

การประชุมวิชาการประเพณี

ธรรมศาสตร์ – เกษตรศาสตร์ – มหิดล – กองทัพเรือ ครั้งที่ 25

KU

KASETSART
UNIVERSITY



กลุ่มที่ 2 สุขภาวะที่ดี (Well-being)

นำการประชุมเชิงปฏิบัติการ โดย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรัสวดี อรุณวารากรณ์

ผลสำรวจด้านสุขภาวะและความเป็นอยู่ที่ดี (Health & Wellness) ของนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ปี 2567

จากโครงการศูนย์วิชาการมหาวิทยาลัยแห่งความสุขกับการสร้างเสริมสุขภาพอย่างยั่งยืน สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

หัวข้อ	ค่าคะแนนเฉลี่ย
สมดุลระหว่างชีวิตและการเรียน (Work-Life Balance)	56.38

เกณฑ์ค่าคะแนนเฉลี่ย สมดุลระหว่างชีวิตและการเรียน

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 0.00 – 24.99	คะแนน	หมายถึง ระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 25.00 – 49.99	คะแนน	หมายถึง ระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 50.00 – 74.99	คะแนน	หมายถึง ระดับมาก
คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 75.00 – 100.0	คะแนน	หมายถึง ระดับมากที่สุด

ผลสำรวจด้านสุขภาวะและความเป็นอยู่ที่ดี
(Health & Wellness) ของนิสิต พบว่า
นิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มีความสมดุลระหว่าง
ชีวิตและการเรียน (Work-Life Balance)
อยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 10: ร้อยละและค่าคะแนนเฉลี่ยความสมดุลระหว่างชีวิตของนิสิต-นักศึกษา ประจำปี 2567

หัวข้อ	ค่าคะแนนเฉลี่ย
การใช้เวลา	
การใช้เวลาในเรื่องจำนวนวันที่เรียน	47.82
การใช้เวลาในเรื่องชั่วโมงเรียน	80.53
การได้พักผ่อน (ไม่รวมการนอนหลับตอนกลางคืน)	47.36
การบริหารจัดการเวลา	
ความสามารถบริหารจัดการเวลาได้อย่างเหมาะสม	56.03
ความท้าทายการบริหารจัดการเวลา (ยากสำหรับท่าน)	55.86
ตารางเรียนและกิจกรรมทางการศึกษาส่งผลกระทบต่อการทำกิจกรรมส่วนตัว	55.49
ใช้เวลาทำกิจกรรมนอกห้องเรียนร่วมกับเพื่อน	56.78
ใช้เวลาทำกิจกรรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ความสามารถทางวิชาการ เช่น การเรียนพิเศษ การเรียน ภาษาอังกฤษต่างประเทศ	39.49
อื่นๆ	
มหาวิทยาลัย มีความยืดหยุ่น ในการเรียนการสอน (ในสถานการณ์ปกติ) (เช่น ความยืดหยุ่น ในการให้เรียนที่บ้านหรือนอกสถานที่ ไม่ต้องเข้าชั้นเรียน/ยืดหยุ่นการส่งงานตามเวลาที่ กำหนด/การเรียนนอกเวลาที่กำหนด)	59.84
การใช้สิทธิและเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็นทางการเมือง เช่น การเลือกตั้งผู้แทนใน ห้องถิ่นของท่าน การเลือกตั้งประธานและคณะกรรมการนักศึกษา	64.57

“

มหาวิทยาลัยต้องให้ความสำคัญและ สร้างกิจกรรมที่จะทำให้เกิดความสุข
ในการพัฒนาตนเอง ช่วยให้นิสิต มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ
ขอขอบคุณผู้บริหาร อาจารย์ และบุคลากร ที่ดูแลนิสิต ดูแล เยาวชนของชาติ ครับ

”

โครงการสัมมนาเครือข่ายด้านการดูแลสุขภาพะนิสิตในระดับวิทยาเขต มก. วันที่ 7 ตุลาคม 2564



นโยบาย “แนวทางการดำเนินงานด้านการพัฒนาสุขภาพะนิสิต”

