

教育部獎助國內大專校院選送優秀學生出國研修

之留學生成果報告書

Ministry of Education Scholarship for Excellent Students to Study Abroad

Report on Exchange Experience

曼谷大學 學校留學心得

Report on Exchange Experience at (host institution)

原就讀學校/系所/年級：

已批准	已批准	已批准	Year
已批准	已批准	已批准	
已批准	已批准	已批准	
已批准	已批准	已批准	

研修學校：曼谷大學

Host Institution

獲獎年度：(由國合處填寫)

Award Year (filled out by OICC)

國外研修成績：

GPA Received at the Host University

## 一、緣起

談到泰國與我之間的不解之緣，該從電視節目開始說起，我沈迷於各國各種類型的電視節目，好似這樣就能填補我孤單的童年，以及未出過國的渴望。偶然間從旅遊節目看到泰國獨特的人文美景，以及人與人之間充滿善意的相處，而我也是信佛之人，所以我開始對信仰佛教的泰國有著濃厚的興趣，從高中起我就立下志願，我要到泰國走一遭，體驗當地的生活。

為了能更了解泰國，大二就開始修習泰語，儘管泰文字密密麻麻如蝌蚪文，聲調也不是那麼好學，但我卻從中體會到學習的樂趣，每堂下課抱著泰文課本不停的練習泰文字，好像要將它刻進心裡一般，旁人總笑我痴傻，而我卻不以為然，反之越接觸泰國文化，越喜歡泰國，甚至在書店看到泰國旅遊書，都忍不住拿起來翻閱，看著這些圖片，我這才感受到泰國夢離我越來越近。

文藻桌給了我一個契機，更是一個實現夢想的機會，我做夢也沒想到我會被徵選上，只是一股衝動就去報名，等待錄取名單的日子是多麼難熬，感覺過了一世紀那麼久，我只記得那天，在火車上看到名字出現在錄取名單內，我激動的差點要在火車上跳起舞來，只是理智不允許我這麼做，而我也開始想像我在泰國的生活，還有那些想做的事情。

## 二、研修學校簡介

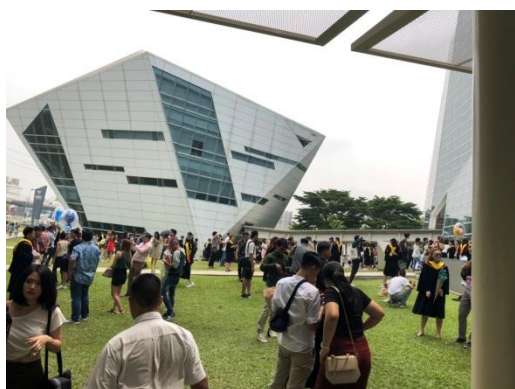
曼谷大學是一所實力強勁的私立大學，也是泰國建校最悠久，最有名氣的大學。曼谷大學分成兩個校區，校本部位於曼谷奎南泰校區(City Campus)，分部則位於郊區巴吞他尼府的朗西校區(Rangsit Campus)。

位於郊區的Rangsit Campus校區是我實習的地方，Rangsit Campus非常大，面積足有70平方米。校區設有蘇拉·鄂撒塔努閣圖書館、傳媒大樓、健身中心、東南亞陶瓷博物館(東南亞陶瓷研究最重要最完整的博物館之一)、曼谷大學歷史館、曼谷大學藝術館、曼谷大學出版社、泰式吊腳樓等。郎西校區還是第一所得ISO14001環境管理體系認證的高等私立學府。

Rangsit Campus最著名的是學校的鑽石大樓，因獨特鑽石造型而聞名，在陽光下閃耀著耀眼的光芒，但它並非華而不實，偌大校區除了擁有專業的攝影棚和攝影設備，得天獨厚的人文藝術遍佈校園，許多電視節目都會在這裡取景，所以在學校常常看到很多藝人也不足為奇。專業能力之外學校更注重學生課外活動，養成學生在課外之餘，

