

## 生活報告

### 一、交換學校介紹

#### 1. 學校介紹

阿斯頓大學 (Aston University) 位於英國第二大城伯明翰 (Birmingham) 的市中心，從 Birmingham New Street Station 步行約 15 分鐘即可抵達校園。Aston University 有電機、眼科、翻譯、商學院等各式學程，是英國一所知名的綜合型大學，其中 Aston Business School 更是最受歡迎的學院，具有 AMBA, AACSB, EQUIS 三重認證。Aston University 提供非常豐富的就業資源，本科生通常會進行 Sandwich Degree，通常是三年制的課程搭配上一年 Replacement year，給予學生到企業、職場上的工作經驗。



Aston University 一年有三個學期，我是秋季交換，碩士課程約從 9 月中上到 11 月底，課程共 10 周，第 7 周是 Reading Week，12 月中有一周期末考周及期末報告繳交截止日，之後會放大概一個月的 Christmas Break。在開學前一週，學校會安排一週 Welcome Week，一些學生組織像學生會和各社團會辦一些活動。對於 ABS 的碩士交換生而言，這一週則是 Induction Week，學校會安排一些課程和其他商學院交換碩士生一起上，是很好的機會與不同國家的學生文化交流。

#### 2. 校園

Aston University 的校區不算大，主要由 Main Building、Aston Business School Building、Library、Students' Union、Sport Centre 組成。

Main Building：幾乎所有課都位於 Main Building 裡，教室很多很繞，剛開學容易迷失在裡面，跟政大的綜院一樣，老師也在迎新周開玩笑說學生上課遲到最好找的理由就是 I'm missing in the main building。除了教室外，行政中心及辦公室也都設於此，並且附有學生休息室、討論中心、餐廳供學生使用。

Business School Building：在 Main Building 旁，有一些課程會在這，但因為我沒有課程在這裡，沒有進去過。

Library：學校的圖書館有四層樓，一樓有開放的討論空間，小組報告會和組員們在這裡討論。

Students' Union (SU)：有兩層樓，提供學生休閒、社交的場合，有撞球、沙發、電視、吧台等，有賣食物和飲料，可以和朋友在這裡聊天聚會，有些社團活動也會在這裡舉行。

Woodcock Sport Centre：有健身房、桌球場、排球、羽球、游泳池等場地和設施。迎新周的社團聯展也是在這裡舉行的。

### 3. 課程介紹

政大規定交換生最少要選修 20 ECTS (大概是政大的 8 學分)，通常一個 Module 是 7.5 ECTS，大概要修最少 3 個 Module。ABS 的碩士交換生可以依照自己的興趣任意選擇 2 到 5 門 ABS 所開設的課程，課程領域包括會計、財務、投資、企管、商業分析、行銷和人資。課程大致上可以分成 Lecture, seminar/webinar, workshop，Lecture 主要是傳統的授課，由老師授課學生在聽講的模式，Seminar 指的是討論課，多會進行小組討論，通常一班的人數較少 10 - 15 人之間，Workshop 則比較多樣，通常比較多是涉及軟體操作或是實體演練的課程。選課方式是從學校給的一份課程清單中挑出想修的課程填在所附的文件中，給政大簽名同意後即可寄回 Aston。之後會寄信通知是否選課成功，但課程時間要在九月初快開學時才會確定好。若有想調整的可以在開學後一星期內找學校交換辦公室討論，他們都很樂意提供協助的。

課程教學內容主要可透過兩個平台使用，第一個是 myAston，裡面的 Timetable 可以查看每一週每堂課的上課時間和教室。每個學生都會有 Aston 的 Email，也可以從裡面查看信件。第二個是 Blackboard，所有課程資訊都會上傳到這個平台，裡面涵蓋所有關於這堂課的課程教材、提醒、考試及作業規範和繳交，所有課程都會包含預習的部分，通常可能是 1 個小時的影片，需要先觀看完後再去上課。另外還有一個功能：Aston Replay。老師每次上課都會錄音並上傳到 Aston Replay，都可以使用這個功能重聽。

