



รายงานการไปแลกเปลี่ยน

โดย

นางสาววรัญญา เหมชะญาติ
รหัสนักศึกษา 6107610757 ชั้นปีที่ 4
คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน

ไปแลกเปลี่ยนที่ University of Ostrava, Czech Republic
ภาคเรียนที่ 1/2564

Sep 21 - Feb 22

University of Ostrava
Winter semester

Exchange student in Czech Republic



Agenda



01 การเตรียมตัว

02 ค่าใช้จ่าย

03 ชีวิตการเรียนแลกเปลี่ยน

04 ปัญหาและอุปสรรค

05 ความประทับใจ



Preparing

การเตรียมตัว

- การเตรียมเอกสารสมัครโครงการกับกองวิเทศสัมพันธ์
- การเตรียมเอกสารต่าง ๆ เพื่อยื่นให้กับมหาวิทยาลัยคู่สัญญา
- การเตรียมตัวและอุปสรรคในช่วง Covid-19

เอกสารสมัครโครงการกับ กองวิเทศสัมพันธ์



- ใบสมัครเข้าร่วมโครงการ (Study plan)

- ใบรายงานผลการศึกษา (Transcript)

- ใบรายงานผลสอบภาษาอังกฤษ

ขึ้นอยู่กับมหาวิทยาลัยคู่สัญญาว่ามหาวิทยาลัยปลายทาง
นั้นต้องการผลสอบคะแนนประเภทไหน เช่น TOEIC หรือ
IELTS โดยแนะนำให้สมัครสอบเตรียมไว้ล่วงหน้า เพื่อให้ได้
ระดับคะแนนตามที่มหาวิทยาลัยต้องการ

- แบบฟอร์มใบรับรองจากอาจารย์ที่ปรึกษา

- แบบฟอร์มคำรับรองจากผู้ปกครอง

- รูปถ่าย/ สำเนาบัตรประชาชน/ สำเนาทะเบียนบ้าน/
สำเนาบัตรประชาชนของผู้ปกครอง

*ควรเตรียมการล่วงหน้าอย่างน้อย 1 เดือน

การเตรียมเอกสาร ให้กับมหาวิทยาลัยคู่สัญญา

เมื่อได้รับการตอบรับจากมหาวิทยาลัยคู่สัญญาแล้ว จะมีเจ้าหน้าที่
ช่วยประสานงานและให้ข้อมูลในด้านต่าง ๆ ดังเช่น

- ข้อมูลเกี่ยวกับมหาวิทยาลัย
 - ข้อมูลติดต่อ
 - ประเภทวิชา ประกัน
 - แนะนำหอพัก
 - การประมาณค่าใช้จ่ายตลอดระยะเวลาการเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยน
 - การเดินทางมามหาวิทยาลัย
- รายละเอียดขั้นตอนในการกรอกข้อมูลส่วนตัวบน Website ของมหาวิทยาลัย
- จัด Pre- arrival Online Meeting เพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเดินทางเมื่อเราไปถึง และได้พบกับเพื่อนฝูงเอเซียที่จะไปแลกเปลี่ยนในเทอมเดียวกัน



นอกจากนี้ทาง University of Ostrava ได้จัดกิจกรรม "Welcome week" เพื่อต้อนรับนักศึกษาแลกเปลี่ยน ให้ได้ทำความรู้จักกับนักเรียนแลกเปลี่ยนคนอื่น ๆ พร้อมทั้งกิจกรรมชมเมืองโดยรอบ, แนะนำ "Erasmus student club (ESN)" ชมรมจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนแลกเปลี่ยนได้เข้าร่วมและให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ และระบบ Buddy เพื่อคอยให้คำแนะนำและความช่วยเหลือในการดำเนินการเอกสาร

การเตรียมตัวและอุปสรรค ในช่วง Covid-19

01 การทำวีซ่า

เนื่องจากสถานการณ์โควิด-19 ในช่วงเดือนสิงหาคม - กันยายน 64 รุนแรงเป็นอย่างมากในประเทศไทย ทำให้ประเทศไทยจัดเป็นประเทศพื้นที่สีแดงเข้ม ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการเข้าประเทศ เนื่องจากถูกพิจารณาว่ายังไม่มีเหตุจำเป็นในการเดินทาง และเกิดการสื่อสารผิดพลาดเนื่องด้วยสถานทูตเข้าใจว่าเป็นหลักสูตรการเรียนที่ไม่มีเครดิต ประกอบกับไปในระยะเวลาไม่ถึง 1 ปี อีกทั้งสถานทูตในขณะนั้นได้ปิดทำการชั่วคราวจากมาตรการของรัฐบาล ทำให้เป็นอุปสรรคในการติดต่ออย่างมาก

ข้อแนะนำ: จัดเตรียมเอกสารให้ครบ โดยเฉพาะเอกสารที่แสดงความจำเป็นในการไปแลกเปลี่ยน และทำสภาพจิตใจให้เข้มแข็ง เชื่อมั่นว่าเราจะได้ไปแน่นอน

ที่อยู่: 71/6 ซอย ร่วมฤดี 2 ถนน เพชรินทร์ ลุมพินี, ประทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

