

韩国东亚大学交流学习及复学心得

(学号: 2129501 姓名: 菲罗热·艾买提江 班级: 21 行管 2 班)

在 2023 年的春季学期从上海海洋大学前往韩国东亚大学进行公派交流学习, 在次期间不论是在学习还是生活上收获到了很多, 有各种各样新奇的体验, 也以比较优异的成绩顺利结束了本学期的课程, 同时也得到了很多锻炼, 因此我将分为三点进行总结。

一. 学习情况总结

在韩国交流学习中我选择了和我在上海海洋大学所学专业相符的学院以及专业课程, 公共行政内容, 课程内容有关组织, 管理, 社会研究等等, 由于没有与专业相符的韩文授课课程, 所以选择了英文授课, 这也意味着我面临了新的学术挑战。在课程学习中没有缺席, 认真完成每一次的作业, 不懂得问题下课立马问老师, 同时英语口语得到了很大的提升。同时课程要求强调团队合作, 这也意味着在课堂中我学会了与不同背景和国籍的同学一起解决问题以及进行汇报, 这也提高了我的团队协作能力和跨文化交际技巧, 不论是在小组还是课堂中我都会很积极的完成每一个任务并且主动与小组成员交流自己的意见看法。平时课下也会和来自中国其他大学的交换生朋友们讨论学习, 她们有来自中国人民大学、华中农业大学等, 我们会一起探讨学习中各自遇到的困难, 我记得在管理科学这门课中, 发现老师讲的不太对, 但是感觉在课堂中直接打断老师又是一个很不尊重的行为, 于是下课后就会给老师讲了自己的看法, 老师意识到了之后一直夸赞, 还说他更希望他的学生们能够发现问题及时举手汇报以及批评指正, 并且给了我建议, 就是一定要在课上多说多交流, 这样可以很快提升英语水平。从那以后我变得不怯场, 学会了大胆说出自己的答案或者看法。不论是期中、期末还是任何一次小考我都会很认真的进行知识巩固, 并且有三门课程拿到了全班最高分, 在一次小测中, 觉得一道题目的答案选择上存在一点问题, 我认为根本没有正确答案, 我就主动向老师表达了我的看法, 果然在老师的重新计算下决定修改这道题的选项, 这一次我更加意识到了勇敢地说出自己的看法, 或许正是引领你走向正确答案的第一步, 在自信与坚持的引导下,

不要怕犯错，因为每一次的尝试都是成长的礼物，在勇敢中寻找真理，真的会发现自己拥有的力量远超想象。在很多次其他的挑战中我都能深刻感受到中国非常重视教育，在学术综合能力，以及在一些课程基础扎实程度，和其他同学比起来感觉自己的基础很扎实，深刻感受到在国内学到的很多知识牢牢记在心里，上课或者考试的时候都能用到，老师也会将我的平时作业作为模板给其他同学展示，在小组讨论中也会积极帮助其他同学，这也是对我自己的知识体系的一个巩固复习，同时通过交流去提升自己的英语以及韩语口语水平。同时，我也在课程当中学到了很多知识，觉得有问题的地方会立马举手质疑或者提出疑问，然后和老师同学一起解决，以及这些来自不同国家的老师的授课方式和思维角度各有所不同同学们的想法也是多种多样，总之获得了很多新的学习体验。

由于学习韩语课程会导致与我的专业课冲突，并且之前自己自学过韩语可以进行一些基本交流，所以我把重心放在了专业课学习上，但是平时在课堂里和同学们交流学习的过程当中，也会去提升自己的韩语和英语水平，刚开始的时候确实有些困难，毕竟第一次接触这种其他语言环境下的授课方式，但是我会去勇敢的张口去交流学习，问老师问题，从而口语方面也得到了一定的提升。专业课毕竟是全英文的，在平时做作业以及考试中有一定的难度，但我并不想放弃，很多时候从图书馆回来都会熬夜学习，直到能够顺利的做完一套英文试卷。尽管英语在韩国的大学中普遍使用，但在生活和社交中，韩语仍然是必备的。学习韩语是一项重要任务，因为它有助于更好地融入社交生活和理解当地文化，所以课下我会进行自学韩语，平时在学校或者日常生活中，会和老师或者同学们进行交流，有不对的地方也会帮我指出来，我发现在日常生活中多练习口语对提高语言能力非常有帮助。还是那句话，努力一点点，就能收获一点点，只要功夫深，铁杵磨成针。无论遇到多大的挑战，只要不放弃，都能克服。努力是通往梦想的唯一路径，不论前路有多曲折，只要脚下有力，远方的成功终将属于自己。

