

14

Feature+

ลงทุนในเครื่องจักร
ได้อย่างไร ในยุค AI

18

Story Sharing+

สนับสนุน
การพัฒนาคน 4.0

20

LAW+

ดอกเบี้ยการให้กู้ยืมเงิน
อาจไม่ต้องเสียภาษีธุรกิจเฉพาะ

26

Thinking+

โรคกลัวการเข้าสังคม



MM

ปีที่ 8 ฉบับที่ 89

กุมภาพันธ์ 2563

วารสารสสพากร

วารสารสสพากร e-Magazine



www.rd.go.th

บ.ก. ทักทาย

สวัสดีค่ะคุณผู้อ่านทุกท่าน หลังจากที่ย่างก้าว
กันไปนานวารสารสรรพยากรมีความรู้สึกยินดีเป็นอย่างยิ่ง
ที่ได้กลับมาพบทุกท่านอีกครั้ง พร้อมกับนำความรัก
ความห่วงใยมาฝากทุกท่านเช่นเดิมค่ะ สำหรับเทศกาล
แห่งความรักที่ผ่านมา หลายท่านคงได้ของขวัญ ดอกไม้
หรือช็อกโกแลตแทนความรู้สึกดี ๆ กันไปแล้ว ยิ่งงี้ก็
อย่าลืมดูแลสุขภาพของตัวเองด้วยนะคะ เนื่องจาก
ช่วงนี้เป็นช่วงที่สภาพอากาศแปรปรวนโดยเฉพาะใน
พื้นที่ที่มีค่าฝุ่นละออง PM 2.5 สูงกว่าเกณฑ์มาตรฐาน
นอกจากฝุ่นละอองแล้ว ยังเป็นช่วงของการเฝ้าระวัง
และป้องกัน COVID-19 ที่กำลังระบาดในขณะนี้ด้วย
จึงขอแนะนำให้ทุกท่าน ป้องกันตัวเอง ด้วยการสวม
หน้ากากอนามัยเมื่อออกนอกบ้าน หลีกเลี่ยงการอยู่
ในสถานที่แออัด หมั่นล้างมือด้วยสบู่หรือเช็ดด้วย
แอลกอฮอล์หรือเจล ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ป่วยที่ไอ จาม
ไม่นำมือมาสัมผัสผิวดา จมูก ปาก ถ้าไม่จำเป็น ไม่ใช้
ของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น รับประทานอาหารที่ปรุงสุก
สะอาด และสิ่งที่ควรทำเป็นประจำคือ “กินร้อน ช้อนกลาง
ล้างมือ” ที่สำคัญต้องนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
ก็จะช่วยให้เราทุกคนอยู่ห่างไกลโรคต่าง ๆ ได้ค่ะ

กองบรรณาธิการ

ที่ปรึกษา

อธิบดี

ที่ปรึกษาด้านประสิทธิภาพ

ที่ปรึกษาด้านเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

ที่ปรึกษาด้านพัฒนาฐานภาษี

ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี (กลุ่มธุรกิจพลังงาน)

ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี (กลุ่มธุรกิจการเงินการธนาคาร)

รองอธิบดี ผู้ตรวจราชการ ผู้อำนวยการกอง

หัวหน้ากลุ่มงาน ผู้ตรวจสอบภายใน สรรพยากรภาค สรรพยากรพื้นที่

บรรณาธิการ

หัวหน้าส่วนสื่อเผยแพร่

กองบรรณาธิการ

ข้าราชการและลูกจ้างในส่วนสื่อเผยแพร่/ฝ่ายศิลปกรรมและไอทีคอมพิวเตอร์

สำนักงานเลขานุการกรม

กำหนดเวลา

เผยแพร่เป็นรายเดือน

สำนักงาน

สำนักงานเลขานุการกรม กรมสรรพากร

90 ซอยพหลโยธิน 7 ถนนพหลโยธิน แขวงพญาไท เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

วัตถุประสงค์

เพื่อเป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดและเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเรื่องเกี่ยวกับ

ภาษีอากรและกรมสรรพากร ซึ่งเป็นช่องทางอันจะนำไปสู่ประโยชน์

ในทางปฏิบัติได้เป็นการทั่วไป

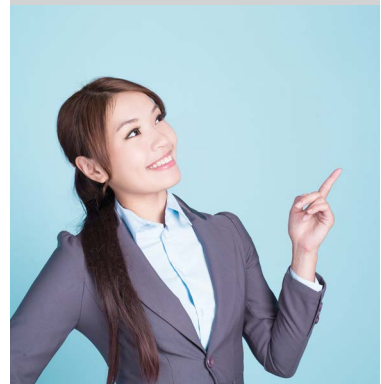
04

RD Society+

08

Feature+

ยี่ดเวลา ยี่นภาษี 2562
กระตุ่นเศรษฐกิจ



10

Feature+

มาตรการภาษี
พืช่วยนึ่ง

Content



14

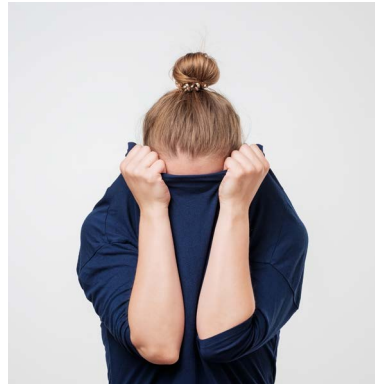
Feature+

ลงทุนในเครื่องจักร
ตัวอย่างไรในยุค AI

20

LAW+

ดอกเบี้ยว
การให้กู้ยืมเงิน
อาจไม่ต้องเสียภาษี
ธุรกิจเฉพาะ



26

Thinking+

โรคกลัวการเข้าสังคม



18

Story Sharing+

สนับสนุน
การพัฒนาคน 4.0

24

English+

Articles คืออะไร



30

Sunny Day+

นั่ง MRT กับ
สถานีแห่งความสุข



กรมสรรพากรเปิดตัวเทคโนโลยี Blockchain คืบหน้านักท่องเที่ยว ประเทศแรกของโลก

กรมสรรพากรพร้อมด้วยกรมศุลกากร สำนักงานตรวจคนเข้าเมือง (สตม.) และธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) ร่วมเปิดตัวการนำระบบเทคโนโลยีบล็อกเชน (Blockchain) มาใช้ให้บริการคืนภาษีมูลค่าเพิ่มให้นักท่องเที่ยวผ่าน Mobile Application ที่แรกของโลก (The World's First VAT Refund for Tourists App powered by Blockchain) โดยมี ดร.อุตตม สาวนายน รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการคลัง เป็นประธานในพิธีเปิดงาน นับเป็นการพัฒนาระบบการคืนภาษีมูลค่าเพิ่มให้กับนักท่องเที่ยวแบบ Digital เต็มรูปแบบ ซึ่งจะทำให้การพิจารณาคืนเงินภาษีมูลค่าเพิ่มให้แก่นักท่องเที่ยวทำได้ง่ายขึ้น รวดเร็ว และมีส่วนสำคัญในการช่วยกระตุ้นการจับจ่ายใช้สอยซื้อสินค้าให้เพิ่มขึ้นและส่งเสริมเศรษฐกิจไทยให้เติบโตอย่างต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไป ในการนี้มีผู้แทนจากหน่วยงานภาครัฐ และผู้แทนกลุ่มผู้ประกอบการร้านค้าให้ความสนใจและเข้าร่วมงานอย่างพร้อมเพรียง ณ สยามบิ



กรมสรรพากรจับมือ 20 สถาบันการเงิน จัดแคมเปญให้สิทธิประโยชน์ SMEs ที่จัดทำบัญชีชุดเดียว

ดร.เอกนิติ นิติทัณฑ์ประภาศ อธิบดีกรมสรรพากร พร้อมด้วยนายปรีดี ดาวฉาย ประธานสมาคมธนาคารไทยได้ร่วมพิธีลงนามบันทึกข้อตกลง ระหว่างกรมสรรพากรกับสถาบันการเงิน 20 แห่ง โดยให้สิทธิประโยชน์ทางการเงินกับผู้ประกอบการ SMEs ที่ทำบัญชีชุดเดียว ภายใต้แคมเปญ “SMEs โปรดีบัญชีเดียว” เพื่อช่วยเหลือผู้ประกอบการ SMEs ให้เข้าถึงแหล่งเงินทุนได้ง่ายขึ้นซึ่งจะช่วยเพิ่มศักยภาพในการแข่งขันทางธุรกิจแก่ผู้ประกอบการ SMEs ณ ห้องพระอุเทน 1 อาคารกรมสรรพากร

การประชุมความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือทางเทคนิค กับสรรพากรญี่ปุ่น ณ กรุงโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น

ดร.เอกนิติ นิติทัณฑ์ประภาศ อธิบดีกรมสรรพากร พร้อมด้วย นายปิ่นสาย สุรัสวดี ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี และคณะ เข้าร่วมประชุมกับ Mr.Tsuguhiko Hoshino, Commissioner สรรพากรญี่ปุ่น (National Tax Agency : NTA) และคณะเจ้าหน้าที่สรรพากรญี่ปุ่น ณ กรุงโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น เพื่อหารือความร่วมมือและช่วยเหลือทางเทคนิคระหว่างกรมสรรพากรกับสรรพากรญี่ปุ่น ทั้งนี้ได้มีการแลกเปลี่ยนแนวทางการดำเนินงานในหัวข้อการบริหารทรัพยากรบุคคลการบริหารงานด้านภาษีระหว่างประเทศ และโครงสร้างโรงเรียนภาษี ซึ่งเป็นกรณีที่กรมสรรพากรให้ความสำคัญอย่างมากด้วย



กรมสรรพากรร่วมแถลงข่าว มาตรการภาษีกระตุ้นเศรษฐกิจปี 63 ฟื้นฟูท่องเที่ยวจากไวรัสโคโรนา

นายลวรณ แสงสนิท ผู้อำนวยการสำนักงานเศรษฐกิจการคลัง ในฐานะโฆษกกระทรวงการคลัง แถลงข่าวมาตรการพิเศษ ได้แก่ ขยายเวลายื่นแบบบุคคลธรรมดา ออกไป 3 เดือน และมาตรการภาษีสำหรับนิติบุคคลให้สามารถหักรายจ่ายจากการจัดอบรมให้ลูกจ้างได้ 2 เท่า และหักรายจ่ายค่าปรับปรุงโรงแรมรวม Built in ได้ 1.5 เท่า เพื่อกระตุ้นเศรษฐกิจหลังไวรัสโคโรนาทำเศรษฐกิจทรุด คาดว่าจะสามารถช่วยส่งเสริมการลงทุนสร้างเม็ดเงินหมุนเวียนในระบบเพิ่มและให้ประชาชนมีเงินใช้จ่ายหมุนเวียนมากขึ้น โดยมี นางสมหมาย ศิริอุดมเศรษฐ ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี (กลุ่มธุรกิจพลังงาน) ในฐานะโฆษกกรมสรรพากรร่วมแถลงข่าว ณ กระทรวงการคลัง



อัมบุญ อุ่ใจ : ทำบุญตักบาตร เนื่องในวันมาฆบูชา 2563

นางสมหมาย ศิริอุดมเศรษฐ์ ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษีฯ พร้อมด้วย นายสมศักดิ์ อนันต์วัฒนโรจน์ รองอธิบดีกรมสรรพากร ร่วมกิจกรรมพิธีทำบุญตักบาตรพระสงฆ์ 9 รูป จากวัดชนะสงครามราชวรมหาวิหาร โดยมีข้าราชการ และลูกจ้างกรมสรรพากรเข้าร่วมกิจกรรมอย่างพร้อมเพรียง ณ กรมสรรพากร

โฆษกกรมสรรพากร ให้สัมภาษณ์พิเศษ รายการ “เรื่องง่ายใกล้ตัว” ยื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาปีภาษี 2562 ทางอินเทอร์เน็ต

นางสมหมาย ศิริอุดมเศรษฐ์ ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี (กลุ่มธุรกิจพลังงาน) ในฐานะโฆษกกรมสรรพากร ให้สัมภาษณ์พิเศษ ในรายการ “เรื่องง่ายใกล้ตัว” แนะนำและเชิญชวนผู้เสียภาษีใช้บริการยื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา ปีภาษี 2562 ผ่านทางอินเทอร์เน็ต ซึ่งผู้เสียภาษีจะได้รับความสะดวก โดยหากมีภาษีที่ขอคืน ก็จะได้รับคืนผ่านพร้อมเพย์เร็วขึ้นด้วย ออกอากาศทางช่อง MCOT HD 30



การเจรจาแก้ไขอนุสัญญาเพื่อการเว้นการเก็บภาษีซ้อน ระหว่างไทย – เนเธอร์แลนด์ รอบแรก



นายเกรียงศักดิ์ ประสงค์สุกาญจน์ รองอธิบดีกรมสรรพากร รักษาการในตำแหน่งที่ปรึกษาด้านประสิทธิภาพหัวหน้าคณะผู้แทนรัฐบาลไทยและ Mr. Reijer Janssen หัวหน้าคณะผู้แทนรัฐบาลเนเธอร์แลนด์เข้าร่วมการเจรจาแก้ไขอนุสัญญาเพื่อการเว้นการเก็บภาษีซ้อนระหว่างไทย – เนเธอร์แลนด์รอบแรก เพื่อทบทวนบริบททางกฎหมาย เศรษฐกิจ และแนวทางมาตรฐานสากลทางด้านภาษีระหว่างประเทศซึ่งจะช่วยให้การจัดเก็บภาษีของทั้งสองประเทศมีประสิทธิภาพมากขึ้น ณ ห้องพระอุเทน 3 กรมสรรพากร



การประชุมระหว่างกรมสรรพากรไทย และสรรพากรญี่ปุ่น

นายเกรียงศักดิ์ ประสงค์สุกาญจน์ ที่ปรึกษาด้านประสิทธิภาพ ในฐานะหัวหน้าคณะเจ้าหน้าที่ผู้มีอำนาจฝ่ายไทย ได้ให้การต้อนรับและประชุมร่วมกับคณะผู้แทนจากสรรพากรญี่ปุ่น เพื่อจัดทำข้อตกลงเกี่ยวกับการกำหนดราคาเป็นการล่วงหน้า (Advance Pricing Arrangement หรือ APA) เพื่อช่วยป้องกันการเกิดภาระภาษีซ้อนจากการกำหนดราคาโอน และเสริมสร้างความมั่นใจให้นักลงทุน อันจะเป็นการส่งเสริมบรรยากาศการลงทุนระหว่างไทยและญี่ปุ่น ณ กรมสรรพากร



“Design Thinking” เพื่อพัฒนาการบริหารการจัดเก็บภาษี และนวัตกรรมตรวจสอบภาษีอากร

นางสาววิณา ลิ้มสวัสดิ์ รองอธิบดีกรมสรรพากร รักษาการในตำแหน่งที่ปรึกษาด้านพัฒนารฐานภาษี เป็นประธานเปิดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร “Design Thinking เพื่อพัฒนานวัตกรรมตรวจสอบภาษีอากร” ทั้งนี้ เพื่อพัฒนาการบริหารจัดเก็บภาษีและพัฒนา นวัตกรรมตรวจสอบภาษีอากร ให้เท่าทันในยุคดิจิทัล โดยมีนายสมศักดิ์ อนันท์วัฒน์ รองอธิบดีกรมสรรพากร ร่วมเป็นพิธีเปิดโครงการฯ ด้วย ณ โรงแรมเดอะเวโรน่า แอท ทับลาน จังหวัดปราจีนบุรี





ยืดเวลา ยื่นภาษี 2562 กระตุ้นเศรษฐกิจ



เดือนมกราคมถึงมีนาคมของทุกปี คงเป็นที่ทราบดีว่า เป็นช่วงเวลาของการยื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาประจำปี แต่เนื่องจากปีนี้สถานการณ์จากการระบาดของ COVID-19 ที่ส่งผลกระทบต่อการทำงาน และเศรษฐกิจของไทยเป็นอย่างมาก ทำให้สภาพเศรษฐกิจมีการชะลอตัวและซบเซา

คณะรัฐมนตรีจึงได้มีมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจด้วยการขยายเวลายื่นแบบชำระภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาปี 2562 (ภ.ง.ด.90, ภ.ง.ด.91) ออกไปอีก 3 เดือน ทั้งการยื่นภาษีแบบกระดาษที่สำนักงานสรรพากรพื้นที่สาขาและยื่นภาษีแบบออนไลน์ ที่จากเดิมจะสิ้นสุดภายในเดือนมีนาคมนี้ เลื่อนออกไปเป็นสิ้นสุดเดือนมิถุนายน 2563 เพื่อเป็นการช่วยบรรเทาความเดือดร้อนของผู้เสียภาษี ลดผลกระทบของผู้มีเงินได้บางส่วนที่จะต้องนำเงินมาชำระภาษีในปี



