

จันทร์กระจ่างฟ้า

www.chandra.ac.th

จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์

ปีที่ ๑๔ ฉบับที่ ๒๔ ประจำวันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ - ๓ มีนาคม ๒๕๖๒

Human Plus สร้างฝันเยาวชนให้เป็นจริง กับกิจกรรมบริการวิชาการเพื่อชุมชน และสังคม

คณะมนุษยศาสตร์ฯ จัดกิจกรรมเพื่อรับใช้ชุมชนและการบริการวิชาการ Human Plus มนุษย์เพิ่มสุข กับกิจกรรม “FOOTBALL SUPERCUP EP.4” ซึ่งเกิดจากความร่วมมือของทางคณะ และ

หน่วยงานต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย ชุมชนพลโยธิน ๓๒ บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน) บริษัท เอฟ.บี.ที. สปอร์ตคอมเพล็กซ์ จำกัด และบริษัท พรทิพย์สปอร์ตแวร์ จำกัด เพื่อต้องการให้เยาวชนในชุมชนได้พัฒนาทักษะทางด้านกีฬาฟุตบอล และการมอบความรู้ด้านกีฬาฟุตบอล รวมไปถึงการแข่งขันกีฬาฟุตบอลกระชับมิตรระหว่างชุมชนและมหาวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุกานดา สารน้อย หัวหน้าภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ กล่าวว่า กิจกรรมครั้งนี้เป็นการจัดขึ้นเพื่อเปิดโอกาสให้กับเยาวชนในชุมชนได้แสดงความสามารถของตนผ่านกิจกรรมทางด้านกีฬา และเป็นความต้องการของเยาวชนในชุมชนพลโยธิน ๓๒ ซึ่งก่อนจัดกิจกรรมได้มีการสำรวจความต้องการของชุมชนอย่างละเอียด เพื่อทำเป็นโครงการวิจัย เพราะฉะนั้นกิจกรรมครั้งนี้เป็นผลงานวิจัยชุดของทางคณะ ซึ่งในแต่ละผลงานวิจัยชุดจะมีกิจกรรมพิเศษที่แตกต่างกันออกไป

“การบริการวิชาการของทางคณะได้ยึดถือพระราโชบาย ของสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๑๐ ที่ว่ามหาวิทยาลัยราชภัฏจะต้องพัฒนาท้องถิ่นของตนเองเพื่อมีส่วนร่วมในการพัฒนาและแก้ไขปัญหาให้กับชุมชน และรวมถึงการตอบสนองยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัย และยุทธศาสตร์ใหม่มหาวิทยาลัยราชภัฏ เพื่อเป็นการพัฒนาท้องถิ่น และยังเป็นการย้ำเตือนถึงพันธกิจที่สำคัญของมหาวิทยาลัยด้านการพัฒนาชุมชนท้องถิ่น และสังคม” ผศ.สุกานดา กล่าว

“กิจกรรมครั้งนี้ที่ทางคณะได้จัดขึ้น ซึ่งตรงกับผลงานวิจัยของคณะในหัวข้อของการใช้เวลาว่างของเยาวชน ซึ่งเยาวชนในชุมชนนั้นมีความต้องการที่จะเล่นฟุตบอลในสนามหญ้าจริง ซึ่งเด็ก ๆ เยาวชนได้มีโอกาสเล่นฟุตบอลในสนามที่เป็นปูน และเด็ก ๆ มีความฝันว่าอยากจะทำการเล่นฟุตบอลบนสนามหญ้าจริง ดังนั้นทางคณะจึงต้องการที่จะทำฝันของเยาวชนในชุมชนให้เป็นจริง” ผศ.สุกานดา กล่าว

ผศ.สุกานดา กล่าวต่อว่า ทางคณะดำเนินงานด้านบริการวิชาการแก่ชุมชน ซึ่งเป็นภารกิจหลักที่สำคัญภารกิจหนึ่งของมหาวิทยาลัย โดยทางคณะได้กำหนดพื้นที่เป้าหมาย เพื่อลงสำรวจชุมชนและบริการวิชาการแก่ชุมชนในเขตพื้นที่ให้บริการของมหาวิทยาลัย ซึ่งทางคณะต้องการให้มหาวิทยาลัยเป็น Hub คือศูนย์กลางของชุมชนทางด้านวิชาการ องค์ความรู้เทคโนโลยี และเป็นหัวใจให้กับชุมชนโดยรอบ เมื่อก่อนจะมีคำว่าบรรณารักษ์โรงเรียนเราคือสถานศึกษาเพราะฉะนั้นเราควรเป็น ศูนย์รวมองค์ความรู้ทางคุณภาพชีวิตให้แก่ชุมชน

