



จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์  
JOURNAL WEEKLY

# จดหมายข่าว จันทร์กระจ่างฟ้า รายสัปดาห์

ฉบับที่ 26 ปีที่ 19 วันที่ 11 - 24 มีนาคม 2567



- รวมพลศ. จัดกิจกรรมสู่น้อง
- “วาริส” ขึ้นแท่นนายกฯ คนใหม่



## หารือด้านวิชาการ

รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ไชยศุกรารกุล รักษาการแทนอธิการบดี ให้การต้อนรับตัวแทนของมหาวิทยาลัย Osaka Kyoiku University ประเทศญี่ปุ่น เพื่อปรึกษาหารือการทำความร่วมมือด้านวิชาการร่วมกัน ณ ห้องประชุมมาติจ ชุมสาย ชั้น 4 อาคารสำนักงานอธิการบดี เมื่อเร็ว ๆ นี้



- จิตวิทยา ห่วงใยนักศึกษาชมจช. ให้บริการ ศูนย์การปรึกษาเชิงจิตวิทยา



- การเลือกตั้งนายกองค์การนักศึกษา ประจำปี 2567
- การประเมินพัฒนาการเพื่อคัดเลือกเข้าศึกษา ในระดับชั้นอนุบาล และประถมศึกษา
- การประชุมบุคลากรสายวิชาการและสายสนับสนุนวิชาการ...

จดหมายข่าวจันทร์กระจ่างฟ้ารายสัปดาห์ออนไลน์

บรรณาธิการ : วีระชัย ตรีหน้าทึง กองบรรณาธิการ : จารุวรรณ จันทร์มาลา  
ธนพล เติลยวจิตวนิช, อ้อมกฤษี แสงแฉง, คณิตา แสงสาคร, พรประพัฒน์ บัวพิมพ์

JANKAJANGFA  
WEEKLY ONLINE



# รวมพลนศ. จัดกิจกรรมสู่น้อง จัดค่ายอาสาปันฝัน ครั้งที่ 3



นักศึกษาชมรม NBI-YOUTH CRU มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม ร่วมกับ Giving from us RMUTP มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จัดกิจกรรมค่ายอาสา “ปันรัก ปันฝัน จากพี่สู่น้อง ครั้งที่ 3” เป็นกิจกรรมที่จะฝึกฝนนักศึกษาให้เป็นผู้มีจิตอาสา และเป็นผู้ให้โดยไม่หวังผลตอบแทน ซึ่งถือได้ว่าเป็นกิจกรรมที่ให้นักศึกษาได้พัฒนา เรียนรู้ ฝึกฝนด้วยหลักการ กระบวนการที่เรียกว่า ความเป็นผู้มีจิตอาสาอย่างแท้จริง

นายพัฒนศาล นวลศิริ นักศึกษา ชั้นปีที่ 3 สาขาวิชาสังคมศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ภาควิชาโครงการ กล่าวว่า โครงการค่ายอาสาครั้งนี้ เกิดขึ้นจากนักศึกษา 3 มหาวิทยาลัย คือ มรภ.จันทรเกษม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร และ มรภ.สวนสุนันทา ซึ่งเป็นการเปิดรับระดมทุนการศึกษาและรับของบริจาค และที่สำคัญคือการได้รับการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม ที่ช่วยส่งเสริมนักศึกษาจึงทำให้เกิดค่ายในครั้งนี้ “รูปแบบของค่ายปันรัก ปันฝัน เป็นค่ายอาสาแห่งการเรียนรู้ของนักศึกษาและน้อง ๆ นักเรียน ทั้งแนวการปฏิบัติกิจกรรมจิตอาสา การฝึกทักษะ การอยู่ร่วมกันในสังคม การทำงานเป็นทีม ซึ่งเรียกได้ว่าเป็นขบวนการแห่งการเรียนรู้ และสามารถนำมาสู่คำว่า “สร้าง”

คือ การปรับปรุงภูมิทัศน์ภายในโรงเรียน และ “เสริม” คือ การส่งเสริมพัฒนาการของนักเรียนจากกิจกรรมที่จัด” ภาควิชาโครงการ กล่าว

