



Shih Chien University

Office of International Affairs

國際交換學生心得報告

班級 應用外語系 四年級乙班

學號 A9527072

姓名 林怡均

交換學年度: 98 上學期

交換姐妹校: 英國坎布里亞大學 University of Cumbria

交換課程: Humanities 一學期

一、前言：

這次有機會到英國當交換學生，體驗當地的大學生活及文化，實為一個寶貴的經驗。感謝學校提供機會給學生，讓我們到國外學習、當交換學生，給了我們大開眼界及與國外學生交流的機會。也感謝系主任江添財老師及陳書平老師還有國際交流組 Mia 老師的幫忙及照顧。

二、出國前的準備：

在我確定出國讀書的心意及獲得資格能夠去英國坎布里亞大學當交換學生後，我真是既期待又怕受傷害。期待的是我可以去英國耶！英國是我很喜歡的國家，因為那邊的文化、建築等，讓我很嚮往。我也期待我的英文能力在這全英文的環境中有所精進，畢竟讀的是應外系，而英文也是與世界接軌的重要工具。但我期待的心情一直與害怕同時存在，因為接下來要面臨的是一段未知的旅程及生活，不知道會遇到什麼人、什麼事，也不曉得自己是否能順利的完成及通過那邊的課程和考試，也擔心自己會不會不適應國外獨自一人的生活。當然也從學長姐的口中之得知，出國讀書壓力很大，畢竟英文不是我們的母語，課程內容也有可能是未曾接觸過的，我雖然害怕但也做好了承受壓力的心理準備。出國前的這段時間，我為了提升我的英文口說及聽力能力，我常在看電視時，轉到 BBC 新聞台，讓自己熟悉英式英文，除此之外，我也買了專門的英式英文聽力練習，因為我知道英式英文的口音比較重，用字也跟我們一般所學的美式英文有些差異，當然多背單字也是不可少的。除了加強自己的英文外，我也查了些旅遊及生活資訊，因為我們會利用課餘時間去別的地方走走看看，甚至計劃在課程結束後去法國跟義大利旅行。出國旅遊前一定要有詳細的計劃及充分的準備，除了了解當地的環境及文化，也要多參考網友們的意見及經驗，可以從他們身上獲得很多實用的資訊。像是有很多的證件或優惠票一定要在出國前就辦好，例如：國際學生證，有了學生證，在參觀一些名勝或美術館、博物館時會有學生折扣，有時搭車也會有優惠喔。因為我們計劃在法國、義大利時會坐火車，所以也必須在國內就辦好法義火車通行證，像這種火車通行證就必須在國內辦理，有了通行證，搭車不僅較便宜也方便很多。還有，一定要檢查姐妹校規定及出國要用的文件是否都準備好了，如果有需要接機服務的話，也要事先跟學校申請，出國前一定要每天檢查有無新的 e-mail，姐妹校的老師及國際交流組的老師都會有重要的訊息通知。最重要的，要堅定自己去國外學習的心意，抱著期待的心意等待出國吧。

三、抵達學校：

坎布里亞大學在 Lancaster (英國北部)，從台灣到學校，經過了漫長的路途，帶著大包小包的我們輾轉抵達學校時，生理上雖然疲倦但卻掩蓋不了激動興奮的心情。抵達學校的第一時間，首先看到的是 Gateway Buliding，這棟建築是學生每天一定會去的地方，一樓包含了 reception(服務台)，還有 i zone 及福利社，二樓是 skill zone，三樓是學生餐廳。在學校的這段期間，我常常去 i zone，因為只要有任何問題都可以去 i zone 尋求協助，當然 i zone 的老師也會熱心盡力地解決學生們的疑難雜症。因為在台灣時，我們已在學生證內儲值，所以拿到學生證以後，就能用學生證裡的錢去買午、晚餐及點心、零食。在出國前大家都跟我說英國的食物很難吃，我也做好了來這裡會因不知道要吃甚麼而變瘦的心理準備，但是因為學生餐廳的主廚們手藝真的很好，我真的很愛學餐裡的食物，所以大吃特吃的結果就是我竟然胖了一些。



Gateway Building



墨西哥週的墨西哥料理

圖書館就在 Gateway building 的對面，有點像城堡式建築跟透明時髦的 Gateway building 是我常去的兩個地方。圖書館跟 Gateway building 真的很漂亮。



圖書館

但我最期待看到的地方，當然就是我往後三個月要住的宿舍，學校在出國前會依學生的意願分配宿舍，我選擇了方便、離校園近的，所以被分配到 William Thompson Hall，這棟宿舍就在，Gateway Building 的旁邊，不管去上課、圖書館找書或吃東西都很方便。而我的房間在四樓(實際上是五樓)，一打開房門，眼前出現的是一扇大大的窗戶，而窗外的風景美不勝收，Lancaster Castle 就在窗外風景的中間，遠方可以看到湖，後來發現原來整個 town 我都可以看的一清二楚，我真的很幸運呢。我的房間裡有書櫃、衣櫃一張很舒適的床，除此之外還有洗手台，這真的太方便了，不用洗個手還要跑到廚房，洗手台不是每棟宿舍都有喔。



