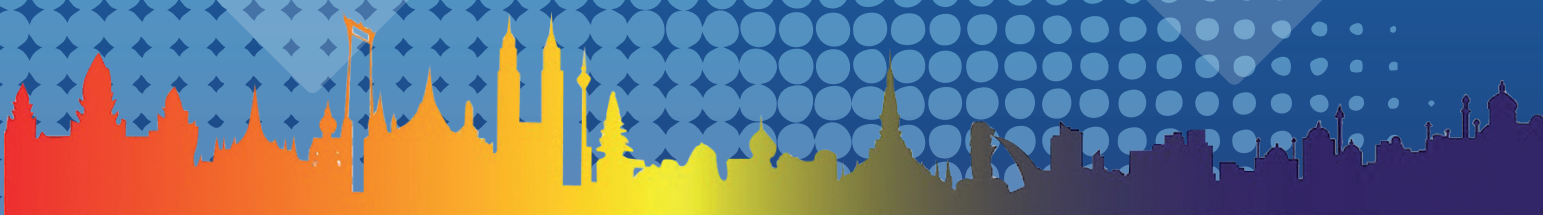




Business Administration Society

วารสารเพื่อการประชาสัมพันธ์คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ปีที่ 5 ฉบับที่ 9 ประจำเดือนมกราคม – มิถุนายน 2557



จัดทำโดย : งานประชาสัมพันธ์ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
เลขที่ 1 ถ.ราชดำเนินนอก ต.บ่อ่าง อ.เมือง จ.สงขลา 90000
โทรศัพท์ 0 7431 7167 โทรสาร 0 7431 7177

<http://bba.rmutsv.ac.th>



สารคนบดี

สวัสดีค่ะท่านผู้อ่านวารสาร Business Administration ฉบับนี้ เป็นฉบับต้อนรับปีการศึกษาใหม่ 2557 ขอต้อนรับนักศึกษาใหม่ทุกคน ด้วยความยินดีเป็นอย่างยิ่ง วารสารฉบับนี้ยังคงเต็มไปด้วยข้อมูลข่าวสาร และกิจกรรมดีๆ เพื่อเผยแพร่ข่าวสารเกียรติภูมิต่างๆ ของคณะบริหารธุรกิจ เพื่อให้ศิษย์เก่า ศิษย์ปัจจุบัน และหน่วยงานต่างๆ ได้รับทราบ โดยหวังว่าท่านผู้อ่านทุกท่านยังคงให้การต้อนรับ และติดตามวารสารบริหารธุรกิจในเล่มต่อไปอีก

(รศ.เยาวพา ณ นคร)

บรรณาธิการ

เริ่มต้นปีการศึกษาใหม่แล้ว คณะบริหารธุรกิจ ยินดีต้อนรับนักศึกษาใหม่ประจำปีการศึกษา 2557 คณาจารย์ทุกคนมีความยินดีและเต็มใจให้ความช่วยเหลือด้วยความจริงใจแก่นักศึกษามีปัญหาและต้องการคำปรึกษา เพราะนักศึกษาทุกคนเปรียบเสมือนสมาชิกในครอบครัวที่ต้องให้การดูแลเอาใจใส่ และวารสาร Business Administration ฉบับที่ 9 นี้ ก็ได้สร้างสรรค์ผลงาน และคงความเป็นเอกลักษณ์ ออกสู่สายตาผู้ที่ให้ความสนใจติดตามข่าวสารรอบรู้สี่ฟ้าหากมีข้อเสนอแนะหรือสร้างส่วนเติมเต็มก็ยินดีเสมอโดยสามารถแนะนำมาได้ทั้งงานประชาสัมพันธ์คณะบริหารธุรกิจ

(นางสาวโสภาวดี สกุลหรั่ง)

Content

สารบัญ

FBA NEWS.....	3
กิจกรรมคณะบริหารธุรกิจ.....	4-7
เรื่องเล่า FBA.....	8
เกร็ดความรู้ ประชาคมอาเซียน หรือ AEC.....	9
งานวิจัย.....	10
การปรับตัวสู่รั้วมหาวิทยาลัย (For Freshy).....	11
FBA STAR.....	12

