

學校簡介

學習院大學成立於 1877 年，最初是為皇族和貴族子弟設立的教育機構。位於東京都豐島區，離山手線目白站僅需步行一分鐘，環境優美、交通便利。是日本著名的私立大學之一，由文學院、理學院、經濟學院、法學院、國際社會科學學院組成。

國外研修之課程學習 (課內) · 另外推薦受益最多/最喜歡的課程

學校會要求每位交換生至少修習六堂課，而我修的課主要分為三大類，日語課程、通識課及專業課程。

日語課程

在一開始會進行日文分班測驗，日語課主要分為上、中、初級，而我修習了兩堂上級的課程，一堂為閱讀課，另一堂為小組討論、寫作、口說導向。雖說是上級，但我認為課程內容和考試並不會太困難，可以好好練習自己聽說讀寫的能力。每位老師的教學風格都不同，閱讀課的老師每堂會帶學生讀一篇到兩篇的文章或是小說摘錄，並在下一堂課的時候做驗收小考。寫作課的上課方式多為找一部簡單的新聞影片，讓學生分組討論，並統整寫成短文繳交。我認為兩堂課都可以不會太有壓力且適度地讓自己練習到各方面的日文能力。

通識及專業課程

到學習院之前可以先申請自己想去的科系，而我是申請文學部日本語日本文學科。學校在一開始會幫交換生分配指導教授，可以在開學時與指導教授討論自己喜歡或對什麼樣的課有興趣。日本語日本文學科的課程粗分為語學和文學兩類，而我對文學比較有興趣，所以選了文學相關的課。在日本的大學很多「通年課」，要修滿上下兩學期才能拿到學分和取得正式成績，所以如果只交換半年的同學有學分抵免的需求要比較注意。課程內容的話我認為沒有遇到太大的困難，語言問題大約經過三週後可以開始跟上老師講課的速度，而大部分的課程都是繳交期末報告。但有一堂通識課「音樂史 I」的期末報告需要手寫在稿紙上繳交，對於外國留學生可能會稍微比較困難，要了解一下日本稿紙的作文格式。

國外研修之生活學習 (課外)

交換生的課程壓力其實並不大，所以有很多時間可以安排運用，我參加了很多演唱會、音樂會還有展覽，很多機會是台灣不會有的，趁人在日本的時候好好把握。我也很常在東京各處散步、逛街和尋找美食，有更多時間的長假時則會到更遠的地方旅遊。學習院大學的國際事務處會定時舉辦像是語言交流空間、巴士旅行、日本文化體驗、Homestay 等等的活動。而當中最推薦的是加入社團，如果想認識日本朋友、和日本人交流的話，加入社團是一個很棒的選擇。在四月開學的時候，學校裡會有很多社團的展覽或表演，對社團有興趣的人可以參加新歡或是體驗活動。我是參加和樂器社團，因為我本身就對日本傳統樂器很有興趣，學習的樂器為尺

八，每週一次的練習，加上每個月一到兩次的老師個別課指導，並在學期結束的時候出演定期演奏會，這之間我認識了很多朋友，並體驗到日本的社團生活，留下了非常多難忘且美好的回憶。

交換/研修之具體效益 (請條列式列舉)

1. 開闊自己的視野
2. 訓練自己的語言能力
3. 與不同文化背景的人交流
4. 了解日本大學的課程以及生態
5. 在國外生活訓練解決事物的能力
6. 結交到外國朋友
7. 透過自己的雙眼，把觀光客濾鏡拿掉，體會日本生活
8. 確立未來目標與方向

海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？如是，請說明如何解決問題；

如未解決，請說明事件最大的啟發及思考未來可以怎麼解決？

我認為語言絕對是第一件會碰壁的事情。不管是剛到日本要辦手續、點餐、對話等等，都是需要經過時間和膽量層層累積才能變得順暢，我透過不斷地強迫自己練習，並請教更熟悉日常生活用語的朋友，經過一個月才開始進入狀況。我覺得在日本生活，日文能力等於生活的舒適度，所以最好要先有一些日文基礎再來會比較舒服，盡量多去接觸自己未曾遭遇過的狀況和情境，等到發現自己能開始應付和解決事情的時候，所獲得的成就感是無可比擬的。

海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

在東京有非常多外國人，不論是觀光客，亦或是在日本的住民。我認為在東京不只是面對日本，是面對整個世界，所以對各種文化圈的人可以有更多地觀察和包容。不只是日語能力，英語能力也是很重要的一項課題。

