

韓國 _ 建國大學交換心得報告

學校名稱：建國大學 Konkuk University

交換學期：2025 年春季學期

交換系所：經營系

姓名：陳詠晴



目錄

1. 學校介紹
2. 選修課程介紹
3. 生活 & 住宿經驗及建議
4. 休閒活動
5. 總結與個人成長

1. 學校介紹

建國大學 (Konkuk University) 創立於 1946 年，位於首爾市廣津區，是韓國知名的私立大學之一，專長領域涵蓋人文、商管、設計與生技等。校園內環境優美有湖泊「일감호」一鑑湖、櫻花林及現代化的教學樓。學校設備完善，圖書館、健身房與食堂應有盡有，為學生提供便利的學習與生活空間。學校交通十分便利，地鐵 2 號線與 7 號線交會的「建大入口站」就位於校門口，無論前往江南、弘大、明洞等地都相當方便。特別是近年人氣大增的文青商圈「聖水洞」，從建大搭乘地鐵僅需一站，對喜歡探索咖啡廳與設計品牌的學生來說，是生活上的一大優勢。校園周邊還有樂天百貨、e-mart 超市與各式餐廳，是兼具學習與生活機能的理想環境。

2. 選修課程介紹

我修習了韓國文化、初級韓語、商業英文及社群媒體溝通課程，皆以英文授課。

韓國文化課：透過每週主題式的簡報，例如韓國歷史、儒家文化、Kpop 產業發展等等，整體來說比較著重於歷史，能更深入了解當地社會價值觀與生活方式建立。

初級韓語：會從最基礎的 40 音開始教，若不是完全沒接觸過韓文字的同學可以考慮是否需要選修。

商業英文：是讓我收穫最多的一堂課，老師是美國人，每堂課都需要 2-3 人一組進行小組討論與課程內容分析，不僅訓練了英文的聽力與閱讀能力，也強化了我的即時口說與溝通技巧。課堂上同學來自不同國家，有來自韓國、蒙古、歐洲與南亞等地的交換生，讓我在討論中接觸到多樣的英文口音與文化背景，也學會了如何用更包容開放的態度與他人合作交流。

社群媒體溝通：授課老師為韓國籍教授，以英文授課，口音偏向韓式英文，課程每週會探討不同主題，例如各個社群平台的介紹、網路霸凌現象、迷因文化的形成與擴散等，整體課程內容偏向常識性，若希望深入研究社群媒體如何操作與影響大眾溝通，建議可根據個人興趣再評估是否選修。

在選課方面，建大在學期開始前會先寄送英文授課課程清單，讓交換生可以提前參考。學校會提供一次線上選課時間，雖然當時大家還未到韓國，但能先初步選到心儀課程。等實際到校後的開學前一週，學校會安排新生見面會，並由 ISV (國際學生志工) 協助，在電腦教室裡第二次線上選課，盡可能確保每位交換生都能選到理想的課程。

3. 生活 & 住宿經驗及建議

生活 & 住宿

基本上按照申請程序交換生都能住上校內宿舍，我住的是 Frontier Hall 為雙人間。每棟宿舍一樓皆設有 24 小時警衛，有門禁但能先在宿舍 App 上申請外宿（有次數限制）。房間設備簡單、整潔，每間房有個人的衛浴，沒有廚房，但設有微波爐可簡單加熱食物。洗衣房內配有洗衣機與烘衣機，需透過指定 App 儲值並操作，使用方式方便、流程明確。宿舍行政室就在隔壁棟，有任何住宿相關問題都能立即詢問與處理。生活機能方面也非常便利，宿舍步行三分鐘內就有 24 小時便利商店、學生食堂與健身房。食堂一餐的價格為₩6000，有整學期的餐卷可購買會更便宜、健身房一個月₩10,000。

建議

1. 不急著購買整學期餐卷

建議可以先到學生食堂用餐幾次，確認是否喜歡餐點風格與口味，再考慮是否購買整學期的餐卷，比較彈性也能避免浪費。

2. 留意蔬菜攝取

韓國飲食多以泡菜、醬菜為主，很難吃到大量新鮮熟食青菜、炒青菜幾乎沒有，建議平時多注意飲食均衡，必要時可補充益生菌或購買沙拉食用。

3. 生活用品可當地購買

除非有特定使用習慣，大部分的生活用品（如洗髮精、牙刷、洗衣精等）都能在大創（Daiso）以便宜價格購入，不僅方便也能大幅減輕行李重量。

4. 信用卡為主要交易方式

韓國消費大多使用信用卡，包括便利商店、餐廳、超市等場所；現金則主要用於宿舍洗衣加值、交通卡加值、健康保險繳費或部分小店，因此建議可準備一張國際信用卡搭配少量現金且開通海外現金提領功能即可。

