

學生出國研修心得報告內容大綱

研修學年度/學期	106學年第一學期
薦送學校、系所、年級	國立臺北科技大學 經管系 四年級
中文姓名	蔡馥伊
研修國家	泰國 曼谷
研修學校	國立朱拉隆功大學 (Chulalongkorn Uni)



一、緣起

- 物價便宜
- 語言學習
- 體驗國外的教育環境
- 泰式料理

二、研修學校簡介



朱拉隆功大學(以下簡稱「朱拉」)創立於 1917 年，是泰國最古老的大學，也屬數一數二的名望大學(另外兩間很有名的為法政大學、馬其頓大學)。幾乎每人都能認出朱拉學生的制服。也因為學校的名氣，常常會有許多意外的特殊待遇、或是會對你很客氣。學生簽證每待三個月都得去移民局辦理延期簽證，穿著朱拉制服也比較不會受到刁難。

泰國的學校從國小到大學都須穿上制服上課，基本上大學生的制服都為白襯衫搭配黑色窄裙或深藍色長裙；男生為長黑褲，而不同學校則是依制服的鈕扣、胸章、跟皮帶的徽章來區別。

每位交換生都會有個 student buddy，泰國學生都相當熱情且友善。系上也有學生組織負責辦活動給交換生玩(Ex: 三堂泰語基礎課、破冰、兩天一夜郊遊、運動會...等)。

三、國外研修之課程學習(課內)

此次交換在 BBA(Bachelor of Business Administration 的 International Program，與當地商學院的學生一起上課，以全英文授課，教授都是從國外得到頂尖學位再回來教書的泰國人或是來自英美的外籍老師，在師資上其實是相當專業的，且教授與同學的英文程度相當良好，溝通不會有大礙。

泰國的大學很特別的是大部份都有分 International program 跟 Thai program，當然學費也是天壤之別，International 甚至可以比 Thai 貴上三倍左右，如果是非泰國人就讀的話，要在乘上兩倍才是你的學費。也由於學費高昂，老師上課一點都不馬虎，從來就不會發生老師請假不補課的事情，有時候還得在假日去學校上補課呢!

在這裡我修到最特別的課程是：教室位於系館的最頂樓，有間叫「black box」的教室，整間教室就像一個小型全黑劇場，設備一應俱全，這讓我相當驚訝 BBA 竟然會為了這一門表演課，而花了兩百萬打造這樣的教室。老師是個專業級舞台劇表演者，也身兼導演。她教我們如何正確的呼吸、站姿、還有說話音量的控制。我們在期末甚至完整演出了近一個小時的英文戲劇表演。

這可是一個相當棒的體驗，從來沒想過身為商學院的學生竟有門課是要我們丟掉原文書、丟掉計算機，勇於表現自我、享受表演的。每每想到要背下長達八幕的劇情、走位跟自己的台詞真是讓我挺緊張又焦慮，我在課後也花了很多時間練習跟準備，幸好期末的戲劇表演相當成功，同學們很團結、互相幫助。一切從無到有，慢慢累積到最後得到的成果，回頭一看，很意外也很滿意自己真的做到了。

四、國外研修之生活學習(課外)

在校內我有選修四門課，課餘的時間我就會到學校附近的語言補習班學泰文。在那邊認識很多不一樣的人，不同年齡、不同國籍、不同背景的人相處在一起確實挺有趣的，大家都抱著不同的志向來學習泰文，上課過程中老師常常介紹泰國的文化與習性，讓我除了在泰國同學吸收到的知識外，又有個管道可以認識這個的國家。



如果到了假日或課餘時間，可以到附近的百貨逛街、或是找間咖啡廳待一整個下午(曼谷有多到數不清的值得一去咖啡廳)，甚至可以搭個國內線飛機、火車或 mini van 到曼谷以外的地區旅遊。每週五到週日總會在百貨附近或是公園有週末文青市集，那邊都會有駐唱歌手，讓你逛累了可以好好坐下來欣賞音樂。許多展覽、博物館與寺廟對於外國人的門票收費都相當高價，出示學生證(有些需穿著制服)就能享有和當地人一樣的價格，甚至是免費。

值得一提的是，在我交換半年的期間，剛好遇上前泰皇 拉瑪九世的火葬禮。在葬禮前，全國上上下下的人民長達一年都穿著全黑的衣服為前泰皇哀悼，泰國朋友們在社群網站跟通訊軟體紛紛分享了紀念前泰皇的文章、許多人也換上黑白的大頭貼以致對他的追念。但在火葬禮後，整個國家彷彿活了起來，在長長的一年哀悼期後，原本美麗的微笑國度再次欣欣向榮，可以在百貨廣場上看到慶祝萬聖及聖誕的浮誇裝置藝術，街上的人們換上五顏六色的衣服，重新變為我所認識樂觀開朗的泰國人。

五、與台灣學習環境之比較

1. 大學的國際學程提供良好的全英文教學環境
2. 須穿著制服上學(有些學校對交換生並無此嚴格規定)
3. 貧富差距大，並不是所有的家庭都能負擔起高等教育學費
4. 嚴格遵守上課時數，有放假一定會補課
5. 較多英、美語系教授

