

จุลสารกองการบริหารงานบุคคล



เนื้อหาภายในเล่ม



สถานีจากผู้อำนวยการกองการบริหารงานบุคคล

2

โครงการพัฒนาศักยภาพและจีดความสามารถของบุคลากร

รายงานการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุน 3

เพื่อร่วมสร้างมหาวิทยาลัยนเรศวรเพื่อประชาชน”



วันกวนิพนธ์สถากด

7

เกตี๊ค ไม่ถับกัน กบก.

8



บทบรรณาธิการ

จุลสาร กองการบริหารงานบุคคล ฉบับที่ 32 ปีที่ 11 ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2563 ถึงเดือน พฤษภาคม 2563 ทางกองการบริหารงานบุคคล ได้มีข่าวสาร และกิจกรรมต่าง ๆ มาประชาสัมพันธ์ให้กับบุคลากร ของมหาวิทยาลัยนเรศวรได้ทราบ ในส่วนของฉบับนี้จะมีข่าวสารเกี่ยวกับโครงการพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถของ บุคลากรสายสนับสนุน “ทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุนเพื่อร่วมสร้างมหาวิทยาลัยนเรศวรเพื่อประชาชน” โดยรายละเอียดข่าวสารทุกท่านสามารถเข้าไปติดตามอ่านเพิ่มเติมได้ภายในเล่ม หากผู้อ่านท่านใดมีข้อเสนอแนะเพื่อการ ปรับปรุงจุลสาร กองการบริหารงานบุคคล สามารถเสนอแนะเข้ามาเพื่อใช้ในการปรับปรุงจุลสารต่อไปในฉบับหน้า

สารานุกรม จากผู้อำนวยการกองการบริหารงานบุคคล

สวัสดีบุคลากรชาวมหาวิทยาลัยนเรศวรทุกท่าน สำหรับจุลสารฉบับนี้ทางเรามีข่าวสารกิจกรรมต่าง ๆ เมื่อันเช่นเคย ในส่วนของฉบับนี้จะมีข่าวสารเกี่ยวกับโครงการพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถของบุคลากรสายสนับสนุน “ทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุนเพื่อร่วมสร้างมหาวิทยาลัยนเรศวรเพื่อประชาชน” โดยกองการบริหารงานบุคคล ได้รวบรวมเนื้อหาสาระของข่าวสารต่าง ๆ และภาพบรรยากาศไว้ภายในจุลสารฉบับนี้เป็นที่เรียบร้อยแล้ว หากมีข่าวสาร ประชาสัมพันธ์เพิ่มเติม เราชจะประชาสัมพันธ์ให้กับบุคลากรทุกท่านทราบต่อไป

**โครงการพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถสามารถของบุคลากรสายสนับสนุน
“ทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุนเพื่อร่วมสร้างมหาวิทยาลัยนเรศวรเพื่อประชาชน”**

วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2563

ณ ห้องสัมมนาเอกาทศรัตน์ 301



หลักการและเหตุผล

สภามหาวิทยาลัยนเรศวร ได้อนุมัติแผนพัฒนาการศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวร ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564) ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2563 - 2564 ขึ้น และกำหนดเป้าหมายหลักที่มุ่งพัฒนามหาวิทยาลัยนเรศวร สู่การเป็นสถาบันอุดมศึกษา 4.0 โดยมีกลยุทธ์การพัฒนา และสร้างสรรค์นวัตกรรม บูรณาการเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางภูมิปัญญา เพื่อมุ่งพัฒนาศักยภาพด้านการแข่งขัน และก้าวสู่ความเป็นมหาวิทยาลัยชั้นนำในระดับสากล

มหาวิทยาลัยนเรศวร ได้มีการประชุมบททวนนโยบาย (Retreat) เพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินงาน ด้านการเพิ่มขีดความสามารถการวิจัยเพื่อสร้างนวัตกรรมสู่ความเป็นเลิศ โดยส่งเสริมให้บุคลากรสายสนับสนุนสามารถสร้างผลงานวิจัยและนวัตกรรมที่นำไปขยายประสบความสำเร็จ ให้ตอบโจทย์กับความต้องการของชุมชนและสังคม และการพัฒนาของประเทศ รวมทั้งสอดคล้องกับนโยบาย ยุทธศาสตร์ของแผนพัฒนาการศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวร ฉบับที่ 12 ตลอดจนได้มีการสนับสนุนให้บุคลากรสายสนับสนุนมีการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่องเพื่อให้มีความพร้อมรองรับการดำเนินงานตาม พันธกิจของมหาวิทยาลัย รวมทั้งสามารถแข่งขันทางด้านวิชาการได้ทั้งในระดับประเทศ และระดับนานาชาติต่อไป

