2025 Spring - University of Sussex 交換生學習報告

交換學校介紹及課程資訊

薩塞克斯大學（University of Sussex）是 1960 年代新大學浪潮成立的第一所「平板玻璃大學」，發展學（Development Studies）在世界大學排名位列第一。學校院系多元，且大學也鼓勵學生跨學院修習課程。

交通方面大學距離倫敦火車約一小時半，很適合沒事就跑去一日遊，當天來回還可以省住宿費；許多廉航的停靠機場格域機場（Gatwick Airport）坐火車也差不多五十分鐘，對於假期前往歐洲搭乘廉航航班相當方便。

我這次去的春季班課程是從一月中後開始，三月中放春假，放完再回去上到四月中左右，接著放假到五月初，回來到六月初這段是交報告、考試期。交換生有時會想趁假期出去玩，最初選課時留意期末評鑑方式，選交書面報告或線上考試的課程，六月初最後這個考試學期人就不一定要待在學校。

雖然是以商院交換身分過去，但交換生可以選學校開的任何有興趣的課程，約在十二月學校就會寄信問要選什麼課、並且依課程內容幫你分到對應學院（後續主要是選課問題聯絡人、迎新會要找那個學院的人），開學後前兩周還能類似加退選調整課表。我這次選修了四門課，課程內容詳細後續說明。

修習課程

Social Psychology and Individual Differences

這堂課是社會心理學，比較像是入門課程所以不會太困難。每周會有個心理學相關主題，老師會放事前閱讀資料在 Canvas，先閱讀後上課比較類似我們習慣的老師單方面授課模式。期中期末會各有一次線上考，是全部選擇題且開書考，把上課內容和參考資料都看過一次後覺得其實考試不會太困難。

Global Development Challenges and Innovation

由於這間學校的強項是發展學，因此想說修堂相關課程看看。這堂給我的感覺其實有點像是政

大的通識課，上課會有不同講師來講各個主題，也會讓同學們上課互動、討論議題（接著老師會點人起來分享）。期末是要繳交一份書面報告，會提供幾個參考主題、也可以自選主題跟老師討論，且在寫作時遇到任何問題去請教老師都會仔細回覆。

Photography: Practice and Theory

算是因為個人興趣而選的課。每次上課前半是講一些相機和攝影理論或是介紹攝影師、後半是從學校借單眼相機出去實際在校園練習操作、構圖；每周都會有個學習任務（例如以不同快門、不同光圈等等拍出系列作品），期末評鑑方式是交作品集，整合每周任務、另一個期末專案六至八張符合主題"Environment"的照片和有規定字數的文字說明。

課程進行中老師會跟每個人討論想法、期末專案在製作前也有幾次類似提案課堂，只要能夠說出自己想拍的方向，老師就會推薦類似風格的攝影師供參考。我覺得如果喜歡攝影這堂課很實用，除基礎技術面操作外，也可以閱讀額外參考書目和資料認識更多攝影師與靈感，算是我所有課程中最喜歡的一堂課。

International Business Strategy

這堂課主要是各組用網站模擬器架設、經營一間跨國公司，每周不同的操作會有積分累積。比較特別的是這次我們跟佛羅倫斯大學同學合作，他們的小組擔任顧問團每周線上跟我們討論遇到的問題與經營策略，最後也會寫份詳細的分析報告書給我們。

這堂課每周都要跟組員討論模擬器操作，最後要共同完成一份涵蓋經營理論與實際的小組書面報告、以及一份個人書面報告，所以組員投入程度其實會有影響。我當時是遇到三個中國人組員，有兩位參與度很差，是後來在群組警告再不參與就通知老師她們才加入討論。

商學院亞洲學生多尤其中國人很多，像我這次每周根本直接變中文討論，如果希望多接觸不同文化背景、語言的學生，可以修看看其他學院的課程。

生活及文化交流

學校校內常用平台

Goin

學校事先建議交換生下載的 APP，有點像是社交軟體可在上面先認識其他交換生。我們這年剛好有其他交換生創了 WhatsApp 群組，加入後很多同學都會直接在裡面問問題大家互相解決。

Sussex Direct

學校的平台，類似 inccu，住宿繳費或是看學期課表等等各種資訊都是在這個網站。每個人會在發 offer 的時候給一組帳號密碼，之後登入學校其他平台、學校網路、公用電腦、outlook 郵件等等也都是用這組帳密。