คณะผู้จัดทำ: คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

ที่ปรึกษา: รศ. เยาวพา ณ นคร, ผศ.ดร. ยุพาภรณ์ อูไรรัตน์, อาจารย์ณงเยาว์ อินทสร, อาจารย์นวรรตน์ ผิววนวล, ดร.วัลลภา พัฒนา, อาจารย์พลอยกนก ขุนชานาญ

บรรณาธิการ: นางสาวโสภาวดี สกุลหรั่ง

งานประชาสัมพันธ์ คณะบริหารธุรกิจ

เลขที่ 1 ถนนราชดำเนินนอก ต.บ่อหย่าง อ.เมือง จ.สงขลา

โทรศัพท์ 074-317176 โทรสาร 074-317177

<http://bba.rmutsv.ac.th>

คณะบริหารธุรกิจ มทร.ศรีวิชัย เป็นเจ้าภาพหลักจัดงานประชุมวิชาการระดับชาติ ด้านบริหารธุรกิจ และเศรษฐศาสตร์ ครั้งที่ 1 หัวข้อ : **บริหารจัดการก้าวไกล มุ่งสู่ประชาคมอาเซียน** ณ ห้องประชุม 63205 อาคารเฉลิมพระเกียรติ 7 รอบ พระชนมพรรษา โดยมี ศ.กิตติคุณพีระศักดิ์ จันทรประทีป นายกสภามหาวิทยาลัย เป็นประธานเปิดงาน และมีรองผู้ว่าราชการ จังหวัดสงขลา พร้อมทั้งคณะผู้บริหารจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล 6 แห่ง และมหาวิทยาลัยเครือข่ายในภาคใต้ 4 แห่ง เข้าร่วมในพิธีเปิด



โครงการฝึกอบรม และศึกษาดูงานเพื่อเพิ่มศักยภาพผู้บริหารงาน



เมื่อวันที่ 16-23 เมษายน 2557 ฝ่ายบริหารและวางแผน ได้จัดโครงการฝึกอบรม และศึกษาดูงานเพื่อเพิ่มศักยภาพผู้บริหารงาน ณ ประเทศอิตาลี และประเทศสวิตเซอร์แลนด์ เพื่อเสริมสร้างองค์ความรู้เกี่ยวกับการบริหารจัดการธุรกิจ SMEs ให้มีศักยภาพในการแข่งขันธุรกิจการค้าระหว่างประเทศและเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลง ในการเข้าสู่ AEC และสามารถนำมาปรับปรุงใช้กับการบริหารจัดการของคณะให้เจริญก้าวหน้า โดยมีผู้บริหารงานคณะบริหารธุรกิจ เข้าร่วมโครงการในครั้งนี้





โครงการพัฒนาบุคลิกภาพ เพื่อเตรียมตัวเข้าสู่ตลาดแรงงาน

ฝ่ายพัฒนานักศึกษา จัดโครงการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อเตรียมเข้าสู่ตลาดแรงงาน ในวันที่ 15 มกราคม 2557 ณ ห้องประชุม 63205 อาคารเฉลิมพระเกียรติ ๗ รอบ พระชนมพรรษา โดยมี **รศ.ดร.เสรี วงษ์มณฑา** นักวิชาการด้านสื่อสารมวลชน และการตลาดชื่อดัง ให้เกียรติมาเป็นวิทยากรบรรยาย

กิจกรรม การประกวด Miss Srivijaya 2014



คณะบริหารธุรกิจ มทร.ศรีวิชัย ดำเนินการจัดการประกวด **Miss Srivijaya 2014** ในงานราชมนต์แฟร์ เมื่อวันที่ 16 มกราคม 2557 ณ เวทีกลางมหาวิทยาลัยฯ โดยผู้ที่ได้รับตำแหน่ง Miss Srivijaya 2014 คือ นางสาวกัญจน์อมล เกล้าจิตพูลสุข นักศึกษาจากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ สัมมนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และแข่งขันกีฬาธุรกิจสัมพันธ์ 5 มหาวิทยาลัย



เมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2557 คณะบริหารธุรกิจ เป็นเจ้าภาพจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ สัมมนา แลกเปลี่ยน เรียนรู้ และแข่งขันกีฬาธุรกิจสัมพันธ์ 5 มหาวิทยาลัย เพื่อเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีของบุคลากรระหว่างมหาวิทยาลัย โดยมีมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วม คือ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา, มหาวิทยาลัยหาดใหญ่, มหาวิทยาลัยทักษิณ และ มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ในการดำเนินการครั้งต่อไป จะจัดขึ้น ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาเตรียมรับกันไปนะจ๊ะ

โครงการอนุรักษ์ภูมิปัญญาไทย



เมื่อวันอังคารที่ 18 กุมภาพันธ์ 2557 ฝ่ายพัฒนานักศึกษา ได้จัดโครงการอนุรักษ์ภูมิปัญญาไทยขึ้น ที่ลานวัฒนธรรม คณะบริหารธุรกิจ ซึ่งในโครงการนี้ได้สาธิตและสอนวิธีการทำอาหาร และขนมพื้นบ้านขึ้น โดยมีนักศึกษาทุกสาขาวิชาของคณะบริหารธุรกิจ เข้าร่วมโครงการ



ขอแสดงความยินดีกับคนเก่ง FBA
ชนะเลิศการประกวด Marketing Plan Contest



โครงการ Marketing Plan Contest (โครงการ 6 By A.T.Honda)

เมื่อวันพุธที่ 19 กุมภาพันธ์ 2557 ทางบริษัท Honda ได้จัดโครงการ Marketing Plan Contest โครงการ 6 by A.T.Honda จัดประกวด แผนการสื่อสารการตลาด มีมหาวิทยาลัยต่างๆเข้าร่วมแข่งขันการประกวด ได้แก่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย, มหาวิทยาลัยหาดใหญ่, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา และมหาวิทยาลัยทักษิณ จากการแข่งขันในครั้งนี้นักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีศรีวิชัย ได้รับรางวัลชนะเลิศอันดับหนึ่งในประเภท Honda Soomer - X และได้รับรางวัลชนะเลิศอันดับ 3 ในประเภท Honda Scoopy - I ณ ห้างสรรพสินค้า Central Festival Hatyai

กิจกรรมปัจฉิมนิเทศนักศึกษาภาคปกติ และ กิจกรรมปัจฉิมนิเทศนักศึกษาภาคสมทบ

ประจำปีการศึกษา 2556

คณะบริหารธุรกิจ จัดกิจกรรมปัจฉิมนิเทศนักศึกษาภาคปกติ ประจำปีการศึกษา 2556 เมื่อวันที่ 17 มีนาคม 2557 และจัดกิจกรรมปัจฉิมนิเทศนักศึกษาภาคสมทบ ประจำปีการศึกษา 2556 เมื่อวันที่ 22 มีนาคม 2557 ณ ห้องประชุม 63205 อาคารเฉลิมพระเกียรติ 7 รอบ พระชนมพรรษา โดยมี รศ.เยาวพา ณ นคร เป็นประธานเปิดงาน และมอบเกียรติบัตรให้แก่สโมสรมักศึกษาประจำปีการศึกษา 2556 โดยได้รับเกียรติจากคุณวันชัย ชยานันต์นุกูล พร้อมทีมงานจากธนาคารแห่งประเทศไทย และ คุณปราณี เจียรผาสุก เจ้าของกิจการ สำนักงานสถาปนิก เอบีซี ดีไซน์ (ABC Design) และธุรกิจ อสังหาริมทรัพย์ เอบีซี เฮาส์ (ABC House) เป็นวิทยากรบรรยายให้ความรู้แก่นักศึกษา