二.生活情况总结

生活方面比较明显的情况就是，刚来到韩国的时候非常不适应，大概是因为环境的改变给我带来的心理影响，那边的饮食以及气候都使我不太适应，打心底里是很想回国的。在气候和地理位置方面会有很大的差距，釜山会经常下雨，而我们上课的校区和住宿的校区又是相隔七公里左右。据我了解，国的土地资源相对有限，特别是在城市地区，因此，韩国的大学往往需要在有限的土地上建设校园，山区提供了更多的土地选择，也有助于扩建校园。我交换的这所学校就正是在山区里，这也就意味着会有交通不便利以及每天上下山的安全防护方面的问题，在交通方面会有社区公交车送下山，但是一是需要等待，二是单程价格折合人民币就是六块多，如果每天都选择这种方式去上下山显然是不划算的。如果是选择自己走下山，那就是要多加小心，因为到处都是坡非常陡，一不小心就会摔倒，因为每天上课前都会很早出门。我一般来说都会徒步上下山，最恶劣的就是下雨天，有时候又等不到公交车的情况下只能徒步上下山，有一次下大雨，在下坡过程中我狠狠地摔倒并且滚下去，伤到了腰和胳膊，当时感到十分无助与身体上的难受。尤其是每天下午上完课等校车，然后再吃个饭准备上山回宿舍的时候一般都会天黑，因为韩国时间比北京时间早一个小时，这时候上山就非常可怕，住宿校区的路灯设置措施不是很好，到处都是黑黑的，回到宿舍也是很乏力。

一般来说下山之后，会有校车在上课校区之间来回接送，有明确的时间表，可以按照那个时间表下山等候校车。我们学校是没有午休时间的，每节课之间的时间都是连着的，一节课时间是一个半小时，并且课程中间也不会下课，就比如第一节课是 9:00 到 10:30，那么 10:20 左右会下课，去下一个教室准备上另外一节，下一节就是 10:30 准时开始，以此类推，中午就没有安排午休时间。一般会买一些面包或者三明治垫一垫，下午结束课程以后会回到住宿校区那边吃个晚饭再回宿舍，每天都是如此，以至于刚开始的学习生活让我深感不适，在得不到帮助的方面或者很吃力时真的很想回国很想家。

但是随着时间的推移以及渐渐踏入有序学习,我开始调整心态想要去好好完成此学期的交流学习,慢慢的从不习惯变成了努力让自己适应,通过早睡早起早点出门,早点吃饭早点回宿舍等改善生活,把“爬山”当作一种锻炼,把消极情绪转化为向前走的积极动力。除此之外,另一方面存在问题的就是饮食,显而易见的是韩国食物通常较辣,尤其是泡菜等辣椒制品,饮食中有很多发酵食品,如泡菜、酱油酱、味增酱等,韩国食物中还会包括一些不太常见或不常食用的食材,如海藻、竹笋、芝麻叶等,还有很多油炸类的食物,让我感觉很少能找到比较便宜又健康的主食。所以平时我吃的比较多的就是快餐以及拉面,尝试了一次韩国的冷面,导致胃疼了一整天,这个食物说是用来夏季解暑,但是我个人觉得还是要看自己的承受能力,饥饿的时候吃很凉的饭当作主食,不免会带来一些不适感。

由于经常吃热量比较高的食物,本身就患有慢性扁桃体炎的我更加难受,扁桃体动不动因上火而肿痛,当我想去买点水果去均衡一下营养时,价格高昂的水果真的会使人大吃一惊,一般就只有超市里有水果可以买,都是一盘一盘包装好的,苹果和梨都非常大,四个苹果折合人民币 50 元左右,一巴掌大盘草莓 50 元左右,一个西瓜竟然可以卖 100 元到 150 元,蔬菜也是价格普遍高。了解了一下有以下几点原因,韩国的气候条件在某些季节中不适合某些水果的种植,需要从其他国家进口水果;韩国的农业生产面临土地稀缺和山地化的挑战,这可能会增加农业生产的复杂性和成本;运输水果需要考虑跨越国际边境的费用以及长途运输的成本;汇率波动可能会对水果的价格产生影响,如果货币贬值,可能导致进口水果价格上涨等。此时此刻我想到了我的家乡中国新疆,有着独特的气候和土壤条件而适合多种水果的种植,气候条件允许在更广泛的季节内生产水果,可以几块钱买到的西瓜在韩国却要一百元人民币以上,每当这时我真的会由衷的感叹我国的地大物博,资源丰富。每天都去买这些水果吃是不可能的,一是实在是太贵了,二是会想到水果的新鲜程度,毕竟基本都是进口的。慢慢的我也去了解到韩国的一些酵素以及维生素等,通过这些去进行补充,这些小补品