利用自己的創意，去設計、發揮在每一場活動中，而這裡培育好多影視名人，都是從傳播藝術系走出去的，我想是因為學校給予學生自由與國際接軌的決心，莫大的創意以及教育功不可沒，我也為此深深著迷。

關於接機事宜，只要事先知會曼谷大學，老師就會派專車替學生接機，而在我抵達蘇汪那普機場前，老師就已在那等候多時了，學校的接老師替我將行李安置在公寓中，也通知我隔天需到 City Campus 進行報到，和進行簡單的行政工作。曼谷大學是沒有提供宿舍的，所以大部分學生都自行在外租屋，但是為了提供學生更好的生活環境，於是將一層樓的公寓買下，作為學生公寓，此舉不只體貼學生，相對而言住宿安全也提升許多



(圖一 獨特的鑽石大樓)



(圖二 International Center)

### 三、 國外研修之課程學習(課內)

International center 是我工作的地方，我的工作說簡單也不簡單，是與學生和老師溝通的橋樑，幫忙學生教室租借和電話溝通，也要進行環境佈置和華語教學。



(圖三)替展示牆作布置



(圖四)進行華語教學

#### 四、 國外研修之生活學習(課外)

華語教學是我的專業，於是曼大老師指派一位學生給我，一對一教授一位即將要去中國旅行的泰國學生華語，因為他是零程度，讓我頗感頭疼，只能從漢語拼音開始教學，而後套用秀芝老師所教授的華語教學模式，用主題/概念開始新課，用句子練習生詞，從情境中練習語法，再用生詞練習發音，每課主題都與生活息息相關，才能做到意義最重要，正是全語言教學法的精髓，課堂中學習到的知識運用在教學上，比想像中有趣卻也不容易，我總算體會到華語老師的心酸，儘管已輔導過多位外籍學生，但零程度的學生是我第一次碰到，格外的有挑戰，成就感也很高，我也從學生口中了解到更多泰國文化，教學相長間我又交到了一位異國朋友，真是非常開心的事啊！

保持著愉悅的心情，我發現時間過得飛速，期間做了環境佈置同時，也幫台灣美食文化做了宣傳，看到展示牆上的台灣國旗和照片，不禁驕傲起來，這是我生長的國家，多麼美麗的寶島呀！值得大家去欣賞、認識，每當貴賓或是學生駐足在展示牆前，開口要我介紹台灣文化時，我都抬頭挺胸毫不怯弱的分享我眼中的台灣，更以身為台灣人為榮，總算了解到為何許多台灣人到了國外總愛穿著印有台灣國旗或圖騰的衣服，一開始我充滿懷疑和不屑一顧，覺得那份愛國情操真是做作的可以，愛國情操可以放心，何必如此顯擺呢？如今身處泰國，每樣東西都能勾起我無窮盡的鄉愁，我巴不得將我所知道的一切傾訴與每位對台灣有興趣的人，甚至在辦公室內放起了中文歌，藉此撫平我心中的那股悸動。看到宿舍中衣櫃懸掛那件印有台灣黑熊的t恤，是我身上與台灣的情感連結，撫摸它的同時心中那顆愛國之心如同熊熊烈火般不停跳動，炙熱的燃燒著，一發不可收拾，眼淚總會不經意奪眶而出，出國前我想認更多人認識台灣的那股熱血，現在的我做到了，我以自己為傲，我想父母也會為我驕傲吧？

在曼谷的花費與在台灣相差不大，因為幣值也趨近於一比一，所以相比交換到歐美國家，來到泰國簡直太划算，而泰國也是觀光客的聚集聖地，走在路上各種膚色的人都有，在報章雜誌上，歐美人士最想移居的城市就是我所位於的曼谷，曼谷的繁榮顯而易見，從我所居住的公寓走出去，就有一間便利商店，生活很是方便，過了馬路，對面有Tesco lotus 泰國有名的賣場，風格與美國的Costco相似，甚至

