

จุลสารกองการบริหารงานบุคคล



เนื้อหาภายในเล่ม

- สารจากผู้อำนวยการกองการบริหารงานบุคคล 2
- โครงการพัฒนาศักยภาพและเพิ่มพูนความรู้ของบุคลากร
สายวิชาการ 3
- การทบทวนคำสั่งเดือนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย
(เงินแผ่นดิน) 5
- วันกองทัพไทย 6
- เคล็ดไม่ลับกับ กบค. 7



บทบรรณาธิการ

จุลสาร กองการบริหางานบุคคล ฉบับที่ 31 ปีที่ 11 ประจำเดือน ตุลาคม 2562 ถึงเดือน มกราคม 2563 ทางกองการบริหางานบุคคล ได้มีข่าวสาร และกิจกรรมต่างๆ มาประชาสัมพันธ์ให้กับบุคลากรของมหาวิทยาลัยนเรศวร ได้ทราบ ในส่วนของฉบับนี้ก็มีข่าวสารเกี่ยวกับโครงการพัฒนาศักยภาพและเพิ่มพูนความรู้ของบุคลากรสายวิชาการ “ทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายวิชาการ ให้ได้ตำแหน่งทางวิชาการตามแนวนโยบาย (Retreat) เพื่อสร้างความเป็นเลิศ ในทศวรรษหน้า และการทบทวนคำสั่งเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) โดยรายละเอียดข่าวสารทุกท่านสามารถเข้าไปติดตามอ่านเพิ่มเติมได้ภายในเล่ม หากผู้อ่านท่านใดมีข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงจุลสาร กองการบริหางานบุคคล สามารถเสนอแนะเข้ามาเพื่อใช้ในการปรับปรุงจุลสารต่อไปในฉบับหน้า

สาส์นจากผู้อำนวยการกองการบริหางานบุคคล

สวัสดีบุคลากรชาวมหาวิทยาลัยนเรศวรทุกท่าน สำหรับจุลสารฉบับนี้ทางเรามีข่าวสารกิจกรรมต่างๆ เหมือนเช่นเคย ในส่วนของฉบับนี้จะมีข่าวสารเกี่ยวกับโครงการพัฒนาศักยภาพและเพิ่มพูนความรู้ของบุคลากรสายวิชาการ “ทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายวิชาการ ให้ได้ตำแหน่งทางวิชาการตามแนวนโยบาย (Retreat) เพื่อสร้างความเป็นเลิศ ในทศวรรษหน้า และการทบทวนคำสั่งเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) โดยกองการบริหางานบุคคล ได้รวบรวมเนื้อหาสาระของข่าวสารต่าง ๆ และภาพบรรยากาศไว้ภายในจุลสารฉบับนี้เป็นที่เรียบร้อยแล้ว หากมีข่าวสารประชาสัมพันธ์เพิ่มเติม เราจะประชาสัมพันธ์ให้กับบุคลากรทุกท่านทราบต่อไป

**โครงการพัฒนาศักยภาพและเพิ่มพูนความรู้ของบุคลากรสายวิชาการ
“ทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายวิชาการ ให้ได้ตำแหน่งทางวิชาการตามแนวนโยบาย (Retreat)”
วันที่ 29 มกราคม 2563
ณ ห้องสัมมนาเอกาทศรถ 301**



**การบรรยาย เรื่อง “นโยบายและทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายวิชาการให้ได้ตำแหน่งทางวิชาการ”
โดย ศาสตราจารย์พิเศษ ดร.กาญจนา เจริญศิริ
อธิการบดีมหาวิทยาลัยนเรศวร**

หลักการและเหตุผล

ตำแหน่งทางวิชาการของบุคลากรสายวิชาการเป็นเส้นทางความก้าวหน้าในการพัฒนาตนเองของผู้สอน และเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนามหาวิทยาลัยให้มีศักยภาพทางวิชาการ เพราะการได้รับตำแหน่งทางวิชาการของบุคลากรสายวิชาการเป็นการรับรองคุณภาพทางวิชาการด้วย ซึ่งคณะกรรมการข้าราชการพลเรือนในสถาบันอุดมศึกษา (ก.พ.อ.) ได้มีประกาศหลักเกณฑ์ วิธีการ และการจัดทำผลงานทางวิชาการในการเสนอขอตำแหน่งทางวิชาการที่เป็นไปตามเกณฑ์ที่ ก.พ.อ. และมหาวิทยาลัยกำหนด เพื่อเป็นช่องทางในการพัฒนาคุณภาพวิชาการและนวัตกรรมของประเทศ รวมทั้งครอบคลุมผลงานที่คณาจารย์ได้นำความรู้ความเชี่ยวชาญของตนมาใช้ในการแก้ไขปัญหา และพัฒนาชุมชน สังคม หรือประเทศ ตลอดจนผลักดันให้สถาบันอุดมศึกษาไทยก้าวสู่ความเป็นสถาบันอุดมศึกษาชั้นนำระดับนานาชาติ และเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันของประเทศ

มหาวิทยาลัยนเรศวร ได้มีการประชุมทบทวนนโยบาย (Retreat) เพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินงานด้านการพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถของบุคลากรทั้งสายวิชาการ และสายสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง โดยให้สอดคล้องกับนโยบาย/ยุทธศาสตร์/แผนพัฒนาการศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวร ฉบับที่ 12 ตลอดจนได้มีการกำหนดมาตรการเร่งรัดการขอตำแหน่งทางวิชาการสำหรับบุคลากรสายวิชาการ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาบุคลากรสายวิชาการให้มีศักยภาพมากยิ่งขึ้น และมีความพร้อมรองรับการดำเนินงานตามพันธกิจของมหาวิทยาลัยให้มีศักยภาพในการแข่งขันทางด้านวิชาการรวมทั้งสามารถแข่งขันได้ทั้งในระดับประเทศ และระดับนานาชาติ ต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อถ่ายทอดนโยบาย และทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายวิชาการให้ได้ตำแหน่งทางวิชาการ
2. เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจให้กับผู้บริหารระดับหัวหน้าภาควิชา และผู้บริหารที่ทำหน้าที่วางแผนพัฒนาบุคลากรสายวิชาการให้เข้าสู่ตำแหน่งทางวิชาการของคณะ/วิทยาลัย ที่ไม่มีภาควิชา
3. เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ที่ส่งผลกระทบต่อ การเข้าสู่ตำแหน่งทางวิชาการ

เป้าหมายของโครงการ

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้บริหารมหาวิทยาลัยนเรศวร	จำนวน 6 คน
บุคลากรสายวิชาการ (หัวหน้าภาควิชา)	จำนวน 66 คน
บุคลากรสายวิชาการ (ผู้บริหารที่ทำหน้าที่ดูแลการขอตำแหน่งทางวิชาการ)	จำนวน 6 คน
บุคลากรปฏิบัติการ	จำนวน 17 คน
นิสิต	จำนวน 5 คน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. มีนโยบาย และทิศทางด้าน การพัฒนาบุคลากรสายวิชาการให้ได้ตำแหน่งทางวิชาการอย่างชัดเจน
2. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความเข้าใจ และพร้อมร่วมมือกันผลักดันให้บุคลากรสายวิชาการได้พัฒนาศักยภาพเข้าสู่ตำแหน่งทางวิชาการเพิ่มมากขึ้น
3. เกิดเครือข่ายความร่วมมือของผู้บริหารระดับภาควิชา และดำรงองค์ความรู้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ที่ส่งผลกระทบต่อ การเข้าสู่ตำแหน่งทางวิชาการ



การทบทวนคำสั่งเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินงบประมาณแผ่นดิน)

มหาวิทยาลัยนเรศวร ได้รับการประสานงานจากสำนักงบประมาณ ให้จัดส่งข้อมูลคำสั่งเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) ในวันที่ 1 ตุลาคม 2562 เพื่อประกอบการพิจารณาค่าของงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564 ของมหาวิทยาลัยนเรศวร แผนงานบุคลากรภาครัฐ หมวดเงินอุดหนุนทั่วไป เงินอุดหนุนค่าใช้จ่ายบุคลากร นั้น เพื่อให้สอดคล้องกับการจัดทำงบประมาณรายจ่ายประจำปี แผนงานบุคลากรภาครัฐ เงินอุดหนุนค่าใช้จ่ายบุคลากร

นำเสนอที่ประชุมคณะกรรมการบริหารงานบุคคลประจำมหาวิทยาลัยนเรศวร (ก.บ.ม.)

