

บทความวิชาการ

“เรียนไปรู้ไป ในเมืองผู้ดี”

ประสบการณ์การศึกษาต่อ ณ ประเทศสหราชอาณาจักร (ตอนที่ 1)

อัญชลี ชัยนวล พ.บ., ว.ว. (สูตินรีเวช), ว.ว.(มะเร็งนรีเวช)
กลุ่มงานสูตินรีเวชกรรม โรงพยาบาลนครพิงค์ จังหวัดเชียงใหม่

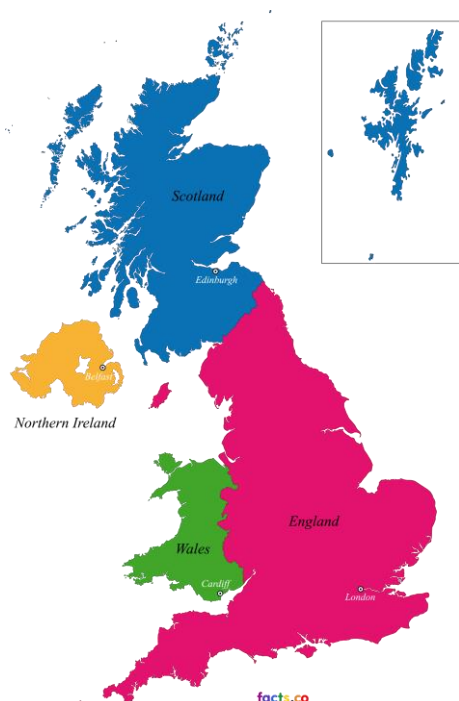
ดิฉันได้มีโอกาสไปศึกษาต่อ ณ ประเทศสหราชอาณาจักร (United Kingdom) ตั้งแต่เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. 2557 ถึงเดือน มิถุนายน พ.ศ. 2559 ด้วยทุนฝึกอบรมระยะยาวทางคลินิก ณ ต่างประเทศ จากสำนักงานบริหารโครงการร่วมผลิตแพทย์เพิ่มเพื่อชาวชนบท (สบพช.) โดยทางสบพช. มีนโยบายพัฒนาอาจารย์แพทย์ของศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก เพื่อเป็นการพัฒนาศักยภาพทางวิชาการและเพิ่มพูนความรู้ อันจะเป็นประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอนและการประเมินผลนักศึกษาแพทย์ โดยมีขอบข่ายการสนับสนุนทุนการฝึกอบรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาอาจารย์แพทย์ ณ ต่างประเทศ ในสาขาวิชาแพทยศาสตรศึกษา Medical Education ซึ่งปัจจุบันมีความก้าวหน้า และการพัฒนาองค์ความรู้ใหม่อย่างรวดเร็ว โดยทุนดังกล่าวได้กำหนดให้ไปศึกษาต่อในด้านแพทยศาสตรศึกษา ควบคู่กับการฝึกอบรมด้านคลินิก ในสาขาเฉพาะทางของผู้รับทุน ซึ่งดิฉันได้เลือกศึกษาต่อ ในระดับปริญญาโท หลักสูตร MSc. Medical and Healthcare Education ที่มหาวิทยาลัย Anglia Ruskin University เมือง Cambridge ควบคู่กับการฝึกอบรม ปฏิบัติงานทางคลินิกด้านมะเร็งนรีเวชกรรม ที่แผนกมะเร็งนรีเวช ภาควิชาสูตินรีเวชกรรม University College of London Hospital (UCLH) ในกรุงลอนดอน