ในส่วนของผู้มีเงินได้ที่ชำระภาษีไว้เกิน และต้องการขอคืนภาษียังสามารถยื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาเข้ามาได้ตลอดระยะเวลาที่กำหนด และหากนำส่งเอกสารครบถ้วน จะได้คืนภาษีเร็วขึ้นด้วย สำหรับผู้เสียภาษีที่มีภาษีต้องชำระจำนวนตั้งแต่ 3,000 บาทขึ้นไป ก็สามารถใช้สิทธิขอผ่อนชำระได้ 3 งวดเช่นเดิม โดยงวดที่ 1 ชำระพร้อมกับการยื่นแบบฯ ภายใน มิถุนายน 2563 งวดที่ 2 ชำระภายใน 1 เดือน นับแต่วันที่ต้องชำระงวดที่ 1 งวดที่ 3 ชำระภายใน 1 เดือน นับแต่วันที่ต้องชำระงวดที่ 2

ขยายเวลา ยื่นภาษี **3** เดือน

ขยายเวลายื่นแบบชำระภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา (ภ.ง.ด.90/91) ทั้งยื่นกระดาษและอินเทอร์เน็ต

เป็นสิ้นสุดภายใน มิ.ย. 63

เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนของผู้เสียภาษี
ที่มีเงินต้นหมุนเวียนในระบบเศรษฐกิจ



จากมาตรการนี้รัฐบาลคาดหวังว่าจะช่วยให้ประชาชนมีเงินใช้จ่ายหมุนเวียนมากขึ้น และจะสามารถช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจการลงทุนภายในประเทศ รวมทั้งบรรเทาผลกระทบจากการท่องเที่ยวที่ซบเซาให้ดีขึ้นตามไปด้วย

ที่มาข้อมูล https://www.rd.go.th/publish/fileadmin/user_upload/news/news15_2563.pdf

มาตรการภาษี ที่ช่วยน้อง

มาตรการภาษีที่ช่วยน้องเป็นการขยายเวลามาตรการภาษี
ที่ครบกำหนดไปแล้วเมื่อสิ้นปี 2561 ออกไปจนถึง 31 ธันวาคม 2563
เพื่อส่งเสริมให้เอกชนรายใหญ่เข้ามาดูแลช่วยเหลือผู้ประกอบการ
SMEs ให้เข้มแข็งอย่างต่อเนื่องต่อไป ประกอบด้วย



กำหนดให้ยกเว้นภาษีเงินได้นิติบุคคลให้แก่บริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลที่ตั้งขึ้นตามกฎหมายไทยที่มีสินทรัพย์ถาวรซึ่งไม่รวมที่ดินเกินกว่า 200 ล้านบาท และมีการจ้างแรงงานเกินกว่า 200 คน เป็นจำนวน 2 เท่า ของรายจ่ายที่ได้จ่ายไปเพื่อส่งเสริมการดำเนินกิจการของบริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลที่ตั้งขึ้นตามกฎหมายไทยที่มีสินทรัพย์ถาวรซึ่งไม่รวมที่ดินไม่เกิน 200 ล้านบาท และมีการจ้างแรงงานไม่เกิน 200 คน แต่เมื่อรวมกับรายจ่ายที่ได้มีพระราชกฤษฎีกาที่ออกตามความในประมวลรัษฎากรกำหนดให้มีการได้รับยกเว้นภาษีเงินได้

เป็นจำนวน 2 เท่าของรายจ่ายและเมื่อรวมคำนวณกับค่าใช้จ่ายดังกล่าวแล้วต้องไม่เกินร้อยละ 10 ของกำไรสุทธิก่อนหักรายจ่ายเพื่อการกุศลสาธารณะหรือเพื่อการสาธารณประโยชน์ และรายจ่ายเพื่อการศึกษารวมหรือเพื่อการกีฬาตามมาตรา 65 ตรี (3) (ข) แห่งประมวลรัษฎากร

**นำมาคำนวณ
รวมกับค่าใช้จ่าย
ดังกล่าว**

**ต้องไม่เกินร้อยละ 10
ของกำไรสุทธิ
ก่อนหักรายจ่าย**



สำหรับรอบระยะเวลาบัญชีที่เริ่ม
ในหรือหลังวันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2562
แต่ไม่เกินวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2563
(ขยายระยะเวลาการให้สิทธิประโยชน์
ทางภาษีเพื่อส่งเสริมการดำเนินธุรกิจ
ของ SMEs ตามพระราชกฤษฎีกา (ฉบับ
ที่ 631) พ.ศ. 2560 ซึ่งได้สิ้นสุดลงเมื่อ
วันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2561)

1 มกราคม พ.ศ. 2562

**แต่ไม่เกินวันที่
31 ธันวาคม พ.ศ. 2563**





สินทรัพย์ถาวร ไม่รวมที่ดิน ไม่เกิน 200 ล้านบาท

จ้างแรงงาน ไม่เกิน 200 คน

บริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลที่จะได้รับยกเว้นภาษีเงินได้นิติบุคคลต้องไม่มีความสัมพันธ์กัน และต้องเป็นค่าใช้จ่ายสำหรับค่าธรรมเนียมค่าประกันสินเชื่อให้แก่บริษัทประกันสินเชื่ออุตสาหกรรม ขนาดย่อม ซึ่งบริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลที่ตั้งขึ้นตามกฎหมายไทยที่มีสินทรัพย์ถาวรซึ่งไม่รวม ที่ดินไม่เกิน 200 ล้านบาท มีการจ้างแรงงานไม่เกิน 200 คน และมีหน้าที่ต้องจ่าย หรือเป็นค่าใช้จ่าย สำหรับการส่งเสริมการดำเนินกิจการที่สภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย หรือสภาหอการค้า แห่งประเทศไทยได้ให้การรับรอง สำหรับรายการดังต่อไปนี้



จัดให้มีการ
ถ่ายทอดความรู้
ด้านการบริหาร
การตลาด การบัญชี
หรือการอื่น
ที่เกี่ยวข้อง



จัดให้มีการวิจัย
และพัฒนาเทคโนโลยี
และนวัตกรรม



จัดให้มีการ
เพิ่มประสิทธิภาพ
ในการผลิต
ลดต้นทุนการผลิต
หรือเพิ่มกำไร



จัดให้มีการ
ส่งเสริมการตลาด

โดยท่านสามารถศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมได้จากเว็บไซต์กรมสรรพากรที่ www.rd.go.th หรือ
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์สารสนเทศสรรพากร (RD Intelligence Center) โทร. 1161

ที่มาข้อมูล : พระราชกฤษฎีกา ออกตามความในประมวลรัษฎากร ว่าด้วยการยกเว้นรัษฎากร (ฉบับที่ 692) พ.ศ. 2563

ลงทุนใน / เครื่องจักรได้อย่างไร? / ในยุค AI /

การลงทุนด้านเทคโนโลยี โดยระบบ Automation เทคโนโลยีในอุตสาหกรรมการผลิตน่าจะเป็นทางเลือกที่น่าสนใจของอุตสาหกรรมไทย ในการปรับเปลี่ยนจากการผลิตทั่วๆ ไปเข้าสู่ระบบ Automation จึงจำเป็นต้องมีความเข้าใจในเทคโนโลยีใหม่ๆ อยู่ตลอดเวลาเนื่องจากการปรับความรู้ ความสามารถ ความเข้าใจสำหรับผู้ประกอบการจำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องและให้ความสำคัญรอบด้านก่อนตัดสินใจลงทุน ซึ่งหากพิจารณาถึงระบบ Automation แล้ว สามารถลดต้นทุน สามารถเพิ่มกำลังการผลิตและสร้างโอกาสใหม่ๆ ของธุรกิจ พร้อมทั้งช่วยแก้ปัญหาการขาดแคลนแรงงาน วางแผนควบคุมการผลิตได้แม่นยำ ลดความผิดพลาดจากระบบผลิตของแรงงานคนหรือ Human Error ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มอุตสาหกรรมที่มีสายการผลิตสินค้า ที่มีความต้องการสูง สามารถลงทุนระบบอัตโนมัติและคืนทุนได้อย่างรวดเร็ว

กรมสรรพากรเห็นถึงความสำคัญของการลงทุนในเครื่องจักรโดยการนำเอาเทคโนโลยีมาใช้ในการดำเนินธุรกิจของผู้ประกอบการให้เกิดความคล่องตัวมากขึ้น จึงเกิดมาตรการให้สิทธิประโยชน์ทางภาษีเพื่อสนับสนุนให้ นิติบุคคลมีการลงทุนซื้อเครื่องจักรใหม่ สามารถหักรายจ่ายได้ 2.5 เท่า โดย

