄

一、緣起

（一）出國交換緣起

（二）申請中央大學原因

二、研修學校簡介

（一）中央大學介紹

（二）校園環境介紹

三、國外研修之課程學習

（一）交換課程

（二）語學堂課程

四、國外研修之生活學習

五、研修之具體效益

（一）語言能力提升

（二）國際人脈建立

（三）海外獨立生活與解決問題能力

六、感想與建議

七、交換生活影片分享

一、緣起

（一）出國交換緣起

自入學以來，我便將「出國交換、拓展國際視野」視為大學生涯的重要目標。因此，大一時我主動參與國際事務處舉辦的交換說明會，透過學長姐的經驗分享，更加深了我出國研修的決心。起初，對於研修國家的選擇尚未明確定案，曾考慮過以英語和華語為主要溝通語言的新加坡。然而，大二與朋友前往韓國自由行後，我深受在地文化吸引，回台後便開始自主研習韓文，並在接觸韓國流行文化的過程中，進一步激發了對該國社會與市場環境的濃厚興趣。這趟旅程與後續的學習契機，讓我確立了將「韓國」作為海外交換的首選目標。

（二）申請中央大學原因

在確立「韓國」為研修國家後，我便鎖定「韓國中央大學」作為唯一的交換目標。中央大學不僅在韓國學術界名列前茅、聲譽卓著，其多元且具國際化的校園環境亦非常吸引我。在科系對接方面，由於我原就讀於「國際企業學系」，在規劃交換學程時，便選擇了專業高度相近的「工商管理學系」進行研修。我期許自己能在中央大學卓越的商管教育資源下，將原有的國企專業理論與韓國在地的商業管理實務進行對照，進一步深化跨國企業經營與市場行銷的專業知能。

二、研修學校簡介

（一）中央大學介紹

韓國中央大學（Chung-Ang University, CAU）創立於1916年，是一所歷史悠久且享有崇高學術聲望的頂尖私立綜合大學。學校設有首爾（Seoul）與安城（Anseong）兩個校區，主要交換研修的商管課程皆位於交通便利、資源豐富的首爾校區。中央大學在韓國國內綜合大學排名中長期穩居前十名，以其嚴謹的學術風氣與卓越的產學合作著稱。學校不僅在傳播、戲劇影視等文化創意產業領域領先全韓，其商學院（Business School）更獲得AACSB（國際商管學院促進協會）認證，具備高度的國際化教學水準。校園內擁有來自全球各地的國際學生，並提供完善的韓語教育資源（語學堂），是海外學生實踐跨文化學習與拓展國際視野的理想學府。

（二）校園環境介紹

中央大學首爾校區整體設備相當新穎。由於校區依山而建，校內有許多斜坡地形，每日上課時不免需要步行爬坡。不過令人驚艷的是，學校在坡度較陡的中央階梯處貼心地設有戶外手扶梯，大幅減輕了學生在各館舍間移動的負擔，令人印象深刻。在住宿方面，我此次入住的是四人房宿舍。雖然內部空間稍微擁擠，但整體規劃可謂「麻雀雖小，五臟俱全」，日常生活機能十分完善。更重要的是，宿舍區設有全天候輪班的警衛人員，安全管理非常嚴謹，讓獨自在外留學的我感到十分安心。唯一較為不便之處在於學校的交通區位。由於中央大學校區至鄰近地鐵站（如黑石站、上島站）步行約需 15 至 20 分鐘，且路段多為坡道，若提著重物步行會較為吃力。因此，在日常出行上，我更推薦搭乘班次密集的社區小巴士（마을버스）進行轉乘，不僅省時，也更符合在地學生的通勤習慣。



圖一：中央大學正門口



圖二：宿舍走出來



圖三：宿舍有308、309棟



圖四：我的宿舍書桌

三、國外研修之課程學習

（一）交換課程

由於我於交換期間自己報名了位於下午時段的中央大語學堂課程，為了平衡課業壓力並確保學習品質，在交換課程的選修上，我於上午時段安排了兩門課程，分別為「行銷學」與「進階韓文」。

