

# 國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習 返國後心得報告書

## 一、學生資料

填寫日期 2020/02/03

中文姓名： 蔣昀蓁	英文姓名： Chiang, Yun-Jen
臺師大就讀科系所、年級： 企業管理學系、大五(延畢一學期)	臺師大學號： 404570210
修習國家： 英國	
修習校名： University of Leicester 英國萊斯特大學	
修習學院： English Language	
修習科系： English Language	
研修期間：108 年 9 月 ~ 108 年 12 月	

## 二、修習課程

研修課程名稱	任課教師姓名	學分數	研修學季/期
Language and Media	Aaron Wise	15 credits	Semester 1
Academic Speaking	Janice Hinckfuss	15 credits	Semester 1
English Pronunciation	Janice Hinckfuss	15 credits	Semester 1

## 三、心得分享

### 在你開始往下讀之前，想特別提

師大去英國萊斯特交換的TOEFL門檻為80-100，不過其實萊斯特大學TOEFL沒有90是不能修習自己本科系的課程，只能修習ELTU(English Language Teaching Unit)的英語課程，有點像師大語言中心的存在。

希望申請的學弟妹能先釐清自己想要的是甚麼，是希望體驗國外生活為重、還是要精進自己本科系。如果不是那麼介意一定要本科系的，只要TOEFL80是個非常好的機會出國拓展視野！

當初我是要出國交換前三個月，萊斯特大學才寄信跟我說托福沒有90，我只能選擇ELTU的課程(而他們的官網完全找不到這則分數規定)。除非我重新考一次托福，或者暑假先去修他們的語言學校，才能選修自己本科系課程。當初托福差一分而不能選修任何除了英語課程以外的我，其實非常難過。希望學弟妹可以先了解自己當屆規定。

## 學業與語言

### 學業

英國一門課的上課方式分為兩種形式，每門課每週各有一堂Lecture(大型講授課)和一堂Seminar(小型討論課)。不過因為我選修的課程人數上限皆為16人，因此沒有體驗到Lecture與Seminar很大的差異性。

英國很重視研究理論，連我認為會比較實用性的Academic Speaking課程也是以理論為基礎來延伸，在期末正式上台前，前期都要讀非常多關於rhetoric理論的書，探討說話怎麼說服人。

另外特別想提Language and Media這門課，即使當初寫期末報告2000字essay真的是痛苦不堪。期末報告我們要選擇一部大眾電影所探討的議題，以及電影上映後英國報紙媒體對此議題的報導為何。在交互比較電影與幾家媒體所探討的方向，可以找出不同媒體對下標題、文章內容使用的誇飾手法、報紙旁邊圖片的使用...等等，同時自己對於媒體識讀的能力也大大提升。也不禁讚嘆英國對於媒體的重視。

而英國課業算重，尤其independent study非常重要，每週都有不同的閱讀清單需要在上課前事先讀完。所以就算我只選了三門課，每週課外要花的時間也是不少的。每堂課皆會有線上系統，稱之為Black Board，裡面的書單都可以直接連線至圖書館資源、線上閱讀資源，非常方便。

### 語言

英國人講話除了腔調重以外，他們的講話速度大概是我目前見過最快的國家了。他們每講幾句我就要請他們再重複，加強的方法就是強迫自己多聽他們講話、以及我自己會看英國腔的影集、Youtube頻道。

而不得不說，語言仍然是交朋友最快的方式！雖然很常聽人說外國人愛喝酒，喝酒才是最容易認識朋友的管道。但當英國當地人都說著英國人才會用的slang、語速又快，在旁邊的你很難插上話的。所以非常建議想要認識當地朋友的人，可以在出國前就看當地影集，看看當地youtuber的教學。當然到當地英語能力自然會進步，也很容易交到交換生的朋友們，不過想認識當地人，要提升的就是生活日常英語能力。

## 日常生活

### 住宿

UOL提供的宿舍有兩區，Oadby 跟 City living。

我選擇Oadby來居住，因為想住在英國old fashion小木屋的宿舍，放學回到宿舍會感到特別放鬆。雖然Oadby離學校較遠，可以購買一學期的公車卡(Oadby Shuttle Bus)，車程15分鐘。我也嘗試過走路到學校，大約45分鐘路程，但是天氣冷又下雨的時候不方便。Oadby宿舍活動與設施非常完善，每天都有不同的免費活動，像是 coffee night, wine and cheese night, Yoga night, 每周五免費早餐...等等。共用設施與空間有Social room, Music room, Dance studio...等等。住在這區的大多為英國當地新生，喜歡嘗試多元活動、想接觸當地生活，會是不錯的選擇。而讓我印象深刻的是住宿服務很周到，到宿舍會有專人帶你去你的住處，房間桌上也放著手寫信與一小盒食物，住宿中心24小時都開著，也有Residential Adviser(RA)，任何生活大小事都可以找他們。

