ARIT Newsletter
จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์
สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ
มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
http://arit.chandra.ac.th
ปีที่ 3 ฉบับที่ 5 ประจำเดือน มิถุนายน 2559

ในวโรกาสมหามงคลเฉลิมฉลองครองสิริราชสมบัติ ครบ 70 ปี ของ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ในวันที่ 9 มิถุนายน 2559 ข้าพระพุทธเจ้าสำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ขอน้อมถวายพระพรชัยมงคล ขอพระองค์จงทรงพระเจริญยิ่งยืนนานเท อญ ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อมขอเดชะ

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ จัดประชุมเชิงปฏิบัติการ

เมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2559 ที่ผ่านมา สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ได้จัดโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่องการจัดทำแผนปฏิบัติการและแผนการใช้จ่ายงบประมาณ 2560 และศึกษาดูงาน ณ ห้องประชุมพิมานจันทร์ 1 ชั้น 12 อาคารสำนักงานอธิการบดี

แจ้งข่าว .... ห้องปฏิบัติการคอมพิวเตอร์ปิดให้บริการ

เนื่องจากคอมพิวเตอร์ที่ให้บริการเป็นเครื่องเช่าระยะเวลา 3 ปี ซึ่งหมดสัญญาไปเมื่อวันที่ 30 ธันวาคม 2558 ขณะนี้มหาวิทยาลัยอยู่ในระหว่างดำเนินการจัดหาผู้ให้เช่าคอมพิวเตอร์

***** งานเทคโนโลยีสารสนเทศ สำนักวิทยบริการฯ จึงขออภัยมา ณ ที่นี้ด้วย *****

Research...บริการช่วยค้นคว้างานวิจัย

เป็นบริการที่ช่วยเหลือผู้ทำวิจัย ในการค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องที่กำลังศึกษาวิจัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเหลือผู้ใช้ให้สามารถเข้าถึงแหล่งสารสนเทศได้อย่างรวดเร็วและสมบูรณ์

การให้บริการ

1. บริการรวบรวมรายการบรรณานุกรมในเรื่องที่กำลังศึกษา วิจัย จากฐานข้อมูลออนไลน์ ฐานข้อมูล E-Book ฐานข้อมูลวิทยานิพนธ์อิเล็กทรอนิกส์ (TDC) และฐานข้อมูลอื่นๆ
2. บริการจัดทำดรรชนีวารสารที่ห้องสมุดบอกรับ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย
3. บริการจัดทำสาระสังเขปที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ทำการวิจัย
4. บริการแนะนำการเขียนอ้างอิงให้กับผู้ใช้บริการสามารถเขียนการอ้างอิงในงานวิจัยและถูกต้องตามรูปแบบที่มหาวิทยาลัยกำหนด

หมายเหตุ

- บริการรวบรวมรายการบรรณานุกรมและจัดทำสาระสังเขป จะจัดส่งให้กับผู้ใช้บริการทางอีเมล์ภายใน 7 วัน
- บริการแนะนำการเขียนอ้างอิง ให้บริการที่โต๊ะบริการตอบคำถามและช่วยค้นคว้า ชั้น 2 และชั้น4 หรือทางอีเมล์

ติดต่อสอบถามเพิ่มเติม : งานบริการตอบคำถามและช่วยค้นคว้า ฝ่ายวิทยบริการ สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ

Tel. 0-29426900-99 ต่อ 1719

หนังสือน่าอ่าน

BOOK

ปรุงรักมัดหัวใจ

น

ห 334 ป

อ่านใจคนได้ใน 1 นาที

153.6

ล 981 อ

มีเหตุผลที่พระเจ้ายังให้เราหายใจ

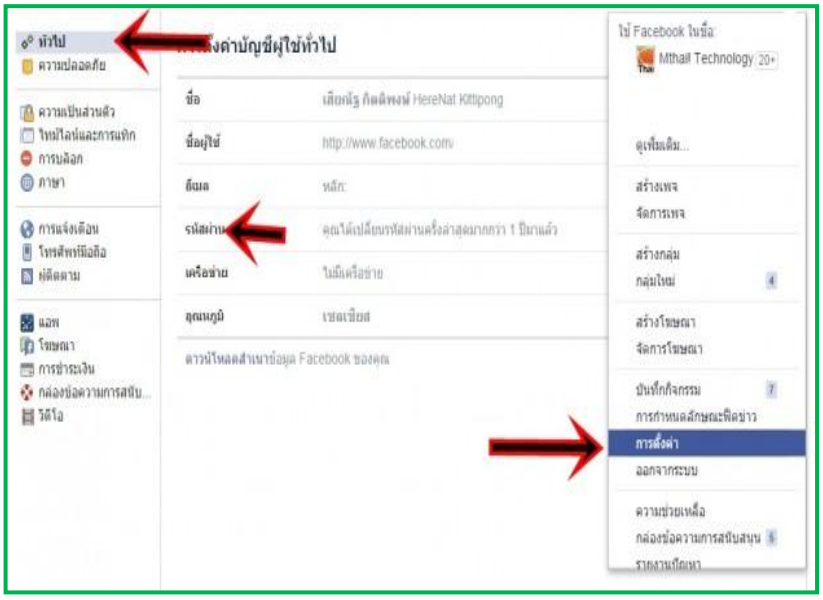
158.1

ส 223 ม

IT…Knowleage

วิธีแก้ไข ไวรัส Facebook โพสต์ลิงค์เอง หรือภาพ 18+ในกลุ่ม

ช่วงนี้ตามกลุ่ม Facebook คงจะเห็นโพสต์แปลกๆ จากเพื่อนของคุณอย่างเช่น “วิดีโอใหม่สุดฮอตของ maria ozawa 2016” “ร้อน ร้อน …. ความลับของความรักออนไลน์” หรือ “เพื่อนบ้านแอบคลิปคือ “หมกมุ่น” มองความสุขมาก” ซึ่งแน่นอนว่า โพสต์ลักษณะนี้เรามั่นใจได้เลยว่าเพื่อนเราไม่โพสต์อย่างแน่นอน แต่สิ่งที่โพสต์นั้นมันคือ ไวรัส (หรือมัลแวร์) ครับ และหากเราเผลอไปกดที่ลิงค์นั้น แน่นอนว่าเราก็อาจจะโดนไวรัสนั้นเล่นงาน และมันจะใช้ชื่อของเราไปโพสต์ลิงค์นั้นต่อไปเรื่อยๆ ซึ่งปัญหานี้ ขอเสนอวิธีแก้ไขง่ายๆ ดังนี้ครับ **ขั้นแรก เปลี่ยนรหัสผ่าน Facebook โดยด่วน**



เปลี่ยนรหัสผ่าน Facebook โดยด่วน โดยให้ไปที่ **การตั้งค่า >> ทั่วไป >> รหัสผ่าน** จากนั้นก็เปลี่ยนรหัสผ่านใหม่ที่สามารถคาดเดาได้ยาก และที่สำคัญที่สุด คุณก็ต้องห้ามลืมรหัสผ่านนี้นะ

Credit : http://tech.mthai.com/software/56039.html

ข่าวจาก Admin Network

งานเทคโนโลยีสารสนเทศ ได้เปิดให้บริการบัญชีผู้ใช้งานแก่ นิสิต อาจารย์ และบุคลากรของมหาวิทยาลัย เพื่อใช้สำหรับเข้าถึงระบบสารสนเทศ ระบบเครือข่าย และบริการด้านต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย ซึ่งประกอบด้วยชื่อบัญชีผู้ใช้ และรหัสผ่าน โดยปัจจุบันให้บริการบัญชีผู้ใช้งานด้วยกัน 2 รูปแบบ คือ บัญชีผู้ใช้เครือข่ายอินเตอร์เน็ต (INTERNET ACCOUNT) และบัญชี CRU-Google (ในโครงการ Google for Education) ในรูปแบบ @chandra.ac.th สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 2933