02 การทำประกัน

ทำประกันกับบริษัทที่มหาวิทยาลัยคู่สัญญาแนะนำ ซึ่งเป็นบริษัทของสาธารณรัฐเช็กโดยตรง ทำให้เมื่อติดต่อสอบถามหรือเข้ารับการตรวจโควิด-19 สามารถดำเนินการได้ง่าย

โดยบริษัทที่ทำประกันชื่อ "Pojišťovna VZP, as" ประเภท Foreigners' Comprehensive Medical Insurance PLUS โดยครอบคลุมทั้งในประเทศและ Schengen สามารถเข้ารับการตรวจโควิด-19 ได้ในวงเงิน 1,800 บาท ตลอดระยะเวลาที่ทำประกัน (6 เดือน)



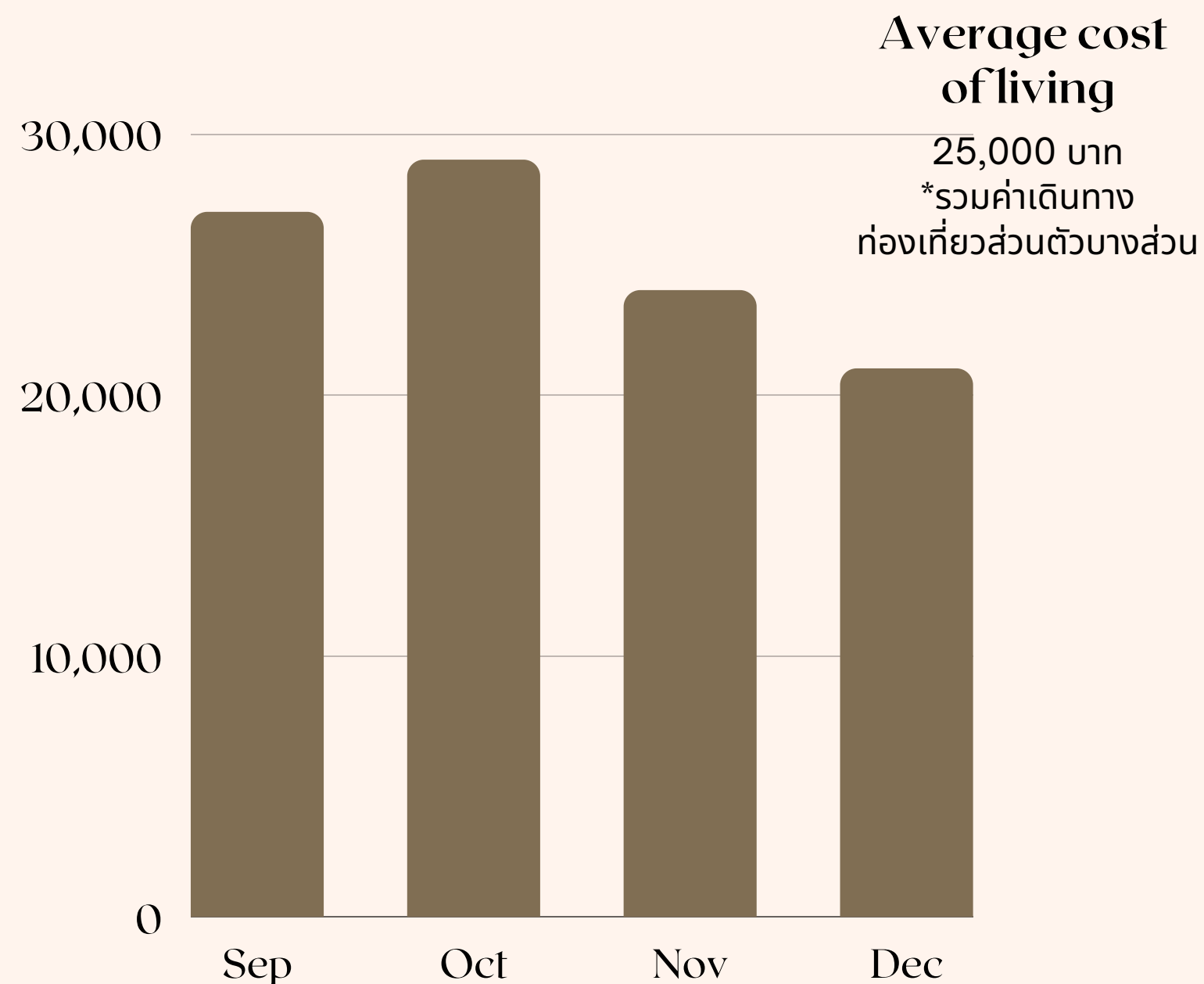
03 มาตรการเข้าประเทศ Czech Republic

สถานการณ์โควิด-19 ในช่วงนั้นนับว่ารุนแรงเกือบทั่วทั้งโลก ด้วยความที่ประเทศไทยเป็นประเทศสีแดงเข้ม ทำให้ต้องปฏิบัติตามข้อกำหนดการเข้าประเทศอย่างเคร่งครัด ได้แก่ จัดเตรียมเอกสารเข้าประเทศ ตรวจผลโควิด-19 ประเภท RT-PCR ซึ่งระยะเวลาต้องสามารถใช้ได้จนถึงจุดหมายปลายทางและจุด Transit

