

ปีที่ 8 ฉบับที่ 88 เดือนกันยายน พ.ศ. 2556

งานวิจัย มธบ.

“การศึกษาความพร้อมและการเตรียมตัวทางการศึกษาของประเทศสมาชิกอาเซียนเพื่อรองรับการรวมตัวกันเป็น
ประชาคมอาเซียนในปีพุทธศักราช 2558”

“A Study of Educational Readiness and Preparation of The Selected Nine ASEAN Member States in Response to ASEAN
Integration By 2015 A.D.”

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์หลักสองประการคือ (1) เพื่อวิเคราะห์ความพร้อม (Readiness) และการเตรียมตัว (Preparation) ของประเทศสมาชิกอาเซียนด้านการศึกษา (Education) เป็นการศึกษาโดยภาพรวม (Overview) ของแต่ละชาติสมาชิก โดยเลือกศึกษา 9 ชาติสมาชิกอาเซียน อันได้แก่ บรูไน ดารุสซาลาม กัมพูชา อินโดนีเซีย มาเลเซีย พม่า ลาว ฟิลิปปินส์ สิงคโปร์และเวียดนาม ของชาติสมาชิกทั้งเก้า โดยพิจารณาจากโมเดล EKSA ที่สร้างขึ้นโดยผู้วิจัย เพื่ออธิบายการถึงความพร้อมและการเตรียมตัวทางการศึกษาเพื่อเข้าสู่ประชาคมอาเซียน โมเดล EKSA แบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ ภาษาอังกฤษ (English) ความรู้เกี่ยวกับประชาคมอาเซียน (Knowledge of Asean Community) ทักษะอาเซียน (Asean Skills) และ เจตคติต่ออาเซียน (Attitudes Towards Asean Integration) (2) คือเพื่อเปรียบเทียบความเหมือนและแตกต่าง (Similarities and Differences) ตลอดจนแนวทางในการรับรู้และจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นจากการพยายามร่วมกันสร้างชุมชนในระดับนานาชาติ (Regionalization) ระหว่างกลุ่มประเทศของสมาคมประชาชาติแห่งเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (ASEAN) กับกลุ่มประเทศสหภาพยุโรป (European Union: EU)

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ ประจำปี พ.ศ. 2554 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยข้อมูลในการวิเคราะห์ได้มาจากการเก็บรวบรวมข้อมูลที่เป็นตัวบท (Texts) จากเอกสาร (Documents) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interviews) และข้อมูลจากการประชุมที่เกี่ยวข้องกับการสร้างประชาคมอาเซียน

ผลการวิจัยพบว่า ประเทศสมาชิกทั้งเก้าของอาเซียนข้างต้นมีระดับความพร้อมและการเตรียมตัวทางการศึกษาเพื่อเข้าสู่ประชาคมอาเซียนแตกต่างกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งความพร้อมทางด้านภาษาอังกฤษ โดยสิงคโปร์ ฟิลิปปินส์ มาเลเซียและบรูไน มีความพร้อมทางด้านภาษาอังกฤษในระดับที่สูงกว่าสมาชิกอีกห้าชาติ สมาชิกอาเซียนที่มีระดับการพัฒนาทางเศรษฐกิจในระดับที่ต่ำกว่า อันได้แก่ พม่า ลาว กัมพูชา ฟิลิปปินส์ อินโดนีเซีย และเวียดนาม มีเจตคติในทางบวกต่อการร่วมกันสร้างประชาคมอาเซียนเนื่องจากประชาชนจะได้ประโยชน์ในการสร้างกลุ่มทางเศรษฐกิจกว่าครึ่งของอาเซียนยังเป็นประเทศที่รับความช่วยเหลือจากต่างชาติอยู่ ในขณะที่สมาชิกของอาเซียนส่วนใหญ่เป็นประเทศผู้บริจาค (Donors) อาเซียนมีช่องว่างของการพัฒนาทางเศรษฐกิจของชาติสมาชิกที่สูงกว่า สหภาพยุโรปหรืออาเซียน ระดับการพัฒนาทางการศึกษา ระบบและกลไกของความร่วมมือทางการศึกษาของอาเซียนมีความชัดเจนกว่าอาเซียน นโยบายทางด้านภาษาของอาเซียนแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด อาเซียนระบุเอาไว้ในกฎบัตรอาเซียนว่าภาษาอังกฤษคือภาษาที่ใช้ในการทำงานของอาเซียน (Working Language) แต่อาเซียนเน้นการศึกษา ด้านหน้าที่พลเมือง (Civic Education) เน้นการมีส่วนร่วมทางการเมือง สิทธิและหน้าที่พลเมืองแบบตะวันตก ในขณะที่หลายชาติในอาเซียนยังคงเน้นการศึกษาเพื่อสร้างอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของตน ทั้งอาเซียนและอาเซียนต่างมุ่งสร้างสันติภาพและความมั่นคงร่วมกันของชาติสมาชิก

