



จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์
JOURNAL WEEKLY

จดหมายข่าว จันทร์กระจ่างฟ้า รายสัปดาห์

ฉบับที่ 11 ปีที่ 19 วันที่ 30 ตุลาคม - 5 พฤศจิกายน 2566



- นศ.จิตอาสา รวมใจปลูกพลังบุญ
- กองพัฒน์ จับมือ สาขาวิชาจิตวิทยา



มอบเกียรติบัตร



ศาสตราจารย์ ดร.วิรัช เปรมานนท์ นายกสภามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม เป็นประธาน
ให้โอวาทและมอบเกียรติบัตรแก่นักศึกษาที่สร้างชื่อเสียงให้แก่มหาวิทยาลัย ณ ห้องประชุมสภามหาวิทยาลัย
ชั้น 8 อาคารสำนักงานอธิการบดี



- 5 หน้ “ราอูล” เมล็ดพันธุ์ชั้นดี
ควารางวัล รายการแจ่งเกิด SEASON4



- โครงการสื่อสาร เพื่อการเสริมสร้างสังคมแห่ง
ความสุข HAPPINESS IN CRU
- อบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตร
โดยการใช้พลัฟฟอร์มเป็นฐาน (OBE)

จดหมายข่าวจันทร์กระจ่างฟ้ารายสัปดาห์ออนไลน์

บรรณาธิการ : วีระชัย ตรีพจน์กิจ กองบรรณาธิการ : อารุวรรณ จันทมาลา
รณพล เจริญวัฒนชัย, อ้อมกัญญา แสงแวง, คณิศา แสงสาคร, พรประพัฒน์ บัวพัฒน์

JANKAJANGFA
WEEKLY ONLINE



นศ.จิตอาสา รวมใจปลูกพลังบุญ สนับสนุนเครื่องดนตรีไทยเพื่อน้อง

นักศึกษา สาขาวิชาดนตรีไทยศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ฯ จัดโครงการจิตอาสา “ร้อง เพื่อ น้อง” สมทบทุนซื้ออุปกรณ์ดนตรีไทยเพื่อการศึกษา และสนับสนุนอุปกรณ์ต่าง ๆ ด้านดนตรีไทยให้กับโรงเรียนเสนาณิคม เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับนักเรียนที่มีความสามารถแต่ขาดแคลนอุปกรณ์ และเครื่องดนตรี และยังอนุรักษ์ความเป็นไทยปลูกฝังวัฒนธรรมทางด้านดนตรีไทย

นายปรเมศวร์ หลิมเจริญ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 สาขาวิชาดนตรีไทยศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ในฐานะหัวหน้าโครงการ กล่าวว่า โครงการจิตอาสาครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชาพลเมือง ในโลกสมัยใหม่ อาจารย์ประจำวิชาได้กำหนดให้เกิดโครงการจิตอาสาขึ้นมากลุ่มละ 1 โครงการ โดยในกลุ่มเล็งเห็นว่ามีความถนัดทางด้านดนตรีไทยจึงอยากจะทำดนตรีไทยเพื่อเปิดรับบริจาคและนำยอดเงินไปมอบให้กับโรงเรียนที่มี

นักเรียนที่มีความสามารถทางด้านดนตรีไทย แต่ยังขาดแคลนด้านอุปกรณ์ จึงลงพื้นที่ดำเนินการและเกิดเป็นโครงการดังกล่าวขึ้น

“วัตถุประสงค์ของโครงการที่ได้ตั้งไว้คือการสนับสนุนให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และเพื่อเสริมสร้างความมีระเบียบวินัย ความรักความสามัคคีต่อหมู่คณะ ส่งเสริมให้เยาวชนรู้จักการแบ่งปัน และการช่วยเหลือผู้อื่น ตามนโยบายของรัฐบาลที่ให้นักเรียนได้ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมวงดนตรีไทยเดิม” นายปรเมศวร์ กล่าว

