

การเตรียมตัว

การเตรียมตัวเป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยนเป็นอีกหนึ่งสิ่งที่สำคัญมาก เนื่องจากค่าครองชีพของประเทศในสภาพยุโรปส่วนใหญ่นั้นสูงกว่าไทยเรามาก เราจึงต้องวางแผนและเตรียมตัวเพื่อให้มีความพร้อมให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ เช่น เรื่องการเตรียมเสื้อผ้าให้เหมาะกับสภาพอากาศที่แตกต่างจากประเทศไทยโดยสิ้นเชิง เป็นต้น

การจัดกระเป๋า

เป็นไปได้เลยที่เราจะสามารถนำสิ่งของที่เรต้องการใส่กระเป๋าเดินทางไปได้ทั้งหมด แต่สิ่งหนึ่งที่เราทำได้นั้นคือ การเลือก การเลือกในที่นี้ ไม่ใช่การเลือกอะไรก็ได้เราอยากได้ใส่กระเป๋า แต่ทว่าเป็นการเลือกนำแต่สิ่งของที่จำเป็นหรือสิ่งของที่มีราคาในประเทศนั้นๆ เพื่อเป็นการลดค่าใช้จ่ายอีกด้วย โดยน้ำหนักของกระเป๋าเดินทางที่ข้าพเจ้าได้รับจากสายการบิน Air France นั้นอยู่ที่ 23 กิโลกรัม และน้ำหนักกระเป๋าพกขึ้นเครื่องอีก 7 กิโลกรัม ซึ่งไม่ว่าเราจะมีน้ำหนักมากหรือน้อยกว่านี้ก็ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของเราได้ เนื่องจากสิ่งที่เราอยากจะทำใส่กระเป๋ามักมากเกินไปเสมอ รายชื่อสิ่งของโดยรวมที่ข้าพเจ้านำไป มีดังนี้

1. เสื้อผ้า

เนื่องจากประเทศฝรั่งเศสมีอากาศหนาว เสื้อผ้าที่ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายจึงมีความสำคัญมาก และเนื่องจากข้าพเจ้าเคยมีประสบการณ์เป็นนักเรียนแลกเปลี่ยนในช่วงมัธยมศึกษาปลาย ณ ประเทศฝรั่งเศส อีกทั้งพี่ชายของข้าพเจ้าก็มีประสบการณ์เช่นนี้ในประเทศยุโรป ข้าพเจ้าจึงสามารถใช้ทั้งเสื้อผ้าที่ข้าพเจ้ามีอยู่ และเสื้อผ้าของพี่ชาย ซึ่งสามารถลดค่าใช้จ่ายได้พอสมควร

2. เครื่องอาบน้ำ

แต่ละคนมีการใช้ครีมและเครื่องอาบน้ำที่ต่างกันไปตามสภาพผิวและความเหมาะสม เราจึงควรเตรียมไปให้พร้อมเพื่อประหยัดค่าใช้จ่าย เนื่องจากสินค้าในร้านค้าของประเทศอื่น มักจะไม่ใช้สินค้าที่เหมาะสมกับผิวของคนเอเชียอย่างเรา

3. ยา

เป็นสิ่งที่เราไม่ต้องนำไปเยอะจนเกินไป แต่ยาเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ และต้องมีติดกระเป๋าไว้ตลอด

4. อุปกรณ์การเรียน

ราคาของอุปกรณ์การเรียนในประเทศยุโรปมีราคาค่อนข้างสูงเมื่อเปรียบเทียบกับประเทศไทย ข้าพเจ้าได้เตรียมเครื่องเขียนไปให้เพียงพอต่อ 1 ปีการศึกษา และเนื่องจากการเรียน การสอบส่วนใหญ่ต้องเขียนมากกว่าบ้านเรามาก

5. เอกสารสำคัญ

เอกสารสำคัญทั้งหมด ข้าพเจ้ามีการเตรียมตัวโดยการเก็บไว้ในกระเป๋าเป้ที่สามารถพกติดตัว ได้ตลอดเวลา และไม่ควรถูกเก็บเอกสารเหล่านี้ไว้ในกระเป๋าเดินทางเด็ดขาด เนื่องจากเดินทาง โดยเครื่องบิน อาจเกิดเหตุที่ว่า กระเป๋าเดินทางสูญหายหรือไม่พร้อมกับเที่ยวบินของเรา เนื่องด้วยปัจจัยต่างๆ

ค่าใช้จ่ายโดยประมาณตลอดหนึ่งปีการศึกษา

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 : เงินรายเดือนคือเงินที่ได้รับจากมหาวิทยาลัยคู่สัญญา