六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 英文口說進步
2. 認識來自各地的朋友
3. 體驗異國文化
4. 學習自主獨立

七、 感想與建議

泰國人跟台灣人一樣，總是以滿街的美食引以為傲，即使身在觀光大城的曼谷，在許多地方也能吃到當地的特色小吃，我尤其對於泰國甜點愛不釋手，許多傳統甜點都是由蛋黃、椰子、米、蝶豆花製成，每次看到很新奇的甜點都會想買回去試試看，當然很多都是又甜又膩，但總是能吃到一吃就愛上，也很常去回購的甜點。此外，朱拉每週二、週五早上到中午都會有傳統市集，可以買到很多好吃又乾淨的食物或生活用品，很多校外人士或附近上班族也都會特地來採買食材或解決早午餐。

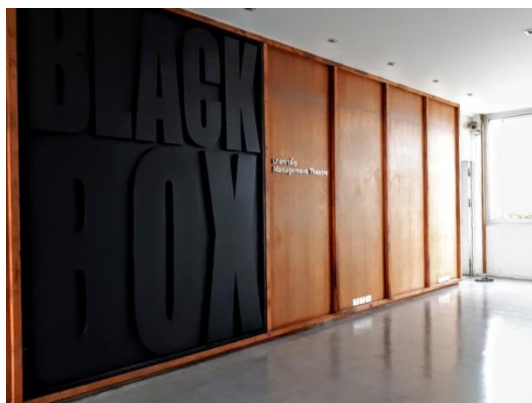
這邊的飲食文化也跟台灣相近，主食多為米飯跟麵條，但由於泰國對於日本文化的喜愛，也會看到許多日式餐廳販售拉麵、壽司、日式咖哩等料理，近日韓國料理也在泰國一軍崛起。泰國食物除了口味較鹹辣外，並沒有任何飲食不適應的問題，只要多注意衛生跟乾淨度，還有不吃辣記得特別提醒店家外，其實在這裡都可以吃得很好，加上便利商店 7-11 的食物也都很好吃，這也是很棒的選擇。

由於氣候炎熱，室內空調都相當冷，建議隨身都帶著薄外套，以免室內外溫差大造成感冒。參觀寺廟通常對服裝有嚴格規定，最好以長褲外加薄外套為保險。進出大眾運輸場所或百貨公司都有保全檢查行李與後背包，但大多是打開稍微用手電筒或是感應器晃一下就結束了。

手機電信有三大公司 TrueMove、dtac、AIS，機場、各百貨、路邊都會有電信門市供詢問方案，有月租和預付兩種可選擇，加值可到門市或便利商店繳納。

我所使用的學生證有結合 SCB Bank 的 Debit Card 功能，且外國人很容易因為行員不說英文或因沒持工作簽而遭拒發卡，因此學校此舉真是大大減少許多時間與程序，非常方便！學校有附設健身房、醫院、郵局，健身房一樣出示學生證可以免費使用，雖然器材不是很新但設備齊全，而且有冷氣，如果想運動又想避開炎熱的泰國豔陽，這裡的確是個好地方；泰國醫療費昂貴，持學生證到校內醫院可以免費看病，但主要以醫治小病為主，嚴重的話還是建議到專業醫院就診較佳。要提醒的是，朱拉學生證沒有類似台灣悠遊卡的功能可以搭乘 BTS 或 MRT，但可持學生證於臨櫃購買學生卡。(*BTS 與 MRT 使用不同系統，也須使用不同張卡)

※下列附圖為交換期間拍攝之照片：



黑盒子劇場教室-外觀



黑盒子劇場教室-內景



交換生歡迎晚會



交換生報到說明會



朱拉附設公園(於宿舍旁)



朱拉附設公園(於宿舍旁)



全體交換生合照



每年十一月舉辦的水燈節活動



交通用渡船(票價 5~20THB)



