

國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期 2024/06/26

英文姓名(姓,名): Wu, Yi-Chen	臺師大就讀科系所、年級: 東亞學系三年級
修習國家:英國	
修習校名:曼徹斯特大學	
修習學院:Business and Management, University College for Interdisciplinary Learning	
修習科系:Business	
赴外學期別: 112 學年(民國年) <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 113 年 1 月 ~ 113 年 6 月	

二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
Marketing	Alexander Gunz	10	2
Understanding Mental Health	Stephen Miller Sara Tai Sian Yeowell	10	2
Creating a Sustainable World: 21 st Century Challenges and the Sustainable Development Goals	Stephen Miller Jennifer O' Brien	20	2
Entrepreneur: Innovator and Risk-Taker	Catherine Casson Derry Keohane Matthew McCaffrey Stephen Miller	10	2

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

（一）學習概況

這次主要修習的課程有一半是線上非同步課程，曼大是一個由許多棟建築(例如 Stopford building, Simon building..., etc)組成的大學城，上實體課前都能在 UoM blackboard 上看到上課地點。

1. **Marketing** 的老師非常有教學熱誠也很有趣，期中考是選擇題、期末考是有兩天可以作答的申論題，考試前會有 revision session 介紹考試型態及方式。

2. **Entrepreneur: Innovator and Risk-Taker** 的老師則英國腔蠻重，平常上課蠻像在介紹各個產業的創業故事。沒有考試，期末是兩篇1000字的企業分析，或是2000字的深度解析。因為這堂課是曼大企業學程的一部分，所以還有幸參加了 Manchester Enterprise Challenge，與不同科系的同學為在地動物救援組織 Noah's Ark 發想長期基金募資提案並報告。其中也學習到與不同文化背景同學的團體合作方式，訓練英語簡報發表能力。

3. **Creating a Sustainable World: 21st Century Challenges and the Sustainable Development Goals** 這門課採非同步線上進行，有兩個模組是所有人強制都要修習，接下來可以挑選十個 SDGs 模組做學習，每周都有 blackboard 的問題討論。這堂課期中要交 applied project，描述永續企劃書的雛型及方向、以及在 living lab 裡你想解決的問題。期末要繳交完整的2000字 project report。偶爾會有實體的 drop in 討論會，所以要注意看課表。可能是因為20credits 所以感覺蠻有份量的，需要付出一定時間學習。

4. **Understanding Mental Health** 這門課是 UCIL 開設給非心理學專業學生的，可以學習基礎心理健康知識以及英國心理學治療的歷史發展。除了每周 blackboard 上的問題討論，期末有一篇500字的 critics 及1500字的論文。

（二）生活經驗

食：英國的食物真的沒有很好吃，外食也很貴，如果想找便宜外時可能要到 currymile(不然就是出國到歐洲吃:)。但是超市的東西基本上都很便宜，推薦自己買來煮。優格、水果、燕麥、蛋白質、牛奶、餅乾、麵包……等等都蠻不錯的，Lidl 是最大間也最便宜的超市，我很喜歡它的扁桃跟巧克力榛果可

頌；餅乾的話有個 Oaties 有蓮花餅乾的味道但沒那麼甜比較健康，還有 Rice cracket 完全是健康版的旺旺替代品…! Morrisons 傍晚都會有特價，很容易有半價的 Pastry，它的 rice pudding 很好吃，冷凍區還有便宜到震驚的85p 乳酪蛋糕。Sainsbury 和 tesco 就是無功無過的方便小超市。對了英國超市都會有主餐+副食+飲料3.5-5磅的 meal deal, 不好吃但蠻方便，趕時間可以買……除了超市以外，在 Student Union 跟 University Place 都有學餐，我覺得 Student Union 裡蔬食店賣的沙拉碗+burrito 還不錯~

衣:一月底到英國還蠻冷的，每天大概都12度，但室內很溫暖。我準備了一件防風防水的保暖外套，直到二月還在穿發熱衣加長袖。想買衣服的話市中心有 Uniqlo 跟 Primark，也有很多 thrift shop 推薦去挖寶!英國很常下雨，記得帶雨傘或帽子。