วาระพิเศษ เมื่อวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2563

วาระที่ 4.1

มติ ที่ประชุมพิจารณาแล้ว มีมติดังนี้

1. รับทราบการจัดสรรงบประมาณปี พ.ศ. 2561 ให้สอดคล้องกับการเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) ในวงเงิน 4% ตามที่กองแผนงานเสนอ
2. อนุมัติให้ยกเลิกคำสั่งมหาวิทยาลัยนเรศวร เกี่ยวกับการเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) ในวันที่ 1 ตุลาคม 2562 (รอบการประเมิน 1 เมษายน 2562 - 30 กันยายน 2562) ดังนี้
 - 2.1 คำสั่งมหาวิทยาลัยนเรศวร ที่ 5234/2562 ลงวันที่ 30 กันยายน 2562 เรื่อง เลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย
 - 2.2 คำสั่งมหาวิทยาลัยนเรศวร ที่ 5235/2562 ลงวันที่ 30 กันยายน 2562 เรื่อง งดเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย
 - 2.3 คำสั่งมหาวิทยาลัยนเรศวร ที่ 5236/2562 ลงวันที่ 30 กันยายน 2562 เรื่อง ให้พนักงานมหาวิทยาลัยได้รับค่าตอบแทนพิเศษ
3. อนุมัติให้เลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) ในวันที่ 1 ตุลาคม 2562 (รอบการประเมิน 1 เมษายน 2562 - 30 กันยายน 2562) และเพิ่มอีก 2% ของเงินเดือนเดิม ณ วันที่ 30 กันยายน 2562
4. มอบให้ กองการบริหารงานบุคคล ดำเนินการจัดทำคำสั่งการเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) ตามข้อ 3
5. อนุมัติให้มีการเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) จากเดิมปีละ 2 ครั้ง ในวันที่ 1 เมษายน และ 1 ตุลาคม เปลี่ยนเป็น ปีละ 1 ครั้ง ในวันที่ 1 ตุลาคม ของทุกปี
6. มอบให้ กองการบริหารงานบุคคล จัดทำ หลักเกณฑ์ วิธีการ แนวทาง และเงื่อนไขการพิจารณาเลื่อนเงินเดือนพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินแผ่นดิน) ให้สอดคล้องกับการเลื่อนเงินเดือนต่อไป
7. อนุมัติให้มีการประเมินผลการปฏิบัติราชการ โดยดำเนินการประเมินปีละสองรอบ รอบละหกเดือน โดยรอบที่หนึ่งเป็นการประเมินผลการปฏิบัติราชการระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม ถึง 31 มีนาคม และรอบที่สองเป็นการประเมินผลการปฏิบัติราชการระหว่างวันที่ 1 เมษายน ถึง 30 กันยายน ตามระบบการประเมินการปฏิบัติราชการที่มหาวิทยาลัยนเรศวร และ ก.พ.อ. กำหนดแล้ว นำผลการประเมินทั้งสองรอบมาใช้ประกอบการเลื่อนเงินเดือน ตามข้อ 5 ต่อไป
8. อนุมัติในหลักการให้พนักงานมหาวิทยาลัย (เงินรายได้) ถือปฏิบัติตามข้อ 3 - 7 เช่นเดียวกัน โดยนำไปใช้ประกอบการพิจารณาเลื่อนเงินเดือนในปีงบประมาณ พ.ศ. 2563

วันกองทัพไทย



วันกองทัพไทย เป็นวันที่ระลึกในวาระที่สมเด็จพระนเรศวรมหาราชทรงกระทำยุทธหัตถีกับพระมหาอุปราชาของพม่า โดยถือเอาวันที่ 18 มกราคม ของทุกปีเป็นวันกองทัพไทย ตามการคำนวณจากเหตุการณ์ในประวัติศาสตร์ ที่ระบุว่า พระองค์กระทำยุทธหัตถี ในวันจันทร์ แรม 2 ค่ำ เดือนยี่ ปีมะโรง จุลศักราช 954 คำนวณได้ตรงกับวันที่ 18 มกราคม พุทธศักราช 2135 (บางตำราว่า ปีพุทธศักราช 2136)

