

# PRE Freshy

EDUTAINMENT MAGAZINE

www.pre-freshy.com

Issue **24**

VOL.2 16-31 October 2012  
คณะพยาบาลศาสตร์

**FREE** <  
แจกฟรี

น้องๆ ม.ปลาย  
ไม่ควรพลาด!

**LET'S TALK**  
นั่งคุยกับรุ่นพี่  
คณะพยาบาล...

**Future Career**  
**Expo 2012**

**Chill Out**  
ภูลังกา  
จ.นครพนม

**Interview**  
น้ำชา ชีรณัฐ ยูสวนนท์  
ไม่ว่าจะเรียน หรืองานก็ Fine Fine Fine

**COVER STORY**

**พยาบาล...นางฟ้าในชุดสีขาว**

ละจองฟอง

SI-OT MACHINE

BOY PEACEMAKER

THE YERS

วัชราวลี



STAMP

LIATA

big ass



BLACKHEAD



JETSETER

THE MOUSSES

joey boy

สังกะสี  
โลด

ZEAL

the richmond toy



บ๊อด  
อินชัย



25 HOURS

ROOM 39

WILD

better weather

MR. TEAM



SINGULAR

BKK MUSIC MARATHON



กลับมาอีกครั้ง! มหกรรมดนตรี ที่สุดของคอนเสิร์ตแห่งมหานคร  
พบกับศิลปินแห่งชาร์ต ยกพลกระหน่ำเพลงฮิตสุดมันส์แบบ nonstop

Bangkok Music Marathon 3 20 ตุลาคมนี้ ที่ Impact Arena จำหน่ายบัตรแล้ววันนี้ที่ Thaiticketmajor ทุกสาขา  
บัตรราคา 1,500 / 1,200 / 1,000 / 800 และ 500 (นั่ง/ยืน) บาท พิเศษ ซื้อบัตร 500 ยืน 5 ใบ รับฟรีอีก 1 ใบทันที!

ติดตามรายละเอียด ลุ้นรับบัตรฟรี 50 ใบ ไป "มินิ สย หนู" ที่ [f Atimeshowbiz](#) และ [www.atimeshowbiz.com](#)  
รายละเอียดเพิ่มเติม [www.thaiticketmajor.com](#) หรือ 02-262-3456

\*บัตรขึ้น หนาเขต 30 กันยายน 2555





สำหรับรสชาติที่อร่อย

# มาซึตา Masita

## อร่อยแซ่บ อร่อยแซ่บ



*Kyu Hyun*

คยูฮยอน  
ซูเปอร์จูเนียร์

## มาซึตา แบบสว่า อร่อยแซ่บ

เนียน...พิถีพิถันทุกขั้นตอน เพื่อความอร่อย...เนียน

- เนียน...ทุกแผ่น ผลิตด้วยสาหร่ายทะเลคุณภาพจากเกาหลี 100%
  - เนียน...ตั้งแต่เริ่มปลูก เพราะสาหร่ายทะเลต้องได้รับแสงอย่างเพียงพอ เพื่อให้เติบโตอย่างเต็มที่ จนมาเป็นสาหร่ายทะเลที่มีคุณภาพ
  - เนียน...เพราะเลือกใช้สาหร่ายทะเลที่เก็บเกี่ยวรอบ 2 เท่านั้น เพราะเนื้อสาหร่ายจะแน่น หนึบ และไม่แข็งจนเกินไป อีกทั้งยังได้กลิ่นของสาหร่ายทะเลที่หอมชวนชิม
  - เนียน...เพราะเราเก็บรักษาสาหร่ายทะเลไว้ที่อุณหภูมิ -18 องศา ตั้งแต่ต้นทางเกาหลี เพื่อคงคุณภาพ คุณภาพสดของสี กลิ่น และรสชาติ
- ขอแนะนำ 2 ความอร่อยเนียน... ตำรับเกาหลี



รสออริจินัล  
ถึงรสสาหร่ายเกาหลีแท้ๆ



รสสไปซี่  
เพิ่มความเผ็ดร้อนสไตล์เกาหลี

เจ้าของ บริษัท โมสท์ มีเดีย จำกัด

กรรมการผู้จัดการ

สักร์พิพัฒน์ ประภาสทิธิ

บรรณาธิการ

วรวิญญ์ เนาวพนานนท์

กองบรรณาธิการ

ณัฐศรันย์ มัญชุ์กังวาน

เจษฎา อาญาเมือง

เอกศักดิ์ ขาวสะอาด

ปรียาพร เขมะจารี

ฝ่ายวิชาการ

อ.ปารมี ไวจงเจริญ

อ.ธีระยุทธ เกาะทอง

อ.สุภาพรณ คคล้ายทอง

อ.ธนวัฒน์ ศรีไพโรจน์

อ.พรชัย เชี่ยวปัญญาทอง

อ.วณิชย์ กิจเจริญ

อ.ณัฐพล แซ่โจ้ว

อ.อาทิตยา ทองแสน

อ.ทักษณา ประภาสทิธิ

อ.ทิมพิกา นิมขำ

ฝ่ายศิลป์

ธาม ศรีนพนิคม

วิรัชญา เทพจันทร์

ผู้จัดการฝ่ายจัดจำหน่ายและสมาชิก

ณัฐศรันย์ มัญชุ์กังวาน

ติดต่อโฆษณา

นิตยสาร Pre-Freshy

08-9200-3036 (คุณซี)

0-2980-8749

## Letter from the editor

สวัสดีค่ะ

บุคลากรในสายการแพทย์ที่มีความสำคัญอีกอาชีพหนึ่ง ก็คือ “พยาบาล” ค่ะ ผู้ที่ศึกษาทางด้านนี้จะศึกษาเน้นหนักในการให้บริการด้านสุขภาพอนามัยแก่ผู้ป่วยทางกาย หรือทางจิต ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บทุพพลภาพ และผู้สูงอายุ เป็นต้น นอกจากนั้นแล้วอาชีพพยาบาลยังเป็นอาชีพที่น่าสนใจ เพราะนอกจากเป็นอาชีพที่มีความมั่นคงแล้ว ยังเป็นอาชีพที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่นให้มีสุขภาพดีอีกด้วยค่ะ

Pre-Freshy ฉบับนี้มาพร้อมกับ “คณะพยาบาลศาสตร์” ค่ะ เป็นคณะที่จะเรียนการพยาบาลผู้ป่วย ซึ่งเป็นการดูแลแบบองค์รวม กาย จิต สังคม จิตวิญญาณ ผู้ที่จะศึกษาในคณะนี้นอกจากจะต้องมีความเชี่ยวชาญด้านวิชาการแล้ว การมีใจรักในวิชาชีพถือเป็นส่วนที่สำคัญเป็นอย่างยิ่งค่ะ แต่ว่าคณะนี้จะเรียนเกี่ยวกับอะไรกันบ้างนั้น และมีแนวทางในการทำงานอย่างไร สามารถติดตามรายละเอียดได้เลยค่ะ

เจอกันฉบับหน้าค่ะ

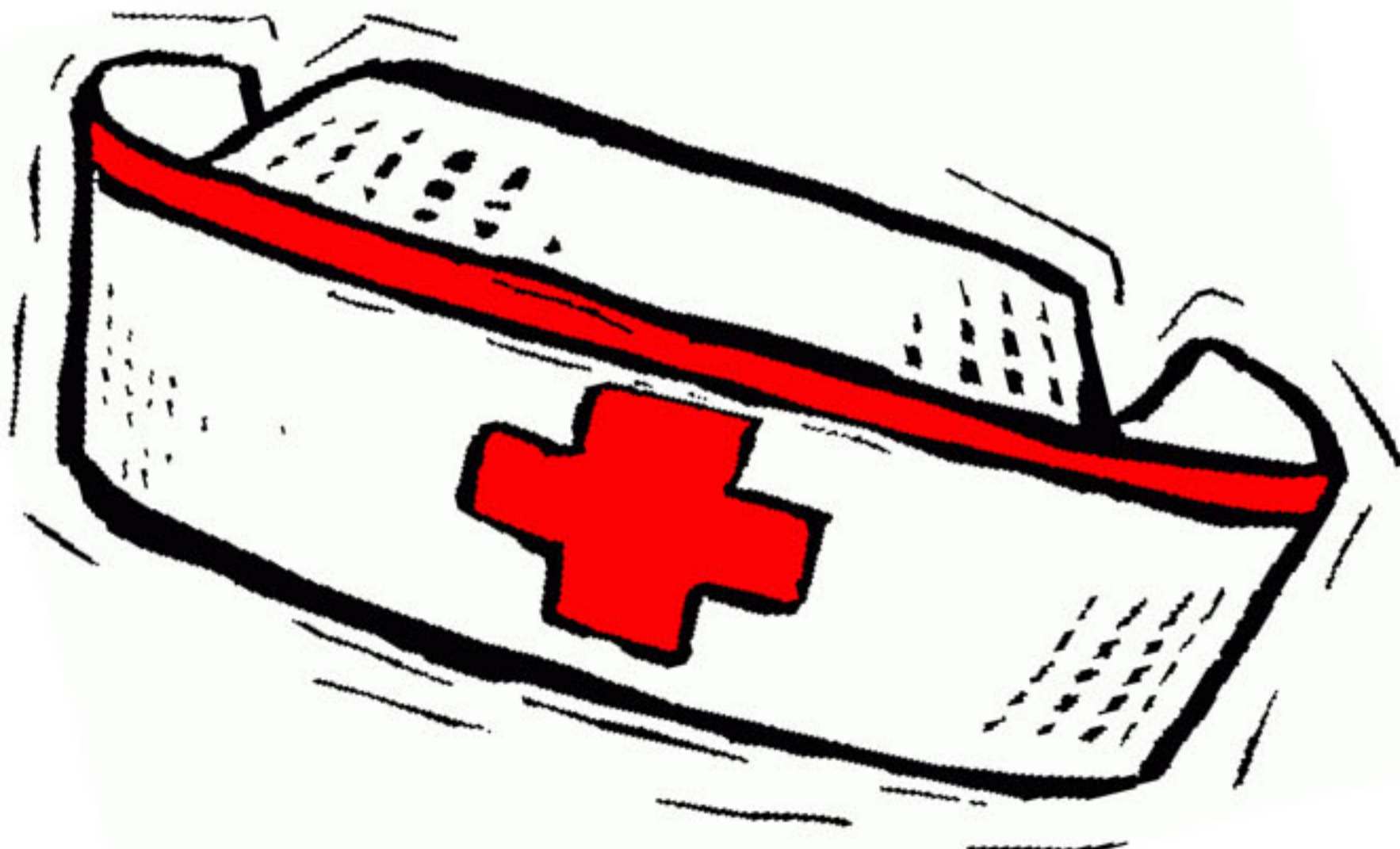
บรรณาธิการ

# CONTENTS

16-31 OCTOBER 2012

## FEATURES

EDU NEWS	006
WHAT'S UP	010
CHILL OUT	016
INTERVIEW	020
COVER STORY	026
LET'S TALK	030
ASEAN	034
CAREERIST	036
HOROSCOPE	046



### NURSE

noun

a person trained to care for the sick or infirm, esp. in a hospital.

1. นิเทศศาสตร์



2. วิศวกรรม



3. บริหารธุรกิจ



4. นิติศาสตร์



5. แพทย์



6. บัญชี



7. รัฐศาสตร์



8. สถาปัตยกรรม



9. ศิลปกรรม



10. เศรษฐศาสตร์



11. แพชั่นดีไซน์



12. วิทยาศาสตร์



13. สัตวแพทย์



14. อักษรศาสตร์



15. เกษศาสตร์



16. ครุศาสตร์



17. สหเวชศาสตร์



18. ประมง



19. ทันตแพทย์



20. เกษตร



21. จิตวิทยา



22. การตลาด



23. Computer



## น้องๆ สามารถสั่งซื้อนิตยสาร Pre-Freshy

เพียง 1,000 บาท/ปี รับนิตยสาร Pre-Freshy ส่งถึงบ้าน 24 เล่มตลอดทั้งปี

สมัครได้ที่ [www.pre-freshy.com](http://www.pre-freshy.com) หรือกรอกแบบฟอร์มด้านล่างแล้ว Fax แบบฟอร์มพร้อมหลักฐานการโอนเงินมาที่ 0-2980-8750

สอบถามเพิ่มเติม 0-2980-8749 / 080-290-7496 / e-mail : [pre-freshy@hotmail.com](mailto:pre-freshy@hotmail.com)



### แบบฟอร์มสมัครสมาชิก

ข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ-นามสกุล ..... ชื่อเล่น .....

วัน/เดือน/ปีเกิด ..... โรงเรียน.....

Tel. .... e-mail .....

สถานที่จัดส่ง

.....  
 .....



### รับตรง คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และการออกแบบ พระจอมเกล้า บางมด 2556

โครงการ Direct Admission เฉพาะคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และการออกแบบ

#### กำหนดการ

รับสมัคร	ตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ 15 พฤศจิกายน 2555
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์สอบสัมภาษณ์	วันที่ 20 พฤศจิกายน 2555
สอบข้อเขียน-สอบสัมภาษณ์	วันที่ 6 - 8 ธันวาคม 2555
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษา	วันที่ 14 ธันวาคม 2555
ยืนยันสิทธิ์	วันที่ 21 ธันวาคม 2555

#### คุณสมบัติ

- IELTS ไม่ต่ำกว่า 4.5
- TOEFL (Internet base) ไม่ต่ำกว่า 53
- TOEFL (Paper Test) ไม่ต่ำกว่า 477
- CU-TEP ไม่ต่ำกว่า 477

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://admission.kmutt.ac.th/bachelor/archives/6471>



### โควตา คณะวิทยาศาสตร์ พระจอมเกล้า ลาดกระบัง 2556

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง จะดำเนินการรับสมัครสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อระดับปริญญาตรีแบบโควตา หลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิต ประจำปีการศึกษา 2556

#### โครงการที่เปิดรับ

1. โควตานักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางวิทยาศาสตร์
2. โครงการเรียนดี
3. โควตาบุคลากรในสังกัด
4. โควตานักเรียนพิการ
5. โควตานักเรียนผู้มีคุณธรรม

#### คุณสมบัติ

- เป็นที่จบการศึกษาหรือกำลังศึกษาในชั้น ม.6 กลุ่มการเรียนวิทยาศาสตร์
- GPAX ไม่ต่ำกว่า 3.00 (โครงการเรียนดี)
- มีความสามารถพิเศษทางวิทยาศาสตร์ (โควตานักเรียนที่มีความสามารถพิเศษทางวิทยาศาสตร์)

#### กำหนดการ

รับสมัคร	ตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ 31 ตุลาคม 2555
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์สอบสัมภาษณ์	วันที่ 14 พฤศจิกายน 2555
สอบสัมภาษณ์	วันที่ 24-25 พฤศจิกายน 2555
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษา	วันที่ 4 ธันวาคม 2555

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www3.reg.kmitl.ac.th/index/index.php>



สถาบันพัฒนาศิลปินครบวงจร

# MONKEY TOWN

ARTIST ACADEMY

presents

NEW CLASS



## ARTIST TRAINING WORKSHOP

หลักสูตรพัฒนาศิลปินด้วยมาตรฐานเดียวกับศิลปิน GMM GRAMMY  
พัฒนาทักษะทุกด้านด้วยทีมครูมากประสบการณ์



**ครูลือต จิรินทร์นิน ปานประเสริฐโชค**  
Dance Director  
and Executive Choreographer  
GMM Grammy

DANCE

ผู้ฝึกสอนในหลักสูตรพัฒนาศิลปิน GMM Grammy  
The Artist Project, Grammy Gold, G Junior  
และผู้ออกแบบท่าเต้นให้ศิลปินมากมาย



**ครูปอย ภรภัทร วกัญญนุตาพงศ์**  
Voice Master  
and Artist Voice Training  
GMM Grammy

VOICE

ผู้ฝึกสอนร้องเพลง ศิลปิน GMM Grammy  
The Star, Exact, Mic Idol, The Artist Project, AF6  
First Stage Show, Big Eyes, Sony Music และศิลปินฝึกหัด



**ครูต๋อง นิพันธ์ คีตวัชรานันท์**  
Music Director  
and Executive Producer  
GMM Grammy

MUSIC

Executive Producer ศิลปิน GMM Grammy  
น้ำชา ชีรณัฐ, ไอซ์ ศรัณยู, หนูนา, เต็น นราธิกษ์  
เตชินท์, แม้าส์ ณัชชา, ศิลปิน Mic Idol

เปิดรับสมัครแล้ววันนี้!

ACADEMIC HOURS  
Open Everyday 9:00 AM - 9:00 PM

**MONKEY TOWN ARTIST ACADEMY**

Tel. 02-669-9746 / 02-669-9714 / 085-134-8876  
www.facebook.com/MonkeyTownDance  
www.monkeytowndance.com



## รับตรง ใช้คะแนน GAT/PAT พระจอมเกล้า บางมด 2556

โครงการคัดเลือกตรง โดยใช้คะแนน GAT/PAT

### กำหนดการ

รับสมัคร	ตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ 15 พฤศจิกายน 2555
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์สอบสัมภาษณ์	วันที่ 20 พฤศจิกายน 2555
สอบข้อเขียน-สอบสัมภาษณ์	วันที่ 6 - 8 ธันวาคม 2555
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษา	วันที่ 14 ธันวาคม 2555
ยืนยันสิทธิ์	วันที่ 21 ธันวาคม 2555

### คุณสมบัติ

- GPAX ตามแต่ละสาขากำหนดตามไฟล์แนบ
- ผู้สมัครที่สนใจสมัครโครงการคัดเลือกตรง โดยใช้คะแนน GAT/PAT ทั้งวุฒิ ม.6 และ ปวช. ต้องสอบ GAT/PAT ตามเกณฑ์ที่ คณะ/ภาควิชา กำหนด

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://admission.kmutt.ac.th/bachelor/archives/6471>



## รับตรง (ปกติ) จุฬาฯ 2556

การรับสมัครและคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี โดยวิธีรับตรง (แบบปกติ) ปีการศึกษา 2556

### คุณสมบัติ

- กำลังศึกษาหรือสำเร็จการศึกษาระดับ ม.6
- GPAX 5 ภาคการศึกษา ตามแต่ละสาขาที่กำหนด

### เกณฑ์การพิจารณา

- ผลการทดสอบ GAT/PAT (สอบวันที่ 6 - 9 ตุลาคม 2555)
- ผลการทดสอบ 7 วิชาสามัญ ของ สทศ. (สอบวันที่ 5 - 6 มกราคม 2556)
- ผลการทดสอบ CU-Sciences (เฉพาะผู้ที่สมัครคณะวิทยาศาสตร์)

### กำหนดการ

รับสมัคร	วันที่ 1 - 7 กุมภาพันธ์ 2556
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์สอบสัมภาษณ์	วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2556
สอบสัมภาษณ์	วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2556
ประกาศรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าศึกษา	วันที่ 26 มีนาคม 2556
ยืนยันสิทธิ์	วันที่ 28 มีนาคม 2556

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.admissions.chula.ac.th/normal-match.html>



สถาบันการศึกษาชั้นนำ



**New Education World**  
Connecting the World with Knowledge

คุณพร้อมหรือยัง?

**AEC 2558**

**English for AEC** เพื่อเตรียมความพร้อมสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน

- **Presentation Skills** : สำหรับการนำเสนอผลงาน
- **Meeting Skills** : สำหรับการพบปะ / ประชุม
- **Telephoning Skills** : สำหรับการติดต่อทางโทรศัพท์
- **Cross Cultural Communication Skills** : สำหรับการติดต่อสื่อสารสากล
- **Negotiation Skills** : สำหรับการเจรจาต่อรองทางธุรกิจ
- **Business Writing Skills** : สำหรับการเขียนเชิงธุรกิจ
- **Customer Care Skills** : สำหรับธุรกิจบริการ
- **Other Courses** : เช่น ฝรั่งเศส สเปน จีน อิตาลี ญี่ปุ่น เป็นต้น



**A**SEAN **E**CONOMIC **C**OMMUNITY

One Vision, One Identity, One Community  
หนึ่งวิสัยทัศน์ หนึ่งเอกลักษณ์ หนึ่งประชาคม

**Corporate Training Department (แพนกพิทอสม)**  
**02-657-6059**

**Chamchuri Campus** : 315, 3<sup>rd</sup> Floor, Zone A, Chamchuri Square, Phayathai Rd., Pathumwan, Bangkok 10330 Thailand

**Future Park Rangsit Campus** : Campus Park, 3<sup>rd</sup> Floor, Central Zone, Rangsit, Paholyothin Rd., Thunyaburi, Pathumthani, 12130 Thailand

**The Mall Bangkae Campus** : 2<sup>nd</sup> Floor, The Mall Bangkae, 275 Moo 1, Phetkasem Rd., Bangkae Nua, Bangkae, Bangkok 10160 Thailand

[www.neweducationworld.com](http://www.neweducationworld.com)

**New Education World**  
Connecting the World with Knowledge



# What's Up?

โดย พี่หมื่น



ละครเวทีคณะเศรษฐศาสตร์ ภาควิชาภาษาอังกฤษ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (B.E. Drama ครั้งที่ 11) ภูมิภาคเหนือ "นารีราษฎร์" ไช้ตรวนแห่งกยา มีอากัณศรัทธาแห่งเสรี

ณ ดินแดนอันไกลโพ้น มีสถานที่แห่งหนึ่งซึ่งสังคมถูกสร้างและปกครองด้วยความเชื่อที่หล่อหลอมความนึกคิดและการกระทำของผู้คนให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน หญิงสาวคนหนึ่งสงสัยถึงอิสรภาพของตนเองและตั้งคำถามถึงความเชื่อที่มีมายาวนานนับศตวรรษ เธอจึงเดินทางค้นหาคำตอบจากสังคม แม้ว่าคำตอบนั้นอาจต้องแลกมาด้วยชีวิตของเธอเอง มาร่วมปลดปล่อยอิสรภาพไปกับเรา ณ หอประชุมศรีบูรพา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์ วันที่ 2-4 พฤศจิกายน 2555 เวลา 19.00 น. (เพิ่มรอบ 14.00 น. สำหรับวันเสาร์-อาทิตย์) บัตรราคา 180 และ 200 บาท ซื้อบัตรได้ที่ใต้ตึกคณะเศรษฐศาสตร์ ท่าพระจันทร์, ร้าน So Cool รังสิต และร้าน DJ สยาม สำรองที่นั่งได้ที่ 087-413-4818 หรือสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ <https://www.facebook.com/B.E.drama>



ซัมซุงเผยโฉมผู้ชนะเลิศโครงการ "ซัมซุง โฮป ฟอ์ ซิลเดิร์น - ซัมซุง สร้างนักคิด" ประกาศศักดาเยาวชนไทย กับความเป็นเลิศด้านความคิดสร้างสรรค์

กรุงเทพฯ - ซัมซุง นำโดย นำโดย มร.ซุง โร ดิ กรรมการผู้จัดการ (กลาง) จัดงานแถลงข่าวประกาศผู้ชนะเลิศจากโครงการ "ซัมซุง โฮป ฟอ์ ซิลเดิร์น - ซัมซุง สร้างนักคิด" โครงการติตอาวูรทางปัญญาที่เปิดโอกาสให้เยาวชนไทยได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ปัญหาและพัฒนาชุมชน ซึ่งทีมชนะเลิศคือ ทีมจากโรงเรียนสาธิตเทศบาลวัดเพชรจริก จ.เพชรบุรี กับผลงาน "มหัศจรรย์บาสเก็ตบอลงานจัดขึ้น ณ ศูนย์การค้าเซ็นทรัลเวิลด์ เมื่อเร็วๆ นี้




Study in New Zealand Train for the Real World!