海外生活歷練是否為您人生帶來不一樣的改變或者個人特質上的轉變，最大的

成長是什麼？

對我來說，經過這次海外生活，讓我更勇於挑戰和嘗試，跳脫自己的舒適圈，牢牢把握住能讓自己成長、體驗新事物的機會。

感想與建議

非常感謝這次的機會，讓我度過非常美好的一學期。在學習院大學的這段時間，除了課程上，社團活動也讓我度過非常美好且充實的時光。由於學校的地理位置非常好，讓我體驗到非常繁榮的東京生活。我認為東京不是只有日本，這裡有來自世界各地的人，與其說面對日本，是在面對整個世界。能在這邊學習，和各式各樣的人邂逅，都讓我非常感動。盡可能把握能讓自己獲取經驗、體驗各種事物的機會，而這次的交換計畫實現了我對日本憧憬的生活。

我打從進入大學就讀的那一刻起，就計畫著前往日本交換的目標。我本身是音樂系的學生，雖然這邊沒有音樂相關的科系，但社團活動滿足了我和日本學生透過音樂交流的機會。我認為我的日文能力有飛躍性地提升，除了學校的課程會鍛鍊聽說讀寫的能力，日常生活也像是考驗一樣，無時無刻都在驗收自己學了多少東西。等到發現自己越來越能應對的時候，那成就感絕對是促進自己往前的動力。不只校內，在校外有各種活動、演出、祭典。除了主流文化，能接觸次文化的機會絕對是和台灣無法比較的，在這段時間，我完成了國高中時期的夢想，也決定了未來努力的方向。

來到學習院大學，擁有日本大學生的身份，短短五個月，絕對有很多是作為觀光客無法體會的感受和經驗。結交到朋友、與出色的人交流，這些經驗是我人生步入下一個階段重要的養分。華麗炫目的東京樣貌，充實美好的校園生活，渾然烙印在我的腦中，我相信不管經過多久的時間，我都不會忘記這段時光。

英文心得(包含學校簡介、課程學習、生活學習、具體效益、心得感想等等)

500 字以上

Gakushuin University, established in 1877, initially served as an educational institution for royalty and aristocracy in Japan. Located in Toshima, Tokyo, just a minutes' walk from Mejiro Station on the Yamanote Line, the university offers a beautiful campus and convenient transportation. It is a well-regarded private university consisting of the Faculty of Letters, Faculty of Science, Faculty of Economics, Faculty of Law, and Faculty of International Social Sciences.

As an exchange student, I was required to take at least six courses, which were divided into three categories: Japanese language courses, general studies, and specialized subjects. In the Japanese language courses, I enrolled in two advanced-level classes: one focused on reading, and the other on group discussions, writing, and speaking. Despite being advanced, the courses were manageable and provided a good opportunity to enhance my language skills across different areas. The instructors' teaching styles varied, with reading classes involving articles or novel excerpts and writing classes

requiring discussions and essays based on news videos. These courses offered a balanced, stress-free environment for practicing Japanese.

For general studies and specialized courses, I was enrolled in the Japanese Language and Literature Department. The university assigned a faculty advisor to help exchange students select suitable courses based on their interests. My focus was on literature, and I chose courses related to this field. Most courses require attendance for both semesters to earn credits, so students on a half-year exchange should plan accordingly. I adjusted to the pace of instruction after about three weeks, and most courses required final reports. One general studies course, "Music History I," required a handwritten report on manuscript paper, which was challenging but rewarding.

The academic workload for exchange students was relatively light, allowing for ample time to explore extracurricular activities. I attended various concerts, music events, and exhibitions, taking advantage of opportunities not readily available in Taiwan. I enjoyed exploring different areas of Tokyo, trying new foods, and traveling to farther destinations during holidays. The International Affairs Office organized activities like language exchange spaces, bus tours, and cultural experiences. I highly recommend joining a club to meet Japanese students. I joined a traditional Japanese instrument club where I learned to play the shakuhach. The weekly practices, monthly individual lessons, and semester-end performance were valuable experiences that helped me make friends and understand Japanese club life, leaving me with unforgettable memories.

Language was a significant challenge when I first arrived, particularly for administrative tasks and daily conversations. I overcame this by consistently practicing and seeking help from friends who were more fluent in Japanese. After about a month, I started to feel more comfortable. I believe having a solid foundation in Japanese beforehand would have made the transition smoother. Engaging in various new situations and learning to handle them provided a strong sense of accomplishment.

My time at Gakushuin University allowed me to step out of my comfort zone and embrace new challenges. It enhanced my confidence in trying new things and solidified my commitment to personal growth. The experience of studying abroad in Tokyo, a vibrant global city, was invaluable. I improved my Japanese language skills, made meaningful connections, and clarified my future aspirations. The exchange program at Gakushuin University provided me with unforgettable experiences and lessons that will continue to influence my life.