นอกจากการติดต่อประสานกับทางมหาวิทยาลัยที่ดิฉันจะไปศึกษาต่อ และ โรงพยาบาลที่จะขอไปศึกษาดูงานแล้วนั้น ยังต้องมีการติดต่อประสานงานหน่วยงานต่างๆในประเทศด้วย ดิฉันได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากแผนกต่างๆในโรงพยาบาลนครพิงค์ ซึ่งต้องขอขอบพระคุณผู้มีพระคุณทุกท่าน และทุกหน่วยงาน มา ณ ที่นี้ด้วย ทำให้ทราบว่า การที่เราจะไปใช้ชีวิตในต่างประเทศเป็นระยะเวลานานนั้น ไม่ใช่เรื่องง่าย แต่สามารถทำได้หากทราบระบบ มีการวางแผน และเอาใจใส่ติดตาม หากเป็นข้าราชการแล้ว รั้งทุนจากหน่วยงานราชการ จะต้องใช้พาสปอร์ตข้าราชการ

ซึ่งต้องติดต่อขอทำไว้แต่เนิ่นๆเนื่องจากมีหลายขั้นตอน ไม่สามารถไปขอทำได้เลยเหมือนพาสปอร์ตปกติ ส่วนการติดต่อขอวีซ่านักเรียนก็จะมีขั้นตอนเพิ่ม คือการตรวจสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการตรวจหาวัณโรคปอด

เมื่อเตรียมพร้อมเดินทางแล้ว ก็มาทำความรู้จักประเทศอันเป็นจุดมุ่งหมายของเราก่อน สหราชอาณาจักร (The United Kingdom, UK) ประกอบไปด้วย 4 ประเทศ คือ อังกฤษ (England เมืองหลวงคือ London), สกอตแลนด์ (Scotland เมืองหลวงคือ Edinburgh), เวลส์ (Wales เมืองหลวงคือ Cardiff) และไอร์แลนด์เหนือ (Northern Ireland เมืองหลวงคือ Belfast) โดยพื้นที่ 3 ประเทศแรก ตั้งอยู่บนเกาะเดียวกัน เรียกว่า Great Britain ส่วนของประเทศไอร์แลนด์เหนือ (Northern Ireland) ตั้งอยู่แยกออกไปทางตะวันตกของประเทศ โดยมีทะเลไอริชเป็นตัวคั่น สหราชอาณาจักรหรือที่รู้จักกันในนามของประเทศอังกฤษ เป็นประเทศที่มีความเจริญ ทั้งทางด้านวัฒนธรรม ศิลปะ อุตสาหกรรม และการศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งระบบการศึกษา ของประเทศอังกฤษ จัดได้ว่าเป็นประเทศที่มีระบบการศึกษาที่ดีที่สุดในโลก ไม่ว่าจะเป็นศูนย์กลางด้านการศึกษา ซึ่งมีห้องสมุด และแหล่งค้นคว้าทางวิชาการมากมาย จึงมีผู้ให้ความสนใจศึกษาต่อที่ประเทศอังกฤษเป็นจำนวนมาก ในแต่ละปี นอกเหนือจากประวัติศาสตร์ และระบบการเมืองการปกครองที่มีมายาวนานนับศตวรรษ ประเทศอังกฤษยังจัดได้ว่าเป็นประเทศที่มีภูมิประเทศที่สวยงาม ทั้งธรรมชาติ รวมไปถึงงานสถาปัตยกรรมเก่าแก่ เช่น ปราสาท และพระราชวังต่างๆ

ระบบการปกครองของสหราชอาณาจักรเป็นแบบประชาธิปไตยแบบรัฐสภา ซึ่งมีพระบรมราชินีนาถอลิซาเบธที่ 2 เป็นประมุขของประเทศ และมีนายกรัฐมนตรีเป็นหัวหน้ารัฐบาล



สภาพภูมิอากาศโดยทั่วไปของสหราชอาณาจักรจัดอยู่ในประเทศค่อนข้างหนาวและมีความชื้นสูงเนื่องจากมีสภาพภูมิประเทศเป็นเกาะ อุณหภูมิเฉลี่ยต่ำสุดในช่วงฤดูหนาวคือ 2-4 องศาเซลเซียส และสูงสุดในช่วงฤดูร้อนคือ 18-22 องศาเซลเซียส เป็นประเทศที่มีการเปลี่ยนแปลง ของสภาพภูมิอากาศค่อนข้างสูง โดยในบางวัน อาจมีสภาพอากาศให้ได้พบเห็นเกือบทุกรูปแบบก็ได้

