

生活報告

國家選擇(UK)

自從確定了交換計畫後，英國就是我的首選，主要是有以下幾個原因：

講英文的國家：選擇到英國交換最方便的一個點便是不用擔心語言不通所造成的困擾或是要多花時間學熟悉新的語言(雖然大部分交換學生在其他主要不講英文的國家還是用英文跟當地人溝通就是了)，至少光這點，在英國生活、交友、上課就不成問題。

短期交換學生 6 個月內免簽證：由於在交換前就有聽到同期或之前的交換生在簽證這塊碰到不少問題，有的跑了趟國外還是無法解決，甚至有人出國時還沒拿到簽證，所以被嚇到的我看到英國短期學生 6 個月免簽證就更加確定去英國的想法，有些比較有經驗的海關在聽到你跟他講你是 **Short-term exchange student** 之後就會直接蓋章放行了。

安全程度：雖然英國風評是比其他歐陸國家安全，但這說實話有點吃你的生活區域，至少我常去的 **Brighton** 市區和倫敦都還感覺挺安全，加上大部分的英國人其實都挺有禮貌，所以在英國本地生活半年下來沒碰過危險的情況，(而且我選的 **Sussex** 是安全程度排在超前面的學校，巨安全)。

總而言之，英國作為交換國家有不少不錯的出發點，除了消費真的偏高和需要多考一個雅思或托福之外，其他都蠻學生友善的。

交換學校介紹

簡介

薩塞克斯大學 **University of Sussex** 位於英國南方濱海城市 **Brighton**，它是英國 20 世紀 60 年代新大學浪潮成立的第一所平板玻璃大學，並在 1961 年 8 月獲得皇家憲章，成立為大學。在 2023 年的世界大學排名中，**Sussex** 排在世界第 175、英國第 22 位，最有名的 department 是 **International development**，是全球 No.1。

Sussex 對學期的安排和我們蠻不一樣的，**Spring term** 是先上 8 周的課，接著放 3 個禮拜春假，放完再上 3 個禮拜，教授的教書期間就是這 11 周(大概到 4 月底)，大概從 5 月初到表定學期結束(6 月初)這段都是考試期。

選課

Sussex 相較其他學校有的優勢就是交換學生可以選全校的課程，學校官網有課程分類，在上面幾乎可以看到所有課程的資訊，包含 **assessment** 方式、課程大綱和 **teaching method** 等，其中英文程度有分 **level 4/5/6**(初級/中級/高級的感覺，3 以下太低不給選)。我去的 **Spring term** 是一月底開始，大概 10 月時學校就會叫你填一個線上的註冊單，初階的選課也是直接在上面把想選的課的名字、**level**、代碼、**credits** 寫在上面，通常一堂課是 **15credits**，低標是 **60credits**，所以就是至少 4 堂課的意思。

在把這封註冊信寄出後，大概 11 月中到 11 月底會收到你所屬學院的 **advisor** 寄來的信來確認選課內容告知你是否有衝堂的情況(注意你的所屬學院會根據你選的課來分配，所以可能會和你在政大的原科系不一樣，但不用太擔心)，可以直接和他用寄 **mail** 討論要退或加選什麼課，真的有需要他也會給你建議，基本上所有選課的問題都問 **advisor**

就好，包括開學後如果發現選的課跟你想的不太一樣，想要退課都是跟他說，Sussex 選課的更動可以一直改到第 2 個禮拜結束，在那之後便無法更改。

以下是我選的四堂課

C8555 Social Psychology and Individual Differences

這堂課有點類似我們的通識課，主要用很多例子講解心理學的理論，上課方式就是用 powerpoint 講課，教授會盡量用問卷調查或投票等方式讓學生覺得有參與感，不然根據他自己所說的心理學有時候會很虛，但我自己覺得是還不錯玩的，因為講了很多社會實驗和調查，主題包括常見的佛洛伊德、音樂、Obedience 等等很多，評分方式是期中考(40%)和期末考(60%)，期中考考第 1 到第 6 周的內容，期末考則是第 7 周到第 11 周，都是遠距考 1 小時選擇題 40 題，有認真聽課和看簡報理論上不太難。

