

靜宜大學出國研修學生心得報告書

◇ 此心得報告書須在回國兩週內繳交，請寄至411ifamily@gmail.com

◇ 411遊留學中心確認收到本心得報告書後始能抵免學分

姓名	覃珮慈	日期	2024年8月5日
班級/學號	英國語文學系四年級A班 / 410912627		
研修管道	交換學生		
研修國家/學校名稱	卡迪夫大學 Cardiff University		
研修期間	2023年9月至2024年6月 兩學期		
1. 在國外研修期間的花費： 機票____46,900____元、住宿____240,000____元、 生活費約每月____21,000____元			
2. 在國外研修時的住宿是 學校宿舍			
3. 學校 沒有 學伴制度			
4. 國外研修期間共修了__8__堂課			

※心得報告

卡迪夫在哪？

相信這會是很多人在乍然聽到這個名字後會有的疑問。首先，英國其實是由英格蘭(England)、蘇格蘭(Scotland)、威爾斯(Wales) 與北愛爾蘭(Northern Ireland) 四個區域所組成，而卡迪夫(Cardiff) 即威爾斯的首都。坦白說，我也是在準備申請這所學校時，透過上網查資料才知道原來世界上有個名叫「威爾斯」的地區坐落於英國。

威爾斯位於英國西南部，相較其他三個構成國，鮮少人知道這個地方。它蘊藏著豐富獨特的文化歷史。和臺灣很像，靠海卻也依傍著高山，卻有著截然不同的風情。走在卡迪夫市區的街道上，你會聽見街頭藝人抱著吉他、用濃厚的威爾斯口音哼著愛黛兒的歌，伴隨海鷗滿天飛、爭奪食物，並在當你試圖想認真看路牌找路時感到無比困惑，因為雙語政策的緣故，這裡的任何路標、廣告和招牌都是雙語並陳

一會先有滿滿的威爾斯文映入你眼簾，花了好一段時間釐清後，才會看見後方小小的英文。

我很幸運地在進入學校前就和一位當地學生連繫上了。她告訴我，她覺得卡迪夫大學就像個融合版的校園，環境清幽，距離市中心只要走路20分鐘，學校裡還有火車站。整體來說帶有點郊區的孤立感，卻也完全不失便利性。校園裡的環境多元，特別是學生會大樓(Student Union)，裡頭有酒吧、咖啡廳、鏡子教室、劇場(每週三晚上還會變夜店哦)、沙發、乒乓球與讀書空間。記得剛到的前幾天，學校還在那辦了社團博覽會，每個社團都發展完善、極具包容性，讓我感受到學生們卓越的自治能力和熱情。

需要準備什麼？

英國規定入境180天以內免簽證。不過我是去一學年，只要是去就讀6個月以上的課程都需要申請Tier 4學生簽證。準備哪些文件、申請流程等等瑣碎事，其實可以自己上網查，畢竟我們都是成年人了。比較需要留意的是申請這項簽證需要先支付簽證費及IHS健康保險費喔，財力證明也要先準備起來，不然你到時候真的被抽查了，從容給出文件總比焦急拿不出來好，而且出國前又有那麼多事要處理！

身為靜宜首位去卡迪夫大學的學生，沒有先前去過的學長姊可以詢問，很多事情都要自己上學校網站搜尋或直接聯繫校方解惑。在你訂完機票之後，可以上卡迪夫大學官網預定機場接駁巴士，只是預定完請記得寫email跟學校再三確認哦。去英國之前就要開始訓練自己千萬不要有「好了！我做好我該做的，這樣他們應該就會幫我處理妥當了吧」這種想法，因為答案是永遠不會。我就是明明提前好幾個月乖乖填好他們的接駁表單，卻沒被放在名單上的人(這就是英國的做事態度，當然後續還有很多荒謬日常)。

出國交換就是學習接受衝擊

如同上述，我算是第一個去卡迪夫的交換生，很多跟課程有關的資訊我當時完全不了解，都需要靠自己摸索，因為學校不會幫你。尤其是選課，真心建議要出國交換前努力把畢業學分修滿，其一是因為學校在學分抵免制度這塊不夠有彈性，其二是因為在國外上課，你要適應的不是只有語言不同而已。

我修的課程大致有翻譯、英語教學、女性主義哲學和英國文學，這裡的講課時間非常短，通常每門課只有約一小時，比較難的課程兩小時，加上隔週的研討會，難的課程則是每週都有研討會。乍看之下，上課時數很短，但背後的用意其實是在訓練學生的學術研究能力。

在開始上課前，教授們都會提醒學生去看課程簡介，上面會清楚標示每門課的時數，除了lecture和seminar，還有一個稱作study time的項目，通常都是每週7小時以上。修了一學年的課程後，我認為那個study time才是最具挑戰性的。簡單來說每門課程都需要大量閱讀和思考，流程大概是：課前預習、閱讀、課堂上教授就預設你已經完成課前閱讀，所以會不斷塞東西給你做筆記、課後複習、閱讀、準備研討會要說什麼、研討會上進行小組討論和發表個人觀點、又是閱讀。整學期就是這樣無止盡的循環，到了要交作業的時候，會有比平常多更多需要閱讀和統整的工

作。對了，學院會安排每人一位私人導師(personal tutor)進行指導，但每學期只會約談一次，一次15分鐘，可以訴說在學術方面遇到的困難，但導師通常只會給你大方向的建議，較細節的問題還是要自己解決，個人覺得幫助不大。但我認為這些都是在決定出國交換前就要給自己打的強心針，英國的大學本來就是偏學術導向，有別於臺灣的填鴨式教育，教授通常鼓勵學生進行獨立、批判性的思考，也很願意傾聽(但前提是你要有勇氣主動說話)。經歷過那樣的文化衝擊，才能夠清楚知道自己不足之處。

關於生活大小事

有關交換生的生活，我也是去了卡迪夫生活後才領悟，每個人追求的目標真的不一樣。有些學生表明就是來玩的，一學期見不到三次，因為都在旅遊，還會問你要不要一起翹課出去玩；有些學生喜愛參加學校各種活動，不管走到哪都看得到他的身影；有些學生想注重課業，只做自己想做的事，很難揪(就是我)。

我在卡迪夫的生活很清閒，步調也是我喜歡的。由於英國外食又貴又難吃，自己煮飯也讓我感覺格外踏實，回國後還會想念在廚房裡發揮廚藝的日子。課餘活動的部分，建議除了每天跑教室和圖書館之外，也多去加入一些社團或是Residence Life 辦的一些免費小活動。我參加了一個當代舞蹈社團(Expression Dance Society)，算是我交換生活的一大亮點。他們很認真在經營，在社團裡，我徵選上了三場全國性的大學舞蹈團體賽、一場編舞比賽和表演過兩次獨舞。期間參加過他們辦的各種social party和聚餐，也認識了好多當地的學生，無疑是一段獨特又溫馨的回憶！