ในการนี้ เพื่อให้นโยบายและทิศทางด้านการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุนดังกล่าว ได้รับความร่วมมือ จากบุคลากรระดับหัวหน้างานทุกท่าน ในการช่วยกันปฏิบัติงานเพื่อร่วมสร้างมหาวิทยาลัยนเรศวร ให้เกิดผลสำเร็จตาม เป้าหมายที่กำหนด ดังนั้น มหาวิทยาลัยนเรศวร จึงเห็นควรให้จัดโครงการพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถของ บุคลากรสายสนับสนุน “ทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุนเพื่อร่วมสร้างมหาวิทยาลัยนเรศวรเพื่อประชาชน”



วัตถุประสงค์

1. เพื่อถ่ายทอดนโยบาย และทิศทางการพัฒนางานของบุคลากรสายสนับสนุน
2. เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจให้กับบุคลากรระดับหัวหน้างาน ในการปฏิบัติงานเพื่อประโยชน์ส่วนรวม และประโยชน์ส่วนตน
3. เพื่อจัดทำแผน และกิจกรรมในการปฏิบัติงานในลักษณะความร่วมมือแบบมีส่วนร่วม และสหวิทยาการ

เป้าหมายของโครงการ

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้บริหาร	จำนวน 9 ราย
ประธานคณะกรรมการกำหนดนโยบายฯ	จำนวน 4 ราย
บุคลากรระดับหัวหน้างาน	จำนวน 147 ราย
บุคลากรที่ทำงานที่ดูแลเรื่องการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุน	จำนวน 3 ราย

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. มหาวิทยาลัยมีนโยบาย และทิศทางด้านการพัฒนางานของบุคลากรสายสนับสนุนอย่างชัดเจน
2. บุคลากรระดับหัวหน้างานที่เข้าร่วมโครงการมีความเข้าใจในการปฏิบัติงานเพื่อประโยชน์ส่วนรวม และประโยชน์ส่วนตน
3. เกิดเครือข่ายความร่วมมือในการจัดทำแผน และกิจกรรมในการปฏิบัติงานร่วมกัน



การบรรยาย เรื่อง “นโยบายและทิศทางการพัฒนาบุคลากรสายสนับสนุน”
โดย อธิการบดีมหาวิทยาลัยนเรศวร (ศาสตราจารย์พิเศษ ดร.กัญจนा เงรากังกี)



การประชุมกลุ่มย่อย เรื่อง “การจัดทำและนำเสนอแผนทิศทางและกิจกรรมดำเนินการในการพัฒนาภารกิจ”
โดย รองอธิการบดี ผู้ช่วยอธิการบดี และประธานคณะกรรมการกำหนดนโยบายฯ



การนำเสนอ เรื่อง “การจัดทำและนำเสนอแผนพิศทางและกิจกรรมดำเนินการพัฒนาภารกิจ”
โดย ตัวแทนของกลุ่มย่อยทุกกลุ่ม
และตอบข้อซักถาม



วันกวนิพนธ์สาгал

21 มีนาคม วันกวีนิพนธ์สากล (World Poetry Day)



วันกวีนิพนธ์สากล (World Poetry Day)

เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ศิลป์แห่งกวีนิพนธ์ยังคงอยู่ อีกทั้งยังเป็นการสนับสนุนให้ผู้คนทั่วโลกได้ตระหนักถึงความสามารถของนักกวี ในการจับเอาจิตวิญญาณแห่งความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ภายในจิตใจมนุษย์ออกมาถ่ายทอด ทางองค์กรการศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ หรือ UNESCO ได้ประกาศให้วันที่ 21 มีนาคมของทุกปีเป็น วันกวีนิพนธ์สากล (World Poetry Day) ซึ่งการประกาศนี้เกิดขึ้นในระหว่างการประชุมครั้งที่ 30 ของยูเนสโก ที่จัดขึ้น ณ กรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส เมื่อปี พ.ศ. 2542

กвинพนธ์ นั้นถือได้ว่าเป็นศิลป์ด้านภาษาที่ต้องผ่านการถักทอและเรียงร้อยอย่างประณีตสร้างสรรค์ บ่อยครั้งที่กвинพนธ์เป็นดั่งเครื่องมือที่สะท้อนตัวตนของมนุษย์ ตลอดจนยังสื่อสารถึงค่านิยมในวัฒนธรรมที่หลากหลาย เป็นการถ่ายทอดเรื่องราวของชีวิตและจิตใจให้โลดแล่นไปด้วยตัวอักษร กвинพนธ์ไม่ได้เพียงแต่เล่าเรื่องราวต่างๆ เท่านั้น แต่ในบางครั้งบทกลอนต่าง ๆ ก็ยังนำไปสู่การตั้งคำถามให้ขบคิดได้อย่างมีรู้จับ อีกหนึ่งจุดประسังค์ของการให้ กำเนิดวันกвинพนธ์สากลขึ้น ก็เพื่อเป็นการสนับสนุนความหลากหลายทางภาษา ผ่านการแสดงออกของกвинพนธ์ นับเป็นการเปิดโอกาสให้กับภาษาที่กำลังจะสูญหายให้กลับมามีชีวิตชีวาผ่านการถูกหยิบยก หรือถูกนำมาขับขานขึ้น อีกครั้ง

