

國立清華大學出國交換生成果報告書

姓 名	劉宸玗
系 所	幼兒教育學系
研修家及學校	University of Liverpool
研修系所	Department of Languages, Cultures and Film
出國及返國日期	2024.09 – 2025.07
修讀學分總數	
影片時間、標題及連結網址:	獲學海飛鷗/交換生獎學金者必填

緣起、

由於想要練習英語實力，並且因緣際會看到利物浦大學有 pilot studies，因此決定嘗試申請，體驗一年國外學習生活。

研修學校簡介、

利物浦大學 (University of Liverpool) 創立於 1881 年，是英國歷史悠久且享有盛譽的紅磚大學之一。校園位於利物浦市中心步行約二十分鐘即可抵達。周邊治安整體良好，但仍建議深夜時避免單獨外出。

利物浦大學的校區規劃相當集中，彼此之間僅需穿越一條馬路即可到達，且校園與城市並無圍牆之隔，呈現開放而融入都市生活的氛圍。大學學制採三年制。

值得一提的是，受到英國酒吧文化影響，僅在校區內便設有三間酒吧，成為學生課餘交流與聚會的熱門場所。

國外研修之課程學習(課內)、

如同緣起提及的申請動機，當初雖然在學校簡章看到 UoL 規定限交換至 Department of Languages, Cultures and Film；但事實上以我的申請經驗只要 UoL 寄來選課 excel 檔上有的課程全部都可以填上選課志願試試看，多數我有申請而沒通過的課程，都只是因為該課有先修課程要求。因此，若你是非本科系想選修的學生，可以嘗試從低年級課程開始選填志願通過機率較大（情況依申請科系有所不同）。

Term 1

1. *AERO110 Introduction to Aerospace Engineering*

在選課時，航空工程系的老師曾提醒我，同時修習 Introduction to Aerospace Engineering 與 Private Pilot's License Studies 可能會有較重的課業負擔。一般來說，航空工程系的大一學生會依興趣分流：對製造領域有興趣的會選擇前者，而偏好飛行的則會修習後者，這也會影響日後專業方向。不過，因為我是交換學生，沒有必須修讀系上所有必修的限制，因此最後還是選修了這門課。實際體驗下來，課程負擔其實是可承受的。

這門課主要以力學計算、基礎理論以及結構問題解決為核心。修課人數

相當多，目測超過一百位學生。課程中安排了實驗課（Lab），由助教一對一指導學生操作飛行模擬器（若交換學生未被分配到 Lab 時段，也可以主動向系上老師提出協助安排）。完成 Lab 後，還需要在家進行線上測驗。整體評分方式包括期中線上考試&期末到場筆試，其中期末考的比重最高。

2. *AERO132 Private Pilot's License Studies*

在整個交換年的課程中，這是我最喜歡的一門課。與之前 Introduction to Aerospace Engineering 偏重於機械結構與計算問題不同，這門課程更著重於飛行所需的理論基礎，內容涵蓋面向廣泛，例如：基礎飛行原理、飛機構造、氣象學、人類生理結構與高空反應、導航等。授課教授 Owen 本身就是一位機師，為人非常親切，課堂氣氛也因此更貼近實務。

除了系館內設有三台模擬機可供學生練習外，UoL 還與兩家英國飛行學校合作。我選擇了相對較遠的 Merseyflight 進行 20 小時的飛行訓練。這裡的教練不僅專業而且十分友善，學校整體的態度也相當積極。實務飛行訓練享有大學的特約優惠價格，但仍需學生自費，且實際飛行時數不計入課程成績。課程評分方式以期末考試為主，一次決定成績，因此壓力相對集中。

3. *SPAN112 Beginners Spanish 1+2*

由於從 Liverpool 飛往西班牙的機票有時候來回僅需約 1,200 元（甚至

更低），因此西班牙成為我在交換期間造訪次數最多的國家。這門課由兩位來自古巴與西班牙的老師共同授課，一週共有三堂課：週一與週二的課程以單元單字與基礎語法學習為主，而週三則安排在資訊教室進行本週內容複習，並加強口說練習。