ด้านของนายอนุชา สีห่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 สาขาวิชาภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ อีกหนึ่งประธานของโครงการนี้ กล่าวว่า ความรู้สึกที่ได้เข้าร่วมค่าย จากที่เคยเป็นนักศึกษาในการใช้ชีวิตและเรียนในมหาวิทยาลัย ได้เห็นคุณค่าในตัวเองที่จะทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม และเห็นความสำคัญของเยาวชนในการพัฒนาชาติ ซึ่งสิ่งที่ประทับใจในค่ายครั้งนี้คือรอยยิ้มของน้อง ๆ และมิตรภาพของผู้จัดทุกคนในค่าย ที่ได้ร่วมทำกิจกรรมร่วมกันผ่านการให้ การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้ค่ายครั้งนี้อบอุ่น เหมือนครอบครัวที่ชื่อว่า “ปันรัก ปันฝัน”

ปิดทึบเลือกตั้ง ผลเอกฉันท์ส่ง “วาริส” เบอร์ 1 เป็นว่าที่นายกองค์การนักศึกษาคนใหม่ พร้อมเดินหน้าลุยทำงานตามนโยบาย รับฟังปัญหา เปลี่ยนแปลงปรับปรุงส่งเสริมศักยภาพนักศึกษา เพื่อประโยชน์ของนักศึกษา

นายวาริส หลังยาหน่าย นักศึกษาชั้นปีที่ 3 สาขาวิชาสังคมศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ กล่าว ว่า เมื่อวันที่ 5 มีนาคมที่ผ่านมา ได้มีการเลือกตั้งนายกองค์การนักศึกษา ประจำปีการศึกษา 2567 ซึ่งผลการนับคะแนนได้รับเลือกเป็นนายกองค์การนักศึกษาคนใหม่ ด้วยคะแนน 1,218 คะแนน จากผู้ลงคะแนน 1,982 เสียง โดยจะมีการประกาศแต่งตั้งอย่างเป็นทางการต่อไป

“เมื่อได้รับตำแหน่งอย่างเป็นทางการ ตนเองและทีมงานจะตั้งใจทำงานตามนโยบาย “ร ป ส” ที่ได้นำเสนอไว้ ซึ่ง “ร” คือ รับฟังข้อเสนอแนะ ความคิดเห็นโดย

## “วาริส” ขึ้นแทนนายกฯ คนใหม่ พร้อมเดินหน้าโยบาย “ร ป ส”

รับฟังผ่านช่องทางออนไลน์ โดยนักศึกษาสามารถบอกถึงปัญหาที่พบ หรือต้องการให้แก้ไข ต้องการพัฒนาในด้านใดก็ส่งมาได้ ส่วน “ป” คือ เปลี่ยนแปลงปรับปรุงลานจอดรถ เพื่อให้การจอดรถเป็นระเบียบมากขึ้น เพิ่มพื้นที่สีเขียวให้มหาวิทยาลัย เพื่อให้นักศึกษาได้ใช้พื้นที่ในการทำงานหรือทำกิจกรรม ปรับปรุงบำบัดน้ำเสีย สร้างบรรยากาศที่ดียิ่งขึ้น และ “ส” คือ ส่งเสริมศักยภาพนักศึกษาโดยไม่ปิดกั้นความหลากหลาย ส่งเสริมกิจกรรมส่งต่อหนังสือจากพี่สู่น้อง และส่งเสริมกิจกรรมยกระดับมหาวิทยาลัยในทุกช่องทาง รวมไปถึงการจัดตารางการประชาสัมพันธ์ เพื่อให้เข้าถึงกลุ่มนักศึกษามากยิ่งขึ้น



ว่าที่นายกองค์การนักศึกษา ประจำปีการศึกษา 2567

ผมขอขอบคุณนักศึกษาทุกคนที่ออกมาใช้สิทธิเลือกตั้งในครั้งนี้ ผมและทีมงานจะเดินหน้าพัฒนางาน พัฒนากิจกรรมอย่างเต็มที่ เพื่อประโยชน์สูงสุดของนักศึกษาทุกคนครับ ขอขอบคุณที่สนับสนุนผมครับ” นายวาริส กล่าว



## อาหารมังสวิรัต! กินอย่างไร... ให้สุขภาพดี

สัปดาห์นี้ เรามาเอาใจออก  
อาหารมังสวิรัตินมังคละ หรือในภาษาอังกฤษคือ Vegetarian diet หลาย  
คนอาจทราบเพียงแค่ว่าไม่ทานเนื้อสัตว์  
ก็เป็นสายอาหารมังแล้ว! เราจึงมา  
ทำความรู้จักการกินมังสวิรัติตั้งแต่  
ประเภท และกินแล้วดีอย่างไรกันคะ  
มาเริ่มกันที่ **Lacto-vegetarian** คือมังสวิรัติตั้งแต่วันเนื้อสัตว์