หลวงนราธิวาสราชชนครินทร์ และสมามคมสงเสริมสถานภาพสตรีในพระอุปถัมภ์ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลีพระวรราชาทินัดดามาตุ

“อยากเชิญชวนทุกคนให้มาร่วมกับคอนเสิร์ตในครั้งนี้ นอกจากความสนุกสนานจากเหล่าศิลปินแล้ว เรายังได้ร่วมกันทำบุญด้วยครับ สำหรับใครที่สนใจ สามารถสั่งซื้อบัตรได้ทางเพจ Rock on The Moon หรือติดต่อที่เบอร์ ๐๙ ๕๕๒๐ ๔๗๔๓ (คุณพลุ๊ค) ๐๙ ๕๕๖๖ ๙๔๗๔ (คุณเว็บบ)” ประธานการจัดงานฯ กล่าว



เด่นในฉบับ

“หนุ่มฮ็อต” กับความมุ่งมั่น ตั้งใจพัฒนาศักยภาพคน สร้างวัฒนธรรมระดับประเทศ

Rock on the moon 2019 คอนเสิร์ตเพื่อการกุศล ด้านความรุนแรง

นักศึกษาดนตรีสากล จัดคอนเสิร์ตเพื่อการกุศล “Rock on The Moon : Stop WiolenC” ต่อต้านความรุนแรงในเด็กและสตรี นำความรู้สู่การปฏิบัติ ชวนศิลปินดังต่อต้านความรุนแรง

นายชวนากร ช่างษ์ นักศึกษาชั้นปีที่ ๓ สาขาวิชาดนตรีสากล คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ในฐานะประธานจัดงานครั้งนี้ กล่าวว่า ปัจจุบันเรื่องของความรุนแรงที่มีต่อเด็กและสตรีเกิดขึ้นมากมายในสังคมไทย มีหลากหลายรูปแบบ ทั้งทำร้ายร่างกาย จิตใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่ชาวดนตรีสากลเล็งเห็นว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องช่วยกันร่วมมือในการปฏิบัติและต่อต้านความรุนแรงนี้ จึงได้จัดการแสดงคอนเสิร์ตเพื่อการกุศล “Rock on The Moon : Stop WiolenC” เพื่อต่อต้านความรุนแรงในเด็กและสตรีขึ้น

“คอนเสิร์ต Rock on The Moon เหมือนเป็นประเพณีของสาขาวิชาที่จัดขึ้นทุกปี

และยังเป็นกิจกรรมที่สร้างการมีส่วนร่วมในการทำงานระหว่างนักศึกษาในสาขาวิชาทุกชั้น เนื่องจากการดำเนินงานทั้งหมด โดยนักศึกษาเป็นผู้ลงมือปฏิบัติ ซึ่งนำความรู้จากการเรียนการสอนมาปรับใช้” นายชวนากร กล่าว

ประธานการจัดงานฯ กล่าวต่อว่า คอนเสิร์ตครั้งนี้ ทางสาขาฯ ได้รวบรวมเหล่านักดนตรีที่มีชื่อเสียงมาให้ความสนุกและร่วมเป็นอีกหนึ่งเสียงในการรณรงค์ ต่อต้านความรุนแรง อาทิ วง ก๊วยไทย (เพลง เท้าชีวิต), วง Bedroom audio (เพลงรักมีสอง), วง ActArt (เพลงนอกจากชื่อฉัน) และวง Gliss (เพลงถอยครับ) นายชวนากร กล่าว

ประธานการจัดงานฯ กล่าวต่อว่า สำหรับรายได้ทั้งหมดหลังจากหักค่าใช้จ่าย จะมอบให้ ๒ องค์กร ได้แก่ มูลนิธิเด็กอ่อนในสลัม ในพระอุปถัมภ์สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอเจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรม



BOOK in my mind

อ่านเถอะครับ ถ้าเราเชื่อว่าสิ่งที่ทำมันดี หรือเราคิดว่าดี มันจะดี อย่างน้อยที่สุด ก็ทำให้ไม่เสียเวลาว่าง ๆ ครับ หนังสือทุกประเภทดีหมดครับ แต่จะดีแบบไหนขึ้นอยู่กับเราเป็นคนสร้างสรรค์และออกแบบมันครับ IWR: ขนาดเหรียญยังมีสองด้านเลยครับ

“อย่างแรกเลยต้องบอกว่า ได้แน่แน่ คือ ภาษาอังกฤษผมก็ไม่เก่งแต่อาศัย ไถ ไถเอาครับ อย่างที่สอง คือ เราจะได้ตามแนวโน้มของการศึกษา และการวิจัยได้อย่างไม่ล้าหลัง เพราะถ้าเป็นหนังสือ text book ก็จะไม่จบแค่นั้น แต่การศึกษาการวิจัยมันเป็นการต่อยอดจากหนังสือนี้แหละ สิ่งสำคัญเพราะวิทยาศาสตร์การกีฬา มันคือ applied science” หนึ่งประโยคแรกที่เกริ่นนำของ อาจารย์ยัวร์เมธ ประจงใจ หรืออาจารย์โม อาจารย์ประจำสาขาวิชา วิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์ ที่ได้บอกเล่าถึงประโยชน์ของการอ่านหนังสือเล่มนี้ ที่มีชื่อว่า “Science

and Racket Sports”

“หนังสือที่ผมอ่านเป็นประจำ มีชื่อว่า Science and Racket Sports ซึ่งเนื้อหาภายในเล่มจะเป็นหนังสือที่เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬา การศึกษา การวิจัย แนวทางการฝึก ที่เกี่ยวข้องกับกีฬาประเภทแร็กเก็ตโดยส่วนใหญ่ เช่น แบดมินตัน เทนนิส บิงปอง เป็นต้น รวมถึงไอเดียใหม่ ๆ จากผู้คนรอบโลก” อาจารย์โม ได้สรุปเนื้อหาที่ได้อ่านแล้วมาบอกเล่าให้พวกเราได้ทราบถึงเนื้อหาของหนังสือเล่มนี้

“ถ้าถามผมว่าทำไมถึงชอบหนังสือเล่มนี้จริง ๆ แล้ว ผมหลงใหลในกีฬาแบดมินตันมาตั้งแต่เด็ก ๆ เพราะเคยเป็นนักกีฬาแบดมินตัน เคยฝึกซ้อม เคยอยู่แคมป์ต่าง ๆ นา ๆ จนผมตัดสินใจผันตัวเองมาศึกษาด้านนี้โดยเฉพาะ ไม่ใช่เพราะผมอ้วนนะครับที่เลิกเล่น ผมซ้อมจนเกิดอาการบาดเจ็บต่างหาก ในหนังสือเล่มนี้นั้น ประกอบไปด้วย การศึกษา การวิจัย ไอเดียใหม่ จากทั่วประเทศที่เกี่ยวข้องกับกีฬาประเภทแร็กเก็ตทั้งหมด พอเราอ่านเราก็จะเกิดไอเดียใหม่ ๆ กับวิธีการฝึก แนวโน้มการวิจัยว่า ทุกวันนี้ทั่วโลกให้ความสนใจเรื่องอะไรบ้าง

ด้วยความที่ศึกษาวิทยาศาสตร์การกีฬา พอเจอหนังสือเล่มนี้ มันแบบว่าใช่ จะกระตุ้นต่อมสร้างสรรค์ในตัวเรา มันทำให้เรามองในมุมที่เราไม่เคยมองในกีฬาแบดมินตัน จุดเล็ก



ๆ ที่เรามองข้าม Less is more ทำให้คนอื่นให้ความสนใจ รวมทั้งกีฬาแบดมินตันเป็นกีฬาที่ประกอบด้วย ศาสตร์ คือ วิทยาศาสตร์ และศิลป์ คือ ศิลปะการเอาชนะฝั่งตรงกันข้าม เช่น แผนการเล่น เป็นต้น” อาจารย์โม ได้เล่าถึงเหตุผลที่ตนชอบและหลงใหลกับหนังสือเล่มนี้พร้อมกับชวนให้คนอื่นได้มีนิสัยรักการอ่านว่า