相对来说会有平价一些的，相对于水果来说性价比可能要稍微高一些。

在住宿方面是住在学校宿舍，整体条件还算可以，女生宿舍都是两人一间，有独立卫浴。我和中国同学住在一起，每天晚上韩国时间十二点会准时查寝清点人数，这方面的管理相当严格，如果在查寝时间不在宿舍将会被扣分，如果 10 分被扣完了就要被强行退宿。据说的韩国的宿舍比较紧张，需要去抢，因为韩国的校园住宅建设有限，而且宿舍费高昂，我去交换的这个学校的住宿费，按照当时的汇率一个月达到人民币将近 1200 元。由于这种高昂的生活和住宿成本，大部分同学都是校外租房的，由于住宿人数比较少，所以管理起来可能更容易。但是我觉得这样也有很多弊端，因为很多学生都会来自不同的城市去读书，宿舍又有很大的限制条件，就导致大部分同学都要租房。这一点再一次想到中国地大物博，教育方面的投资非常高，学校的设施和修建也很健全，每一位读大学的学生们都能有宿舍住，我们上海海洋大学一年的住宿费才是 1200 元人民币，而韩国的这个学校的一个月就要 1200 元，这就能真真切切的感受到我国为我们的学习生活投资了大量的资金，付出了很多心血，这是我们需要感恩的，我们应当知足当下的生活，感谢党和国家为我们的不断付出，为我们提供更好更全面的教学建设和学习生活环境，带着理想和目标，努力前行！

三.文化体验总结

文化体验方面我感受到了韩国人在日常交往中很注重礼仪，我认为这种意识是源于韩语中的“平语”以及“敬语”，他们不论是在职场的上下级关系还是说在学校内学生之间的前后辈关系中都有很明显的等级意识，在我看来这种所谓的“秩序”有利也有弊，同时我也感受到了接触一个别的国家的文化难之又难，比如说韩国人喜欢鞠躬以及日常问候等等，这也是一种当地的文化，于是渐渐的也会在购物或者碰到老师同学的时候进行日程问候等等。

负责我们的老师也在一开始给我们找了会中文的同学去帮助我们解决困难，平时有什么问题也会主动找他们帮忙，在交流学习期间语言这方面没有遇到太大的问题。剩下的主要

事情就是好好学习，因为我不仅代表了上海海洋大学，更是代表了中国的新一代青年，这种时候我更应该坚定自己的理想信念，摆正自己的心态，不论在到哪里，要带有一种，我是中国人，我为我的国家而自豪的信念去做好每一件事，保持勤劳和坚忍不拔的中华民族传统美德，以及团结互助的美好品质，走到哪里都要乐于助人，做好自己，闪闪发光。就这样，带着理想和目标认真完成了我的课程学习并且拿到了比较优异的成绩，也获得了一段不一样的人生体验，圆满的结束了我的此次的交流学习。

复学总结：

现在已经回到了祖国母亲的怀抱之中，回到了心爱的海洋大学，心中充满了安全感和喜悦。去交流学习之前我是比较害怕的，会担心自己的课程应对情况以及生活适应情况，但是不论怎样都坚持着去完成了交流学习，为这段生活圆满的画上了一个句号。很高兴学校能给我们这样的机会让我们走出去看看，体验不同的教学方式以及文化交流，也很感谢自己的坚持和努力，这次的精力也让我成长了很多，世界上真的没有什么事情是做不到的，只要有目标，并且可以督促自己踏踏实实地走好每一步，总会成功。这次交换回来之后，学习能力也有了一定的提升，对未来的学习也有了一些明确的计划，很感谢上海海洋大学给了我此次机会，也很感谢我的父母不惜一切代价的支持我在学习道路上的每一步，尊重我的选择，肯定我的努力。

本学期开始我要恢复学籍继续在海大学习我的专业课程，在剩下不到两年的时间里我需要踏踏实实的去完成自己的每一步计划，慢慢根据自己的能力去选择适合自己的方式，规划自己的未来职业发展方向，多多咨询这方面的内容，了解不同行业的需求和趋势。在把重心放在学习的前提下，多去参加一些能够提升自己能力的活动，多与老师和同学交流自己的想法，还打算在寒假和暑假进行实习，分别在企业 and 事业单位实习，有时间了就要多尝试，找到更合适自己的一条道路。除此之外，最重要的还是认真完成专业课的学习，以及开始为

考研做准备,强化自己的知识体系与见解,多交流,多改正自身的不足。“青年强则中国强”,作为新时代最有活力的青年,应当与国家的发展同呼吸,共命运。不忘老一辈的艰苦奋斗,以“青春之名”百折不挠,牢记上海海洋大学“勤朴忠实”的校训精神,乘风破浪,勇立潮头,以坚定的理想信念砥砺前行,勇做新时代的追梦人!