หัวหน้าโครงการฯ กล่าวต่อว่า การดำเนินงาน เป็นการร่วมมือของนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีไทยศึกษา และสาขาวิชาการตลาดดิจิทัล มีการวางแผนการดำเนินงานอย่างเป็นขั้นตอนตั้งแต่การประสานงานกับอาจารย์ในรายวิชา ตลอดจนการ

ประสานงานกับทางโรงเรียนเสนาณิคมเพื่อขออนุญาตใช้ชื่อในโครงการจิตอาสาครั้งนี้และมีการติดต่อสอบถาม ถึงอาจารย์ประจำวิชาดนตรีไทยเพื่อสืบทราบว่ามีเครื่องดนตรีหรืออุปกรณ์ชิ้นไหนขาดเหลือ ทางกิจกรรมจิตอาสาจะได้ทำการรับบริจาคเพื่อซื้ออุปกรณ์และเครื่องดนตรีเพื่อส่งต่อไปให้นักเรียนที่มีความสามารถแต่ขาดแคลนอุปกรณ์

“จากการจัดโครงการจิตอาสาครั้งนี้ ทำให้นักเรียนโรงเรียนเสนาณิคมได้มีเครื่องดนตรีและอุปกรณ์ทางด้านดนตรีไทยใช้งานได้มากขึ้น และเป็นการเติมเต็มโอกาสทางการสอนดนตรีไทยให้กับเด็กรุ่นใหม่ เป็นการสร้างความพร้อมที่จะรับมือกับเด็กรุ่นใหม่ที่จะสนใจเรื่องดนตรีไทยมากขึ้น ทั้งนี้ยังเป็นการเผยแพร่ดนตรีไทยให้กับคนในวงกว้าง ผ่านการเล่นดนตรีไทยผสมกับดนตรีสากลเปิดหมวกที่ตลาดนัดเลียบด่วนรามอินทรา” หัวหน้าโครงการฯ กล่าว

กองพัฒนานักศึกษา ร่วมกับ สาขาวิชาจิตวิทยา จัดโครงการ Happiness in CRU เพื่อเสริมสร้างสังคมแห่งความสุขและมีสุขภาวะที่ดีของนักศึกษาจันทร์เกษม ผ่านกิจกรรมเพื่อสร้างการตระหนักรู้ และสำรวจสุขภาวะทางจิต

นางสาวนิภาภัทร์ ศาลิคุปต์ เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป กองพัฒนานักศึกษา กล่าวว่า กองพัฒนานักศึกษา โดยงานบริการและสวัสดิการ มีบริการให้คำปรึกษาด้านวิชาการ แนะนำการใช้ชีวิต และการเข้าสู่อาชีพแก่นักศึกษา ประกอบกับ สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มีศูนย์ให้คำปรึกษาให้กับนักศึกษาที่ประสบกับปัญหา สามารถเข้ามาใช้บริการรับคำปรึกษาได้เช่นกัน เมื่อทั้ง 2 หน่วยงานมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนและการติดตามให้ความช่วยเหลือนักศึกษาเช่นเดียวกัน จึงได้จัดโครงการสื่อสารเพื่อการเสริมสร้างสังคมแห่งความสุข : Happiness in CRU

กองพัฒน์ จับมือ สาขาวิชาจิตวิทยา จัดกิจกรรม Happiness in CRU

ทั้งนี้ ก็เพื่อสร้างการตระหนักรู้และสำรวจสุขภาวะทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม และเพื่อประชาสัมพันธ์ศูนย์ให้คำปรึกษาทางจิตวิทยาเป็นหน่วยงานทางเลือกให้กับนักศึกษาที่ประสบกับปัญหาสามารถเข้ามาใช้บริการรับคำปรึกษาและทำกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลายความเครียดได้