我房間的書桌及大窗戶



窗外美景

整理完行李及安頓好房間後，距離開學還有幾天的時間，我們去學校附近及 town 裡走走逛逛、熟習環境。在逛了逛之後，我們都發現我們帶太多東西來了，很多生活日常用品其實可以不用從台灣帶，來這裡買就好了，因為我們擔心英國物價高，所以幾乎所有日常用品都從台灣帶來，導致行李超重，但後來發現其實超商裡的東西沒有想像中貴，真的可以不用帶太多行李的。

四、開始學習

開學的前幾天，學校安排我們（所有國際交換學生）跟一些 tutor 見面，這些 tutor 不一定是所選課程的授課老師，學校讓我們有機會認識別的課程，並可以修改之前選定的課表，我跟昕穎（跟我一起去的同學）原本三門課都選英文系的，但是英文系的課好困難喔，而且我們對文學或詩詞沒有甚麼興趣，所以在我們跟一個宗教系的老師見面後，我們決定把兩門課改成宗教系的課。一開始我們對宗教系不了解時，完全沒有想過要修宗教系的課，但後來發現宗教系的課程好好有趣，我們就決定修一堂介紹猶太教、基督教及伊斯蘭教的課，還有哲學課。修改課表之後，我更加期待開學了呢。而開學的前一天，學校到處擠滿了人，我好緊張喔，因為終於要見到我的室友們（應該說是樓友），還有要開始跟外國學生一起上課了，真的好刺激喔。終於，我的室友們陸陸續續搬進宿舍了，大家都很好，但是有時跟他們聊天還是會有點聽不懂他們說甚麼，因為他們聊天時講話的速度好快，有些用字我也沒聽過，不過還是可以大概了解彼此在說甚麼，真的很有趣。開學後，真的要開始上課了，緊張的心情難以言喻。在經過幾周後，已經知道上課方式及熟悉環境後，緊張的東西就變成 essay 了。這裡的學生真的很主動，上課時只要有不懂的地方他們隨時會舉手發問，一點也不會害羞，當然這是好的行為不需要害羞，但是在台灣可是很少見的。還有老師提問時也一定會有學生回答，不管學生回答的對或錯，老師一定先給予肯定，之後再修正學生的答案，但老師不會否決學生的意見，我覺得這樣很好，等於是鼓勵同學思考及分享。還有課堂上會有很多討論的機會，不僅讓同學能自由思考也讓學生彼此間的距離更近。我覺得在這裡最辛苦的地方不是上課，而是寫 essay，我們選的課學分比較重，所以作業也比較多，加一加我們在三個月內要交七篇 essay，準備的過程好痛苦，也因為剛接觸這些領域，寫 essay 的過程更加艱辛，我幾乎每天都在房間裡，桌上堆滿一疊疊的參考書，當時的壓力真的很大，也曾身心疲倦到我開始思考，到底來英國當交換學生是否是個正確的選擇。但成長的過程是辛苦的，一分耕耘一分收穫這句話說的一點也沒錯，得之第一篇 essay 成績還 OK 之後，頓時信心增加了不少，也覺得一切的辛苦都值得了。

五、心得結語

在英國上課的時間其實只有短短三個月，不得不說，上文學課及寫 essay 的時候真的很辛苦，但我知道畢竟來這裡的目的是學習而不是觀光旅遊，所以辛苦是一定會有的。回國後大家問的第一個問題都是：「你的英文有進步嗎？」在回國前我就有思考過這個問題，我的答案是肯定的。反省及回顧這三個月的交換學生生活，我的收穫很多。我認識了很多外國朋友，雖然聊天時無法非常順暢的聊天，但她們很體諒我是外國人，所以還是很親切的對待我。我也學習到了外國學生學習時很主動的精神，還有對自己負責的態度。當然也因為這次的課程，我對世界三大一神教更加了解，雖然說不上鑽研，但我的知識跟常識更長進了，也在哲學課時思考了很多未曾想過的議題，我真的覺得非常有趣，以及可怕的文學課，雖然文學分析真的很困難，但我也讀了一些小說跟劇本，我想我還是從這些文學作品中得到不一樣的啟發。除了學習上的收穫外，我學會煮菜，炒麵或義大利麵可以當作我的拿手菜了。在課程結束後，我到處旅行，令我眼界大開，英國、法國及義大利的文化，我終於親身體驗了，能去這三個浪漫的歐洲國家，我真的很開心。如果有人問我來英國當交換學生值不值得，我一定會大聲地跟他們說：「Yes！」。



我跟昕穎與香港、韓國及德國的交換學生一同受邀去聽音樂會