“อ่านเถอะครับ ถ้าเราเชื่อว่าสิ่งที่ทำมันดี หรือเราคิดว่าดี มันจะดี อย่างน้อยที่สุด ก็ทำให้ไม่เสียเวลาว่าง ๆ ครับ หนังสือทุกประเภทดีหมดครับ แต่จะดีแบบไหนขึ้นอยู่กับเราเป็นคนสร้างสรรค์และออกแบบมันครับ เพราะขนาดเหรียญยังมีสองด้านเลยครับ”



He&She
said

“เคล็ด (ไม่) ลับ จำไปสอบ”

ฤดูกาลสอบกลางภาคเริ่มต้นขึ้นแล้ว น้อง ๆ หลายคนก็จินตนาการกันได้ไม่ยากเลยว่าชีวิตจะต้องตื่นมาอ่านหนังสือ อ่านหนังสือ อ่านหนังสือ และการจัดการกับวิธีไหนที่จะทำให้จำตำราเรียนได้ขึ้นใจที่สุด เราลองมาฟังหนุ่ม สาว จันทรเกษม ที่จะมาบอกเคล็ดลับในการอ่านหนังสือสอบ กันครับ

นางสาวลวณรัตน์ จันรัตน์ (มก)

นักศึกษาชั้นปีที่ ๑ สาขาวิชาการจัดการ คณะวิทยาการจัดการ

สำหรับตัวหนูเองจะฟังที่อาจารย์สอนในคาบให้เข้าใจก่อนเป็นอันดับแรกและเป็นเคล็ดลับที่สำคัญมากค่ะ พอเราเข้าใจคอนเซ็ปของวิชานั้น ๆ แล้ว เราก็จะรู้จุดที่เราจะต้องเน้นตรงไหน และต้องมาอ่านหนังสือตรงไหนบ้าง แล้วก็เอาที่เราขีดปากกาไฮไลต์ไว้มาเขียนลงสมุดสรุปโดยใช้ปากกาสีต่าง ๆ ค่ะ เพราะปากกาแต่ละสีจะช่วยในเรื่องของการจำค่ะ ลองจำไปใช้ น่าจะสามารถช่วยเตือนความจำได้อย่างดีค่ะ

นายนายภณพพน เกาสวรรธ (ตุลย์)

นักศึกษาชั้นปีที่ ๑ สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์

เคล็ดลับของผมในการอ่านหนังสือในช่วงของการสอบ คือจะอ่านในเป็นส่วนที่สำคัญที่ได้จดไว้ในห้องเรียนก่อนสองรอบ แล้วนำส่วนที่สำคัญของเนื้อหา นั้น ๆ มาสรุปออกมาเป็นแผนผัง รูปภาพ แล้วก็อ่านอีก ๒-๓ รอบ ตอนอ่านก็จะพูดออกเสียง เพื่อที่จะทำให้เข้าใจง่ายและจำได้เร็วครับ เพราะการอ่านออกเสียงจะเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้เราจำเนื้อหาได้ดีครับ





สารจากผู้บริหาร

สวัสดิ์ท่านผู้บริหาร คณาจารย์ บุคลากร และนักศึกษาทุกท่าน

ตามที่วิทยาลัยการแพทย์ทางเลือก ได้ทำความร่วมมือข้อตกลง (MOU) กับมหาวิทยาลัยการแพทย์แผนจีนเหลียวหนิง วิทยาลัยฯของเราได้มีโอกาสต้อนรับ ศ.ดร.จาง ชง ซิน แพทย์จีนผู้เชี่ยวชาญด้านการฝังเข็ม การนวดทุยหนา รักษาอาการกล้ามเนื้ออ่อนแรง อัมพฤกษ์ อัมพาต มาปฏิบัติหน้าที่แพทย์จีนผู้เชี่ยวชาญประจำสถานพยาบาลการแพทย์แผนจีน และสอนนักศึกษาหลักสูตรการแพทย์แผนจีน และอบรมความรู้ด้านศาสตร์การแพทย์แผนจีนเพิ่มเติมให้กับอาจารย์แพทย์จีนของวิทยาลัยการแพทย์ทางเลือกอีกด้วย ท่านใดมีใครรู้จักที่ป่วยเป็นอาการดังกล่าวสามารถแนะนำ เวะเวียนมารักษาได้ทุกวันจันทร์และศุกร์ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๒.๐๐ น. ศ.ดร.จาง ชง ซินจะปฏิบัติงานที่วิทยาลัยฯ จนถึงเดือนกรกฎาคม ๒๕๖๒