ด้านนายณพรุจ เกิดปลั่ง นักศึกษาชั้นปีที่ 2 สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์กล่าวว่า นักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาชั้นปีที่ 2 ได้มีส่วนร่วมในการจัดโครงการในหัวข้อของการสื่อสาร ทั้งการสื่อสารในรูปแบบความรู้ และการสื่อสารด้านความรู้สึก ผ่านกิจกรรมกล่อแบ่งปันความสุข, Sex Education,

รู้ทันกับโรคติดต่อ, เปลี่ยนเราให้ใจดีกับตัวเองกว่าที่เคย, การบริหารความขัดแย้งในการทำงานทีม และกิจกรรมคิดก่อนพูด

“เรื่องของจิตวิทยาคือเรื่องสำคัญและยังเป็นสิ่งที่เราใช้ในชีวิตประจำวันแต่เพียงคนมักจะมองข้ามไป ทั้งเรื่องของการสื่อสาร บุคลิกภาพ และอื่น ๆ หากเรามีความรู้ความเข้าใจ ก็จะส่งผลดีต่อการรับมือและแก้ไขปัญหาในเบื้องต้นได้ ซึ่งจากกิจกรรมนี้ทำให้ผู้เข้าร่วมงานได้ความรู้มากมาย รู้ทันโรคติดต่อ เรียนรู้มุมมองด้านคำพูด ว่าคนที่เขาได้รับฟังนั้นรู้สึกอย่างไร การคิดก่อนพูดหรือเรียนรู้การให้กำลังใจ การรู้จักให้อภัยตัวเองและยอมรับตัวเอง ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ได้จริงครับ” นายณพรุจ กล่าว



ดูแลนอมสายตา! ตัวเองบ้าง...

ฤดูแห่งการสอบใกล้เข้ามาทุกขณะ เด็ก ๆ คงมุ่งมั่นในการอ่านหนังสือเพื่อเตรียมตัวสอบหรือการดูซีรีส์เพื่อการผ่อนคลายความเครียด การใช้สายตาที่มากขึ้น



เป็นสิ่งสำคัญที่เลี่ยงไม่ได้ Healthy Life ฉบับนี้ จึงมาบอกเคล็ดลับดี ๆ ที่จะช่วยถนอมสายตา จากการใช้งานอย่างหนักให้ได้ทราบกัน

สิ่งสำคัญสำหรับการอ่านหนังสือ หรือการจ้องจอนาน ๆ คือ แสงสว่างต้องเพียงพอ ไม่สว่างจ้า หรือมืดจนเกินไป หลีกเลี่ยงการอ่านหนังสือบนรถ เพราะสายตาต้องปรับโฟกัสตลอดเวลา ทำให้เกิดความเหนื่อยล้าเพิ่มมากขึ้นได้

หลังจากอ่านหนังสือได้สักพักควรมีการพักสายตา โดยทั่วไปควรพักสายตาหลังการทำกิจกรรม ทุก 40-50 นาที โดยพักสายตา 5 นาที ด้วยการมองไประยะไกล ๆ หรือหลับตานิ่ง ๆ สัก 1-2 นาที ก็พอช่วยให้สายตาหายจากความล้าได้เช่นกัน

แม้กระทั่งการนวดผ่อนคลายดวงตา โดยการใช้น้ำเย็น ๆ ใส่บริเวณรอบดวงตา จะช่วยให้เส้นประสาท

และกล้ามเนื้อสดชื่นขึ้น และเอาฝ่ามือทั้งสองข้างปิดดวงตาไว้สักพัก ทำวันละครึ่งชั่วโมง จะช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อรอบดวงตาได้เป็นอย่างดี



การทานอาหาร ควรบำรุงสายตาด้วยอาหารที่มีวิตามิน A เป็นประจำ โดยมากจะมีอยู่ในตับ ไข่แดง นม เนย ปูทะเล ผักใบเขียวต่าง ๆ เช่น ผักบุ้ง ตำลึง คะน้า โหระพา ชะอม มะละกอ เป็นต้น ซึ่งเป็นของที่หาทานได้ง่ายมาก ๆ หากรับประทานเป็นประจำอยู่แล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องไปซื้อวิตามินเสริมมาทาน

แค่เพียงเท่านี้ ก็จะทำให้การอ่านหนังสือ หรือการดูซีรีส์ เป็นไปอย่างราบรื่นอย่างแน่นอน... ข้อที่สำคัญอย่าลืมนอนพักผ่อนให้เพียงพอ วิธีนี้จะช่วยได้มากเลยทีเดียว...