โครงการรักษ์สิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ



เมื่อวันที่ 31 มีนาคม 2557 อาจารย์นงเยาว์ อินทโร รองคณบดีฝ่ายพัฒนานักศึกษา จัดโครงการรักษ์สิ่งแวดล้อม และ ทรัพยากรธรรมชาติ ณ ตลาดน้ำ คลองแดน อ.ระโนด จ.สงขลา โดยนำนักศึกษาลงสู่ชุมชนเพื่อเป็นการทำกิจกรรมร่วมกับชุมชน ในการรณรงค์ให้ประชาชนรักษ์สิ่งแวดล้อม

โครงการประชุมสัมมนาเชิงปฏิบัติการปรับแผนกลยุทธ์



เมื่อวันที่ 29 – 30 เมษายน 2557 **อ.นวรรตน์ ผิวนวนล** รองคณบดีฝ่ายบริหารและวางแผน ได้จัดโครงการประชุมสัมมนาเชิงปฏิบัติการปรับแผนกลยุทธ์ และแผนปฏิบัติงานประจำปี เพื่อทบทวนแผนกลยุทธ์ และแผนปฏิบัติงานประจำปี และผลักดันกลยุทธ์ในแผนปฏิบัติงานประจำปีงบประมาณในปีต่อไป โดยมี **รองศาสตราจารย์เยาวพา ณ นคร** คณบดี คณะบริหารธุรกิจ ได้บรรยายเรื่องความสำคัญของแผนกลยุทธ์ และแผนปฏิบัติงานประจำปี ให้กับบุคลากรของคณะฯ และมี **คุณชัยวุฒิ บุญวิวัฒนาการ** กรรมการประจำคณะผู้ทรงคุณวุฒิ ตำแหน่งประธานฝ่ายเศรษฐกิจसनเทศ / กรรมการหอการค้าสงขลา ให้เกียรติมาร่วมโครงการ และให้ข้อเสนอแนะในครั้งนี้ด้วย



โครงการสัมมนาอาจารย์ที่ปรึกษา

ฝ่ายพัฒนานักศึกษา คณะบริหารธุรกิจ จัดโครงการสัมมนาอาจารย์ที่ปรึกษา ในวันที่ 15-16 พฤษภาคม 2557 ณ โรงแรมพาวิลเลียน อ.เมือง จังหวัดสงขลา เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลให้คำปรึกษาให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยมี **รองศาสตราจารย์เยาวพา ณ นคร** คณบดีคณะบริหารธุรกิจ เป็นประธานในพิธีเปิด มีอาจารย์ของคณะฯ เข้าร่วมโครงการ และมี **นายเจริญชัย ฮวดอุบัต** (รองผู้อำนวยการงานทะเบียน และประวัติ ทดสอบประเมินผล) **นางสาวอุมารณณ์ กรีโส** (งานทะเบียน และประวัติ ทดสอบประเมินผล) และ **รศ.ดร.นิรันดร์ จุลทรัพย์** ให้เกียรติมาให้ความรู้ และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น



เรื่องเล่า FBA

เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2557 คณะบริหารธุรกิจ มทร.ศรีวิชัย จัดโครงการปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ หลักสูตร 4 ปี หลักสูตรเทียบโอน (ภาคปกติ) และ หลักสูตรเทียบโอน (ภาคสมทบ) ประจำปี 2557 ณ ห้อง 63205 อาคารเฉลิมพระเกียรติ ๗ รอบ พระชนมพรรษา โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์รุจา ทิพย์วารี อธิการบดีมหาวิทยาลัยฯ เป็นประธานในพิธีเปิด และ วันที่ 7 มิถุนายน 2557 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ยุธนา พงศกร รองอธิการบดีฝ่ายจัดการทรัพย์สิน และหารายได้ เป็นประธานในพิธีเปิด พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์เยาวพา ณ นคร คณบดีคณะบริหารธุรกิจ รองคณบดี คณาจารย์ และนักศึกษาใหม่ ประจำปี 2557 เข้าร่วมโครงการ โดยมีบุคลากรจากหน่วยงานต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัยฯ มาให้ความรู้ เพื่อให้นักศึกษาได้ทราบถึงกฎระเบียบ และข้อปฏิบัติต่างๆ ในครั้งนี้ด้วย



