

赴泰国留学心得体会

2022年7月，我有幸成为一名云南农业大学赴泰校际交换留学生，并于9月26号踏上泰国国土。如今6个月的学习生活结束了，感受颇多，对自己在泰国的学习生活，所见所闻做一下总结，希望能够帮助大家能了解泰国，了解泰国的文化等。

首先，我来谈谈对泰国的最深的印象，泰国除了拥有“微笑的国度”的美誉的之外，还素有“黄袍佛国”“千佛之国”之称。佛教是泰国的国教，据统计，泰国的佛教教徒占泰国总人口的96%有30多万人出家做和尚。可见，佛教对泰国国民的日常生活还是有着非常大的影响。



作为一名在读研究生，我深深地感受到了这钟浓郁的宗教氛围。金碧辉煌的寺庙，穿着黄袍的僧人们，丰富多彩的宗教活动。泰国最早的教育便是传统的寺庙教育，所以佛教文化对学校教育也有深厚的影响。由于信仰佛教的缘故，泰国人在日常交际中不喜欢与人握手，而是采用具有浓厚佛教色彩的合十礼。如果你每天都记得对长辈行礼，那么你将被认为是一个非常懂礼貌的人。在泰国的学校里，每天早晨上学的时候，学生需要对每一个教师行双手合十礼，表示尊敬和最美好的祝愿。对不同的人行双手合十礼的方式略不同。一般而言，对方的地位越高，双手应举的越高，表示尊敬。

泰国人喜欢慢节奏的生活，热爱自然、追求宁静。这是一种修身养性的方式，给予人们更多思考的空间，它已经融入每一个人的生活中。在佛教节日，所有学生和教师还需要像僧人一样打坐冥想。泰国绝大多数学校是师生都信仰佛教，其中一个明显的外在特征是他们佩戴佛像，他们认为戴在身的佛教可以帮助消除邪恶，保佑平安。节日比如水灯节。



出家是泰国男人一生中最重要的事情之一。泰国寺院的大门也一直向百姓敞开。男生如果到 20 岁，就应该出家当和尚；还没有到 20 岁可以去当小沙弥。出家的时间可长可短，但最为普遍的是三个月。在学校里，你会发现男学生的头发都是短短的。因为在此之前，他们可能在寺庙待过一段时间。在母亲节、教师节等节日。学校也会组织学生编制美丽的花篮，制作精美的贺卡然后跪着向教师们，父母们献礼物表达感激之情。

在泰国高校还会邀请造诣高深的和尚到学校讲经说法；泰国的每一个传统节日学校都会举行隆重的庆祝活动，让学生了解传统节日的文化内涵、举办活动让学生感受浓郁传统氛围。通过高校教育，使泰国独具特色的传统文化得以相传，保留至今。

泰国高校还强调对书本知识内涵的拓展与外延。在泰国任何一门课程每周都必须有一节是兴趣小组活动，学生可以跨班级或年纪选修，但必须人人参加。兴趣小组活动时老师不能再讲授书本上的知识，而是要教授与这门课相关的内容。每年学校都会举办学生学习成果展示

会，让学生们他们做的各种手工制品，同时还有歌舞表演。学校还邀请教育局的领导、校董和学生家长到学校参观，检验收学生的学习成果。



“生存教育”始终是泰国教育的核心贯穿在教学活动的整过程中，宗旨是培养学生的生存能力、动手能力、独立性以团队合作意识。参与者没有比赛项目的，全都是啦啦队运动会结束时不仅给运动员颁奖，而且还要对每一个方队的组织管理、团结协作进行评奖。

我读的是教育管理硕博连读，我来介绍一下我们专业：教育管理就是管理者通过组织协调教育队伍，充分发挥教育人力、财力、物力等信息的作用，利用教育内部各种有利条件，高效率的实现教育管理目标的活动过程。是国家对教育系统进行组织协调控制的一系列活动。分为教育行政管理和学校管理。

泰国的研究生的教学有一些和泰国的本科教学有相同之处如：1 无论上哪一门专业课博导喜欢让我们小组合作研学及研讨。2 期中、期末都是小组合作完成，平时作业都是自我完成文献或者资料的查找都需要自己完成。3 不断提升自己英语水平在平时学习过程中经常要阅读国际期刊及文献；或者在学校内部举行的学术研讨会或者国际学术研讨会都需要英语交流。本校有专业的研讨会还会邀请国际优秀的学者，让我们参与学术研讨。



