

參加馬來西亞馬來亞大學交換計畫心得



獲補助年度：113

薦送學校、系所、年級：國立臺灣海洋大學 海洋經營管理學士學位

學程 三年級

中文姓名：何承諺

研修國家：馬來西亞

研修學校：馬來亞大學 University of Malaya

國外研修成績：

國外研修時間：114/2/27~114/7/10

短片標題及時間：馬來亞大學 KK11宿舍及周圍設施介紹/4分45秒

緣起:

大學期間，我希望自己能有機會出國看看，親身體驗不同的文化與生活，也想跳脫熟悉的學習環境，挑戰自己、增廣見聞。比起只是從書本或網路上認識世界，我更想用自己的眼睛去看、用自己的方式去感受。而馬來西亞是一個融合多元文化的國家，不同族群之間的相處，讓我覺得蠻有趣的，也很想實際體驗這樣的生活環境。

另一方面，馬來亞大學是馬來西亞歷史悠久且具有國際聲譽的學校，課程內容不只豐富，也重視跨文化交流，剛好和我目前的學習方向很契合。我認為這是一個很好的機會，不只能提升自己的英文溝通能力與國際溝通技巧，也能培養更開放、包容的心態。除此之外，我也希望在這段交換期間，能和來自不同國家的學生交流，互相學習，拓展人際關係，累積更多未來可能會用得上的軟實力，希望透過這段經驗，讓自己在學業、生活、人際與視野各方面都有所成長。

研修學校簡介:

馬來亞大學 (University of Malaya, 簡稱 UM) 創立於1905年，是馬來西亞歷史最悠久的高等教育機構，也被公認為全國最頂尖的大學之一。校園位於首都吉隆坡，地理位置便利，周邊生活機能完善，學術與城市生活並重。UM 在各大世界大學排名中表現亮眼，涵蓋的學術領域廣泛，從商管、工程、人文、法律、醫學到資訊科技皆有深厚基礎與研究實力。

除了學術上的優勢，馬來亞大學的校園氛圍多元開放，學生來自世界各地，是馬來西亞最具國際化程度的大學之一。校園內不僅設施完善，也鼓勵學生參與各式社團與跨文化交流活動，讓人能在課業之餘擴展視野、結交朋友。UM 是一所融合傳統與現代、學術與生活的理想學府，對來自海外的交換學生來說，是一個豐富且難忘的學習選擇。

國外研修之生活學習(課外):

【入境馬來西亞流程】

吉隆坡國際機場有分第一航站跟第二航站，那因為我是在第一航站下飛機的，我就來分享一下我的入境流程。下飛機後基本上就是跟著人群與標示走，就會到搭接駁車的地方了，如果不知道怎麼走可以隨時問附近的工作人員，他們也會回答你們的問題，到搭接駁車後，他們會送你到準備過海關入境的地方。那接下來是最重要的部分，如果是交換生新生來到馬來西亞，在入境的時候請注意！！走59、60號人工通關通道入境!!，千萬不要走自助不然你之後還要跑機場一趟。大部分其他不是交換生的人例如：來旅遊的及其他國家的人不會走這兩個通道。那這兩個通道就在你們接駁車下車後搭手扶梯上樓後的最右邊兩個通道，通常人也相對較少，可以較快的過海關，不要傻傻的跟大家一起排很長的隊伍哦。出海關後就準備去找你的行李在哪條輸送帶上，找不到的也可以將你的班級號碼告訴工作人員，他們就會告訴你在哪個字母的輸送帶上，拿完行李再過最後一個行李的安檢就算是入境完成了哦！接著如果不是自行前往學校的，就依照馬大的通知在指定時間到指定地點集合就好了。

入境順序如下:下飛機→過海關→取行李→過海關掃描儀→機場入境大廳→到集合點集合(如有需要)

另外記得在過海關的時候，以下這幾份文件請準備好：

- 1.Approval Letter
- 2.Eval
- 3.Evisa
- 4.Offer Letter
- 5.MDAC (電子入境卡在入境前三天前填寫)
- 6.登記證和護照
- 6.海關人員在檢查完上述文件後就會幫你蓋 special pass 的章(很重要)

網路選擇:

我自己是在下飛機跑完所有入境流程後就直接在場買電話卡及網路方案，機場有各家網路的櫃台，大家可以去每個櫃台了解各家的網路方案，馬來西亞的網路大概有分為以下這幾家:hotlink、celecom、digi、U mobile，那麼我最後是選擇 hotlink 這家網路，在馬來西亞這幾個月使用下來也算是蠻順的，除非到一些比較偏遠人煙稀少的地方，可能才會收不到訊號，斥少在城市裡使用是沒有問題的。另外如果交換期間要出國遊玩，hotlink 的 app 裡面也提供東南亞各國的漫遊套餐也是相當方便，出國時都是用 app 購買他國網路的。每個月網路繳費

