



รับสมัครทีมงาน S2S (4 คนเท่านั้น)
คุณสมบัติเพียงพอเชิญที่ห้องแนะแนว



หาวๆๆๆ

เพื่อนๆ เคยเรียนไปหาไปกันบ้างไหมคะ ที่หาวกันอยู่หลักๆก็มาจากความง่วงนั่นแหละค่ะ ทั้งง่วงเพราะเมื่อคืนนอนดึก อากาศเย็นน่านอน เสียงคุณครูไพเราะจับกล่อมให้เคลิ้มไป หรือเมื่อสุดๆ ก่อนจะสู้อากาศจริงๆก็กลายเป็นอาการ "สัปหงกซินโดรม" ซึ่งวันนี้พวกเรามีอาการ 3 ระยะมาบอกกันค่ะ

สัปหงกซินโดรม ไม่ใช่โรคร้ายแรงค่ะ ไม่ต้องกลัวไป พบได้ในห้องเรียนเวลาเข้าไปเรียนแล้วประมาณ 20-30 นาที บางรายอาจไวกว่านั้น สังเกตได้จากอาการของผู้เรียนในห้อง แบ่งออกเป็น 3 ระยะอาการ คือ

ระยะที่ 1 - เคลิ้มๆ ขำๆ

อาการออกเล็กน้อย ตาปรือปรอยเกือบสนิท แต่ยังพยายามดึงตัวเองให้หลุดจากความง่วงที่รุมเร้า อาจจะกระพริบตาบ่อยๆ บิดตัวไปมา แต่หาวว ไม่หยุดเลย ระยะนี้ยังพอแก้ไขได้ เพราะสติยังอยู่ รู้ตัวตลอด ก็หาทางแก้ง่วงกันไป

ระยะที่ 2 - วูบหายไปหนึ่งสติ

ตอนนี้เริ่มเข้าขั้นสติหายแล้วค่ะ นื่องๆ หลายคนที่มีมองข้ามอาการในระยะแรก จะเริ่มมีอาการนี้ตามมาแล้ว เรียกว่าเริ่มเลี้ยวหาที่พึ่ง มีการเฝ้าคางยังเอาไว้จะดี พอถึงอาการหลุด หัวหลุดจากมือ หงิก!!! เหมือนจะพยักหน้าเข้าใจที่ติวเตอร์สอน เทอๆ ก็สะดุ้งตื่นขึ้นมา บางคนพอรู้สึกตัวหายง่วง ไปก็มี

ระยะที่ 3 - หลับสนิท ศิษย์สายหน้า

ระยะสุดท้ายแล้วค่ะ เรียกว่า ไม่มีอะไรมากระตุ้นได้อีกต่อไป ยิ่งถ้าที่นั่งของใครอยู่มุมมืด มุมอับ มองไม่ค่อยเห็น ยิ่งเป็นโอกาสเลย ขอพบบลงไปกับโต๊ะ จัดท่าทางให้เข้าที่ แล้วก็ ราวศรีสวัสดิ์...เขี่ยขย แล้วเจอกันอีกทีเมื่อเรียนจบ บางคนเรียนจบแล้วยังไม่ตื่น ถึงกับต้องมีคนมาปลุกเลยนะคะ

3 ระยะที่ว่ามานี้ พยายามอย่าไปเป็นกันบ่อยๆนะคะ นอกจากจะเสียดายเวลาแล้ว เผลอๆ ใ้ตายคนอื่นอีก เอาแค่ระยะแรกก็พอค่ะ พอเริ่มรู้ตัวว่าไม่ไหวแล้ว ก็หาอะไรแก้ง่วงทำซะ ทั้งกินลูกอม กินขนม ไปด้วยไปล้างหน้า แอบคุยกับเพื่อนบ้าง ก็ยังดีค่ะ



ที่เค้ารักในวัยเรียน เหมือนจุดเทียนกลางสายฝนนะ เราว่าก็จริงนะ ดูจากเพื่อนพอมิแฟนแล้วการเรียนก็เสียเลย มันก็บางคนนะ ไม่ใช่ทุกคนแต่ส่วนใหญ่ก็เป็นอย่างนั้น บางคนก็ต้องออกจากโรงเรียนเพราะท้อง บางคนก็ทะเลาะกับเพื่อน แล้วเพื่อนๆมีความเห็นว่ายังไงกันบ้างละ