แอปถ่ายภาพ! ที่ควรมีติดโทรศัพท์ไว้

Tech&IT ฉบับนี้ จะพาคุณผู้อ่านทุกคนที่ชอบการถ่ายรูปไปพบกับแอปพลิเคชันที่จะช่วยให้เราถ่ายรูปได้สนุกและสวยงามยิ่งขึ้น เรามาดูกันเลยว่าแอปอะไรบ้าง

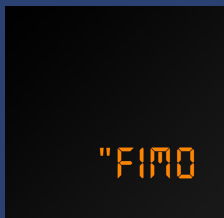
เริ่มที่แอปแรกเลยคือ Beauty Plus แอปการถ่ายรูปที่ได้รับความนิยมอย่างมากในประเทศไทยนี้ สามารถถ่ายได้ทั้งรูปภาพและวิดีโอ



มีฟิลเตอร์ สติกเกอร์ เพื่อตกแต่งภาพมากมาย นอกจากนี้ยังสามารถปรับ

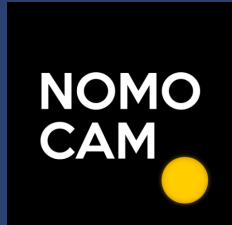
แสงสี และลบวัตถุในภาพได้อีกด้วย เหมาะสำหรับการถ่ายเซลฟี่ หรือถ่ายรูปเล่นกับกลุ่มเพื่อนมาก ๆ เลย

แอปที่สอง Fimo ใครที่ชื่นชอบการถ่ายภาพสไตล์กล้องฟิล์ม ต้องมีไว้ครอบครอง แอปนี้ตอบโจทย์มาก เพราะมีฟิลเตอร์ให้เลือกตามคาแรคเตอร์ของฟิล์มแต่ละชนิด อาจจะมีให้เลือกใช้ไม่มากนัก แต่เพียงพอให้ใช้งาน หากยังไม่พอใจยังสามารถซื้อฟิลเตอร์เพิ่มได้อีกด้วย ผู้ชื่นชอบภาพแบบฟิล์มไม่ควรพลาด



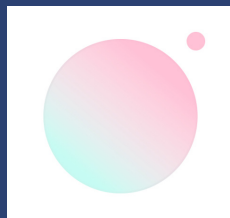
เรามาต่อกันที่แอปที่สาม เรา

ยังอยู่กับสายฟิล์มกันต่อกับ Nomo Cam แอปนี้มีให้เลือกหลายแบบ เช่น โพลารอยด์ที่มีลูกเล่นการเขย่า



มือถือเพื่อให้ภาพปรากฏหลังการถ่าย หรือจะเป็นฟิล์มแนวเกาหลีละมุน ๆ โทนิสเหลือง น้ำตาล Nomo ก็มีให้เลือกใช้ ถือว่าเป็นแอปถ่ายภาพสายฟิล์มที่ต้องลองให้ได้

พิเศษให้อีก 1 แอป จัดไปกับ Ulike สำหรับสายถ่ายรูปและแต่งรูปแบบจัด ๆ แอปนี้มีความสามารถที่พิเศษกว่าใคร ๆ คือ การปรับสัดส่วนใบหน้าเวลาถ่ายรูปแบบเรียลไทม์ได้ รวมถึงสามารถปรับแต่งรูปให้เหมือนว่าได้แต่งหน้ามาแล้วอีกด้วย และยังมีการโพสท่าถ่ายรูปทั้งเซลฟี่ ทำนึ่งทำยีน ให้เลือกมากมาย ทำให้การถ่ายรูปไม่จำเจอีกต่อไป



ฉบับหน้าเรายังมีแอปถ่ายภาพมาแนะนำให้มีติดไว้ในโทรศัพท์ แต่จะเป็นแอปอะไรบ้าง ต้องรอติดตามกัน...