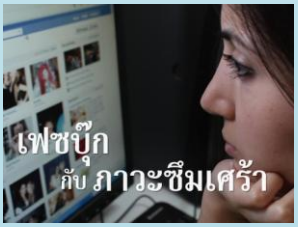
MIS แจ้งข่าว

อาจารย์และเจ้าหน้าที่ ที่ยังไม่มี User & Password ตรวจสอบเวลาเข้า-ออกปฏิบัติงาน หรือเงินเดือน สามารถติดต่อขอได้ที่ งานเทคโนโลยีสารสนเทศ ชั้น 2 อาคาร ๒๙ หรือสามารถดาวโหลดแบบขอ User & Password ได้ที่ http://www.chandra.ac.th/th/IT-nf.php

ปัญหาของชาวโซเชียล เฟซบุ๊ก กับภาวะซึมเศร้า

ปัญหาของชาวโซเชียล เฟซบุ๊กกับภาวะซึมเศร้า โดย ศิริพงษ์ วิทยวิโรจน์ เทศกาลสงกรานต์เวียนมาบรรจบกันอีกครั้ง คนส่วนใหญ่มีวันหยุดยาว จำนวนมากคงออกเดินทางไปเที่ยวหรือไปร่วมฉลองสงกรานต์กัน เป็นเวลาที่มีกิจกรรมอย่างอื่นๆ นอกบ้านกัน เคยสังเกตอยู่เหมือนกันว่าในช่วงวันหยุดหลายๆ วันแบบนี้ ความเคลื่อนไหวต่างๆ บนโซเชียล เน็ตเวิร์ก อย่างเช่นเฟซบุ๊กจะลดลงอย่างมีนัยสำคัญ ความถี่ในการโพสต์การแชร์อะไรต่อมิอะไรลดลงไปบ้าง อาจจะถือเป็นเรื่องดีที่ได้ละจากโซเชียลเน็ตเวิร์กกันบ้าง อย่างน้อยก็ลดลงเพราะช่วงแบบนี้เอาเวลาไปทำอย่างอื่นกันมากขึ้น เพราะพูดกันตามตรงปัญหาสุขภาพจิตกับเฟซบุ๊กมันเคียงคู่กันมา เช่น การเกิดภาวะซึมเศร้า เป็นต้น มีผลการศึกษาหลายต่อหลายชิ้นชี้ให้เห็นเรื่องนี้ เมื่อเร็วๆ นี้มีผลการศึกษาใหม่ล่าสุดอีกชิ้นตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารจิตวิทยาสังคมและคลินิก (Journal of Social and Clinical Psychology) ที่ไม่เพียงชี้ให้เห็นว่าภาวะซึมเศร้ากับเฟซบุ๊กเป็นสิ่งที่ควบคู่กันมาเท่านั้น แต่องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้เกิดภาวะอันไม่พึงปรารถนาดังกล่าวคือการเปรียบเทียบทางสังคม นักวิจัยแห่งมหาวิทยาลัยฮุสตันสอบถามกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊ก ดูแนวโน้มการเปรียบเทียบทางสังคมที่กลุ่มตัวอย่างใช้เมื่อเข้าเฟซบุ๊ก เทียบกับความถี่ในการเกิดภาวะซึมเศร้า ผลลัพธ์ที่ได้มาก็คือ คนใช้เฟซบุ๊กมากกว่า ก็จะพบว่ามีอาการซึมเศร้าเกิดขึ้นมากกว่า และสื่อกลางที่นำไปสู่อาการเช่นนั้นคือการเปรียบเทียบทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นการเปรียบเทียบกับผู้ที่เหนือกว่า ด้อยกว่า หรือเสมอกัน