ข้อแนะนำ: ติดตามข่าวสารอัปเดตอยู่ตลอดเวลาจากประกาศของสถานทูต

Cost of Studying abroad

ค่าใช้จ่าย



ค่าใช้จ่ายเบื้องต้น

- ค่าทำวีซ่า: $\approx$ 5,500 บาท
- ค่าประกัน: $\approx$ 12,000 บาท
- ค่าตั๋วเครื่องบินไป-กลับ: $\approx$ 22,000 บาท
- ค่าหอพักนักศึกษา (3 Shared beds): 3,600 บาท/ เดือน
- ค่าบัตรโดยสารเดินทางในเมือง: $\approx$ 5,000 บาท/ 6 เดือน
- ค่าซิมโทรศัพท์: $\approx$ 500 บาท/ เดือน
- ค่าอาหาร: $\approx$ 5,000 - 7,000 บาท/ เดือน
- ค่าของใช้ส่วนตัว: $\approx$ 2,000 บาท

ค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม

- ค่าเดินทางในการท่องเที่ยว: $\approx$ 3,000 บาท/ เดือน
- ค่าใช้จ่ายส่วนตัวในการท่องเที่ยว: $\approx$ 5,000 บาท/ เดือน
- ค่าที่พักในการท่องเที่ยว: $\approx$ 5,000 บาท/ เดือน
- *Hospital เมื่อกลับมาประเทศไทย: $\approx$ 10,000 -20,000 บาท

ค่าใช้จ่ายรวมตลอดโครงการ: $\approx$ 150,000 - 200,000 บาท

*ขึ้นอยู่กับ lifestyle การใช้ชีวิต



Exchange student life

ชีวิตในการเรียนแลกเปลี่ยน



University of Ostrava, Czech Republic

เป็นมหาวิทยาลัยที่ตั้งอยู่ในเมือง Ostrava ทางทิศตะวันออกของประเทศ ติดกับเขตแดนของประเทศโปแลนด์และห่างจากเมืองหลวง (ปราก) 3 ชั่วโมงครึ่งโดยประมาณหากเดินทางด้วยรถไฟ เป็นเมืองที่เหมาะสมกับการอยู่อาศัย มีระบบขนส่งสาธารณะทั่วถึง เช่น Tram, Trolley, Bus, และ Train สามารถเดินทางได้ง่าย

ด้านตัวอาคารของมหาวิทยาลัยจะตั้งอยู่กระจายตามเมือง หากลงเรียนในคณะที่แตกต่างกัน จะต้องเดินทางไปเรียนที่อาคารของคณะนั้น ๆ ให้ความรู้สึกว่ามหาวิทยาลัยกลมกลืนไปกับตัวเมือง

โดยวิชาที่ศึกษาและชื่นชอบคือ วิชา "Intercultural Communication" เนื่องจากเป็นการเรียนในรูปแบบสัมมนา ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและทำให้การเรียนน่าสนใจมากขึ้น อีกทั้งยังได้ศึกษาภาษาเช็กเบื้องต้น เป็นอีกหนึ่งชั้นเรียนที่เรียนแล้วรู้สึกสนุก โดยภาพรวมของวิชาเนื้อหา ขึ้นอยู่กับว่าต้องการลงเรียนในรายวิชาเรียนใด และสามารถจัดตารางเรียนเองได้ตามความเหมาะสมและความต้องการ

University of Ostrava, Czech Republic



ชั้นเรียนครั้งสุดท้ายในการเรียนวิชาภาษาเช็ก ได้
เรียนการทักทายเบื้องต้น คำศัพท์ในชีวิตประจำวัน
และการสนทนาเบื้องต้น

ได้รู้จักกับเพื่อนชาว
ต่างชาติจาก
มหาวิทยาลัย



เข้าร่วมชมการแข่งขันกีฬา Hockey ของสองทีมจาก
มหาวิทยาลัย Ostrava vs Praha



กิจกรรมแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม จัดโดย ESN
โดยนำเสนอวัฒนธรรมต่าง ๆ ในประเทศของตนเอง
พร้อมทั้งได้ชิมอาหารของประเทศนั้น ๆ