การศึกษานิวซีแลนด์ ประจำประเทศไทย ขอเชิญชวนร่วมงาน "New Zealand University Day 2012" เตรียมพร้อมสู่ความสำเร็จในโลกยุคปัจจุบัน ด้วยหลากหลายสาขาวิชาที่เลือกได้ พบกับการรวมตัวของสถาบันระดับอุดมศึกษาชั้นนำจากประเทศนิวซีแลนด์ไว้มากที่สุด เพื่อให้คำแนะนำด้านหลักสูตรการเรียนการสอน สาขาวิชาเกณฑ์การรับสมัคร ตลอดจนเกร็ดความรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตและการเรียนในประเทศนิวซีแลนด์ และทุนการศึกษามากมาย ระหว่างวันที่ 25 - 29 ตุลาคม 2555 นี้ พร้อมลงทะเบียนล่วงหน้าเพื่อรับของขวัญพิเศษได้ที่ [www.Facebook.com/NZeducationthailand](http://www.Facebook.com/NZeducationthailand) หรือที่ [www.nzeducated.com/thaiocsc](http://www.nzeducated.com/thaiocsc) หรือโทร. 09-1116-3159



# นารีราชกุมารี

“โชตรวนแห่งกายา มีอาจกัณฑ์ศรัทธาแห่งเสรี”

วันที่ 2 - 4 พฤศจิกายน 2555 รอบ 19:00 น. และเพิ่มรอบ 14:00 น. ในวันเสาร์ - อาทิตย์  
ณ หอประชุมศรีบูรพา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ท่าพระจันทร์) บัตรราคา 180 และ 200 บาท  
เริ่มขายบัตรวันที่ 17 กันยายน 2555 ที่ร้าน DJ สยาม, So Cool รังสิต และได้ตีกดณะเศรษฐกิจท่าพระจันทร์  
สำรองที่นั่งติดต่อ 087-413-4818 หรือรายละเอียดเพิ่มเติมที่ [www.bedrama.net](http://www.bedrama.net)  B.E.Drama

# What's up?

โดย พี่หมื่นดี



## “5th GATSBY DANCE COMPETITION” เปิดรับสมัครแล้ว !!!

กลับมาอีกครั้งกับการเฟ้นหานักเรียนนักศึกษาที่จะเป็นสุดยอดนักเต้นระดับเอเชียปี 2012

8 ประเทศในภูมิภาคเอเชีย: ญี่ปุ่น, เกาหลี, ฮองกง, อินโดนีเซีย, ไต้หวัน, มาเลเซีย, สิงคโปร์ และไทย

บริษัท แมนดอม คอร์ปอเรชั่น (ประเทศไทย) จำกัด ขอเชิญชวนน้องๆ นักเรียนนักศึกษาที่มีอายุ 15-25 ปี เข้าร่วมการแข่งขัน Street Dance ซึ่งเงินรางวัล 20,000 บาท และตัวแทนผู้ชนะจากประเทศไทยจะได้ออกสเตปปะทะกับแชมป์จากญี่ปุ่น เกาหลี ฮองกง อินโดนีเซีย ไต้หวัน มาเลเซีย สิงคโปร์ ที่เมืองโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น ซึ่งรางวัล 500,000 เยน

รับสมัครฟรี! ทางเว็บไซต์ตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ 20 พฤศจิกายน 2555 ติดตามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.facebook.com/gatsbydancethailand>

โรงเรียนสอนการประกอบอาหาร เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต  
LE CORDON BLEU DUSIT CULINARY SCHOOL



Advertorial by

LE CORDON BLEU DUSIT CULINARY SCHOOL



พบกับ...บทสัมภาษณ์นักเรียน และศิษย์เก่า โรงเรียนสอนการประกอบอาหาร เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต พร้อมประสบการณ์การเรียน เพื่อเป็นแนวทางสำหรับน้องๆ ที่กำลังตามหาความฝันในอาชีพเชฟ หรือต้องการพัฒนาฝีมือการทำอาหารและขนม น้องๆ สามารถติดตามบทสัมภาษณ์ หรือกิจกรรมที่น่าสนใจได้อีกในฉบับหน้า

รชฎา จิรแสงทอง (แพร)

ศิษย์เก่า “หลักสูตรการประกาศนียบัตรการประกอบขนมอบ”

โรงเรียนสอนการประกอบอาหาร เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต

หลังจากจบการศึกษาจากโรงเรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์ แพรเลือกที่จะเดินตามความฝันและความชื่นชอบในการทำขนมของเธอ โดยเข้าเรียนใน “หลักสูตรประกาศนียบัตรการประกอบขนมอบ” ที่ เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต เธอเล่าว่าที่เลือกเรียนที่นี่ เพราะเคยได้มาเยี่ยมชมโรงเรียนฯ แล้วรู้สึกประทับใจกับความเป็นมืออาชีพของเชฟผู้สอน และหลักสูตรที่เป็นที่ยอมรับในระดับสากล ซึ่งทำให้เธอมั่นใจว่าหลังจากเรียนจบแล้ว จะสามารถนำความรู้ไปประกอบวิชาชีพได้ ปัจจุบัน แพรศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 สาขาการจัดการโรงแรม มหาวิทยาลัยศิลปากรและสถาบันวาแตล ประเทศฝรั่งเศส ซึ่งเธอตั้งใจจะเก็บเกี่ยวความรู้ เพื่อนำไปสานต่อความฝันในด้านอาหารและการโรงแรมให้เป็นจริง

โรงเรียนสอนการประกอบอาหาร

เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต

946 อาคารพาณิชย์ดุสิตธานี

ถนนพระราม 4 สีลม บางรัก

กรุงเทพฯ 10500

โรงเรียนสอนการประกอบอาหาร เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต  
LE CORDON BLEU DUSIT CULINARY SCHOOL



ทุกสิ่งที่คุณอยากรู้เกี่ยวกับอาหาร...

แนวทางการเริ่มต้นอาชีพสำหรับผู้ที่มีความฝันอยากเป็นเชฟ

ที่...โรงเรียนสอนการประกอบอาหาร เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต

มีหลักสูตรที่ทำให้คุณทำตามความฝันของคุณได้

## Diplomas & Certificates

*Weekday Classes / Saturday Classes*

### Classic Cycle Programme

ประกาศนียบัตรวิชาศิลปะการประกอบขนมอบ

ประกาศนียบัตรวิชาศิลปะการประกอบอาหารคาว

### The Art of Bakery

*International Breads and Baked Goods*

หลักสูตรวิชาการทำขนมปัง

### Professional Thai Cuisine Programme

หลักสูตรวิชาการครัวไทย

## Culinary Discovery Programmes

### Boulangerie *The Art of Bread-Making*

หลักสูตรศิลปะการทำขนมปัง

### Barista *The Art of Coffee-Making*

หลักสูตรการทำกาแฟ

### Cuisine & Pâtisserie Workshops

หลักสูตรการประกอบอาหารคาว และขนมอบ

### Thai Cuisine Workshops

หลักสูตรการประกอบอาหารและขนมไทย

## Le Cordon Bleu Dusit Culinary School

โรงเรียนสอนการประกอบอาหาร เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต

946 อาคารพาณิชย์ดุสิตธานี ชั้น 1 ถนนพระราม 4

แขวงสีลม เขตบางรัก กรุงเทพฯ

โทร 02 237 8877

อีเมลล์ [lecordonbleu@dusit.com](mailto:lecordonbleu@dusit.com)

[www.lecordonbleudusit.com](http://www.lecordonbleudusit.com)

[www.facebook.com/lecordonbleudusit](https://www.facebook.com/lecordonbleudusit)



## อาจารย์ศุภรักษ์ สิริศักดิ์านุสรณ์

ตำแหน่งหัวหน้าวิชาการ



อาจารย์ศุภรักษ์ เริ่มสนใจดนตรีเมื่ออายุประมาณ 9 ขวบ ด้วยเพราะคุณพ่อชอบฟังเพลง และเปิด Concert ให้ดูเป็นประจำ จนกระทั่งได้ดู Phil Collins ตีกลองพร้อมกับร้องเพลงไปด้วย จึงขอให้คุณพ่อพาไปเรียนกลอง ที่โรงเรียนดนตรีสยามกลการ จุฬารัตน์ (ปัจจุบันได้เปลี่ยนชื่อไปแล้ว) จนคุณพ่อเห็นว่าชอบจริงๆ จึงให้ลองไปสอบโควตาดนตรี เพื่อเข้าศึกษาต่อในระดับมัธยมศึกษาที่โรงเรียนวัดสุทธิวราราม ซึ่งก็สามารถเป็น 1 ใน 6 ของผู้ที่ผ่านการคัดเลือกจากทั้งหมด 150 คน และได้รับมงดุริยางค์ของโรงเรียนมาโดยตลอด โดยคำแนะนำของอาจารย์สุรพล ธีบุญวิบูลย์ และอาจารย์เกษม ทิพยเมธากุล ซึ่งวงของโรงเรียนมีทั้งประเภท Marching Band และ Wind Symphony โดยเพลง Style ที่เล่นก็จะเป็นเพลงประเภท Classic อีกทั้งยังมีโอกาสได้ร่วมเล่น Concert ใหญ่ๆ อยู่หลายครั้ง และได้พบปะนักดนตรีอาชีพอยู่เสมอ ทำให้ได้รับคำสอนรวมถึงเทคนิคดีๆ มากมาย จากนั้นได้เริ่มศึกษาดนตรีต่ออย่างจริงจังในระดับอุดมศึกษาที่คณะมนุษยศาสตร์ ภาควิชาดนตรีตะวันตก มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และเข้าร่วมวง Kasetsart Wind Symphony และมีโอกาสได้ร่วมแสดง Concert ทั้งในประเทศและต่างประเทศอยู่เสมอ

ปัจจุบัน ได้มีโอกาสร่วมงานกับโรงเรียนดนตรีสยามกลการ สถาบันดนตรียามาฮา ในตำแหน่งหัวหน้าวิชาการ มีหน้าที่อบรมครูในโรงเรียนดนตรีสยามกลการทั่วประเทศ เพื่อให้ได้มาตรฐานเท่าเทียมกัน อีกทั้งยังคอยพัฒนาความสามารถและเทคนิคต่างๆ ให้กับคุณครู เช่น Groove Style, Solo Rhythm ทั้งในระดับ Beginner จนไปถึงระดับ Advance

### ประสบการณ์และประวัติทางดนตรี

ปี 1994-1995

- ตัวแทนโรงเรียนวัดสุทธิวรารามเข้าร่วม Workshop Percussion Clinics by Thom Hannum ครั้งที่ 1-2

ปี 1999

- เข้าร่วมการแข่งขัน 1999 World Championship for Marching Show Band ที่ Sydney ประเทศ Australia

ปี 2001-2008

- ร่วมเป็น Staff ให้โรงเรียนเบญจมราชูทิศ จ.จันทบุรี เข้าแข่งขัน WMC (World Music Contest) ที่ประเทศเนเธอร์แลนด์
- เป็นสมาชิกวง Kasetsart Wind Symphony ได้ร่วมแสดงดนตรีกับวง Kasetsart Wind Symphony ที่ประเทศสิงคโปร์
- ได้รับรางวัลชนะเลิศ การประกวดเล่นดนตรี รายการ Nescafe' Music Challenge 2002 ในนามชื่อวง Octopuz
- ได้รับรางวัลชนะเลิศ การประกวดดนตรี ในรายการ "KU Folksong Live Music Awards 2002 ในนามวง Octopuz
- ได้รับรางวัลรองชนะเลิศ อันดับที่ 1 ในรายการ 100 Pipers Contest 2002 ครั้งที่ 4 ประเภทวงดนตรีอาชีพ ในนามวง Octopuz
- เคยเป็นศิลปินของค่าย GMM ในนามศิลปินวง JUNE "จูน" ในตำแหน่งมือกลอง
- อดับนที่กลองให้ศิลปินเวสป่าและ STER ภายใต้สังกัดค่าย GMM 2 เพลง ได้แก่ เพลง "คนใฝ่สูง" และ "หลอกแต่รัก"
- อดับนที่กลองให้ศิลปินวง NANA (นานา) ภายใต้สังกัดค่าย Butterfly Records 2 เพลง ได้แก่ เพลง "วันทอง" และ "ตามเขากลับมารักเธอ"
- Back Up ให้กับวง STER 2 ชุด ได้แก่ ชุด STER VR และ STER Behind

ปี 2008-2010

- เล่นเพลงประกอบละครเวทีเรื่อง High school Musical 8 June 2009
- เข้าร่วมแสดง Concert กับวง Nonsri Orchestra Wind ที่ประเทศสิงคโปร์ Cityscapes-Esplanade Concert Hall @Singapore 6 December 2009
- เล่นเพลงประกอบละครเวทีเรื่อง Fame The Musical 7-9 April 2010
- เล่นเพลงประกอบละครเวทีเรื่อง วิวาทพระสมุทร ปี 2010
- เล่น Concert สีฟ้า Music on The Beach at "Prime Nature Villa @ Hua-Hin" ปี 2010

ปี 2011-ปัจจุบัน

- บันทึกเสียงเพลง HM.Blue กับวง Nonsri Orchestra Wind ปี 2011
- สมาชิกวง DTX MAN
- ร่วมแสดง Asia Pacific Junior Original Concert : APJOC 2011

# ‘ส้ม’ หรือ ‘แตงโม’?

จะเป็นอย่างไร..

เมื่อแตงโมสีแดงกับผลส้มสีจัดเกี่ยวข้องออยผสมกลมกลืน  
ปลุกเร้าชีวิตสุขสันต์ เพิ่มมูมมันส์ๆ ให้คนหัวใจดนตรี  
ฉีกทุกกฎทฤษฎีแห่งดนตรีที่ใครว่า ‘เป็นไปไม่ได้’

เพราะที่ยามาซ่า..เราทำให้ดนตรีทุกเมโลดี้มีชีวิต





# ภูลังกา จ.นครพนม

ตามรอยแห่งศรัทธา ตามหาดอกไม้บ้านบนลานหิน



พระอาทิตย์ขึ้นกับทะเลหมอกบนยอดภูลังกา

สวัสดิ์ค่ะ Chill Out ฉบับปลายฝนนี้ เราเปลี่ยนบรรยากาศไปผจญภัยเล็กๆ เดินป่าเล่นน้ำตกกัน หน้าฝนแบบนี้ มองไปทางไหนก็มีแต่สีเขียวชุ่มฉ่ำใจ น่องๆ ควรจะหาโอกาสพักผ่อนของตัวเองไปอยู่กับธรรมชาติกันบ้างนะคะ แต่ถ้าปิดเทอมนี้ต้องเรียนพิเศษ ก็ไม่เป็นไรนะ ทำหน้าที่ของเราให้เต็มที่ แล้วมา Chill Out กับพี่นิราไปก่อนนะคะ

ปกติพี่นิราจะมีทริปเดินป่ากับเพื่อนๆ ทุกปีค่ะ เพื่อทดสอบความแข็งแรงและบึกบึนของร่างกาย ปีนี้เราเลือกที่จะไปสูดอากาศบริสุทธิ์บนภูเขา ชมพระอาทิตย์ขึ้นกลางสายหมอก เดินดูดอกไม้บ้าน และนมัสการพระธาตุยอดดอย ณ อุทยานแห่งชาติภูลังกา อ.บ้านแพง จ.นครพนม ทริปนี้เราวางแผนล่วงหน้ากันเกือบครึ่งปีทีเดียว ก็ทำไปได้แหละคะ แต่ละคนพอทำงานกันแล้วก็หาเวลาตรงกันยาก อีกอย่างหนึ่งเราต้องติดต่อรถเช่าและเจ้าหน้าที่อุทยานให้เรียบร้อยก่อนด้วย เมื่อทุกอย่างลงตัวก็เตรียมจัดกระเป๋า ออกเดินทางกันได้เลย

มาทำความรู้จักกันก่อน อุทยานแห่งชาติภูลังกา มีลักษณะเป็นภูเขาหินทรายเรียงซ้อนกันตามแนวแม่น้ำโขง ครอบคลุมพื้นที่ อ.บ้านแพง จ.นครพนม และ อ.เซกา จ.บึงกาฬ ดอยภูลังกามีความสูงจากระดับน้ำทะเล 1,720 เมตร เส้นทางเดินขึ้นภูลังกามี 2 ทาง คือเดินขึ้น เส้นทางด้านหลังอุทยานลัดเลาะไปในป่ายาว 5 กิโลเมตร ใช้ระยะเวลาเดินเท้าประมาณ 3 ชั่วโมง หรือ ขึ้นทางประมาณ 1 ชั่วโมง

พวกเราเลือกที่จะเดินขึ้นทางด้านหลังอุทยาน นอนค้างบนยอดภูลังกาหนึ่งคืน ชมพระอาทิตย์ และทะเลหมอก ก่อนที่จะเดินลงทางบันไดนาค เพื่อให้ได้ครบทุกบรรยากาศ และชมวิวทั้งสองด้านของภูเขา ระหว่างทาง พวกเราก็แวะพักเหนื่อยบ้าง แวะถ่ายรูปเป็นระยะ เพลิดเพลินกับความเขียวขจีของป่า แต่ขณะเดียวกัน ก็ต้องมีสติในการเดินทุกก้าวเพื่อไม่ให้ลื่นล้มบาดเจ็บ และคอยดูแลเพื่อนร่วมทางด้วย



น้ำตกตกลงมาภายในอุทยานแห่งชาติภูลังกา







ดอกเอื้องนวลจันทร์

พอบ่ายแก่ๆ พวกเราก็เดินมาถึงจุดพักข้างบน ซึ่งเป็นลานหินกว้างสลัด้วยพรรณไม้نانาชนิด ด้านบนมีอากาศเย็นสบายตลอดทั้งปี พอกางเต็นท์และเก็บของเรียบร้อยก็ไปเดินเล่นถ่ายรูปดูดอกไม้บนลานหิน แล้วขึ้นไปนมัสการเจดีย์กองข้าวศรีบุญเนาว์ ณ จุดสูงสุดของภูลังกา หลังจากนั้นก็เดินลงจากเจดีย์ไปอีกด้านฝั่งบึงโขงหลงที่เป็นจุดชมพระอาทิตย์ตก

เจดีย์กองข้าวศรีบุญเนาว์ ถูกสร้างขึ้นเนื่องด้วยพระอาจารย์สมชาย ปุญญมโน ได้เดินทางมาจุดดงค์ปลีกวิเวกภาวนาบนถ้ำ ณ ภูลังกา เห็นกองหินคล้ายกองข้าวบนยอด และมีเทวดามาขอให้ช่วยสร้างเจดีย์ขึ้นมาใหม่ ท่านก็เลยสร้างเจดีย์แบบศรีลังกาบรรจุพระบรมสารีริกธาตุของพระพุทธเจ้าที่อัญเชิญมาจากประเทศเนปาล ชาวบ้านเมื่อรู้ข่าวจึงพร้อมใจกันมาช่วยจนสำเร็จ



เจดีย์กองข้าวศรีบุญเนาว์ ตั้งตระหง่านอยู่บนยอดภูลังกา

ทะเลหมอกบนยอดภูลังกายามเช้า



ไฮไลท์ของทริปนี้นอกเหนือจากการได้ชมทะเลหมอกและพระอาทิตย์ยามเช้าแล้ว อีกอย่างหนึ่งก็คือดอกไม้บนลานหินทรายหลากหลายพันธุ์ซึ่งจะพบมากบนภูเขาในแถบภาคอีสาน และจะเริ่มบานในช่วงปลายฝนต้นหนาว ได้แก่ พวกกล้วยไม้ป่า ตระกูลเอื้องดอกดิน และกลุ่มดอกหญ้าขนาดเล็ก ที่มาช่วยเติมสีสันและความน่ารักให้กับลานหินทราย สร้างความเพลิดเพลิน ให้พวกเราได้แวะพักผ่อนตามรายทางเป็นระยะ

การได้มาเยือนที่นี้ด้วยตัวเอง ได้สัมผัสถึงความสวยงามของธรรมชาติ และความลำบากในการเดินทาง ยิ่งทำให้พวกเรามองเห็นถึงแรงศรัทธาและความตั้งใจของชาวบ้านที่ร่วมกันสร้างเจดีย์และเส้นทางบันไดนาคได้อย่างแจ่มชัด เป็นทริปที่ประทับใจมากอีกหนึ่งทริป พวกเราเดินทางกลับพร้อมความสุขและพลังที่เต็มเปี่ยม กับความรู้สึกรักและหวงแหนธรรมชาติที่เพิ่มมากขึ้น และหวังว่าจะได้พบกันอีกในเร็ววัน

ในฉบับหน้า พี่น้าจะไป Chill Out ที่ไหน รอติดตามกันนะคะ แต่ขอแยมเอาไว้ว่า คราวหน้าเราจะไปล่องเรือกัน ;D P



ทางลงบันไดนาค 1,475 ขั้น

# เตรียมความพร้อมก่อน Go Inter กับหลักสูตรการเรียนภาษาอังกฤษ จากสถาบันภาษาของมหาวิทยาลัยชั้นนำระดับโลก

สำหรับนักเรียนไทยที่ต้องการเตรียมความพร้อมด้านภาษาอย่างเข้มข้น RMIT English Worldwide Thailand ถือเป็นอีกหนึ่งทางเลือกที่ดีที่สุด โดยสถาบันเมื่ออยู่ที่เมือง Melbourne ประเทศออสเตรเลีย แต่เสียค่าใช้จ่ายถูกกว่าครึ่ง เรียนจบแล้วได้ certificate จาก RMIT English Worldwide, ออสเตรเลีย

คุณธรรมธาสภา สารวย ผู้จัดการฝ่ายพัฒนาธุรกิจและฝ่ายการตลาด กล่าวว่า การเรียนภาษาอังกฤษในเชิงวิชาการของสถาบัน มีความแตกต่างเป็นอย่างมากกับการเรียน ในแนวทั่วๆ ไป โดยหลักสูตรภาษาอังกฤษแนววิชาการของสถาบัน เป็นหลักสูตรที่ได้จัดทำและพัฒนาอย่างต่อเนื่องตลอดเวลา โดยมีหลักสูตร 2 หลักสูตรคือ

## English for Academic Passport

ซึ่งเหมาะสำหรับเด็กนักเรียนที่เตรียมความพร้อมก่อนเข้ามหาวิทยาลัย ทั้งในประเทศ (โดยเฉพาะหลักสูตรอินเตอร์) และต่างประเทศทั่วโลก สำหรับผู้ที่จบหลักสูตรนี้ และต้องการจะเข้าศึกษาต่อที่ RMIT University และสถาบันอื่นๆ อาทิ Swinburne University, La Trobe University, Edith Cowan University, University of Central Lancashire, William Angliss Institute, Le Cordon Bleu, New Zealand (Without IELTS or TOEFL) สามารถใช้สิทธิ์ในการเข้าเรียนได้โดยไม่ต้องยื่นคะแนนสอบ IELTS หรือ TOEFL

## English for Higher Education Success

เหมาะสำหรับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระบบแล้วต้องการเพิ่มขีดความสามารถด้านภาษาอังกฤษให้ตนเองให้สูงมากยิ่งขึ้น ทั้งสองหลักสูตรจะมุ่งเน้นการพัฒนาทักษะภาษาทั้ง 4 ด้าน คือ ฟัง พูด อ่าน เขียน ให้อยู่ในระดับที่เป็นวิชาการมากยิ่งขึ้น อาทิ การฟัง บรรยายในห้องเรียน การจดเลคเชอร์ การนำเสนอผลงานหน้าชั้น การวิเคราะห์ วิจารณ์ หรืออภิปรายกับเพื่อนในชั้นเรียน

นอกจากนี้ หลักสูตรนี้ยังได้เสริมเนื้อหาของแต่ละวิชา ในการเรียนการสอนในระดับมหาวิทยาลัย อาทิ เนื้อหา วิชาบริหารธุรกิจ วิศวกรรมศาสตร์ กฎหมาย เพื่อช่วยเพิ่มความคุ้นเคย ให้แก่ผู้เรียนอีกด้วย

นอกจากนี้ สถาบันยังมีหลักสูตรภาษาอังกฤษด้านอื่นๆ เช่น IELTS Preparation, International Business English, English for Teaching และ Academic Writing เป็นต้น

## ภาษาอังกฤษแนววิชาการเพื่อการศึกษาต่อนั้น เหมาะสำหรับ

- คนที่เตรียมความพร้อมสู่มหาวิทยาลัย (International Program)
- คนที่กำลังเรียนหลักสูตรอินเตอร์
- คนที่เตรียมความพร้อมก่อนศึกษาต่อต่างประเทศ
- คนที่ตั้งใจศึกษาต่อ RMIT University และสถาบันอื่นๆ อาทิ Swinburne University, La Trobe University, Edith Cowan University, University of Central Lancashire, William Angliss Institute, Le Cordon Bleu, New Zealand (Without IELTS or TOEFL) โดยไม่ต้องสอบ IELTS/TOEFL

คุณธรรมธาสภา สารวย  
ผู้จัดการฝ่ายพัฒนาธุรกิจและ  
ฝ่ายการตลาด

## RMIT English Worldwide, Thailand

Siam 7<sup>th</sup> Floor, Siam Tower, Rama 1 Rd., Pathumwan, Bangkok 10330, Thailand

Tel. 0 2658 0284 [www.rmitenglish.ac.th](http://www.rmitenglish.ac.th)

[www.rmitenglish.ac.th](http://www.rmitenglish.ac.th)



# English Academic Passport

## ภาษาอังกฤษแนววิชาการระดับสูง



Your passport to RMIT University,  
Swinburne University, La Trobe University,  
Edith Cowan University, University of Central  
Lancashire, William Angliss Institute, Le Cordon Bleu,  
New Zealand (Without IELTS or TOEFL)

เข้าศึกษาต่อสถาบันและมหาวิทยาลัยชั้นนำโดยไม่ต้องยื่นผลสอบ IELTS หรือ TOEFL

\* For exact entry requirements please contact the relevant institution.