ที่มา : <https://guru.sanook.com/28053/>

เคล็ดไม่ลับกับ กบค.



9 เคล็ดไม่ลับ ช่วยดูแลสุขภาพในหน้าฝน

1. นอนหลับให้เพียงพอ มีการศึกษาพบว่าคนที่นอนน้อยกว่า 7 ชั่วโมงต่อวัน จะมีความเสี่ยงต่อการเป็นหวัดเพิ่มขึ้น 3 เท่า ดังนั้นเราจึงควรนอนหลับอย่างเพียงพอเพื่อป้องกันตัวเราไม่ให้เป็นหวัด หรือติดเชื้ออื่น ๆ ได้ง่าย

2. ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ การล้างมือบ่อย ๆ จะช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อได้โดยเฉพาะในช่วงที่มีการระบาดของไวรัส

3. ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 1.5 ลิตร ในแต่ละวันเราควรดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพออย่างน้อยวันละ 1.5 ลิตร โดยควรเป็นน้ำอุ่นหรูมิห้อง หรือน้ำอุ่น เพื่อควบคุมระดับอุณหภูมิของร่างกายให้ปกติ การดื่มน้ำช่วยเพิ่มการไหลเวียนโลหิต ทำให้เซลล์ต่าง ๆ ในร่างกายไม่ขาดน้ำ และสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้ผิวนางเพื่อลดโอกาสที่เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกาย

4. รับประทานผักและผลไม้ที่มีคุณค่าต้านอนุมูลอิสระ ผักและผลไม้สดจะอุดมไปด้วยวิตามินและเกลือแร่ ทำให้เซลล์ต่าง ๆ ในร่างกายแข็งแรง และยับยั้งการเกิดโรคได้ และยังช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันได้อีกด้วย ผักและผลไม้ที่ควรทาน เช่น บร็อคโคลี ส้ม ฝรั่ง จิง ไข่มีน้ำ กระเทียม เป็นต้น

5. ทำความสะอาดบ้านให้ปราศจากเชื้อโรค ควรหมั่นทำความสะอาดบ้านด้วยน้ำยาทำความสะอาด โดยเฉพาะบริเวณที่มีจับบอย เช่น กลอนประตู จะช่วยไม่ให้มีการสะสมเชื้อโรค ลดการเกิดโรคได้

6. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ การออกกำลังกายทุกวัน วันละ 30 นาที ทำให้ร่างกายสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อได้

7. ออกไบร์นและเดดตอนเข้าบ้าน การรับแสงเดดอ่อน ๆ ตอนเข้าจะทำให้คลอรีโนเตอร์อลที่ผิวนางเปลี่ยนเป็นวิตามินดีได้ โดยวิตามินดีจะมีส่วนช่วยสำคัญในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

8. ทำใจให้สบาย ไม่จมกับความเครียด มีการศึกษาว่าการเมจิโตไปร่ส์บาย แจ่มใส ปราศจากความเครียด จะช่วยเสริมการทำงานของภูมิคุ้มกันได้ โดยเราอาจทำกิจกรรมที่เราชอบ กิจกรรมที่ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย หลังจากเกิดความเครียด

9. ระวังไม่ให้เท้าหรือตัวเปียก เมื่อเลื่องผ้าเปียกฝน เราควรต้องเปลี่ยนเป็นเสื้อผ้าแห้ง และสะอาดทันที เพื่อไม่ให้อุณหภูมิร่างกายลดต่ำเกินกว่าปกติ ซึ่งจะทำให้เป็นหวัดได้ และหากต้องระหว่างไม่ให้เท้าเปียกเพื่อไม่ให้เกิดเชื้อร้ายที่เท้าได้ถ้าเท้าเปียก ให้เช็ดให้สะอาดและเปลี่ยนเป็นรองเท้าที่แห้งทันที

ที่มา : <https://www.healthymax.net/9%E0%B9%80%E0%B8%84%E0%B8%A5%E0%B9%87%E0%B8%94%E0%B9%84%E0%B8%A1%E0%B9%88%E0%B8%A5%E0%B8%B1%E0%B8%9A/>