มีฤดูกาลทั้งหมด 4 ฤดูคือ

ฤดูใบไม้ผลิ : มีนาคม – พฤษภาคม

ฤดูร้อน : มิถุนายน – สิงหาคม

ฤดูใบไม้ร่วง : กันยายน - พฤศจิกายน

ฤดูหนาว : ธันวาคม - กุมภาพันธ์

สหราชอาณาจักร เป็นที่ตั้งของเส้นแบ่งเขตเวลาของโลก (GMT - Greenwich Mean Time) ประเทศที่อยู่

ทางด้านตะวันออกจะมีเวลาเร็วกว่า และจะมีการเปลี่ยนเวลา daylight saving จาก GMT ไปใช้ BST (British Summer Time) ในช่วงฤดูร้อนซึ่งหมายถึงการปรับเวลาให้เร็วขึ้น 1 ชั่วโมงในช่วงปลายเดือนมีนาคม – ปลายเดือนตุลาคม ดังนั้นประเทศไทยซึ่งตั้งอยู่ทางด้านตะวันออก จึงมีเวลาที่เร็วกว่าสหราชอาณาจักร โดยเร็วกว่าประมาณ 6 ชั่วโมง (ในช่วงมีนาคม - ตุลาคม) และ 7 ชั่วโมง (ในช่วงตุลาคม - มีนาคม)

ดิฉันเดินทางถึงเมือง Cambridge ประเทศอังกฤษ ในวันที่ 6 พฤศจิกายน 2557 ซึ่งเป็นฤดูหนาว อุณหภูมิประมาณ 5-10 องศาเซลเซียส ซึ่งถือว่าหนาวมากเมื่อเทียบกับอากาศในประเทศไทย ฤดูหนาวจะมีช่วงเวลาดอนกลางวันสั้น พระอาทิตย์ขึ้นสาย และมืดเร็ว ในบางวัน เวลาประมาณสี่โมงเย็นก็มืดแล้ว



(ภาพ สถานีรถไฟ Cambridge Station)

ที่เมือง Cambridge ดิฉันเริ่มต้นเรียนที่มหาวิทยาลัย Anglia Ruskin University ที่นี่เป็นมหาวิทยาลัยเก่าแก่อีกแห่งหนึ่งของเมือง Cambridge ปัจจุบันมี 3 campus คือที่เมือง Cambridge, Chelmsford และ Peterborough ระบบการศึกษาของที่นี้น่าสนใจ เน้นความเข้าใจ และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ นักศึกษาทุกคนจะมีบัตรประจำตัวนักศึกษาซึ่งมีแถบแม่เหล็กและบาร์โค้ด มีข้อมูลของนักศึกษาแต่ละคนในบัตร ใช้บัตรแตะเครื่องสแกนหน้าห้องเรียนทุกครั้งที่เข้าเรียน เพื่อบันทึกเวลาเข้าเรียน ซึ่งหากนักเรียนคนไหนแตะบัตรช้ากว่าอาจารย์ผู้สอนเกิน 10 นาทีจะถือว่าเข้าเรียนสาย ทุกอย่างจะถูกบันทึกเข้าไปในระบบข้อมูลคอมพิวเตอร์ของมหาวิทยาลัย

การเรียนการสอนส่วนใหญ่เริ่มเรียนเวลา 9:00 น. มีพักเบรก 15-20 นาทีตอน 10:30 น. กับ 14:30 น. และพักเที่ยง 12:00-13:00 น. ซึ่งจะเห็นว่าการเรียนมีการพักเบรกเป็นระยะ ซึ่งโดยส่วนตัวดิฉันเห็นว่าทำให้การเรียนไม่น่าเบื่อและผู้เรียนไม่รู้สึกลำบากเกินไป เพราะบางวันจะได้เรียนวิชาเดียวต่อเนื่องทั้งวัน