**Siam Campus**

ชั้น 7 สยามทาวเวอร์ (ติดสยามดิסקัฟเวอร์รี่)

**02-658-0284**





# SHERANUT YUSANANDA

จากความฝันในวัยเด็ก จากความรักในการร้องเพลง ทำให้เธอเดินมาถึงวันนี้ น้ำชา ชีรณัฐ ยูสานนท์ กับอัลบั้มเดี่ยวชุดใหม่ ที่มาพร้อมกับแนวเพลงสนุกสนาน แนว Electronic Pop ที่เหมาะกับสาวรักศิลปะอย่างเธอ วันนี้เราจะพาไปรู้จักกับน้ำชาให้มากยิ่งขึ้นกันครับ

**Q: แนะนำตัวหน่อยครับ**

**น้ำชา:** สวัสดีค่ะ น้ำชา ชีรณัฐ ยูสานนท์ ตอนนี้อ่าน (น้ำชาจะเรียกแทนตัวเองสั้นๆ ว่า "ชา") เรียน Computer Graphic ที่สถาบัน Raffles ค่ะ ที่เลือกเรียนสาขานี้เพราะชอบใช้เวลาอยู่กับคอมพิวเตอร์เป็นส่วนใหญ่ค่ะ (ยิ้ม)

**Q: สาขานี้เรียนเกี่ยวกับอะไรบ้างครับ**

**น้ำชา:** ที่ชาเรียนก็จะเรียนเกี่ยวกับออกแบบ Design โฆษณาทุกอย่างค่ะ

**Q: ก่อนที่จะมาเรียนที่สถาบัน Raffles น้ำชาเรียนจบที่ไหนมาครับ**

**น้ำชา:** ชาเรียนจบ High School ที่ประเทศออสเตรเลียค่ะ

**Q: วิธีการสอบเข้าที่สถาบัน Raffles เป็นอย่างไรครับ ช่วยแนะนำหน่อยๆ หน่อยครับ**

**น้ำชา:** ต้องสอบ IELTS ให้ผ่าน 6.0 ค่ะ และก็ต้องมีผลงาน (Portfolio) ที่ดีค่ะ แล้วก็เกรดที่โรงเรียนค่ะ ส่วน Portfolio นั้นชาสะสมมาตั้งแต่ตอนเรียน High School เลยค่ะ ทำเป็นชิ้นงานเก็บไว้ค่ะ

**Q: ก่อนสอบ IELTS น้ำชามีการเตรียมตัวสอบอย่างไรบ้างครับ**

**น้ำชา:** ด้วยความที่ชาจบมาจากเมืองนอก ก็เลยไม่ต้องโชว์ IELTS ขนาดนั้น คือสอบ IELTS กับดู Portfolio ถ้าเราจบจากเมืองนอกมาอยู่แล้ว ที่นี้ก็ให้เครดิตที่ว่า ยังไงคุณก็พูดได้อยู่แล้ว ก็ไม่ต้องมี IELTS ก็ได้

**Q: มาเรียนที่นี่มีเพื่อนเยอะไหมครับ**

**น้ำชา:** ส่วนมากเพื่อนชาก็จะอยู่สาขาแฟชั่นดีไซน์ค่ะ จะไม่มีใน Graphic เท่าไร ก็สนิทกันค่ะ ไปเที่ยวกันตลอด

**Q: แล้วถ้าเทียบกับตอน High School ละครับ**

**น้ำชา:** คนละแบบค่ะ ตอน High School ชาเรียนร้อยมาก ตอนนี้อ่านไม่ใช่ไม่เรียนร้อยนะคะ ตอนนั้นยังเด็ก แล้วชาก็อยู่โรงเรียนประจำ ชาไม่ค่อยได้ออกไปไหน ก็เรียนอย่างเดียว เรียนตลอด 5 ปี แต่ตอนมาเรียนที่นี่ก็มีปาร์ตี้บ้างก็ตามวัยค่ะ (หัวเราะ)

**Q: แล้วอย่างตอนที่มิกาน อาจต้องขาดเรียนบ้าง เพื่อนๆ ได้ช่วยเหลือไหมครับ**

**น้ำชา:** ก็ช่วยค่ะ แต่อาจารย์น่ารักมาก ก็เป็นอีกอย่างหนึ่งที่ชารู้สึกชอบที่นี่ด้วย อาจารย์น่ารักจริงๆ ทุกคนเข้าใจแล้วก็เอาใจใส่ ดูแล คอยอธิบายให้ฟัง บางทีที่ชาถามอะไรที่ต้องอธิบายเยอะๆ เขาก็อธิบายให้ชาฟัง

# “อยากจะได้เรียนอะไรที่ตัวเองรัก และที่ตั้งใจเรียน **มุ่งมั่น** แล้วจบมาก็จะได้ **อนาคตที่ดี**”



**Q:** การที่เราจะมาเรียน Computer Graphic มันเป็นความฝันตั้งแต่เด็กๆ เลยหรือเปล่าครับ

**น้ำชา:** คือซาเป็นคนที่ชอบ Fine Arts แต่ว่าไม่มีโรงเรียนที่เมืองไทยที่ไหนที่สอน Fine Arts เป็นอินเตอร์ค่ะ จริงๆ ที่ม.ศิลปากรก็ดีมาก แต่ว่าซาอยากเรียนในหลักสูตรที่เป็นอินเตอร์ค่ะ

**Q:** การเรียนการสอนของสถาบัน Raffles เหมือนในมหาวิทยาลัยทั่วๆ ไปหรือเปล่าครับ

**น้ำชา:** การเรียนการสอนของที่นี่มีให้เข้าห้องเรียนเหมือนที่อื่นๆ แต่วิธีการสอนจะไม่เหมือนกัน เขาจะสอนแบบฝรั่ง คือ Open มีความคิดอะไรก็ให้ยิงๆ ออกมา มี Brainstorm ในการคิดเยอะค่ะ

**Q:** แล้วการบ้านหนักไหมครับ

**น้ำชา:** หนักเหมือนกันค่ะ หนักมากด้วย

**Q:** หลักสูตรนี้เรียนกี่ปีครับ

**น้ำชา:** สำหรับหลักสูตรที่ซาเรียนจะใช้เวลาเรียนประมาณ 3-4 ปีค่ะ ตอนนี้อาเล็คซ์แค่วิชานิพนธ์ก็จะเรียนจบแล้วค่ะ (ยิ้มภูมิใจ)

**Q:** คนที่เรียนจบจากสาขานี้ ส่วนใหญ่ไปทำอาชีพอะไรกันบ้างครับ

**น้ำชา:** ส่วนมากก็จะเป็นงานโฆษณาค่ะ ที่ซาเรียน Graphic เพราะก่อนหน้านี้อยากทำงานด้านโฆษณาค่ะ แต่ไม่นึกว่าตัวเองจะได้เข้ามาอยู่ในวงการบันเทิง ตอนนั้นก็เลยทำงานในวงการบันเทิงไปก่อนค่ะ

**Q:** เข้ามาทำงานในวงการบันเทิง มีผลกระทบด้านการเรียนบ้างไหมครับ แล้วน้ำชาแบ่งเวลาอย่างไรครับ

**น้ำชา:** ก็กระทบเหมือนกันค่ะ คือจะมีปัญหาเรื่องการเข้าเรียน แต่ว่าที่นี่จะค่อนข้าง Open เรื่องการเข้าเรียน คือ จะเข้าใจ แต่เขาก็จะคอยตามให้ด้วยว่า สอนอะไรไปบ้าง (ส่วนการบ้านก็ยุ่งเยอะเหมือนเดิม) ส่วนเรื่องการแบ่งเวลา ซาก็จะแบ่งเวลาเรียนกับทำงาน 50-50 ค่ะ (ซึ่งจริงๆ แล้วต้องเรียน 80% ด้วยซ้ำ)

**Q:** ที่สถาบันมีกิจกรรมเหมือนมหาวิทยาลัยหรือเปล่าครับ แล้วน้ำชาได้เข้าร่วมบ้างไหม

**น้ำชา:** กิจกรรมก็มีเยอะนะค่ะ มีทริปไปต่างประเทศ ไปประเทศญี่ปุ่น ยุโรป แต่ซาไม่ได้ไปเลย (หัวเราะ) เพราะว่าเรามีงานเยอะ ไม่สามารถที่จะปลีกตัวไปได้เกือบครึ่งเดือน ไป Workshop กับสถานที่จริงเลยคะ อย่างเรียน Graphic ก็ไป Workshop กับทีมการ์ตูนญี่ปุ่น แล้วก็ได้เข้าร่วม Internship ด้วย ได้เข้าไปทำ Magazine อยู่ช่วงหนึ่ง ได้จัด Layout และไปช่วยนางแบบแต่งตัวด้วยคะ แล้วก็จะมีเกรดในการฝึกงานด้วยคะ

**Q: ผลการเรียนเป็นอย่างไรบ้างครับ**

**น้ำชา:** ก็โอเคค่ะ ก็ดีนะ แต่เรียนไปเรียนมา รู้สึกว่าตัวเองเริ่มมีหัวด้าน Business เขาก็จะให้เรียน Business อยู่บ้าง เรื่องการตลาด เรื่องการโฆษณา ซึ่งคะแนนออกมาค่อนข้างดี ซาเองก็แอบสนใจไปทางด้านนี้ เพราะคิดว่าตัวเองก็ใช้ได้เหมือนกันนะในเรื่องนี้ (ยิ้ม)

**Q: ที่สถาบัน Raffles มีสอนสาขาวิชาอื่นๆ อีกไหมครับ**

**น้ำชา:** มี Business, Fashion, Graphic แล้วตอนนี้ก็จะเพิ่ม Hospitality เข้ามาค่ะ

**Q: น้ำชาวางแผนหลังเรียนจบไว้อย่างไรบ้างครับ**

**น้ำชา:** ขอทำงานในวงการบันเทิงก่อนค่ะ และขอยากเรียนต่อโท ด้านแฟชั่นที่ New York และขอยากมีร้านที่เป็นแบรนด์ของตัวเอง และตอนนี้ซาก็ทำเครื่องประดับอยู่ เป็นแบรนด์ของตัวเอง ออกแบบเองค่ะ เป็นเครื่องประดับของผู้หญิง สิ่งโรงงานที่เมืองนอกผลิต ส่วนช่องทางการจำหน่ายก็จะเป็นทาง Social Media เพราะซาไม่มีเวลาเข้าร้านค่ะ คือที่ซามาทำงานด้านนี้ ซามีความสุขมาก ช่วงแรกๆ ที่ทำอาจจะได้เงิน ได้กำไรคืนมาไม่เยอะ เพราะซาก็ลงทุนไปเยอะมากเหมือนกันค่ะ เพราะเราก็ใช้วัสดุที่เป็นของดีหมดเลย แต่ซามีความสุขที่ได้ทำมันค่ะ สามารถไปเยี่ยมชมได้ที่ Instagram @ahavashop และ <http://www.facebook.com/ahavashop> ค่ะ

**Q: ตอนนี้มีผลงานอะไรบ้างครับ**

**น้ำชา:** งานเพลงก็มีอัลบั้มเดี่ยวชุดที่ 3 แนวเพลงเป็น Electronic Pop ค่ะ ซึ่งเกิ้ลล่าสุด Fine Fine Fine จะ Featuring กับ Southside ซึ่งเป็นเพื่อนกันอยู่แล้ว ก็เลยเอามาทำงานด้วยกัน ง่ายดี เวลาติดต่อก็จะคุยง่ายค่ะ และก็มีละครเวทีเรื่อง ไกลกังวล เป็นละครเวทีโรแมนติกแนวย้อนยุคค่ะ เป็นละครเวทีที่เกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ และพระบรมราชินีนาถฯ ค่ะ ได้ดูประมาณเดือนพฤศจิกายนค่ะ แล้วก็หนังใหญ่ที่กำลังจะเปิดตัวตอนปลายปี เป็นหนังผีค่ะ ยังไม่มีชื่อเรื่อง

**Q: ให้น้ำชาฝากถึงน้องๆ ที่อ่านหนังสือเตรียมสอบหน่อยครับ**

**น้ำชา:** อย่างแรกที่ซาอยากฝากถึงน้องๆ ทุกคน อยากให้เรียนอะไรที่ตัวเองรัก อยากให้เรียนอะไรที่จะเอามาใช้ในอนาคต ไม่ใช่เพราะว่าโดนบังคับให้เรียน เพราะซาเห็นมาเยอะ ถ้าเราได้เรียนในสิ่งที่เรา รัก เราจะได้มีความสุขกับการเรียน และถ้าเรียนๆ ไปอย่างนั้น ซาเห็นมาหลายคนแล้ว เรียนไปก็เปลี่ยนสาขา แทนที่จะจบก็ไม่จบ เสียเวลา ก็อยากจะให้เรียนอะไรที่ตัวเองรักและที่ตั้งใจเรียน มุ่งมั่น แล้วจบมาก็จะได้มีอนาคตที่ดี ก็ขอฝากกับน้องๆ ทุกคนด้วยค่ะ **P**





FcFe

FUTURE CAREER EXPO 2012



ครั้งแรกของเมืองไทยกับนิทรรศการสาขาอาชีพแห่งอนาคต

(Future Career Expo 2012)



www.eduzones.com ร่วมกับสำนักงานการอุดมศึกษา  
กรมการ จัดหางาน กระทรวงแรงงาน ได้จัดนิทรรศการการศึกษา  
สาขาอาชีพแห่งอนาคต หรือ Future Career Expo 2012 วิเคราะห์  
ทิศทางสาขาและอาชีพใหม่ๆ ที่จะทำให้หางานง่าย และรายได้  
สูงตามแนวทางของ ดร.วิริยะ ฤาชัยพาณิชย์ ผู้วิเคราะห์และเขียน  
หนังสือพ็อกเก็ตบุ๊ก สาขาอาชีพแห่งอนาคต 3 ซึ่งประกอบไปด้วย  
7 กระแส ดังนี้ 1. กระแสประชากรโลก 2. กระแสชีวิตดิจิทัล  
3. กระแสสีเขียว 4. กระแสชีววิทยา 5. กระแสความรู้และภูมิปัญญา  
6. กระแสความคิดสร้างสรรค์ และ 7. กระแสของแท้

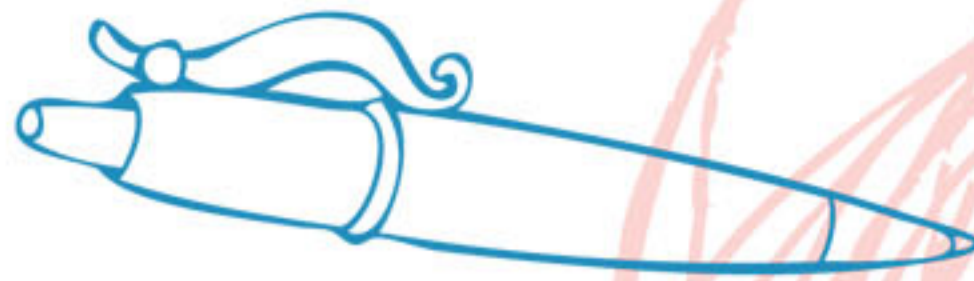
ดร.วิริยะ ฤาชัยพาณิชย์ กล่าวว่า ปัจจุบันบ้านเรามีคน  
ตกงานเป็นจำนวนมากกว่า 3 แสนคนต่อปี และจะเพิ่มมากขึ้น  
เรื่อยๆ ถ้าบ้านเมืองเรา องค์กรการศึกษาเรา ยังใช้ระบบการเรียน  
รู้แบบเดิม จะเป็นเรื่องที่น่าเป็นห่วงอย่างมาก วันนี้เราต้องการการ  
เปลี่ยนแปลงการศึกษา เพื่อที่จะรองรับสภาพงานใหม่ การทำงาน  
แบบใหม่ การทำงานแบบใหม่ และอาชีพใหม่ๆ ในอนาคต

"นิทรรศการ Future Career เป็นปรากฏการณ์ใหม่ จะ  
ไม่ใช่ นิทรรศการการศึกษาแบบที่เห็นและเคยมี นิทรรศการการ  
ศึกษาที่ผ่านมา จะเป็นการเอามหาวิทยาลัยมาออกบูธ มาตั้งโชว์  
มาแจกใบปลิวงานนี้ไม่ใช่ เราจะไม่มีภาระประนีประนอม เราเต็ม  
ที่เข้าไปที่เนื้อหา เราจะคัดสรรมาเลยคิดว่า คณะไหน หางานง่าย  
รายได้สูง มหาวิทยาลัยแห่งไหน มีคณะที่เปิดสาขาซึ่งเป็นสาขา  
อาชีพแห่งอนาคต ในแนวทางของหนังสือพ็อกเก็ตบุ๊กสาขาอาชีพ  
แห่งอนาคต เพื่อที่จะให้เด็กไทยทั่วประเทศได้เข้าถึงข้อมูลที่มีค่า  
งานนั้นนอกจากจะให้โอกาสนักเรียน ผู้ปกครอง อาจารย์แล้ว ผม  
เชื่อว่าเป็นแนวทางของสถาบันอุดมศึกษาที่จะพัฒนาการศึกษาให้  
สอดคล้องต่อทิศทางสาขาอาชีพแห่งอนาคตครับ" ดร.วิริยะ กล่าว

ภายในงาน นอกจากจะพบกับนิทรรศการรูปแบบใหม่ของ  
มหาวิทยาลัยเอกชน ตาม 7 กระแสสาขาอาชีพแห่งอนาคตแล้ว ยัง  
มีการสัมมนาที่พลาดไม่ได้ อาทิ เจาะลึก Top 10 สาขาที่น่าเรียน  
ที่สุดในประเทศ ตาม 7 กระแสสาขาอาชีพแห่งอนาคต, เคล็ดลับ  
สอบตรงอย่างไรให้ติดสาขาอาชีพแห่งอนาคต, "เรื่องกล้วยๆ" สูด  
ยอดเทคนิคการอ่าน การจำ ทำข้อสอบ, ห้องเรียนแห่งอนาคต,  
แนวทางการสอนแบบ Creativity Base Learning รับมือประชาคม  
อาเซียน, การพัฒนาเครื่องมือและสื่อการสอนรูปแบบใหม่สู่สาขา  
แห่งอนาคต, ก้าวใหม่อุดมศึกษาไทย เลือกเรียนอย่างไรในยุค  
ประชาคมอาเซียน, Workshop ปฏิบัติความคิดสร้างสรรค์สำหรับ  
ผู้บริหารสถานศึกษา, แบบทดสอบค้นหาตัวเอง ว่าเหมาะกับการ  
เรียนสาขาอะไรในอนาคต และพูดคุยกับรุ่นพี่ที่เรียนและทำงานใน  
สาขาอาชีพแห่งอนาคตแบบตัวต่อตัว







### กำหนดการจัดงานนิทรรศการสาขาอาชีพแห่งอนาคต

20-21 ตุลาคม 2555

3-4 พฤศจิกายน 2555

24-25 พฤศจิกายน 2555

8-9 ธันวาคม 2555

15-16 ธันวาคม 2555

เซ็นทรัลพลาซ่า เชียงใหม่ แอร์พอร์ต

เซ็นทรัลพลาซ่า อุดรธานี

เซ็นทรัลพลาซ่า สุราษฎร์ธานี

เซ็นทรัลพลาซ่า ขอนแก่น

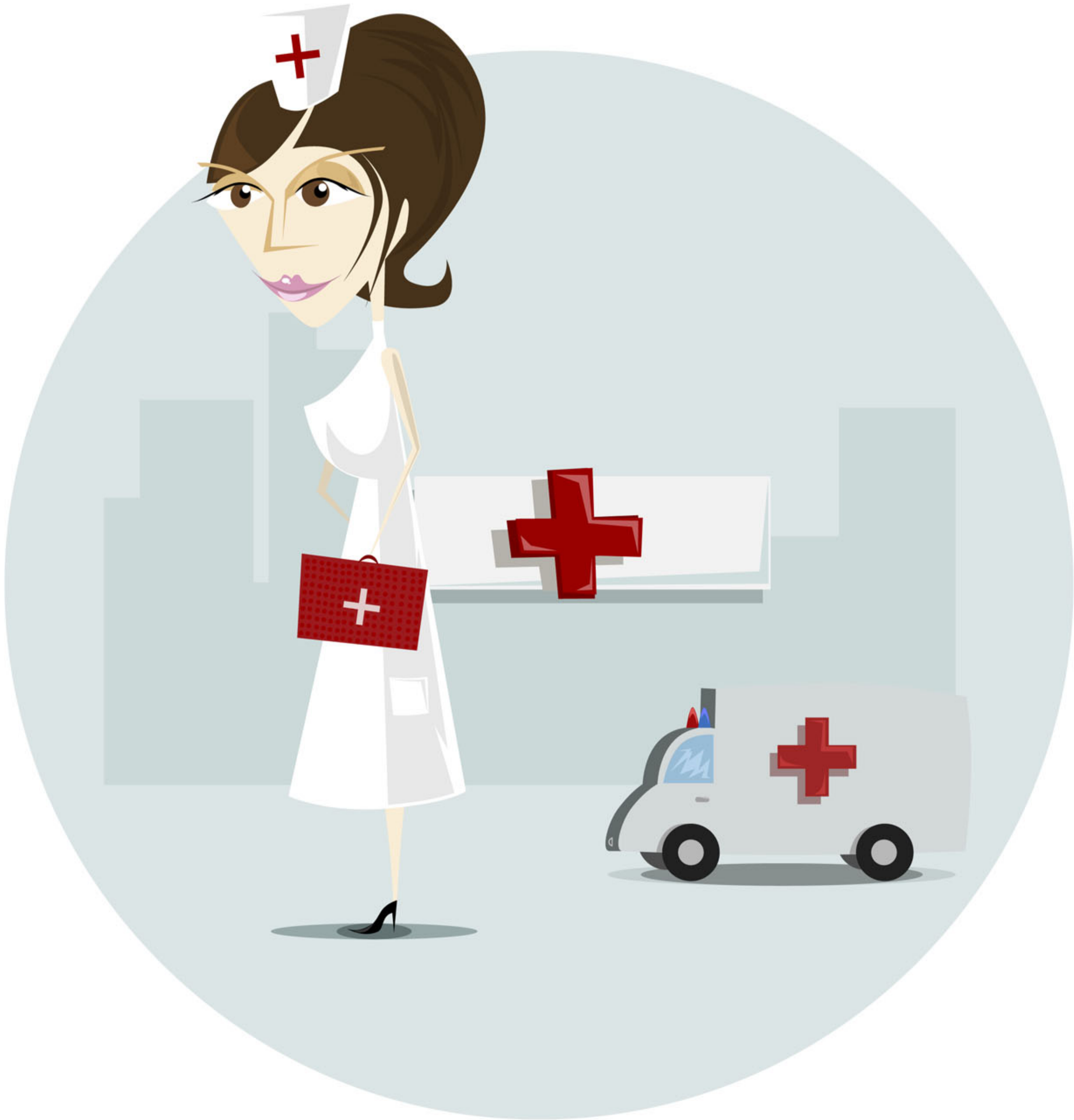
เซ็นทรัลพลาซ่า ลาดพร้าว กทม.