朱拉附近複合式商場 MBK



朱拉附近百貨公司 siam discovery



宿舍隔壁停車場不定期舉辦夜市



校園一景 1



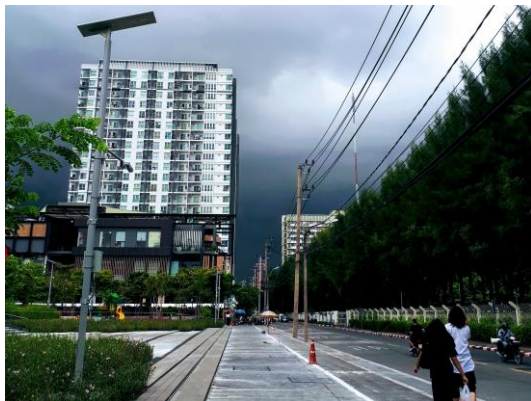
校園一景 2



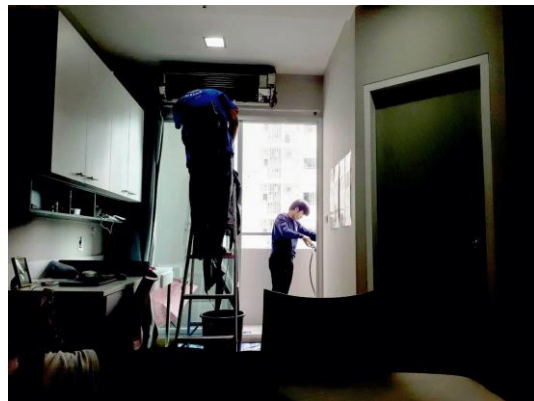
校園一景 3



宿舍樓下 7-11 附設的熟食飲料區



宿舍外觀



國際生宿舍提供每個月兩次打掃服務

赴外研修調查表

姓名：蔡馥伊 所屬系所 / 年級：經管系 大四
研修國家：泰國 研修學校：國立朱拉隆功大學(Chulalongkorn University)
研修學期：☒上學期 ☐下學期 當地研修科系：BBA
研修期間：西元 2017 年 08 月 13 日 至 2017 年 12 月 14 日

初期規劃

選擇此校原因：體驗國外大學教育體制、物價低廉、泰式料理
是否有相對應科系☒是(系所名稱Faculty of Commerce and Accountancy)

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2016 年 11 月 - 日
何時繳交資料提出申請：西元 2017 年 2 月 15 日
何時獲得錄取通知：西元 2017 年 4 月 底
申請所需資料清單(若有網址請提供)：
<http://www.chula.ac.th/en/prospective-student/exchange-student>

簽證申請

是否需要申請簽證：☒ 是 ☐ 否
簽證費用：\$ 2,300 (新台幣)
申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：泰國經貿辦事處
申請所需文件(請逐一列出)：

- 護照正本(需有六個月以上之有效期)
- 國民身份證影本
- 二吋彩色白底(六個月內)
- 泰國機構需抬頭指定給泰國貿易經濟辦事處以確認該學生之入學資格 信函請註明申請留學簽
- 證類別 信函正本(一個月內有效)
- 泰國機構執照影本(經有權力之主管簽名蓋機構正章)>>>國立大學免附
- 台灣機構的保證信正本需抬頭指定給泰國貿易經濟辦事處(一個月內有效)
- 台灣機構執照影本(經有權力之主管簽名蓋機構正章)>>>國立大

學免附

申請所需時程：_____當日早上申請，當日下午取得

※※※※※每三個月要去泰國當地移民局辦延簽※※※※※※

費用

當地學校需繳交費用

學費：_0_____ (新台幣)

課程與學分抵免

選課方式： ☒ 線上選課 ☐ 紙本選課 ☐ 其他：_____

選修學分數上限與下限：上限_____下限_____依原就讀大學(北科)規定為主

是否可跨系選課：☒ 是 ☐ 否 ☐ 其他：_可選一門_____

課程難易度：☐ 困難 ☒ 普通 ☐ 容易

學分抵免

- 是否有抵免學分：☒ 有 ☐ 無
- 學分抵免難易度：☐ 困難 ☐ 普通 ☐ 容易
- 語言學習資源：☒ 有 ☐ 無 (如：語言學習中心)
- 是否額外收取費用：☒ 是 ☐ 否

請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等

曼谷當地有許多語言補習班，朱拉也有附設語言學校。_____

住宿

交換學校所提供之住宿選項

☒ 交換學校宿舍

☐ 交換學校配合之校外租屋公司

☒ 交換學校提供之校外租屋資訊

學校是否提供宿舍：☒ 是 ☐ 否：

校內宿舍型式包含：☐ 單人房 ☒ 雙人房 ☐ 其他：_____人房

您採用的住宿方式：

☒ 學校宿舍_2_人房 ☐ 寄宿家庭 ☐ 自行租屋 ☐ 其他：_____

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ 14,000(雙人)_____ (THB) ☒ 一個月

交通

研修學校是否有提供接機服務：☐ 是 ☒ 否

若有，是否收取費用：☐ 是 \$_____ (新台幣) ☐ 否

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：22~35°C

校園內是否有提供無線上網(Wifi)：☒ 有 ☐ 無

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi)：☒ 有 ☐ 無

當地英語使用普及率：☒ 偏高(校內) ☐ 普通 ☒ 偏低(校外)

當地物價與台北之比較

例如：捷克布拉格 vs. 台北為 1.2 比 1 (即為當地物價比台北貴 20%)

交換學校所在國家城市與比例 0.94 vs. 臺北：1

生活用品採買地點

LOTUS 超市、7-11、菜市場、MBK 購物中心

醫院診所與藥局

校內即附設醫院(憑朱拉學生證免費)

飲食

校園

☒ 校內餐廳 ☐ 宿舍餐廳 ☐ 宿舍含廚房設備 ☒ 其他：週二、周五有傳統市場

校外

請大略分享校外附近用餐地點，並以條列式說明

餐廳名稱：Chamchuri Square 類型：複合式大樓 價位：30~500 THB 步行距離：2min

餐廳名稱： 類型： 價位： 步行距離：

其他建議

其他建議