如果能按照老師的進度持續學習並跟上課堂練習，一學期下來能有相當明顯的收穫，不僅語言基礎更穩固，也能更自在地運用在日常交流與旅行中。

4. *FILM201 The Cinematic city*

這門課由多位講師共同授課，每週安排兩堂課：其中一堂以介紹不同電影的歷史背景與解析為主，另一堂則是觀影後的小組討論。課程作業包含一次團體影片製作，以及期末個人作業——需從課程中選擇兩部電影，撰寫千字論文。

老實說，這門課對我而言並不是太好的體驗。一方面是因為我與課堂主要負責老師的溝通不太順暢，另一方面則是課程內容本身偏向早期歐洲文藝片的研究與分析。若沒有對這類電影抱持高度興趣或研究熱情，很容易在學期中逐漸失去學習動力...（這純屬我的個人觀點）

Term 2

1. *FREN335 French Dressing: Six Centuries Of Clothing And Cultural History In France*

這門 UoL final year 的課以 16 至 21 世紀法國時尚的演變為主題，透過

人像畫作來觀察各世紀平民與貴族從頭到腳的服飾與配件。課程安排為週二講座、週四報告，每週教授會將學生重新分組，並指定特定畫作進行探討，搭配各種藝術模擬活動，例如專家鑑賞、拍賣會…等。

我特別喜歡這位教授的教學方式。她不僅會記住每一位學生的名字，對於問題也總是耐心解答，並以溫和的態度給予回饋。正因為如此，即使每週都要和不同同學合作準備報告，也會覺得投入其中是值得的。課程評分方式主要來自兩篇千字的期中與期末報告。

2. *ENGL118 English for Academic Purposes*

這門課非常推薦給想要與來自世界各地同學交流的人！周一為閱讀與寫作，週五為聽力與口說。

課程不僅能夠訓練英文的學術口說與寫作能力，還能透過各種議題討論去理解不同文化的價值觀與差異。這堂課是專門為 UoL 的交換學生所設計，因此就算英文不如母語者那樣流利也是非常正常且被接納的；兩位老師上課相當有耐心，也願意引導大家參與討論。

3. *IRIS102 Fieldtrip To Ireland And Study Methods*

這門課在 Easter Break 的第一週安排了前往 Belfast, Northern Ireland 三天兩夜的校外參訪；教授會協助統一訂青年旅館，不過交通、飲食與住宿…等費用都需學生自理。全班僅有七位學生，其中包括 Irish Studies 一年級的四位同學（沒錯，這是全英格蘭唯一的愛爾蘭學系，四人規模小巧）

卻很有特色），以及其他兩位來自美國與澳洲的交換生，因為課程討論加上中途一起出國參訪，同學之間的關係會變得格外緊密。

課程要求每堂課都需事先閱讀指定資料。對於第一次接觸北愛爾蘭政治的人來說，許多歷史與名詞一開始顯得相當抽象難懂，需要花時間釐清其中複雜的國內外政治糾葛；不過，我很欣賞教授十分樂於傾聽不同政治立場的觀點，而你表述的所有思想都是被大家尊重的。印象深刻的是，在課堂上當同學們第一次聽到台灣的歷史背景時，甚至驚訝地發現其中與北愛衝突有幾處雷同，還當場查找資料來詢問我，這讓課程討論變得更加多元！參訪報告，並繳交一篇期末千字論文作為評量。



(13.06.2025 最後一次學飛 PA-38)

國外研修之生活學習(課外)、

食

在利物浦外食的花費通常不低，一般餐廳每餐至少 £10 以上。因此，大部分宿舍都設有公共廚房，方便學生自行煮食。例如 Melville Grove 的廚房就配備有：爐台、微波爐、熱水器、一台大冰箱、兩台小冰箱，以及兩個大型烤箱（甚至大到可以烤整隻聖誕火雞！）。

鍋碗瓢盆類的廚具可以在 Tkmaxx 或 John Lewis 購買；若需要刀具，實體店鋪比較少見，可以到 B&M，三入組約 £6，購買時會要求出示身分證件。

如果偶爾想外食，我特別推薦幾間餐廳與咖啡廳：

- Minna (Turkish eggs)
- Hardware Coffee + Kitchen
- Pocket Café
- Bamboo Brunch & Cocktails
- Mother Espresso (Full English breakfast)
- Byrnes Fish and Chips
- Casa Italia (Pizza)
- Rudy's Pizza Napoletana
- The Freshfield (Sunday Roast)