对于一个研究生来说不仅要学习丰富而广阔的理论知识，还要去实践理论的可行性。学校组织我们深入泰国小学，让我们把博大精深的中国文化传授给泰国小朋友。



学府的环境优美、大树成荫，仿佛走在原始森林就像一个天然氧吧。树先生带给学校生命的顽强、不屈服生命的厄运，红花、小草古典的木房子带给我们向往的生活。冥想的佛陀让我们在滚滚的红尘中保持自己一份对自己的纯静，学校的伟人雕像、让我们年轻的学子既要仰望星空又要脚踏实地对自己的学业的追求。图书馆是如此的安静只有学者翻阅书籍的声音、对古往今来知识的了解、崎岖的小道是每一个学子追求学实的必经的艰辛之路，路途风景如此美誉学子不在终

止。学堂是学子对异国他乡文化激情的碰撞是信鸽引领学者一路前行取到真经。体育馆是如此热闹是生命激情的沸腾；美味的用善堂让学者体验异国他乡的滋味。春去秋来；红花迎来缘分的相聚，落叶是彼此的邂逅；让爱留在学校的每一个角落，留在庄严的大门口、留在洁白校服上。



留学不仅是专业的深造，还是感受异国他乡的风土人情、是自我内涵的升华、是眼界的开阔。那我们去感受泰国的美景。

1. 不能错过的海岛—格兰岛

格兰岛 KohLarn 又称月光岛、金沙岛、珊瑚岛，距离芭提雅海岸约 7.5 公里，拥有迷人的岛屿风光，是芭提雅最热门的海岛，没有之一！

2. 夜生活开始的地方—芭提雅海滩

黄昏时刻在芭提雅海滩边散散步，看看日落，到了晚上来到步行街寻觅欢乐，是芭提雅的正确打开方式。



3. 综合性休闲乐园—东芭乐园

这里汇聚了泰国各式的园林艺术形态，媲美美国内任何国家植物园。园中有人工湖，水光潋滟，小河缭绕于亭台楼阁之间，树木葱笼，鸟语花香，景色如画。



4. 佛教艺术建筑代表—真理寺、地道民俗市场—四方水上市

这座全木纯手工雕刻的寺庙，更像一座佛教艺术品，整个寺庙不用一颗铁钉，全用卡榫结构，从1981年起建至今，仍未竣工。因电影《杜拉拉升职记》而被国人所熟知的水上市场，融合了浓郁淳朴的泰国民俗文化。



5. 花园式皇室宫殿—富贵黄金屋、信不信由你博物馆

临海而建，气派非凡，光是室外花园里，就布满了神话人物或是动物的雕像，皆以金银色为主。信不信由你博物馆又称不可思议博物馆，是全球第25座此类奇趣博物馆，位于芭提雅皇家花园广场的综合性商场的顶楼。



6. 芭提雅海底世界、芭提雅泰迪熊博物馆

泰国芭提雅海底世界海洋馆是亚洲最大和最现代化的海洋馆，面积有共计四千二百平方米，馆内有超过 4,000 种海生动物，包括 200 多个当地物种和一些境外的稀有物种。

芭提雅泰迪熊博物馆（Teddy Bear Museum Pattaya）是东南亚唯一的一个泰迪熊博物馆，由多名韩国设计师打造而成。



给学弟、学妹对考研的一些感受和建议：

是不少人说考研是痛苦的，很少有人说考研是快乐的。然而，无论是痛苦还是考虑，经历过的人都会把曾经的苦与乐看成是自己走向成熟的一段经历，一种克服人生困境的能力和一笔无形的宝贵财富。一路走来，学会了承受和容忍，也学会了坚强与坚持不懈。多年以后，可能时光不在，是记忆犹新的。在某一天、在某一个时候。当闲暇追忆往事，我们都会感受考研的热泪盈眶的激情。因为那是一段为梦想而奋斗的日子，是人生美好的东西，值得珍惜。所以、我们要珍惜考研的时光。

1. 自己要明白为什么要考研。

2. 评估自己的优势和劣势、做一个精准的定位不好高骛远也不自卑。

3. 做好相应的规划后，每一个人选择好目标学校、目标专业都不一样。

4. 做出决定就要付出行动，按照规划进行学习。既然选择考研选择更好的自己，就要放弃一些东西。

5. 考研是一个人综合体系的体现，无论在国内上研究生还是出国留学都要保持英语的学习，上了研究生我们都要学习国际科研知识、同时自己也要写学术论文，生活中也要用英语进行交流。

至此中心感恩我的母校云南农业大学和各位领导，及感谢导师李维峰对我的培养和支持让我能够在科学探索的道路上更进一步、感谢一直帮助我的白丽华老师和苏泉师兄。给我这次出国交换留学的机会。我会牢记母校精神：开学养正、耕读至诚、厚德博学、明理尚农。在科研探索的道路上我会吸取我校科研前辈的精神，爱国、奉献、热爱科学、求实、创新、协同、把论文写在祖国的大地上等伟大的献身科学的精神。

2023.2

程学高