可以說是泰國版的Costco，營業時間很長從早上六點到晚上十二點，想買的東西應有盡有，一樓有肯德基和麥當勞，二樓是大賣場，民生必需品都可以在這裡買得到，價格合理，也很便利，最貼心的地方是，即便不會泰文，但超市還是有中文標示，讓你不至於迷路，就算迷路了也可以用英文詢問櫃台，都能得到你想要的答案，我最愛的就是位在二樓的美食街，色香味俱全的美食街，擁有銅板的價格，可以滿足世界各國的饕客，逛街逛累了可以稍做休息，點一杯咖啡，悠活一整天，這就是曼谷人的慢步調，享受生活的人生態度。

走出賣場就是捷運站了，也就是安努站（on nut），如果想去其他地方也是很方便的事情，捷運周邊有很多的攤販，賣手機吊飾、鮮花、飲品、服飾各式各樣的，只要你想得到的都能在曼谷街找到。

曼谷捷運就跟曼谷的交通一樣壅塞，曼谷的車子實在太多了，每到下班時間必塞車，塞了將近兩三個小時都不誇張，所以我幾乎不搭捷運，摩托計程車比捷運快速且更貼近曼谷人的生活，雖然很多人說泰國摩托車司機速度很快，很危險不安全，但就我將近半年的實習生活來看，摩托車司機的技術其實不錯，而且價格不會比捷運貴，捷運最近也要開始漲價了，也不用去跟當地人擠得水泄不通，不去刻意趕時間，何樂而不為呢？

五顏六色計程車也是另一種選擇，看過旅遊網站上，有的網友推薦搭乘粉色的，有的推薦黃色的，可我還是不知如何選擇，更害怕遇到不跳錶的司機，因此我推薦使用一款手機 app，一個名叫 Grab 的應用程式，就跟台灣的 Uber 一樣，不用擔心泰文無法溝通，或者害怕被司機敲詐漫天要價，所有乘車資訊和價錢透明化，只要動動手指頭，就可以到達你想去的地方，我可不是收了廣告錢，但這應用程式真的很好用，免去了很多麻煩，價格也比台灣計程車起跳價 85 便宜不少，有時能使用折價券，換算下來一趟可說是銅板價也不為過。

泰國市集打破我對傳統市集的認知，刻板印象中骯髒不堪，真正走入卻是非常乾淨，而且各家都有自己的特色，無論是觀光客最愛的路邊市場，還是學校的週五市集，都讓我產生極大的購物慾，路邊市場真的泰好買，不管吃的用的都非常便宜，我還在路邊市場遇到很多台灣同胞，毛遂自薦幫我拍照，真的體會到台灣人的熱情哈哈。



(圖五 宿舍一隅)

(圖六)洽圖洽周末市集

## 五、 研修之具體效益

### 1. 從孤獨中體會到心靈的寧靜

我極喜愛熱鬧，但在泰國的日子裡，夜晚是最難熬的，一開始甚至每天以淚洗面，後來我學會到與自己快樂的相處，開心也是一天，不開心也是一天，何不快樂度過每一天，珍惜當下，心靈的快樂需要靠自我去調適，更重要的是，所有的孤獨都是日後成長的養分，學會與自己獨處，找到屬於自己的寧靜安穩。

### 2. 肯定自己，也藉由音樂得到師長朋友們的鼓勵

剛開始找不到自己在泰國的定位，時常茫然失措，如無頭蒼蠅般過日子，後來得到泰國朋友以及老師們的鼓勵，即使我是一顆小小螺絲釘，也是很重要的環，我就這樣告訴自己。偶然間得知老師們喜歡聽中文歌，在午餐時分，我的音樂細胞蠢蠢欲動，於是高歌一曲甜蜜蜜，獲得師長們的滿堂彩，讓我備感驚訝，沒想到音樂居然能跨越語言，讓人與人之間的感情如此靠近。