另外要注意！台灣帶去的電器就算接上變壓器也有可能因為電流過大導致跳電，所以像電鍋、飯鍋這類插電廚具最好不要攜帶。也可以多從台灣帶一些白米，因為在英國東北亞進口米價格偏高（偷偷說...沒有買飯鍋可以用微波爐煮飯）。

衣

在 Liverpool, 不管是秋季班還是春季班的交換生, 都很有可能遇到下雪天。最實用的穿搭方式就是洋蔥式穿法：發熱衣 → 毛衣 → 外套 → 防水羽絨外套。

- 秋季班：冬天衣物務必要多帶，無袖或短袖基本上用處不大，除非是出國到非常南部的國家旅行，或者晚上去酒吧、夜店。
- 春季班：剛抵達時正好是利物浦最冷的時候，之後天氣會逐漸回暖，晴天日子也會增多，很適合去 Lake District 爬山。不過要特別注意，就算天氣大晴，也常常是「陽光很強、風更冷」，所以千萬別被太陽騙了！真正能穿上台灣夏季衣物，大概要等到五月底甚至六月。

至於歐洲的熱浪呢，是我回國後才開始的，大約從六月底持續到八月，斷斷續續的高溫讓交換生群組裡的歐洲同學們哀鴻遍野 XD。

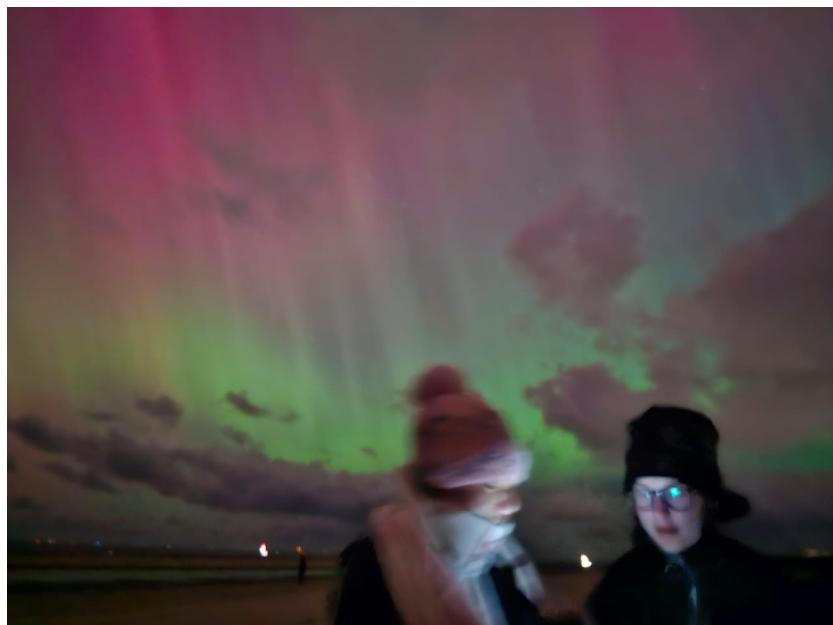
此外，英國經常下雨，但大多是細小、連續的毛毛雨。基本上除了下雪時，雨傘的使用頻率不高。因此，強烈建議攜帶防水布鞋或防水靴、防水外套，以及太陽眼鏡（陰天久了，你會愛上曬太陽的感覺）。毛帽與圍巾也建議多帶幾套，冬天就靠這些配件做搭配變換穿著風格~ 有了這些裝備，每天都能開心出門，不會被天氣打亂行程。

住

UoL 的宿舍最低價位為單人床獨立雅房，即便是住校外的學生，也很少有多人寢室，幾乎都是單人房。這次交換，我選擇入住 Melville Grove-single bed。宿舍區域有點像社區，很多紅磚透天房並排而建，每棟以 House 為單位，例如我住的 425 代表 House 42 / Room 5。每棟通常住七人，其中兩間為雙人床房。

由於我是交換一年生，不僅有住宿保障，並且我被分配到的室友全部是英國本地新生。優點是大家都剛升大學沒有固定社交圈，因此會一起探索陌生的大學與城市；同時，長時間耳濡目染，也能不知不覺地學到帶有英國腔的英文。如果是交換一學期的學生，則通常會與來自不同國家的交換生同住。