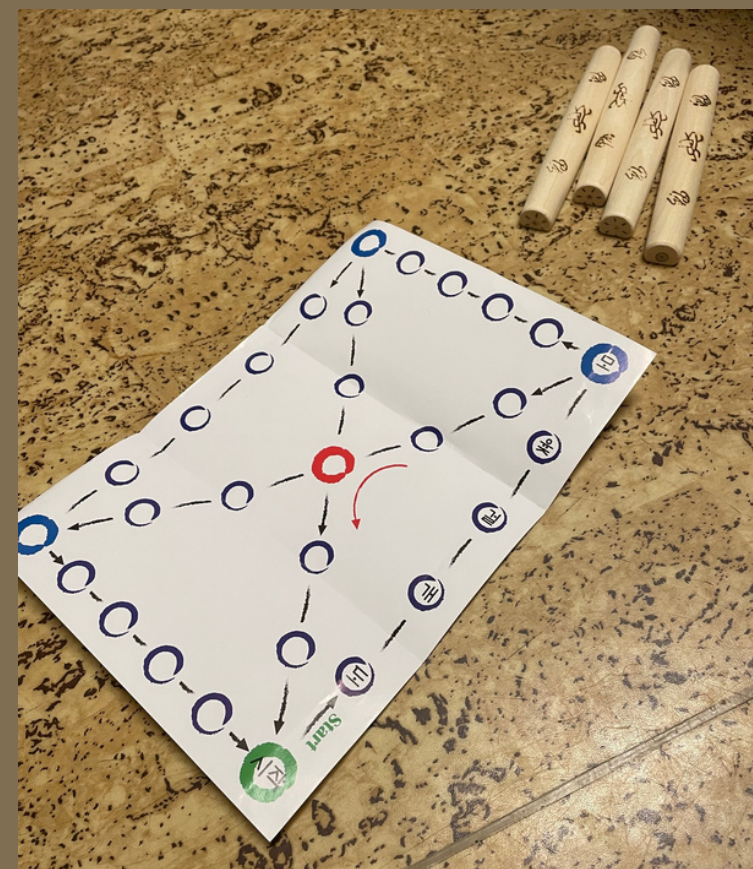
J.Opletal Residence

ชีวิตในหอพักนักศึกษา

เนื่องจากในตอนแรก ได้พักอาศัยอยู่ที่หอพักเอกชน ซึ่งค้นพบว่าเป็นอุปสรรคต่อการทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ เพราะนักเรียนโดยส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ที่หอพักของมหาวิทยาลัย ทำให้ตัดสินใจย้ายไปพักที่หอพักของมหาวิทยาลัย นั่นก็คือ "J.Opletal Residence"

สถานที่ตั้งของหอพักตั้งอยู่ค่อนข้างไกลจาก City Center แต่สามารถเดินทางได้สะดวกด้วยรถสาธารณะ ใช้เวลาประมาณ 5-15 นาที ขึ้นอยู่สายเดินทางรถและเส้นทางที่เลือก ซึ่งระบบขนส่งสาธารณะที่นี่มีความตรงต่อเวลามาก ดังนั้นจึงไม่เป็นอุปสรรคใดๆ กับสถานที่ตั้งของหอพักของมหาวิทยาลัย

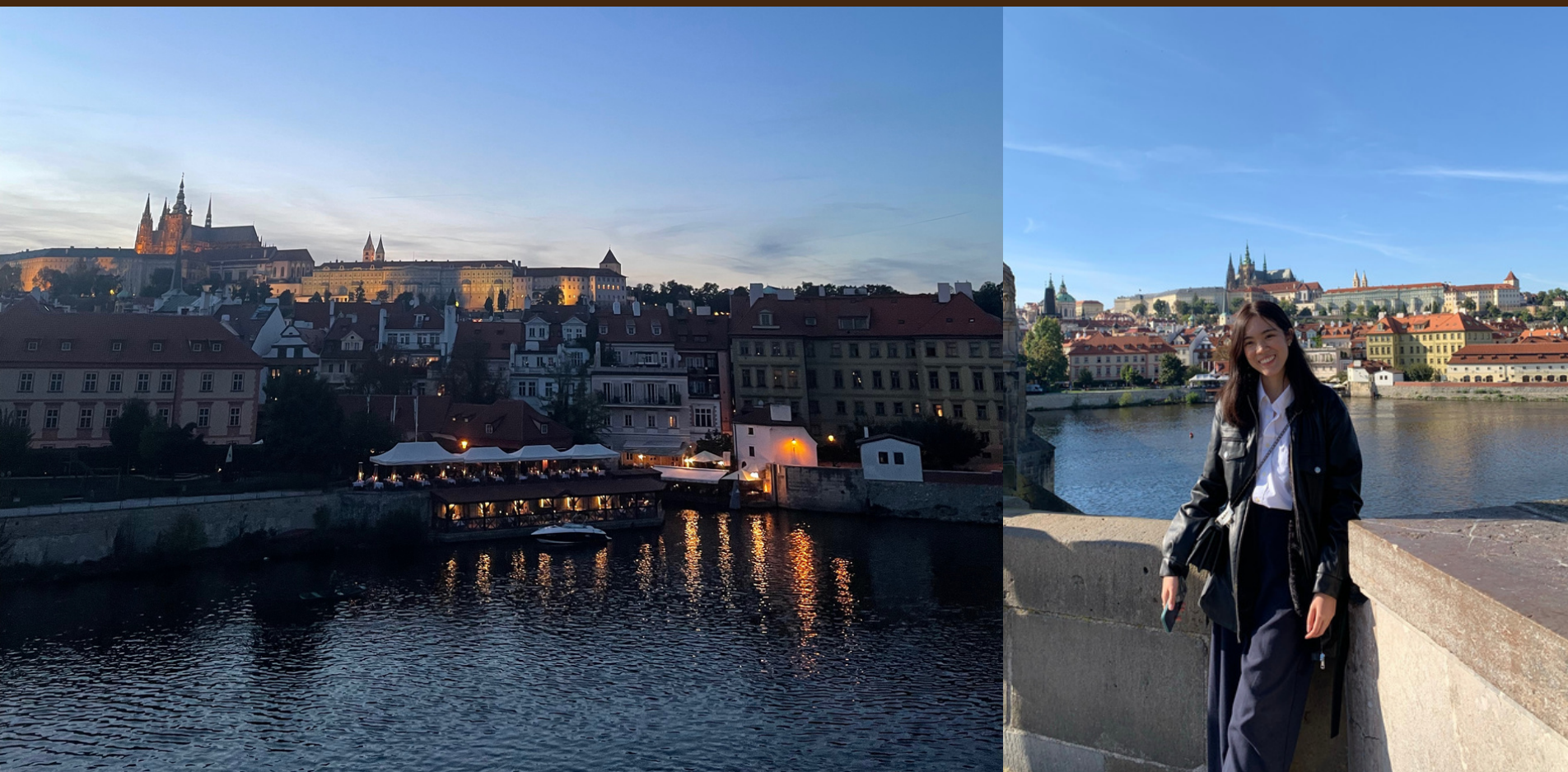
ห้องของหอพักสามารถอยู่ได้สูงสุด 3 คน โดยห้องน้ำและห้องครัวใช้ร่วมกัน มีพื้นที่ส่วนกลางซึ่งได้แก่ ห้องอ่านหนังสือ ห้องดูหนัง ฟิตเนส ห้องเปียโน และห้องซักผ้า หากเทียบกับราคาดันว่าคุ้มค่า อีกทั้งยังได้ใช้เวลาร่วมกับเพื่อนได้บ่อยและทำความรู้จักได้ง่ายขึ้น โดยกิจกรรมที่มักทำร่วมกันคือ การดูหนัง การทำอาหารและรับประทานอาหาร และการเล่นเกมกับเพื่อน