5. 下載 Naver Map 和 Papago 翻譯 App

在韓國導航時，比起 Google Maps，當地人更常使用 Naver Map，資訊更新較快且路線更準確。搭配 Papago 翻譯 App 使用，可快速翻譯韓文標示，讓日常生活更順利。

4. 休閒活動

1. 跑咖日常

在課餘時間，我最常做的事就是「跑咖」。我自己非常喜歡造訪各式各樣的咖啡廳，在韓國這段時間也去了許多風格獨特的店家。無論是想找一個安靜的地方讀書、和朋友聊天喝咖啡，或是想自己獨處、甚至慶祝生日，韓國的咖啡文化都提供了豐富的選擇，一定能找到最符合自己風格的那間咖啡廳。



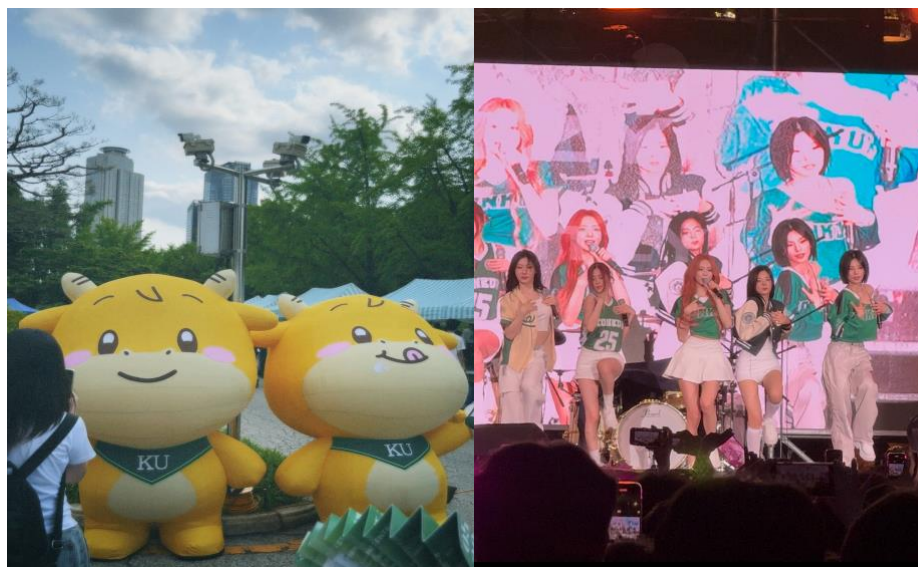
2. 漢江野餐與單車體驗

我也經常和朋友去漢江野餐。距離建大最近的是纛島漢江公園，非常適合傍晚去放鬆、看夕陽配著炸雞與披薩。也很推薦晚上沿著漢江騎單車，微涼的風伴隨著沿途閃爍的城市燈光，能一邊欣賞首爾夜晚的風景，一邊放鬆心情。



3. 建大慶典

我在交換期間剛好遇上了韓國大學一年一度的慶典。為期三天的建大慶典中，全校師生穿著代表建大的綠色服裝走在校園裡，校園內充滿各系不同風格의 포장마차 (布帳馬車) 與各式餐車，校園內難得地開放販售酒類、宿舍也暫時沒有門禁。最令人期待的重頭戲是藝人演出，這次建大請來了 aespa、ITZY、PSY、YB、Yerin Baek 等知名藝人，僅限建大學生參加，且完全免費。那幾天我體驗到韓國大學青春、自由又充滿凝聚力的校園文化，是我交換生活中最難忘的回憶之一。



4. 演唱會

在韓國交換期間，我一共參加了三場演唱會，其中最難忘的是兩場來自我最喜歡的偶像防彈少年團（BTS）成員 J-HOPE 和 JIN 的個人演唱會。非常幸運地，剛好在他們退伍回歸後的期間來到韓國交換，能親眼見到他們、在現場為他們加油，對我來說真的是夢想成真。尤其是在演唱會現場見證他們全員再度合體，那份感動與幸福難以言喻。對我而言，這不只是一次追星經驗，更是這段交換生活中最令人開心、最深刻的回憶。



5. 總結與個人成長

透過這次交換的經驗，除了拓展國際視野與培養獨立生活的能力之外，我覺得最珍貴的是與自己對話、認識自己的過程。遇見許多從未接觸過的人事物，也有很多時間與自己相處與思考，從中更清楚自己喜歡什麼、不喜歡什麼，發現原來自己有能力達成更多想做的事。如果有機會，我真心推薦學弟妹們勇敢踏出第一步，無論你想去的國家是什麼、懷抱著什麼目的與期待，只要出發，一定會有所收穫。也許過程中有落空、有挑戰，但那份成長與感動，是永遠只屬於你的。