



ข่าวประชาสัมพันธ์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๔๙-๕๐๐๐
 ภายใน ๑-๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๕๙-๖๑๗๒

ข่าวจากหนังสือพิมพ์ M2F ฉบับประจำวันที ๙ เดือนกรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๘ หน้า ๗ มูลค่าข่าว ๒๗,๐๘๑.-

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสิ่งพิมพ์ สนใจดูที่ได้ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>



นักวิชาการแนะหลักพุทธดับเครียด

รศ.ดร.ฉัฐวิณี สิทธิศิริอรุณ อาจารย์ประจำสาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) เผยว่า ปัญหาความเครียดสามารถนำหลักพุทธศาสนาและจิตวิทยาเข้ามจัดการความเครียด โดยมองความเครียดที่เกิดจากอารมณ์ จากนั้นหาสาเหตุแห่งความเครียด หาวิธีการปรับตัว และหาวิธีในการดับทุกข์ หาตัวช่วยที่ดับทุกข์นั้น