ทุกชนิด และไข่ แต่สามารถกินนม และ  
ผลิตภัณฑ์จากนม เช่น โยเกิร์ต เนย ชีส ได้  
ต่อมาที่ **Ovo-vegetarian** คือมังสวิรัติตั้ง  
แต่วันเนื้อสัตว์ นมและผลิตภัณฑ์จากนม  
ทุกชนิด แต่สามารถกินไข่ได้

ในส่วนของประเทศ **Lacto-ovo vegetarian** คือมังสวิรัติตั้งแต่วันเนื้อ  
สัตว์ทุกชนิด แต่สามารถกิน ไข่ นมและ  
ผลิตภัณฑ์จากนมได้ สำหรับ **Pescatarian**  
คือมังสวิรัติตั้งแต่วัน ไข่ นมและผลิตภัณฑ์  
จากนม เนื้อสัตว์ทุกชนิด ยกเว้นปลา

และประเภทสุดท้าย **egan** คือ  
มังสวิรัติตั้งแต่วันทั้ง ไข่ นม และเนื้อสัตว์  
ทุกชนิด ซึ่งจะใกล้เคียงกับอาหารเจ แต่จะ  
แตกต่างกันตรงที่ต้องงดเว้นผักที่มีกลิ่นฉุน  
5 ชนิด ซึ่งได้แก่ กระเทียม หัวหอม หลัก  
เกียว กุยช่าย และใบยาสูบ

แต่ทว่าหากจะกินมังสวิรัติตั้งแต่  
ประเภทให้สุขภาพดี ต้องทานอย่างไร?

มาเริ่มที่ **Lacto vegetarian**  
ต้องกินโปรตีนจาก เต้าหู้ นม โยเกิร์ตจึง  
จะดี ในส่วน **Ovo-vegetarian** แนะนำ  
ให้กินไข่ขาว แต่ไข่แดงไม่ควรเกิน 1-2 ฟอง  
วัน ผู้ที่มีไขมันในเลือดผิดปกติ แนะนำไข่  
แดงไม่เกิน 3-4 ฟองต่อสัปดาห์



สำหรับ **Lacto-ovo vegetarian** ต้องกินโปรตีนจาก ไข่ นม  
โยเกิร์ต เต้าหู้จะได้รับประโยชน์สูงสุดใน  
ส่วนของ **Pescatarian** จะต้องกิน  
โปรตีนจากปลา หรือเต้าหู้ก็ได้ จะดีมาก ๆ

สุดท้ายสำหรับประเภท **Vegan** นั้น แหล่งโปรตีนหลักมาจาก  
เต้าหู้และถั่วธัญพืชต่าง ๆ ซึ่งผู้ที่กิน  
มังสวิรัติตั้งแต่ Vegan นี้ มีความเสี่ยง  
ต่อการขาดวิตามินบี12 จำเป็นต้องได้  
รับการเสริมวิตามินบี12 โดยทดแทน  
ในรูปแบบผลิตภัณฑ์เสริมอาหารได้คะ  
ทราบกันอย่างนี้แล้ว! เชื่อว่า  
ทุกคนคงสามารถกิน “มังสวิรัติตั้ง” กัน  
ได้อย่างถูกวิธีและเกิดประโยชน์ต่อ  
ร่างกายตนเองอย่างแน่นอนคะ

ที่มา : [www.theptarin.com](http://www.theptarin.com)



## 3 แอป! เตือนความจำ ช่วยให้เป็นระเบียบยิ่งขึ้น!

เรียนทุกวัน การบ้านก็เยอะ!  
มาลปตัวเองคนที่ชีวิตยุ่งเหยิงออกไป  
แล้วเพิ่มแอปฯ แพลนเนอร์เจ๋ง ๆ เก็บ  
เอาไว้ในสมาร์ตโฟนของตัวเองกันดีกว่า  
ซึ่งจะเป็นตัวช่วยเตือนความจำ จัดการ  
ตารางเวลา และจัดระเบียบชีวิตได้เป็น  
อย่างดี กับ 3 แอปฯ แพลนเนอร์ที่ช่วย  
ได้แน่นอน! ไปดูกันเลย

เริ่มที่ **Google Calendar**  
เรียกว่าเป็นสมุดแพลนเนอร์ในรูปแบบ  
แบบดิจิทัล มี  
มุมมองปฏิทิน  
ให้เลือกหลากหลายแบบ ทั้ง  
แบบ รายวัน