First time in Prague

ประสบการณ์การไปเที่ยวปรากครั้งแรก

Prague หรือ Praha เป็นเมืองหลวงที่มีความคลาสสิกและโรแมนติกลำดับต้น ๆ ของยุโรปอีกเมืองหนึ่งก็ว่าได้ ซึ่งเป็นหนึ่งเมืองในฝันที่ตั้งเป้าไว้ว่าอยากจะมาสักครั้งในชีวิต จึงถือเป็นโอกาสที่ดีที่ได้มาแลกเปลี่ยน ณ สาธารณรัฐเช็ก เพราะการมาเที่ยวกับการมาอยู่ระยะยาว ก็ให้บรรยากาศที่แตกต่างกัน และต้องยอมรับเลยว่าปรากทำให้ตกหลุมรักเมืองนี้อย่างง่ายดาย



สถานที่ท่องเที่ยวในปรากมีมากมายหลายที่ เช่น Vitus Cathedral, Prague Castle, Nicholas Church และย่าน Old town ที่มีสถานที่ท่องเที่ยวโด่งดังอย่าง Charles Bridge และ Astronomical Clock อีกทั้งยังสามารถเดินเข้าไปฝั่ง New town ได้อีกด้วย ซึ่งสถานที่ที่ควรเยี่ยมชมในฝั่งนี้คือ National museum เป็นพิพิธภัณฑ์ที่มีนิทรรศการที่น่าสนใจทั้งแบบชั่วคราวและถาวร รวมถึงบอกเล่าประวัติของประเทศ

ประสบการณ์ครั้งแรกที่ไม่สามารถลืมได้เลย คือ ไม่สามารถเข้าที่พักในคืนแรกได้ เนื่องจากมีผู้เข้าพักล้นจนทำสารเคมิระเบิด และ ประสบการณ์การโดนปรับค่าตั๋วรถไฟใต้ดิน จึงแนะนำให้มียกยติทุกครั้งและเคารพกฎระเบียบของเมืองในประเทศนั้น ๆ

Nightlife in Prague

การเดินทางในเมืองในช่วงค่ำ

เป็นเมืองที่มีเสน่ห์ทั้งตอนกลางวันและกลางคืน โดยสิ่งที่ประทับใจมาก ๆ คือ การรับชมดนตรีเปิดหมวกบนสะพานชาร์ลส์ ประกอบกับภาพพื้นหลังที่สวยงามของเมืองปราก ทำให้ได้สัมผัสบรรยากาศของการมายุโรป อีกทั้งการไปปรากในครั้งแรกนี้ก็ยังได้บังเอิญเจอเพื่อน ทำให้ได้ไปรับชมดนตรีแจ๊สด้วยกัน นับเป็นประสบการณ์ที่ดีและน่าประทับใจกับการมาปรากในครั้งแรกนี้



Other charming cities in Czech

เมืองอื่น ๆ ที่น่าสนใจในสาธารณรัฐเช็ก

นอกจากปรากแล้ว ยังมีเมืองอื่น ๆ ที่น่าไปท่องเที่ยวอีกมากมาย เช่น Český Krumlov เมืองที่คนไทยนิยมไปเที่ยว, Olomouc, Kroměříž, Štramberk, Brno, Český Těšín เมืองชายแดนโปแลนด์ และ Kutná Hora ที่เป็นที่ตั้งของโบสถ์โครงกระดูก โดยแต่ละเมืองมีความสวยงามตามเอกลักษณ์ของตนเอง และค่าเดินทางโดยรถไฟภายในประเทศมีราคาถูกมาก ทำให้สามารถท่องเที่ยวได้ง่ายและค่าใช้จ่ายไม่แพง

Always about beer!

