

รายงานการไปศึกษาแลกเปลี่ยน
ณ มหาวิทยาลัยคู่สัญญาประเทศในกลุ่มสหภาพยุโรป
มหาวิทยาลัย Caen-Normandie ประเทศฝรั่งเศส

จัดทำโดย
นางสาวเจ้าระวี ด้วงไพร
นักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ สาขาวิชาภาษาฝรั่งเศส
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

คำนำ

รายงานฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อถ่ายทอดประสบการณ์การไปแลกเปลี่ยน ณ มหาวิทยาลัยคู่สัญญา ประเทศในกลุ่มสหภาพยุโรป ณ มหาวิทยาลัย Caen-Normandie ประเทศฝรั่งเศส เป็นระยะเวลาหนึ่งปีการศึกษา มีจุดประสงค์เพื่อบอกเล่าประสบการณ์และสอดแทรกคำแนะนำต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติต่อผู้ที่สนใจเข้าร่วมโครงการแลกเปลี่ยนต่อไป

ผู้จัดทำได้ประสบการณ์ทางการศึกษา การเอาตัวรอด และการผจญภัยต่างๆที่ไม่อาจลืมเลือนจากการไปศึกษาแลกเปลี่ยน ผู้จัดทำต้องขอขอบคุณกองวิเทศสัมพันธ์ที่ให้โอกาสอันมีค่านี้แก่ข้าพเจ้า โดยหวังว่ารายงานเล่มนี้จะให้ความรู้ และเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านทุกท่าน

จัดทำโดย

นางสาวเจ้าระวี ด้วงไพรี

คณะศิลปศาสตร์ สาขาวิชาภาษาฝรั่งเศส

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
การเตรียมตัว	1
ชีวิตความเป็นอยู่	2
ลักษณะการเรียนการสอนและการวัดผล	3
ความประทับใจ	4
ค่าใช้จ่ายโดยประมาณตลอดหนึ่งปีการศึกษา	5

การเตรียมตัว

เมื่อพูดถึงการเดินทาง หนึ่งสิ่งที่สำคัญที่สุดคือการเตรียมตัว และวางแผนการใช้ชีวิตต่าง ๆ ล่วงหน้า เพื่อให้ตนเองมีความพร้อมมากที่สุด เช่น การเตรียมเอกสารสำคัญ และการเตรียมตนเอง เป็นต้น

การเตรียมเอกสารสำคัญ

การเตรียมเอกสารสำคัญ ควรเตรียมล่วงหน้าก่อนเดินทางอย่างน้อย 1-3 เดือน เนื่องจากหากมีเอกสารบางอย่างผิดพลาด หรือใช้ระยะเวลาดำเนินการนานกว่าปกติ เราจะได้แก้ไข และรับมือได้ทันการ และหากต้องไปศึกษา ณ ต่างประเทศ เอกสารสำคัญเกือบทุกชิ้นจำเป็นจะต้องได้รับการรองรับจากกรมการกงสุล และค่อนข้างใช้เวลาพอสมควร

การเตรียมตัวเอง

การจัดกระเป๋า

เราทราบกันดีอยู่แล้วว่าจุดหมายปลายทางที่เราจะไปศึกษาแลกเปลี่ยนคือประเทศอะไร ฉะนั้นการเตรียมเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย หรือของใช้จำเป็นให้เหมาะกับสภาพอากาศของประเทศนั้นสามารถช่วยลดค่าใช้จ่ายได้ ทั้งนี้ปัจจัยการจัดกระเป๋าขึ้นอยู่กับน้ำหนักกระเป๋าของแต่ละสายการบิน เราควรเลือกเฉพาะของใช้จำเป็นหายาก หรืออาจจะมีราคาสูงในต่างประเทศใส่กระเป๋าเดินทางไป เช่น ยารักษาโรค ของใช้ส่วนตัว เสื้อผ้า อุปกรณ์การเรียน เป็นต้น

คำแนะนำ

ผู้เดินทางควรพกเอกสารสำคัญไว้กับตัวเสมอ และไม่ควรเก็บไว้ในกระเป๋าเดินทางเด็ดขาด เพื่อป้องกันการสูญหายจากการถูกขโมยกระเป๋า

