

# 108學年度學海飛颺學生出國研修心得報告



國立金門大學

海洋與邊境管理學系

四年級

姓名:陳怡岑

學號:110513223

交換國家/學校

馬來西亞拉曼大學

交換學系

市場行銷學系(Marketing)

交換期間

108/10/03~108/01/01

影片網址

<https://youtu.be/k8hSbSMkDV0>

# 目錄

- 一、緣起
- 二、研修學校(國家)簡介
- 三、姐妹校研修課程學習
  - (一)選課
  - (二)上課模式
  - (三)修習課程
- 四、姐妹校研修生活
  - (一)宿舍及生活環境
  - (二)交通
  - (三)旅遊
- 五、研修之具體效益
- 六、問題與建議
- 七、感想
- 八、照片分享

## 一、緣起

在上大學之前，我就希望自己能夠出國念書或是在國外待一段時間。除了體驗異國的文化，也能夠去驗證到底到國外能否加強自己的英文能力，因為我們很常聽到別人說到國外能加強自己的英文能力，所以這件事一直在我的願望清單裡。

但是，上了大學之後，生活裡多了好多事，系學會、打工、上課.....等等，因此我一度都覺得這件事大概要等我畢業後才能夠去實現。直到三上的時候，我誤打誤撞瀏覽國際處的網頁，讓我開始重新思考:如果現在不做，等到畢業後是不是就沒辦法用相對沒有壓力的狀態去做完成這個願望。

於是，我鼓起勇氣去提出申請，也成功錄取了!除了要謝謝鼓起勇氣的自己，也要謝謝金門大學給我交換的機會，讓我能夠脫離在台灣舒適圈，去享受異國的文化，體驗在台灣所沒有的一切。

## 二、研修學校(國家)簡介

馬來西亞是個占地很廣、地理位置也很好的國家，坐車北上可以到泰國、越南等等，南下可以到新加坡。除此之外，也是個種族很多元的國家，在這裡除了要習慣不同的語言，也要習慣馬來人、華人跟印度人的文化差異。

拉曼大學為馬來西亞排名第二的私立大學，共有兩個校區，分別在雙溪龍(Sungai Long)及金寶(Kampar)。如同前述所提，馬來西亞是個種族多元的國家，學校也就像個小型的馬來西亞，學生涵蓋了每個種族，也因此這裡多數是以英文授課。

幸運的是，我所交換的金寶校區，不論是在學校或是校外，皆以華人佔大多數，所以生活上比較不用擔心因為不會馬來文而沒辦法溝通，有的時候甚至可以幫助來自非中文語系國家的交換生，藉此認識新朋友。

## 三、姐妹校研修課程學習

### (一)選課

有別於在金大的線上選課，由於我們是交換生，只能用人工加退選的方式。開學前我們會先去見系主任，由系主任跟我們說明選課方式、建議選幾門課、有無需要學分轉換等等，同時學校也會給學生們兩週加退選的時間。

與台灣不同的地方是，我們無法在選課前預先知道課程時間，會導致在選課時可能會有衝堂或是選不到自己偏好的上課時間。

再者，由於我交換的學期是短學期，僅僅三個月而已，每堂課都需要上Double的堂數，也因此我的系主任建議我選1門課就好。所以如果有學分或是抵免需求的人，建議選擇春季班(長學期)，或是盡可能在台灣修完學分再來交換，比較不用擔心選不到課或無法抵免。

## 三、姐妹校研修課程學習

### (二)上課模式

拉曼大學是採全英文上課方式，一般在長學期，每週一堂課所需要上的時數為3小時，並分為2小時Lecture(大班制)跟1小時的Tutorial(小班制)。

但由於我所交換的學期為短學期，老師要在短短7週內將所有的內容教完，所以每週一門課所需要上的時數為6小時，相對於長學期課程是較緊湊的，也因此拉曼大學的學生在短學期通常是選1~2門課，最多不超過3門。

評分方式也與台灣相異，在台灣大部分都是分為期中考及期末考，或是多個報告(有些老師甚至是以報告代替考試)。而在拉曼大學裡，除了期中及期末考，還會有作業、報告甚至是拍影片。

除此之外，最特別的是，你的**出席率要占80%**才得以考期末考，考前還需去辦公室確認考試科目是否正確，並**印准考證及帶學生證**才能入考場的，這點必須好好筆記下來！。

## 三、姐妹校研修課程學習

### (三)修習課程

最初原本想選兩門課，分別是Introduction of German Language以及Principle of Marketing，但因為後者不開放交換生選，因此最後我只拿了一門德語課，然後以旁聽的方式去上了Global Marketing。