หลาย ๆ คนหากนึกถึงเช็ก อาจนึกถึงเบียร์หรือภาพคนจิบเบียร์อยู่ตลอดเวลา ซึ่งวัฒนธรรมการดื่มเบียร์ของที่นี่ เรียกได้ว่าดื่มเบียร์อยู่ตลอดทั้งวัน แม้กระทั่งตอนเช้า ก็สามารถดื่มเบียร์แทนน้ำเปล่าก็ได้

นอกจากนี้ ราคาของเบียร์ในร้านอาหารยังมีราคาที่ถูกลงกว่าน้ำเปล่าหรือน้ำอัดลมเกือบครึ่งราคา ทำให้ผู้คนนิยมสั่งเบียร์มาดื่มเพราะมีราคาถูกกว่านั่นเอง

สิ่งที่ทำให้แปลกใจเมื่อไปถึงคือ ในคาบแรกของวิชา Painting อาจารย์ต้อนรับนักเรียนด้วยการเลี้ยงเบียร์ ซึ่งเป็นสิ่งที่แปลกไปจากประเทศเรา และน่าสนใจมากทีเดียว



Take a nice ride with their transportation

มีระบบขนส่งสาธารณะที่ดี โดยเฉพาะรถรางในเมือง เช่น Tram, Trolley และ Bus ที่ครอบคลุมทุกพื้นที่ สามารถต่อรถได้ง่าย และยังสามารถเช็คเวลาได้จากแอปพลิเคชัน ซึ่งมาตรงเวลาเสมอ ทำให้สามารถวางแผนการเดินทางได้ง่าย ระบบนี้จะแตกต่างกันไปตามแต่ละเมือง โดยส่วนมากจะเป็นตัวกำหนดระยะเวลา เช่น เดินทางภายใน 15 หรือ 30 นาที เป็นต้น ซึ่งข้อดีของการเป็นนักเรียน จะได้รับส่วนลดในการเดินทางอีกด้วย โดยเฉพาะการเดินทางด้วยรถไฟข้ามเมืองในประเทศ ในบริษัท RegioJet และ České dráhy

แต่หากพูดถึงรถไฟหรือรถบัสข้ามเมือง จะมีความตรงกันข้ามอย่างสิ้นเชิงกับระบบขนส่งสาธารณะในเมือง ยกตัวอย่างเช่น รถไฟมาช้ากว่ากำหนด 2 ชม. หรือ ไปถึงช้ากว่ากำหนด ทำให้หากจะเดินทางข้ามเมืองและต้องต่อรถไฟ มีความลำบากและต้องวางแผนเวลาอย่างดี

What a Czech!

วัฒนธรรมและการใช้ชีวิต

Holiday is matter

ประเทศฝั่งยุโรปให้ความสำคัญกับวันหยุด และ work-life balance อย่างมาก แม้กระทั่ง supermarket และร้านอาหารก็ปิดทำการในวันหยุด ดังนั้นจึงควรกักตุนอาหารให้เพียงพอ และวางแผนการพักผ่อนหรือไปเที่ยวชมธรรมชาติในวันนั้น

Their face doesn't mean anything

คนเช็กโดยส่วนใหญ่ไม่ได้มีใบหน้าที่ยิ้มแย้มหรือต้อนรับเหมือนกับวัฒนธรรมของไทย ทำให้เราอาจรู้สึกแปลกเวลาพูดคุยด้วย แต่จากที่ได้รับรู้มาจากเพื่อนคนเช็ก เขากล่าวว่าไม่ได้มีเจตนาที่ไม่ดีแต่อย่างใด และเมื่อได้พูดคุยไปเรื่อย ๆ เราจะรับรู้ได้ถึงความเป็นมิตร



Get to know new friends :)

การได้พบกับผู้คนใหม่ ๆ ที่ต่างวัฒนธรรม

หากถามว่าการมาเรียนแลกเปลี่ยนคือการที่เราตั้งใจมาเรียนเลยอย่างเดียวหรือไม่ สำหรับตัวเราไม่ได้ถูกต้องหรือผิดหมดโดยสิ้นเชิง จริงอยู่ที่ว่าเรามาเรียนแลกเปลี่ยน แต่สิ่งที่สำคัญไ้มากกว่านั้นคือการมาเปิดประสบการณ์ใหม่ ๆ สู่โลกที่กว้างขึ้น การได้ทำความรู้จักกับผู้คนต่างวัฒนธรรม การเข้าใจและเรียนรู้ในความคิดและทัศนคติของผู้คนที่ถูกเลี้ยงและเติบโตมาในสภาพแวดล้อมที่แตกต่างจากเรา การสร้างมิตรภาพดี ๆ ซึ่งนับเป็นหนึ่งในประสบการณ์ที่มีคุณค่าและน่าจดจำมากที่สุด นอกจากได้ทำความรู้จักกับเพื่อนในมหาวิทยาลัยแล้ว ยังได้พบเพื่อนใหม่จากการเดินทาง และประสบการณ์ใหม่ในการออกเดินทางครั้งแรกที่ต่างประเทศ



Other benefits to be an exchange student

ข้อดีอื่น ๆ ในตลอดระยะเวลาการเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยน

Study hard, Travel harder

ข้อดีอีกหนึ่งสิ่งของการไปแลกเปลี่ยนที่ยุโรป คือ สามารถท่องเที่ยวในประเทศใกล้เคียงได้ง่าย โดยการเดินทางด้วยรถไฟเป็นวิธีที่ง่ายที่สุด นอกจากได้ไปเรียนแล้วยังได้ประสบการณ์ชีวิตในการเที่ยว การรู้จักวางแผน การพบมิตรภาพระหว่างเดินทาง ได้เห็นสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ที่แตกต่าง รวมถึงวิถีชีวิตผู้คนในแต่ละประเทศ