เดิมกระทรวงกลาโหมได้กำหนดให้วันที่ 8 เมษายนของทุกปีเป็นวันกองทัพไทย ต่อมาในปี พุทธศักราช 2523 ได้เปลี่ยนโดยให้ถือเอาวันที่ 25 มกราคม เป็นวันกองทัพไทย ตามมติของคณะรัฐมนตรีในสมัยนั้น ตามประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่องกำหนดวันกองทัพไทย และวันสถาปนากระทรวงกลาโหมลง 13 มิถุนายน 2513 ต่อมาในภายหลัง ได้มีนักประวัติศาสตร์หลายท่านได้ตรวจสอบ และพบว่าวันที่ทรงกระทำยุทธหัตธินั้น แท้จริงแล้วไม่ได้ตรงกับวันที่ 25 มกราคม แต่น่าจะตรงกับวันที่ 18 มกราคม ปีดังกล่าว ทางราชการยังคงถือเอาวันที่ 25 มกราคม เป็นวันกองทัพไทยต่อไป จนกระทั่งวันที่ 22 สิงหาคม พุทธศักราช 2549 คณะรัฐมนตรีได้เห็นชอบ ตามที่กระทรวงกลาโหมเสนอ ให้เปลี่ยนแปลงกำหนดวันกองทัพไทยจากวันที่ 25 มกราคม ของทุกปี เป็น **วันที่ 18 มกราคม ของทุกปี** และอนุมัติให้เป็นวันหยุดราชการของกระทรวงกลาโหม (ตามประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่องการเปลี่ยนแปลงวันกองทัพไทย ลงวันที่ 23 สิงหาคม 2549) ในปัจจุบัน วันที่ 18 จึงถือเป็น "วันยุทธหัตถี" "วันสมเด็จพระนเรศวรมหาราช" หรือ "วันกองทัพไทย"

ที่มา : <https://guru.sanook.com/2299/>

ที่มาภาพ : <https://highlight.kapook.com/view/55367>

เคล็ดไม่ลับกับ กบค.



เคล็ดไม่ลับ 6 วิธีนอมดวงตาจากหน้าจอ

ทุกคนคงเคยได้ยินคำว่า Office Syndrome หรือ อาการป่วยที่เกิดจากการทำงานออฟฟิศ ด้วยพฤติกรรมเคยชิน ทั้งจากลักษณะท่าทางที่ไม่เหมาะสมกับสรีระ และโครงสร้างของร่างกายเป็นประจำ แต่ทราบกันหรือไม่คะว่าการทำงานหน้าจอคอมพิวเตอร์นานๆ ก็อาจจะเป็นสาเหตุของอาการป่วยอีกประเภทหนึ่งที่เรียกว่า Computer Vision Syndrome ได้เช่นกัน Computer Vision Syndrome (CVS) เป็นอาการป่วยที่เกิดจากการใช้สายตากับหน้าจอคอมพิวเตอร์ สมาร์ทโฟน รวมถึงแท็บเล็ต เป็นเวลานานๆ ซึ่งโดยเฉลี่ยจะเกิดกับ 90% ของผู้ใช้อุปกรณ์เหล่านี้เป็นประจำเลยทีเดียว

อาการของ Computer Vision Syndrome รวมถึงอาการเคืองตา ตามัว แพ้แสง ไปจนถึงกระทั่งอาการปวดศีรษะ ปวดคอ และหลัง ที่สำคัญหลายๆ ครั้ง เราไม่รู้ว่าการเหล่านี้ที่เกิดขึ้น มีสาเหตุมาจากการใช้เวลากับหน้าจอมากเกินไป โดยไม่ได้ให้สายตาได้พักและทำให้ไม่ได้รับการแก้ไขที่ตรงจุด อย่างไรก็ตามในโลกปัจจุบันการไม่เกี่ยวข้องกับอุปกรณ์เหล่านี้คงเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก สิ่งสำคัญคงจะเป็นการป้องกันอาการป่วยที่อาจเกิดขึ้น รวมถึงการใช้สายตาในระดับที่เหมาะสม และให้สายตาได้พักเป็นระยะๆ มาดูกันดีกว่าคะ กับ 6 วิธีง่ายๆ ที่จะช่วยป้องกัน Computer Vision Syndrome

1. ปรับตำแหน่ง ระยะห่าง และมุมการมองจอให้เหมาะสม หน้าจอ ควรจะอยู่ต่ำกว่าระดับสายตาของเราประมาณ 10-15 ซม. เพื่อให้เราสามารถก้มศีรษะลงเล็กน้อย และเว้นระยะห่างระหว่างหน้าจอกับตาของเราให้เหมาะสม ระยะห่างที่เหมาะสมที่สุด คือประมาณ 50-60 ซม. ค่ะ