การเตรียมใจ

การเตรียมตัวในส่วนนี้ถือเป็นการเตรียมที่สำคัญเหนือสิ่งอื่นใด เพราะว่าจิตใจที่เข้มแข็งจะทำให้เราสามารถปรับตัวได้ในสถานการณ์ที่หลากหลายและเป็นสถานการณ์ที่เราไม่คุ้นชิน เช่น การเดินทางไกลไปต่างถิ่นต่างแดน การพบปะเพื่อนๆชาวต่างชาติ การรับประทานอาหารที่เราไม่เคยกิน หรือสถานการณ์ต่างๆ ที่เป็นสาเหตุสำคัญที่จะทำให้เราเกิดอาการ คิดถึงบ้าน หรือที่เรียกกันว่า homesick

คติหนึ่งที่ข้าพเจ้าถือเป็นคติประจำใจเลยก็คือ ทุกวินาทีเป็น โอกาส และโอกาสที่เราจะได้รับเมื่อไปอยู่ต่างแดนจะเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถหาได้เลยเมื่อเราอยู่ที่ไทย เพราะฉะนั้นเราจำเป็นที่จะต้องอดทนและเก็บเกี่ยวทุกวินาทีที่เรามีในตอนใช้ชีวิตต่างแดน กับผู้คนมากมายหลายตาจากทั่วทุกมุมโลก และสถานที่ที่เราไม่เคยคิดว่าจะได้ไป และสิ่งเหล่านี้เองจะเป็นตัวหล่อหลอมให้เรามีมุมมองต่อโลกมากขึ้น กว้างขึ้น อีกทั้งอาจจะเป็นจุดเปลี่ยนของชีวิตเพื่อค้นหาตัวเองอีกด้วย



ชีวิตความเป็นอยู่

ต้องยอมรับว่าการไปใช้ชีวิตที่ต่างแดน ไม่ว่าจะเป็นประเทศอะไรนั้นไม่สำคัญ แต่การใช้ชีวิตนั้นย่อมมีความแตกต่างอย่างสิ้นเชิงเมื่อเปรียบเทียบกับการใช้ชีวิตเมื่อเรายังอยู่ประเทศไทย เรามักพบความแตกต่างนั้นได้ในทุกช่วงของชีวิตประจำวันของเราตั้งแต่ตื่นนอนไปจนถึงก่อนนอน

ชีวิตเด็กหอ

หอพักนักศึกษาที่ข้าพเจ้าได้อาศัยอยู่เป็นระยะเวลาร่วม 10 เดือนนั้นเป็นหอพักที่รวมนักศึกษาแลกเปลี่ยนและนักศึกษาฝรั่งเศสผสมปะปนกัน และในแต่ละชั้นของหอพัก จะมีห้องครัวใหญ่พร้อมทั้งเตาไฟฟ้าและอ่างล้างจานซึ่งเป็นพื้นที่ส่วนรวมของผู้พักอาศัย เพื่อที่ทำการอาหารหรือรับประทานอาหารได้ และเนื่องจากเป็นห้องที่มีขนาดใหญ่พอสมควร ห้องครัวนี้มักเป็นพื้นที่ที่นักศึกษาสามารถมาพบปะ พูดคุย ทำอาหารของประเทศตัวเอง และร่วมแบ่งปันกันอย่างสนุกสนาน



การเรียนการสอน

ข้าพเจ้าเป็นนักศึกษาภาษาฝรั่งเศส ณ สถาบันภาษา Carre International ซึ่งมีที่ตั้งอยู่ในบริเวณของ ศูนย์หลักของมหาวิทยาลัย ระยะทางไม่ไกลจากหอพัก จึงค่อนข้างสะดวกในการเดินทางไปเรียนในแต่ละวัน สิ่ง ที่ข้าพเจ้าถือว่าเป็นสิ่งที่ไม่แปลก แต่ก็ยังแตกต่างกับระบบของประเทศไทยนั่นก็คือ จำนวนนักเรียนในห้องและ วิธีการสอบวัดผล

1. จำนวนนักเรียน

โดนส่วนมากแล้ว ประเทศในสหภาพยุโรป จะมีนักเรียนประมาณ 15-20 คน เท่านั้น ซึ่งถือว่า น้อยมากๆ เมื่อเปรียบเทียบกับประเทศไทย ที่มีจำนวนนักเรียนเฉลี่ย 30-40 คนต่อห้อง จำนวน เลขที่ไม่สูงจนเกินไป ทำให้ประสิทธิภาพของการเรียนของนักศึกษา และการสอนของอาจารย์มี มากขึ้น สามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นได้อย่างทั่วถึงและควบคุมง่ายกว่ามาก