รายสัปดาห์ และรายเดือน อยากทำ To do list  
จดนัดหมายกิจกรรม วันเกิด นัดหมายการ  
ประชุม หรือจะส่งค่าเชิญให้คนอื่น ๆ ก็ทำได้  
อีกทั้งยังมีฟังก์ชันแจ้งเตือน ช่วย  
แจ้งเตือนหมายที่เราบันทึกเอาไว้ทางอีเมล  
หรือสมาร์ตโฟน นอกจากนี้ คุณยังสามารถ  
ใช้งานปฏิทินบน Google Calendar  
ร่วมกับคนอื่น ๆ ได้ ทำให้ทุกคนไม่  
พลาดนัดหมายสำคัญ และสามารถใช้งาน  
ได้แบบฟรี ๆ เชื่อมต่อกับ Gmail ให้แล้ว  
เสร็จสรรพ

มาต่อกัน  
ที่ **Timetree-Free Shared Calendar**  
ที่มาในรูปแบบ  
ปฏิทิน ใช้งานง่าย  
จะใช้งานแบบส่วนตัวหรือแชร์ให้คนอื่น  
มามีส่วนร่วมสร้างนัดหมายก็ได้ มีห้อง  
แชทแยกสำหรับส่งข้อความและรูปภาพ  
ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่นัดหมายกันบน  
ปฏิทิน มีแจ้งเตือนวันสำคัญหรือเดดไลน์  
ที่ใกล้จะถึง จุดเด่นอีกอย่างของ Timetree  
คือ สามารถสร้างปฏิทินหลายอัน เพื่อแยก



เป็นหมวดหมู่ ซึ่งช่วยให้จัดการต่าง  
กิจกรรมต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น



สุดท้ายกับ  
**PALU** เปิดให้ใช้  
งานได้ฟรี เพียง  
ดาวน์โหลด  
แอปฯ ไม่จำเป็นต้อง  
ลงทะเบียน ไม่ต้องใช้ที่อยู่อีเมล  
เป็นแอปฯ แพลนเนอร์ในรูปแบบปฏิทิน  
ที่พิมพ์ข้อความนัดหมาย หรือจะเขียน  
ด้วยลายมือก็ได้ ทั้งยังมีสติ๊กเกอร์  
น่ารัก ๆ สำหรับตกแต่งปฏิทิน หรือจะ  
อัปโหลดรูปภาพส่วนตัวลงไปแปะไว้  
ก็ได้ แกรมแชร์ให้คนอื่นได้ด้วย และยัง  
ตั้งค่าให้ดูอย่างเดียวหรือแก้ไขข้อความ  
ได้ด้วย หรือจะใช้จดนัดหมาย การทำ  
To do list ก็ได้เช่นกัน

ต้องบอกเลยว่า... เป็น 3 แอป  
แพลนเนอร์ที่จะมาจัดระเบียบชีวิตเรา  
ได้อย่างแน่นอน อย่าลืมนำไปโหลดกัน  
มาไว้ติดมือถือกันน้าเด็ก ๆ ใช้งานได้  
ทั้งบน IOS และ Android

ที่มา : [www.ofm.co.th](http://www.ofm.co.th)



# จิตวิทยา ห่วงใยในศ.มจษ. ให้บริการ ศูนย์การปรึกษาเชิงจิตวิทยา



การใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัย นอกจากนักศึกษาต้องปรับตัวเรื่องระบบ การเรียน ปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพ แวดล้อมใหม่ ๆ ยังต้องฝ่าฟันอุปสรรค ในเรื่องอื่น ๆ คนใดที่ปรับตัวได้ รับมือได้ ก็ถือเป็นเรื่องที่ดี ทำให้การเรียนราบรื่น

แต่ทว่า... นักศึกษาบางคนอาจ ประสบปัญหา เกิดความเครียด จนส่ง ผลกระทบต่อการเรียน การใช้ชีวิตใน รั้วมหาวิทยาลัย และไม่สามารถที่จะแก้ไข หรือบอกเล่าปัญหาได้

ถ้าเป็นเช่นนั้น... เป็นเรื่องที่ไม่ดี แน่นนอน!!! ด้วยความสำคัญของนักศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์