而City living 離學校近，走路10-15分鐘到學校，離市中心、火車站也不遠，對於想常常去歐洲旅遊的人可以省下一筆交通費。但相對Oadby來說宿舍活動就會比較少，公共區域就只有廚房。

### 當地生活費

很建議辦海外回饋高的信用卡！我很少使用現金付款，只有和朋友分錢、刷卡匯率不好時會用到，只攜帶了兩個多月的生活費(英鎊現金)至英國，所以我也沒有開戶，而是辦一張英國純網路銀行(Monzo Card)將一半的現金放進去，就不用擔心現金全都放在宿舍不安全。

除了宿舍費是最大筆的花費，再來就是交通費，交通費非常高，公車單日買票都要GBP3以上。而日常生活的費用其實可以控制在一個月一萬以內，如果都至超市買食材自己煮，費用其實不高，甚至超市的食材有一些甚至比台灣便宜一點點。不過如果吃外食，費用就瞬間高漲，普通外食最少都要。最後至任何店面買東西都記得「主動」詢問有沒有Student Discount，大多都會有小折扣，是省錢小撇步。

以下為最基本生活花費 (不包含娛樂、旅遊、外食)

- Bus pass (宿舍往返校區的公車卡) GBP 70
- 宿舍床包組 GBP 25.99
- 宿舍廚具組 GBP 42
- 宿舍洗衣卡(可以使用10次) GBP 50
- 超商食材費 GBP 60 per month

## 文化與體驗

**HOST UK** 網址：<https://www.hostuk.org/>

大力推薦來英國交換學生來體驗！只限定英國念書的國際學生可以來英國當地人家體驗英國生活，可以選擇單日或者過夜的，只需要自己負擔交通費，Host就會帶你體驗英國的生活。我認為這跟朋友出去最大的不同在於你可以體驗的是當地人的生活步調與習慣，是很難得的體驗！

### Discover London Tour

學校舉辦了三天兩夜的倫敦迎新，導遊的步調抓得非常精準，讓我在短短三天能快速認識倫敦，快速了解我比較不熟悉的英國歷史，而不是只有走馬看花。導遊也很詳細的推薦一些當地非常道地的市集、小酒吧等等，讓我更決定還要再去倫敦把此次旅遊沒機會去到的地方一探究竟。而這趟旅行也認識了同行的國際學生，到現在我們大家都還會一起聚聚。

### Global Cafe

萊斯特大學每週也有國際生交流活動，在咖啡廳舉行，有小活動與免費食物。Fresher Wristband學校辦給新生兩週的活動，活動非常多元，但是晚上的派對活動相對較多，像是派對、免費BBQ、戶外電影院、免費早午餐、bar crawl...等等，讓新生可以自由選擇自己想去的活動參與。

## 旅遊

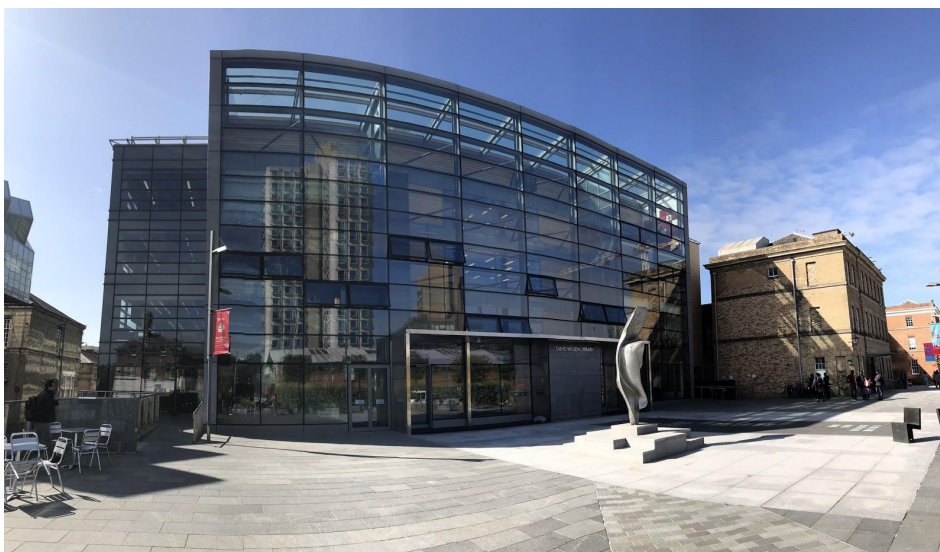
歐洲飛歐洲真的很便宜，一定要到處走走的！英國火車費很貴，有些人會辦 Rail Card折扣會很多。不過我最常搭乘更便宜的coach(像台灣客運)，並且辦了coach card，折扣下來從萊斯特搭去倫敦只需要GBP5-10，也都有直達機場的車。就看你們想省的是時間或者錢，再評估要辦哪種卡。