2. วิธีการสอบวัดผล

เกณฑ์การประเมินมาตรฐานความรู้ของทีมหาลัยแห่งนี้ ไม่ได้มีความแตกต่างไปจากระบบของ ประเทศวัฒนธรรมตะวันตกมากนัก นั่นคือ การสอบข้อเขียนทั้งหมด ไม่มีกากบาทตัวเลือกเช่น บ้านเรา พร้อมทั้งยังมีการให้นักศึกษานำเสนอรายงานหน้าชั้นพร้อมถกเถียงกับอาจารย์และ เพื่อนๆในห้องเรียน โดยส่วนตัวแล้ว ข้าพเจ้าคิดว่า วิธีการเรียนการสอนลักษณะนี้ เป็นวิธีที่ดีที่สุด ในการกระตุ้นให้ผู้เรียนมีระบบความคิดที่มีระเบียบวินัย เพื่อที่จะสามารถตอบหรือนำเสนอข้อมูล ที่ครบถ้วน กระชับ และสวยงามในทางภาษา การถกเถียงนอกจากเราจะได้แลกเปลี่ยนความคิดที่ ต่างของแต่ละคนแล้ว เรายังได้เรียนรู้วัฒนธรรมของเพื่อนๆชาวต่างชาติอีกด้วย



กิจกรรมต่างๆ

เมือง Caen นั้นถือเป็นอีกหนึ่งปลายทางสำหรับเหล่านักศึกษาฝรั่งเศสและนักศึกษาแลกเปลี่ยนจากทั่วโลก เนื่องจากเป็นเมืองที่มีนักเรียนนักศึกษาที่มากที่สุดใน ประเทศฝรั่งเศส ซึ่งสิ่งนี้เองทำให้บรรยากาศของเมืองมีความผสมผสานระหว่างการเรียนการศึกษาและการเฉลิมฉลองของวัยรุ่น มีทั้งห้องสมุดใหญ่ๆหลายที่ และมีสถานที่และกิจกรรมรื่นเริงสำหรับนักศึกษา นอกจากนั้นแล้ว ยังมีองค์กรอาสาสมัครที่มีนักศึกษาชาวฝรั่งเศสที่คอยต้อนรับ ให้คำแนะนำ จัดสรรกิจกรรมนันทนาการเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่อบอุ่นระหว่างนักศึกษาแลกเปลี่ยน อีกทั้งยังมีหลายครอบครัวที่เป็นอาสาสมัครเป็นครอบครัวอุปถัมภ์ของนักศึกษาต่างชาติอีกด้วย



สิ่งทั้งสองสิ่งนี้เป็นความประทับใจอีกอย่างของข้าพเจ้าเนื่องจากสามารถทำให้นักศึกษาจากต่างมุมโลกรู้จัก และสนิทกันง่าย และในส่วนของครอบครัวอุปถัมภ์นั้น แม้ว่าจะเป็นเพียงการรับประทานอาหารร่วมกัน ทำกิจกรรม หรือท่องเที่ยวเพียงช่วงเวลาที่ยาวตรงกัน แต่ก็ช่วยให้เราได้เห็นชีวิตความเป็นอยู่จริงๆของชาวฝรั่งเศส ได้ฟังภาษาพร้อมกับสำเนียงฝรั่งเศสแท้จริง ซึ่งเราไม่ได้สามารถหาประสบการณ์เช่นนี้ได้เมื่อเราอยู่หอพัก



ความประทับใจ

เมื่อต้องพูดถึงความประทับใจในการเป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยนแล้วนั้น สิ่งที่ยากที่สุดคือการอธิบายอย่างไรเพื่อที่จะถ่ายทอดความรู้สึกแก่ผู้อ่านและผู้ฟังเข้าใจและรู้สึกไปพร้อมกับเรามากที่สุด เพราะว่าประสบการณ์ทุกอย่างในโลกใบนี้ เราจะไม่มีความคล้ายตามเลยแม้แต่น้อย หากว่าเราไม่ได้ลงมือทำหรือนำตัวเองไปอยู่ในที่นั้นจริงๆ