ชีวิตความเป็นอยู่

แน่นอนว่าถ้าหากเราพูดถึงการไปเรียนต่างประเทศ คำถามส่วนใหญ่ที่คนอยากรู้คือเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ เราจะกิน จะอยู่ที่ไหน ทำอะไรกับใครอย่างไรบ้าง โดยส่วนตัวแล้ว ข้าพเจ้าใช้ชีวิตส่วนใหญ่ในมหาวิทยาลัย บ้าน ครอบครัวอุปถัมภ์ และในห้องเรียน

ชีวิตในมหาวิทยาลัย

ข้าพเจ้าได้อาศัยอยู่ในหอพักมหาวิทยาลัยที่ตั้งอยู่ในบริเวณมหาวิทยาลัยตลอดระยะเวลาไปการศึกษาแลกเปลี่ยน หอพักเป็นตึก 4 ชั้น มีห้องนั่งเล่น ห้องอ่านหนังสือ ห้องครัวส่วนรวมชั้นละ 1 ห้อง ฯลฯ ดังนั้นการอยู่ในหอพักเป็นเวลานาน ไม่ได้เป็นเรื่องน่าเบื่ออย่างที่คิด เพราะข้าพเจ้าและเพื่อนๆ ได้ทำกิจกรรมมากมายร่วมกันในหอพัก นอกเหนือจากเวลาเรียน

ภายในหอพักประกอบด้วยนักศึกษาแลกเปลี่ยนจากนานาชาติ และนักเรียนชาวฝรั่งเศสเอง หอพักเป็นห้องเล็ก ขนาด 9 ตารางเมตร การเก็บตัวอยู่ในหอพักจึงเป็นเรื่องไม่ตลก ดังนั้นสถานที่นัดรวมตัวส่วนใหญ่มักจะเป็นห้องครัว เพราะห้องครัวมีพื้นที่กว้าง และเป็นจุดที่เราสามารถพบปะผู้คนได้เสมอ ห้องครัวจึงกลายเป็นพื้นที่พบปะเพื่อสังสรรค์ พูดคุย และแลกเปลี่ยนการลิ้มรสอาหารของแต่ละประเทศ



นอกจากนี้ข้าพเจ้ายังได้เข้าร่วมกิจกรรมมากมายที่จัดขึ้นโดยสมาคมนักเรียนแลกเปลี่ยนของเมือง ซึ่งกิจกรรมจะมีสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง เราสามารถเลือกเข้าร่วมได้ตามความเหมาะสม กิจกรรมส่วนใหญ่จะคล้ายกับการไปทัศนศึกษาเพราะผู้เข้าร่วมส่วนใหญ่ก็คือนักศึกษาแลกเปลี่ยน

ดังนั้นการออกไปนอกสถานที่จึงเป็นเหมือนการแนะนำและสอดแทรกความรู้แก่นักศึกษาแลกเปลี่ยนไปในตัว

ลักษณะการเรียนการสอน

จำนวนผู้เรียนมีผลต่อการจัดระบบการศึกษาเป็นอย่างมาก เช่นระบบการเรียนการสอนที่ประเทศฝรั่งเศสจะเน้นผู้เรียนเป็นหลัก และต้องมีนักเรียนไม่เกิน



ห้องละ 20 คน ซึ่งทำให้การจัดการเรียนการสอนทั้งในและนอกสถานที่เป็นไปได้ง่ายและทั่วถึงกว่าระบบการศึกษาไทยที่มีจำนวนนักเรียนค่อนข้างมากอยู่พอสมควร

1. การเรียนการสอนในห้องเรียน กิจกรรมหลักตลอดระยะเวลาการศึกษาคือการนำเสนองานหน้าชั้นเรียน และการทำงานเป็นกลุ่ม และการโต้แย้งอาจารย์เพื่อแลกเปลี่ยนมุมมองความคิด



2. การเรียนนอกห้องเรียน แต่ละรายวิชาจะมีการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียนอย่างน้อยเดือนละ 1-2 ครั้ง เช่น การไปทัศนศึกษาในย่านเมืองเก่า การทำ workshop นอกสถานที่ และการไปเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์



การวัดผล

คะแนนการวัดผลที่ฝรั่งเศสมาจากการสอบเป็นส่วนใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นการเก็บคะแนนย่อย การสอบกลางหรือปลายภาคเรียน ข้อสอบจะเป็นข้อเขียนทั้งหมด อีกทั้งการโต้แย้ง การออกความคิดเห็น และการนำเสนอหน้าชั้นเรียนจะมีการให้คะแนนด้วยเช่นกัน