在Introduction of German Language這門課，老師會在Lecture先用PPT講授主要課程，像是文法、簡單交談等等；在Tutorial的時候，會給我們一些例題或是做口說的訓練。

而這門課除了期中考及期末考外，還包含了聽力考試及拍影片的作業。影片的內容除了著重發音之外，還要求創意，因此，我與組員討論後決定拍分享台灣與馬來西亞的零食，而不單單只有自我介紹的乏味影片。幸運的是，在這批交換生中有兩個德國人，剛好都是我宿舍的鄰居，所以我們在討論影片台詞的時候都能請他們幫忙，對我們來說簡直是如虎添翼！



我與組員的合照

## 四、姐妹校研修生活

### (一)宿舍及生活環境

拉曼大學是沒有屬於自己的宿舍，所以學生都是在外面租屋，一種是直接與房東簽約，另一種則是跟公司式的管理公司(Danish House)簽約，學校通常是以後者為主，協助交換生辦理住宿。

大部分的房間都是有獨立衛浴的，而且都是單人房，所以不需要擔心要跟別人共用房間或是衛浴，不過房間的大小、格局是無法自己挑選的，都是學校安排好後直接通知我們。房租當然也會因為大小的不同而有些許差異，但價錢上我覺得還算合理，像我的房間在整棟宿舍算是比較大的，月租是RM475(約台幣3800，水電費另計)，相對台灣是非常便宜的。

除此之外，管理公司每週固定會請人打掃公共空間，並提供7kg的衣服送洗服務，宿舍遇到問題時也可以直接請管理公司幫你解決。(續下頁)



## 四、姐妹校研修生活

我所住的宿舍是屬於Beijing A，離學校或是New town大約都是10分鐘的車程(腳踏車)。New town這一區是因為拉曼大學的設立才出現的，在這裡，當你下課後肚子餓時，你可以用便宜的價格享用美味的餐點;當你需要影印課程講義時，有許多影印店任君挑選;附近還有個超市，你可以買一些生活必需品。

在馬來西亞有種很常見的小販營運方式，有點像是百貨公司的美食街。你會在一個空間裡看到許多賣不同類型食物的攤販，如果大家想要吃的餐點不同也沒關係，點完之後還是可以坐在一起吃。但需要注意的是，因為桌椅並不是攤販所提供的，而是由賣水(飲料)的人提供的，所以你必須點水(飲料)，就算你不想點有的時候還會被強制要求要點。

推薦大家可以來試試這裡的Teh或Teh C，喝起來跟台灣的奶茶有點不同，前者是加煉乳(較甜)後者是加淡奶;另外，也可以試試這裡的鴛鴦(奶茶加咖啡)還有Milo(美祿)。(續下頁)

## 四、姐妹校研修生活

如果半夜肚子餓的話，不用擔心沒有東西吃，這裡有24小時營業的MAMAK(媽媽檔)，不過切記半夜出門記得結伴同行!!

MAMAK是由印度人所開的店，餐點非常便宜，吃的加喝的大概RM5(約40台幣)就能解決。不過，比較不方便的是，店裡只提供馬來文的菜單，店員也只會講馬來語，所以記得帶著馬來西亞的朋友一起去會方便許多唷!

推薦試試Roti Telur(印度煎餅+蛋)，吃起來有點像蛋餅，是我在這裡想念台灣的食物時候會去吃的。

除了在外面吃，有的時候我們交換生也會聚在宿舍一起煮東西來吃，或是分享各國的零食，所以出國前記得跟媽媽學一道菜，來這裡就可以跟其他國家的朋友分享。建議帶一些泡麵或是維力炸醬來，如果不知道吃甚麼或是想家，可以一解思鄉之愁。



Roti Telur

## 四、姐妹校研修生活

### (二)交通

馬來西亞的交通其實非常不方便，所以每個人出門都會開車，也因此馬來西亞常常塞車，不過在金寶這個小鎮，還不至於遇上塞車。

拉曼大學的學生通常是開車、騎電動車或是腳踏車上課，而我們交換生當然只有腳踏車這個選項。來交換之前，學校就會問我們需不需要租腳踏車，一個月是RM50(約台幣400)，但是腳踏車有問題可以直接連絡腳踏車行。不過有些交換生是直接買來的，相對租的會比較便宜，而且腳踏車行在你交換結束後會跟你買回來，但維修可能就要付錢，所以就看個人囉!

雖然我所住的宿舍離學校或是New Town只有10分鐘車程，但你會感覺騎了快半小時，因為這裡的路非常不好，常常有需多坑洞，學校的路甚至還有很多上坡，所以騎車務必要小心!