2. ปรับแสงสว่างโดยรอบให้เหมาะสม และพยายามลดแสงสะท้อนจากหน้าจอ แสงสว่างที่มากเกินไปอาจทำให้เกิดอาการเมื่อยล้าของดวงตาขณะที่มีการใช้งานกับจอคอมพิวเตอร์ เราสามารถปรับแสงสว่างให้ลดลงได้ โดยปริมาณแสงที่เหมาะสมคือความสว่างเพียงครึ่งหนึ่งของแสงสว่างภายในออฟฟิศปกติ ซึ่งเราสามารถลดปริมาณของแสงได้ด้วย การปิดม่าน หรือดับไฟบางดวงในห้องทำงานลงบ้าง นอกจากนั้น เพื่อช่วยลดแสงสะท้อนจากหน้าจอ ในกรณีที่แสงมาจากด้านหลังผู้ใช้ และป้องกันแสงจ้าจากหลังจอ กรณีที่แสงมาจากด้านหลังจอคอมพิวเตอร์ เราควรจัดวางหน้าจอโดยให้แสงหลักมาจากด้านข้างของผู้ใช้งานค่ะ

เคล็ดไม่ลับกับ กบค.

3. กระจิบตาบ่อยๆ และให้สายตาได้พัก สาเหตุของอาการตาแห้ง อาจมีสาเหตุมาจากการเพ่งสายตาเป็นเวลานานๆ เพราะฉะนั้นในระหว่างการใช้งานกับจอคอมพิวเตอร์ อย่าลืมกระจิบตาบ่อยๆ หรือในทุกๆ ระยะเวลา 20 นาที ให้หลับตา สลับกับลืมตาซ้ำๆ ประมาณ 10 ครั้ง เพื่อช่วยลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อจากการเพ่ง และลดอาการตาแห้ง

4. พักสายตาเป็นระยะ หลังจากการใช้งานของสายตากับหน้าจอต่อเนื่องเป็นเวลานานๆ ควรเปลี่ยนไปทำกิจกรรมอื่นเป็นระยะสั้นๆ โดยในทุกๆ 2 ชั่วโมง ควรให้สายตาได้พักอย่างน้อย 15 นาที และในทุกๆ 20-30 นาที ของการใช้สายตากับหน้าจอ ควรพักสายตาด้วยการละสายตาจากจอ และมองออกไปไกลๆ ชัก 15-20 วินาที หรือ จะมองไกล สลับกับการมองใกล้ๆ ครั้งละ 10-15 วินาที ทำอย่างนี้ซ้ำ 10 ครั้ง ก็จะช่วยให้สายตาได้พักอีกด้วย

5. นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ การพักผ่อนที่น้อยจนเกินไป นอกจากส่งผลต่อการทำงานของระบบต่างๆ ภายในร่างกาย รวมถึงระบบภูมิคุ้มกันแล้ว ยังอาจทำให้เกิดอาการระคายเคืองกับดวงตาได้ง่ายขึ้นอีกด้วย ดังนั้น อย่าลืมจัดตารางให้กับการนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอด้วยค่ะ

6. ตรวจสอบสุขภาพตาอย่างสม่ำเสมอ ดวงตาเป็นอวัยวะที่มีความอ่อนไหว และควรได้รับการดูแลเป็นอย่างดี ผู้ที่ใช้สายตากับหน้าจอเป็นประจำ ควรได้รับการตรวจสอบสุขภาพตาอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อตรวจดูความผิดปกติทางสายตา หรืออาการป่วยที่อาจเกิดขึ้น เพราะการทราบถึงอาการผิดปกติในระยะแรก ย่อมหมายถึงโอกาสที่จะรักษา หรือป้องกันไม่ให้อาการรุนแรงขึ้นได้ การพบแพทย์และตรวจความผิดปกติของสายตาเป็นเรื่องสำคัญ โดยเฉพาะผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปี ขึ้นไป ที่อาจเริ่มมีอาการทางสายตาที่เกิดตามวัยได้อีกด้วย

ได้ทราบกันไปแล้ว ถึงแนวทางการป้องกัน Computer Vision Syndrome อาการป่วยจากการใช้สายตากับจอคอมพิวเตอร์ที่มากจนเกินไปที่อาจเกิดได้โดยที่เราไม่รู้ตัว ถึงเวลาไปดูกันแล้วละค่ะ ว่าหน้าจอของเราอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสมหรือยัง ห้องทำงานมีปริมาณ และทิศทางของแสงที่พอเหมาะหรือไม่ และที่สำคัญ อย่าลืมให้สายตาได้พักบ้างพักผ่อนให้เพียงพอ และจัดตารางการดูแลสุขภาพตา ไปพบแพทย์เป็นระยะกันด้วยนะคะ

ที่มา : <https://www.sanook.com/health/14249/>