

Міжнародна мобільність: можливості та проблеми
Належна підготовка до навчання в іноземному університеті

Посібник для студента

Що я повинен знати перед тим,
як поїхати на навчання за кордон?



3.5. Звички в харчуванні

Запишіть години роботи ресторанів, місця, де можна придбати продукти для приготування їжі, ознайомтеся зі звичаями в країні перебування, спробуйте традиційну місцеву кухню.

СИТУАЦІЯ 1

Під час лекції студент дістав свій обід, пляшку мінеральної води і почав їсти. Помітивши це, викладач попросив його припинити робити це і почекати на перерву. Студент посміхнувся і відповів, що він дуже голодний, і якщо він зможе щось з'їсти, йому буде простіше зосередитись на лекції, перестати думати про їжу і чекати перерви. Він додав, що у нього було печиво на десерт, і він може поділитися ним із викладачем, а також із іншими студентами групи. У його країні студенти можуть їсти та пити на заняттях, і ніхто не проти.

Кожна країна має свою унікальну культуру харчування (звички за столом). Ми відрізняємось не лише тим, що їмо, як готуємо свої страви, як їх подаємо, де і коли їх їмо, але й тим, як поведимося під час їжі. Прийняття нових харчових звичок вимагає часу, і іноземні студенти часто стикаються з багатьма труднощами під час цього процесу. Ви можете уникнути їх, якщо перед поїздкою дізнаєтесь, які страви будуть на вашому столі, та яких правил та манер слід дотримуватися.

СИТУАЦІЯ 2

Під час спілкування іноземним студентам, які розпочали новий семестр в університеті в Польщі, запропонували кілька традиційних польських страв. Складання меню зайняло певний час, і молоді люди намагалися вибрати щось справді смачне та неповторне. Нарешті, вони вирішили приготувати кислі огірки та капустаєне рагу - традиційне польське блюдо з кислої капусти, різних видів м'яса, чорносливу та грибів. Однак студенти зі скандинавських країн, які прийшли на зустріч і спробували страву, були здивовані її кислим смаком і подумали, що їм дали щось зіпсоване.

Соління - один із найдавніших природних методів збереження та зберігання їжі. У Польщі мариновані огірки та капуста, а також страви, приготовані з них, вважаються смачними та корисними. Загальновідомо, що консервована таким чином їжа містить багато вітамінів і є цінним джерелом магнію, кальцію, фосфору та калію. Ось чому ви не повинні втратити можливість спробувати це.

ІНШІ ПРИКЛАДИ

- імецькі студенти, яких польські однолітки запросили на день народження, прийшли зі своєю їжею. Коли була їхня черга організувати спілкування, вони не приготували жодної страви, переконані, що польські гості щось принесуть із собою, як вони роблять у своїй країні. Для польських студентів це було дуже дивно.
- На перерві китайська студентка пішла до їдальні. Діставши їжу, вона почала шукати палички серед столових приборів. Хоча ними користуються понад 2 мільярди людей, вона не змогла знайти їх у їдальні. Коли вона почула від персоналу, що у них немає паличок для їжі, студентка була здивована і налякана перспективою використання виделки та ножа до кінця свого перебування.
- Студент із середземноморської країни мешкав у польській приймальній родині. Йому було важко звикнути до місцевих особливостей споживання їжі. У його країні ранній сніданок зазвичай складався з кави та сигарети, другий сніданок – ще з однієї кави та пампушки. О 13:00 він їв обід, вдень – трохи закусок, а між 21 і 23 годинами – важку вечерю. Його нова польська родина подавала багатий і королівський сніданок вранці, трохи менший обід вдень і дуже скромну вечерю ввечері (для жебрака, а не для короля). Більше того, вони мали фіксований час прийому їжі - 7:30 ранку, 15:00 та 7 вечора. Тоді за столом збиралася вся родина.
- У Китаї ознакою вдячності є відрижка за обіднім столом після їжі. Це свідчить про те, що вам сподобалася їжа, і вас добре нагодували. Однак у Європі така поведінка вважається неввічливою і є неприпустимою.



*Якщо ви дотримуєтесь спеціальної дієти,
не покладайтесь на випадковість.
Голодувати не годиться, будьте передбачливі*


! *Не всі країни приділяють однакову увагу забезпеченню різноманітних страв, придатних для людей, які дотримуються спеціальної дієти. У деяких країнах нормально готувати, наприклад, спеціальні пропозиції на обід для людей, які сидять на вегетаріанській або веганській дієті, тоді як в інших немає готових пропозицій, і вам потрібно скласти правильний комплекс, що не завжди легко.*

3.6. Релігійні звичаї

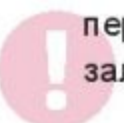
Чи існують у вашій релігії спільноти і чи є у вибраному університет такі умови?