## 二、生活及文化交流

### 1. 食

外食：市中心的 Bullring 商圈有很多異國料理可以選擇，步行約 15 分鐘。再走遠一點，步行約 20 分鐘，有個中國城，裡面也有許多亞洲料理店。

超市：學校裡面有小間的 Tesco，選擇比較少。市中心有一間兩層樓的 Tesco，

東西比較齊全。Sainbury's 距離學校大概走路五分鐘，選擇也不是很多，但感覺價格稍微便宜點。Bullring 百貨裡有一間 M&S，屬於品質比較好的超市，價格稍微貴一點，但感覺跟 Tesco 比沒有差很多，可以買到比較特別的水果、起司或食材，很適合去挖寶。至於亞洲超市，在學校旁邊的天天美食城有一個小間的亞洲雜貨店，如果要大型的就要去中國城。在中國城旁邊有一個室內市場賣肉跟海鮮，跟室外市場賣水果跟菜，價格會比較便宜，但須要會挑，不然容易買到爛掉的水果。

## 2. 衣

英國的氣候全年有雨，不過大多是綿綿細雨，當地人基本上是不撐傘的，所以最好要戴防水外套。若要買衣服市中心有很多商店可以慢慢逛。從平價的 Primark 到 selfridges 裡比較高單價的服飾都有，可以把握換季或黑五。市中心也有很多折扣店，像是 TKmaxx、Sport direct、JD sport 等，打折力度都蠻大的，但都是零碼貨居多，需要慢慢挖寶。

## 3. 住

我是住在校內的 United Student 宿舍，5 個人一間 ensuite 形式，廚房共用，有獨立衛浴。建議一拿到學生號就要馬上申請。

## 4. 行

市中心幾乎步行即可到達，除此之外也有公車跟輕軌，信用卡直接感應付款。市中心有三個火車站和兩個 coach station 都是步行可到的距離。如果常搭火車建議可以買 16-25 Railcard，購票時可以打折。

## 5. 樂

社團：Aston 有很多社團，尤其是運動類社團非常多元。剛開學時會有社團博覽會，可以到攤位上看有沒有自己感興趣的社團。可以多看看學生會網站，看有沒有可以參加的活動。

聖誕市集：如同其他歐美國家，聖誕節在英國也是非常重要的節日之一。在市中心，約在 11 月初直到平安夜前，會舉辦一年一度英國有名的德國聖誕市集 Birmingham Frankfurt Christmas Market。

## 三、交換需注意之事項

### 1. 生活成本

英國是相對其他歐洲國家物價相對昂貴的國家，尤其伯明翰屬於大城市。火車票屬於浮動式價格，越接近出發日越貴，所以最好提前規劃，善用折扣。外食基本上一餐最少都要十磅起跳，但就超市而言，食材價格跟台灣不會相差太多，且生活用品店，像是 Poundland、BM，買生活用品也都很便宜。減

少外食，多用學生折扣也是可以省蠻多錢。

## 2. 治安

一般人對英國大城市的印象通常是不太安全，但我個人覺得其實還好。只要隨時保持警覺，妥善保管好自己的貴重物品，晚上儘量避免單獨外出，多走人多的路，並對陌生人搭話保持謹慎，盡量不要把自己置身危險之中。

## 3. 心態

開放地去面對未知。第一次離開熟悉的環境，獨自面對新的挑戰。雖然一開始一切都會很陌生，從生活習慣到語言文化都需要適應，但這種不確定性反而更能鍛鍊我們的適應力和獨立性。學會如何應對不斷變化的環境，無論是火車延誤、取消，還是解決日常生活中的小困難。英國的多元文化也讓我看到了世界的不同面貌，特別是在伯明翰這樣一個多元化的城市，來自世界各地的學生讓我拓展了視野，抱持開放的態度、主動的去結交朋友，大家幾乎都很友善，也很願意聆聽與討論。在出國之前對英國人的印象是會比較冷漠，但來了之後發現大家幾乎都會把 sorry 跟 thank you 掛在嘴邊。如果要給即將出國交換的各位一個建議，那就是保持好奇心和開放的心態，因為每一次挑戰背後，都隱藏著成長的機會。出國交換是個非常深刻難忘的經驗，也很慶信自己能踏出這一步，也祝即將出國的你交換期間一切順利。