นอกจากนี้สถานพยาบาลการแพทย์แผนจีน วิทยาลัยการแพทย์ทางเลือก ได้ดำเนินการจัดตั้งศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีน ตั้งอยู่ที่ชั้น ๔ อาคารสถานพยาบาลการแพทย์แผนจีน มีอุปกรณ์การแพทย์ที่ได้มาตรฐานเพื่อให้บริการแก่ผู้ป่วย คาดว่าจะสามารถเปิดให้บริการได้ในเร็ว ๆ นี้

ในส่วนของการจัดการเรียนการสอน ปีการศึกษา ๒๕๖๒ วิทยาลัยการแพทย์ทางเลือกได้พัฒนาการเรียนการสอนให้ทันสมัยยิ่งขึ้น ด้วยการจัดทำสื่อการเรียนการสอนในรูปแบบเกมเสมือนจริง (Virtual Reality : VR) ให้นักศึกษาแพทย์จีนใช้เรียนในรายวิชากายวิภาคศาสตร์ และยาสมุนไพรจีน ซึ่งสื่อการเรียนรูปแบบนี้จะทำให้นักศึกษาได้เปิดประสบการณ์ใหม่ที่ได้ทั้งความรู้และความสนุกเพลิดเพลินไปพร้อม ๆ กันและสามารถทบทวนความรู้ได้ตลอดระยะเวลา

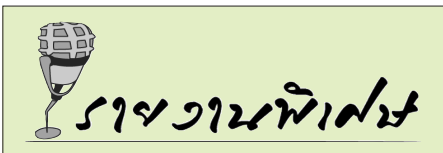


อาจารย์พิสุทธิ พวงนาค
คณบดีวิทยาลัยการแพทย์ทางเลือก





“หนุ่มฮึด” กับ ความมุ่งมั่น ตั้งใจ พัฒนาศักยภาพตน สู่รางวัลระดับประเทศ



จารุวรรณ

สัปดาห์นี้ทีมงานจันทร์กระจ่างฟ้าขอแสดงความยินดีกับ “ฮึด” นายเฉลิมเกียรติ ยะประโคน นักศึกษาชั้นปีที่ ๔ สาขาวิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ ที่ได้รับรางวัลรางวัลรองชนะเลิศ ในเวทีการประกวดสุนทรพจน์อุดมศึกษาเฉลิมพระเกียรติ “พระบรมราชจักรีวงศ์” ซึ่งด้วยพระราชทานสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ณ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อเร็ว ๆ นี้

เมื่อแสดงความยินดีกันไปเป็นที่เรียบร้อยแล้ว เราจะมาเจาะลึกกับหนุ่มหล่อหน้าใสคนนี้ ที่มีดีการประกวดมากมาย และ

การประกวดเวทีระดับประเทศนี้ ที่เขาสามารถคว้ารางวัลระดับประเทศ เรามาพูดคุยถึงจุดเริ่มต้นในก้าวสู่เวทีการประกวดกันเลยละ

“สำหรับเวทีการประกวดสุนทรพจน์อุดมศึกษาเฉลิมเกียรติ ซึ่งด้วยพระราชทานนี้ผมได้รับโอกาสสามสามครั้งครับ ครั้งแรกคือตอนที่ผมกำลังศึกษาชั้นปีที่ ๒ ถือเป็นกาประกวดเวทีใหญ่ครั้งแรกในรั้วมหาวิทยาลัยของเราเอง ตื่นเต้นและค่อนข้างกดดันมากครับ ว่าเราจะทำได้ไหม แต่ผลปรากฏว่าเกินความคาดหมายครับ ผมผ่านเข้าสู่ระดับประเทศ และได้รับรางวัล ชมเชย หรือลำดับที่ ๓ ของประเทศมาแบบงง ๆ เพราะขณะแข่งขันยอมรับว่าทุกคนเก่ง และมีศักยภาพมาก แต่ละคนเตรียมตัวมาค่อนข้างดีเลยทีเดียว