СИТУАЦІЯ 1

Одного разу групи студентів презентували та обговорювали свої проекти, які вони підготували. Під час виступів молодих людей лектор ставити питання, щоб перевірити їхній рівень знань. Один зі студентів, який завжди був дуже активним на заняттях, мовчав. Він нічого не говорив, хоча однолітки просили його це зробити. В результаті вся група отримала нижчу оцінку, ніж очікували, і не могла приховати свого розчарування. Нарешті, один студент сказав: «Якщо вам не хочеться цього робити, вам слід було нам про це розповісти. Вам не потрібно було приєднуватися до нашої групи». Студент відповів, що він мусульманин, і через Рамадан він нічого не їв з ранку. Було 6 вечора, йому стало погано, запаморочилось і ледве міг сидіти прямо у своєму кріслі. Він пошкодував, що прийшов на заняття, але не хотів залишати своїх товаришів і був упевнений, що зможе взяти участь у дискусії. Зрештою, лектор призначив іншу дату презентації для цієї групи після Рамадану.

 Релігія відіграє величезну роль у формуванні культурної ідентичності та сприйнятті інших культур. Вона впливає на індивідуальні погляди, установки, систему цінностей, а також на норми та правила соціального життя. Ці правила стосуються, зокрема, часу їжі, одягу або вільних днів протягом навчального року (наприклад, Різдва, Великодня). Європа характеризується релігійною та культурною різноманітністю. Варто звернути на це увагу цим під час навчання в іншій країні!

СИТУАЦІЯ 2

 Під час поїздки до великого академічного міста в Західній Європі, організованій у рамках адаптації та мовного курсу для студентів зі Східної Європи, група російських студенток відмовилася відвідувати історичні католицькі церкви. Вони були впевнені, що це смертний гріх. Посилаючись на публікації, що представляють погляди деяких ченців-богословів (які не відображають жодного офіційного вчення Православної Церкви), вони вважали, що всі християни, крім православних, є відступниками від справжньої віри. Відвідування церков, що належали до інших конфесій, було недоцільним та ідолопоклонницьким. Вся ситуація склала клопоти для екскурсовода та решти відвідувачів, які були змушені переглянути власні погляди на це питання та вирішити, чи збиратимуться вони входити до церкви чи залишатись надворі.

Незалежно від ваших релігійних вірувань, одяг, в якому ви заходите до храму чи церкви, повинен бути акуратним. Відвідуючи місця поклоніння, ваш одяг не повинен демонструвати нагоди. Жінкам слід пам'ятати, що вони мають закривати плечі та декольте, а також одягати спідниці належної довжини. Чоловіки, навпаки, повинні носити одяг, відмінний від шортів або футболки з короткими рукавами. У багатьох книгах *savoir-vivre* підкреслюється, що шорти - це наряд, який підходить лише для пляжу або власного саду. Якщо ви будете дотримуватися цих правил, у вас не виникне жодних проблем.

СИТУАЦІЯ 3

Коли під час першого заняття учасників просили надати різну інформацію про себе, наприклад їх іменини, студенти програми обміну Еразмус + були розгублені. У їх культурі ніхто не відзначає день покровителя свого імені (тобто іменини).

Звичай святкування іменин, тобто святкування свята з нагоди дня святого покровителя, походить від католицької традиції, де імена святих і мучеників асоціюються з конкретними днями року. Спосіб святкування, як правило, урочистий, подібний за рангом до дня народження. Однак існують релігії (протестантизм), національні меншини (кашуби в Польщі) або регіони, де іменини не відзначаються чи залишаються абсолютно невідомими.



Різноманітність культур – це чудово. Будьте відкритими, розуміючими та цікавими


ІНШІ ПРИКЛАДИ

- Одного разу в одному із гуртожитків перегоріла лампочка. Іноземні студенти, які жили там, викликали працівника з обслуговування, який швидко прийшов вирішити проблему. Однак його вхід до кімнати викликав обурення. З'ясувалося, що він наступив і пройшов через щось, що не було типовим щоденним килимом, а спеціальним килимом для молитви. Звичайно, він не робив цього навмисно – це трапилося випадково. Тому рекомендується зберігати свої релігійні або цінні предмети в безпечному місці.

3.7. Соціальна відкритість: інвалідність, сексуальна орієнтація, націоналізм

СИТУАЦІЯ 1


Студент із труднощами у навчанні, незважаючи на те, що мав можливість проконсультуватися щодо них зі своїм наставником та отримати певну підтримку, ніколи цього не робив. Лектор (жінка) багато разів закликала його скористатися цією формою допомоги. Перед закінченням семестру вона попросила студента залишитися після заняття, оскільки хотіла повідомити йому, що він, мабуть, не отримає залік. Під час розмови студент пояснив, що через погане володіння мовою він не розуміє умов отримання заліку. Лектор запитала, чому він ніколи не залишався після занять і чому ніколи не відвідував її консультацій, щоб пояснити свої сумніви. Студент зізнався, що в його культурі не прийнято, щоб чоловік відкрито говорив про свої проблеми, особливо жінці.