01

สามารถหักค่าเสื่อมราคา ได้ 1 เท่า และ

02

สามารถหักรายจ่ายที่มีสิทธิหักได้เพิ่มขึ้นอีก 1.5 เท่า เมื่อเข้าเงื่อนไขว่า

- (2.1) ต้องเป็นเครื่องจักรใหม่
- (2.2) ต้องอยู่ในประเทศ และในสภาพพร้อมใช้งาน ภายใน 31 ธันวาคม 2563
- (2.3) ไม่ได้ใช้สิทธิ BOI หรือสิทธิทางภาษีอื่น

นอกจากนี้ นิติบุคคลที่บริจาคตริพย์สินที่ใช้ในอุตสาหกรรม Automation Robotic เพื่อสนับสนุนให้บุคลากรได้ศึกษาเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีในโรงงานอุตสาหกรรม โดยทรัพย์สินที่บริจาค ได้แก่ เครื่องจักร ส่วนประกอบอุปกรณ์ เครื่องมือ หรือโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่เชื่อมต่อกับเครื่องจักรในระบบอัตโนมัติ อุปกรณ์ที่ใช้กับระบบ Automation ให้แก่ศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสำหรับอุตสาหกรรม 4.0 หักจ่ายได้สูงสุด 3 เท่า ไม่เกินกำไรสุทธิหรือไม่เกิน 100 ล้านบาท โดย

01

สามารถหักเงินบริจาค ได้ 1 เท่า

02

สามารถหักรายจ่ายที่มีสิทธิหักได้เพิ่มขึ้นอีก 2 เท่า เมื่อเข้าเงื่อนไขว่า

(2.1) ต้องบริจาคให้กับศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสำหรับอุตสาหกรรม 4.0 ที่จัดตั้งโดย

- (1) สถานศึกษาของรัฐ
- (2) โรงเรียนเอกชน (ไม่รวมถึงโรงเรียนนอกระบบ) หรือ
- (3) สถาบันอุดมศึกษาเอกชน



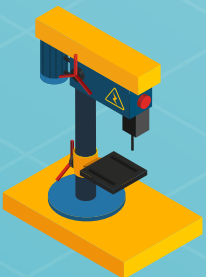


ทรัพย์สินที่ผู้ประกอบการบริจาดยังได้รับการยกเว้นภาษีมูลค่าเพิ่ม (VAT) ภาษีธุรกิจเฉพาะ (SBT) และอากรแสตมป์ (Stamp Duty) อีกด้วย ผู้ประกอบการสามารถใช้สิทธิประโยชน์ทางภาษีตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ถึงสิ้นสุด 31 ธันวาคม 2563

แนวโน้มการผลิตในอุตสาหกรรมโลกที่กำลังขับเคลื่อนด้วยการผลิตระบบอัตโนมัติจะสร้างความแตกต่างมากขึ้น และหากผู้ผลิตที่ไม่มีการปรับตัวจะไม่สามารถแข่งขันกับอุตสาหกรรมได้ ทำดีที่สุดแล้ว ปัจจัยสำคัญของการลงทุนเครื่องจักรในระบบ Automation นอกจากเป็นการเพิ่มความสามารถในการแข่งขันเพื่อเพิ่มกำไรจากการผลิตแล้ว การพิจารณาเงินทุน กับสถานการณ์ที่เป็นจริง ควบคู่กับพิจารณาระยะเวลาคืนทุนในระยะสั้นและระยะยาวก็เป็นสิ่งที่สำคัญอย่างมากเช่นกัน ดังนั้น การพิจารณาปัจจัยที่เกี่ยวข้องอย่างละเอียดจึงถือเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างมากเลยทีเดียวสำหรับนักลงทุน

ที่มาข้อมูล : https://www.rd.go.th/publish/fileadmin/user_upload/news/news14_2563.pdf
https://www.rd.go.th/publish/fileadmin/user_upload/news/news16_2563.pdf

สนับสนุน การพัฒนาคน 4.0



เพื่อให้เกิดการพัฒนาบุคลากรของประเทศให้มีทักษะที่จำเป็นสำหรับอุตสาหกรรม 4.0 มากยิ่งขึ้น เพิ่มความสามารถการแข่งขันในด้านเศรษฐกิจและเป็นการช่วยส่งเสริมการลงทุนในอุตสาหกรรมเป้าหมายและการพัฒนาอุตสาหกรรมเป้าหมายในประเทศ คณะรัฐมนตรีได้มีมาตรการภาษีสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรสำหรับอุตสาหกรรม 4.0 เพื่อเป็นการจูงใจให้บริษัท หรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลบริจาคทรัพย์สินที่ใช้สำหรับประกอบอุตสาหกรรม 4.0 อาทิ เครื่องจักร อุปกรณ์ที่ใช้ระบบ AI Automation Robotic ให้แก่ศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาบุคลากรสำหรับอุตสาหกรรม 4.0 ที่จัดตั้งโดยสถานศึกษาของรัฐ หรือโรงเรียนเอกชน ตามกฎหมายว่าด้วยโรงเรียนเอกชน แต่ไม่รวมถึงโรงเรียนนอกระบบตามกฎหมายว่าด้วยโรงเรียนเอกชน หรือสถาบันอุดมศึกษาเอกชนตามกฎหมายว่าด้วยสถาบันอุดมศึกษาเอกชน

ทั้งนี้ บริษัท หรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลที่บริจาคทรัพย์สินที่ใช้สำหรับการประกอบอุตสาหกรรม 4.0 จะได้รับการยกเว้นภาษีเงินได้นิติบุคคล เป็นจำนวน 3 เท่าของที่จ่ายจริง และยกเว้นภาษีมูลค่าเพิ่ม (VAT) ภาษีธุรกิจเฉพาะ และอากรแสตมป์สำหรับส่วนที่จ่ายไป เพื่อทรัพย์สินที่บริจาคให้แก่ศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาบุคลากรสำหรับอุตสาหกรรม 4.0 โดยกำหนดกรอบระยะเวลาการบริจาคทรัพย์สินไว้ตั้งแต่ 1 มกราคม - 31 ธันวาคม 2563

สนับสนุนการพัฒนาคน 4.0

หักรายจ่ายได้

3

เท่า

ไม่เกินกำไรสุทธิหรือ

100

ล้านบาท

บริษัท หรือ ห้างหุ้นส่วนนิติบุคคล **บริจาคทรัพย์สิน***
ให้แก่ศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาบุคลากร สำหรับอุตสาหกรรม 4.0**

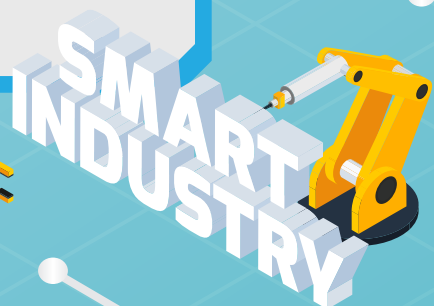
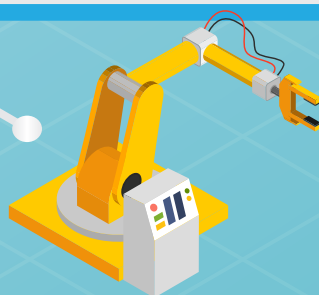
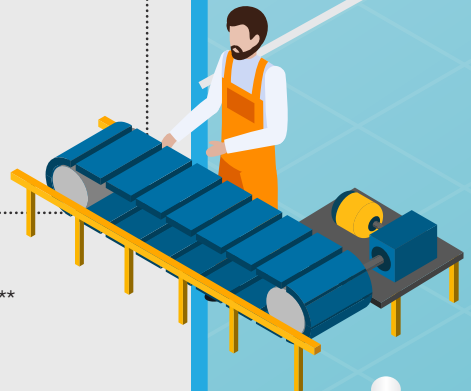
หากทรัพย์สินที่บริจาคมีการภาษีที่เกี่ยวข้อง

- ++ยกเว้น • ภาษีมูลค่าเพิ่ม
• ภาษีธุรกิจเฉพาะ
• ภาษีอากรแสตมป์

*เครื่องจักร ส่วนประกอบ อุปกรณ์ เครื่องมือหรือโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่เชื่อมต่อกับเครื่องจักรฯ

**ต้องได้รับการรับรองจากหน่วยงานที่กรมสรรพากรกำหนด

ตั้งแต่ 1 ม.ค. - 31 ธ.ค. 63



ที่มาข้อมูล https://www.rd.go.th/publish/fileadmin/user_upload/news/news16_2563.pdf