的方式是先在 hotlink 的 app 裡面充值馬幣，畢竟我買的是預付卡，得先在卡裡充值繳費後再享用網路方案。提醒一下每個月時間一到記得去延續以前的方案或者購買其他網路方案並進禱繳費。因為每個月到了繳費那天你沒繳費的話，當天就會沒網路了，這點需要注意一下。

住宿:

住宿基本上分為三種:1.校內學生宿舍2.校外國際生宿舍3.校外租屋，我自己是住在校內學生宿舍，根據我這次交換的狀況，男生會被分在 kk11宿舍，我的心得影片是專門介紹 kk11宿舍的如果有需要大家可以去觀看，這裡就簡單介紹一下，kk11宿舍裡的交換生都是兩個人一間，你得舍友也是隨機進行分配的，我和我的社友是因為同時進行宿舍報到所以舍監就問我們可不可以住一起，當然也沒甚麼好拒絕的。宿舍裡面會有衣櫃、書桌、床及枕頭，因為兩個人一間空間算蠻寬敞的，房間配有冷氣，另外是公共衛浴。會有一個衝擊是宿舍的廁所是沒有垃圾桶的，馬來西亞幾乎每間廁所都有一根水管供你們沖水，怎麼使用自行想像哈哈，或者上網找影片，大家如果不習慣的話，可以攜帶水溶性的衛生紙丟進馬桶即可，別把馬桶堵住了。宿舍旁邊也有食堂及巴士站。女生校內宿舍的話則會被分在 kk10或是 kk12，學校最大的學餐就在 kk12裡面有好幾間餐廳，有自助餐、義大利麵、雞飯、馬來料理等，極度推薦大家試試印度飛餅。小小補充這兩個宿舍都是沒有冷氣的，除此之外內容都差不多。

UM GLOBAL BUDDIES:

UM Global Buddies 是馬來亞大學與交換生互動最密切的學生社團，主要是為了幫助來自世界各地的交換生更快適應在馬來西亞的生活。每個交換生都會被分配到一個 buddies group，也就是把本地學生和國際學生配對，像學伴一樣陪著交換生一起熟悉環境。不管是剛到機場、辦理報到手續、安排住宿，甚至是認識學校的各種流程，Global Buddies 的成員都會一路陪交換生直到交換結束，真的就像多了一位朋友在身邊照應我們，如果有問題隨時問他們，他們都會協助解決。這邊也建議來馬大交換的學弟妹們，一定要參加這個社團所舉辦的新生週活動，他們會帶你們認識校園，及介紹這個社團，同時也會有許多表演節目，與此同時你們也會趁著這段時間認識許多來自世界各地的交換生。

除了實際的協助，這個社團還會舉辦很多有趣又有意義的活動，像是語言交換課、文化日、舞蹈和音樂工作坊、城市導覽、爆米花電影日、體育項目(匹克球、羽球、足球、籃球)活動等等，讓大家有機會交流彼此的文化，交到新朋友。

國外研修之課程學習(課內):

馬大上課可以簡單分為以下三種

【Lecture | 大課堂課】

在這邊念書，最常見的課程形式就是 Lecture，簡單說就是我們熟悉的「大課」。一堂課可能有幾十人甚至上百人，大家坐在階梯教室裡聽老師講課，主要是以教授講解為主、互動比較少。不過很貼心的一點是，大部分老師上課會發 PPT 講義，不管你是想複習、預習，還是偶爾請假沒到課，都可以靠這些檔案追回進度。對需要反覆看重點的人來說，真的超級實用！

【Tutorial | 小班討論課】

Tutorial 就是輔導課的概念，屬於小班制，通常一班不超過20個人。上這種課的時候，老師（可能是教授也可能是助教）會帶著大家針對大課堂的內容進一步討論，也會解答你在 Lecture 沒聽懂的地方。這堂課很鼓勵你主動發言，常常會安排小組報告、個人簡報，是練口語表達跟上台講話的好機會。

【Seminar | 研討式課堂】

Seminar 是許多海外大學常見的課程形式，主要採用小班討論制，強調學生之間的互動與主動參與。與傳統的大課（Lecture）不同，Seminar 不是老師一講到底，而是透過指定閱讀、課堂提問與觀點交流，讓學生從多角度思考與辯論，進一步深化對主題的理解。教授或助教通常只是引導者，真正的學習來自於你在課堂中說了什麼、聽了什麼、如何回應別人。

Seminar 的討論內容，大機率也會成為期末報告或研究寫作的重要素材，因此不需要為了「表現得好不好」焦慮，專注在「你學到了什麼」。這種課訓練的不只是語言能力，而是你思考、表達與溝通的整體能力養成。