ให้นักศึกษาได้มาพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ในเชิงจิตวิทยา ซึ่งไม่ได้หมายความว่า... ผู้ใช้บริการ จะเป็นผู้ป่วย หรือไม่ปกติแต่อย่างใด แต่เป็นการพูดคุย แร่เรื่องราว โดยมีผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยารับฟังและ แนะนำในเรื่องราวต่าง ๆ โดยเราหาแนวทางการแก้ไขร่วมกัน

จึงมีศูนย์การปรึกษาเชิงจิตวิทยาบริการ ให้คำปรึกษาแก่นักศึกษามหาวิทยาลัย ราชภัฏจันทรเกษม

อาจารย์รัชนิย์ พลพิบูลย์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาสาขาวิชา จิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ และในฐานะ ที่ปรึกษาศูนย์การปรึกษาเชิงจิตวิทยา เล่า ถึงที่มาที่ไปและวัตถุประสงค์การบริการให้ คำปรึกษาแก่นักศึกษาว่า การที่นักศึกษา ประสบปัญหา และไม่สามารถที่จะพูดคุย หรือบอกเล่ากับใครได้ จะส่งผลให้เกิด ปัญหาอีกมากมายตามมา ด้วยปัญหาเหล่านี้ มีความจำเป็นที่ต้องมีผู้รับฟัง แนะนำ และให้กำลังใจนักศึกษาในทุกปัญหา

อาทิ การเรียน ครอบครัว การทำงาน การดำเนินชีวิต หรือปัญหาอื่น ๆ ที่พบเจอ และทำให้เกิดความวิตกกังวล ไม่สบายใจ อีกทั้งยังเป็นการฝึกทักษะ ประสบการณ์ วิชาชีพ ความชำนาญในการให้คำปรึกษา ของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา เพื่อเตรียม ความพร้อมก้าวเข้าสู่วิชาชีพในอนาคต

“การเข้ามาศูนย์การปรึกษาเชิง จิตวิทยา เป็นการให้นักศึกษาได้มาพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในเชิงจิตวิทยา ซึ่งไม่ได้หมายความว่า... ผู้ใช้บริการจะเป็น ผู้ป่วย หรือไม่ปกติแต่อย่างใด แต่เป็นการ พูดคุย แร่เรื่องราว โดยมีผู้เชี่ยวชาญด้าน จิตวิทยารับฟังและแนะนำในเรื่องราวต่าง ๆ



โดยเราหาแนวทางการแก้ไขร่วมกันเท่านั้น” อาจารย์รัชนี้ย์ เล่าถึงการเข้าใช้บริการศูนย์ฯ ไม่ได้หมายความว่า เป็นผู้ช่วยแล้วยังเล่าถึงการใช้คำปรึกษาโดยนักศึกษาที่มีทักษะด้านจิตวิทยาว่า

“การให้คำปรึกษานั้น จะมีนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ซึ่งจะผ่านการเรียนในรายวิชาจิตวิทยาการปรึกษา เป็นผู้ให้คำปรึกษา โดยได้ผ่านการฝึกอบรม และทดสอบการให้คำปรึกษา แนะนำ ก่อนไปให้คำปรึกษา เพื่อเตรียมความพร้อมในการรับเคส จึงจะสามารถรับเคสได้ ซึ่งทุกเคสจะควบคุมโดยกระบวนการ Supervisor และการดูแลจากอาจารย์ และ ผศ.ดร.สาทร ประธานสาขาวิชาจิตวิทยา”

ด้าน “ไออุ่น” หรือนายนพจร เกิดปลั่ง ชั้นปี 2 สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ ตัวแทนผู้ให้คำปรึกษาประจำศูนย์การศึกษาจิตวิทยา เล่าถึงการทำหน้าที่ให้คำปรึกษาว่า “หลายคนมองว่าการมาที่ศูนย์การศึกษาจะต้องมีความทุกข์ หรือประสบปัญหา มา ผมอยากให้ทุกคนเปลี่ยนมุมมองใหม่ครับ เราไม่ต้องมีความทุกข์ ก็สามารถเข้ามาที่ศูนย์ได้ เรายังมีส่วนอื่น ๆ ให้บริการ เช่น บอร์ดเกมให้เล่น ทดสอบเชิงจิตวิทยา และกิจกรรมสั้นทนาการอื่น ๆ ให้ได้ผ่อนคลายกัน