นักเรียน ผู้ปกครอง คณะจารย์ ผู้บริหารสถานศึกษาที่สนใจ สามารถลงทะเบียนเข้าร่วมงาน ได้ที่ [www.eduzones.com/fcexpo](http://www.eduzones.com/fcexpo) สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร 02-5615455 หรือโทร 086-367-1090 อีเมลล์ [fcfe@eduzones.com](mailto:fcfe@eduzones.com)





# คณะพยาบาลศาสตร์



คณะพยาบาลศาสตร์ เป็นคณะที่ศึกษาเน้นหนักในการให้บริการด้านสุขภาพอนามัยแก่ผู้ป่วยทางกาย หรือทางจิต ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บทุพพลภาพ และผู้สูงอายุ การให้บริการด้านพยาบาล คำนี้ถึงความต้องการของคนไข้ ตามลักษณะของโรคที่เป็น โดยการสังเกตและบันทึกความเปลี่ยนแปลงของคนไข้ และรายงานให้แพทย์ทราบถึงอาการผิดปกติที่เกี่ยวกับร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ช่วยฟื้นฟูสุขภาพ ช่วยคนไข้ให้ปรับตัวเข้ากับภาวะขัดข้องใดๆ ที่อาจเกิดจากการเจ็บป่วย จัดให้คนไข้มีสิ่งแวดล้อมที่ถูกละสุขอนามัย ป้องกันและควบคุมการเผยแพร่ของโรคติดเชื้อ สอนคนไข้และประชาชนทั่วไปให้รู้จักรักษา และส่งเสริมสุขภาพ ร่วมงานกับเจ้าหน้าที่ฝ่ายการแพทย์ และอนามัยแขนงอื่นๆ ในด้านบริการคนไข้

### คุณสมบัติผู้เข้าศึกษา

สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายสายวิทยาศาสตร์ มีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ไม่มีควมพิการหรือทุพพลภาพอันเป็นอุปสรรคต่อการประกอบอาชีพ เช่น หูหนวก ตาบอด หูตึง ตาบอดสี เป็นต้น และมีความตั้งใจที่จะเป็นพยาบาลวิชาชีพ สามารถเสียสละทั้งด้านเวลาและตนเองให้แก่ผู้ป่วยทุกคน มีความอดทนอดกลั้น

### คณะนี้เรียนอะไรบ้าง

โดยทั่วไปแล้วพื้นฐานวิชาที่เรียนในช่วงปีแรกก็จะเป็นในส่วนของวิชาพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ เช่น ฟิสิกส์ เคมี ชีววิทยา จุลชีววิทยา คณิตศาสตร์ ฯลฯ และในปีที่สูงขึ้นไปก็จะมี การเรียนวิชาทางด้านพยาบาล โดยมีตัวอย่างวิชาที่เรียนดังนี้

**วิชาชีพการพยาบาลขั้นแนะนำ (Introduction to Nursing Profession)** จะเรียนแนวคิดเกี่ยวกับการพยาบาล วิวัฒนาการทางการพยาบาลและวิชาชีพการพยาบาล ปรัชญาวิชาชีพการพยาบาล บทบาทและความรับผิดชอบของพยาบาล หลักศีลธรรมพื้นฐานและจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพ เป็นต้น

**กายวิภาคศาสตร์พื้นฐาน (Fundamental Anatomy)** เป็นการศึกษาและปฏิบัติเกี่ยวกับโครงสร้างของร่างกายมนุษย์ การจำแนกและการทำงานของระบบเนื้อเยื่อและอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย รวมทั้งการทำหน้าที่ในการเจริญเติบโต การสร้างและการซ่อมแซมอวัยวะต่างๆ ในการเจริญเติบโตและการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพนับตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงวัยชรา เป็นต้น

**เภสัชวิทยา (Pharmacology)** จะเรียนถึงความรู้พื้นฐานทางเภสัชวิทยา การดูดซึม การกระจายตัว เมตาบอลิซึม และการขับถ่ายของกลุ่มยาประเภทต่างๆ รวมทั้งยาสมุนไพรที่สำคัญ อาการข้างเคียงและการพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับยาประเภทต่างๆ เป็นต้น

**จุลชีววิทยาและปรสิตวิทยาพื้นฐาน (Fundamental Microbiology and Parasitology)** จะศึกษาชนิดโรคติดเชื้อจากจุลินทรีย์และปรสิตที่พบมากในประเทศไทย โดยศึกษาธรรมชาติ การเจริญแพร่พันธุ์และวงจรชีวิตของจุลินทรีย์และปรสิต ศึกษาพื้นฐานการต่อต้านสิ่งแปลกปลอมและการสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกายต่อจุลินทรีย์และปรสิต เพื่อสามารถประยุกต์ใช้ในการป้องกัน ทำลายและควบคุมโรคจากจุลินทรีย์และปรสิต เรียนรู้หลักการวินิจฉัยและพยากรณ์ของการติดเชื้อ ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการนำเทคนิคปลอดเชื้อมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล รวมทั้งการเก็บตัวอย่างส่งตรวจได้อย่างถูกต้อง

**ทฤษฎีการพยาบาลและกระบวนการพยาบาล (Nursing Theory and Nursing Process)** จะเรียนถึงกรอบแนวคิดทางการพยาบาล ทฤษฎีการพยาบาล กระบวนการพยาบาล ความสัมพันธ์ระหว่างทฤษฎีการพยาบาลกับกระบวนการพยาบาล ดูแลทางการพยาบาลแบบองค์รวมเพื่อความต้องการของบุคคล ครอบครัว ชุมชน และการบันทึกทางการพยาบาล เป็นต้น

สำหรับการฝึกปฏิบัติก็จะเริ่มตั้งแต่ช่วงชั้นปีที่ 2 เป็นต้นไป โดยนิสิตนักศึกษาต้องมีการขึ้นฝึกปฏิบัติสัปดาห์ละ 1 วัน ส่วนชั้นปีที่ 3 ต้องขึ้นฝึกที่หอผู้ป่วยด้วยสัปดาห์ละ 3 วัน ส่วนอีก 2 วันก็เรียนวิชาการอย่างเข้มข้น สำหรับชั้นปีที่ 4 จะขึ้นฝึกที่หอผู้ป่วยตลอด 5 วัน (แต่ทั้งนี้อาจขึ้นอยู่กับหลักสูตรการเรียนการสอนของแต่ละสถาบันนั้นๆ)

### สถาบันที่เปิดสอนวิชาพยาบาลศาสตร์


ปัจจุบันประเทศไทยมีสถาบันที่เปิดสอนสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ทั้งสถาบันอุดมศึกษารัฐบาล สถาบันหรือวิทยาลัยที่สังกัดหน่วยงานอื่นๆ รวมทั้งสถาบันเอกชน เช่น คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย, วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก, วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ, วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ, วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นนทบุรี, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ เป็นต้น



### แนวทางในการประกอบอาชีพ

บัณฑิตที่จบการศึกษาทางด้านพยาบาลศาสตร์สามารถประกอบอาชีพรับราชการเป็นพยาบาลในสังกัดโรงพยาบาลของรัฐ หรือรัฐวิสาหกิจต่างๆ หรือเป็นพยาบาลในโรงพยาบาลเอกชน หรือเป็นพยาบาลประจำโรงแรมชั้นนำ หรือโรงงาน หรือบริษัทเอกชนต่างๆ นอกจากนี้ยังสามารถศึกษาต่อในระดับปริญญาโทและปริญญาเอกในสาขาพยาบาลศาสตร์ทั้งในและต่างประเทศได้อีกด้วย

### อาชีพอื่นๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกัน

ผู้ที่จบทางด้านพยาบาลจะมีความรู้ความเชี่ยวชาญทางด้าน การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันเป็นอย่างดี ดังนั้นธุรกิจหรือสาขาอาชีพที่มีความเกี่ยวข้องสามารถไปมีส่วนในองค์กรทางด้านสุขภาพต่างๆ เช่น ธุรกิจประกันชีวิต โดยอาจอยู่ในส่วนของผู้ที่ทำหน้าที่เจ้าหน้าที่รับประกันภัย เป็นต้น หรือเป็นนักวิจัยให้กับหน่วยงานต่างๆ ทั้งในประเทศและถ้ายังได้เปรียบในเรื่องของภาษาอังกฤษ หรือภาษาต่างประเทศอื่นๆ ก็สามารถเป็นนักวิจัยในองค์กรระหว่างประเทศได้ เช่น International HIV/AIDS Research Project, เจ้าหน้าที่พยาบาลหรือที่ปรึกษาในองค์กรระหว่างประเทศ องค์กรพัฒนาเอกชน หรือเป็นเจ้าหน้าที่แนะนำ Product Specialist ให้บริษัทขายยา และเคมีภัณฑ์ เป็นต้น 



# น้องรุ่นพี่จ๋า



## 21 ตุลาคม วันพยาบาลแห่งชาติ

วันที่ 21 ตุลาคม เป็นวันคล้ายวันพระราชสมภพของสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ในฐานะที่พระองค์ท่านทรงสำเร็จการศึกษาวชิการพยาบาล และตลอดพระชนม์ชีพของพระองค์ ทรงปฏิบัติพระราชภารกิจในการพัฒนาสุขภาพอนามัยและคุณภาพชีวิตของประชาชนเปี่ยมล้นด้วยพระเมตตา และด้วยพระวิริยะอุตสาหะ นำสิริสุขแก่ปวงชนทุกก้าวพระบาทที่เสด็จไปถึง สมควรเป็นแบบอย่างแก่ผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาล ให้ตระหนักในภารกิจของวิชาชีพแห่งตนว่าเป็นงานบริการสุขภาพที่มีความสำคัญ และมีคุณค่าแก่สังคม ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณดังกล่าวแล้วนี้ กระทรวงสาธารณสุข ได้เสนอขอความเห็นชอบต่อคณะรัฐมนตรี ให้วันที่ 21 ตุลาคม ของทุกปีเป็นวันพยาบาลแห่งชาติ ตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2533 สภาการพยาบาล และสมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ในนามของพยาบาลและผดุงครรภ์ทั่วประเทศถือเป็นสิริมงคลอันสูงยิ่ง และได้ร่วมกันจัดงานวันพยาบาลแห่งชาติ ในวันที่ 21 ตุลาคม ของทุกปีนับแต่นั้นเป็นต้นมา



### ดอกปีบสัญลักษณ์พยาบาลไทย

สภาการพยาบาลได้กำหนดให้ใช้ “ดอกปีบ” เป็นสัญลักษณ์ของพยาบาลไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ.2534 เป็นต้นมา

เนื่องจาก “ดอกปีบ” เป็นดอกไม้สีขาวที่มีกลิ่นหอม ต้นปีบเป็นไม้ยืนต้น ขึ้นได้ในที่ดินแห้งแล้ง ราก ลำต้น และดอกใช้เป็นสมุนไพรได้ เปรียบกับพยาบาลในชุดสีขาวผู้พร้อมที่จะประกอบคุณงามความดี ประดุกกลิ่นหอมของดอกปีบ และพร้อมที่สร้างประโยชน์เช่นเดียวกับการเป็นสมุนไพรของ “ดอกปีบ” นั่นเอง

ที่มา: <http://www.tnc.or.th/importantdate/page-1.html>





ช่วงนี้อากาศเปลี่ยนแปลงบ่อยมากคะ  
ดูแลสุขภาพกันด้วยนะคะ และน้องๆ คน  
ไหนที่ไม่ค่อยสบาย ต้องการพยาบาลพิเศษ  
พยาบาลสาวสวยอย่างพี่ Cupcake จะไป  
เช็ดตัวให้น้องๆ เองคะ (โดยเฉพาะหนุ่มๆ  
ติดต้อมาได้ด่วน!! ผ่านกองบรรณาธิการ  
Pre-Freshy เลยคะ) กลับเข้าเรื่องของเรา  
กันดีกว่าคะ วันนี้พี่ Cupcake จะพาไปพูด  
คุยกับน้องๆ ที่กำลังเรียนในคณะพยาบาล  
กันคะ เราไปดูกันว่าน้องๆ ต้องเรียนอะไร  
กันบ้าง เรียนหนักกันไหม แล้วต้องปรับ  
ตัวอย่างไรกันบ้าง ไปกันเลยคะ

**“คณะนี่เรียนค่อนข้างหนักนะ ทั้งเรียนและ  
ฝึกงานไปพร้อมๆ กัน ดังนั้นต้องมีความตั้งใจ  
และความอดทนนะ”**

**วารุณี มูลคำ (ดาว)**

**ชั้นปี 4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
มัธยม: โรงเรียนบัว จ.น่าน**



**Q: ช่วยเล่าให้ฟังถึงตอนเลือกคณะหน่อยค่ะ**

**ดาว:** ตอนนั้นยังคิดไม่ออกว่าจะเรียนอะไร และโดยเฉพาะช่วง ม.6 จะเป็นช่วงที่เครียดมากค่ะ เพราะไม่รู้ว่าจะตัวเองชอบอะไร และไม่รู้ว่าจะระดับอย่างเราจะเลือกเรียนคณะอะไรได้บ้าง และเราเองก็เรียนไม่ค่อยเก่ง แต่ที่บ้านก็เชียร์ให้เรียนพยาบาล เพราะให้เหตุผลว่าเป็นอาชีพที่มั่นคง เรียนจบแล้วมีงานทำ เงินเดือนก็โอเค และเป็นอาชีพที่ใครหลายๆ คนอยากเป็น ก็เลยตัดสินใจเลือกเรียนสาขานี้ค่ะ

**Q: มีเทคนิคในการเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยอย่างไร**

**ดาว:** สำหรับตัวเอง ตอนช่วงประมาณ 3 เดือนก่อนสอบ ก็จะมีไปติวกับเพื่อนๆ และก็ติวกับอาจารย์ที่โรงเรียนบ้าง แต่ส่วนใหญ่จะอ่านหนังสือเองค่ะ ช่วงนั้นอ่านหนังสือเกือบทุกวันนะค่ะ แต่ก็อ่านแบบชีวๆ เรื่อยๆ ไม่ค่อยซีเรียสค่ะ แต่พอช่วงใกล้สอบ Admission ก็อ่านทุกวันเลยค่ะ

**Q: มาเรียนวันแรกเป็นยังไงบ้าง ได้ทำอะไรบ้าง**

**ดาว:** มาเรียนวันแรกตื่นเต้นมากค่ะ เพราะทุกอย่างใหม่หมด ทั้งสภาพแวดล้อม ทั้งเพื่อนใหม่ สถานที่ใหม่ การเรียนแบบใหม่ เรียกได้ว่าเป็นวันแห่งการปรับตัวค่ะ ส่วนวันแรกๆ ก็จะเป็นการแนะนำตัวกับเพื่อนๆ ค่ะ และก็เป็นการแนะนำวิชาต่างๆ ที่เราจะได้เรียน

**Q: คณะนี้สอนเกี่ยวกับอะไร**

**ดาว:** คณะนี้จะสอนเกี่ยวกับการพยาบาลผู้ป่วยค่ะ เช่น การวางแผน การให้การพยาบาล การให้ยาในผู้ป่วย การดูแลแบบองค์รวม กาย จิต สังคม จิตวิญญาณ

**Q: คณะนี้มีความน่าสนใจที่ตรงไหน**

**ดาว:** ความน่าสนใจของคณะนี้ก็ตรงที่ได้ฝึกปฏิบัติจริงกับผู้ป่วยค่ะ ทั้งตื่นเต้นและสนุกค่ะ แถมยังได้ประสบการณ์ต่างๆ อีกมากเลยค่ะ (ยิ้ม)

**Q: วางแผนอนาคตไว้อย่างไรบ้าง**

**ดาว:** ถ้าเรียนจบแล้วดาวก็อยากจะทำงานในสาขาที่ตัวเองเรียนมาค่ะ คือเป็นพยาบาล เพราะว่าตลอดระยะเวลาที่เรียน เราารู้สึกว่าเรียนหนักมาก อยากใช้ความรู้ที่เรียนมาช่วยเหลือสังคมค่ะ

**Q: คิดว่าสิ่งที่คนสนใจเรียนคณะนี้ควรมีคืออะไรคะ**

**ดาว:** สิ่งที่น่าจะ หรือคนที่สนใจในคณะนี้ควรมี ดาวคิดว่าความตั้งใจและความอดทนค่ะ เพราะว่าคณะนี้เรียนค่อนข้างหนักค่ะ ทั้งเรียนและฝึกงานไปพร้อมๆ กัน รวมถึงต้องมีความรักในงานด้วยค่ะ เพราะว่าเป็นงานที่ต้องเสียสละทั้งร่างกายและแรงใจอย่างมากค่ะ **P**



**“ส่วนตัวคิดว่าอย่างแรกเราต้องรู้ตั้งแต่แรกๆ  
ว่าเราชอบอะไร อยากรเรียนด้านไหน สายไหน  
เรา:ได้มีเป้าหมายไว้ให้พุ่งชน แล้วยิ่งลงมือทำ  
เพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้”**

**ปริยาพร สุขสาธิต (เบลล์)**

**ชั้นปี 1 คณะพยาบาลศาสตร์**

**วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย**

**มัธยม: โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย รังสิต จ.ปทุมธานี**

**Q: ช่วยเล่าให้ฟังถึงตอนเลือกคณะหน่อยค่ะ**

**เบลล์:** ตอนแรกก็เลือกพวกสายวิทย์สุขภาพค่ะ พวกแพทย์ พยาบาล เภสัช แล้วตอนเลือกก็เลือกแพทย์ไป แต่ก็พลาดค่ะเพราะคะแนนไม่ถึง ก็เลยลองมองอันอื่นในสายนี้ดู ตอนนั้นที่โรงเรียนมีโควตาพยาบาลที่วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทยค่ะ จากการหาข้อมูลดูก็รู้ว่าพยาบาลของที่นี่ดีเลยลงสมัครไปค่ะ ตอนนั้นก็ติดคณะครุศาสตร์ของจุฬาฯ ด้วย แต่ด้วยความที่ชอบทางสายสุขภาพ ชอบโรงพยาบาลก็เลยเลือกที่จะเรียนพยาบาล

**Q: มีเทคนิคในการเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยอย่างไร**

**เบลล์:** ส่วนตัวคิดว่าอย่างแรกเราต้องรู้ตั้งแต่แรกๆ ว่าเราชอบอะไร อยากรเรียนด้านไหน สายไหน เราจะได้มีเป้าหมายไว้ให้พุ่งชน (หัวเราะ) แล้วยิ่งลงมือทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายค่ะ ตอนนั้นก็เรียนพิเศษเยอะเหมือนกันค่ะ อ่านหนังสือเองบ้าง แล้วก็ทำโจทย์เยอะๆ เลยค่ะ จะเน้นพวกวิชาที่ต้องใช้สอบมากหน่อย ทำทุกวันให้เป็นประจำ แบบสัญญากับตัวเองค่ะ “ว่าต้องทำนะ” แต่ไม่อ่านแบบหักโหมนะค่ะ ค่อยๆ อ่าน มีเวลาพักผ่อนด้วยแต่ก็จะมีช่วงที่ใกล้ๆ จะสอบจะอ่านหนักขึ้นบ้างค่ะ

**Q: มาเรียนวันแรกเป็นยังไงบ้าง ได้ทำอะไรบ้าง**

**เบลล์:** วันแรกของการเรียนยังชีวิ๊วๆ สบายๆ นะคะ เพราะยังลงเนื้อหาไม่เยอะ แต่พอเริ่มเข้าอาทิตย์ที่สองเนื้อหาเริ่มเยอะมาก ต้องอ่านทบทวนคะถึงจะเข้าใจ มันต่างจากม.ปลายค่ะ ที่นี่ก็มีกิจกรรมสำหรับน้องปี 1 ให้ทำไปด้วย ก็รู้สึกเหนื่อยนะค่ะ เพราะเราต้องทั้งปรับตัวแล้วก็ต้องทำกิจกรรม แต่ก็ไม่ยากเกินไปนะค่ะ ก็สนุกดี ที่นี้ต้องอยู่หอทุกคนคะ เลยทำให้สนิทกับเพื่อนๆ และพี่ๆ เร็วมาก มีอะไรก็ถามเพื่อน ถามรุ่นพี่ได้ตลอดเลย ออบอุ่นมากค่ะ แต่การอยู่หอหรือการอยู่ร่วมกันในหมู่่มาก ทุกอย่างต้องมีกฎระเบียบด้วย ที่นี้ก็ค่อนข้างเข้มงวดค่ะ กฎเยอะมาก แต่ถ้าลองมาคิดดีๆ กฎแต่ละข้อก็เพื่อสิ่งที่ดีกับตัวเราและก็เพื่อการประกอบวิชาชีพในการเป็นพยาบาลที่ดีในอนาคตคะ