再來就是可以準備一些台灣小禮物(明信片之類的)，送給外國朋友或者Host，因為當地亞洲超市都買的到亞洲食物，反而是紀念價值的物品找不到。其他能分享得太多(像是我真的遇過刁難的英國入境官)，有興趣再連絡我吧~

#### 四、照片



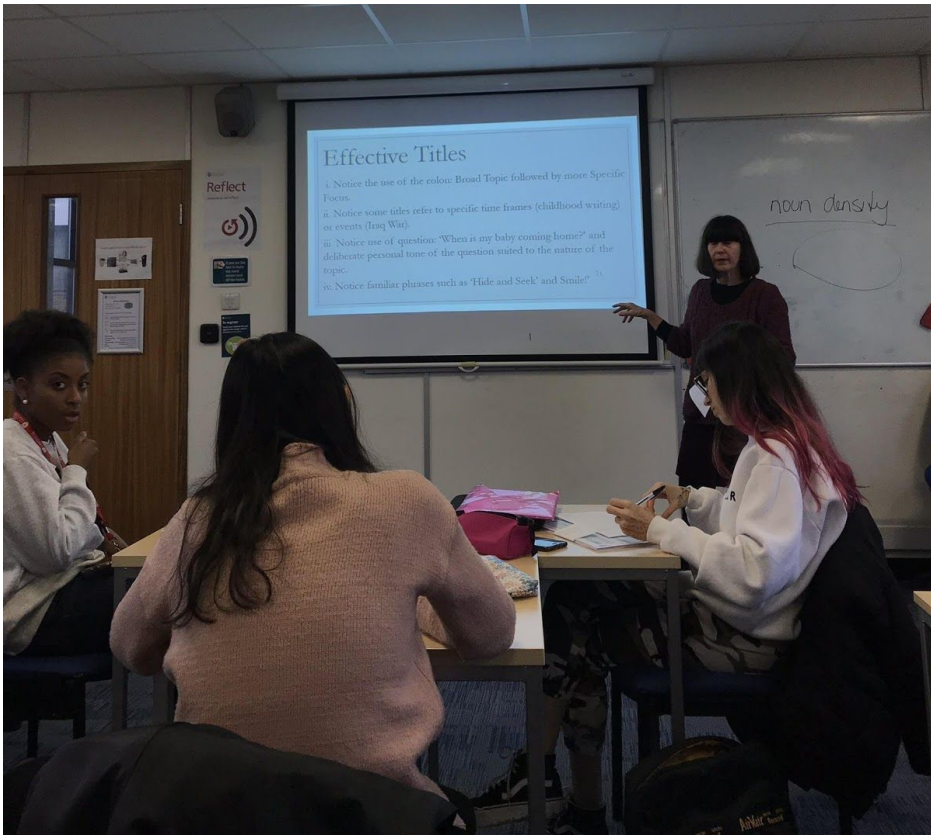
University of Leicester



學校圖書館



Student Union



ELTU 上課



學校的海外留學展 (宣傳Taiwan跟師大)



每天接我回宿舍的shuttle bus



我的宿舍 獨立的old fashion房子  
(每棟都長得不一樣!裡面設備很新的)



招待我三天兩夜的英國Host家

## 五、影音電子檔 (如有, 請提供)

## 六、其他

我的email: [chiangchiang618@gmail.com](mailto:chiangchiang618@gmail.com)

FB: 蔣昀蓁

有任何好奇想問的, 都歡迎聯絡我噢!