ด้านการทำงานของเรานั้น มีนักศึกษาที่ให้คำปรึกษาประจำศูนย์ฯ 8 - 9 คนหมุนเวียนกันไป คนที่จะทำงานในจุดนี้เราต้องรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ทั้งเรื่องของคำพูด บุคลิกภาพ ทฤษฎีต่าง ๆ ที่ต้องนำมาใช้ให้ถูกต้อง เหมาะสมกับแต่ละเคส เราต้องรู้จักการประเมินใช้ทักษะการสะท้อนคำพูดอย่างเข้าใจ เอาตัวเราเข้าไปอยู่ในตัวเขา ไม่ใช่เป็นการคิด

## “ผมรู้สึกดีทุกครั้งครับ เห็นพุ่มาใช้บริการได้เข้ามาพูดคุย เหมือนเราเป็นพี่ที่เขาคิดใจให้ความไว้วางใจ ให้ความช่วยเหลือเขาได้ ต่อยอดความคิดให้ได้ เมื่อได้รับการขอบคุณ และจะกลับมาพูดคุยกับเราอีก ยิ่งรู้สึกดีมีความสุขมาก ๆ ครับ”

แทนหรือตัดสินใจแทน แต่เป็นการเข้าถึงและเข้าใจเรื่องราวอย่างเป็นกลางครับ”

“ผมรู้สึกดีทุกครั้งครับ เห็นพุ่มาใช้บริการได้เข้ามาพูดคุย เหมือนเราเป็นพี่ที่เขาคิดใจให้ความไว้วางใจ ให้ความช่วยเหลือเขาได้ ต่อยอดความคิดให้ได้ เมื่อได้รับการขอบคุณและจะกลับมาพูดคุยกับเราอีก ยิ่งรู้สึกดีมีความสุขมาก ๆ ครับ” ไออุ่น บอกถึงความภูมิใจที่ได้ให้คำปรึกษา และยังทิ้งท้ายถึง สิ่งที่ตนเองได้รับและสามารถนำไปปรับใช้ได้จริงว่า

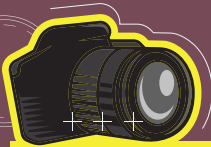
“นอกจากเรื่องของความสุขที่ได้รับแล้ว ยังได้ฝึกประสบการณ์ เก็บชั่วโมงบินการเป็นที่ปรึกษาจิตวิทยาอีกด้วย ทำให้เราต่อยอดนำไปใช้ในการเรียนการทำงานในอนาคตได้ ซึ่งเป็นประโยชน์

กับตัวผมและเพื่อน ๆ รวมไปถึงผู้ที่เข้ามาใช้บริการครับ”

สำหรับศูนย์การศึกษาเชิงจิตวิทยา เปิดให้บริการวันพุธ - ศุกร์ เวลา 8.30 - 16.00 น. ณ ชั้น 4 อาคาร 36 คณะศึกษาศาสตร์ หรือติดต่อที่ช่องทาง Facebook : จิตวิทยา จันทรเกษม หรือ IG : ศูนย์การศึกษาจิตวิทยาCRU นอกจากนี้ ยังมี ห้อง Happiness Room ที่เปิดรับให้คำปรึกษาเช่นกัน โดยเป็นความร่วมมือกันระหว่างกองพัฒนานักศึกษา และนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ที่บริการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา ให้บริการวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 10.00-12.00 น. และ 13.00-15.00 น. ณ 32 ชั้น 4 อาคารกิจการนักศึกษา







ประมวลภาพกิจกรรม

# เลือกตั้งนายกองค์การนักศึกษา ประจำปี 2567

ณ มรท.จันทรเกษม เมื่อวันที่ 5 มีนาคม ที่ผ่านมา



## การประเมินพัฒนาการเพื่อคัดเลือกเข้าศึกษา ในระดับชั้นอนุบาล และ ประถมศึกษา (รอบบุคคลทั่วไป)

ณ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม เมื่อวันที่ 3 มีนาคม ที่ผ่านมา





# การประชุมบุคลากรสายวิชาการ และสายสนับสนุนวิชาการ ประจำภาคเรียนที่ 2/2566



ประมวลภาพกิจกรรม

ณ หอประชุมจันทรเกษมเฉลิมพระบารมี ชั้น 3 เมื่อวันที่ 6 มีนาคม ที่ผ่านมา





สมัครเรียนออนไลน์ 24 ชม. [www.chandra.ac.th](http://www.chandra.ac.th)  
โทร. 0 2942 5800, 0 2942 6800



## Address

---

39/1 ถนนรัชดาภิเษก แขวงจันทระเกษม  
เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900



## Phone

---

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



## e-Contact

---

[pr.cru@chandra.ac.th](mailto:pr.cru@chandra.ac.th)