นอกจากนี้ข้าพเจ้าได้ลงชื่อกับทางเทศบาลเมืองก็องเพื่อหาครอบครัวอุปถัมภ์ โดยโครงการนี้มีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียนแลกเปลี่ยนที่ไม่ได้พักอาศัยกับครอบครัวอุปถัมภ์ได้มีโอกาสเรียนรู้วัฒนธรรมฝรั่งเศส เช่น การไปทานข้าวกับครอบครัวอุปถัมภ์เดือนละ 1-2 ครั้ง หรือเมื่อมีเวลาว่างตรงกันทางครอบครัวอุปถัมภ์มักชวนข้าพเจ้าออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน เช่น การไปเดินป่า เดินชมเมือง หรือท่องเที่ยวในสถานที่ต่างๆ และเรายังสามารถประกอบอาหารไทย เพื่อเป็นการเผยแพร่วัฒนธรรมไทยไปในตัวได้อีกด้วย



อีกทั้งข้าพเจ้าได้เข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นโดยคนในชุมชนร่วมกับนักเรียนแลกเปลี่ยนคนอื่นๆ เช่น การทำอาหาร ประจำชาติเพื่อนำไปรับประทานร่วมกัน การเดินป่า การแสดงศิลปะประจำชาติผ่านการเต้นรำ ซึ่งกิจกรรมทั้งหมดที่ข้าพเจ้า ได้เข้าร่วม นับเป็นหนึ่งในประสบการณ์ชีวิตที่เต็มไปด้วยความประทับใจที่มีอาจลืมเลือน



ค่าใช้จ่ายโดยประมาณตลอดหนึ่งปีการศึกษา

การใช้ชีวิตในต่างประเทศส่วนใหญ่ ค่าครองชีพแล้วแต่สูงกว่าประเทศไทยทั้งสิ้น ดังนั้นการรู้จำนวนค่าใช้จ่ายโดยประมาณเป็นอีกหนึ่งสิ่งที่สำคัญต่อผู้ที่สนใจไปศึกษาแลกเปลี่ยน อีกทั้งยัง สามารถช่วยให้ผู้ที่สนใจเตรียมความพร้อมและ การบริหารเงินได้ล่วงหน้า ต่อไปนี้เป็นจำนวนค่าใช้จ่ายจริงโดยประมาณของผู้จัดทำตลอดระยะเวลา 1 ปีการศึกษา ณ ประเทศฝรั่งเศส

รายการ	บาท	ยูโร
ค่าตัวเครื่องบินไป - กลับ	35,000	875 ≈
ค่าแปลเอกสาร + รับรองเอกสารภาษาไทย	1,500	38 ≈
ค่าโครงการ*	190,600	4,765 ≈
จ่ายค่ามัดจำหอพัก*	7,000 ≈	175
ค่าโทรศัพท์รายเดือน 10 เดือน	8,000 ≈	200
ค่าสมัครสมาชิกชมรมกีฬา	1,500 ≈	38 / ปี
ค่าสกี	20,000 ≈	500
รวม	263,600 ≈	6,590 ≈

หมายเหตุ : ค่าโครงการแบ่งเป็น (ค่าเทอม 2 เทอม 30,600 บาท และค่าเข้าร่วมโครงการแลกเปลี่ยน 160,000 บาท)

: ค่ามัดจำหอพักจะได้คืนเมื่อย้ายออก

รายการที่ได้รับการยกเว้น*	บาท	ยูโร
ค่าหอพักรายเดือน 10 เดือน*	10,240 ≈	256
ค่าประกันสุขภาพ*	8,680	217
ค่าวีซ่า*	3,999	100 ≈
รวม	22,919 ≈	573 ≈

หมายเหตุ : ค่าหอพักรายเดือนทางมหาวิทยาลัยคู่สัญญาเป็นผู้จ่ายให้

: ได้รับยกเว้นค่าประกันสุขภาพจากสถานทูตฝรั่งเศสประจำประเทศไทย

: ได้รับค่ายกเว้นวีซ่าจากทางสถานทูตฝรั่งเศสประจำประเทศไทย

รายรับ	บาท	ยูโร
เงินรายเดือน 300 ยูโร 10 เดือน*	120,000 ≈	3,000
รายรับจากผู้ปกครองเดือนละ 7,000 บาท 10 เดือน	70,000	1,750 ≈
ทุนสนับสนุนจากกองวิเทศ มธ.	100,000	2,500 ≈
รวม	290,000 ≈	7,250 ≈

หมายเหตุ : เงินได้เดือนได้รับจากมหาวิทยาลัยคู่สัญญา