Canvas

類似 moodle，各堂課程資訊、閱讀資料、評鑑規範等等都會直接放在這個網站。

Sussex Mobile

手機版的統合 APP，可登入後直接連到上面幾個網站和一些日常所需服務，類似行動政大。

社團

開學的時候學校有辦社團博覽會，這邊社團的種類非常多元。

由於自己在政大是擊劍隊，到這邊也就參加了他們的社團，不過體感（還有跟其他交換生同學聊過）覺得這裡的運動性社團大家參與的心態比較像是好玩，非專業組的同學其實實力沒有到很強，但大家都很友善且可以跟他們借器材來使用，是個不錯的體驗。

每周二市集

在校門口廣場每周二會有販賣二手衣和各種食物攤位，蠻多同學推薦一間法式烘焙攤位的甜點好吃。（不過感覺英國、歐洲的麵包都便宜又很好吃，就算是超市的也是，推薦可以找找看一種有包類似杏仁醬的可頌、卡士達醬 donut 和軟餅乾）

Varity

每年三月左右跟隔壁布萊頓大學的競爭交流活動，有點類似清交梅竹賽，兩校的體育性社團會有交流賽可以買票去看。

電影、桌遊之夜、學生會活動

學校幾乎每周都會有電影或是桌遊之夜活動，可以關注有興趣的參與。

我自己參加過農曆過年活動，有在學生中心準備亞洲料理、寫春聯等等活動蠻有趣的；還參加過愛麗絲主題下午茶會，學生會準備了超多種甜鹹點和各種茶，大家還可以玩杯子蛋糕裝飾、拍照、彩繪等等；期末考月的時候學生餐廳這次提供每日免費早餐。

這些很多都會直接寄郵件通知大家，也可以關注學校各單位的 IG 帳號：

sussexsu、sussexuni、sussexunifood、sussexunistudentcentre 等等。

交換注意之事項

住宿

住宿的部分是在十一二月那時候會寄信來問要住哪種，依價錢低到高分為「校內共用衛浴」、「校外共用衛浴」、「校內套房」、「校外套房」。個人是住第一個，會與五位 flatmates 共用衛浴與廚房，廚房部分烤箱、微波爐、電磁爐、冰箱等都很齊全，鍋具餐具當地再買或是跟同學收就可，而像是吹風機那些電器用品因為有電壓問題也建議直接買或是收當地的。

寢具的部分可直接跟學校訂，不過價錢會比較高而且聽交換生朋友說品質沒有很好。如果不介意前幾天先蓋外套或衣服睡的話可以用亞馬遜買寄到宿舍或直接去市區買，款式比較多也便宜。但洗澡用的毛巾可以自己帶，我在當地超市或是生活用品店幾乎沒看到平常習慣大小的毛巾，不是那種大條浴巾就是小手帕，後來是直接網購才買到，如果行李放得下建議自己先帶。

洗衣服

關於洗衣服的部分，我住的宿舍是 Lewes Court 有洗烘衣室，可以下載 APP 或是直接在那邊刷信用卡來付款。因為氣候乾燥，通常我洗完就晾在房間，冬天有開暖氣晾暖氣附近一個晚上就會乾，五月後中央暖氣都關掉的話也晾一兩天會乾。

通訊

個人使用的是在機場買的 EE SIM 卡，最初是買每月 30GB 網路的方案，時間快到傳簡訊提醒儲值，直接打服務號碼過去或是去門市加值就會自動延續下一個月，而沒用完的網路量也會 roll over 到下一個月。

不過因學校的網路覆蓋率其實很高，基本上有建築的地方含宿舍區都有無線網路，而英國的火車、客運與景點等等基本上也都有還蠻順的網路，後來沒用到那麼多就去改成 5GB 的方案。

消費

在英國基本上沒有遇過不能刷卡的店家（只有後來去蘇格蘭高地旅遊的 B&B 老闆奶奶不收刷卡），就連市集的攤位消費也都能夠刷卡，所以在半年短期開戶不方便情況下，我是帶一張海外刷卡回饋較高的信用卡來做日常使用；但仍有帶些現金作為還錢給別人或是極少數狀況備用。