ในปีถัดมาผมได้เข้าร่วมการแข่งขันอีกครั้ง และก็เป็นที่อีกหนึ่งปีครับที่เข้าสู่ระดับเขต แต่กว่าจะเข้าสู่ระดับประเทศได้การคัดเลือกค่อนข้างเข้มข้นขึ้นเรื่อย ๆ แต่ท้าย

ที่สุดก็พลาดรางวัลไปครับ อาจจะเป็นเพราะความประหม่าที่เกิดขึ้น ผสมกับความกดดันว่าจะทำได้เท่าปีที่แล้วหรือเปล่า สุดท้ายก็พลาดหลายจุดเลยครับ แต่ถือว่าเป็นบทเรียนประสบการณ์เพื่อให้เรามีสติ สมาธิ และระวังตัวมากขึ้น

ในปีสุดท้ายของผม หรือครั้งที่สามผมยังคงได้รับโอกาสแข่งขันในเวทีนี้อีกครั้ง จะเรียกว่าทั้งทวนก็น่าจะได้ ต้องยอมรับเลยครับว่าช่วงคัดเลือกและฝึกซ้อมรอบภูมิภาคผมค่อนข้างกดดันตัวเองมาก มากกว่าทุก ๆ ครั้ง เพราะเนื่องด้วยเราอยู่ชั้นปีที่ ๔ มีหลายสิ่งอย่างที่เราต้องรับผิดชอบทั้งงานวิจัยจบ การเตรียมฝึกงาน ด้วยสิ่งเหล่านี้จึงทำให้เรากดดันในที่สุด

แต่เมื่อได้เข้าสู่ระดับประเทศอีกครั้ง ซึ่งคาบเกี่ยวกับช่วงที่ผมต้องออกฝึกงานพอดี แทบไม่มีได้ซ้อมเลยครับ กลับจากที่ฝึกงานก็ค่ำมากแล้ว ทำให้ผมเปลี่ยนความคิด

เจ้าของ : งานประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม เลขที่ ๓๙/๑ ถนนรัชดาภิเษก แขวงจันทรเกษม เขตจตุจักร กทม. ๑๐๓๐๐ บรรณาธิการ วีระชัย ดระหงษ์งานกิจกองบรรณาธิการ : บุญเกียรติ ชีระภากร, อ้อมฤทัย แสงแดง, จารุวรรณ จันทมาลา, กักราวพ นิกธิดชาติ, พุดฉวีวงศ์ มั่นดินแดง, ดนิตา แสงสาคร, ธนพว เฉลียวจิตวณิช

เพื่อเป็นการช่วยลดภาวะโลกร้อนจากการใช้กระดาษ “จันทร์กระจ่างฟ้า” ขอความร่วมมือใช้การติดต่อสื่อสารผ่านทาง jankajangfa@gmail.com



สำหรับตัวผม ถ้าหากเราได้รับโอกาสไม่ว่าจากใคร จากอะไรก็ตาม หรือแม้แต่โอกาสจากตัวเราเอง ให้เราจงทำมันให้เต็มที่ตั้งแต่แรกเริ่ม เพราะมันจะกลายเป็นทุน นำสู่ผลกำไรสำหรับเราในที่สุด ซึ่งสิ่งนี้ถือได้ว่าสำคัญมากครับ ทุกคนรู้จักดีกับคำว่าประสบการณ์ ตามท้องตลาดไม่มีขายนะครับ เราต้องลงพื้นที่ หรือแหล่งของประสบการณ์ด้วยตนเองเท่านั้น