ดอกเบี้ย

การให้กู้ยืมเงิน

อาจไม่ต้องเสียภาษี
ธุรกิจเฉพาะ

ด้วยสภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบัน หลายท่านอาจจำเป็นต้องกู้ยืมเงินจากสถาบันการเงิน โดยเฉพาะธนาคารต่าง ๆ เพื่อนำมาซื้อบ้าน คอนโดมิเนียม รถยนต์ นอกจากการกู้ยืมเงินจากธนาคารแล้ว บางท่านอาจมีเงินเดือนไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย จึงต้องหันไปกู้ยืมเงินจากบุคคลต่าง ๆ เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่ายให้เพียงพอ ในแต่ละเดือนอีกด้วย โดยบุคคลผู้ให้กู้อาจนำเงินเก็บที่ตนมีอยู่มาให้กู้ หรืออาจไปกู้เงินมาจากสถาบันการเงินต่าง ๆ เพื่อนำมาให้กู้ต่อก็ได้ ซึ่งแน่นอนว่า ไม่ว่าผู้ให้กู้จะนำเงินมาจากแหล่งใดก็ตาม สิ่งที่คุณต้องจ่ายคืนให้กับผู้ให้กู้ นอกจากเงินต้นแล้วยังต้องมีดอกเบี้ยอีกจำนวนหนึ่งด้วย หลายท่านสงสัยว่า การดำเนินการของบุคคลซึ่งเป็นผู้ให้กู้นั้น มีลักษณะของการประกอบกิจการโดยปกติเยี่ยงธนาคารพาณิชย์ซึ่งอยู่ในบังคับต้องเสียภาษีธุรกิจเฉพาะตามมาตรา 91/2(5) แห่งประมวลรัษฎากร หรือไม่ อย่างไร



การพิจารณาการเสียภาษีธุรกิจเฉพาะของผู้ให้กู้ซึ่งเป็นบุคคลธรรมดา นั้น อาจเข้าลักษณะเป็นการประกอบกิจการโดยปกติเยี่ยงธนาคารพาณิชย์หรือไม่ก็ได้ โดยต้องพิจารณาจากข้อเท็จจริงในแต่ละกรณีเป็นสำคัญสรุปได้ดังนี้

01

หากผู้ให้กู้นำเงินที่ตนเก็บออมให้บุคคลอื่นกู้ หรือกู้ยืมเงินมาจากธนาคารและนำมาให้บุคคลทั่วไปกู้ เพื่อมุ่งหวังที่จะได้รับดอกเบี้ยเป็นการตอบแทน โดยผู้ให้กู้ได้ดำเนินการดังกล่าวหลายครั้งและต่อเนื่องกัน รายรับดังกล่าวจึงถือเป็นรายรับจากการประกอบกิจการ**โดยปกติ**เยี่ยงธนาคารพาณิชย์ อยู่ในบังคับต้องเสียภาษีธุรกิจเฉพาะ ตามมาตรา 91/2 (5) และมาตรา 91/5 (5) แห่งประมวลรัษฎากร โดยผู้ให้กู้มีหน้าที่ต้องจดทะเบียนภาษีธุรกิจเฉพาะภายใน 30 วันนับแต่วันเริ่มประกอบกิจการยื่นแบบแสดงรายการและชำระภาษีธุรกิจเฉพาะ ในอัตราร้อยละ 3.3 ภายในวันที่ 15 ของเดือนถัดจากเดือนที่ได้รับรายรับดอกเบี้ยดังกล่าว ทั้งนี้ ตามมาตรา 91/6 (3) มาตรา 91/10 (2) และมาตรา 91/12 แห่งประมวลรัษฎากร

อนึ่ง ในการพิจารณาการประกอบกิจการ**โดยปกติ**เยี่ยงธนาคารพาณิชย์นั้น คำว่า **“โดยปกติ”** ไม่มีนิยามความหมายที่กำหนดเป็นการเฉพาะในประมวลรัษฎากร จึงต้องพิจารณาจากข้อเท็จจริงว่า ผู้ให้กู้ให้บุคคลอื่นกู้ยืมเงินเป็นประจำหรือไม่ เช่น ให้กู้ยืมเงิน 1-2 ครั้งต่อปี หรือการให้กู้ยืมเงินโดยการรับจำนองที่ดิน ซึ่งผู้ให้กู้ได้ทำมาหลายครั้งและได้รับดอกเบี้ยจากการให้กู้ยืมเงินนั้นเสมอ กรณีนี้ถือได้ว่าการให้กู้ยืมเงินดังกล่าวเข้าลักษณะเป็นการประกอบกิจการโดยปกติเยี่ยงธนาคารพาณิชย์ที่อยู่ในบังคับต้องเสียภาษีธุรกิจเฉพาะตามมาตรา 91/2 (5) แห่งประมวลรัษฎากร ผู้ให้กู้ดังกล่าวมีหน้าที่ต้องจดทะเบียนและเสียภาษีธุรกิจเฉพาะเช่นกัน



02

หากผู้ให้กู้ได้นำเงินของตนเองไปให้บุคคลอื่นกู้ยืม โดยผู้ให้กู้มิได้มีการประกอบอาชีพให้กู้ยืมเงินมาก่อนและการให้กู้ยืมในครั้งนี้เป็นการให้กู้ยืมครั้งแรกและครั้งเดียว กรณีดังกล่าวไม่ได้มีลักษณะเป็นการประกอบกิจการเป็นปกติธุระหรือประจำ ซึ่งผู้ให้กู้ได้รับดอกเบี้ยจากการให้กู้นั้นเป็นการตอบแทน การให้กู้ยืมเงินดังกล่าวไม่เข้าลักษณะเป็นการประกอบกิจการโดยปกติเยี่ยงธนาคารพาณิชย์ตามมาตรา 91/2 (5) แห่งประมวลรัษฎากร และไม่ต้องจดทะเบียนภาษีธุรกิจเฉพาะตามมาตรา 91/13 (2) แห่งประมวลรัษฎากร แต่อย่างใด



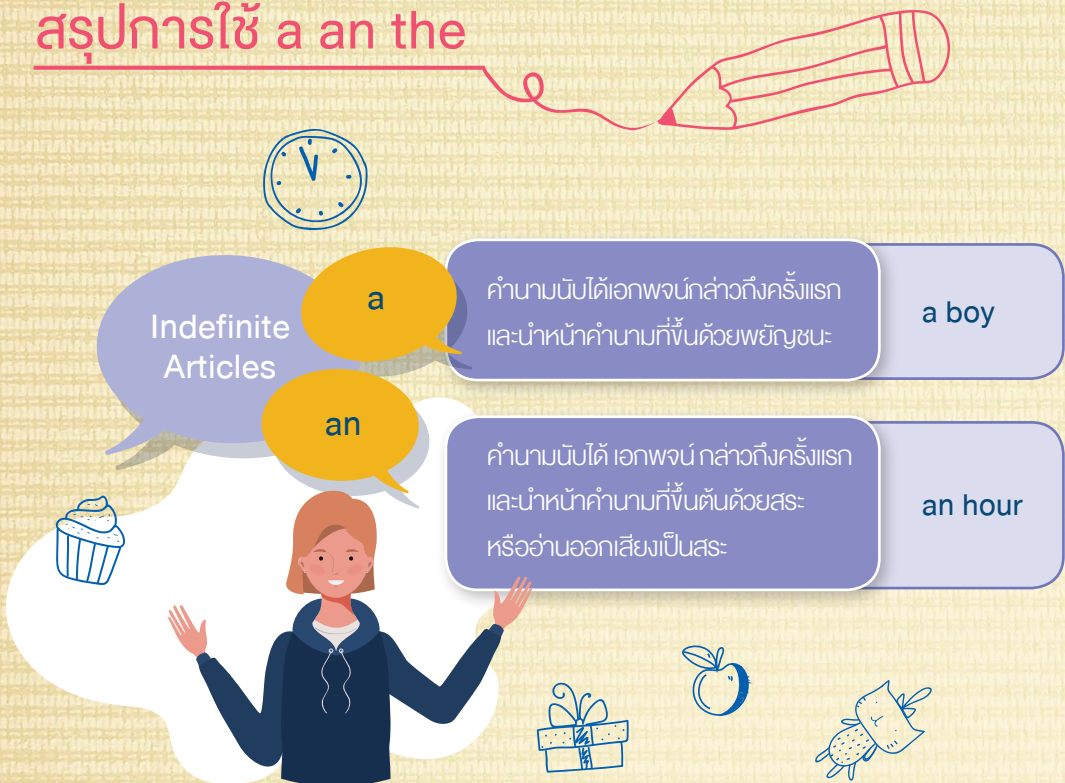
สิ่งสำคัญที่ผู้ให้กู้ต้องศึกษาและประเมินว่าตนมีหน้าที่ต้องจดทะเบียนภาษีธุรกิจเฉพาะสำหรับการประกอบกิจการโดยปกติเยี่ยงธนาคารพาณิชย์หรือไม่นั้น ผู้ให้กู้จะต้องรู้ด้วยตัวเองว่าได้ให้บุคคลอื่นกู้ยืมเงินเป็นปกติธุระหรือไม่ และหากเข้าลักษณะตามที่กำหนดในส่วนที่เกี่ยวกับภาษีธุรกิจเฉพาะตามประมวลรัษฎากร ผู้ให้กู้ก็จะมีหน้าที่ต้องปฏิบัติตามกฎหมายตามบทบัญญัติแห่งกฎหมายด้วยจึงถือว่าเป็นผู้มีหน้าที่เสียภาษีอากรที่ดี

Articles?