โดย ดร.จรัล วัชรินทร์รัตน์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

- สนับสนุนการสร้างเครือข่ายการดูแลสุขภาพะนิสิตด้านสุขภาพให้เข้มแข็งในทุกภาคส่วน
- สนับสนุนการดำเนินงานเชิงป้องกันปัญหาด้านสุขภาพะเชิงรุก
- สนับสนุนทรัพยากรเพื่อส่งเสริมการดำเนินงานด้านสุขภาพะนิสิต
- สนับสนุนการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพะเชิงรุก

นโยบาย “การขับเคลื่อนการดูแลนิสิตด้านสุขภาวะอย่างสร้างสรรค์และยั่งยืน”
โดย ผศ.รัชต ชมภูนิช รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิตและพัฒนาย่างยั่งยืน



- **Well-being Knowhow & Network** : มีการแลกเปลี่ยนแบ่งปันองค์ความรู้ (KM) และทรัพยากรต่าง ๆ ระหว่าง วิทยาเขตร่วมกันได้ตลอด
- **Well-being Co-working & Space** : เปิดพื้นที่และโอกาสให้นิสิตได้พบปะและขับเคลื่อนงานด้านสุขภาวะร่วมกัน
- **Well-being Proud and Award** : มอบรางวัลสำหรับบุคลากรที่ดูแลด้านสุขภาวะนิสิต เพื่อสร้างความภาคภูมิใจ และส่งเสริมการพัฒนางานด้านการดูแลสุขภาวะ
- **Well-being Platform** : จัดทำแพลตฟอร์มสำหรับรวบรวมฐานข้อมูลด้านสุขภาวะ นำไปสู่การพัฒนางานด้านการส่งเสริมสุขภาวะอย่างเป็นระบบ และต่อเนื่อง

KU พร้อมดูแลใจนิสิต



KU SUPPORT พร้อมรับฟังด้วยหัวใจ

- อาจารย์ และบุคลากร KU
- เพื่อน / รุ่นพี่ / รุ่นน้อง
- KU Happy Place Center (นักจิตวิทยา / นักแนะแนวการศึกษาและอาชีพ)



หารือแนวทาง ดูแลร่วมกัน

หารือแนวทางการดูแลร่วมกัน ระหว่าง นิสิต อาจารย์ ผู้ปกครอง พร้อมบุคลากรที่เกี่ยวข้อง



สถาน พยาบาล มก.

นิสิตสามารถนัดหมายเพื่อปรึกษาจิตแพทย์ พร้อมรับยา (ถ้ามี) ตามคำแนะนำของแพทย์
**โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย



ส่งต่อหน่วยงาน ภายนอก

ทีม KU ให้คำแนะนำเชิงบวก เพื่อให้นิสิตและผู้ปกครองได้รับการปรึกษากับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทางด้านสุขภาพจิต ภายนอก เช่น ศูนย์บริการสาธารณสุข 24 สว.ศรีรัษฎา เป็นต้น



KU ดูแลใจ นิสิตต่อเนื่อง

ทีม KU ประสานงานติดตาม เพื่อดูแลนิสิตร่วมกัน กับ ผู้ปกครองอย่างต่อเนื่อง

" เน้นการสื่อสารเชิงบวก รับฟังด้วยหัวใจ โดยเคารพสิทธิส่วนบุคคลของนิสิตเป็นสำคัญ "

ทั้งนี้ การประสานผู้ปกครองจะเกิดขึ้น ภายหลังจากที่นิสิตเห็นชอบแล้ว (ยกเว้นกรณีฉุกเฉิน)

พร้อมร่วมหารือแนวทางการดูแลจิตใจซึ่งกันและกัน ระหว่าง มหาวิทยาลัย นิสิต และผู้ปกครอง เพื่อให้การดูแลนิสิตเป็นไปในทิศทางเดียวกัน