**Q: คณะนี้สอนเกี่ยวกับอะไร**

**เบลล์:** ที่นี้มีการเรียนการสอนเยอะมาก แถมชอบมีการทิวเพิ่มเติมในวิชาต่างๆ หรือเสริมในทักษะต่างๆ ด้วย นอกจากการเรียนการสอนที่ทาง

วิทยาลัยจัดให้ ก็ยังมีแบบการสอนของพี่ๆ ที่สอนเพื่อเพิ่มทักษะด้านต่างๆ ให้น้องๆ ด้วย ที่นี้มีการปลูกฝังนิสัยที่ดีทั้งความอดทน ความหมั่นเพียร ความกล้า ความเป็นกุลสตรีและที่สำคัญมีการปลูกฝังการเป็นพยาบาลที่ดีค่ะ (ยิ้ม)

**Q: คณะนี้มีความน่าสนใจตรงไหน**

**เบลล์:** มีความน่าสนใจตรงที่ได้ขึ้นตึกคะ ได้ขึ้นตึกไปดูแลผู้ป่วย ช่วยเหลือผู้ป่วยในเรื่องต่างๆ เรียนรู้การตรวจร่างกาย การเช็ดตัว เรียนรู้ตัวยา เรียนรู้วิธีการพูด การทำคลอด การผ่าตัด การทำคลอดมีไปทำคลอดที่ศรีราชาด้วยคะ เพราะที่โรงพยาบาลจุฬาฯ มีน้อย ที่ศรีราชามีเรื่องการคลอดมากกว่า นำตื่นเต้น (ยิ้ม) แล้วทุกคนที่เรียนที่นี้ก็ได้รับทุนทุกคนคะ คือทุกอย่างไม่เสียค่าใช้จ่ายเลย แล้วยังมีเงินเดือนให้ทุกเดือนอีกด้วยคะ

**Q: วางแผนอนาคตไว้อย่างไรบ้าง**

**เบลล์:** อนาคตก็คงต้องใช้ทุนที่โรงพยาบาลจุฬาฯ ก่อน 2 ปี พอครบแล้วก็อาจจะมาทำที่อื่นๆ ด้วย แต่ส่วนตัวอยากทำงานด้านคลินิกผดุงครรภ์คะ ไว้คอยช่วยคุณแม่ที่กำลังตั้งครรภ์ ดูแลน้องในท้องให้แข็งแรงสุขภาพดี แล้วก็อยากเรียนต่อโทด้วยจะได้มีความรู้ความสามารถเพิ่มมากขึ้นคะ

**Q: คิดว่าสิ่งที่คนสนใจเรียนคณะนี้ควรจะมีคืออะไรคะ**

**เบลล์:** สำหรับคนที่สนใจเรียนในสาขาพยาบาลนะค่ะ อย่างแรกเลยที่ควรจะมี คือ ความชอบหรือรู้สึกดีกับวิชาชีพนี้คะ เบลล์คิดว่าสำคัญ เพราะถ้าเราชอบหรือรู้สึกดีกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งเราก็จะทำสิ่งนั้นออกมาได้ดีไม่มากก็น้อยคะ เพราะการเรียนพยาบาลส่วนตัวคิดว่าก็เหนื่อยและเรียนหนัก ถ้าเราไม่มีความชอบจะทำให้เราไม่มีความสุขคะ แต่ถ้าเราชอบ ต่อให้เราทำอย่างไร เบลล์คิดว่ามันก็จะมีความสนุกทำให้เราสามารถอดทนสู้ต่อไปได้คะ เราเรียนเพื่อนำไปปฏิบัติใช้จริง สิ่งที่เราเรียนจะอยู่กับเราไปอีกนานคะ เพราะฉะนั้นความชอบสำคัญมากคะ **P**



**“ทิพย์เชื่อว่าถ้าเรามีใจรักไปแล้ว ต่อให้วิชาที่เรียนนั้นจะยากและลำบากอยู่ภายใต้ความกดดัน แต่ไหนเราก็มีความสุขกับสิ่งที่เราเลือกค่ะ”**

**อชิรญา พูลศรี (น้ำทิพย์)**

**ชั้นปี 4 สาขาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์**

**วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี**

**มัธยม: โรงเรียนบ้านท่ามะปรางวิทยา จ.สระบุรี**



**Q: ช่วยเล่าให้ฟังถึงตอนเลือกคณะหน่อยค่ะ**

**น้ำทิพย์:** คณะแรกที่ตั้งใจไว้คือ พยาบาล ค่ะ เพราะที่บ้านลูกพี่ลูกน้องก็เป็นพยาบาลค่ะ พ่อกับแม่ก็อยากให้ทิพย์เรียนพยาบาลเหมือนพี่สาว เราก็เลยถูกปลูกฝังให้ชอบวิชาชีพนี้มาตั้งแต่เด็กๆ ตอนจบ ม.6 ก็ค้นหาข้อมูลจากอาจารย์แนะแนว ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตและถามจากพี่สาวที่เป็นพยาบาลค่ะ ว่าถ้าอยากเรียนพยาบาลต้องทำไบบ้าง เตรียมอะไร เรียนยากไหม เรียนเกี่ยวกับอะไรบ้าง ฯลฯ ช่วงนั้นรู้สึกว่าคุณเองเป็นเด็กช่างสงสัยมากๆ ค่ะ คือถามทุกครั้งที่มีโอกาส ถามพี่พยาบาล ถามคุณหมอที่รู้จักกัน ถึงข้อดีข้อเสียของการเรียนพยาบาลค่ะ พอเราได้ข้อมูลมามากพอบวกกับความตั้งใจแล้วเราก็ตัดสินใจเลยคะ ว่าต้องเรียนพยาบาลให้ได้

**Q: มีเทคนิคในการเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยอย่างไร**

**น้ำทิพย์:** เทคนิคที่ใช้จริงๆ ก็ไปเรียนพิเศษคะ เรียนตั้งแต่ ม.3-ม.6 เลย โดยปกติเป็นคนไม่ค่อยชอบอ่านหนังสือคะ อ่านแล้วจะง่วง แต่จะชอบฟังเวลาเพื่อนๆ ตีวงกัน ตั้งใจฟังเวลาอาจารย์สอนคะ ใช้เครื่องบันทึกเสียงอัดเวลาอาจารย์สอนแล้วก็พกติดตัวตลอด จะฟังทุกครั้งที่ว่าง ก่อนนอน มีความรู้สึกว่าคุณเองฟังแล้วจำได้ดีคะ แล้วค่อยมาอ่านทบทวนอีกที ปกติเป็นคนอารมณ์ดีไม่ค่อยเครียดกับอะไรคะ เวลาอ่านหนังสือจะเปิดเพลงบรรเลงเบาๆ มันช่วยให้เรามีสมาธิและจำได้ดีขึ้น การจะอ่านหนังสือให้เข้าใจและจำได้ คือ ก่อนอื่นเลยเราจะต้องอารมณ์ดี ไม่เครียดจนเกินไป พักผ่อนให้เพียงพอคะ หากอ่านไปแล้วรู้สึกว่าคุณเริ่มเครียดก็จะพักคะ ออกไปเดินเล่น ไปกินขนมคุยกับคนอื่นบ้างคะ กลับมาก็อ่านหนังสือได้เหมือนเดิม

**Q: มาเรียนวันแรกเป็นยังไงบ้าง ได้ทำอะไรบ้าง**

**น้ำทิพย์:** วันแรกที่เข้ามาเรียนจำได้ว่าสัปดาห์แรกไม่ได้เรียนเลย มีกิจกรรมต้อนรับตลอดเลยคะ เป็นกิจกรรมเน้นความสัมพันธ์ที่น้อง ทำความรู้จักเพื่อนร่วมรุ่น เข้าพิธีมอบตัวเป็นศิษย์ ฯลฯ พอหมดช่วงกิจกรรมต้อนรับก็เริ่มเรียนเลยคะ พยาบาล (วพบ.สระบุรี) เป็นสาขาที่เรียนค่อนข้างหนักพอสมควรคะ เรียนตั้งแต่ 08.00-17.00 น. (บางวันเรียนถึง 21.00 น.) เหมือนให้ความรู้สึกว่ายังอยู่ ม.ปลายคะ พักแค่ 12.00-13.00 น. วันแรกก็จะเป็นการแนะนำรายวิชาที่เราจะต้องเรียน และนำไปใช้ และวิชาพื้นฐานที่ปี 1 ต้องเรียนคะ

**Q: คณะนี้สอนเกี่ยวกับอะไร**

**น้ำทิพย์:** ชื่อสาขาก็ค่อนข้างชัดเจนนะคะ พยาบาล สอนทุกอย่างที่เราต้องนำไปใช้ในวิชาชีพ ทั้งการดูแล การให้ยา การฉีดยา การทำคลอด การเย็บแผล การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ฯลฯ แล้วก็ยังมีอีกหลายวิชาคะที่พยาบาลต้องเรียน เช่น วิชาเภสัช วิชาการตรวจโรค กายวิภาคและสรีรวิทยา ค่อนข้างจะเยอะมากๆ ค่ะ และมีอีกวิชาหนึ่งคะที่น่าสนใจมากๆ ไม่แน่ใจว่าเรียกเป็นวิชาได้ไหม อาจารย์ไม่ได้สอนคะ และอาจารย์ปลูกฝังวิชานี้ลงในหัวใจของนักศึกษาพยาบาลทุกคน คือ “การพยาบาลด้วยหัวใจของความเป็นมนุษย์”


**Q: คณะนี้มีความน่าสนใจตรงไหน**

**น้ำทิพย์:** ในส่วนตัวที่สนใจนะคะ คือ “พยาบาลมีพลังพิเศษ” มองดูภายนอกแล้วก็คล้ายกับการเรียนของคณะอื่นๆ ทั่วไป แต่สำหรับทิพย์พยาบาลเป็นผู้ที่ดูแลทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจได้ดีที่สุดคะ ความมีน้ำใจและคำพูดของพยาบาลเป็นสิ่งที่ช่วยให้ผู้ป่วยมีกำลังใจและแรงที่จะต่อสู้กับโรคร้ายคะ แม้กระทั่งผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในช่วงลมหายใจสุดท้าย พยาบาลก็เป็นผู้ที่ให้การพยาบาลเพื่อให้ผู้ป่วย “จากไปอย่างสงบและสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์” ค่ะ

**Q: วางแผนอนาคตไว้อย่างไรบ้าง**

**น้ำทิพย์:** ทิพย์เป็นนักเรียนทุนคะ ได้ทุนจากโรงพยาบาลศูนย์สระบุรี จบมาต้องทำงานที่โรงพยาบาลศูนย์สระบุรีเป็นเวลา 4 ปี และหลังจากนั้นทิพย์ก็จะสามารถไปเรียนต่อหรือย้ายไปทำงานที่อื่นได้คะ แต่ที่ตั้งใจไว้หลังทำงานครบ 4 ปี คือ ตั้งใจจะไปเรียนต่อคะ อาจจะเป็นเฉพาะทาง ด้านการพยาบาล ผู้สูงอายุคะ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นก็ต้องดูจังหวะและโอกาสให้พร้อมด้วยคะ ว่าช่วงที่เราจะไปเรียนต่อนั้นมีสาขาหรือสถาบันไหนเปิดสาขาที่เราสนใจบ้าง และเมื่อเรียนต่อจบแล้วก็ตั้งใจกลับมาทำงานที่โรงพยาบาลศูนย์สระบุรีต่อคะ

**Q: คิดว่าสิ่งที่คนสนใจเรียนคณะนี้ควรจะมีคืออะไรคะ**

**น้ำทิพย์:** สำหรับคนที่สนใจหรือเรียนพยาบาลนะคะ อย่างเดียวเลยคะถ้ามีแล้วจะสนุกและมีความสุขมากกับการเรียนพยาบาล นั่นก็คือ “มีใจรักในวิชาชีพ” ทิพย์เชื่อว่าถ้าเรามีใจรักไปแล้ว ต่อให้วิชาที่เรียนนั้นจะยากและลำบากอยู่ภายใต้ความกดดันแค่ไหน เราก็มีความสุขกับสิ่งที่เราเลือกคะ เพราะเราเลือกแล้วที่จะรัก และรักที่จะเลือกวิชาชีพนี้คะ 



## มารู้จักกับกลุ่มประเทศอาเซียนกันเถอะ(3)



### สหพันธรัฐมาเลเซีย (Federation of Malaysia)

เมืองหลวง : กรุงกัวลาลัมเปอร์ (Kuala Lumpur) เป็นเมืองหลวงและศูนย์กลางเศรษฐกิจของประเทศ เป็นเขตปกครองพิเศษอยู่ในรัฐสลังงอ (Selangor)

ภาษา : ภาษามลายู (Bahasa Malayn) สำหรับภาษาอื่นที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย คือ ภาษาอังกฤษ โดยเฉพาะในแวดวงธุรกิจ และภาษาจีน

ประชากร : ชาวมลายู 49.68%, ชาวจีน 22.82%, ภูมิมุตรที่ไม่ใช่ชาวมลายู 10.73%, ชาวอินเดีย 6.81%, อื่นๆ 1.27%

นับถือศาสนา : ศาสนาอิสลาม 60.4%, ศาสนาพุทธ 19.2%, ศาสนาคริสต์ 9.1%, ศาสนาฮินดู 6.3%, และศาสนาอื่น ๆ เช่น ศาสนาซิกข์ ลัทธิเต๋า 5%

พื้นที่ : 330,257 ตร.กม.

ระบบการปกครอง : ประชาธิปไตยในระบบรัฐสภา (Parliamentary Democracy)

\* ประมุข คือ สมเด็จพระราชาธิบดีสุลต่าน มีซาน ไชนัล อาบิติน จากรัฐตรังกานู ทรงเป็นสมเด็จพระราชาธิบดีองค์ที่ 13 ของมาเลเซีย (ตั้งแต่วันที่ 13 ธันวาคม 2549)

\* นายกรัฐมนตรี คือ ดาโต๊ะ ชรี อับดุลลาห์ บิน ฮาจิ อามัด บาดาวี

สกุลเงิน : ริงกิตมาเลเซีย (Malaysian Ringgit : MYR)

ได้รับเอกราช : จากอังกฤษ (เฉพาะมลายา) เมื่อวันที่ 31 สิงหาคม พ.ศ.2500

คำทักทาย : ซาลามัต ดาตัง (Salamat Datang)

เข้าร่วมประชาคมอาเซียนเมื่อ : วันที่ 8 สิงหาคม พ.ศ.2510

มาเลเซีย เป็นประเทศในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ประกอบด้วยพื้นที่ 2 ส่วนโดยมีทะเลจีนใต้กั้น ส่วนแรกคือ มาเลเซียตะวันตก อยู่ทางตอนใต้ของคาบสมุทรมลายูและคาบสมุทรอินโดจีน มีพรมแดนติดประเทศไทยทางรัฐกลันตัน เประ ปะลิส และเกดะห์ และติดกับสิงคโปร์ทางรัฐยะโฮร์ ส่วนที่ 2 คือ มาเลเซียตะวันออก อยู่ทางตอนเหนือของเกาะบอร์เนียว มีพรมแดนทิศใต้ติดอินโดนีเซียทุกส่วนของมาเลเซียตะวันตก แต่ล้อมรอบประเทศบรูไนดารุสซาลามด้วยรัฐซาราวักเพียงรัฐเดียว มาเลเซียเป็นสมาชิกก่อตั้งของกลุ่มประเทศอาเซียน

ปรากฏความสัมพันธ์อย่างแน่นแฟ้นระหว่างหลายชนเผ่าพันธุ์และหลายวัฒนธรรมของประเทศ นอกจากชาวมลายูและกลุ่มชนพื้นเมืองแล้ว ยังมีผู้อพยพมาจากจีน อินเดีย อินโดนีเซียและส่วนอื่นของโลก ซึ่งรวมเข้าเป็นพลเมืองของมาเลเซีย มีความแตกต่างทางวัฒนธรรมอย่างน่าสนใจ อาจเนื่องมาจากการติดต่อสัมพันธ์นานปีกับภายนอกและการปกครองโดยชาวโปรตุเกส ดัตช์ และอังกฤษ ผลที่เกิดตามมาคือ การวิวัฒนาการของประเทศจนเปลี่ยนรูปของวัฒนธรรมดังจะเห็นจากการผสมผสานได้อย่างวิเศษของศาสนา กิจกรรมทางสังคมและวัฒนธรรม วัฒนธรรมนิยมประเพณีการแต่งกาย ภาษาและอาหาร ประเทศมาเลเซียได้รับเอกราชคืนจากอังกฤษมาเมื่อวันที่ 31 สิงหาคม ปี ค.ศ.1957 เป็นสหพันธรัฐมาเลเซีย ต่อมาเมื่อรวมรัฐซาบฮาร์และรัฐซาราวักเข้าด้วยแล้ว ประเทศมาเลเซียจึงได้ถือกำเนิดขึ้น

ชื่อของประเทศมาเลเซียถูกตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ.2506 โดยมีความหมายรวมเอาสหพันธรัฐมาลายา สิงคโปร์ ซาบฮาร์ ซาราวัก และบรูไนเข้าด้วยกัน คำว่า มาเลเซียนี้เดิมเคยถูกใช้เพื่อเรียกภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ในส่วนที่เป็นหมู่เกาะมาก่อน ซึ่งปรากฏหลักฐานจากแผนที่ที่ตีพิมพ์ในซิดคาโกเมื่อปี พ.ศ.2457 ในการตั้งชื่อประเทศมาเลเซียนั้นมีการนำเสนอชื่ออื่นๆ มากมายก่อนที่จะได้ผลสรุปให้ใช้ชื่อมาเลเซีย

INDONESIA

## สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ (The Republic of The Union of Myanmar)



เมืองหลวง : กรุงเนปิดอว์ (Nya Pyi Daw)

ภาษา : ภาษาพม่า เป็นภาษาราชการ

ประชากร : พม่า 63%, มอญ 5%, ยะไข่ 5%, กะเหรี่ยง 3.5%, คะฉิ่น 3%, ไทย 3%, จีน 1%

นับถือศาสนา : ศาสนาพุทธ ซึ่งเป็นศาสนาประจำชาติ 92.3%, ศาสนาคริสต์ 4%, ศาสนาอิสลาม 3%, ศาสนาฮินดู 0.7%

พื้นที่ : 677,000 ตร.กม.

ระบบการปกครอง : แบบเผด็จการทางทหาร ปกครองโดยรัฐบาลทหารภายใต้สภาสันติภาพและการพัฒนาแห่งรัฐ (State Peace and Development Council – SPDC) โดยมีประธาน SPDC เป็นประมุขประเทศ และมีนายกรัฐมนตรีเป็นหัวหน้ารัฐบาล

- ประธาน SPDC พลเอกอาวุโส ตาน ช่วย (Senior General Than Shwe)

- นายกรัฐมนตรี พลเอก โซ วิน (General Soe Win)

สกุลเงิน : จ๊าด (K)

ได้รับเอกราช : จากอังกฤษ เมื่อวันที่ 4 มกราคม พ.ศ.2491

คำทักทาย : มิงกะลาบา

เข้าร่วมประชาคมอาเซียนเมื่อ : วันที่ 23 กรกฎาคม พ.ศ.2540

สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ เป็นประเทศในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และคาบสมุทรอินโดจีนซึ่งมีขนาดใหญ่ที่สุด และมีพรมแดนติดต่อกับ 5 ประเทศ ได้แก่ ไทย จีน ลาว อินเดีย และบังคลาเทศ แต่เดิมชาวตะวันตกเรียกประเทศนี้ว่า Burma จนกระทั่งเมื่อปี พ.ศ.2532 เมียนมาร์ ได้เปลี่ยนชื่อประเทศเป็น Myanmar ชื่อใหม่นี้เป็นที่ยอมรับจากองค์การสหประชาชาติ แต่บางชาติ เช่น สหรัฐอเมริกา และสหราชอาณาจักร ไม่ยอมรับการเปลี่ยนชื่อนี้เนื่องด้วยเหตุผลที่ว่าเป็นการเปลี่ยนโดยรัฐบาลทหาร มิใช่ความเห็นของคนส่วนใหญ่ของประเทศหรือเป็นไปตามขั้นตอนของรัฐธรรมนูญ

การเปลี่ยนชื่อประเทศในครั้งนี้ รัฐบาลเมียนมาร์ต้องการให้มีความหมายถึงชื่อของประเทศซึ่งรวมชนกลุ่มชาติพันธุ์ทุกเชื้อชาติ ไม่ได้หมายถึงเฉพาะชนชาติ “พม่า” แต่เพียงอย่างเดียว ดังนั้นชื่อประเทศที่เปลี่ยนใหม่นี้จึงแสดงให้เห็นถึงนโยบายสมานฉันท์และต้องการสร้างเอกภาพให้เกิดขึ้นภายในประเทศ

เมียนมาร์มีเมืองหลวงปัจจุบันชื่อ เนปิดอว์ (Nya Pyi Daw) แปลว่า นครหลวงใหม่ ย้ายเมื่อ พ.ศ. 2548 เมืองหลวงใหม่ตั้งอยู่ตรงกึ่งกลางของประเทศอยู่ระหว่างย่างกุ้งกับมัณฑะเลย์ เนปิดอว์ ได้รับการวางผังเมืองเป็น 4 โซนหลัก ได้แก่ โซนราชการ (Ministry Zone) โซนโรงแรม (Hotel Zone) โซนอุตสาหกรรม (Industry Zone) และโซนทหาร (Military Zone) มีประชากรย้ายเข้าไปอยู่แล้วราว 9.2 แสนคน และมีการกล่าวกันว่าบางโซนโดยเฉพาะโซนทหารกว้างขวางใหญ่โต เต็มไปด้วยรถยนต์หรูหราช้างรถพลเรือนแต่งตัวอย่างภูมิฐาน นอกจากนี้ยังเป็นที่ตั้งของกรมกองในกระทรวงกลาโหม โรงเรียน มหาวิทยาลัย และสถาบันเทคโนโลยีเพื่อการป้องกันประเทศ โซนที่โดดเด่นรองลงมา คือ โซนอุตสาหกรรม บนพื้นที่ราว 2.1 แสนตารางเมตร เบื้องต้นเน้นที่การทำปศุสัตว์เป็นหลัก ก่อนที่ในอนาคตจะเปิดให้ต่างชาติเข้าไปลงทุนภายใต้โครงการเขตเศรษฐกิจพิเศษ