住:我住在 City campus 的 Whitworth park hall，獨立房間共用衛浴跟廚房，是全部宿舍裡最便宜的選擇，蠻舊但離學校非常近、生活機能很好。它很像一個小社區裡面有很多棟 house，不同 house 的配置稍微不同，有些廚房跟交誼廳在一起有些分開。朋友住 Hulme hall，宿舍有提供早餐跟晚餐，雖然也是共用衛浴廚房，但整體房間大很多、設備也比較新。

行:大部分走路比較多，如果有需要才會搭公車，因為公車不管坐幾站都是2磅。去機場可以搭43號公車，搭到底站就到了很方便! 英國國內主要靠鐵路移動，推薦買1625railcard，之後每筆消費都能優惠33% (不過火車票的價格越靠近搭乘日期會越貴，可以的話建議提早買)

p. s. 英國很多商店都有學生優惠，即使沒有特別標示都可以問問看

育:宿舍裡面有健身房，需要繳年費。學校裡也有很多類似社團的 society，在學期初的 refresher' s fair 上會有很多社團介紹，有網球、足球、拖曳傘……但也是都要年費。如果想要免費的活動的話可以去註冊 playwaze，裡面有曼大的運動活動，提早預約就可以了。

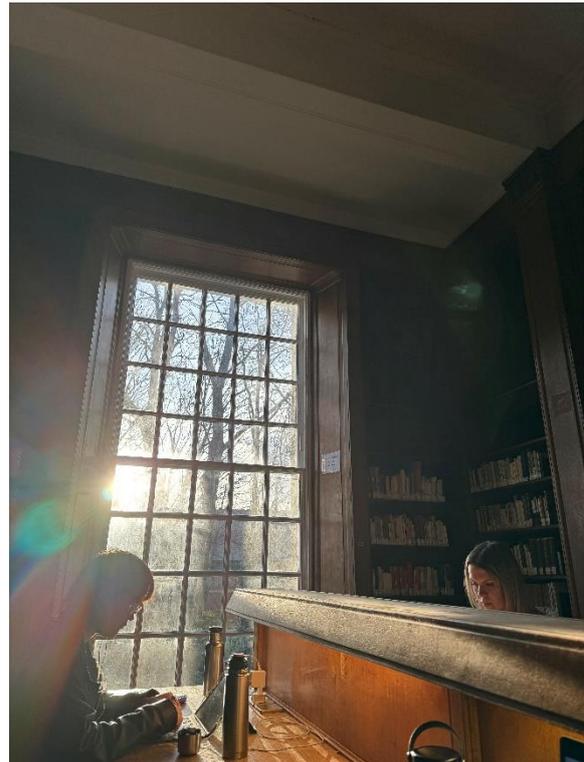
樂:

國內:曼徹斯特市中心有一些娛樂，像是賽車場、保齡球、printwork，也有很多特色 Pub，我蠻喜歡去聽在 pub 裡的現場表演(有點像 livehouse)。交換期間造訪了 Liverpool, Chester, York, Birmingham, London, Lake district, Peak district。英國的城鎮都很可愛，但我最推薦的還是可以去 lake

district 健行，自然景觀跟台灣完全不一樣，涼涼的天氣健行也很舒服。

國外:因為曼大有兩周的 Easter break+一周溫書假，到機場的交通也很方便，所以造訪了蠻多國家: 冰島、捷克、匈牙利、奧地利、德國、瑞士、荷蘭、法國、西班牙、斯洛維尼亞、義大利，歐洲內陸的交通可以搭 flixbus，省錢而且也很方便!在歐洲(特別是巴黎)有很多學生免費的博物館，可以多多利用學生身分。

四、照片 (如有，請提供)



UoM

圖書館



Whitworth park hall



南法-marseille



冰島



Lake District

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他

如果有其他關於曼大交換或是關於歐洲旅行的問題可以私訊我:~)!

IG:eecheng_02 (也有把一些交換的生活設在精選)