

國立彰化師範大學

學生出國研修心得報告內容大綱

彰化師大就讀系所、年級	資工系四年級
中文姓名	張○健
研修國家	泰國
研修學校	蒙庫國王科技大學
短片時間及標題	
<p>心得內容：</p> <p>一、緣起</p> <p>大三寒假時，碰巧於 FB 的彰師大社團中看見國際處交換學生的公告，便興起了我想出國交換的念頭，心中起了這個念頭後，第一個想去的國家便是泰國。我出生於泰國，母親是泰國人，從小聽了許多媽媽在泰國時候的故事，在耳濡目染之下，我便對那個既熟悉又有些陌生的國家有了濃濃的興趣，確實我去過了泰國好幾次，卻都只是短期的停留，若有一個機會能夠在國外生活一段時日，我的第一選擇肯定毫無疑問的是泰國沒什麼特別的原因，我對那片土地有著親切感，覺得那裡是我的另一個家鄉。於是開始準備資料，查詢能夠交換的泰國大學，得知了蒙庫國王科技大學也在我的專業電腦科學部分是非常優秀的一所學校，我便提出了申請，之後也順利的到泰國交換了。</p> <p>二、研修學校簡介</p> <p>泰國蒙庫國王科技大學(KMUTT)又稱作 UNIVERSITY BANGMOD 是一所泰國最負盛名的工程與科技類大學，為泰國第七所成立的大學，成立於 1960 年，並且在 2020 年 QS 亞洲大學排行第 146 位。</p> <p>蒙庫國王科技大學除了有主校區 Bangmod 之外，還有 Bang Khun Thian 與 Knowledge Exchange for Innovation Center (KX)</p>	

校區，Bang Khun Thian 校區為 School of Architecture and Design (SoAD) 學院的所在地，設計與建築相關科系的學生都在這上課，距離主校區 Bangmod 大約 40 分鐘車程，地處偏遠飲食基本上只有學校內的食堂，每天 Bangmod 校區皆有校車往返接送兩地的學生，但對於國際生而言，若上課的校區在此則會相當不便，因學校會建議國際生住宿於主校區附近，以至於每個上課日皆會有來回 80 分鐘的車程；而 KX 校區則為學校辦理大型公開活動、產學合作或校內新創團隊工作室等等的地方，KX 校區其實僅為一棟大樓，地理位置更靠近市中心。



上圖為受邀至 KX 校區參與 KMUTT 60 周年校慶大會

主校區方面，就地理位置而言，位於曼谷南部市郊，食衣住行皆十分方便，距離鬧區大約 30 分鐘車程，距離捷運站約 10 分鐘車程，前往曼谷各大百貨或觀光景點交通皆算是方便。

學校資源方面，圖書館、操場、食堂、書局、影印店應有盡有，食堂更是有三處以及兩間便利商店。以我個人就讀的 School of Information Technology(SIT)來說，提供給學生非常多的公共空間，來讓我們能夠討論報告專題或課堂與課堂間的休息有一個可以使用的空間，並且有多台公用電腦與印表機等等設備來提供學生使用，另

外學院附有一所自己的圖書館，借閱課程相關的書籍或與同學討論研究課程內容皆十分便利，課程教室除了電腦、投影機之外還有一台能夠投影手寫筆記的設備，讓教授在教學能夠更為活潑，除此之外每堂課皆會錄影並存放雲端學院，讓我們學生在複習上更方便簡單。

另外專門協助國際生事務的 International Affairs office(IA) 國際處，除了協助基本的不管是學習或生活上的事務之外，還會不定期舉辦一些活動來讓國際生們更加認識泰國文化與增進國際生們之間的認識，裡面的職員們每個人也都非常和藹可親，不會讓人感到距離感。



IA office 舉辦的歡迎派對

三、國外研修之課程學習（課內）

修課的部分，我這學期總共選了 4 門課，兩門系上的專業課程，一門英文課與一門通識課，皆是以英文授課，課堂用書方面也是原文書，我所選的那幾門課除了英文課是外師授課外，其餘三門課教授也皆是留美博士，所以口音上也不會有腔調，因此在適應上其實不算是太大的問題。教授同學們也相當的友善，有任何不懂不了解之處，只要你勇於詢問，大家都非常樂於幫助，課程學習上只要上課認真、下課複習我認為不會是太大的難處。

四、國外研修之生活學習（課外）

在國外生活，第一要克服的難題便是飲食問題，儘管我從小就吃媽媽煮的泰式料理長大，但頭一個禮拜吃當地的餐點時也難免會有一點水土不服，因為當地的料理大多皆重口味，需要一些時間適應，除了餐點本身之外，點餐也是一大難題，大多數當地的小店並不提供英文菜單，也無法使用英文點餐，這時候結交一些當地的朋友便格外的重要了，而且一起吃頓飯我認為也是最容易能夠與人親近的一種方式。

住宿交通則是另一個要適應之處，因為學校不會安排學生入住校內的宿舍，通常會建議國際生住外面的套房，而學校所推薦的幾個地點，皆與學校仍有 15 至 30 分鐘的路程，因此搭車去學校便是常態，通常都是搭乘一種當地人稱雙條車或罐頭車的迷你公車上下課。



雙條車，罐頭車

還有衣著方面，泰國曼谷一年四季都是溫暖的夏天，所以其實不用多帶什麼冬裝，一兩件薄夾克其實就夠了，但長褲能夠多準備幾件，因為當地大學非常重視禮節，舉凡圖書館、辦公大樓或一些課堂(要視授課教授規定)，皆規定需著過膝長褲才能進入。泰國大學其實還有一項須穿著制服的規定，制服形式為男生白襯衫黑長褲，女生則是白襯衫黑裙子，但通常不會硬性規定，唯獨一些學校活動、典禮或是期中期末考試才需穿著。此外上課帶一件薄夾克也成為了我去上學的習慣，泰國室內冷氣溫度異常的低，不管是圖書館或教室皆是，所以習慣帶一件薄外套去上課絕對好過在上課中被冷到發抖。



同學朋友們



在家靠父母，出外靠朋友，出外生活如果能有朋友的幫助其實一切都會簡單許多，泰國人相當的熱情與好客，只要你也對他們友善其實要結交朋友絕對不會是難事。

五、研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 增廣見聞，增添個人的經歷。
2. 體驗不同的文化，並從中去適應各種新鮮的事物。
3. 從不同的國家文化中看見自身能夠學習並改進之處。
4. 結交世界各地與當地的朋友們增加自己的人脈。
5. 踏出舒適圈，迎接新的生活各種挑戰。

六、感想與建議（對後來者有幫助的）

這五個月的交換生生活絕對是我大學四年裡最難忘最值得回味的經歷之一，能夠踏出舒適圈去挑戰自己，在新的地方，過新的生活，認識新的朋友，用不熟悉的語言與人溝通交流等等，有太多太多需要重新適應學習的東西，每一天的生活都充滿著挑戰，同時也充滿趣味。我非常建議對於出國交換有興趣的同學們來到泰國蒙庫國王科技大學交換，尤其是理工科的學生們。曼谷是一座非常國際化的都市，走在路上能夠遇到來自世界各地的遊客、工作者，校園中也是，要結交來自各地的朋友們非常容易，當地的泰國朋友們也相當友善，生活花費上也相較於多數國家負擔來的輕許多，因此有出國交換意願但不知道前往哪個國家的同學們也能夠考慮來泰國交換學習！