1. โครงการสำรวจความต้องการด้านสุขภาวะ
และพัฒนาระบบคัดกรองนิสิตที่มีแนวโน้มปัญหาด้านสุขภาพจิต
2. จัดบริการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา สำหรับนิสิต Onsite และ Online
3. จัดจ้างจิตแพทย์ และจัดบริการจ่ายยาสำหรับนิสิต โดยสถานพยาบาล มก
4. การพัฒนาปรับแผนแนวทางการดูแลจิตใจนิสิตในภาวะวิกฤติ
5. ผลิตสื่อส่งเสริมสุขภาวะ เพื่อเตรียมความพร้อมด้านจิตใจให้นิสิต
6. เน้นการสื่อสารเชิงบวก พร้อมหารือแนวทางการดูแลซึ่งกันและกัน
ร่วมกันระหว่าง มหาวิทยาลัย นิสิต และผู้ปกครอง เพื่อให้การดูแลนิสิต
เป็นไปในทิศทางเดียวกัน
7. เน้นการประสัมพันธ์ให้นิสิตทราบช่องทางบริการด้านสุขภาพจิต
ทั้งจากหน่วยงานภายใน และภายนอก โดยทำงานร่วมกับ
คณะทำงานประชาสัมพันธ์ และกิจการพิเศษ กองพัฒนานิสิต
คณะ วิทยาเขต และ หน่วยงานภายใน มก.



ภารกิจหลัก และ การจัดบริการนิสิต

ภารกิจหลัก

บริการส่งเสริมสุขภาวะ ดูแลช่วยเหลือ และให้คำปรึกษานิสิต พร้อมสร้างเครือข่ายความร่วมมือการช่วยเหลือดูแลนิสิตจากทั้งหน่วยงานภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย เพื่อให้นิสิตสามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข

ระบบการส่งเสริม สุขภาวะนิสิต	บริการการปรึกษา เชิงจิตวิทยา	การสร้าง เครือข่ายสุขภาวะ:
สำรวจความต้องการ ด้านสุขภาวะ	คัดกรองสุขภาพจิต เบื้องต้น	เครือข่ายภายใน <ul style="list-style-type: none"> อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ที่ปรึกษาหอพัก กลุ่มผู้นำนิสิต อบก. สโมฯ คณะ วิทยาเขต มก. นิสิตฝึกงาน คณะศึกษาศาสตร์ มก. / สังคมศาสตร์ มก.
คัดกรองนิสิตที่มีแนวโน้ม ปัญหาด้านสุขภาพจิต	ให้การปรึกษา เชิงจิตวิทยา	
วิเคราะห์และสรุปผล เพื่อพัฒนาระบบดูแลนิสิต	กรณีนพบนิสิตที่มีแนวโน้ม ปัญหาด้านสุขภาพจิต	เครือข่ายภายนอก <ul style="list-style-type: none"> สมาคมด้านจิตวิทยา หน่วยงานสุขภาพจิต โรงพยาบาล
จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริม ป้องกัน และแก้ไขปัญหาด้าน สุขภาวะ	ประสานหน่วยงานภายใน คณะ หอพัก สถานพยาบาล เป็นต้น ประสานผู้เกี่ยวข้อง และหน่วยงานภายนอก ผู้ปกครอง เพื่อน โรงพยาบาล เป็นต้น	
		
ติดตามนิสิต		




หน่วยงานต้นสังกัด
 หน่วยงานรับชมทาง: ผลิตและให้บริการ
 KU Happy Place Center
 งานแนะแนวและจิตอาษา กองกิจการนิสิต มก.