## 四、姐妹校研修生活

### (三)旅遊

要從金寶到別的州旅遊，可以坐巴士或是火車，但因為火車是近期才開始營運，價錢相對巴士會貴很多，所以我在這裡都是乘坐巴士到處玩。

先說說離金寶最近的怡保(Ipoh)，去怡保通常是坐公車，一次是RM4.6(約37台幣)，車程大約是1.5小時左右。通常如果沒有國定假日的話，我們交換生會約一約一起去怡保逛個百貨公司或是在著名的二奶巷、三奶巷逛逛，順便吃個芽菜雞或其他美食。(續下頁)



三奶巷

清心嶺

## 四、姐妹校研修生活

若是想去其他著名的城市，像是吉隆坡或是檳城等等，可以先上網購票，我自己是使用busonlineticket這個網站，因為可以累積里程數折價。搭車地點通常會在Putra Terminal，從宿舍過去搭Grab大概5~8元馬幣，時間不超過10分鐘。

有些城市是需要換車才能抵達的，像是馬六甲或是柔佛，需要先從金寶坐到吉隆坡(TBS)再換別的巴士，所以買票的時候盡量估計保守時間，才不會因為塞車而趕不上下一班巴士。在非假日的時候，其實也可以到現場再買票，比較可以掌控時間，不過我個人不建議，因為有的時候可能會有突發狀況或是因語言問題而買錯票，所以通常我都會事先買好。順帶一提，這裡買票之後是沒辦法改時間的，不像在台灣可以提前去統聯或是和欣的櫃台說想要改早一點的時間或是排候補。

若是想去鄰近國家，像是新加坡或是泰國，也能夠搭巴士或火車抵達，像我們很多交換生都是搭夜車去然後早上抵達，非常方便且省錢!不過，若女生想要搭夜車，會建議結伴同行，雖然出去玩但安全考量還是要擺第一唷。



## 五、研修之具體效益

➤ 華語使用的差異: 馬來西亞的華人在華語用詞使用上跟台灣有些差異，像是洗澡 → 沖涼; 領錢 → 按錢; 飲料 → 水，一開始聽到我都懷疑是不是我中文變差，明明他們說著中文，但我卻沒辦法理解。不過聽久會感到有趣也能聽懂，漸漸地會有些成就感!

➤ 熟悉不同的口音: 不論是在學校上課或是在外面需要跟別人溝通的時候，都會遇到不同種族的人，而每個種族說英文都會有不同的口音，一開始不太能習慣印度腔或大馬腔，但經過幾次嘗試之後越來越能夠理解他們在講甚麼。

➤ 結交來自各地的朋友: 除了認識當地的學生之外，我們交換生也常常會一起出去吃飯、旅遊或是在宿舍的客廳聚聚。在同一批交換生當中，有來自台灣、日本、德國、印尼、中國的學生，在聊天的過程中，也能夠學一點不同語言。

➤ 發現自己適應能力比想像中好: 在台灣，我們習慣了我們的生活模式、文化，來到這裡變成我們需要去習慣馬來西亞的一切。剛開始我以為我會沒辦法克服，因為這裡其實有諸多的不便，像是買巴士票不能換時間、廁所沒有衛生紙、大眾運輸工具不便利等等，但漸漸地我發現克服這一切其實沒這麼困難，來到別的國家，不入境隨俗一下，就好像根本沒來過這個國家生活過，不是嗎? (續下頁)

➤**認識不同文化:** 除了不同國家交換生有不同的文化，馬來西亞也有太多不同的種族，不論是宗教、語言還是生活習慣都不太相似。在台灣，鮮少能看到印度廟或是很大的清真寺，來到馬來西亞之後，可以藉由參觀這些廟宇，對不同的宗教有更進一步的認識。另外，在跟大馬人聊天時，也能發現不同國家對於多元種族的態度或想法也不迥相同。

➤**把握每個時刻:** 大部分來到這裡交換的學生，幾乎都只待一個學期，再加上這學期又是短學期，只有短短的三個月，其實咻一下就結束了。所以幾乎每個周末我們都會相約出去玩，或是每天晚上就算我們上課再怎麼累，都還是會跟大家聚一下，聊一下天，分享自己一天過得如何。或許聽起來稀鬆平常，但對我們來說，我們很珍惜這每一刻，因為我們能相處的時間真的太短了！