ตอนนั้นเลยว่า การแข่งขันครั้งนี้ผมจะทำให้ดีที่สุด เท่าที่ผมจะทำได้ ผมจะพูดในสิ่งที่ผมอยากพูด (เนื่องด้วยการประกวดมีรอบพูดฉบับพล้นหรือการพูดสด) พูดออกมาจากความรู้สึก ผมใช้เวลาหนึ่งอาทิตย์ก่อนแข่งในการเตรียมบท แต่ฝึกซ้อมจริงจังในสามวันสุดท้าย ตอนนั้นค่อนข้างมีวินัยต่อตนเองมากครับ ท้ายที่สุดผมก็ได้รางวัลรองชนะเลิศ ระดับชาติ มาฝากเพื่อนพี่น้องจันทร์เกษมก่อนจะจบจากที่นี่ไปครับ” หนุ่มอ๊อด เล่าถึงการก้าวสู่การเข้าประกวดในเวทีระดับชาติทั้ง ๓ ครั้ง และยังเล่าถึงการพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอว่า

“สำหรับตัวผม ถ้าหากเราได้รับโอกาสไม่ว่าจากใคร จากอะไรก็ตาม หรือแม้แต่โอกาสจากตัวเราเอง ให้เราจงทำมันให้เต็มที่ตั้งแต่แรกเริ่ม เพราะมันจะกลายเป็นทุน นำสู่ผลกำไรสำหรับเราในที่สุด ซึ่งสิ่งนี้ถือได้ว่าสำคัญมากครับ ทุกคนรู้จักดีกับคำว่าประสบการณ์ ตามท้องตลาดไม่มีขายนะครับ เราต้องลงพื้นที่ หรือแหล่งของประสบการณ์ด้วยตนเองเท่านั้น

เมื่อผมได้รับโอกาสอีกครั้ง ผมจึงนำประสบการณ์เหล่านั้นที่ผมเคยลงพื้นที่ไขว่คว้าหามา ซึ่งล้วนแล้วแต่ถูกเติมเต็มไป ด้วยความรู้ ความคิด หรือแม้แต่ข้อระวัง มาเป็นบทเรียน จากนั้นจึงค่อย ๆ เติบโตความตั้งใจ ความเพียร ความมุ่งมั่น และสิ่งสำคัญคือ การรู้เป้าหมายที่แน่ชัด ข้อนี้สำคัญมากครับ เพราะมันจะทำให้เรามีสติรู้ตัว ว่าเรากำลังทำอะไร และท้ายที่สุด มันก็จะกลายเป็นความสำเร็จที่อาจจะไม่ใช่ชัยชนะ”

“สำหรับตัวผมแล้ว คิดว่าภาษาไทยไม่ใช่เรื่องยากครับ เป็นอัตลักษณ์ที่ติดตัวเรามาแต่กำเนิด แต่อาจจะมีความยากขึ้นมาหน่อย หากเราจะต้องนำมาประยุกต์ใช้กับการกล่าวสุนทรพจน์ คือ การกล่าวให้คนคล้อยตาม และเข้าใจในสิ่งที่เราต้องการจะสื่อสาร

ดังนั้นเราจึงมีการเตรียมข้อมูล และสำคัญ คือการใช้ภาษาที่จะทำให้คนคล้อยตาม จึงต้องมีการศึกษา ฝึกฝน และฝึกซ้อม โดยเฉพาะยิ่งเวทีการประกวดสุนทรพจน์ เฉลิมเกียรติสิ่งจำเป็นอีกอย่าง คือการใช้คำราชาศัพท์ให้ถูกต้อง และนี่จึงเป็นอีกหนึ่งการบ้านที่ผมจะต้องศึกษาไว้ครับ เพราะถ้าหากเราได้ทำในสิ่งที่ตนเองรัก ก็มักจะมีความสุขเสมอ สนุกดีครับกับการพัฒนาตนเอง” หนุ่มอ๊อด เล่าถึงการใช้ภาษาไทยในการกล่าวสุนทรพจน์ว่าไม่ได้ยากอย่างที่คิด แต่ต้องรู้จักวิธี และฝึกฝนอย่างจริงจัง อีกทั้งยังกล่าวถึงบุคคลเบื้องหลังที่ให้การสนับสนุนเข้ามาโดยตลอดว่า “ผมต้องขอใช้พื้นที่นี้ขอบคุณอาจารย์ และมหาวิทยาลัยเป็นอย่างดีที่คอยติดตาม ให้กำลังใจ ทั้งอาจารย์ที่สาขาชีววิทยา อาจารย์ที่คณะวิทยาศาสตร์ที่คอยช่วยเหลือ และสนับสนุน ขอบคุณเพื่อน ๆ ที่คอยตามงาน เป็นกำลังใจ ตามไปเชียร์ ขอบคุณครอบครัวที่โทรมารับฟังและให้กำลังใจทุกครั้ง จนกระทั่งวันแข่งขัน และอีกสิ่งสำคัญ คือ ขอบคุณอาจารย์ที่คอยฝึกซ้อมของผม นั่นคืออาจารย์เอกพล กันทอง และอาจารย์ศิริพร สุวัฒน์สุข อาจารย์ประจำสาขาวิชาภาษาไทย ที่คอยคอยสละเวลามาเพื่อควบคุมการฝึกซ้อม ต้องขอบพระคุณมากครับ”