ช่องทางการติดต่อ
 Tel : 02-561-4522
 FB : KUHappyPlaceCenter
 LINE : @hbj3805o



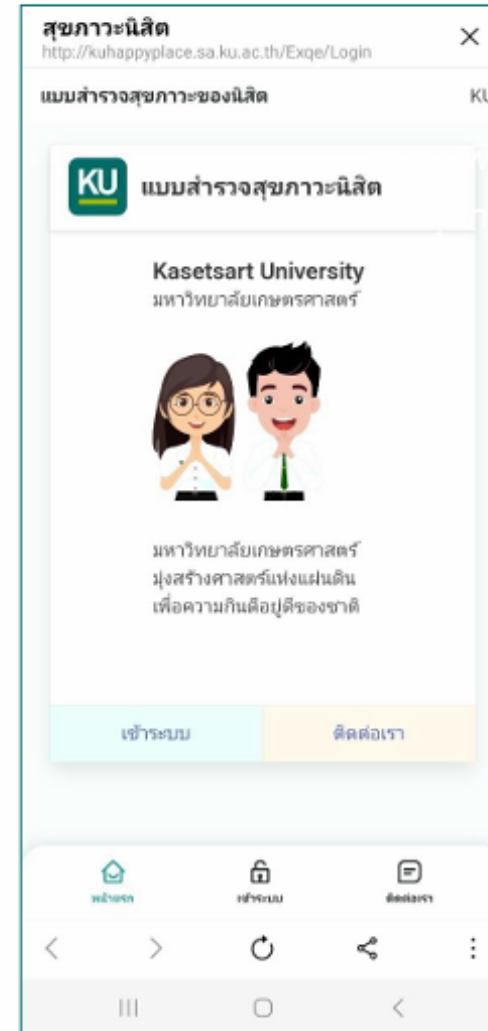


แนวทางการ
สำรวจข้อมูลด้านสุขภาพะ
นิสิต ปี 1 มท. ปี 2566

ระบบแบบสำรวจ
สุขภาพะนิสิตออนไลน์

โดย กองพัฒนานิสิต
ร่วมกับ
สำนักบริการคอมพิวเตอร์

*อยู่ระหว่างการพัฒนา



Happy Class by Happy Place



แนะนำสถานที่ KU Happy Place Center



Happy Smile@KU



KU Cheer Up ส่งต่อกำลังใจในช่วงสอบ



กระบวนการดำเนินงาน

1. จัดบริการระบบสำรวจสุขภาพออนไลน์ สำหรับนิสิต ชั้นปี 1
2. จัดบริการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทั้ง ออนไลน์ และ ออนไลน์
(Talk to Care Service)
3. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ "สำหรับนิสิต"
 - 3.1 กิจกรรม สำหรับ นิสิต ปี 1
เช่น KU Happy Freshy Club และ KU Happy Guides
 - 3.2 กิจกรรม สำหรับ นิสิต ทุกชั้นปี
เช่น KU Happy Fair และ Happy mind & Happy life
4. จัดกิจกรรม“เพื่อนช่วยเพื่อน”เพื่อให้นิสิตดูแลใจซึ่งกันและกัน
จำนวน 2 กลุ่ม : กลุ่มผู้นำนิสิต และ กลุ่มนิสิตทุกชั้นปี
(KU Happy Friends)
5. จัดกิจกรรมการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ
ช่วยเหลือนิสิตที่ประสบภาวะวิกฤตทางจิตใจ
"สำหรับบุคลากร" (KU Support)
6. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ
เสริมสร้างกำลังใจ"สำหรับบุคลากร"
(KU Happy Policy Club)
7. จัดกิจกรรมเสริมสร้างกำลังใจช่วงสอบ
(KU Happy cheer up)
8. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และประชาสัมพันธ์บริการ
ร่วมกับ “รายวิชาเรียน”
(KU Happy Class by Happy Place)

กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพะทางจิตใจ

มุ่งเน้นให้ “นิสิตทุกคนมีส่วนร่วม” ในทุกมิติ

- สนับสนุนให้นิสิตจัดกิจกรรม “โดย นิสิต เพื่อ นิสิต”
- จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพะ ครอบคลุม นิสิต ทุกชั้นปี
- สร้างเครือข่ายความร่วมมือ ระหว่าง หน่วยงาน และ กลุ่มผู้นำนิสิต
- ทุกกิจกรรม มุ่งเน้น การประชาสัมพันธ์ให้นิสิตเข้าถึงข้อมูล การรับบริการด้านสุขภาพะ ทั้งภายใน และ ภายนอก มก.

KU HAPPY FAIR 2022

พบกับกิจกรรมดูแลจิตใจมากมาย ในงานแห่งความสุข ณ.