คืออะไร?

Articles คือ คำนำหน้านามในภาษาอังกฤษ มีอยู่ด้วยกันทั้งหมด 3 ตัว ได้แก่ a, an, the และทำไมเราจึงต้องเรียนรู้ นั่นเพราะว่าในภาษาอังกฤษ บางคำนามก็จำเป็นต้องมีคำนำหน้านาม เพื่อเป็นการบ่งบอกว่านามนั้นมีความหมายเฉพาะเจาะจงหรือไม่ ฉะนั้น Articles จึงมีความสำคัญที่เราควรจะทำความรู้จักไว้ English+ ฉบับนี้มีวิธีการใช้ a, an, the ที่ไม่ยากและไม่ยากจนเกินไปมาฝากทุกท่านกันค่ะ

สรุปการใช้ a an the



ใช้กับคำนามที่เราต้องการชี้เฉพาะเจาะจง
หรือถูกกล่าวถึงเป็นครั้งที่สอง

the red book



ใช้กับคำนามที่ผู้พูดและผู้ฟังเข้าใจดี
ว่าหมายถึงสิ่งไหนอันไหน

this is the key



ใช้กับคำนามที่มีอยู่สิ่งเดียว อันเดียว

the world

Definite
Articles

ใช้นำหน้า ดิน ฟ้า น้ำ หรือธรรมชาติต่าง ๆ

the sky

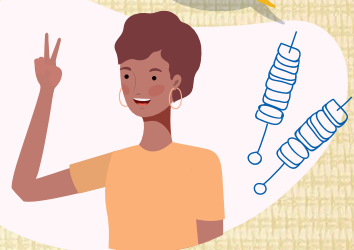
the

ใช้พูดถึงเครื่องดนตรี

The piano

ใช้บอกลำดับ

The second



ไม่มี
Articles



ชื่อมื้ออาหาร

brunch

ชื่อวิชา ชื่อภาษา

match

วัน

monday

เทศกาล ฤดู

winter

ชื่อทวีป

asia

จะเห็นได้ว่าเรื่องของ Articles หรือ การใช้ a, an, the นั้นไม่ใช่เรื่องที่ยากเลยใช่ไหมคะ เพราะเรื่องนี้
ต้องอาศัยการฝึกฝนบ่อย ๆ ไม่ว่าจะเป็นการฝึกฟัง พูด อ่าน และเขียน ยิ่งเราฝึกฝนบ่อยเท่าไร
เรายิ่งใช้ภาษาอังกฤษได้เก่งมากขึ้นเท่านั้นค่ะ มีประโยคหนึ่งที่เคยบอกไว้ว่า "Practice makes perfect"
บอกได้เลยว่าเป็นเรื่องจริงค่ะ

ที่มาข้อมูล - <https://www.dailyenglish.in.th/a-an-the/>

โรค

กลัวการเข้าสังคม

โรคกลัวการเข้าสังคม (Social Phobia) คืออะไร หลายคนยังคงสงสัยกับอาการป่วยแปลกแบบนี้ แต่เชื่อไหมคะว่าโรคนี้แอบแฝงอยู่ในตัวบุคคลที่ดูเป็นปกติสุด ร่างกายแข็งแรง และไม่มีท่าทีว่าจะป่วยแต่อย่างใด เพราะอาการของโรคจะกำเริบอยู่ระหว่างความขี้อาย อาการประหม่า และกลัวขายหน้าตามสถานการณ์น่าตื่นเต้นทั่วไปใครๆ ก็เป็นได้ เลยทำให้ผู้ป่วยหลายคนที่เป็นโรคกลัวสังคมไม่รู้ตัว ด้วยเหตุผลทั้งหมดนี้ วารสารสรรพากรฉบับนี้จะพาทุกท่านไปทำความรู้จักกับโรคกลัวการเข้าสังคมกันค่ะ

โรคกลัวการเข้าสังคม คือ อาการวิตกกังวลว่าตัวเองจะเผลอทำอะไรเป็นๆ เเซๆ หรือทำพลาดให้ต้องอับอาย กลัวถูกวิพากษ์วิจารณ์จากคนรอบข้าง ซึ่งดูเหมือนอาการของคนตื่นเต้นกับบางอย่างแบบปกติทั่วไป แต่สำหรับผู้ป่วยโรคกลัวการเข้าสังคมจะประหม่อมามาก และไม่สามารถบังคับตัวเองให้ไม่พลาดกลัวการเข้าสังคมได้เลย



soci

สาเหตุของโรค



นักจิตวิทยาบอกว่า สาเหตุของโรคกลัวการเข้าสังคมมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูของครอบครัว แต่ก็ไม่สามารถพิสูจน์ได้แน่ชัดถึงสาเหตุที่แท้จริง เพราะบางกรณีโรคนี้ก็เกิดกับคนในครอบครัวเพียงคนเดียว คนอื่น ๆ ไม่มีอาการของโรคเลย ทั้งนี้อาจจะอธิบายในทางชีววิทยาได้ว่า นอกจากการเลี้ยงดูของครอบครัวแล้ว บางทีสาเหตุของโรคยังอาจเกี่ยวข้องกับระบบการทำงานของสมอง พันธุกรรม การประมวลผลในการกระทำของตัวเอง และการตอบสนองของบุคคลอื่น รวมไปถึงพฤติกรรมฝังใจตั้งแต่เด็ก ๆ ด้วย

อาการทางอารมณ์และความคิด

- รู้สึกประหม่าทุกครั้งที่ต้องพูดคุยกับบุคคลอื่น พูดไม่ออกเมื่ออยู่ต่อหน้าคนอื่น
- วิตกกังวลมากกว่าคนอื่นจะคิดอย่างไรกับเรา กลัวว่าผู้อื่นจะวิจารณ์เรา
- เครียดล่วงหน้าเป็นสัปดาห์ เมื่อรู้ว่าต้องไปอยู่ในสถานการณ์ที่เจอคนเยอะ ๆ
- กลัวว่าตัวเองจะทำอะไรขายหน้าต่อหน้าคนอื่น
- กลัวคนอื่นจะสังเกตเห็นว่ากำลังรู้สึกประหม่าอยู่

อาการทางร่างกาย

- อาย หน้าแดง เหนื่อยจนบิด ไม่กล้าสบตา
- หายใจหอบถี่กระชั้น
- ปั่นป่วนในท้อง บางรายถึงกับอาเจียน
- เสียงสั่น พูดตะกุกตะกัก
- ใจเต้นแรง แ่นหน้าออก
- เหงื่อแตก
- หน้ามืด วิงเวียนศีรษะ

โรคนี้จะเกิดขึ้นกับใครได้บ้าง



จากสถิติพบว่า โรคกลัวการเข้าสังคม เกิดขึ้นกับคนได้ ทุกช่วงอายุ ไม่ว่าจะเป็นเพศหญิง หรือเพศชาย ก็มีโอกาสเป็นโรคนี้เท่า ๆ กัน แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า อาการของโรคจะเห็นเด่นชัดในช่วงวัยเด็ก จนถึงวัยรุ่น ซึ่งอาจจะเห็นเด่นชัดในช่วงวัยนี้ เพราะช่วงวัยนี้เป็นช่วงที่เริ่มต้องเข้าสังคมมากขึ้นนั่นเอง ทั้งนี้ยังมีแนวโน้มอีกด้วยว่า ผู้ป่วยโรคกลัวการเข้าสังคมส่วนมากจะขาดความมั่นใจในตัวเองเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว และคิดว่าตัวเองมีปมด้อยที่น่าอับอาย ซึ่งเป็นความคิดที่ลดคุณค่าของตัวเองลงโดยไม่รู้ตัว จนเกิดความขาดกลัวการเข้าสังคมในที่สุด