ในมหาวิทยาลัย มีนักศึกษาคนไทยอยู่ไม่มาก แต่ก็พยายามติดต่อกัน อาจไม่ค่อยได้พบปะกัน แต่อย่างน้อยก็ทำให้อุ่นใจว่ามีคนไทยด้วยกันอยู่ไม่ไกล อาจมีบ้างที่มีการนัดสังสรรค์หากมีเวลาว่างตรงกัน



(ด้านหน้ามหาวิทยาลัย)

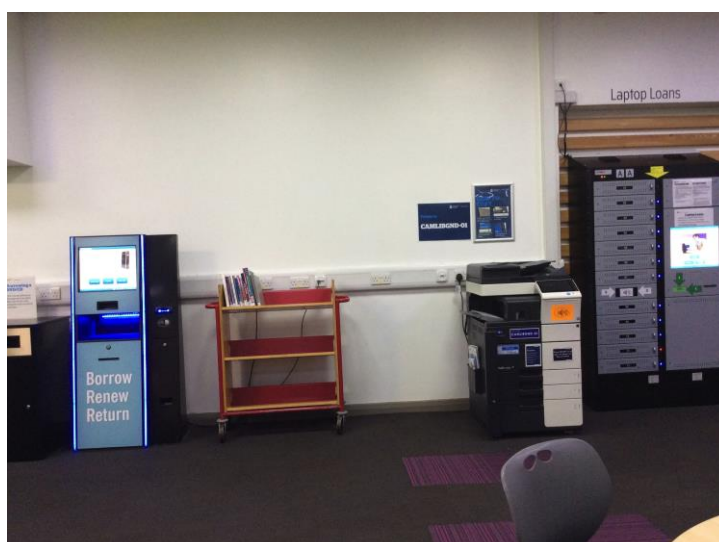


(บัตรนักศึกษา)



ในมหาวิทยาลัยมีห้องสมุดที่อำนวยความสะดวกให้นักศึกษา เป็นห้องสมุดขนาดใหญ่ มีพื้นที่ใช้สอยเพียงพอ แบ่งเป็น 3 โซน เป็นโซนที่สามารถใช้เสียงได้ระดับหนึ่ง ไปจนถึงโซนที่ห้ามใช้เสียง ในการค้นหาหนังสือต่างๆที่มีอยู่อย่างมากมายและเพียงพอ นั้น นักศึกษาสามารถค้นหาด้วยตนเองผ่านระบบคอมพิวเตอร์ หรือขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ นอกจากนี้ยังสามารถยืม

และคืนหนังสือได้เองจากเครื่องอัตโนมัติ หรือถ่ายสำเนาหรือปริ้นท์เอกสารจากเครื่องที่จัดไว้ให้ ในห้องสมุดมีห้องแยกไว้สำหรับทำงานกลุ่มด้วย แต่ต้องมีการติดต่อจองไว้ล่วงหน้าและยังสามารถยืมใช้คอมพิวเตอร์โน้ตบุ๊กได้อีกด้วย การยืมหนังสือสามารถยืมได้ครั้งละ 20 เล่ม นักศึกษาบางคนยืมหนังสือจำนวนมากจนต้องใช้กระเป๋าเดินทางแบบลากในการขนหนังสือกันเลยทีเดียว



(จุดยืม-คืนหนังสือ ถ่ายเอกสาร ยืมคอมพิวเตอร์โน้ตบุ๊ก ในห้องสมุด)