### 3. 交到泰國朋友，探討彼此的文化差異

在我輔導外籍生的生涯中，也認識不少外籍生，我很喜歡聽他們談起台灣與他國的文化差異，只因從他們的敘述中，彷彿可以窺探各個國家的樣貌，每個國家都有好多有趣的事情可以深究，我這趟泰國之旅，初次輔導泰國籍學生，讓我收穫滿滿，成就感滿滿，更加開心能將所學的知識運用在教學上，幫助學生能輕鬆學會華語。

#### 4. 由拒絕到接納，當地的食物與風土民情

泰國的食物偏酸辣居多，而我的腸胃自小就虛弱，我花了大半月去適應泰國食物，頭一兩個月身受腸胃炎所苦，上吐下瀉的，還好最後症狀漸漸改善，可能適應食物了緣故，越發覺得泰國的酸辣醬比台灣的東發醬油膏好吃，更不畏超重，帶了一瓶回台灣。泰國的摩托車司機載客人都戴安全帽，一開始我很懼怕，但後來發現摩托車是更貼近泰國生活的一種方式，因為車子經過的小巷都是平時未曾路過的小徑，是也能從中看到各式各樣的生活方式，每每讓我大開眼界，也讚嘆司機的神奇，快速且安全無虞的到達，很多朋友說很危險，我卻覺得我認識的司機們都很不錯，搭久了也成了好朋友。

#### 5. 學到如何應對進對，與人相處更加和諧

一開始到泰國，與師長們發生小摩擦，可能因為文化差異，而且我也不敢去溝通，只敢躲在角落裡暗自啜泣，後來我發現只要開口溝通，試著打開心扉，接納不同國情，並且尊重，才能讓實習生活更加多彩多姿。在最後幾個月，越發真心喜歡與泰國人相處，覺得他們熱情且和善，讓我在異國感受到許多的溫暖。

#### 六、感想與建議

泰國真是一個溫暖的國家，無論是天氣還是人，對於我而言，這趟泰國實習之旅，帶給我的是滿滿的心靈富足，我最最最捨不得是泰國的老師，每位老師待我都非常好，特別是 Janya 老師，因為她也會說中文的緣故，我們聊得特別投機，她甚至不辭辛勞，陪我跑了好幾趟移民局，也沒有任何怨言，還時常請我吃東西，她就像我在泰國的阿姨一樣親切又溫柔得可以。

選擇曼谷大學來實習，是我不悔的抉擇，真正深入了解到泰國後，顛覆我對泰國所有的壞印象，許多人泰國落後，街道骯髒，現在看來根本是無稽之談，曼谷的繁榮與進步有目共睹，甚至與台灣的運輸系統有得比，只是泰國太容易塞車了，所以都要提早出門，而且建議隨身攜帶雨衣，常常突然的傾盆大雨讓人措手不及，淋成落湯雞不說，感冒了可是非常傷腦筋的。

泰國的醫療費用並沒有像台灣有健保給付般便宜，所以常備藥缺一不可，胃腸藥、感冒藥、頭痛藥都能帶，其他藥品藥局也能買到，只是沒有 24 小時的藥局，藥品還是備妥比較保險。

離開前老師同我說，妳會想念曼谷的，我想是的，泰國慢步調的生活讓我感受到慵懶和無拘無束，和泰國人樂天知命的生活態度不謀而合，我覺得很適合活潑的我，由於他們的好相處和低消費，觀光客才會絡繹不絕，其實也是很大的一項因素。

最後我想感謝國合處的老師們與我們系主任和副主任，因為你們在背後給我極大的支持與鼓勵，我才能安心在泰國實習，非常感謝你們，相信這將會是我有生之年中，最難忘的回憶。



(圖七)與美國實習生的合照



(圖八)與老師們的合照



(圖九)兩校區間的接駁專車



(圖十)朗溪校區校園公車



CP 值很高的泰國學餐(平均一道菜泰銖 35)



(泰國現正流行的粉紅凍奶)



(燒臘飯)



(鴨血麵)



(香甜可口的魚丸麵)