我的房間內附床架/床墊、洗手台、暖氣、衣櫃、書櫃、書桌、三格抽屜，還有
一個可以擺盆栽的小窗台。學校舉辦的 plants fair 價格偏高，如果不介意的話，
可以去 Liverpool One 的 M&S 挑選植物，購買時直接就附贈盆栽了。



(10.10.2025 與室友在 Crosby Beach 欣賞極光)

行

Liverpool 生活

利物浦是一座非常適合步行的城市。若你不住在 Greenbank Village、不需每日通勤，基本上在市區活動時幾乎不需要購買公車通行證。偶爾需要搭公車時，可以直接使用 Apple Pay 或付現，單程票價約為 £2。若要前往英國其他城市，或是到威爾斯與蘇格蘭，可以從 Liverpool Lime Street Station 搭乘火車。建議購買 Railcard，可享 16-25 歲青年票價折扣，十分划算。火車票可以透過 Trip.com 等 App 購買，這些 App 會顯示轉乘站點與時間，操作簡單又方便。

出國旅遊

UoL 學生出國旅遊也非常便利。住宿生可從離學校最近的 Sugnall Street Bus Stop 搭乘 86A 公車，直達 *Liverpool John Lennon Airport*，約一小時內即可抵達。公車時刻表準確，若提早抵達站點，司機通常會等到表定時間才出發。我個人經驗是預計在登機時間前 40 分鐘至 1 小時抵達機場即可，因為大部分情況下，機票可提前一天於 App 報到並領取電子登機證。利物浦機場規模不大，登機門通常在登機前 15 分鐘才公布，太早到反而容易無聊。

若航班是從 *Manchester Airport* 起飛，也可以選擇以下兩種方式前往：搭乘 National Express（從 University of Liverpool, Brownlow Hill 出發）搭火車（從 Liverpool Lime Street 出發）但要注意，火車與巴士都有可能延誤或取消，尤其是火車。而且歐洲航線通常從 T3 航廈出發，從 T2（火車站或巴士站下車

處) 步行至 T3 約需 15 分鐘，建議預留更多時間以免耽誤登機。

訂機票小撇步

查詢機票可使用 Skyscanner，可一次比較價格 & 出發與回程的時間。

至於價格，廉航 (Ryanair, Easyjet, Wizzair...) 常有便宜機票，舉例來說，愛爾蘭來回票價約落在 £10–£20；西班牙、法國、義大利、德國...等國家也常有 £40 以下的票價。

限制是行李大小只有一個後背包，並且前 24-3 小時前必須線上報到否則會被罰錢（這是 Ryanair，實際情況依航空公司規定而異）。票價亦會因季節有所不同，秋冬為歐洲旅遊淡季，通常機票更便宜。



(17.12.2025 與來自澳洲及烏克蘭的朋友去瑞士旅行)

娛樂

在交換期間，總共有兩次將近一個月的長假：聖誕節與復活節。即使長假結束後緊接著期末評量，仍有相當充裕的時間安排旅行。若想在英國省錢，搭遊覽車旅行，可以留意 The Guild 的官網資訊(類似學生會)，學校不定期會舉辦一日旅行團 (e.g. Oxford, York...)，甚至茶會、酒會或宿舍派對。需要注意的是，有些行程 (特別在 culture calendar) 由外包旅行社承辦，方便但價格偏高；建議等 Hall Exclusive 的優惠行程，價格大約在 £10–£15 左右參加，或是搜尋火車票價比價！

利物浦的夜生活在英國享譽盛名，但外出喝酒花費不低。因此，許多人在 Night Out 前會先邀請朋友到宿舍舉辦 Pres Party，以放歌、喝酒與聊天為主，微醺後再到城中夜店跳舞。系上或社團也常舉辦 Pub Crawl，一晚跑五間酒吧。如果不想喝酒，也可以純參加活動認識朋友，點水或無酒精飲料就好（英國酒吧要水 tap water 免費，且法律規定客人要水一定要給）。