สัญลักษณ์ที่น่าสังเกตของเมืองเนปิดอว์ คือ พระราชานุสาวรีย์ของบูรพกษัตริย์ทั้ง 3 พระองค์ของเมียนมาร์ ได้แก่ พระเจ้าอโนรธาแห่งพุกาม พระเจ้าบุเรงนองแห่งหงสาวดี และพระเจ้าอลองชญาแห่งชเวโบ เมียนมาร์ได้จัดสร้างอนุสาวรีย์ขึ้นอย่างยิ่งใหญ่เพื่อเทิดพระเกียรติบูรพกษัตริย์ที่ได้อบรมรวมเมียนมาร์ให้เป็นปึกแผ่น เมืองหลวงใหม่แห่งนี้มีความเหมาะสมหลายประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการย้ายกลับไปยังที่ราบลุ่มแม่น้ำสะโตงตอนบนนั้น คือการย้ายกลับไปสู่เขตราชธานีทางประวัติศาสตร์ในอดีต และยังเป็นสัญลักษณ์ทางการเมืองที่ทำให้เห็นถึงลัทธิชาตินิยมที่แพร่หลายในประเทศเมียนมาร์ เนื่องจากนครย่างกุ้งซึ่งเป็นเมืองหลวงเก่า นั้น เป็นเมืองที่อังกฤษได้สร้างขึ้นและพัฒนาเป็นศูนย์กลางการปกครอง การย้ายเมืองหลวงครั้งนี้จึงแสดงให้เห็นว่าประเทศเมียนมาร์ไม่ตกอยู่ในอำนาจของอังกฤษและเป็นการสร้างสำนึกให้ประชาชนในชาติ ลดการให้ความสำคัญกับการที่เคยเป็นประเทศอาณานิคมในจักรวรรดิอังกฤษด้วย นอกจากนี้นครเนปิดอว์ยังเป็นเมืองที่อยู่ศูนย์กลางระหว่างรัฐและมณฑลต่างๆ ทำให้รัฐบาลสามารถปกครองและพัฒนาภูมิภาคต่างๆ ได้อย่างทั่วถึง ต่างจากนครย่างกุ้งซึ่งอยู่ห่างไกลจากรัฐและมณฑลต่างๆ อีกทั้งยังเสี่ยงต่อการถูกคุกคามทางทะเลจากประเทศมหาอำนาจอีกด้วย



“นางฟ้าในชุดสีขาว” ถ้าพูดถึงก็ต้องนึกถึงอาชีพ “พยาบาล” กันแน่นอนค่ะ และหลายๆ คนก็คงเคยฝันอยากเป็นอาชีพนี้กันบ้างเหมือนกันนะคะ แต่การที่จะก้าวไปสู่การเป็นพยาบาลที่ดี มีความรู้ และความเชี่ยวชาญได้นั้น จะต้องผ่านอุปสรรคทั้งด้านการเรียนที่เข้มข้น และการทำงานที่ต้องมีความอดทน และความเสียสละอย่างไรบ้าง ตามเพียงรัฐเคียงดาวไปพูดคุยกับพี่ๆ กันเลยค่ะ



**“หัวใจบงวาช์พนี้ตัว ความเสียสละ เพราะถ้าเราก้าวเข้ามาแล้วหมายถึง ทัศนภาพของเราหายไปหลายๆ เช่น ไม่ได้นอนตรงเวลา ไม่ได้กินตรงเวลา วันหยุดไม่ได้หยุดเหมือนคนอื่น แต่ถ้ารักในงาน เราก็จะมีความสุขกับมันค่ะ”**

**คุณฐิติ ชีระสุวรรณ (พี่เฟิร์น)**

**พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ ประจำโรงพยาบาลสิรินธร**

**พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล**

**มัธยม: โรงเรียนสตรีสมุทรปราการ จ.สมุทรปราการ**

**Q: ลักษณะงานในปัจจุบันทำเกี่ยวกับอะไรคะ**

**พีเพิร์น:** ปัจจุบันทำงานเป็นพยาบาลในห้องผ่าตัด ตำแหน่ง Scrub Nurse มีหน้าที่ช่วยเหลือแพทย์ผ่าตัด ส่งเครื่องมือให้กับแพทย์ขณะผ่าตัด ดูแลความเรียบร้อยของห้องผ่าตัด ตรวจเช็คความพร้อมของอุปกรณ์ที่จะต้องใช้ในการผ่าตัดให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอค่ะ

**Q: ย้อนกลับไปตอนเรียนมัธยม แรงบันดาลใจในการเลือกคณะคืออะไรคะ**

**พีเพิร์น:** ตอนนั้นจริงแล้วอยากเรียนแพทย์ แต่คะแนนสูงเกินสติปัญญา (หัวเราะ) พอคะแนนสอบเอ็นท์ออก ก็เลือกคณะวิทยาศาสตร์ สาขาเคมี ที่จุฬาฯ เพราะชอบวิชาเคมีมาก รวมทั้งคะแนนก็ถึงคณะนี้ด้วย ตั้งแต่เด็กเกิดมาไม่เคยคิดจะเป็นพยาบาลเลยเพราะมีคุณป้าเป็นพยาบาล แล้วคุณป้าก็ไม่เคยสนับสนุนเลย แต่ที่เลือกคณะนี้ซึ่งเลือกเป็นอันดับ 1 ด้วยเพราะช่วงนั้นเศรษฐกิจประเทศไม่ค่อยดี คนตกงานเยอะมาก แล้วพีก็เป็นลูกคนเดียวด้วย พ่อเลยถามว่าเลือกคณะพยาบาลไหมเพราะจบมามีงานทำเลย อาชีพก็มั่นคง วันหนึ่งถ้าพ่อแม่ตายไปอย่างน้อยลูกคงมีงานทำแน่นอน สุดท้ายเลยเลือกพยาบาล 4 อันดับเลยคะ

**Q: การเรียนในรั้วมหาวิทยาลัยเป็นอย่างไรบ้างคะ แล้วมีวิชาไหนที่ชอบหรือประทับใจบ้าง**

**พีเพิร์น:** การเรียนในรั้วมหาวิทยาลัย บอกตรงๆ ว่าจิตใจไม่อยู่กับการเรียนเท่าไร เพราะรู้สึกใช้ชีวิตจนจบสิ้นลงแล้ว ทำไมต้องมาเป็นพยาบาลด้วย ก็เรียนๆ ไปอย่างนั้น เวลาที่เรียนปี 1 ส่วนใหญ่ก็มักอ่านหนังสือเตรียมเอ็นท์ใหม่ แต่สุดท้ายก็ไม่ได้เปลี่ยนคณะเพราะนึกถึงคำพ่อแม่ กลัวตกงานไม่อยากทำให้พ่อแม่เป็นห่วง กิจกรรมก็ไม่ค่อยได้ทำเพราะไม่มีกะจิตกะใจ ยกเว้น Stand Cheer แถมยังคิดถึงบ้านมากเพราะเกิดมาไม่เคยอยู่ห่างพ่อแม่เลย เพิ่งจะมาปรับตัวได้ตอนปี 3 เทอมปลายๆ เริ่มรับได้ ส่วนวิชาที่ชอบตอนเรียนก็จะเป็นวิชาเคมี วิชากายวิภาค เพราะตื่นเต้นดี ได้เห็นศพจริงๆ มันเป็นความรู้สึกที่แปลกดี ส่วนวิชาออกอณามัยก็สนุกดี แต่ก็เหนื่อยมากเหมือนกัน เพราะต้องไปต่างจังหวัด ก็สนุกดีนะ ได้ไปอยู่ที่บ้านชาวบ้านต้องออกหน่วยอะไรทำนองนี้

**Q: จบมา ทำงานวันแรกเป็นอย่างไรบ้างคะ**

**พีเพิร์น:** การทำงานวันแรกของพีก็เริ่มต้นที่ห้องผ่าตัดศัลยกรรม โรงพยาบาลรามาริบัติ วันแรกๆ ก็สนุกดีเพราะเลือกอยู่แผนกนี้แล้วก็ได้อยู่ก็มีความสุขดี เพราะตอนนั้นยังเป็นน้องใหม่ก็ยังไม่แปลกใหม่อยู่บ้างคะ

**Q: ชีวิตวัยเรียนกับชีวิตทำงานต่างกันมากไหม ต้องปรับตัวอย่างไรบ้างคะ**

**พีเพิร์น:** จริงๆ ก็ต่างกันไม่มากนัก เพราะตอนเรียนก็เหมือนเริ่มทำงานแล้วตั้งแต่ปี 3 แต่การปรับตัวก็คงเป็นความแอดที่ฟ เพราะอาชีพนี้ต้องแอดที่ฟมากๆ โดยเฉพาะห้องผ่าตัด เพราะมันเป็นงานที่ความเป็นความตายอยู่ในเสี้ยววินาทีในเคสที่ฉุกเฉินมากๆ แล้วความผิดพลาดต้องเกิดน้อยที่สุดเพราะทุกอย่างมันเกี่ยวกับความเป็นความตาย จึงเครียดมากๆ เหมือนกันคะ

**Q: ช่วยเล่าประสบการณ์ในการทำงานที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้างคะ และอะไรคือบทบาทและความสำคัญของสายอาชีพนี้**

**พีเพิร์น:** ประสบการณ์ที่ผ่านมาก็เจอการผ่าตัดมาหลายรูปแบบ แล้วยิ่งโตขึ้นพีๆ ก็จะผลักดันให้เรามีศักยภาพมากขึ้น โดยการต้องเข้าเคสผ่าตัดใหญ่ๆ ได้ ซึ่งก็จะมาพร้อมความเครียดอยู่เสมอเพราะยิ่งเคสผ่าตัดยากๆ ก็จะต้องรีบๆ เครื่องมือก็จะเยอะมาก ความเร่งรีบก็ต้องมากขึ้น รวมทั้งต้องทำอะไรได้หลายๆ อย่างในเวลาเดียวกัน แล้วก็ต้องคิดอยู่เสมอว่าต่อไปต้องทำอะไร แล้วก็มีความเครียดเพราะเราทำงานกับของมีคม เข็มโรค เลือด อะไรต่างๆ นานา ส่วนความสำคัญของสายงานนี้คือ ต้องรวดเร็ว ว่องไว สามารถรับกับสถานการณ์ฉุกเฉินได้ตลอดเวลา แล้วก็ต้องป้องกันตัวเองจากความเสี่ยงข้างต้นได้คะ

**Q: ความประทับใจในสายอาชีพนี้**

**พีเพิร์น:** ความประทับใจถึงแม้ว่าเราจะเหนื่อยกับการทำงานมากแค่ไหนแต่ก็เป็นอาชีพที่มั่นคง ทำเงินได้มากพอสมควรหากมีกำลัง แล้วถ้าได้บรรจุเป็นข้าราชการ เราก็มีสวัสดิการดีๆ ให้กับครอบครัวได้ รวมทั้งหลังจากเราได้ไปเจอคนไข้หลังผ่าตัดกับเราแล้วเขามีชีวิตรอดกลับไป ก็ชื่นใจคะ

**Q: คิดว่าอะไรคือหัวใจของอาชีพนี้คะ และอยากฝากอะไรถึงน้องๆ ที่สนใจในสายอาชีพนี้บ้าง**

**พีเพิร์น:** หัวใจของอาชีพนี้คือ ความเสียสละ เพราะถ้าเราก้าวเข้ามาแล้วหมายถึงอิสรภาพของเราจะหายไปหลายๆ เช่น ไม่ได้นอนตรงเวลา ไม่ได้กินตรงเวลา วันหยุดไม่ได้หยุดเหมือนคนอื่น แต่ถ้ารักในงาน เราก็จะมีความสุขกับมันคะ ในทางกลับกันหากไม่รักในงานก็จะมี ความทุกข์มากๆ เช่นกัน ดังนั้นก็อยากให้น้องๆ ที่สนใจลองคิดดูให้ดีๆ เพราะหากเรียนไปแล้วลาออกไปเปลี่ยนอาชีพก็จะสูญเสียทรัพยากรบุคคลที่สังคมขาดแคลนคะ **P**



**“มีอาชีพอีกมากมาย  
ที่ต้องการदनอบวุฒิ  
พยาบาลไปทำงาน  
ถึงพื่อ:ไม่ได้ทำพยาบาล  
แล้วแต่ก็ภูมิใจที่จบมา  
สาขานี้ละ”**

**กาญจนา จันทร์รัตน์ (พี่จอย)**

**ผู้จัดการฝ่ายบริหารความเสี่ยงและพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาล  
ประจำโรงพยาบาลมหาชัย จ.สมุทรสาคร**

**พยาบาลศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ 2)**

**วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**

**มัธยม: โรงเรียนปากเกร็ด จ.นนทบุรี**

**Q: ลักษณะงานในปัจจุบันทำงานเกี่ยวกับอะไรคะ**

**พี่จอย:** ปัจจุบันเป็นผู้จัดการฝ่ายบริหารความเสี่ยงและพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาล โดยมีหน้าที่หลักๆ คือ 1. เป็นผู้ตรวจสอบการทำงานของพนักงานทุกระดับภายในโรงพยาบาล ดูการปฏิบัติหน้าที่ของพนักงาน และให้คำปรึกษา ช่วยเหลือ 2. จัด Class Training เรื่องที่เป็นปัญหา เช่น พนักงานขาดความรู้ด้านใด ที่มักเกิดปัญหามั้ยๆ ซ้ำๆ ก็จัด Class สอน, ปรับปรุงระบบคอมพิวเตอร์เพื่อให้พนักงานทำงานสะดวก รวดเร็ว, ปรึกษากับทีมแพทย์ในด้านการบริหารที่มทางกรพยาบาล เพื่อนำความรู้ใหม่ๆ มาสอน รวมถึงแจ้งแพทย์ในข้อมูลที่เกิดความคลาดเคลื่อนในโรงพยาบาล เพื่อปรับปรุงระบบและการรักษาของแพทย์ 3. หน้าที่ในส่วนของ Monitor อุปกรณ์การแพทย์ที่เป็นความคลาดเคลื่อนทางการพยาบาล ไม่ให้เกิดซ้ำ เช่น พยาบาลฉีดยาผิด แพทย์ผ่าตัดผิด ผู้ป่วยรอฟบแพทย์นาน ฯลฯ ดูแลปัญหาโดยรวมทั้งหมดของโรงพยาบาลและแก้ไขเชิงระบบ โดยผู้ที่พบเหตุการณ์จะเขียนรายงานแจ้งมาที่เรา และเราจะช่วยแก้ปัญหา และ 4. ส่วนของการรับเรื่องร้องเรียนจากลูกค้าทั้งที่เจ้าหน้าที่ได้รับแจ้งจากลูกค้าโดยตรง / E-mail / สื่อต่างๆ ค่ะ

**Q: ย้อนกลับไปตอนเรียนมัธยม แรงบันดาลใจในการเลือกคณะคืออะไรคะ**

**พี่จอย:** ตอนเรียนมัธยม อยากเรียนเภสัช แต่ได้คะแนนสอบน้อยกว่าปีก่อน ส่วนแรงบันดาลใจ คือ หากคะแนนไม่ถึงเภสัช ก็ขอเรียนทางสายการแพทย์ เพราะตอนคุณพ่อป่วยเป็นโรคหัวใจ ไม่มีใครในครอบครัวมีความรู้ด้านนี้เลย เราไม่มีทางเลือกและไม่มีความรู้ รู้ไม่เท่าทันการรักษาและค่า

รักษา เราต้องเลือกรักษาโรงพยาบาลเอกชนที่ดีที่สุด สุดท้ายตอนที่มาเรียนเองถึงทราบว่าเพราะเราไม่ได้รับคำแนะนำทางการแพทย์ที่ดีพอ คุณพ่อจึงไม่ทราบวิธีปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง จึงเป็นสาเหตุให้คุณพ่อเสียชีวิตกะทันหัน จากหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน บทเรียนนี้ทำให้อยากเรียนสายการแพทย์ค่ะ

**Q: การเรียนในรั้วมหาวิทยาลัยเป็นอย่างไรบ้างคะ และมีวิชาไหนที่ชอบหรือประทับใจบ้าง**

**พี่จอย:** การเรียนในคณะนี้จะเรียนค่อนข้างหนัก มีปิดเทอมแค่ 1-2 สัปดาห์ตลอดการเรียนแต่ละปี ส่วนการเรียนก็ช่วยๆ กันอ่านช่วยกันติว แต่พี่จะเป็นเจ้าแม่ Lecture เนื่องจากจดเร็วและลายมือสวย เพื่อจะยืมไป Xerox แจกกันทั้งคณะ นี่เลยเป็นจุดที่ทำให้เราต้องตั้งใจเรียนมากขึ้น วิชาที่เป็นจุดเปลี่ยนชีวิตคือ วิชาปรสิด เรียนเกี่ยวกับพวกพยาธิตัวต่างๆ เชื้อโรคทั้งหลาย ท่องจำเยอะมาก ซึ่งช่วงที่จะสอบวิชานี้เป็นช่วงที่มีการเปิดสอบ Entrance ให้ไปสอบเพิ่มเพื่อเลือกคณะได้ใหม่ เราก็ลองสอบไปแต่วันสอบจริงคือวันเสาร์ ซึ่งถ้าไปสอบจะไม่ได้อ่านหนังสือวิชาปรสิดที่ต้องสอบในวันจันทร์ คือเสียเวลาไปทั้งวันและกลัวสอบไม่ผ่าน จึงตั้งใจไม่ไปสอบ Entrance ใหม่และตั้งใจอ่านหนังสือวิชาปรสิด สุดท้ายผลสอบออกมาได้ A คนเดียวในคณะ ตอนนั้นงงมากแต่ก็ดีใจมาก เลยคิดว่าไม่เปลี่ยนแล้ว จะตั้งใจเรียนพยาบาลให้ได้ดี ตอนเรียนมาก็ได้ลำดับที่ 5-6 ของคณะมาโดยตลอด และได้ทุนเรียนฟรีตั้งแต่ปี 2 จนกระทั่งจบการศึกษาเลยคะ

**Q: ช่วยเล่าประสบการณ์ในการทำงานที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้างคะ**

**พี่จอย:** ตอนจบมาขอพูดถึงเงินเดือนก่อนเลย เงินเดือนเดือนแรกที่ได้รับคือ 6,370 บาท ไม่รวมค่าเวร สรุปลงเงินเดือนๆ แรกได้อยู่ประมาณ 17,000 กว่าๆ (เมื่อประมาณ 8 ปีที่แล้ว) คืองานของเราถ้าทำงานมากก็ได้มาก เหนื่อยเอง กำหนดเงินเดือน ซึ่งไม่คุ้มค่ากับการทำงานหนัก เหนื่อย เพลีย อดนอน ไม่มีชีวิตส่วนตัวเหมือนเพื่อนๆ คนอื่นที่เรียนจบสายอื่น เราทำงานพยาบาลใช้ทั้งความคิดและใช้กำลัง ตอนจบมาได้ทำงานห้องฉุกเฉินโรงพยาบาลจุฬาฯ ทำงาน 8 ชม. ต่อ 1 วัน วันหนึ่งมี 3 เวร เข้า/บ่าย/ดึก งานที่ทำก็จะเจอแต่คนไข้หนักๆ ป่วยหนัก เจ็บหนัก หยุดหายใจมากก็บ้มนกัน ทุกการกระทำของเราคือชีวิตคนไข้ ซึ่งเขาอาจหยุดหายใจได้ตลอดเวลา และที่โรงพยาบาลจุฬาฯ ก็มีคนไข้เยอะมาก ถ้าไม่มีเตียงก็ต้องนอนดูอาการที่ห้องฉุกเฉินจนกว่าจะมีห้องพัก ตอนนั้นก็ไม่ค่อยอยากทำงาน อยากมีเวลาพักผ่อนบ้างในเวลาที่คนอื่นได้พัก เช่น หยุดเสาร์-อาทิตย์ เลิกงานตอนเย็นไปกินข้าวกับเพื่อน เพื่อนนัดกันเราก็ติดเวรไปไม่ได้ เลิกงานลงเวรแต่ละวันร่างกายย่ำแย่ เมื่อยล้าไปหมดเลย ทำให้เวลาว่างก็จะนอนมากกว่าจะออกไปไหนแต่สิ่งที่บ่นอยู่เป็นประจำตามที่กล่าวไป ก็ทำให้เรามีวันนี้ เพราะห้องฉุกเฉิน การทำงานหนัก เหนื่อย ทำให้เรามีประสบการณ์ที่ดี ซึ่งหาได้ยากมาก ทำให้เรามีความคิดกล้าตัดสินใจ มีการคิดเชิงบริหารจัดการที่ดี ดีกว่าเพื่อนรุ่นเดียวกันที่ได้อยู่หน่วยงานอื่นที่สบายกว่า และความรู้ทางการแพทย์ในการที่เราได้ดูแลผู้ป่วยอาการหนัก ทำให้เรามีความรู้เชิงวิชาการด้าน Pathology ที่แน่นมากๆ และสามารถสอนแพทย์ได้ในบางเรื่องเพราะเราอยู่กับคนไข้มากกว่าแพทย์ และยังสอนแพทย์น้องใหม่อีกด้วย หลายครั้งที่เราทำหน้าที่ที่ชีวิตคนไข้ก่อนแพทย์มาถึง และแพทย์ต้องทำตามที่เราบอก พี่ทำงานพยาบาลห้องฉุกเฉินได้ประมาณ 3 ปี ได้ประสบการณ์เพียบ ความรู้แน่น แต่ก็เริ่มคิดว่าไม่อยากจะอดนอน อยากมีเวลาพักผ่อนเหมือนคนอื่น เลยมองหางานที่ไม่ใช่งานพยาบาลแต่สามารถใช้ความรู้ที่เรียนมา จึงไปสมัครงานบริษัทประกันและก็ได้มีโอกาสเข้าไปทำงานอยู่บริษัทประกัน ทำเกือบ 5 ปีเต็ม โดยทำหน้าที่เป็นผู้พิจารณารับประกันคนที่ เป็น Medical คือ มีประวัติการรักษา ต้องตรวจสุขภาพ ว่าง่ายๆ คือ เป็นที่ปรึกษาให้บริษัทเพื่อรับความเสี่ยงที่จะให้บุคคลนั้นๆ ที่เป็นโรคทำประกันหรือไม่ การทำงานบริษัทประกันต่างจากที่เราเคยทำงานพยาบาลมาก เพราะงานนั่งอยู่กับโต๊ะ ใช้คอมพิวเตอร์และใช้ภาษาอังกฤษเยอะมาก ต้องโทรและส่งอีเมลปรึกษากับแพทย์ที่อยู่บริษัทแม่ที่ฮ่องกง ที่สำคัญได้เงินเดือนมากกว่าเดิมไม่มากนัก แต่คุ้มกว่างานพยาบาลที่เคยทำ ไม่ต้องออกแรง ไม่ต้องอยู่กับคนป่วย ไม่ต้องเสี่ยงติดโรค คุณภาพชีวิตดีขึ้น ได้หยุดเสาร์อาทิตย์ แต่ความรู้งานพยาบาลที่เราเคยมีมากก็เป็นพื้นฐานที่ดีของงานนี้เช่นกัน และบริษัทยังมีส่งเรียนภาษา มีหมอมาสอนจากต่างประเทศ ทำให้เราอัปเดตความรู้ตลอดเวลา ส่วนเรื่องการปรับตัวก็ปรับตามหน้าที่งานที่เล่าไปและเมื่ออยู่ไปนานวัน สอบ Certificate จากแคนาดาได้ ก็มีหน้าที่การงานที่ดีขึ้น ชัยบัตำแหน่ง ชัยบัเงินเดือน สวัสดิการดี เงินโบนัสดี และเมื่อชัยบัตำแหน่งก็มีงานที่แตกต่างขึ้น ได้ดูเรื่องเคลมประกัน/Audit โรงพยาบาลทั่วประเทศที่เป็นคู่สัญญาทำให้มีประสบการณ์มากขึ้น เริ่มมีลูกน้อง ก็ได้ประสบการณ์มากมายจากที่นี่ แต่สุดท้ายเมื่อคิดจะวางแผนมีครอบครัว จึงต้องลาออกมาทำงานใกล้บ้าน ตัดใจจากบริษัทประกันเพราะไม่อยากจะติดทุกวันตอนเช้ากรุงเทพ จึงมาทำงานในตำแหน่งปัจจุบันค่ะ