行銷課：此課程採用全英語授課，班級成員組成多元，以韓國在地學生為主，並涵蓋來自台灣、中國、瑞士、美國等世界各地的交換學生。教授主要透過ppt講授專業理論，並以期末小組上台報告作為核心評量。較為可惜的是，因期末主題為「各國品牌行銷策略介紹」，分組多傾向依國籍劃分，因此我被編入台灣學生小組，減少了在課堂專案中與他國學生深度協作的機會。不過，我也透過這堂課成功結識了一位韓國摯友，在課後不僅維持緊密聯絡、一同出遊，更是我來到韓國交換後，第一位建立起深厚跨文化交流的韓國朋友。

進階韓文：此課程難度大約落於韓檢 TOPIK 2 至 3 級之範疇。由於修課同學全數為外國留學生，因此具備極高的國際化交流機會。我們的期中報告任務為「小組合作拍攝影片」，在共同實作的過程中，我結識了一位來自蒙古的朋友，雙方齊心協力完成影片製產，是一次非常難忘且有趣的跨文化合作經驗。但個人建議，若來韓國交換的主要目標是希望韓文有大幅度進步的話，光上學校的語言課是不夠的，我會建議可以自己報中央大的語學堂。



圖五：進階韓文課堂中與蒙古朋友一起完成期中影片

（二）語學堂課程

語學堂的授課時段分為上午班（09:00-13:00）與下午班（13:00-17:00）。為了能兼顧大學部的課程，我特別將交換選修課全數排在上午，並自主報名了下午的語學堂課程。我所研修的是「三級課程」，整個期程約十週，每週一至週五每天進行長達四小時高密度的全韓文沉浸式教學。課程內容非常扎實，雖然過程感到疲憊與辛苦，但如今回首，那段全力以赴學習韓文的日子，卻是我在韓國交換期間最閃閃發光的時候。語學堂結業後，我直接在韓國當地參加了 TOPIK 韓檢考試，並順利從原本的 Level 2 程度一舉提升至 Level 3 認證！這段經歷讓我實質驗證了自己的學習成果。若有志前往韓國交換並渴望突破韓語瓶頸，我非常強烈推薦申請中央大學語學堂，這絕對會是一段收穫滿滿且無悔的學習之旅。

四、國外研修之生活學習

（一）宿舍文化體驗活動

非常建議入住宿舍的交換生能踴躍報名參加宿舍舉辦的「文化體驗活動」。以我本次的參與經驗為例，活動行程非常多元，包含了前往草莓農場採摘草莓、參訪楊平傳統酒釀廠以及歷史博物館等在地景點。這些文化活動不僅全額免費，行程中安排的午餐也相當豐盛且具在地特色。在草莓農場時，我們除了體驗親自採摘鮮果的樂趣外，更動手製作了手作草莓醬帶宿舍品嚐，是一次兼具文化深度與手作樂趣的寶貴體驗。



圖六：當天豐盛的午餐



圖七：草莓農場摘草莓

（二）文化交流活動（Global Fair & Culture Exchange）

除了宿舍活動外，學校亦非常積極地舉辦各類跨文化交流活動，協助交換生迅速融入韓國當地生活。除了為每位交換生配對專屬的韓國學伴（Buddy）外，學校在四月底時會舉辦盛大的「Global Fair」。該活動由來自各國的交換生自主設攤，展示並介紹各自國家的文化特色與美食，並設計互動遊戲供前來參觀的師生體驗。雖然當時因研習語學堂課程至五月而未親自參與台灣攤位的籌辦，但我仍在活動當天前往觀展，深刻感受到了多元文化碰撞的活力。此外，學校還舉辦了「Culture Exchange」。報名後，學校會將不同國籍的交換生與韓國在地學生進行分組，並提供專案活動經費補助，鼓勵各小組自行規劃體驗行程。我們小組由兩位台灣學生、一位韓國學生及一位美國學生組成，經過討論後，我們決定一同前往棒球場觀看韓國職棒比賽並享用韓式烤肉。這不僅是我人生中第一次親臨現場感受棒球賽事的熱血氣氛，更是在輕鬆歡樂的氛圍下，實踐跨文化對話與建立深厚友誼的難忘經驗。



