

國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：109/05/30

中文姓名： 李奇	英文姓名(姓,名): Li, Chi
臺師大就讀科系所、年級： 公領系大三	臺師大學號： 40607204E
修習國家： 泰國	
修習校名： 清邁大學	
修習學院： Faculty of social science (社會科學院)	
修習科系： 社科系	
修習期間： 108 年 12 月 ~ 109 年 5 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
INTRODUCTION TO SOUTHEAST ASIA	ROBERT FARNAN	3	108-2
POPULAR CULTURE IN SEA	อัมพร จิรัฏฐิติกร	3	108-2
LAW & MODERN WORLD	อัมพร จิรัฏฐิติกร	3	108-2

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

學校方面：

選課的部分，以我的經驗來說，學院的負責人會協助你完成所有流程，提供合適的修課清單，基本上都是英文授課的。而每個學院的修課規定都不同，以社科院來說，必須要修習三門課，而其中必須要有兩門是社科院開的，我其中一門就跑去修法學院的課程。

我真心建議在第一週撥出時間親自到課堂旁聽，像是社科院其實有許多課程是帶學生每週去校外參訪，瀏覽當地文化、寫寫心得，但我剛好都選到了要寫研究論文的理論課，所以第一週真的多花時間看看每個課程的課綱是非常重要的。另外，教授的口音也相當影響整學期的修課品質，我修習的三門課中，有兩堂是泰國教授授課，一個是加拿大外師，原本抱持著可能會聽不懂泰國教授的英文發音，後來才發現大錯特錯，因為泰國教授雖然發音特殊，但他們都會慢慢地講，讓學生聽得懂他們的闡述，但加拿大外師的英文太過流利，導致我上課起來非常吃力，時常一個不留神就漏了老師說的重點，所以還是真心建議大家看到教授本人再來決定要不要修習這堂課。

清邁大學的課程大多都是 3 學分，課業算是繁重，但也相當紮實，像我其中一門社科院的課程會需要每週與同學、教授進行討論，雖然準備資料的過程會懷疑人生，但一學期下來，我深刻體會到無論是泰國、或來自其他各地的同學，他們都相當地投入課堂，也非常踴躍地表達自己的意見，其實還滿衝擊的，但也令人有更奮發向學的感受。

生活方面

● 租屋

在台灣出發前與社科院交換生負責人聯絡，他也直接提供一個他之前提供國際交換生的住所，在清邁大學的後門，走路到學校只需要三分鐘，一個月 5000 泰銖 (每個月需 300 泰銖清潔費，含水電基本上每個月平均繳 1000-1500 泰銖左右)。

我也有朋友住在附設游泳池健身房的住宅區套房 10000 泰銖/月，跟台灣相同設施的套房比較起來也算是便宜許多，可以根據自己的需求方面去篩選，另外學校其實有學生宿舍，通常是兩個人一房，但學校負責人在接洽的時候傳的宿舍舊資訊顯示 18000 泰銖/月 左右，其實這已經是很老舊的資訊了，現在大概是 5000-6000 泰銖/月，如果有興趣可以再向負責人做更進一步的詢問。

● 交通

我在清邁是有租機車的，要記得在台灣換好國際駕照，通常價格一個月最一般的 110cc 是 3000-3500 泰銖，都有議價的空間，要看自己怎麼跟業主打交道，說不定可以講到不錯的價。在這邊用切身之痛提醒來清邁有租車的各位，清邁當地尤其是在學校周圍，學生與當地居民都很常不會戴安全帽，但其實不戴安全帽是相當危險的行為。此外，清邁當地的警察幾乎每天都會在固定的道路上架設臨檢站，通常是針對觀光客做安全帽以及國際駕照抽查，所以在泰國騎車一定要記得帶國際駕照在身上，這真的超重要。

事實上，我在泰國有被開過罰單的經驗，泰國警察開罰單也是非常有趣，通常只會攔截得像外國人的旅客，據我所知沒戴安全帽是罰鍰 500 泰銖（泰國旅遊小提醒：當地為了方便遊客，如果你曾經被當地警察開過罰單，只要攜帶在身上，七天內再違規就有免死金牌，前提是要記得帶在身上以備查驗）分享這些特殊經歷給大家，但要注意在泰國騎車還是要記得遵守交通規則，因為出身在外還是安全第一！

● 旅遊

泰國幅員遼闊，每個府之間的文化、歷史都有些許差異，很適

合在假期去走走看看，我還滿建議搭乘「跨府長途巴士」作為交通方式，首先泰國有非常多的巴士公司可以挑選，基本上到清邁的 Arcade（類似台灣的轉運站）都能買到通往泰國各府的車票，價格與機票相比也不貴，但泰國各府之間距離都滿遠的，要評估自身有沒有能搭長途運輸的體質。基本上我乘坐清邁-素可泰-大城-曼谷的體驗是還可以的，但泰國各府之間的國內機票，如果提早觀望購買的話，有時候可以撿到很便宜的價格，甚至是低於長途巴士也有可能，真心推薦來泰國交換同學，有空可以多到泰國其他府感受歷史文化、交通飲食的差異，保證令你驚豔！

● 開銷

吃喝的部分跟台北相比算是差滿多的，尤其是校園餐廳以及學校附近都有很多平價美食，我個人是很愛跑到其他學院的學生餐廳吃飯，但因為校內餐廳的業者通常是泰國人，他們服務的對象也幾乎是當地學生，所以交換生在點餐結帳的部分可能會有些卡關，但他們基本上都會很樂意協助外國學生。（小提醒：泰國點餐通常會在櫃檯放小紙條、筆跟一個可以插紙條的小檯子，自己填寫完需要的就把紙條插下去可以了）

外送的部分，泰國的食物胖達、Grab 這兩個外送平台非常盛

行，而食物胖達幾乎每天都有優惠券，輸入優惠碼就可以省超多，可以多利用。

總結

清邁真的是隨處都能令人感到心曠神怡、身心放鬆的一個城市。泰國一個很具文化特色的府，當地真的活動多多，清邁大學校內更是時常舉辦各種活動，舉凡像是我遇到的馬拉松、校園演唱會、每週的環保市集等，課餘之外的生活也能相當充實。

泰國人真的都相當善良、好相處，雖然我在校園裡沒有結交到太多泰國朋友，但只要想像自己就是個在當地生活的在地人，除了校園內，在校外的餐廳、商店倒是可以認識了不少泰國好友，最後，因為交換生在當地畢竟還是外國人，能接收到的資訊的速度不及當地人，基本上如果有任何疑問，詢問學校同學，甚至是當地居民準沒錯，通常大家都會非常熱心地幫助你解決各種疑難雜症！

四、照片（如有，請提供）

2020 清邁花卉節



一年一度的清邁花卉節，整個清邁會有各種結合花卉的大型裝置藝術，花車大遊行、選拔比賽選出本年度的「花小姐」，都是每年的一大看點。

清邁大學環保市集



每週固定在清邁大學農業學院舉辦的環保市集，可以嚐到許多道地又便宜的清邁特色小吃，是課餘之間不錯的閒晃地點。

2020 清邁大學畢業典禮



清邁大學畢業典禮，相當特別的是，由於頒發畢業證書的過程有泰國王室高層親蒞，因此會在一個封閉禮堂進行，家長是觀賞不到的，只能在外面等待，造成如此人山人海的盛況！

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他