

這次前往韓國德成女子大學交換留學的經驗，是我人生中一段寶貴的學習與成長歷程。剛抵達韓國時，面對全新的語言環境與文化氛圍，我既興奮又緊張。一開始在課堂上與韓國同學互動時，我會感到不自在，特別是一對一的討論常常讓我不知該如何自然地延續對話。然而，隨著時間推移，我慢慢學會放下心理壓力，設法讓每一次的互動都成為建立連結的機會。例如我開始練習在表達完自己的想法後，主動問對方的看法或延伸話題，這些微小的改變逐漸讓我在人際關係上更加自在與自信。

在課業方面，我選修了三門核心課程，分別是《韓國大學生新聞與出版》、《全球社會的理解》，以及《國際關係的觀點》。這些課程不僅拓展了我的知識面，也讓我有機會深入思考國際間的互動與社會議題。在新聞課中，我學會如何從真實案例出發，運用具體而生動的語言撰寫故事，並完成一篇具備新聞價值的深度報導。課堂上我們討論了許多當代社會現象，也學習比喻、對比、象徵等新聞寫作技巧，這讓我了解到新聞不僅是資訊的傳遞，更是一種說故事與創造共鳴的藝術。

而在《全球社會的理解》這門課中，我學習了與全球化、國際經濟、氣候變遷與全球公民意識相關的議題。這門課幫助我從更宏觀的角度理解各國面對共同挑戰時的因應方式，也讓我更關心自己在全球社會中的角色與責任。此外，《國際關係的觀點》課程則讓我初步接觸到不同的國際關係理論，例如現實主義、自由主義、建構主義、女性主義與馬克思主義等，並透過真實世界的案例，思考這些理論如何解釋國與國之間的互動。這不僅提升了我對政治現象的理解能力，也培養了我批判性思考與英文學術閱讀的能力。

除了課堂學習，我也積極適應當地生活與文化。雖然語言上仍有挑戰，但我努力透過自學韓文，認識日常用語與飲食名稱，這不僅幫助我在生活中更獨立，也讓我與當地人交流時多了幾分親切與自信。我逐漸適應韓國的飲食習慣，例如馬鈴薯排骨湯、海鮮煎餅、烤腸等，甚至愛上在超市或傳統市場尋找新食材的樂趣。我也會拍下食物或風景的照片，分享到社群媒體上，記錄留學生活的每一刻。這些日常點滴不僅豐富了我的生活，也成為與朋友分享文化的有趣話題。

在韓國的這段時間，我特別感受到跨文化交流的力量。從與同學的合作報告，到日常生活中的互動，每一次溝通都是一次理解他人、也理解自己的機會。我也更加體會到自己身為台灣學生的文化背景如何影響我看待世界的方式，而這樣的自我覺察讓我在國際交流中更加謙虛與開放。

這段留學旅程讓我在語言能力、跨文化理解、人際溝通與自我管理等方面都有顯著成長，也更加確立了我未來想朝向國際交流、媒體或教育等領域發展的方向。走出舒適圈的經驗讓我深刻體認到，只要勇敢跨出第一步，就能開啟無限可能。回台灣後，我希望能將這段經歷所獲得的視野與能量分享給更多人，並繼續探索世界的多樣與精彩。