งานแสดงแห่งความภาคภูมิใจ ของชาว FBA

เมื่อวันที่ 22 มีนาคม 2557 ชมรมนาฏยรังสรรค์ คณะบริหารธุรกิจ ได้โชว์การแสดงนาฏศิลป์ไทย ในงานสมาคมโลจิสติกส์และขนส่งภาคใต้ ณ โรงเรียนศรีนคร เพื่อเป็นการเผยแพร่วัฒนธรรมการแสดงของไทยให้เป็นเอกลักษณ์สืบไป ซึ่งมีผู้เข้าชม และให้ความสนใจเป็นอย่างมาก



เกร็ดความรู้ประชาคมอาเซียน หรือ AEC

อย่างที่เราเห็นว่า ในปี 2558 ประเทศไทยและอีก 9 ประเทศในอาเซียนนั้นจะได้มาร่วมมือกัน
ดังนั้นเรามาทำความรู้จักกับ ประชาคมอาเซียน หรือ AEC (Asean Economics Community)
กันหน่อยดีกว่าคะ ^^



สมาชิกอาเซียนทั้ง 10 ประเทศจะก้าวเข้าสู่ความร่วมมือกันในมิติใหม่
ในอีกปีหน้า (2558) ทั้ง 10 ประเทศอาเซียนจะเข้าใกล้ระยะที่เหมือนกัน
เป็นประเทศเดียวกันมากขึ้นประชากรของประเทศสมาชิกจะไปมาหาสู่
กันได้อย่างสะดวกและง่ายดายขึ้นไม่ต้องมีวีซ่าและไม่ต้องผ่านการตรวจ
อย่างเข้มงวด คือ มีสภาพคล้ายๆ กับเป็นกลุ่มประเทศเดียวกัน โดยไม่ได้
สูญเสียความเป็นเอกราช และอธิปไตยของตนไป ดินแดนของใครเป็นอยู่
อย่างไรก็ยังคงเป็นอยู่อย่างนั้น ประเทศสมาชิกอาเซียนจะทำมาค้าขาย
กันอย่างสะดวกมากขึ้น ไม่มีการจัดเก็บภาษีข้ามแดน หรือที่เรียกว่าภาษี
ศุลกากรระหว่างกัน นั่นคือในการส่งสินค้าข้ามแดนจากประเทศหนึ่งไป
อีกประเทศหนึ่ง จะไม่ต้องเสียภาษีศุลกากร หรือเสียในอัตราศูนย์ แต่อาจ

มีการตรวจสอบคุณภาพ หรือคุณสมบัติบางอย่างของสินค้า จะมีความสะดวกสบายในเรื่องการพกพา หรือ
การโอนเงินระหว่างประเทศหนึ่งไปยังอีกประเทศหนึ่งได้ง่ายดายขึ้นกว่าแต่ก่อน

ประชาคมอาเซียนประกอบด้วยความร่วมมือ 3 เสาหลัก คือ

- | | |
|--------------------------|---|
| ประชาคมความมั่นคงอาเซียน | (ASEAN Security Community - ASC) |
| ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน | (ASEAN Economic Community - AEC) |
| ประชาคมสังคมและวัฒนธรรม | (ASEAN Socio-Cultural Community – ASCC) |



สัญลักษณ์อาเซียน คือ ต้นข้าวสีเหลือง 10 ต้น มัดรวมกันไว้
หมายถึง ประเทศสมาชิกรวมกันเพื่อมิตรภาพและความเป็นน้ำหนึ่งเดียวกัน
สีน้ำเงิน หมายถึง สันติภาพและความมั่นคง
สีแดง หมายถึง ความกล้าหาญและความก้าวหน้า
สีขาว หมายถึง ความบริสุทธิ์
สีเหลือง หมายถึง ความเจริญรุ่งเรือง