การส่งงานของมหาวิทยาลัยนี้ เป็นการส่งงานผ่านระบบอินเทอร์เน็ต คือระบบ Turnitin ซึ่งเป็นโปรแกรมที่ใช้ตรวจจับการคัดลอกงานได้ โดยจะให้นักศึกษา upload งานเข้าไปในระบบ จากนั้นระบบจะทำการตรวจว่ามีส่วนไหนของงานที่คัดลอกมาจากงานอื่นๆ ก่อนหน้านี้หรือไม่ ทั้งงานของนักเรียนคนก่อนๆ หรือวารสารต่างๆ เอกสารทางวิชาการต่างๆ ที่มีในอินเทอร์เน็ต แล้วระบบจะรายงานออกมาเป็นเปอร์เซ็นต์ หากเปอร์เซ็นต์มากแสดงว่างานที่ส่งมีส่วนที่ซ้ำกับงานก่อนๆ ของคนอื่นค่อนข้างมาก จะมีผลกับคะแนนและอาจถูกมองว่า copy งานเก่าๆ มาเขียนก็เป็นได้

การเรียนที่เมือง Cambridge นี้ ดิฉันได้เข้าพักที่หอใน คือหอพักที่อยู่ในเขตรั้วของมหาวิทยาลัย หอพัก

ที่นี่ไม่มีการแยกหญิงชาย เป็นหอพักรวม หอพักจะถูกแบ่งเป็นโซนๆ ละประมาณ 6 ห้อง ห้องละ 1 คน มีห้องน้ำ 2 ห้อง ห้องอาบน้ำ 2 ห้อง ห้องครัว 1 ห้องใช้ร่วมกัน ในห้องนอน นอกจากจะมีเตียงนอน โต๊ะ เก้าอี้ ตู้เสื้อผ้าตามปกติแล้ว ก็จะมีอ่างล้างหน้าทุกห้อง และทุกที่ที่จะต้องมีการแยกน้ำร้อนน้ำเย็นด้วย ช่วงปลายเดือน ม.ค. ถึงต้นก.พ. ซึ่งอากาศหนาวจัด บางปีมีหิมะตก สังเกตว่าพื้นห้องอาบน้ำแห้งมาก แทบไม่มีคนใช้เลย ในหอพักจะมีห้องซักผ้า ที่มีเครื่องซักผ้า และเครื่องอบผ้า แบบหยอดเหรียญ

อาหารที่ขึ้นชื่อเป็นที่รู้จักกันดีในสหราชอาณาจักร ชนิดที่ถ้ามาเที่ยวที่แล้วยังไม่ได้กินเมนูนี้ ก็เหมือนยังไม่ได้มา นั่นก็คือเมนู Fish and Chips หรือปลาทอดกับมันฝรั่งทอด



(Fish&Chips)

นักศึกษาแทบทุกคนที่นี่จะทำอาหารกินเอง เนื่องจากราคาอาหารที่ Cambridge ไม่มีร้านสะดวกซื้อที่เปิดตลอด 24 ชม. เหมือนบ้านเรา ร้านที่ปิดช้าสุดจะปิดประมาณ 5 ทุ่ม หรือเที่ยงคืน อาหารแบบแพ็คมักเป็นแบบกึ่งสำเร็จรูป คือต้องนำมาเข้าเตาอบ หรือไม่โครเวฟ

ซึ่งที่ร้านไม่มีบริการอุ่นให้ บรรดานักศึกษา หรือแม้แต่ชาวอังกฤษเองที่ต้องการจะประหยัดค่าอาหารก็นำไปอุ่นที่ตู้เครื่องปรุงแห้งต่างๆ ที่นำไปจากเมืองไทย ใช้ทำอาหารกินเอง แม้รสชาติไม่ค่อยดี(เพราะฝีมือ ไม่ใช่เพราะเครื่องปรุง) แต่ก็ทำให้หายคิดถึงอาหารไทยได้บ้าง



(หอพักในมหาวิทยาลัย)

โปรดติดตามตอนต่อไป