มิตรภาพ

มิตรภาพในที่นี้ ข้าพเจ้าไม่ได้หมายถึงมิตรภาพในหมู่เพื่อนเพียงอย่างเดียว แต่คือมิตรภาพของเพื่อนร่วมสังคมของเราทุกคน ไม่ว่าจะเป็นสมาชิกในครอบครัวอุปถัมภ์ เพื่อนร่วมห้อง คุณครูอาจารย์ หรือแม้กระทั่งแม่บ้านประจำหอที่พูดคุยกับนักศึกษาในหอพักอย่างสนิทสนมแต่ยังคงสามารถรักษาระยะห่างไว้ได้ ประเทศฝรั่งเศสถือเป็นประเทศที่มีวัฒนธรรมทางสังคมที่มีความรื่นเริง เป็นกันเอง แต่มักแฝงความเป็นมิตรภาพที่แท้จริงอยู่เสมอ ข้าพเจ้ามองว่าการได้พบปะผู้คนทั่วโลก ทำให้เราได้เห็นวิถีการมองโลกและการจัดระบบความคิดที่เราไม่เคยเห็นและฟังมาก่อน ซึ่งในระหว่างที่เรานั่งคุยและทำความรู้สึกกับเพื่อนใหม่และผู้คนอื่นๆ นั้นเอง เราไม่รู้ตัวหรอกว่า มิตรภาพได้ค่อยๆ ก่อตัวขึ้นเรื่อยๆ อย่างช้าๆ แต่เป็นความสัมพันธ์ที่แนบแน่นและยากที่จะสูญหายไป



ความแตกต่างและความตรงไปตรงมาของคนนั้นไม่ได้มีผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเลยแม้แต่น้อย เนื่องจากการแสดงออกถึงเนื้อแท้และตัวตนของเรา อีกทั้งทั้งเป็นการนำเสนอ

เอกลักษณ์ของตัวเองอีกด้วย ในขณะที่บ้านเรานั้นมีสังคมที่คนอายุต่ำกว่ามักจะถูกมองว่าด้อยกว่า และเราใช้ชีวิตอยู่กับคำว่า เก่งใจ เสมอจนก่อให้เกิดการสื่อสารที่ต้องอ้อมค้อมและอาจจะเป็นสิ่งที่มีความหมายไม่ตรงกับความคิดหรือความต้องการของเราจริงๆ แต่ความแตกต่างทางวัฒนธรรมนี้ ก็ไม่ใช่ข้อเสียของวัฒนธรรมไทย เราต่างมีพื้นฐานที่ต่างกัน การยอมรับและการไม่ดูถูกค่าความเป็นมนุษย์ซึ่งกันและกันต่างหากที่เป็นน้ำหล่อเลี้ยงชั้นดีให้ต้นไม้ที่ชื่อว่า มิตรภาพ



การเดินทาง

การที่เราได้ไปในที่ที่เราไม่เคยไป แน่ใจว่าเราจะไม่มีความเคยชินกับที่นั้นๆ แต่ทุกๆ วินาทีที่เราได้ไปเห็นสิ่งใหม่ๆ เราจะเกิดการเรียนรู้อยู่เสมอในทุกสถานการณ์ ข้าพเจ้าขอยกตัวอย่างการเดินทางครั้งหนึ่งในช่วงชีวิตการเป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยน ซึ่งเป็นการเดินทางสองสัปดาห์ไปยังเมืองๆ ต่างที่ข้าพเจ้าไม่เคยไปมาก่อน ในบางเมืองข้าพเจ้าก็ท่องเที่ยวเกี่ยวกับเพื่อนชาวต่างชาติและในหลายเมืองข้าพเจ้าก็ตัดสินใจไปเพื่อไปค้นหาตัวเอง



เนื่องจากในทวีปยุโรปเราสามารถเดินทางไปได้หลายประเทศด้วยวีซ่าชนิดเดียวกัน นั่นเป็นสิ่งที่ช่วยให้เราได้เห็น ได้สัมผัส ความหลากหลายทางศิลปะและวัฒนธรรม และในทุกๆ สถานที่ที่มักจะมีเอกลักษณ์ประจำเมืองเสมอ ในบางครั้งสถานที่ที่เราไปอาจไม่ได้สวยงามเหมือนในรูปภาพโฆษณาท่องเที่ยว แต่เพียงแค่การได้ก้าวเท้าออกไป ก็ทำให้เราเจอความหมายของอะไรหลายๆ อย่างด้วยตัวเอง

ดังนั้น การเดินทางคือการเรียนรู้ การเดินทางไม่ได้มีความหมายเดียวกันกับคำว่า ท่องเที่ยว เพราะเราไม่ได้ไปเพื่อถ่ายรูปสวยๆ กินอาหารหรูๆ แพงๆ แต่มันคือการออกไปเปิดใจรับทุกประสบการณ์ใหม่ๆ ที่หาได้จากผู้คนเจ้าถิ่นและสถานที่แปลกๆ แต่แฝงไปด้วยเรื่องราวเสมอ