คำขวัญของอาเซียน One Vision, One Identity, One Community

" หนึ่งวิสัยทัศน์ หนึ่งเอกลักษณ์ หนึ่งประชาคม "



นักบัญชีกับการเปิดเสรีประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน

อาจารย์ปรีคณีย์ กายพันธ์

การเปิดเสรีประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนสำหรับวิชาชีพบัญชีเป็น 1 ใน 7 วิชาชีพที่อยู่ในข้อตกลงร่วมกันว่าด้วยเรื่องการเคลื่อนย้ายแรงงานฝีมือได้อย่างเสรี ซึ่งเมื่อประเทศไทยเข้าสู่การเป็น AEC ในปี 2558 นักวิชาชีพบัญชีจากประเทศใดประเทศหนึ่งในกลุ่มประเทศอาเซียนจะสามารถเข้ามาประกอบวิชาชีพบัญชีในประเทศได้อย่างเสรี รวมถึงนักวิชาชีพบัญชีไทยก็สามารถไปประกอบวิชาชีพบัญชีในประเทศกลุ่มอาเซียนได้อย่างเสรีด้วยเช่นกัน โดยผ่านการทำข้อตกลงร่วมกัน (MRA) ซึ่งเมื่อมีการเปิดเสรีแน่นอนสิ่งที่นักบัญชีทุกคนกำลังวิตกกังวล คือ การที่นักบัญชีในกลุ่มประเทศอาเซียนจะเข้ามาแย่งงาน ซึ่งประเด็นในเรื่องความรู้ทางด้านวิชาชีพบัญชี เป็นประเด็นที่อาจได้รับผลกระทบน้อยเนื่องจากปัจจุบันสภาวิชาชีพบัญชี ได้มีการดำเนินการตามมาตรฐานต่างๆ เพื่อส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพของนักวิชาชีพบัญชีไทยไม่ว่าจะเป็นการปรับปรุงมาตรฐานการรายงานทางการเงินให้สอดคล้องกับมาตรฐานการรายงานทางการเงินระหว่างประเทศ การเพิ่มบทบาทของสภาวิชาชีพฯ ในฐานะผู้นำองค์กรวิชาชีพระหว่างประเทศ การจัดตั้งสถาบันฝึกอบรมวิชาชีพบัญชี การจัดหลักสูตรอบรมด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพบัญชี การจัดทำฐานข้อมูลด้านวิชาการ และการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารทางด้านบัญชีให้แก่สมาชิก และบุคคลทั่วไปทราบ รวมทั้งการพัฒนาฐานการศึกษาซึ่งเหล่านี้อาจมีความพร้อมมากเพียงพอแต่ประเด็นใหญ่ที่นักบัญชีต้องตระหนัก คือ การพัฒนาทักษะความรู้ความสามารถทางด้านภาษาที่จะใช้ในการสื่อสาร การปฏิบัติงาน ดังนั้น สิ่งสำคัญที่จะสร้างความได้เปรียบให้กับตนเองได้ คือ การฝึกฝนภาษาต่างประเทศ โดยเฉพาะภาษาอังกฤษ ซึ่งจะเป็นภาษากลางที่ใช้ในการสื่อสารระหว่างกลุ่มประเทศอาเซียนด้วยกัน รวมถึงการศึกษาภาษาอื่นๆ ที่เป็นภาษาของกลุ่มประเทศอาเซียน ทั้งนี้ หากนักบัญชีมีความพร้อมทางด้านภาษานับว่าไม่ยากที่จะเป็นช่องทางให้สามารถไปประกอบอาชีพทางด้านบัญชีในกลุ่มประเทศอาเซียนอื่น รวมถึงการร่วมกันประกอบธุรกิจในประเทศไทยได้ ซึ่งในทางกลับกันหากนักบัญชีไม่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะทางด้านภาษาจะเป็นโอกาสให้กลุ่มประเทศอื่น เช่น พม่า กัมพูชา ลาว เวียดนาม อินโดนีเซีย ฯลฯ ที่มีความพร้อมทางด้านภาษามากกว่า ฉวยโอกาสเข้ามาประกอบธุรกิจทางด้านบัญชีในประเทศไทยได้ด้วยเช่นกัน ซึ่งเมื่อเป็นเช่นนี้ โอกาสที่นักบัญชีไทยจะตกงานในอนาคตอาจมีเพิ่มสูงขึ้นก็เป็นได้