 *Чоловікам і жінкам відведено різні ролі та завдання в суспільстві. Очікування щодо чоловіків і жінок пов'язані з їх роллю у сім'ї, типом роботи, інтересами та способами проведення вільного часу, зовнішнім виглядом, а також рисами особистості, вираженням емоцій та поведінки в різних ситуаціях. Те, що прийнято в одній країні, може викликати подив, обурення або навіть заборонено в іншій. Це варто пам'ятати, коли хтось вирішує навчатися в іноземному університеті.*

СИТУАЦІЯ 2

На занятті один зі студентів постійно допитувався, що сказав лектор. Виступаючи, вона зазвичай посилювалася на найновіші теорії, речі, про які щойно читала або чула (того тижня чи напередодні), іншу перспективу дослідження, інший підхід та інший досвід (включаючи власний). Лектор подумала, що студент навмисно хоче дискредитувати її в очах групи і ставить під сумнів її знання. На запитання,

чому він постійно перепитує все, що вона сказала, студент з великим задоволенням відповів, що дуже радий, що викладач помітила його внесок в академічні дискусії та те, що оцінив її незалежне мислення, власну думку та силу аргументів.

 *Є країни та академічні спільноти, в яких велике значення приділяється формуванню самостійності та незалежності студентів. Високо цінується нетрадиційний підхід до проблем, когнітивна допитливість, самостійне вивчення питань та творчість. В інших країнах університети - це академічні спільноти, які переважно розвивають відносини "викладач-студент", засновані на довірі, взаємоповазі та авторитеті. Якщо ви дізнаєтесь, що ваш університет найбільше цінує перед від'їздом, ви точно зможете краще адаптуватися на місці та уникнути багатьох розчарувань.*

СИТУАЦІЯ 3

Під час церемонії нагородження, яка відбулася в польському університеті після міжвузівського конкурсу, декан кафедри, вручаючи диплом та квіти студентці зі Швеції, нахилився поцілувати їй руку. Студентка була настільки розгублена, що рвонула рукою назад, збігла з трибуни і вийшла із зали. У коридорі вона голосно висловила своє обурення організаторам церемонії, стверджуючи, що це відкритий акт переслідування і хотіла, щоб вони викликали поліцію.

*У Польщі існує звичай, коли чоловіки цілують жіночу руку як у виняткових та урочистих ситуаціях, так і в повсякденних, наприклад, вітаючи когось. Поцілунок у руку є знаком особливої поваги чи визнання. *Savoir-vivre* рекомендує лише позначати поцілунок - наближати губи на 1-2 см до жіночої руки. Також дозволяється торкатися жіночої руки губами. Поцілувати жінку в руку сьогодні є прийнятним лише у випадку, якщо чоловік добре знає жінку (наприклад, бабуся, тітка, мати, сестра, дуже близька подруга) або людей похилого віку. Жінки, особливо іноземки, яких ви менше знаєте, можуть сприймати і тлумачити такий поцілунок негативно. Явище того, як чоловіки цілують жіночі руки, було описано в численних книгах «*savoir-vivre*», не лише польських, а й німецьких, англійських, французьких та іспанських. Варто ознайомитись із цим специфічним звичаєм перед від'їздом до країни, де це ще практикується.*

ІНШІ ПРИКЛАДИ

- Викладач мікроекономіки завжди був дуже сумлінним. Для нього було важливо, щоб усі його студенти розуміли все, що він пояснював на занятті. Після кожного заняття викладач запитував студентів, чи вони все розуміють і чи можуть вирішити завдання без проблем. Усі студенти захоплено кивали, що

робило його задоволеним. На його велике здивування, половина групи не склала іспит. Він запитав свого колегу про те, що він міг зробити неправильно, оскільки результат іспиту був для нього великою невдачею. Його колега пояснив йому, що на Далекому Сході не вважається доречним визнати, що хтось чогось не знає. Це було причиною того, що студенти кивали, хоча їм не все було зрозуміло. У Європі така поведінка абсолютно незрозуміла.

- Студент з Польщі приїхав до українського університету навчатись там протягом одного семестру в рамках програми Еразмус +. Розмовляючи з викладачами, він помітив іншу форму звертання – по батькові (наприклад, «Іван Петрович», а не «Професор»). Звичайно, це не викликало труднощів при вивченні та складенні іспитів. Однак варто знати такі культурні нюанси, оскільки вони можуть полегшити спілкування та переговори в приймаючій країні.
- Група з 8 студентів увійшла до деканату і підійшла до працівника, який там працював. Працівник попросив студентів підходити до нього по черзі. Оскільки кабінет був невеликий, він також попросив інших студентів зачекати назовні, крім того, хто хотів про щось запитати. Однак студенти не бажали виходити, стверджуючи, що в їхній країні все робиться в групі. Вони також сказали, що почуваються краще разом, оскільки можуть підтримувати та допомагати одне одному у разі проблем, наприклад зі спілкуванням.



Не лише ввічливо, але дуже корисно вивчити деякі слова місцевою мовою

У деяких країнах знання іноземних мов є мінімальним серед багатьох людей, особливо людей похилого віку. Вирушаючи вчитися за кордоном, варто вивчити кілька основних слів та фраз мовою країни призначення. Ви можете уникнути декількох стресових ситуацій.