**Q: ชีวิตวัยเรียนกับชีวิตทำงานต่างกันมากไหม ต้องปรับตัวอย่างไรบ้างคะ**

**พี่จอย:** ชีวิตตอนเรียน จะเรียนทฤษฎีเต็มๆ ช่วง 2 ปีแรก และปี 3-4 จะเริ่มฝึกงานจริงที่โรงพยาบาลและเรียนทฤษฎีไปด้วย จึงทำให้ช่วงเรียนปี 3-4 เป็นช่วงชีวิตที่หนักมาก เพราะต้องเรียนและทำงานอดนอนไปในเวลาเดียวกัน ยังแอบคิดว่าทำไมพยาบาลไม่ปรับหลักสูตรให้เป็น 5-6 ปี เรียนแน่นเกินไปหรือเปล่า ช่วงเวลาปี 3-4 จึงเหมือนเราได้ทำงานแล้ว แต่สิ่งที่แตกต่างจากตอนจบมาคือ ตอนเรียนเวลาเราทำงาน เรามีอาจารย์คอยให้คำปรึกษา แนะนำ ทบทวนความรู้ และบอกว่าเราทำดี/ไม่ดี ผิด/ถูกอย่างไร กำกับตลอด แต่ตอนจบมาเราทำงานกับชีวิตคนไข้จริงๆ เหมือนก้าวขาข้างหนึ่งอยู่ในคุกแล้ว ฉะนั้นเราต้องมีความรู้ที่ดี ศึกษาด้วยตัวเองตลอด และทำงานด้วยความระมัดระวัง รุ่นพี่ที่ทำงานด้วยกันอาจแนะนำขั้นตอนระบบงานได้ แต่ความรู้เรื่องโรค การรักษาใหม่ๆ เราต้องพัฒนาตัวเองด้วย

**Q: ความประทับใจในสายอาชีพนี้**

**พี่จอย:** วิชาชีพพยาบาลทำให้เรารู้จักการทำงานเป็นทีม การบริหารงาน และกล้าตัดสินใจ วันหนึ่งทำงานหนักและเหนื่อยแบบที่ไม่คิดว่าจะทำได้ กลับทำให้นึกย้อนไปว่า เรามีวันนี้ที่ดีมากได้เพราะประสบการณ์จากวันนี้เอง ส่วนสายงานประกันทำให้เรามีเพื่อนที่หลากหลายอาชีพจำนวนมากที่ทำงานเกื้อหนุนกัน รู้จักการติดต่อประสานงานที่ดี และเข้าใจระบบการบริหารงานแบบคนไทยและฝรั่งว่าต่างกันอย่างไรและเรานำมาปรับใช้กับตัวเราได้

**Q: คิดว่าอะไรคือหัวใจของอาชีพนี้คะ และอยากฝากอะไรถึงน้องๆ ที่สนใจในสายอาชีพนี้บ้าง**

**พี่จอย:** วิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพที่ต้องทำงานกับชีวิตคน ทุกวินาทีที่มีค่าและเป็นการนำความรู้มาปฏิบัติต่อชีวิต เราต้องรู้หน้าที่ มีความรู้ และรู้กฎหมายด้วย ตอนเรียนอาจเรียนหนัก ทำงานหนัก เวลาพักมีน้อย แต่เมื่อเราเป็นพยาบาลที่ดีและเก่ง เราจะมีทางเลือกที่ดีค่ะ และไม่ใช่ว่าเราจะดูแลแต่คนอื่นที่ไม่ใช่ญาติเรา เรายังใช้ความรู้ดูแลคนในครอบครัวได้ด้วยค่ะ และอยากฝากน้องๆ ว่า วิชาชีพพยาบาล อาจเป็นอาชีพหนึ่งที่ทำงานเสี่ยงทั้งต่อตัวเองและต้องดูแลผู้ป่วยอย่างดีที่สุด แต่ความรู้ในวิชาชีพการทำงานหนัก และการทำงานที่ทำให้เราต้องมีความอดทน จะสร้างอนาคตที่เราก็มีสิทธิ์เลือกได้ค่ะ มีอาชีพอีกมากมายที่ต้องการคนจบวุฒิปริญญาไปทำงาน ถึงพี่จะไม่ได้ทำพยาบาลแล้วแต่ก็ภูมิใจที่จบมาสาขานี้ **P**



**“สิ่งที่สำคัญที่สุดของพยาบาลวิชาชีพ  
คือ การดูแลคนไข้ ทั้งด้านร่างกาย  
จิตใจ และจิตวิญญาณ ที่เรียกว่าการ  
ดูแลแบบองค์รวม (Holistic Care)”**

**ดร.รชนี ผดุงนาม (พีก๊ีบ)**

**พยาบาลประจำการ โรงพยาบาลศิริราช**

**พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล**

**มัธยม: โรงเรียนศรีอยุธยา สรรณ์ จ.จันทบุรี**



## Q: ลักษณะงานในปัจจุบันทำเกี่ยวกับอะไรคะ

**พิกข์:** ตอนนี้อย่างคงทำงานที่โรงพยาบาลศิริราชเหมือนเมื่อ 8 ปีก่อนคะ เป็นพยาบาลประจำหอผู้ป่วยหนึ่งหรือที่เราเรียกกันว่า วอร์ด งานในความรับผิดชอบจะเป็นในส่วนการให้การรักษายาบาล แน่นนอนว่าหลักๆ ในการรักษาก็เป็นหน้าที่ของคุณหมอ ส่วนบทบาทของพยาบาลจะเป็นการทำแผนการรักษาของแพทย์ ยกตัวอย่างง่ายๆ เช่น คนไข้คนหนึ่งมาโรงพยาบาลเพราะมีไข้ หมอตรวจร่างกายแล้วคิดว่าอาจเป็นไข้เลือดออก ต้องเจาะเลือดส่งตรวจ ต้องให้น้ำเกลือ ในส่วนนี้พยาบาลก็ทำตามแผนการรักษาของแพทย์ ในส่วนของการพยาบาลคนไข้คนนี้พยาบาลต้องรู้ว่าคนไข้มีไข้ไหม ตื่นน้ำได้ไหม ตื่นน้ำมากไม่ได้เพราะอาเจียนด้วย ต้องทำอะไร ปัสสาวะออกกี่ซีซีในหนึ่งชั่วโมง ถ้าปัสสาวะออกน้อยไม่ถึง 25 ซีซี ใน 1 ชั่วโมง เริ่มอันตรายแล้ว หรือมีอาการแสดงอื่นๆ ที่เป็นอันตรายหรือแสดงถึงภาวะช็อคหรือไม่ ถ้ามีก็ต้องสังเกตและประเมินให้ได้เพื่อรายงานแพทย์ คนไข้ถึงจะปลอดภัย ลักษณะงานของพยาบาลจึงมีทั้งการรักษาและการพยาบาล ทั้งหมดนี้ต้องใช้ความรู้ที่เรียนมา มาปรับใช้เชื่อมโยงกับการทำงานจริงคะ

## Q: ย้อนกลับไปตอนเรียนมัธยม แรงบันดาลใจในการเลือกคณะคืออะไรคะ

**พิกข์:** ตอบแล้วก็อาย (ยิ้ม) ตอนแรกตั้งใจจะเลือกเรียนวารสารคะ หรือไม่ก็อะไรที่เกี่ยวกับหนังสือ ชอบหนังสือ ชอบวาดภาพ ถ่ายรูป สมัยที่พี่เลือกคณะเอนทรานซ์ตอนนั้นยังเป็นระบบตัดกระดาษเลขรหัสคณะที่จะเลือกมาแปะในช่องใบสมัคร และนั่นแหละคะ ตัดผิด! (ที่จริงน่าจะตอบว่าเพราะโชคชะตานะ) หลายคนถามว่าทำไมไม่ชีว ทำไมไม่สอบใหม่จะได้เรียนในคณะที่อยากเรียนจริงๆ ก็เคยคิดเหมือนกันติดตรงที่เป็นคนขี้เกียจอ่านหนังสือเรียน (หัวเราะ) พอเรียนไปแล้วพบว่ามั่งตั้งหลายอย่างหลายเรื่องที่เราไม่เคยรู้เลย ยิ่งเรียนยิ่งรู้สึกว่ายากจะรู้มากขึ้นแล้วก็อยากเป็นมืออาชีพ (แต่ทุกวันนี้ก็ยังวาดรูป ถ่ายรูปอยู่อย่างสม่ำเสมอ)

## Q: การเรียนในรั้วมหาวิทยาลัยเป็นอย่างไรบ้างคะ แล้วมีวิชาไหนที่ชอบหรือประทับใจบ้าง

**พิกข์:** ในชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยมหิดล ทุกคนจะเรียนรวมกันที่ศาลายา พอปีที่เหลือพวกเราก็จะถูกส่งออกไปตามโรงพยาบาลในสังกัดมหาวิทยาลัยมหิดล เพราะวามมหาวิทยาลัยมหิดลเป็นมหาวิทยาลัยที่เน้นทางสายวิทยาศาสตร์สุขภาพ ห้องเรียนสำคัญของคนที่เรียนคณะในสายนี้ก็เลยกลายเป็นโรงพยาบาลที่ศาลายา ในส่วนของวิทยาศาสตร์พื้นฐาน เช่น ฟิสิกส์ เคมี ชีววิทยาแค่ตอนอยู่ปี 1 พอขึ้นปี 2 ก็เข้ามาเรียนที่วิทยาเขตศิริราช คณะพยาบาลของมหาวิทยาลัยมหิดลก็อยู่ในโรงพยาบาลศิริราช โชนที่ใกล้ๆ กับทำนั้ววังหลังนั่นแหละ ของกินเยอะดีนะ (ยิ้ม) ส่วนวิชาที่ประทับใจ น่องๆ เคยได้ยินคำว่า อาจารย์ใหญ่ไหม? ไม่ใช่แค่หมอนะที่เรียนกรอสหรือที่เราเรียกกันว่า Anatomy วิชานี้แหละที่พี่ว่าสนุกที่สุด ไม่ต้องนึกไปถึงขนาดต้องมีมีดมาผ่าอาจารย์ใหญ่นะคะ เพราะคณะพยาบาลจะแยกเรียนเป็นส่วนๆ ไป (คนผ่าจะเป็นนักศึกษาแพทย์) ส่วนการฝึกปฏิบัติบนหอผู้ป่วยก็สนุกนะ พี่จำได้เลยว่าตอนฝึกเจาะเลือดครั้งแรกได้สำเร็จ โอ้โห!! ดีใจมาก ช่วงปีแรก 1 ปีเต็มจะเป็นการเรียนทฤษฎีล้วนๆ พอปี 2 เริ่มมีขึ้นฝึกปฏิบัติสัปดาห์ละ 2-3 วัน ปี 3 นี้ฝึกปฏิบัติเต็มๆ บนหอผู้ป่วย ส่วนปี 4 ปีสุดท้ายนี้ได้ออกไปฝึกอนามัยชุมชนประจำที่ห้องฉุกเฉินที่โรงพยาบาลชุมชนต่างจังหวัด ซึ่งที่นั่นพี่ว่ามันสนุกนะ มีอะไรให้ตื่นเต้น ได้เรียนรู้อะไรใหม่ๆ ตลอดคะ

## Q: จบมา ทำงานวันแรกเป็นอย่างไรบ้างคะ

**พิกข์:** รู้สึกสวย (ยิ้ม) ตอนเป็นนักศึกษาเราใส่ชุดขาวใส่หมวกขาวล้วน แต่พอจบมาเราจะได้ชุดที่หมวกด้วย สองกระຈกแล้วแบบว่า โอ้...นี่เราเป็นพยาบาลจริงๆ แล้วหรือเนี่ย เรียนมา 4 ปี ได้ชุดบนหมวกมาพีดีใจกว่าได้ใบปริญญาอีกนะ ส่วนการทำงานวันแรกก็ไม่ตื่นเต้นเท่าไรนะ เพราะเราฝึกมาเยอะแล้ว แกรมที่พยาบาลก็คอยเป็นโค้ชให้อีกด้วย (แต่ชุดพยาบาลนี้ทำให้ดูสวยขึ้นได้จริงๆ นะ)

## Q: ชีวิตวัยเรียนกับชีวิตทำงานต่างกันมากไหม ต้องปรับตัวอย่างไรบ้างคะ

**พิกข์:** ไม่ต่างกันเท่าไรนะคะ เพราะตอนเรียนก็ขึ้นฝึกในโรงพยาบาลศิริราช พอจบมาก็ประจำที่เดิม เลยไม่ตื่นเต้นหรือต้องปรับตัวมากนัก ต่างกันหน่อยตรงที่เดี๋ยวนี้อาจจะเลือดได้ไม่ตีใจเวอร์เหมือนเมื่อก่อนแล้ว (ยิ้ม)

## Q: ช่วยเล่าประสบการณ์ในการทำงานที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้างคะ และอะไรคือบทบาทและความสำคัญของสายอาชีพนี้

**พิกข์:** นอกจากการให้การรักษายาบาล สิ่งที่สำคัญที่สุดของพยาบาลวิชาชีพคือการดูแลคนไข้ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ ที่เรียกว่าการดูแลแบบองค์รวม (Holistic Care) ถ้าจะอธิบายแยกในแต่ละด้านอาจจะยาวจนกลายเป็นหนังสือเล่มใหญ่ได้ ยกตัวอย่างง่ายๆ ละกันคะ เช่น มีคนไข้เบาหวานเป็นแผลเรื้อรังที่ขาจนต้องตัดขาข้างหนึ่งออกไป หลังผ่าตัด ระหว่างนอนพักในโรงพยาบาลต้องได้รับการทำแผลทุกวัน แต่สิ่งที่ต้องดูแลไม่ใช่ขาข้างที่เหลืออยู่เท่านั้น พยาบาลยังต้องดูแลกำลังใจที่เหลืออยู่ของคนไข้และครอบครัว เพื่อเตรียมความพร้อมให้คนไข้และครอบครัวมั่นใจว่าสามารถกลับไปใช้ชีวิตให้มีคุณภาพได้เช่นเดิม ซึ่งทั้งหมดนี้ระบบของหลายโรงพยาบาล จะประกอบไปด้วยทีมแพทย์ พยาบาล นักกายภาพบำบัด นักสังคมสงเคราะห์ ที่ช่วยดูแลเป็นทีมสหสาขาวิชาชีพ ส่วนหน้าที่สำคัญอีกอย่างของพยาบาล คือ การดูแลระยะสุดท้าย เพราะไม่ใช่ทุกคนที่มาโรงพยาบาลแล้วคาดหวังว่าจะได้รับการรักษาแล้วหายดีได้กลับบ้านนะคะ ในโรงพยาบาลมีคนไข้และญาติอีกไม่น้อยที่รับรู้และยอมรับว่าโรคที่เป็นโรคร้ายเยียวยา อย่างสุดท้ายที่คนไข้และญาติกลุ่มนี้ต้องการคือการจากไปอย่างสงบ แม้ว่าพยาบาลจะได้รับการสอนให้ดูแลคนไข้ระยะสุดท้ายมาแล้ว แต่สิ่งที่สำคัญกว่าทฤษฎีมากมายในหนังสือก็คือ จิตใจที่เห็นใจคนไข้และญาติของคนไข้จริงๆ ค่ะ

## Q: ความประทับใจในสายอาชีพนี้

**พิกข์:** มีอยู่ครั้งหนึ่งมีญาติของคนไข้เดินเข้ามาขอบคุณและร้องไห้ แล้วพูดกับพี่ว่า "ขอบคุณที่ดูแลคุณพ่อของเขา" ทั้งที่เราไม่สามารถรักษาชีวิตคนไข้ไว้ได้ ไม่ได้ประทับใจที่คนไข้จากไปนะ แต่ดีใจที่ความตั้งใจและความจริงใจของเราส่งไปถึงครอบครัวของคนไข้ได้ มันเป็นกำลังใจและเป็นที่ยืนยันว่าการดูแลคนไข้ในระยะสุดท้ายไม่ใช่การดูแลแค่เพียงคนคนหนึ่งที่ยอมรับวันสุดท้ายและไม่ใช้การดูแลที่สูญเปล่า แต่เป็นการดูแลที่มีคุณค่าที่สุด

## Q: คิดว่าอะไรคือหัวใจของอาชีพนี้คะ และอยากฝากอะไรถึงน้องๆ ที่สนใจในสายอาชีพนี้บ้าง

**พิกข์:** ไม่เก่งฟิสิกส์ เคมี ชีวะ ไม่ชอบคำนวณ ไม่ต้องไปคิดมาก เพราะหัวใจของวิชาชีพนี้คือ ความเห็นใจในเพื่อนมนุษย์ด้วยกันคะ อย่าลืมเอาใจมาด้วยล่ะ (ยิ้ม) **P**



**“เราทุกคนมี 1 สมอ 2 มือเท่านั้น เพราะฉะนั้นไม่ว่าอะไรที่เราทำไม่ได้ เวน แต่เราไม่ทำเท่านั้น”**

**อาจารย์นันทวรรณ วงษ์ธัญญะ (พี่จ๊อฟ)**  
**พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ (ด้านการสอน)**  
**ประจำวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี**  
**ปริญญาโท Caring Sciences at Malardalen University in Sweden**  
**พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี**  
**มัธยม: โรงเรียนปากเกร็ด จ.นนทบุรี**



**Q: ลักษณะงานในปัจจุบันทำเกี่ยวกับอะไรคะ**

**พี่จ๊อฟ:** ปัจจุบันเป็นอาจารย์ประจำภาควิชาพื้นฐานการพยาบาลบริหารและการศึกษาทั่วไป และเป็นอาจารย์ในงานหลักสูตรและการบริหารหลักสูตรฝ่ายวิชาการ จะทำหน้าที่ในการสอนทั้งภาคทฤษฎีและการขึ้นฝึกภาคปฏิบัติที่หอผู้ป่วยตามโรงพยาบาลในสังกัด สอนภาคทฤษฎีในวิชาแนวคิดและทฤษฎีทางการพยาบาล หลักการและเทคนิคการพยาบาล พลศึกษา ส่วนภาคปฏิบัติก็วิชาปฏิบัติหลักการฯ การบริหาร การพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ เป็นต้น เวลาสอนวิชาหลักการและเทคนิคการพยาบาลจะรู้สึกเหนื่อยเพราะถือเป็นวิชาแรกของนักศึกษาที่เริ่มเข้าสู่วิชาชีพการพยาบาล แต่ก็ เป็นวิชาที่ตนเองชอบด้วย เพราะเป็นการเรียนรู้ 14 บท ที่มีหลากหลายทักษะทางการพยาบาล เช่น การฉีดยา เจาะเลือด ให้น้ำเกลือ ทำแผล การ

ใส่สายสวนปัสสาวะ การใส่สายให้อาหาร เป็นต้น เป็นงานที่ทำทนาย เพราะจะต้องสอนนักศึกษาให้สามารถลงมือปฏิบัติได้ วิธีการวัดก่อนฉีดยาตามตำแหน่งต่างๆ หรือการหาตำแหน่งเจาะเลือด พุดง่ายๆ ว่าสนุกและน่าตื่นเต้นมากๆ มีนักศึกษาหลายคนที่จะรู้สึกกลัว แต่เมื่อทำได้ก็รู้สึกภาคภูมิใจและอยากทำ เพื่อช่วยเหลือผู้ป่วย ทุกครั้งที่นักศึกษาทำได้อย่างที่เราสอนเขาจะมาเล่าและขอบคุณ ทำให้อาจารย์คนนี้มีแรงที่จะทำงานต่อ ถึงแม้ว่าตนเองจะเป็นอาจารย์ที่ขึ้นชื่อในความเคี้ยวและดุ การสอนภาคทฤษฎีก็จะเป็นทั้งเนื้อหาและการเข้าห้องปฏิบัติการทางการพยาบาลในการฝึกฝนทักษะต่างๆ และสอบด้วย บางทักษะสอบกับรุ่นอาจารย์ และบางทักษะก็สอบกับเพื่อนจริงๆ ค่ะ

**Q: ย้อนกลับไปตอนเรียนมัธยม แรงบันดาลใจในการเลือกคณะคืออะไรคะ**

**พีจุฟ:** ตอนมัธยมก็สงสัยตัวเองว่าจะเรียนอะไรดี หากคำตอบให้ตัวเองตลอดแต่ก็แอบคิดว่าอยากเรียนเภสัชและวิศวกรรม แต่ก็มีโอกาสได้พูดคุยกับพี่ที่เรียนเภสัชบ้างว่าเรียนอะไรบ้าง พอฟังไปเรื่อยๆ เริ่มรู้แล้วว่าไม่ใช่ตัวเองเพราะเรียนเคมีเยอะมากๆ แต่ก็น่าสนุกนะ พอมาเป็นคณะวิศวะที่อยากเข้าก็ถูกครอบครัวคัดค้านเพราะว่าเป็นผู้หญิงจะไปไหวไหมถ้าต้องยกของหนักๆ ต้องตากแดด หรือออกฝึกภาคสนาม แม่บอกว่าไม่ไหวหรอก แม่เป็นห่วง แต่ก็ยังเป็นอีกคณะที่ชอบมาตั้งแต่ได้ไปทำงานกับพ่อและลุง เพราะพี่ชอบงานดูแบบ อ่านแบบ การก่อสร้างอาคาร มันน่าตื่นเต้นดี พี่ชายจบวิศวะฯ ที่ทำงานกับลุงก็บอกว่าทำงานหนักและไม่เป็นเวลานะ ตนเองก็ได้เห็นเช่นกัน เลยไม่ค้นหาข้อมูลว่าต้องเตรียมตัวอย่างไร พอมาคณะที่ไม่อยากเรียนนั่นคือ พยาบาล แต่พอครอบครัวได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับการรับสมัคร แม่จึงมาบอกว่าอยากให้เรียนเพราะว่ามันมั่นคงดี เหมาะกับผู้หญิงแล้ว ตอนนั้นก็คิดอยู่หลายวันก่อนตัดสินใจไปสมัครโควตานักเรียนพยาบาลของที่นี่ตามที่ครอบครัวต้องการ และก็เตรียมตัวในการสอบและการยื่นคะแนน และเอกสารต่างๆ ตามคุณสมบัติ เช่น การอาศัยอยู่ในจังหวัดนนทบุรีไม่น้อยกว่า 1 ปี เกรด ความเห็นครูที่ปรึกษา เป็นต้น เมื่อส่งเอกสารต่างๆ แล้ว ก็รอวันประกาศผล ตนเองรู้ว่าได้แน่นอน จึงไม่มีโอกาสได้ไปสมัครคณะอื่นๆ เลยคะ