5 หนุ่ม “ราอูล” เมล็ดพันธุ์ชั้นดี คว้ารางวัลรายการ “แจ๊สเกิด Season 4”



เมื่อไม่นานมานี้เมล็ดพันธุ์ทางดนตรีที่ทางมหาวิทยาลัยที่ได้ปลูกและปมเพาะไว้ได้เจริญงอกงามจนประสบความสำเร็จด้วยการคว้ารางวัลชนะเลิศจากเวที **Central Chaengwattana ในรายการ “แจ๊สเกิด University Music Contest” Season 4** เป็นโครงการประกวดเฟ้นหาวงดนตรีหน้าใหม่ ที่มีความโดดเด่นหลากหลายความสามารถ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาให้เยาวชนกล้าแสดงความสามารถออกมาอย่างเต็มที่ และภายในโครงการมี 5 หนุ่มจากสาขาวิชาดนตรีสากล เข้าร่วมการประกวดและสามารถคว้ารางวัลชนะเลิศอันดับ 1 ที่งานจันทร์กระจ่างฟ้าก็ไม่ใช่เรื่องที่พามารู้จักกับกลุ่มเด็กหนุ่มที่ต้องการทำความฝันในการเล่นดนตรีจนประสบความสำเร็จแบบนี้กับพวกเขา... “ราอูล”

“การประกวดในครั้งนี้ พวกเราเห็นจากการประกาศของทางเซ็นทรัลแจ๊สวัฒนะ จึงสนใจสมัครพวกผมอยาก

หาประสบการณ์อะไรใหม่ ๆ ที่จะสั่งสมประสบการณ์ให้กับพวกเราครับ แล้วยังเป็นการหาความรู้ในสิ่งใหม่ผ่านจากการประกวด นอกจากเวทีนี้แล้วพวกเราจะไม่หยุดที่จะหาเวทีการประกวดต่าง ๆ ครับ

เพราะนอกจากผลการประกวดแล้ว พวกเราได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในด้านดนตรีที่พวกเราอาจจะไม่รู้ในเรื่องต่าง ๆ นอกจากนี้พวกเรายังได้เพื่อนใหม่ต่างสถาบัน ซึ่งเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้พวกเราชอบในการเดินสายหาเวทีประกวดวงดนตรีครับ” วงราอูล เล่าให้ฟังถึงเหตุผลที่เข้าร่วมการประกวดในรายการนี้ พร้อมกับเล่าถึงแรงบันดาลใจในการตัดสินใจเข้าร่วมการประกวดต่อว่า

“แรงบันดาลใจของพวกเรา คือ ก่อนหน้านีพวกเรารู้กันไว้ว่าอยากหารายการแข่งประเภทวงดนตรีสักครั้งก่อนที่จะสำเร็จการศึกษา พวกเราเห็นการประกวดครั้งนี้ เลยตัดสินใจปรึกษากับทางอาจารย์ในสาขาวิชาซึ่งอาจารย์ได้ให้คำ

“ พวกเราคิดว่าการเข้าร่วมประกวดไม่ว่าจะเวทีนี้ หรือเวทีอื่น เราสามารถนำประสบการณ์มาต่อยอดได้ในระดับเวทีที่ใหญ่ขึ้น และนำความรู้มาพัฒนาทักษะในการโชว์ให้ออกมาดีมากกว่าเดิมยิ่งขึ้น รวมไปถึงการนำไปปรับใช้กับการเรียน และสามารถบอกเล่าถึงประสบการณ์ให้กับน้อง ๆ ภายในสาขาวิชา และยังนำไปใช้กับการทำงาน สายอาชีพของพวกเราในอนาคตได้อีกด้วยครับ