圖八：Global Fair



圖九：和Culture Exchange組員一起看棒球

（三）語學堂

為期十週的語學堂不僅課程內容扎實，學校還特別提供了免費的愛寶樂園（Everland）門票作為福利。由於名額有限，需要透過系統「準時預約」，我幸運地搶到了這個難得的機會！當天我與朋友們拿著學校提供的門票，前往愛寶樂園展開了一整天的遊樂之旅。我們特別租借了韓國高中制服，並拍下了拍貼（人生四格照）記錄下這個瞬間。能在韓國的知名主題樂園盡情遊玩，一直是我清單上的夢想之一，這次終於圓夢！除此之外，藉由語學堂的契機，我也結交到了感情非常要好的中國朋友。在語學堂課程即將結束之際，他熱情地邀請我到他家做客，不僅親自下廚招待我，飯後我們還一同前往노래방（KTV）歡唱！這份超越國界的跨文化友誼，對我而言是交換期間極其珍貴的寶藏。即使現在已返回台灣，我依然時常懷念起那段溫馨美好的時光，我們也相約未來一定要再次相聚。



圖九：愛寶樂園



圖十：和朋友租借制服



圖十一：中國朋友下廚



圖十二：一起去唱노래방

五、研修之具體效益

（一）語言能力提升

這趟交換之旅最顯著的實質收穫，莫過於韓語能力的突破性成長。透過語學堂每日四小時高密度且扎實的沉浸式訓練，我的韓文檢定順利從原本的 Level 2 提升至 Level 3 認證。除了課堂上的理論累積，在韓國的日常生活中，我也積極將所學應用於實踐，成功結交了多位韓國在地朋友。儘管目前的韓文程度尚未達到完全流利的境界，但已能自信地進行日常溝通，並與韓國朋友建立深厚的友誼。更難能可貴的是，這份情誼並未因交換結束而中斷，在我返台後，我也與韓國朋友們依舊維持著密切聯繫，甚至進一步在台灣接待他們、再次聚首，成功將語言學習轉化為真實跨文化交流的橋樑。

（二）國際人脈建立

遠赴韓國交換的這段歷程，為我開啟了一扇走向世界的窗，讓我建立起豐富且多元的國際人脈網絡。除了在語學堂認識的中國好友外，我也透過學校舉辦的各類文化交流活動與日常生活，結識了來自世界各地的交換生，包含馬來西亞、新加坡、法國、義大利等國；而韓國在地的朋友更是這趟旅程中非常重要的收穫。能夠在交換期間與來自不同文化背景的人相遇、交流，對我來說是極其珍貴的體驗！

（三）海外獨立生活與解決問題能力

赴韓交換是我第一次離家那麼遠生活，離開了熟悉的舒適圈與家人朋友的照應，凡事都必須學會獨當一面。從剛抵達韓國時的行政手續辦理、生活用品採買，到日常生活中面對語言不通或突發狀況時的應變，這一切對我而言都是全新的挑戰。在這幾個月的獨自生活中，我學會了如何妥善規劃個人財務、安排時間，並在遇到困難時主動尋求資源與解決方案。這段歷程不僅大大地提升了我的獨立生活能力與心理韌性，也讓我培養出更強的適應力與解決問題的自信。這份在異國他鄉培養出的獨立與堅強，將成為我未來面對任何人生挑戰時，最堅實的後盾。

六、感想與建議

回首這趟交換之旅，這一直是我大學期間最殷切期盼的夢想。從踏上韓國的那刻起，我高效率地完成了許多目標：每日扎實地研修語學堂、在當地挑戰並通過 TOPIK 韓檢、結交了許多珍貴的海外好友；熱血地看了好幾場盛大的校慶演唱會，深度體驗在地生活——在韓國看電影、解鎖棒球場初體驗、去練歌房（노래방）歡唱。除了深耕首爾的生活，我的足跡更延伸至釜山、慶州、蔚山等城市，感受了韓國多元的風土人情。即使如今已返台重拾原本的生活，我依然時常無比懷念那段充實而璀璨的歲月。我想，選擇「出國交換」，絕對是我大學四年裡所做過最勇敢、也最正確的決定。

七、交換生活影片分享

為了完整記錄這段難得的海外生活，在踏上交換之旅前，我特別創建了一個專屬的 Instagram 帳號。非常幸運的是，這個帳號不僅成為我記錄成長的空間，更讓我在上面意外結識了中央大學的韓國在地同學！直到現在結束交換返台，我依然會偶爾更新、分享生活。若對中央大學交換生活、語學堂課程有任何興趣或疑問，都非常歡迎透過下方資訊關注或私訊與我交流，我也十分樂意為未來的學弟妹解答！

ig:sheng.in.seoul