在日常消費上，建議不必兌換太多現金，歐洲大多數商家以 Apple Pay 為主，反而覺得收現金麻煩。使用網路銀行最方便；若交換一年持有簽證，則可在英國開戶申請 Debit Card，外國人無法申請信用卡。不過需注意，歐洲辦事效率偏慢，開戶可能會花掉不少時間。

交換學分抵免說明

英國的大學學分制度採用 CATS 制 (Credit Accumulation and Transfer Scheme)，課程學分多為 7.5 或 15 credits，根據課程的學習時數與內容而定。

以下整理幾點交換學分抵免時需要注意的事項，供大家參考：

1. 英國學分換算方式為：英國 credits × 1/3 = 台灣學分，採四捨五入計算
(例如：7.5 credits × 1/3 = 2.5，四捨五入為 3 學分)。
2. 英國的及格成績為 40 分 (滿分 100 分)。
3. 抵免後的交換成績不會影響清大的畢業學分總計與學期平均成績。未來的畢業成績單上僅會備註該學期的抵免學分數，不會顯示課程名稱或具體成績。
4. 各課程是否可抵免，最終需經系主任認定與核准。辦理抵免時，除需繳交抵免申請表與修課成績證明 (若交換學校僅提供電子檔，可附上列印影本)，建議另附上欲抵免課程之課綱影本，有助於審核。
⚠️ 抵免申請最遲須於次學期 (或學年) 加退選截止日前完成；若為應屆畢業生，則需於註冊日前完成。

在 UoL 會用到的重要 app

- Timetables (UoL): 課表，點名與請假系統
- My Liverpool：學生證，圖書館通行碼, study rooms 預約

- Duo Mobile: 登入學校系統時會要求輸入此 app 顯示的驗證碼。
- Outlook: = Gmail.
- WhatsApp: = Line.

交友

這是我第一次在異國長時間獨自生活，一開始也會擔心會不會受到歧視，或者聽不懂當地的 Scouse accent。不過很幸運的是我一路上遇到的人都非常友善，即使在異國感到孤單、難過或生病，有朋友的關心與支持，總能很快重新打起精神！

依照我的經驗，想分享幾個在 UoL 交友的小撇步：

1. 事先準備常見問題與回答：例如 “How was your day?” 、 “Where are you from?” 、 “When did you arrive?” 、 “What are you studying?” 、 “How do you find Liverpool?” 、 “Have you experienced any culture shock?” 、 “Tell me about Taiwan.”
2. 萬用回覆：Nice! / Fair enough! / I know, right! / Same!
3. 多誇讚、多提問、多微笑。
4. 邀約下一次見面：Maybe we can go for a drink/coffee together if you have time?

盤點以下我在 UoL 認識朋友的活動：

- Instagram Tour

- Speed Mating
- Lark Lane Tour
- Pins Social Club Welcome Events
- Boardgame/Volleyball Societies

總結來說，只要勇於踏出第一步，積極參與活動，無論是課堂、社團或校園活動，都能找到志同道合的好朋友！



(10.12.2025 Fairwell Event)

感想與建議

由於我是第一屆交換生，網路上幾乎查不到相關分享，一開始到利物浦時，對一切既新鮮又感到徬徨無措。所以我希望能盡可能提供資訊給正在交換路上或是正在考路申請 UoL 交換的你，希望對你有所幫助！

Liverpool 是一座獨一無二的城市。早晨可以到 Lark Lane 的 Lunko 買可頌與咖啡，然後在 Sefton Park 與朋友坐在湖邊用餐、散步；下午沿著河邊漫步，欣賞夕陽，甚至可以到 Anfield 觀看一場足球賽；夜晚則可到 Albert Dock，在暉黃燈光下的長椅倚肩而坐，或在酒吧林立的熱鬧音樂中，與朋友暢談喝酒...回國後我沒有一刻不在想念交換時光，很感謝自己當初做了大三交換的決定，也真心感謝旅途中遇見的每一個人。



(15.12.2025 Lark Lane 傍晚夕陽)

最後，誠心地祝福看到這裡的你，也能有機會體驗這樣精彩的交換生活！

p.s. 附上聯絡資訊，關於交換相關問題歡迎隨時來詢問～

Email: chenyu@gapp.nthu.edu.tw

Instagram: liu_chen_yu_