L2014N Classical Thinkers and Current Events

這門課就如同課程的名稱，教授會用古典的國際關係理論來講解現代的議題像是 Black lives matter 等，因此會帶到很多古代西方世界處理國際關係的方式，教授提供很多機會讓我們跟鄰座同學討論，我個人是覺得因為我們對西方歷史不太熟，所以課堂上討論的東西有點難懂。同時教授很歡迎學生提出自己的想法，在課上完後可以到講桌前跟他繼續聊，評分方式是 2000 字 Essay，基本上就是選一個有興趣的主題做延伸，期限是在第 11 周。

AF002 Global Development Challenges and Innovation

這堂課有很多教授，一個教授講一個主題，主要都扣著一個大方向，就是全球發展時會遇到的挑戰，及如何用創新的方式解決，主題包括貧窮、AI、環境等，由於 Sussex 的 International development 很有名，所以很多學生修這門課，也需要常常跟鄰座同學討論，開學前幾周會把全班分成很多 study group，主要是想透過這種形式加深對課堂印象，但只規定前幾周，後面這個 group 要不要維持看學生自己決定。評分方式是 2000 字 Essay，題目是選一個國家、用一個創新的方式解決該國家發展過程中面臨的挑戰。

N1586 International Marketing (Marketing and Management)

分成 workshop 和 lecture，workshop 比較重要，主要是根據當周主題會看很多行銷的例子，然後再跟同桌的組員討論，教授會瘋狂點人回答完全不用舉手，基本上全部人都會被點到至少一次，但問題也沒很難就是了，可能是在政大修過類似的課，覺得它的內容好像都聽過了，評分方式是團體報告(30%)和 take away paper(70%)，團體報告的部分就是和組員選一家公司，想想怎麼讓它發展到尚未開拓的海外市場，跟我們的國行管很像，take away paper 的部分則是簡答題，每題回答不超過 1000 字，不太難。

上述有 Essay 的部分，要記得英國對 reference 的來源非常嚴謹，記得標明出處和用 Harvard referecing(我們學校是這樣)。

生活及文化交流

Sussex 學校附近雖然不算發達，但生活機能還算健全，校園有 Co-op 和 Taj 超市，一般來說我要去買食材就會去這兩家，但選擇不算多，如果要去大間一點的，搭往市區的 25 號公車大概 15 分鐘就可以到 ALDI 或 Sainsbury。學校除了超市外，許多大樓像圖書館都有簡餐餐廳，有 student union 負責經營的酒吧 Falmer Bar，另外還有藥局、兩個運動中心(Sports centre/Falmer Sports Complex)可供使用，只要付 2 英鎊就可以上各種運動中心開的課，也可以租用場地或道具，洗衣服的部分則是由於有些宿舍有自己洗衣服的地方，我的宿舍沒有，但學校有 24 小時的 launderette，是跟一家叫 Circuit 的洗衣業者合作，只能在 App 上儲值並使用。

若想去逛街或大間一點的餐廳、酒吧之類的，可以搭 20 分鐘的公車到 Brighton 市區，市區基本上應有盡有，亞洲超市、理髮店、購物中心...，還可以看海，由於 Brighton 是濱海度假勝地，加上擁有相對開放的文化，市容和倫敦或曼徹斯特等大城市有天壤之別，有很多古著店，如果待比較久到 6 月中~6 月底，還有 Brighton Festival 可以參加，類似音樂祭嘉年華的感覺。

學校也提供了很多活動給交換生參加，像是剛開始的 Welcome party、Buddy scheme、Language cafe 等，都給我們很多和其他國家或本地學生交流的機會，這些活動通常都是免費的，但可能需要報名，學生會或社團也時不時就會舉辦交流性質的活動，這些在 Student Hub 網站上的 Event 分頁都看的到。

住宿

學校 11 月初的時候有寄 Housing Application 的 mail，跟著他的步驟就能完成申請，Sussex 提供 4 種住宿方案給交換生，可以看以下，申請的時後會要你排志願