【Online | 線上課】

馬大跟海大很不一樣的是，提供了很多現上課不用去教室的選擇，線上課的課程大多是以語言學習為主，提供英語、日文、韓文、西班牙語...等。如果想修習培養第二外語的可以選擇此類線上課。

課外旅遊:

當然在鞏固好課業之餘，課外旅遊活動一點都不會少。並且馬來西亞有許多國定假日，當你把課排的妥當的話，基本上一學期會有蠻多連假的。我自己基本上是把馬來西亞主要幾個大城市都去過了，西馬檳城、蘭卡威、怡保、巴生、麻六甲、新山以及東馬的亞庇和仙本那。大家會有半年時間待在馬來西亞，多多與國際交換生去其他地方走走都是些嶄新不同的體驗。那麼如果要我最推薦馬來西亞哪個地方旅遊，我首推檳城及仙本那。檳城食物是我認為馬來西亞最好吃的城市，他們的炒粿條、laksa、福建麵都很好吃。那仙本那的海真的非常漂亮，清澈無比，是我到目前為止看過最漂亮的海，也有著果凍海的美譽。尤其深潛的行程一定要報名，絕對值得。另外出馬來西亞旅遊的部分有泰國及新加坡，當然其他交換生也有去印尼或者依些更遠的國家，大家就衡量自己的狀況，再去妥善安排旅遊規劃即可。

研究之具體效益:

1. 拓展國際視野與跨文化理解能力

馬來西亞是一個融合馬來人、華人、印度人等多族群的國家，社會文化極為多元。在這樣的環境中生活與學習，不僅讓我能觀察到不同文化的互動。例如，我曾參與一場開齋節活動，不僅品嚐當地傳統料理，也聽見穆斯林學生分享他們的信仰與生活方式。這些經驗讓我對其他文化信仰更加尊重，也幫助我培養跨文化理解與溝通的能力。

2. 提升英語溝通與表達能力

馬來亞大學的課程主要以英語授課，教授上課時會要求學生以英文回答問題、進行簡報與書寫報告。剛開始我在課堂上發言還有上台報告會感到緊張，但隨著時間過去，我逐漸能更自然地用英語表達自己的想法。此外，在宿舍與其他來自不同國家的交換生或當地學生日常交流時，我也需要用英語來進行溝通。這些情境大大提升了我在各種場合下的英語表達能力。

3. 體驗多元教育制度與教學方式

在 UM 上課時，我發現他們相當重視學生的自主學習與思考邏輯。許多課堂設計會包含課中討論、即時回饋以及反思寫作，鼓勵學生提出問題而非只是接受知識。例如，我曾在堂課中進行小組報告，不僅要蒐集資料並進行案例分析，還需在課堂上接受老師與同學的即時提問。這樣的學習模式使我更加主動參與課程，也提升了我的資料整理、邏輯思考與公開簡報的能力，與台灣常見的教學風格形成差異。

4. 建立國際人脈與多元社交經驗

透過參加 UM Global Buddies、新生週週活動、交換生交流等活動，我有機會與來自韓國、日本、哈薩克、世界等地的交換學生交流，也與當地馬來西亞學生成為朋友。我們會相約一起去探索吉隆坡、參加市集、一起做功課，甚至互相學習彼此的語言與飲食文化。這些珍貴的人際連結不僅讓我的生活更豐富。

5. 培養獨立生活與問題解決能力

在交換期間，我必須自己安排課程選課、處理簽證、找尋生活用品、適應氣候與飲食，也曾遇過停電、宿舍水壓不足、銀行卡被 ATM 吃了等各種突發狀況。一開始會有點手足無措，但這些經驗教會了我冷靜面對問題、尋求幫助與靈活解決的能力。生活中的各種瑣事與挑戰成為我成長的重要養分，讓我變得更有自信、更能獨立自主，也更懂得感謝與珍惜他人的協助。

感想與建議:

真心推薦想出國交換或者還在考慮的學弟妹們就別光留在腦海裡用想的了，當然不一定要來馬來西亞，去其他國家交換也可以，跨出第一步申請就對了!!出國交換絕對會是你大學生涯中數一數二做出的正確選擇。大家也可以想清楚自己交換的目的是甚麼，是想增進學業、體驗當地生活或者是認識新朋友，又或者是全部都有，根據自己交換的目的去實踐，珍惜寶貴的交換時間，把想做的事都做完再回台灣，別回到台灣後後悔沒做什麼事情。另外交換真的可以開拓自己的視野，會遇到很多跟你價值觀不盡相同的人，遇到來自世界各地不同文化的交換生，會讓你重新思考許多問題，在國外的這一個學期絕對值得!!

照片分享:



UMGB 舉辦的獨立廣場出遊活動



Buddies group 聚餐



匹克球活動



麻六甲出遊