“ปีนี้ผมอยู่ชั้นปีที่ ๔ แล้ว อยากร

ฝากถึงน้อง ๆ ที่อยากจะก้าวเดินในเวทีการประกวดนั้น ผมว่าลองทำเถอะครับ ลองเปิดโอกาสให้ตัวเอง อย่าเพิ่งไปคาดหวัง ว่าเราจะได้ที่หนึ่งเท่านั้น ผมว่าสิ่งสำคัญหากเราคิดจะทำอะไร มันอยู่ที่ใจล้วน ๆ ครับ อาจยากบ้างใจเป็นตัวช่วยหนุน เอาชนะความกลัวของตัวเองให้ได้ พยายามมองข้ามคู่แข่ง และจงมีสติอยู่กับตัวเอง ว่าเรามาทำอะไร ทำเพื่อใคร และอะไรคือจุดมุ่งหมายหลักของเรา โดยมองข้ามคำว่าชนะ หรือ แพ้ ไป เพราะอย่างน้อย ๆ ก็ได้เพื่อนเก่ง ๆ จากการแข่งขัน ในวันข้างหน้าเราอาจจะได้มาเจอกันอีก ได้มาแชร์ประสบการณ์และทักษะร่วมกัน

ดังนั้นหากน้อง ๆ สนใจ จงลองกล้าหาญที่จะทำสิ่งนั้นดูครับ อย่างน้อยอาจจะไม่ชนะคู่แข่ง แต่เราจะกลายเป็นคนที่ชนะตัวเองในที่สุด เพราะจริง ๆ แล้วคู่แข่งที่น่ากลัวที่สุดก็คือใจเราเองครับ จงดับความกลัวด้วยการฝึกฝน มุ่งมั่น และตั้งใจ สักวันเราจะสามารถก้าวถึงจุดสูงสุดที่ตนเองตั้งไว้ได้อย่างแน่นอนครับ” หนุ่มอ๊อด ทิ้งท้ายถึงน้อง ๆ ที่มีใจรักในการประกวดหรืออยากจะทำประสบการณ์ได้อย่างน่าปลื้มใจ



การอบรมเชิงปฏิบัติการ “การกำหนดตัวชี้วัด และการติดตามประเมินแผนงานโครงการ”

ณ ห้องประชุมจันทร์จรัสชั้น ๓ อาคาร สำนักงานอธิการบดี เมื่อวันที่ ๒๑ - ๒๒ กุมภาพันธ์ ที่ผ่านมา



มอบเกียรติบัตร ในการประกวดผลงาน โครงการเยาวชนรุ่นใหม่ใส่ใจคุณธรรมให้แก่นักเรียน

ณ โรงเรียนประชานิเวศน์ และ โรงเรียนมัธยมประชานิเวศน์ เมื่อวันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ที่ผ่านมา



การทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิต และประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานได้ดียิ่งขึ้น

ณ ชั้น ๑ อาคาร ๒๖ คณะวิทยาศาสตร์ เมื่อวันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ที่ผ่านมา





มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
Chandrakasem Rajabhat University

เลือกในสิ่งที่

“ชอบ”

เป็นในสิ่งที่

“ใช่”

ก้าวไกลสู่มืออาชีพ

รับสมัครนักศึกษาใหม่



- Never regret. If it's good, it's wonderful.
- If it's bad, it's experience.
- อย่าเสียดายกับสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิต
- หากมันดี มันก็เป็นเรื่องที่ดี
- แต่หากมันเลวร้าย มันก็เป็นประสบการณ์ชีวิต