ที่มา : อาจารย์ ดร. จันทร์พา ทักภูธร, คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์

ข่าวประชาสัมพันธ์

- ขอเชิญผู้สนใจเข้าร่วมเสวนา “แลกเปลี่ยนเรียนรู้การประเมินโครงการอย่างไรให้แตกต่าง” ในวันพุธที่ 13 พฤศจิกายน 2556 เวลา 09.00-12.00 น. ณ ห้องประชุมสังจา 1 อาคารสำนักอธิการบดี โดย รองศาสตราจารย์ ดร.สรชัย พิลาบุตร
- ขอเชิญผู้สนใจเข้าร่วมโครงการอบรมวิจัยในชั้นเรียน ในวันพุธที่ 20 พฤศจิกายน 2556 ณ ห้องประชุม 3-1 อาคารสำนักอธิการบดี (รับจำนวนจำกัด 20 ท่านเท่านั้น) ผู้สนใจสำรองที่นั่งได้ที่ ศูนย์วิจัย โทร.187

การดื่มน้ำแอปเปิลอาจช่วยเพิ่มการสร้างของสารสื่อประสาทในสมองที่มีชื่อว่า อะซิทิลโคลีน (Acetylcholine) ซึ่งเป็นตัวกำหนดความสามารถในการเรียนรู้และความทรงจำ จึงช่วยชะลอภาวะสมองเสื่อมได้

บรรดาผู้ที่ติดตามข่าวคราวทางสุขภาพคงเคยได้ยินประโยคที่ว่า *An apple a day keeps the doctor away* ซึ่งเปรียบสรรพคุณของแอปเปิลว่า การรับประทานแอปเปิลเพียงวันละผลสามารถทำให้ห่างไกลจากหมอหรือไม่ต้องไปหาหมอ ทั้งนี้เนื่องมาจากมีงานวิจัยหลายชิ้นกล่าวถึงประโยชน์มากมายของแอปเปิล ทั้งบำรุงหัวใจ ลดโคเลสเตอรอล ลดความดัน ควบคุมปริมาณน้ำตาลในเลือด ลดความอยากอาหารและต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งอาจช่วยลดการถูกโรคร้ายทั้งหลายคุกคาม และล่าสุดพบว่าการดื่มน้ำแอปเปิล ยังอาจช่วยเสริมความจำ และป้องกันภาวะสมองเสื่อม หรือโรคอัลไซเมอร์ในผู้สูงอายุได้



จากการศึกษาวิจัยในสัตว์ทดลองของ University of Massachusetts Lowell (UML) เผยว่าการ ดื่มน้ำแอปเปิลอาจช่วยเพิ่มการสร้างของสารสื่อประสาทในสมองที่มีชื่อว่า อะซิทิลโคลีน (Acetylcholine) ซึ่งเป็นตัวกำหนดความสามารถในการเรียนรู้และความทรงจำ จึงช่วยชะลอภาวะสมองเสื่อมได้ ปกติแล้วสารสื่อประสาททั้งหลาย รวมทั้งสารอะซิทิลโคลีน เป็นสารเคมีที่ถูกสร้างและหลั่งมาจากเซลล์ประสาทเพื่อส่งต่อไปยังเซลล์ประสาทข้างเคียง เหมือนเป็นการส่งสัญญาณระหว่างเซลล์ประสาทด้วยกัน ในการควบคุมการทำงานของทุกส่วนในร่างกาย ตั้งแต่การนั่ง นอน ยืน เดิน รับประทาน รู้สึกและสัมผัส รวมถึงการนึกคิด