โดยประเทศที่ใช้เวลาไม่มากนักในการเดินทางไปจาก Ostrava ด้วยรถไฟหรือรถบัส ได้แก่ Slovakia, Poland, Hungary, Austria และ Germany โดยประเทศโปแลนด์ถือว่าใกล้ที่สุดกับเมือง Ostrava โดยใช้เวลาประมาณ 30 นาที - 2 ชั่วโมง ขึ้นอยู่กับเมืองที่ต้องการจะไป

ทั้งนี้การท่องเที่ยวในสถานที่ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น สถานที่ธรรมชาติ สถาปัตยกรรม พิพิธภัณฑ์ หรือ งานนิทรรศการศิลปะ ล้วนให้ประสบการณ์และความรู้ที่ต่างจากกันออกไป บ้างได้เรียนรู้ถึงความอดทน บ้างได้เรียนรู้ถึงวิถีความเป็นอยู่ ทุกสถานที่และทุกเหตุการณ์ที่ได้รับจากการไปแลกเปลี่ยนและท่องเที่ยวไปด้วยในครั้งนี้ นับเป็นเรื่องที่คุ้มค่ากับค่าใช้จ่ายที่ได้จ่ายไป



Be a Christmas market hunter

ข้อดีของการได้ไปแลกเปลี่ยนในช่วง Winter semester คือการได้สัมผัสบรรยากาศของตลาดคริสต์มาส โดยเป็น หนึ่งในปัจจัยที่ทำให้ตัดสินใจไปแลกเปลี่ยนที่ประเทศในยุโรป เนื่องจากเป็นไปได้อ่อนช้อยยากที่จะไปเที่ยวในช่วงคริสต์มาส ในช่วงเวลาโดยปกติ เนื่องด้วยราคาตั๋วเครื่องบินที่สูงและหา วันหยุดได้ยาก ดังนั้นจึงถือเป็นโอกาสที่คุ้มค่าที่ได้เห็น บรรยากาศแบบคลาสสิกและได้เห็นการที่คนยุโรปให้ความสำคัญกับเทศกาลคริสต์มาส ได้เห็นผู้คนออกมาใช้ชีวิตกับ ครอบครัวและคนรัก (ภายใต้มาตรการ Covid-19) ซึ่งเรา และเพื่อนชอบตลาดคริสต์มาสมาก จนเพื่อนต่างชาติให้ ฉายาพวกเราว่าเป็น "Christmas market hunter" และถึงแม้บางสถานที่จะยกเลิกหรือถูกลดระดับความใหญ่ โตในการจัดตลาดคริสต์มาสไปบ้าง แต่บางส่วนที่ยัง สามารถจัดได้ ก็สามารถจัดออกมาได้อย่างสวยงาม



Enjoy your ISIC Card

เป็นบัตรนักเรียนสำหรับชาวต่างชาติ สามารถ ใช้เป็นส่วนลดได้มากมายทั่วยุโรป เช่น ส่วนลด ขนส่งระบบสาธารณะ ส่วนลดในการเข้าชม พิพิธภัณฑ์ ส่วนลดในการเข้าสถานที่สำคัญ ต่าง ๆ หรือแม้กระทั่งไม่เสียค่าใช้จ่าย โดย มีอายุการใช้งานประมาณ 1 ปี



Obstacles & Suggestions

อุปสรรคและข้อแนะนำในการเตรียมตัวและระหว่าง การเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยน

สถานการณ์ Covid-19

เป็นอุปสรรคที่ส่งผลกระทบมากที่สุด โดยเฉพาะการส่งผลกระทบถึงสภาพจิตใจในช่วงแรกของการเตรียมตัวไปแลกเปลี่ยน

เนื่องจากสถานการณ์โควิด-19 ที่รุนแรงในประเทศไทยทำให้การขอวีซ่าเพื่อไปต่างประเทศนั้นเป็นไปได้ยากมาก ซึ่งยากกว่าปกติหลายเท่า ต้องจัดเตรียมเอกสารให้ครบถ้วนและมากกว่าปกติ โดยเฉพาะเอกสารยืนยันแสดงเจตจำนงความจำเป็นในการไปต่างประเทศ นับได้ว่าเป็นช่วงเวลาที่ทรมานและยากลำบากมากในการรอผลวีซ่าว่าจะสามารถไปได้หรือไม่ เนื่องจากจะส่งผลกระทบต่อมหาวิทยาลัยปลายทาง, ตัวเครื่องบินและหอพักนักศึกษา

เมื่อกล่าวถึงสถานการณ์โควิด-19 ในระหว่างการไปเรียนแลกเปลี่ยน ถือว่าเป็นความโชคดีที่สถานการณ์เริ่มดีขึ้น แต่กลับมาแยกลงในช่วงท้าย ทำให้ต้องดูแลสุขภาพและระมัดระวังตัวมากขึ้น แต่โดยรวมยังอยู่ในสถานการณ์ที่สามารถควบคุมได้

การลงทะเบียนวิชาเรียน

เนื่องจากระบบทางมหาวิทยาลัยไม่สามารถดูตารางเรียนวิชาได้ ซึ่งแตกต่างจากระบบของมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ทำให้การวางแผนวิชาเรียนค่อนข้างลำบากและใช้เวลาประมาณ 2 อาทิตย์ รายวิชาถึงจะคงที่ มากกว่านั้นต้องได้รับการอนุมัติจากอาจารย์ของคณะก่อนเสมอ ทำให้มีความลำบากในการนัดเวลาเพื่อปรับตารางเรียนของตนเอง