ปรึกษาในด้านการประกวดพวกเรากำลังตัดสินใจยื่นใบสมัครเข้าร่วมการแข่งขันรายการ “แจ๊สเกิด University Music Contest Season 4”

“ในส่วนของการเตรียมตัวพวกเราจะใช้เวลาว่างหลังจากเลิกเรียน และหลังทำงาน หาเวลาว่างพร้อมกัน เพื่อที่จะมาซ้อมโชว์ของพวกเรา ในระหว่างรอการันต์รวมวงทุกคนจะมีการเก็บรายละเอียดส่วนตัวเพื่อไม่ให้เสียเวลาในการซ้อมรวมวง ในส่วนของการเลือกเพลง พวกเราจะเลือกจากแนวเพลงที่ถนัดและมีความเป็นตัวของตัวเองมากที่สุดเพื่อทำโชว์ออกมาให้ดีที่สุด

ในส่วนของการประกวดค่อนข้างจะกดดันอย่างมาก เพราะวงอื่น ๆ มีการเตรียมตัวเป็นอย่างดีและมีสไตล์ในการแสดงที่แตกต่างกัน แต่พวกเราอาศัยการใช้สมาธิกับสิ่งที่วงได้ซ้อมมา และจดจ่อกับการแสดงที่พวกเราได้เตรียมไว้ให้กับกรรมการให้ผู้ที่เข้าชม บรรยายากาภายในงานถือว่ายอดเยี่ยมมากจริง ๆ ครับ” วงราอูล เล่าถึงบรรยากาศในการประกวดและการเตรียมตัวของวง



“การประกวดในครั้งนี้ พวกเราได้รับรางวัลชนะเลิศ ครีบี ซึ่งเป็นรางวัลที่เหนือความคาดหมายเป็นอย่างมากครับ เพราะในการประกวดครั้งนี้มีวงดนตรีเข้าร่วมการประกวดมากมาย และมีความโดดเด่นในแต่ละวงมาก ๆ ครับ แต่ละวงมีความพร้อมที่จะประกวดและมีความสามารถซึ่งพวกเรามีความตั้งใจที่จะสร้างความแตกต่างจากวงอื่น ๆ โดยใช้ความสนุกของพวกเราเข้าไปผสมกับเสียงเพลงที่แสดงออกมาครับ

พวกเราแสดงตามเพลงที่ได้เตรียมมาเต็มที่อย่างที่พวกเราซ้อม ซึ่งอาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้พวกเราประสบความสำเร็จในครั้งนี้ครับ” วงราอูล เล่าถึงรางวัลที่ได้รับ และความรู้สึกหลังจากการประกาศผล พร้อม ๆ กับเล่าถึงเหตุผลที่ทำให้วง ได้รับรางวัลในครั้งนี้

“นอกจากการประกวดในแต่ละครั้ง พวกเราจะมีการจัดแผนตารางเรียนและตารางการซ้อมในแต่ละอาทิตย์ เพื่อให้การซ้อมและการเรียนไม่มาทับซ้อนกันจนเสียการเรียนหาวันเวลาที่ตรงกันได้แล้วจึงนัดเวลาซ้อมกัน ถึงจะเหนื่อยแค่ไหนแต่ทุกคนก็พร้อมใจตั้งใจทำทุกอย่างและ

“ผมเชื่อว่าทุก ๆ คน มีความอยากในตัวเองครับ ต้องเริ่มลงมือทำแล้วเราจะได้รู้ว่าตัวเองทำได้ ออกมาดี ออกมาประสบความสำเร็จไหม เป็นเครื่องมือในการวัดความสามารถของเราได้อีกอย่างหนึ่งที่จะบอกว่าเราประสบความสำเร็จในตัวเองหรือไม่ครับ”