ที่ใช้เฟซบุ๊กแล้วเกิดอาการซึมเศร้าก็เพราะเข้าไปแล้วก็จะทำการเปรียบเทียบกับคนอื่นๆ จากเนื้อหาต่างๆ ที่คนอื่นโพสต์เอาไว้ การเปรียบเทียบกับคนอื่นๆ แล้วนำไปสู่ภาวะสุขภาพจิตอันไม่พึงปรารถนา ไม่ว่าจะเป็นความโกรธ หงุดหงิด อิจฉาริษยา หรือถึงขั้นซึมเศร้านั้น ที่จริงแล้วไม่ใช่เรื่องแปลก เป็นเรื่องที่พอรู้กันอยู่ว่ามันก็เกิดขึ้นอยู่ในชีวิตประจำวันโดยทั่วไปอยู่แล้ว แม้ไม่มีสิ่งที่เรียกว่าเฟซบุ๊กหรือโซเชียล เน็ตเวิร์กอยู่ในโลกนี้เลยก็ตาม แต่การวิจัยพบว่าคนใช้เฟซบุ๊กมีแนวโน้มจะเกิดอาการมาก อาการที่เกิดขึ้นนั้นมาจากเมื่อใช้แล้วก็เกิดการเปรียบเทียบกันคนอื่นๆ ตามมา ยิ่งใช้มากโอกาสเกิดก็ยิ่งมาก การเปรียบเทียบทางสังคมเป็นเรื่องที่อดไม่ได้สำหรับปุถุชนทั้งหลาย ลองถามตัวเองกันดูก็ได้ว่าเคยเห็นสิ่งที่เพื่อนๆ โพสต์บนเฟซบุ๊กแล้วเกิดการเปรียบเทียบกับตัวเองบ้างไหม ใครตอบว่าไม่เคย สันนิษฐานได้เลยว่าโกหก จากผลงานวิจัยชิ้นนี้ทำให้มีข้อแนะนำว่า ถ้าใครใช้เฟซบุ๊กหรือโซเชียล เน็ตเวิร์กอื่นๆ ทั้งหลายแล้วเกิดอารมณ์บ่จอยค่อนข้างถี่ ให้ระลึกไว้เลยว่าควรจะถอยห่างออกจากมันได้แล้ว พร้อมๆ กับการไปฝึกจิตให้มั่นคง หาหนทางเคารพนับถือตัวเองให้มากขึ้นมากๆ รู้จักเปรียบเทียบในเชิงบวกให้เป็น ไม่ใช่เอาแต่ถ่มถุยตัวเองไม่หยุดหย่อน หากทำไม่ได้ เลิกเล่นไปเลยก็เป็นวิธีหนึ่งในการรักษาสุขภาพจิตตัวเองไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนที่มีแนวโน้มเกิดภาวะซึมเศร้าง่ายๆ ช่วงเทศกาลสงกรานต์ถือเป็นโอกาสอันดีที่จะละจากหน้าจอคอมพิวเตอร์ออกไปฉลองกับชาวบ้านชาวช่องเขา ออกไปแล้วก็ให้มือห่างจากโทรศัพท์มือถือด้วย เพราะขืนเอาออกมาจิ้มๆ ไม่ดูตาม้าตาเรือ โดนสาดน้ำเข้าไปมันอาจพังได้ จะยิ่งทำให้ซึมเศร้าหนักขึ้นอีก ที่มา มติชนออนไลน์



อ่านเพิ่มเติมได้ที่ : http://www.kroobannok.com/article-74614-ปัญหาของชาวโซเชียล-เฟซบุ๊กกับภาวะซึมเศร้า.html

ที่ปรึกษา อาจารย์ เกียรติพงษ์ ยอดเยี่ยมแกร ผศ.อำนาจ สวัสดิ์นะที อาจารย์ ดารัด มุกดาอุดม นางสาวจันทิมา ชุลีกราน
บรรณาธิการ นางยุตะนันท์ ไชยพร รองบรรณาธิการ นางสาวอัญชนา ธาตุบุรมย์ กองบรรณาธิการ นางสาวรัชนี ตันพันเลิศ นายสมพร ดวงเกษ นายกฤษฎา พูลยรัตน์ นางสาวดารัณ ดอนหัวล่อ นางสาวทรรศนีย์ ผู้ชูจันทร์ นายพิสิษฐ์ ผอูนรัตน์ นางสาวศุภวาร แย้มประยูร นางกันยารัตน์ ภาคาเขตร์
จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์ จัดทำโดย สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม โทร 0-2942-6900 ต่อ 1707