- On campus en-suite room (£173.17 - £182.98* per week)
- On campus standard room (£125 - £158.33* per week)
- On campus standard budget room (£119.64* per week)
- Off campus standard room (Kings Road and Off-Campus - Average cost £146.92* per week)

交出申請表後大概 12 月中會收到 Housing Offer Letter，兩天內要接受這個 offer 並一次付清全部的錢(蠻狠的我知道)，以我的學期來說可以從 1/13 住到 6/22(學期 1 月底開始、6 月初結束)。

我是住第三個選項 On campus standard budget room (£119.64* per week)，宿舍叫 Norwich House，房間的平面圖可以在官網上找到，一個 flat 共用一個廚房和廁所，雖然離 main campus 有點距離，但整體來說還行，加上我的 flatmates 都還蠻友善的，所以一個學期住下來沒有遇到太大的問題。

旅遊

雖然看起來很遠，但 **Sussex** 離倫敦其實就是搭火車 1 個小時多一點的距離，是商院在英國所有姊妹校中數一數二近的，假日沒事去倫敦晃晃或轉車都很方便，再加上最快大約 50 分鐘便可到達英國第二大機場 **Gatwick Airport**，其也是很多家廉價航空的主要起降機場，(希斯羅機場雖然大，但主要是負責長程國際線，在歐洲國家之間的廉航反而是 **Gatwick**、**Luton**、**Stansted** 等機場對交換生來說比較常用到)對出遊需求相對頻繁的交換學生來說相當便利，但由於 **Sussex** 在最南邊，要去北邊的曼徹斯特或伯明罕之類的就要花較多時間。

交換注意事項

通訊

英國比較常見的電信公司有 **Three**、**Giffgaff**、**EE** 等，我自己是買 **Three** 的 **Pay as you go** 方案，每個月可以買一個 **data pack**，不夠再買 **data add-on** 就好，用下來沒什麼問題，但要注意出國旅遊時，如果是買超過 **10GB** 以上的 **data pack**，一次最多在國外就是用 **12GB**，用完就會沒網路，我自己就遇過這種情況，所以如果跟我選一樣的公司和方案，記得在英國以外的地方省著點用流量。

天氣

大家對英國的印象就是一直下雨，但說實話 **Sussex** 或 **Brighton** 真的還好，下雨跟沒下雨大概 1:2，1 月到的時候比較冷(個位數)，但因為空氣比較乾而且房間有暖氣，所以不會冷到很誇張，羽絨衣可以帶個一件，毛帽也是。進入 5 月後，白天就會摸到 20 度，如果沒下雨就是挺舒適的天氣。

財務

由於我不待超過 6 個月所以沒有簽證，許多交換生會用的網銀 **Revolut** 或 **Monzo** 無法申請(我有問過客服)，但這其實是出去玩朋友之間互相轉帳比較方便或匯率可能比較好，至於有沒有必要辦網銀或在當地開戶我是覺得還好，畢竟在英國我從來沒遇過不能刷卡的情況，在行動支付這麼方便的情況下真的沒有很必要，但上述僅限我這種沒簽證的，在其他國家交換或會在英國待超過 6 個月還是可以辦一下，方便嘛。

海關

網路上很多人都把英國海關說的很可怕，其實根本還好，我入境英國很多次，英國真的不是最嚴謹的，只是 **Offer letter** 和 **Housing letter** 一定要備著在身上，不是每次都會查但還是有的會。反正幾個重點:他問你來英國幹嘛就說我在這讀書、他問你有學生簽證嗎就說我是短期交換生不需要簽證、其他如果被問你從哪裡飛來、什麼時候回台灣、在哪裡讀書就照實回答即可，他要看 **Offer letter** 和 **Housing letter** 就給他看，不太會刁難你，所以不用太害怕。

以上是我的生活報告，英國交通、餐廳、活動和其他國家旅遊推薦會在電子報裡如果對於英國的交換生活還有什麼問題的話，歡迎私訊我的信箱 109301063@nccu.edu.tw，有任何問題歡迎隨時聯絡我！祝你們的交換生活都順利！