มีเป้าหมายเดียวกัน” วงราอูล เปิดใจถึงวิธีการแบ่งเวลาทั้งการเรียน และเวลาในการซ้อม พร้อมเปิดใจต่อถึงประโยชน์ที่วงราอูลจะได้รับจากการประกวดในครั้งนี้

“พวกเราคิดว่าการเข้าร่วมประกวดไม่ว่าจะเวทีนี้ หรือเวทีอื่น เราสามารถนำประสบการณ์มาต่อยอดได้ในระดับเวทีที่ใหญ่ขึ้น และนำความรู้มาพัฒนาทักษะในการโชว์ให้ออกมาดีมากกว่าเดิมยิ่งขึ้น รวมไปถึงการนำไปปรับใช้กับการเรียน และสามารถบอกเล่าถึงประสบการณ์ให้กับน้อง ๆ ภายในสาขาวิชา และยังนำไปใช้กับการทำงาน สายอาชีพของพวกเรา

ในอนาคตได้อีกด้วยครับ”

“สุดท้ายนี้พวกเรา วงราอูล ขอฝากข้อคิดให้กับทุก ๆ คนว่า ความอยากสามารถทำได้ทุกสิ่งในโลกครับ คำว่าอยากทุกคนพูดออกมาได้หมดครับ

อยู่ที่ว่าเราจะทำตามความอยากนั้นได้หรือไม่ อย่างพวกเราที่มีความอยากที่จะเข้าร่วมการประกวดวงดนตรี เพื่อเป็นการวัดระดับความสามารถของพวกเราทุกคนครับ ผมเชื่อว่าทุก ๆ คน มีความอยากในตัวเองครับ ต้องเริ่มลงมือทำแล้วเราจะได้รู้ว่าตัวเองทำได้ออกมาดี ออกมาประสบความสำเร็จไหม เป็นเครื่องมือในการวัดความสามารถของเราได้อีกอย่างหนึ่งที่จะบอกว่าเราประสบความสำเร็จในตัวเองหรือไม่ครับ” วงราอูล เปิดใจถึงท้ายถึงข้อคิดดี ๆ ให้กับ เพื่อน ๆ ที่มีใจรักในด้านดนตรี หรือด้านอื่นๆ ที่อยากจะแสดงความสามารถของตัวเอง แต่ยังไม่กล้าที่จะนำเสนอความสามารถของตนให้กับคนอื่นได้เห็น

...จบลงไปแล้วสำหรับบทสัมภาษณ์ของผลผลิตเมล็ดพันธุ์ชั้นดี ของมหาวิทยาลัยที่นำความรู้ ความสามารถที่ตนเองมีจนสามารถคว้ารางวัลได้อย่างสำเร็จ และนอกเหนือจากผลรางวัลที่ได้ นั่นคือประสบการณ์ที่ดี ที่จะนำมาปรับใช้กับอนาคตในสายดนตรีตามที่ตนเองถนัด...



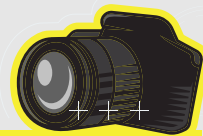


โครงการสื่อสาร เพื่อการเสริมสร้างสังคมแห่งความสุข Happiness in CRU

ณ ห้องกระจก ชั้น 1 อาคาร 28
เมื่อวันที่ 10 ตุลาคม ที่ผ่านมา



อบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรโดยใช้ ผลลัพธ์เป็นฐาน (OBE)



ประมวลภาพกิจกรรม

ณ ห้องประชุมจันทรจักร ชั้น 3 อาคารสำนักงานอธิการบดี เมื่อวันที่ 19 - 20 ตุลาคม ที่ผ่านมา





สมัครเรียนออนไลน์ 24 ชม. www.chandra.ac.th
โทร. 0 2942 5800, 0 2942 6800



Address

39/1 ถนนรัชดาภิเษก แขวงจันทรเกษม
เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900



Phone

0 2942 5800
0 2942 6800
ฟัอ 1111-3 ,7003-7004



e-Contact

pr.cru@chandra.ac.th