การปฏิบัติตามกฎ

พึงปฏิบัติตามกฎระเบียบอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็น กฎจราจร กฎระเบียบในการใช้ระบบขนส่งสาธารณะ เพราะหากไม่ปฏิบัติตามกฎ จะถูกปรับในจำนวนเงินที่สูงมาก และคนยุโรปส่วนใหญ่เคารพกฎระเบียบอย่างจริงจังและไม่มีการผ่อนปรนใด ๆ

ความแตกต่างทางวัฒนธรรม

เข้าใจถึงสาเหตุของการกระทำและวัฒนธรรมที่แตกต่าง ไม่เพียงแต่วัฒนธรรมเช็ก แต่รวมถึงวัฒนธรรมต่าง ๆ ของเพื่อนทุกชนชาติ การเรียนรู้ถึงวัฒนธรรมที่แตกต่างและเคารพในความเชื่อของแต่ละคน

อีกหนึ่งเหตุที่ปฏิเสธไม่ได้เลย คือ ลักษณะทางกายภาพที่แตกต่างที่ทำให้เรารู้สึกแปลกแยกในบางครั้ง แต่นับว่าไม่ได้เลวร้ายเท่ากับสมัยก่อนที่เราเป็นผู้ถูกกระทำ แต่หากการกระทำใดที่เห็นเป็นเหตุไม่สมควรหรือผู้ใดมาลิดรอนสิทธิของเรา ให้ยืนหยัดเพื่อเป็นการเคารพสิทธิของเราเช่นกัน ตามเหตุสมควรและเหมาะสม

สภาพอากาศที่แปรปรวน

สภาพอากาศมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาแบบรายสัปดาห์ ข้อแนะนำคือควรดูแลสุขภาพตนเองให้ดีอยู่เสมอ ตรวจเช็คสภาพอากาศจากพยากรณ์อากาศก่อนออกไปข้างนอก สวมใส่เสื้อผ้าให้เพียงพอเพื่อสร้างความอบอุ่น เนื่องจากสภาพอากาศมีความแตกต่างจากประเทศไทยโดยสิ้นเชิงในฤดูหนาว



My impressions & Memorable memories

ความประทับใจและความทรงจำที่น่าจดจำ



การตัดสินใจไปแลกเปลี่ยนในครั้งนี้ ถือเป็นการตัดสินใจที่คุ้มค่าและไม่คิดเสียดายเลยแม้แต่ครั้งเดียว เพราะการไปแลกเปลี่ยนในครั้งนี้ ให้ประสบการณ์กลับมามากมายแบบน่าเหลือเชื่อ ได้แลกเปลี่ยนความรู้ในชั้นเรียนกับเพื่อนชาวต่างชาติ ได้ใช้ชีวิตร่วมกับเพื่อน ๆ เรียนรู้วัฒนธรรมที่แตกต่าง รวมถึงมิตรภาพที่ดีที่มีร่วมกัน จากที่กล่าวมาข้างต้นล้วนสอนให้เราเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น มีความรับผิดชอบในเรื่องต่าง ๆ เปิดมุมมองและทัศนคติของตนต่อโลกใบนี้ให้กว้างขึ้น ทำให้เข้าใจและได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ มากมาย

ด้านทักษะทางภาษา ทำให้มีความกล้าที่จะใช้ภาษาอังกฤษ บ่มสอนให้เรากล้าพูด กล้าคิด กล้าแสดงความคิดเห็นและกล้าตั้งคำถาม ถึงแม้บางครั้งเราไม่สามารถสื่อสารได้อย่างถูกต้องตามหลักการ ก็ไม่ได้มีใครมาล้อเลียนหรือพยายามกดทับเรา ทุกคนพยายามที่จะทำความเข้าใจ และช่วยขัดเกลาให้ภาษาเราดีขึ้น เพราะไม่ว่าจะเป็นภาษาศาสตร์หรือศาสตร์ด้านอื่น ๆ ทุกคนย่อมมีการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา เพียงแต่หากใช้ผิดให้ปรับปรุงให้ดีขึ้น และไม่กลัวที่จะใช้ผิด โดยเฉพาะภาษาที่ไม่ใช่ภาษาของเราตั้งแต่กำเนิด เพียงแต่เรียนรู้ที่จะฝึกฝนและสามารถสื่อสารได้ ค่อย ๆ พัฒนา เพราะภาษาสร้างมาเพื่อเป็นตัวกลางในการสื่อสาร

สุดท้ายนี้ ถึงผู้อ่านที่ได้อ่านอยู่ หากคุณมีโอกาสดำเนินการแลกเปลี่ยน อยากให้รับคว้าโอกาสนั้นไว้ เพราะการไปแลกเปลี่ยนไม่เพียงแต่จะให้ความรู้ แต่ยังให้ประสบการณ์ต่าง ๆ มากมายที่ไม่อาจคาดคิดมาก่อนก็เป็นได้



photo by travelkanuman

Thank you for your attention

By Varunya Hemajayati
Faculty of Journalism and Mass Communication,
Thammasat University