สาขาการบัญชี คณะบริหารธุรกิจ
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย



การปรับตัวสู่รั้วมหาวิทยาลัย

For Freshy



เมื่อเปิดภาคเรียน หลายคนอาจจะมีปัญหาในการปรับตัว ในรั้วมหาวิทยาลัย จนส่งผลให้เกิดความวิตกกังวล เครียด ซึมเศร้า กลัว โดยเฉพาะสถานการณ์ที่ไม่ปกติของสังคมอาจส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ รวมทั้งความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

พญ.อังคณา อัญญุมณี จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น บอกว่า การก้าวเดินออกจากรั้วโรงเรียนเข้าสู่มหาวิทยาลัย บางคนอาจยังมีความสุขกับความสำเร็จที่เกิดขึ้น เพราะสามารถสอบติดได้เรียนในคณะที่ตั้งใจ แต่บางคนก็อาจจะตื่นเต้นกับบรรยากาศที่แปลกใหม่หลากหลายวัฒนธรรม อาจจะรู้สึกวิตกกังวล ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเรียนที่คิดว่าจะเรียนไหวไหมและผู้อื่นได้หรือเปล่า หรืออาจจะกังวลเรื่องเพื่อน กลัวว่าเพื่อนใหม่จะสู้เพื่อนเก่าไม่ได้ และจะทำตัวอย่างไรกับเพื่อนต่างเพศ หากเคยอยู่ในสภาพแวดล้อมของโรงเรียนชายล้วนหรือหญิงล้วนมาก่อน รวมถึงความกังวลเกี่ยวกับความเป็นอยู่ที่ต้องเปลี่ยนจากการอยู่บ้านไปอยู่หอพักที่ไม่ค่อยคุ้นเคยนัก และโดยเฉพาะในช่วงที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบขึ้นในสังคม ก็อาจจะทำให้เฟรชชีหลายคนเกิดความกลัว เครียด วิตกกังวล และอาจป่วยเป็นโรคซึมเศร้าไปเลยก็ได้ เนื่องจากได้รับผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมจากการชุมนุมทางการเมือง

การปรับตัวปรับใจในเรื่องการเรียนในระดับอุดมศึกษาเป็นการเรียนที่มีลักษณะกว้างขึ้น คือ ผู้เรียนต้องมีการศึกษาหาความรู้จากหลายแหล่ง ทั้งจากตำราในห้องสมุดหรือข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต ไม่ใช่รอฟังเพียงสิ่งที่อาจารย์สอนในห้องเท่านั้น นอกจากนี้ยังต้องเรียนแบบเชิงลึก นั่นคือ มีการวิเคราะห์ ตั้งคำถาม หาข้อมูลเปรียบเทียบ สังเคราะห์หาข้อสรุปเพื่อจะนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป ไม่ใช่เพียงอ่าน จำ แล้วนำไปตอบเหมือนสมัยมัธยม ดังนั้น จะต้องฝึกตัวเองให้มีความรับผิดชอบ มีความใฝ่รู้ มีการกำหนดเป้าหมาย การวางแผน และปฏิบัติตามแผนอย่างมีวินัย นอกจากนี้การฟังคำแนะนำจากรุ่นพี่ที่เคยมีประสบการณ์ตรง จะช่วยให้เราทราบแนวทางการเรียนและวางแผนได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น สำหรับการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับเพื่อนนั้น สิ่งที่สำคัญคือจะต้องมีการเปิดใจเรียนรู้นิสัยของกันและกัน เพื่อจะเห็นทั้งข้อดีข้อเสียของเพื่อนและตัวเรา โดยการรับฟังและปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง ชื่นชมและเลียนแบบสิ่งดีที่เพื่อนมีแต่ไม่จำเป็นต้องยอมรับและเลียนแบบสิ่งที่ไม่ดี และหากเกิดความขัดแย้งกันขึ้นก็ควรพูดคุยหาทางออกโดยไม่ใช้อารมณ์ การทำเช่นนี้จะช่วยให้เราอยู่ร่วมกันได้ด้วย ความสบายใจ ส่งผลให้เกิดความพร้อมในการเรียนรู้อย่างเต็มที่ ดังนั้นเราควรรู้จักเลือกคบเพื่อน เพราะเพื่อนที่ดีมักจะนำเราเดินในทางที่มุ่งสู่ความสำเร็จ แต่เพื่อนไม่ดีอาจชักชวนเราให้หลงไปเดินทางที่มีดมนซึ่งจะนำไปสู่ความล้มเหลว เช่น ยาเสพติด การพนัน ดิตเกมส์ และเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