➤**學會用不同角度看世界:** 每個國家都有不同的議題被討論著，但不同國家的人對於議題的關注或是想法都不一。有的時候我們聚在一起聊天的時候，偶爾也會討論一下，像是英國脫歐、香港反送中事件等等，因為每個國家的人所佔的立場都不同，當每個人講出他們的想法的時候，進而會讓我去思考我所持的立場少了甚麼觀點，學會不只以自己的理解去解讀一件事，而是懂得辨別不同的資訊並站在每個人的立場去理解每一件事。

## 六、問題與建議

- **申請簽證:** 在拿到offer letter之後，拉曼大學會開始著手處理簽證的部分，之後會收到一封eVAL，你要拿著這封信跟相關文件去台北的馬來西亞辦事處申請單次簽證。請務必記得，申請簽證的時間在**早上11點**之前，最好是在**9點**一開門的時候就抵達，以免被辦事處人員碎念。
- **行李:** 馬來西亞一年四季都是夏天，所以衣服可以帶短袖為主，但因為馬來西亞非常熱，所以不管是學校、巴士還是餐廳，冷氣都開得非常強，建議帶2~3件外套，避免著涼。另外，這裡進出學校都是要穿著長褲的，所以記得要多帶幾件長褲，以免無法進入校園。除此之外，若你是選擇秋季班，正值雨季，記得攜帶雨傘。
- **電話卡:** 在抵達馬來西亞當天，學校就會在機場帶你去購買電話卡，但你也可以到金寶之後再申辦，因為相對便宜。電話卡分為兩種方案，一種是類似預付卡，另一種則是買月方案，按個人使用方式去抉擇。
- **馬幣:** 在剛到學校時，會需要繳交宿舍及腳踏車等費用，務必先帶一筆足夠的現金在身上或是帶台幣在身上再到馬來西亞兌換(匯率相對台灣好)。另外，也記得在出國前去開通國外提領功能的銀行卡，但國外提領需加收手續費，提領時記得多提一點，以免多花好幾筆手續費。或是若你有朋友會預計前往馬來西亞跟你一起旅遊的話，也可以請他們幫你帶台幣過來，會更加划算!



## 七、感想

剛到馬來西亞的前幾天，因為甚麼都還不熟悉，每天都處於很無助跟慌張的模式。不過，拉曼大學很貼心地給每一位交換生一位buddy，不管是課業上或是生活上有問題都可以詢問他們。buddy們都很nice，縱使你不是他的學伴，你也可以向他們尋求幫忙，他們都會很樂意幫你解決。在馬來西亞的三個月內，真的很感謝他們的幫忙跟付出。

另外，我想再次謝謝金門大學給我這個機會來到馬來西亞交換，讓我可以認識不同的文化及、體驗國外生活並挑戰自己。除此之外，還要謝謝教育部設立這個學海飛颺的制度，讓我們交換生在出國交換時，減輕經濟上的負擔。

在交換期間，我感覺到自己的成長，回想過去一年內的努力，從申請到結束交換，縱使過程有時候會令人感到焦慮，但我覺得這一切的付出及努力都很值得的。

最後，特別感謝在馬來西亞交換期間，幫助過我的每個人，因為有這些人，才能使我順利來到這裡交換並圓滿的結束！

## 八、照片分享



➤ 檳城遊



➤ 太平遊



➤ 跟學伴合影



➤ 道別晚宴



➤ 道別晚宴



➤ 道別晚宴



## 八、照片分享



➤到檳城找活動認識的朋友



➤到檳城找活動認識的朋友



➤到檳城找活動認識的朋友



➤道別晚宴



➤道別晚宴



➤到居鑾找活動認識的朋友



## 八、照片分享



➤跟馬來西亞朋友拍畢業照



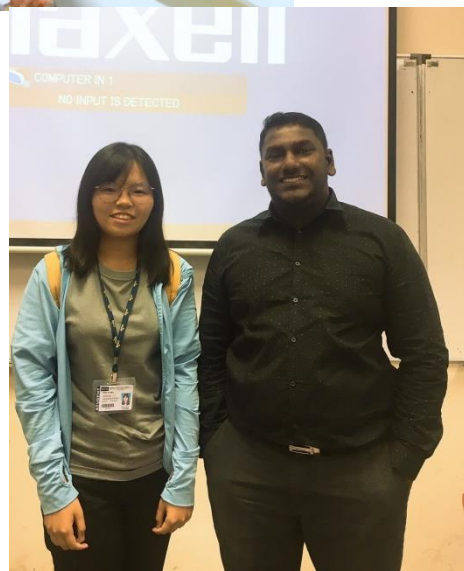
➤德國日



➤台灣日



➤印尼日



➤與德文老師合影