

國立中山大學出國交換/研修(含寒暑期課程)/獎助學生
返國報告書

繕打 **中文及英文** 心得報告，應包含下列項目

(**中文至少 1,000 字+英文至少 500 字**。赴中國交換者不需撰寫英文心得。)

A. 學校簡介

延世大學(Yonsei University)創立於 1885 年，它是一所基督教私立研究型大學，同時也是韓國歷史最為悠久的大學之一。整個大學由新村校區、國際校區、未來校區所組成。在 2025 年的世界排名中，延世大學在 QS 排名中進度了 20 個名次，躍升到世界排名第 56 名，亞洲的私立學校中的第 1 名。另外，延世大學與首爾大學和高麗大學合稱「SKY」。

B. 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

在延修期間我最喜歡同時也是受益最多的課為 Global Business Negotiation and Dealmaking。這堂課的老師在課程內容準備上十分用心，他會將一個學期的課分成上下兩個模組，上半學期會比較著重在我們基礎商業談判能力的理解和建立，搭配一些實際的案例讓我們進行 role-play，讓我們將所學的概念運用在實際演練上。期中的時候會跟小組成員一起完成一個團體報告，而下半學期會透過 Harvard Business Review 中的各種不同個案讓我們進行練習，以培養我們溝通談判的能力。最後，期末會有一個個人的分析報告，讓我們回顧整個學期學習過的談判架構和印象深刻的個案，以確認我們對於商業談判溝通是否真正了解以及知道該如何運用在現實。儘管這堂課對於非英文母語者是以一個很大的挑戰，但我認為透過這樣的實戰演練是真的有效於幫助學生學習和成長。

C. 國外研修之生活學習（課外）

在課外的生活學習，主要分成兩個部分：

1. 解決問題/尋求方法的能力

在國外可能會遇到各式各樣的挑戰和未知難題，而在交換過程中儘管遇到問題時會慌張也必須學著冷靜下來去好好思考問題的根本並找到問題的解方。

2. 人際關係的經營

踏出原先的舒適圈，我必須在一個新的國家重新建立新的生活圈並融入在其中，這讓我變得更加勇敢。過程中也很幸運可以延續與荷蘭認識的韓國朋友的友誼，接受了他們很多的幫助，並在宿舍、課堂中和語言交換認識了很多不同國家的朋友們。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 學習獨立
2. 培養解決問題的能力
3. 體驗不同國家的文化
4. 親身了解國外的授課方式
5. 認識各國的朋友，拓展人脈
6. 增進語言能力

E. 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？

交換期間遇到最大的困境主要是在語言上的溝通。其實在離開校區或是首爾市區後，很多地方都不太能用英文來做溝通，遇到的人可能不太會講或是排斥講英文。因此為了解決這個問題，我必須用課外的時間去學習基礎的韓文，以便於我運用在日常生活中。

F. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

我認為在交換期間對我來說最大的文化衝擊為韓國人相較於台灣人來說比較冷漠一點，可能是因為他們整體的生活步調比較快以及文化的關係，雖然還是有遇到一些很熱心的人，但是當在尋求幫助的時候會感受到比較多人不願意多花時間去提供協助。很多時候看到年邁的阿公阿嬤需要幫忙或是備讓座的時候，韓國當地人都不太有反應。面對和適應的方式就是盡可能的自己解決問題，接受他們的文化，並在我的能力所及之下幫助需要協助的人。

G. 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？
我覺得交換為我帶來的最大的改變是生活的體驗和視野的擴展。這些在交換期間累積經驗對我來說都是很寶貴的回憶。另外，海外的生活也讓我為未來的職涯地圖拓展出更多的道路和選擇。期望自己能夠持續跟國際接軌，創造出更多可能性。

H. 感想與建議

這一次去延世是我的第二次交換，很多人聽到時會感到很驚訝，因為選擇一次交換一年或是在多個國家進行雙學位的人很多，但是一年內去兩個不一樣地方交換的人卻少之又少。我認為能擁有這樣的經驗真的非常幸運，因為在往後的日子裡很難再有像這樣長住在另一國家的機會。謝謝學校提供我們那麼多交換校的選擇和資源，讓我們可以在畢業前多多的拓展自己的國際視野，並為未來的職涯開拓出不一樣的道路。