การทำกิจกรรมนอกหลักสูตร เช่น กิจกรรมชมรม ค่ายอาสาพัฒนา นักกีฬามหาวิทยาลัย หรือคณะกรรมการนักศึกษา เป็นต้น บางคนมองว่ากิจกรรมเหล่านี้เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น จึงให้ความสำคัญและมุ่งมั่นกับการเรียนเฉพาะในหลักสูตรเท่านั้น ทั้งที่จริงแล้วการเข้าร่วมกิจกรรมถือเป็นสิ่งที่จำเป็นเพราะจะทำให้เราพัฒนาหลายด้าน ทั้งด้านอารมณ์ซึ่งจะเกิดการผ่อนคลายและความสนุกสนาน พัฒนาทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น ฝึกการวางแผน การแก้ปัญหา การเปิดรับมุมมองของเพื่อนต่างคณะ ซึ่งจะช่วยให้เราเกิดความพร้อมเมื่อต้องทำงานจริง หลังจากเรียนจบแล้ว นอกจากนี้ยังถือเป็นโอกาสที่จะได้พัฒนา ศักยภาพ ซึ่งเราอาจจะมีมากมาย แต่ยังไม่เคยค้นพบและรับการฝึกฝนมาก่อน การทำกิจกรรมยังช่วยให้เราใช้เวลาว่างอย่างเป็นประโยชน์ และป้องกันไม่ให้เราสูญเสียเวลาไปกับการเล่นเกมส์หรือการใช้สารเสพติดได้

บทความโดย พญ.อังคณา อัญญุมณี

ที่มา >> thaipsychiatry.wordpress.com



ขอแสดงความยินดีกับ...

นางสาวอภิญญา บุญณณ์ นักศึกษา
คณะบริหารธุรกิจ สาขาการบัญชี ได้รับคัดเลือกให้
เป็นตัวแทนนักศึกษา เข้าร่วมเป็นอาสาสมัครต่างประเทศ
ของมูลนิธิเยาวชนสัมพันธ์นานาชาติ (International
Youth Fellowship) ในโครงการ Good News Corp
ณ สาธารณรัฐยูกันดา ประเทศแอฟริกา



ขอแสดงความยินดีกับ...

นางสาวนัฐญา นวลละอ นักศึกษา
สาขาระบบสารสนเทศ คณะบริหารธุรกิจ เป็น
ผู้ได้รับคัดเลือก และยกย่องว่ามีความประพฤติ
ดีงาม โดยได้รับรางวัลความประพฤติดี จาก
พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรม
ราชูปถัมภ์ ณ วันที่ 22 พฤษภาคม 2557

Business Administration

จัดทำโดย : งานประชาสัมพันธ์ คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
เลขที่ 1 ถนนราชดำเนินนอก ตำบลบ่อหย่าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา 90000
โทรศัพท์ 0 7431 7176 โทรสาร 0 7431 7177 <http://bba.rmuts.ac.th>

Society