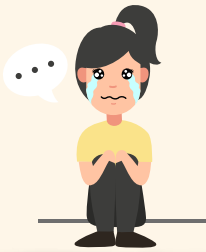


ALPHOBIA

SOCIAL PHOBIA

พฤติกรรมของโรคกลัวสังคม

- ชอบปลีกตัว ชอบอยู่คนเดียว หลบอยู่คนเดียวบ่อยๆ เพราะกลัวการเผชิญหน้ากับบุคคลอื่น
- ไม่กล้าแสดงออกขั้นรุนแรง
- มนุษย์สัมพันธ์ค่อนข้างต่ำ มีปัญหาในการทำ ความรู้จักกับคนอื่น
- ไม่กล้าทำอะไรด้วยตัวเองคนเดียว ต้องมีเพื่อนอยู่ข้างๆ
- อาจมีการดื่มแอลกอฮอล์ทุกครั้ง ก่อนออกไปเผชิญหน้ากับคนหมู่มาก



ผลกระทบในการใช้ชีวิตประจำวัน

- มีปัญหากับการติดต่อประสานงานกับหัวหน้าหรือเพื่อนร่วมงาน
- ไม่กล้าแสดงออกในที่ประชุม หรือหน้าชั้นเรียน
- ไม่กล้าแชร์ความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่น
- ไม่กล้าไปสัมภาษณ์งาน
- ประสิทธิภาพในการทำงาน หรือการเรียนลดต่ำลง
- มีปัญหาในการสานสัมพันธ์กับผู้อื่น



แนวทางการรักษา



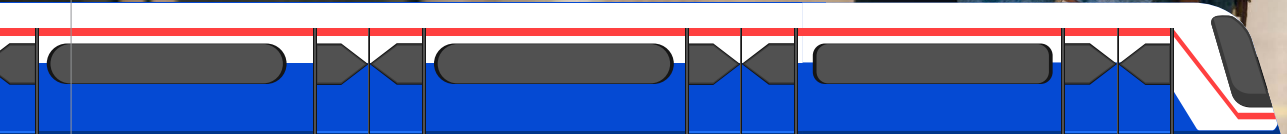
- 1 **การรักษาด้วยจิตวิทยา** ใช้วิธีบำบัดด้วยการรับรู้และพฤติกรรม โดยจิตแพทย์จะพยายามโน้มน้าวผู้ป่วยให้เปลี่ยนความคิด ปรับพฤติกรรม และเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาอาการกลัวสังคม ของตัวเอง ให้เรียนรู้การเข้าสังคมมากขึ้น
- 2 **เผชิญหน้ากับความกลัว** โดยเริ่มแรกอาจให้ผู้ป่วยลองทดสอบ กับสถานการณ์เล็ก ๆ ที่คิดว่าน่าจะรับมือไหว แล้วเปิดโอกาส ให้ตนเองเรียนรู้วิธีสานสัมพันธ์กับผู้อื่นไปเรื่อย ๆ และในที่สุด ก็จะเกิดความเคยชินกับการเริ่มต้นสานสัมพันธ์กับคนแปลกหน้าได้
- 3 **การรักษาด้วยยา** จิตแพทย์จะสั่งยาลดอาการซึมเศร้า และ ยาระงับความวิตกกังวล ซึ่งจะขึ้นอยู่กับความรุนแรงของอาการ ผู้ป่วยด้วย
- 4 **โฟกัสที่สิ่งรอบตัว** หากไม่อยากจดจ่ออยู่กับความวิตกกังวล ควรหันเหความสนใจของตัวเองไปที่สิ่งแวดล้อมรอบตัว มองผู้คน และสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนั้น รวมถึงตั้งใจฟังในสิ่งที่ ได้ยิน จะได้ไม่คิดถึงเรื่องที่เรากำลังวิตกกังวล
- 5 **ฝึกกำหนดลมหายใจ** การฝึกกำหนดลมหายใจช่วยให้สามารถ ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น ในขณะที่อยู่ในสถานการณ์ที่ทำให้ เกิดอาการ โดยสามารถฝึกสมาธิด้วยโยคะ หรือการนั่งสมาธิ เพื่อปรับลดความวิตกกังวลต่อสถานการณ์อื่นๆ ในชีวิตประจำวัน

แม้โรคกลัวการเข้าสังคมจะดูไม่เป็นอันตรายกับสุขภาพของเราเท่าไร แต่ก็มีผลกระทบกับการใช้ชีวิตประจำวันของผู้ป่วยไม่น้อยเลยทีเดียว ดังนั้นหากคุณ หรือคนรอบข้างมีความสับสนเสี่ยงที่จะป่วยเป็นโรคนี้ (โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่น) ก็ควรรีบปรึกษาจิตแพทย์ เพื่อหาทางเยียวยาโดยด่วนค่ะ

ที่มาข้อมูล - <https://health.kapook.com/view84729.html>

นั่ง MRT กับสถานีแห่งความสุข

ใครจะเชื่อว่าสถานีรถไฟฟ้าใต้ดินจะกลายเป็นแหล่งงานสถาปัตยกรรมที่โดดเด่นและสวยงามจนทำให้รู้สึกว้าวสักครั้งหนึ่งในชีวิตต้องได้ไปเยี่ยมชมเยือน และร่วมภูมิใจไปกับ 4 สถานีเอกลักษณ์ของโครงการรถไฟฟ้าสายสีน้ำเงินส่วนต่อขยาย จากสถานีหัวลำโพงไปยังสถานีหลักสอง ที่นอกจากจะสะท้อนนวัตกรรมด้านคมนาคมอันเป็นหน้าที่หลักของโครงการแล้ว ยังสะท้อนตัวตนที่มาของความเป็นไทยได้อย่างงดงามจับตาจับใจ ที่ถูกสร้างสรรค์ให้ออกมางดงามในแบบสถาปัตยกรรมไทย วารสารสถาปนิกฉบับนี้จะนำผู้อ่านทุกท่านไปทำความรู้จักกับ 4 สถานีเอกลักษณ์และสถานีที่น่าสนใจบริเวณใกล้เคียงกันค่ะ





MRT

วัดมังกร

Wat Mangkon

BL29

อยู่ใกล้กับวัดมังกรกมลาวาส การออกแบบและตกแต่งภายใน
ผสมผสานกลิ่นอายไทย-จีนอย่างลงตัว นำมังกรอันถือเป็นสัตว์แห่งเทพเจ้า
มาประดับตกแต่งสถานีสลับหลายดอกบัวจีนได้อย่างงดงาม โดยได้
แรงบันดาลใจจากวัดมังกรกมลาวาส หรือวัดเล่งเน่ยยี่ ที่มีประวัติความเป็น
มายาวนานกว่า 140 ปี ในการตีความหมายของคำว่า เล่ง ในภาษาจีนแต่จื๊ว
ที่แปลว่า มังกร คำว่า เน่ย แปลว่า ดอกบัว และ ยี่ แปลว่า วัด สถานีวัดมังกร
นี้จะมีจุดเช็กอินที่น่าสนใจ ได้แก่ มังกรที่พาดลงมาจากเพดานบริเวณจุด
จำหน่ายตั๋วโดยสารอัตโนมัติ รวมถึงบรรยากาศภายในสถานีที่อลังการด้วยสี
แดง-ทอง แสดงถึงวัฒนธรรมที่ยิ่งใหญ่ของจีน และบริเวณทางขึ้น-ลงที่จะนำไป
สู่ชั้นออกบัตรโดยสาร ถูกออกแบบให้มีลักษณะเหมือนท้องมังกร มีมิติแสงเงา
นิยามของสถานีนี้คือได้ทั้งความคลาสสิกของสองวัฒนธรรม และแฝงไปด้วย
ความเท่ในการตีความอีกด้วย



สถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจ



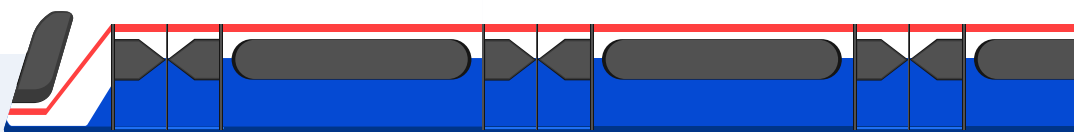
วัดมังกรกมลาวาส

วัดเล่งเน่ยยี่ เขาวราช หรือ วัดมังกรกมลาวาส วัดจีนที่มีชื่อเสียงโด่งดังในเรื่องการมาไหว้พระ ขอพร แก้ปี่ชง เพราะตามความเชื่อของคนจีนแล้ว มังกรเป็นสัตว์ศักดิ์สิทธิ์ ประกอบไปด้วยส่วนหัว ส่วนตัว และส่วนหาง ซึ่งส่วนหัวมังกรก็อยู่ในวัดแห่งนี้เอง วัดมังกรนี้ก่อตั้ง เมื่อปี พ.ศ. 2414 และใช้เวลาถึง 8 ปีด้วยกันในการสร้าง ตัววัดมีลักษณะสถาปัตยกรรมเป็นแบบจีนตอนใต้ของสกุลช่างแต้จิ๋ว ตามแบบวัดหลวง คือ มีวิหารทำจตุโลกบาลเป็นวิหารแรก ตรงกลางเป็นพระอุโบสถ ข้างหลังพระอุโบสถเป็นวิหารเทพเจ้าตนเอง



ถนนเยาวราช

สถานีวิัดมังกร เป็นอีกหนึ่งสถานที่เปิดใหม่ที่น่าสนใจมากค่ะ เพราะตั้งอยู่ย่านเยาวราชเลยทีเดียวนั่นเองแน่นอนว่า สายกินต้องฟินมากๆ เพราะถนนเส้นนี้เต็มไปด้วยของกินอร่อยนานาชนิด สตรีทฟู้ด มาครบจัดหนัก จัดเต็มกันตลอดเส้นทาง ทั้งคาเฟ่ต่างๆ ที่มีให้เลือกนั่งถ่ายรูปสวยๆ และร้านอร่อยเจ้าดังดั้งเดิม บอกเลยว่าห้ามพลาดค่ะ

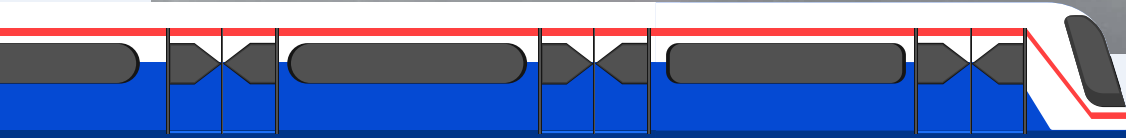
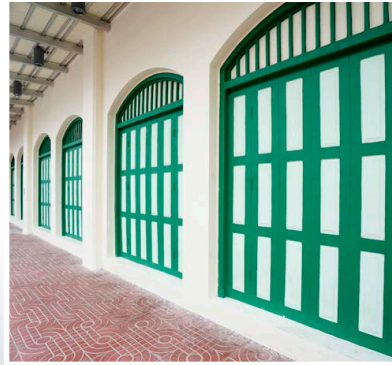




สามยอด
Sam Yot

BL30

สามยอดเป็นตัวแทนของสถาปัตยกรรมย้อนยุคสมัยรัชกาลที่ 5 แบบชิโน-โปรตุกีส ที่พบเห็นได้มากกว่าย่านอื่น ๆ ซึ่งแน่นอนว่าสถานีสามยอดก็กำลังจะเป็นแลนด์มาร์กใหม่ที่จะกลมกลืนไปด้วยกันกับการตกแต่งสถานี โดยทางเข้า-ออกสถานีออกแบบให้มีความโอโง่ง ผนังโดยรอบมีการทำเป็นประตูบานเฟี้ยม ซึ่งเป็นรูปแบบของประตูสมัยเก่ามาปรับใช้เพื่อให้สอดคล้องกับพื้นที่ย่านเก่าและคงความคลาสสิกในยุคนั้นไว้ ช่องจำหน่ายตั๋วอัตโนมัติได้นำรูปทรงและลักษณะของซุ้มประตูสามยอดมาใช้ตกแต่งเพื่อสื่อถึงประวัติศาสตร์ของพื้นที่



สถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจ



ดิโอลด์สยามพลาซ่า

ดิโอลด์สยามพลาซ่า ห้างสุดคลาสสิก ที่เป็นจุดถ่ายรูปสวย ๆ อีกแห่งของกรุงเทพฯ ก็ว่าได้ค่ะ เพราะตัวอาคารมีความวินเทจมาก ๆ อีกทั้งที่นี่เป็นแหล่งซื้อผ้าไหมชั้นเยี่ยมของ กรุงเทพฯ ซึ่งมีทั้งผ้าไหมชิ้น และชุดผ้าไหม สำเร็จรูปให้ได้เลือกมากมาย



สำเพ็ง

อีกหนึ่งแหล่งช้อปปิ้งราคาถูก ที่เต็มไปด้วยสินค้ามากมาย เช่น ตุ๊กตา ของเล่น เครื่องเขียนต่าง ๆ อุปกรณ์งานประดิษฐ์ กระเป๋า ต่างหู สร้อย รวมตัวกันอยู่ที่นี่เลยค่ะ ในสำเพ็งนั้นมีทั้งร้านค้าขายปลีก และขายส่ง ใครอยากได้ของดี ราคาถูก แนะนำให้ยกขบวนเพื่อนไปหลาย ๆ คน แล้วเหมาซื้อมาเป็นโหล ๆ แล้วแบ่งกัน รับรองว่าประหยัดไปเกินครึ่ง



ศาลาเฉลิมกรุง

แหล่งนัดพบของวัยรุ่นสุดเพี้ยวในอดีต ซึ่งถือเป็นโรงมหรสพพระราชทานที่พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 7 พระราชทานให้แก่ปวงชนชาวไทยในโอกาสฉลองพระนครครบรอบ 150 ปี เปิดให้ประชาชนครบทุกรูปแบบ ทั้งการแสดงหน้าม่านละคร โขน ภาพยนตร์ และดนตรี





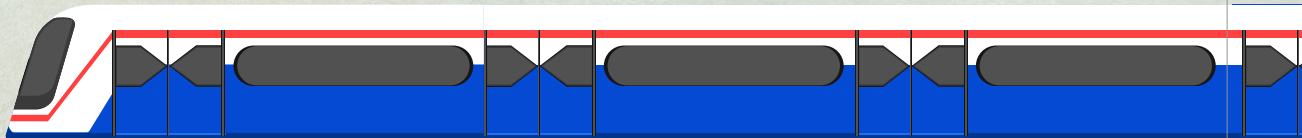
วัดสุทัศน์

วัดสุทัศน์เทพวรารามราชวรมหาวิหาร เป็นวัดสำคัญของไทย และยังถือเป็นวัดประจำรัชกาลที่ 8 อีกด้วย ด้านหน้าของวัดสุทัศน์เป็นที่ตั้งของ เสาชิงช้า ซึ่งถือได้ว่าเป็นแลนด์มาร์คของกรุงเทพฯ เลยกี่ว่าได้ค่ะ และยังเป็นจุดถ่ายรูปสวย ๆ อีกด้วย อีกทั้งที่ย่านเสาชิงช้านี้ยังเต็มไปด้วยของอร่อย มีร้านอาหารอร่อยชื่อดังของกรุงเทพฯ อีกหลาย ๆ ร้านที่พลาดไม่ได้อีกด้วยค่ะ



หากใครที่ชื่นชอบการเดินทางท่องเที่ยว ไปเช็คอินตามสถานที่ต่าง ๆ หรือใครที่หลงใหลในศิลปะ ประวัติศาสตร์ หรือแม้แต่เป็นนักรีวิวร้านอาหารอร่อย ๆ จิบกาแฟในคาเฟ่เก๋ ๆ เตรียมสะพานกระเป๋า เช็กกล้องถ่ายรูปให้พร้อม แล้วออกมาสตาร์ทกันที่ MRT สายสีน้ำเงินส่วนต่อขยาย รับรองว่ามีอะไรดี ๆ ให้เราเดินทางไปค้นหาอีกเพียบ สำหรับสถานีต่อไป สถานีสนามไชย และสถานีอิสรภาพ จะมีความน่าสนใจ และมีสถานที่ท่องเที่ยวที่ไหนบ้าง ติดตามในวารสารสรรพากรฉบับต่อไปนะคะ

ที่มาข้อมูล : - BEM Magazine ฉบับพิเศษ เปิดให้บริการโครงการรถไฟฟ้าสายสีน้ำเงินส่วนต่อขยาย
- <https://travel.trueid.net/detail/lrx3mXZd263B>





กรมสรรพากร

90 ซอยพหลโยธิน 7 ถนนพหลโยธิน
แขวงพญาไท เขตพญาไท
กรุงเทพฯ 10400
RD Intelligence Center 1161