**Q: การเรียนในรั้วมหาวิทยาลัยเป็นอย่างไรบ้างคะ**

**พีจุฟ:** เมื่อเข้ามาเรียนพยาบาลของที่นี่มีกฎว่านักศึกษาทุกคนต้องอยู่นอกบ้าน เป็นประสบการณ์ที่จะจดจำไปตลอดถึงความอบอุ่นทั้งจากอาจารย์และพี่ๆ ที่ดูแลพวกเราเหมือนครอบครัวเดียวกัน ในรุ่นมี 75 คน มาจากหลายจังหวัด ระยะเวลา 4 ปี ไม่นานเลยกับการเรียนที่สนุก เหนื่อย เมื่อย และความรู้สึกต่างๆ นานา ได้เรียนวิชาการดูแลคนทั้งคน ตั้งแต่ความเจ็บป่วยตลอดจนหายกลับบ้าน หรือตายจากกัน ถึงแม้ว่าจะเรียนหนัก ทำทนายความสามารถ แต่ก็มีพี่ๆ ที่คอยช่วยเหลือ ช่วยติวให้ทุกครั้งที่มีโอกาส ตนเองประทับใจที่เสี่ยง (พี่สายรหัส) แต่ของพวกเราเรียกการเสี่ยงเพราะเราปี 1 จะเป็นคนจับเลือกสายรหัสเองว่าจะได้พี่ตระกูลใด เราเรียกพี่ปี 2 ว่าพี่เสี่ยง พี่ปี 3 ว่า ป้าหรือลุงเสี่ยง พี่ปี 4 ว่ายายหรือตาเสี่ยง และพี่ที่จบไปว่าทวด เราจะมี การเลี้ยงกันตามเทศกาล เช่น วันเกิด วันรับน้อง นอกจากนี้เราจะมีพี่ๆ แล้ว พวกเราจะมีแม่อาจารย์ประจำตระกูล ซึ่งจะคอยดูแลเราทุกเรื่อง รวมทั้งพี่ๆ ที่จบไปแล้วจะเข้ามาพบน้องๆ เพื่อให้รู้จักกัน

**Q: จบมา ทำงานวันแรกเป็นอย่างไรบ้างคะ**

**พีจุฟ:** วันแรกที่ไปทำงาน รู้สึกตื่นเต้นมากค่ะ คิดในใจว่า ตอนนี้เป็นพยาบาลวิชาชีพเต็มตัวแล้วนะ รู้สึกแอบกลัวนิดๆ ว่าเราจะดูแลผู้ป่วยได้ดีแค่ไหน จะได้ใช้ความรู้ที่เรียนมาให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับผู้ป่วย เมื่อมาเป็นอาจารย์ก็คิดว่าตนเองจะสามารถสอนนักศึกษาได้ใหม่ แอบประหม่าเล็กน้อย แต่ในเมื่อตัดสินใจแล้วคงต้องเดินหน้าทำงานให้เต็มที่ ต้องค้นคว้าหาความรู้ใหม่เสมอๆ เพื่อนำมาสอนคะ


**Q: ช่วยเล่าประสบการณ์ในการทำงานที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้างคะ และอะไรคือบทบาทและความสำคัญของสายอาชีพนี้**

**พีจุฟ:** เมื่อเรียนจบตนเองได้ทราบแล้วว่ามันสำคัญมากที่เราเลือกเรียนวิชาชีพนี้ เรามีโอกาสได้ทำบุญยิ่งกว่าการที่เราไปวัดอีก ตนเองเคยร้องไห้เมื่อผู้สูงอายุท่านหนึ่งยกมือไหว้ขอบคุณ ไม่คิดว่าท่านแก่แล้วทำไมต้องมายกมือไหว้เด็กที่เป็นนักศึกษาอย่างเรา และตั้งใจที่ทำให้ท่านหายเจ็บป่วยกลับบ้านอย่างปลอดภัย ได้ทราบว่ามันนอกจากเราจะดูแลร่างกายแล้ว ก็ยังไม่พอเราต้องดูแลจิตใจของคนไข้ด้วยจากการเรียนที่ไม่ชอบ ก็เริ่มเฉยๆ และที่สุดก็มีความภาคภูมิใจในอาชีพของตน เมื่อมาเป็นพยาบาลได้ทำงานหอผู้ป่วยที่ไม่ค่อยมีใครสนใจสมัคร นั่นคือ ตึกอายุรกรรมพิเศษ กับผู้ป่วยติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ ซึ่งตอนเรียนมีเนื้อหาไม่มากแต่พอมาทำงานรู้เลยว่าเรายังไม่รู้อะไรอีกมาก มีอะไรที่น่าสนใจอีกมากจากผู้ป่วยติดเชื้อ ได้เห็นผู้ป่วยที่แพ้ยารุนแรง ได้มีโอกาสร่วมทำวิจัยกับแพทย์ประจำตึกในการใช้ยารักษาอาการชนิดใหม่ แต่พอทำไปได้ไม่นาน (ประมาณปีครึ่ง) ด้วยครอบครัวเป็นห่วง พี่จึงลาออกมาเป็นอาจารย์ที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรีที่ตนเองจบมาค่ะ ในใจคิดว่าเราต้องมาสร้างพยาบาลที่ดีและเก่ง เพื่อออกไปช่วยเหลือสังคมและผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ ก็มาเป็นอาจารย์ที่ถ่ายทอดความรู้ให้นักศึกษา พร้อมกับคอยเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เพื่อพัฒนาอาชีพของตนเอง ใฝ่มองความสำเร็จของลูกศิษย์หลายรุ่น โดยนักศึกษาจะจำได้แม่นยำกับน้ำเสียงที่ดัง ฝีเท้าที่เร็ว และความใส่ใจต่อนักศึกษาทุกคน

**Q: ความประทับใจในสายอาชีพนี้**

**พีจุฟ:** พี่มีความประทับใจในวิชาชีพ มีความเป็นตัวของตัวเอง และภาคภูมิใจที่เราได้ดูแลผู้ป่วย บางรายก็หายกลับบ้าน แต่บางรายที่เสียชีวิตก็ทำให้ผู้ป่วยตายอย่างสมศักดิ์ศรี คนหลายคนที่ยากเรียนและจบมาเป็นพยาบาล แต่ก็ได้เรียนไม่กี่คน นั่นถือเป็นโชคที่ได้เรียนและจบมาเป็นพยาบาลวิชาชีพ และที่สำคัญเราสามารถดูแลคนในครอบครัวเราได้ ถ้าน้องๆ ได้ไปลองฟังเพลงมาร์ชพยาบาลแล้วน้องจะเข้าใจ โดยที่พี่ไม่ต้องพูดอะไรเลยสำหรับอาชีพที่มีเกียรตินี้ พวกเราคือผู้หญิงสีขาวที่งามทั้งใจและกายสำหรับทุกคน พร้อมทั้งจะให้ความช่วยเหลือทุกคนคะ

**Q: คิดว่าอะไรคือหัวใจของอาชีพนี้ และอยากฝากอะไรถึงน้องๆ ที่สนใจในสายอาชีพนี้บ้างคะ**

**พีจุฟ:** พี่เองจะมีคำสอนที่บอกกับนักศึกษาอยู่เสมอว่า เราทุกคนมี 1 สมอ 2 มือเท่ากัน เพราะฉะนั้นไม่มีอะไรที่เราทำไม่ได้ เว้นแต่เราไม่ทำเท่านั้น การมาเป็นอาจารย์ก็เป็นอีกบทบาทหนึ่งที่ทำให้เราดูเป็นผู้คงแก่เรียน แต่ไม่ใช่เลยถือเป็นคนอยากเรียนรู้เพิ่มเติมมากกว่าเพื่อนำไปถ่ายทอดต่อไป พยาบาลคือ คนสำคัญสำหรับคนไข้เสมอ หากเราใส่ใจ ดูแลคนไข้ด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ที่มีอยู่ในตัวเรา เราสามารถเดินเคียงข้างแพทย์ได้อย่างภาคภูมิใจอย่างแน่นอนคะ 

# What did you gain from the student exchange program?



วิษณุพล เตชะสวัสดิ์วิทย์ (จัด)

นักเรียนแลกเปลี่ยน GIE รุ่น 9  
Massachusetts, USA  
โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา

"การที่ได้ไปโครงการแลกเปลี่ยนกับ GIE ทำให้จัดมีโอกาสได้ลองทำในสิ่งใหม่ๆที่ยังไม่เคยทำ และอาจจะไม่มีโอกาสได้ทำ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการศึกษาซึ่งบางอย่างก็ไม่สามารถหาได้ที่เมืองไทย เป็นประสบการณ์ที่ผมจะไม่มีวันลืมเลยครับ"



นันทน์กมล ชัชวาลา (เต็ก)

นักเรียนแลกเปลี่ยน GIE รุ่น 10  
Pennsylvania, USA  
โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า

"ได้ประสบการณ์ใหม่ๆ ได้พบผู้คนที่หลากหลาย เรียนรู้ในการใช้ชีวิตและปรับตัวให้เข้ากับคนอื่น การที่ได้มาใช้ชีวิตอยู่ที่อเมริกาแบบนี้ ทำให้เด็กเข้าใจวัฒนธรรมและความคิดของคนอเมริกันมากขึ้นเยอะเลยล่ะ"



ชายกฤต อุษย (เจมส์)

นักเรียนแลกเปลี่ยน GIE รุ่น 10  
California, USA  
โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย

"ผมเข้าใจในการใช้ชีวิตมากขึ้น ได้ฝึกการใช้ชีวิตอยู่ตัวคนเดียวในต่างแดน ทำให้ต้องรู้จักดูแลความเป็นระเบียบของชีวิตตัวเอง ทำให้เมื่อกลับมาความคิดเราจะเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น"



วิกานต์ น้อมระวี (แตงโม)

นักเรียนแลกเปลี่ยน GIE รุ่น 10  
Nebraska, USA  
โรงเรียนเซนต์ฟรังซิสซาเวียร์คอนแวนต์

"ภาษาอังกฤษของแตงโมดีขึ้นมากเลยล่ะ จากตอนแรกที่ยังฟังไม่ค่อยเข้าใจ ตอนนี้ก็ดีขึ้นแถมสามารถพูดจาสื่อสารได้อย่างคล่องแคล่วตอนนี้ มีเพื่อนเยอะแยะเลยล่ะ"



GIE Education ที่อยู่ 889 อาคารไทยซีซีทาวเวอร์ ชั้น 7 ถ.สาทรใต้  
โทร. 02-675-5899 โทรสาร 02-675-5278 [www.giethailand.com](http://www.giethailand.com)

**เปิดรับสมัคร!**

# GIE Exchange Student 2013

## โครงการนักเรียนแลกเปลี่ยน รุ่นที่ 11



เปิดรับสมัครสอบแข่งขันชิงทุนโครงการนักเรียนแลกเปลี่ยน GIE รุ่นที่ 11 เพื่อเป็นตัวแทนไปศึกษาต่อและเผยแพร่วัฒนธรรมที่ต่างประเทศกว่า 10 ประเทศทั่วโลก โดยโครงการของ GIE ได้รับการรับรองมาตรฐานอย่างเป็นทางการจาก CSIET (Council on Standards for International Educational Travel) จึงทำให้มั่นใจในคุณภาพได้อย่างเต็มที่

**โดยมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้**

1. อายุระหว่าง 15 - 18 ปี ณ วันเดินทาง (1 สิงหาคม 2556)
2. พร้อมเปิดรับประสบการณ์ใหม่ๆ ให้กับชีวิต มีไหวพริบ แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี
3. กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3-4-5 หรือเทียบเท่า
4. มีผลการเรียนเฉลี่ยสะสม (GPA) ไม่ต่ำกว่า 2.50
5. มีผลการเรียนรายวิชาทุกวิชาต้องไม่ต่ำกว่า 2.00



**จำนวนทุนของแต่ละประเทศ รวม 200 ทุน**



ประเทศสหรัฐอเมริกา  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศสเปน  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศเยอรมันนี  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศสวีเดน  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศอังกฤษ  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศสวิตเซอร์แลนด์  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศออสเตรีย  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศฮังการี  
จำนวน 20 ทุน



ประเทศเนเธอร์แลนด์  
จำนวน 20 ทุน

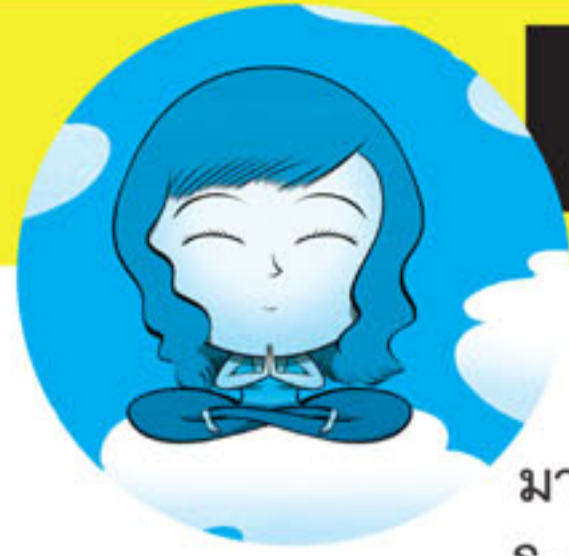


ประเทศสกอตแลนด์  
จำนวน 20 ทุน

**โอกาสสุดท้ายสำหรับน้องๆ ที่สนใจ ทุนนักเรียนแลกเปลี่ยนเยาวชน GIE**  
**สมัครออนไลน์ได้แล้ววันนี้ที่ [www.giethailand.com](http://www.giethailand.com)**



**GIE Education** ที่อยู่ 889 อาคารไทยซีซีทาวเวอร์ ชั้น 7 ก.สาทรใต้  
**โทร. 02-675-5899 โทรสาร 02-675-5278 [www.giethailand.com](http://www.giethailand.com)**



# HOROSCOPE

BY P' DUO

สวัสดีคะน้องๆ ชาว Pre-Freshy เห็นข่าวจากกรมอุตุนิยมวิทยาบอกว่าจะเข้าหน้าหนาวแล้ว (เย่!!) พี่ Duo ชอบหน้าหนาวคะ ก็เพราะมันโรแมนติกนี่ เหมาะสำหรับผู้ที่ยังคิดถึงความรักอย่างพี่ Duo เลยคะ ^\_\_^

## MONDAY คนที่เกิดวันจันทร์

ช่วงนี้มีเกณฑ์ว่าเธออาจต้องทำทนาย อุปรรรคกันสักหน่อยคะ เพราะพักนี้อาจมีปัญหายุ่งๆ ทำให้เธอเครียดหรือกังวลใจได้ พี่ Duo อยากให้เธอค่อยๆ คิด ตั้งสติก่อนคะ เธอต้องอย่าท้อถอยเป็นอันขาดคะ แล้วความสำเร็จจะมาหาเธอแน่นอน และที่สำคัญเธอยังมีพี่ Duo คอยเป็นกำลังใจให้เสมอ

## THURSDAY คนที่เกิดวันพฤหัสบดี

สิ่งที่เธอพยายามมา มันเริ่มส่งผลดีๆ กับเธอแล้วคะ เออ..แล้วอีกอย่างขอบอกว่า ช่วงนี้อาจจะมีเกณฑ์ที่ต้องเดินทางนะคะ อาจไปเรียน หรือไปเที่ยว แต่อย่างไรที่ประทับใจสนุกสนานแน่นอนคะ (พี่ Duo ละอยากไปด้วยจริงๆ) และเรื่องความรักเองก็มีเกณฑ์สุขสมหวังแฮปปี้คะ

## TUESDAY คนที่เกิดวันอังคาร

เอ...ช่วงนี้ตกหลุมรักใครอยู่หรือเปล่าคะ เพราะมีเกณฑ์ว่าคนที่เธอหมายปองอยู่นั้น เธอต้องลองดูดีๆ แล้วคะว่าเขามีเจ้าของหัวใจอยู่ก่อนเราหรือไม่ อย่าไปเป็นมือที่สามเลยคะ มันไม่แฮปปี้หรอก พี่ Duo ขอเตือน และสำหรับเรื่องการเรียนเอง เธอน่ารักมากสำหรับเรื่องนี้ บอกได้คำเดียวว่าเยี่ยม

## FRIDAY คนที่เกิดวันศุกร์

ช่วงนี้อาจต้องหลบไปพักผ่อนเพื่อทบทวนสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับชีวิต เลยอาจทำให้ห่างหายจากเพื่อนฝูงไปบ้าง แต่ไม่ต้องเป็นห่วงคะ เพราะเพื่อนกันยังรักกันดีเสมอคะ ถึงโอกาสที่ทบทวนชีวิต และจัดระบบความคิดของเธอ เพื่อต้อนรับสิ่งที่ดีๆ ที่กำลังจะเข้ามาในชีวิต พี่ Duo เอาใจช่วยคะ

## SUNDAY คนที่เกิดวันอาทิตย์

ฮอตสุดทั้งเรื่องการเรียน และยิ่งเด่นในเรื่องความรัก ก็คนข้างกายคนนั้นสิ (ทำตัวน่ารักเป็นที่สุดคะ) และสำหรับใครที่ช่วงนี้หัวใจห่อเหี่ยวมานาน ก็มีแววที่จะกลับมาสดใสอีกครั้ง เพราะมีเกณฑ์จะตกหลุมรักเข้าอย่างจังอีกครั้งนะ แต่อย่างไรพี่ Duo ก็ไม่อยากให้เธอหมกมุ่นเรื่องนี้มากเกินไปคะ

## WEDNESDAY คนที่เกิดวันพุธ

หลายสิ่งกำลังเข้าที่เข้าทางหลังการเปลี่ยนแปลง ชาวดีกำลังเดินทางมาหาเธอคะ พี่ Duo อยากให้เธออดทนรออีกสักนิด และสำหรับเรื่องความรักพักไว้ก่อนนะ ช่วงนี้เธอต้องเน้นหนักในเรื่องเรียนว่าต้องมาเป็นทีหนึ่งนะคะ ขอให้เธอตั้งใจเรียนเพื่ออนาคตที่ดีของเธอเองคะ สู้ๆ ค่ะ

## SATURDAY คนที่เกิดวันเสาร์

ช่วงนี้เธอไม่ค่อยสดใสเลย เธอเป็นว่าสิ่งที่เธอกำลังเครียดๆ อยู่นั้น พี่ Duo ไม่อยากให้เธอคิดมากอีกนะ เธอลองปรับเปลี่ยนความคิดดูคะ พยายามคิดบวกเยอะๆ มันได้ผลจริงๆ ทั้งเรื่องเรียน เรื่องความรัก ลองดูคะ พี่ Duo เอาใจช่วยคะ พอตักคนคิดดีแล้ว เรื่องดีอื่นๆ จะตามมาคะ

### advertorial

by:  **accademia italiana**  
FASHION & DESIGN INSTITUTE

The best  
fashion and design  
school in Thailand.



ถ้าพูดถึงประเทศอิตาลีทุกคนจะต้องนึกถึงแบรนด์ที่มีชื่อเสียงต่างๆ ทั้งหลาย เช่น Gucci, Alexander McQueen, Versace, D&G ฯลฯ ซึ่งเป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่า อิตาลีเป็นประเทศที่มีชื่อเสียงวัฒนธรรมทางด้านแฟชั่นและดีไซน์ และเป็นประเทศที่สร้างแรงบันดาลใจให้กับกลุ่มนักออกแบบหรือแฟชั่นดีไซน์ชื่อดังทั้งหลาย ซึ่งจะได้จากตัวอย่างเช่น ดีไซน์เนอร์ และแบรนด์เสื้อผ้าทั้งหลายส่วนใหญ่มาจากประเทศอิตาลี ซึ่งรวมไปถึงการออกแบบตกแต่งภายใน กราฟฟิคดีไซน์ และเป็นประเทศเดียวที่มีสถาบันสอนทางด้านแฟชั่นและดีไซน์ที่มีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับมากที่สุดในโลกเลยทีเดียว ในแต่ละปีจะมีผู้คนจากหลายประเทศได้เดินทางไปเพื่อเรียนหรือศึกษาต่อที่ประเทศอิตาลีเกี่ยวกับด้านแฟชั่นและดีไซน์ และหนึ่งในนั้นก็มีเด็กไทยไปเรียนอยู่ไม่น้อยเช่นกัน

แต่ตอนนี้ไม่ต้องไปถึงอิตาลีคุณก็สามารถเรียนคอร์สด้านแฟชั่นและดีไซน์ได้แล้ว ในกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีสถาบันด้านแฟชั่นและดีไซน์ตรงจากประเทศอิตาลีได้มาเปิดสาขาในเมืองไทยแล้ว เปิดสอน 3 คอร์สด้วยกันคือ Fashion design, Interior & Product design และ Graphic design สำหรับผู้ที่สนใจเรียนหรือศึกษาต่อด้านแฟชั่นและดีไซน์จะได้รับความรู้และทักษะต่างๆ เทียบเท่ากับไปเรียนสถาบันในประเทศอิตาลี

ติดตามความเคลื่อนไหวการประกวด KPN Award ครั้งที่ 22 กับ



**KPN AWARD**  
22<sup>nd</sup>  
THE BATTLE SERIES

เต็มอิ่มตลอด 3 ชั่วโมงกับการร่วมรับชมเทปบันทึกภาพการแข่งขัน KPN Award ครั้งที่ 22 ทุกวันอาทิตย์ เวลา 19.00 น.



อัปเดตและเจาะลึกแบบสดๆ ให้ได้รู้เรื่องราวการประกวด KPN Award ครั้งที่ 22 ก่อนใครกับรายการ KPN Close to you ทุกวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 21.00 น.



ติดตาม lifestyle การใช้ชีวิตและการฝึกซ้อมของพี่เข้าประกวด KPN Award ครั้งที่ 22 แบบใกล้ชิดและเป็นกันเองสุดๆ กับรายการ Star Upload ทุกวันพุธ เวลา 22.00 น.

The Artist Series

ร่วมเดินทางไปกับรายการประกวด KPN Award ครั้งที่ 22 ตั้งแต่ก้าวแรก จนถึงก้าวสุดท้ายของการค้นหานักแสดงคุณภาพที่คุณไม่เคยได้สัมผัสที่ไหนกับรายการ The Artist Series ตลอดทั้งเดือนพฤศจิกายน.

## ช่องทางการชม

- ▶ เคเบิลทีวีไทยทั่วประเทศ
- ▶ กล้อง GMM Z ช่อง 8 และ 23
- ▶ IPTV ทาง 3BB ช่อง 21
- ▶ ออนไลน์ [www.myplaychannel.com](http://www.myplaychannel.com)



จาน PSI ช่อง 170 / DTV ช่อง 29 / Infosat + ideasat + Leotech + Thaisat ช่อง 92 / Dynasat ช่อง 42.

www.aithai.co.th

FIRENZE - ROMA - BANGKOK

# ACCADEMIA ITALIANA

FASHION & DESIGN INSTITUTE

THE BEST  
DESIGN  
SCHOOL  
IN THE  
UNIVERSE



ACADEMIC COURSES\* (Bachelor of Art)  
Fashion Design  
Interior and Product Design  
Graphic Design

\*Degrees validated and awarded by



University of Wales  
Prifysgol Cymru

 **accademia  
italiana**

FASHION & DESIGN INSTITUTE

998 Soi Sukhumvit 55, Klongtan  
Vadhana, Bangkok 10110  
tel: 023919103