ก่อนหน้านี้มีงานวิจัยเผยว่า โรคอัลไซเมอร์เป็นโรคที่เกิดจากการเสื่อมของเซลล์สมอง จนก่อให้เกิดความบกพร่องทางความทรงจำ การตัดสินใจหรือการใช้เหตุผล โดยมักมีอาการหลงลืม ลับสนหรืออารมณ์แปรปรวน ซึ่งส่วนใหญ่มักเกิดกับผู้สูงอายุ นั้น จะมีปริมาณของสารอะซิทิลโคลีนในสมองน้อยกว่าปกติมาก อย่างไรก็ตามหากมีการเพิ่มปริมาณของสารอะซิทิลโคลีน ก็สามารถช่วยเพิ่มความทรงจำ ลดการหลงลืมและสามารถชะลอภาวะเสื่อมของสมองในผู้ที่เป็นอัลไซเมอร์ได้ นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยอีกหลายชิ้นที่เผยว่า ผักผลไม้ที่อุดมไปด้วยสารต้านอนุมูลอิสระ อย่างพวกบลูเบอร์รี่ แอปเปิลนั้น ก็มีช่วยชะลอภาวะความจำเสื่อมในผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ และยังให้ผลดีกว่าพวกอาหารเสริม หรือวิตามินที่มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระทั้งหลาย

โดยงานวิจัยนี้ได้ศึกษาในหนูทดลองปกติด้วยผู้ใหญ่ วัยชรา และหนูทดลองสายพันธุ์พิเศษ ที่มีการตัดต่อพันธุกรรม จนสามารถเกิดอาการของโรคอัลไซเมอร์ แบบเดียวกับที่เกิดในคน โดยแบ่งให้รับประทานอาหารปกติ อาหารที่ขาดสารอาหารจำเป็น หรืออาหารที่ขาดสารอาหารที่จำเป็น แต่รวมกับการดื่มน้ำแอปเปิลเข้มข้นแทนน้ำ เป็นเวลา 1 เดือน พบว่าหนูปกติ วัยชรา และหนูที่เป็นอัลไซเมอร์ ซึ่งรับประทานอาหารที่ขาดสารอาหารที่จำเป็น จะมีปริมาณของสารอะซิทิลโคลีนในเนื้อสมองลดลง แต่ปริมาณของสารนี้ก็กลับเพิ่มสูงขึ้น ในหนูที่ดื่มน้ำแอปเปิลเข้มข้นร่วมด้วย อีกทั้งเมื่อนำหนูเหล่านี้ไปทดสอบเกี่ยวกับการเรียนรู้และความจำ พบว่าหนูที่ดื่มน้ำแอปเปิลเข้มข้น จะมีพฤติกรรมการเรียนรู้ และความจำที่ดีกว่าหนูที่ไม่ดื่มน้ำแอปเปิล

จึงเป็นไปได้ว่าการ ดื่มน้ำแอปเปิลเข้มข้นอาจช่วยเสริมความจำ โดยมีผลการเพิ่มปริมาณของสารสื่อประสาทอะซิทิลโคลีน ที่ช่วยกระตุ้นความทรงจำ เพิ่มสมาธิและประสิทธิภาพการเรียนรู้ อีกทั้งช่วยชะลอความเสื่อมของสมอง อันเนื่องมาจากอายุที่มากขึ้น และลดความเสี่ยงในการเกิดโรคอัลไซเมอร์ ซึ่งน้ำแอปเปิลเข้มข้น ที่ให้หนูกินในแต่ละวัน สามารถเทียบได้กับการดื่มน้ำแอปเปิลเข้มข้นแก้วละ 8 ออนซ์ วันละ 2 แก้ว หรือเท่ากับรับประทานแอปเปิลวันละ 2-3 ลูก

ขอขอบคุณข้อมูลดีๆ จาก นิตยสาร HealthToday ที่มา : <http://healthytipstoday.exteen.com/20100219/entry>