整體來說，我覺得延世大學對於想要在亞洲國家交換的學生來說是一個非常好的選擇。新村校區十分漂亮，光是走在學校裡心情就會很好，一年四季都會有不一樣的花綻開，為校園換上不同的樣貌。另外，身為韓國前三名的頂尖大學，學校非常注重教學品質，老師們對於課程內容很用心，並且定期會請學生給予回饋，為課程適時的做出調整。如果想要讀書的話，除了去咖啡廳以外，學校圖書館也是一個很好的選擇，因為裡面的環境很好，位置寬敞舒適而且有很多樓層，不用擔心沒有位置，而根據學生們不同的需求，內部也有提供多元的設備供大家做使用。同時，走在校園裡就可以感受到延世大學真的是一個非常國際化的學校，不論是去交換還是去攻讀學位的人，國際學生的數量都非常多，所以就算一開始不會韓文也不用擔心，因為學校裡的學生、老師和職員的英文水平都很高，不會有溝通上的困難。

除了學校的環境和資源之外，我想我最喜歡也最捨不得的是我在這裡所遇到的朋友。在荷蘭交換時身邊的朋友多數為台灣人，但是在韓國我有很多時間都是跟課堂或是語言交換認識的外國朋友相處，互相交流彼此的文化。每當我遇到困難時，他們就像遊戲中的 NPC 一樣，會幫忙我一起突破重重關卡。另外，也非常感謝在朋友的介紹下，我能夠認識我在韓國宿舍的台灣室友。可以在異鄉跟同鄉的朋友一起互相扶持，解鎖各種生活體驗並一起成長真的是一件很開心的事。儘管交換時間只有短短的四個月，上述的所有人卻都不吝於給予我幫助，非常真心的對待我，我想雖然認識的時間不長，但我們的友誼會延續到很久之後。

總結來說，要踏出原先的舒適圈不是一個簡單的決定，但它絕對會是一個不會讓你後悔的選擇。過程中或許會遇到很多突發的狀況和未知的挑戰，但一旦你克服了，它們都會成為你成長的養分。所以如果再讓我選擇一次的話，我想我還是會做出一樣的選擇。

I. 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
赴中國交換者免填英文心得

My exchange to Yonsei University is the second time I went for exchange. Many people are surprised when they hear this because it's common to either choose a year-long exchange or pursue a dual degree in multiple countries, but it's rare to go on exchanges to two different places within one year. I consider myself

very fortunate to have such an experience because it's hard to find another opportunity to live in a foreign country for an extended period in the future. I'm grateful to the school for providing us with so many options and resources for exchange programs, allowing us to broaden our international perspectives before graduation and paving new paths for our future careers.

Overall, I believe Yonsei University is an excellent choice for students who want to experience an exchange in an Asian country. Founded in 1885, Yonsei University is a Christian private research university and one of the oldest universities in Korea. The university consists of the Sinchon Campus, the International Campus, and the Future Campus. In the 2025 global rankings, Yonsei University ranks the 56th in the QS rankings and securing the top spot among Asian private schools. The Sinchon Campus, where I study, is incredibly beautiful, and just walking around the campus puts me in a good mood. Each season brings different flowers that change the appearance of the campus.

Moreover, as one of the top three universities in Korea, the school places a strong emphasis on teaching quality. The professors are very dedicated to their courses, and they regularly seek student feedback to make timely adjustments to the curriculum. If you want to study, the school library is a great option besides cafes, as it offers a comfortable environment with spacious seating and multiple floors, so there's no need to worry about finding a spot. The library is also equipped with a variety of facilities to meet students' different needs. Additionally, you can feel the international atmosphere of Yonsei University just by walking around the campus. The number of international students, whether they are here for exchange or to pursue a degree, is quite large, so even if you don't speak Korean at first, there's no need to worry because the students, teachers, and staff at the school are highly proficient in English, ensuring smooth communication.

Beyond the school environment and resources, what I cherish the most are the friends I've made here. During my exchange in the Netherlands, most of my friends were Taiwanese, but in Korea, I spent much of my time with foreign friends I met in class or through language exchange, sharing and learning about each other's cultures. Whenever I encounter difficulties, they are like NPCs in a game, helping me overcome challenges. I'm also very grateful that, through friends' introductions, I got to meet my Taiwanese roommate in the Korean dormitory. It's truly a joy to have friends from home to support each other, unlock various life experiences, and grow together in a foreign country. Although the exchange period is only four months, all of these people have generously helped me and treated me with genuine kindness. I believe that, even though our time together was short, our friendship will last long into the future.

In conclusion, stepping out of your comfort zone is not an easy decision, but it's certainly one you won't regret. You might face many unexpected situations and challenges along the way, but once you overcome them, they will all contribute to your growth.