REALYOU

รักในสิ่งที่เราเป็น (สำหรับนิสิต)

15 ก.พ. 2565 เวลา 14.00 - 17.00 น.
คุณศุภาวรา วัฒนไพโรจน์ : Dance Movement Psychotherapist (นักเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อการเยียวยาจิตใจ)

15 FEB

REALBEAUTY

ความสุขในชีวิตจริงที่สวยงาม (สำหรับนิสิต)

25 ก.พ. 2565 เวลา 13.00 - 16.00 น.
น.ส.พ.ศ.พญ. ดร.พนพร พุ่มจันทร์ หัวหน้าสาขาจิตวิทยาคลินิก ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ นท.

25 FEB

REALCLUB

พักกาย พักใจ (สำหรับบุคลากร และบุคลากรผู้ดูแลจิตใจ)

4 มี.ค. 2565 เวลา 10.00 - 12.00 น. (เช้า)
ดร.สมบุญ ราชอุบลทวี นวัตกรรมศึกษา ศูนย์วิจัย JAI CENTER

4 มี.ค. 2565 เวลา 14.00 - 16.00 น. (บ่าย)
อาจารย์อริย์กุล สุทธิคุณ อดีตผู้อำนวยการกองกิจการนิสิต นท.

4 MAR

REALLOVE

สร้างแรงบันดาลใจจากภายในสู่ภายนอก (สำหรับนิสิต)

10 มี.ค. 2565 เวลา 14.00 - 16.00 น.
คุณผู้ดำเนินรายการคุณบรรณิณี (พรฟ้า) สอนวิชา KU คณะเกษตร // ผู้จัดการอบรมโครงการ “นิสิตผู้มีวิสัยทัศน์แห่งอนาคต 2021”

10 MAR

REALFRIENDS

เพื่อนกับนิยามคุณเจนิ (สำหรับนิสิต บุคลากร และผู้ปกครอง)

18 มีนาคม 2565 เวลา 10.00 - 12.00 น.
นพ.สมรัช สัตย์มีบุญกุล จิตแพทย์ โรงพยาบาลบางนารักษ์

18 MAR

สอบถาม โทร.087-934-4994

- รับ ชม. กิจกรรมด้านสุขภาพ ทุกกิจกรรม
- รับ ชม. กิจกรรมตามหลักเกณฑ์ กองทุน 4 กยศ. จำนวน 3 ชม. ต่อ 1 กิจกรรม

สแกน QR CODE เพื่อสมัครเข้าร่วมกิจกรรม *พร้อมรับข้อมูลเพิ่มเติม

คู่มือบริการนิสิตและผู้ดูแลจิตใจ
KU Happy Place Center
งานส่งเสริมและจัดการด้านสุขภาพจิตและนิสิต นท.

ติดต่อทางโทรศัพท์
Tel.: 02-561-4522
FB: KUHappyPlaceCenter
LINE: @tbj3805o

KU HAPPY FAIR 2023

1. นิสิตที่เข้าร่วมจะได้รับ ชม. กิจกรรม ด้านสุขภาพ

2. กิจกรรมในมหาวิทยาลัยสามารถแบ่งเป็น หัวข้อ 1, กิจกรรมจิต และ 2. เติบโตขึ้น นท.

โดย อ.วิภาดา แหวนเพชร ประจำวิชาทักษะแห่งความสุข น.ส.เตชไฉไลพรจอนเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง พร้อม ทีม พ้า นักจิตวิทยาการปรึกษา จาก MASTERPEACE

ชวนน้องๆ มาสร้างมิตรภาพที่ดีต่อใจจริง ๆ และสร้างความรู้สึกลึก "ปลอดภัย" และ เรียนรู้การปรับตัว

ฟรี! กิจกรรม Biofeedback Good Mental Health

ตรวจวัดระดับความเครียด ภาวะซึมเศร้า การนอน สุขภาพหลอดเลือด ภาวะสุขภาพกายเบื้องต้น

3. จิตแพทย์ ใจดี

พญ.นฤมล จินตพัฒน์ภาภิชา

แนวทางการสื่อสารกับ “ผู้ปกครอง” เพื่อดูแลนิสิต ร่วมกับ ระหว่าง ผู้ปกครอง จิตแพทย์ และมหาวิทยาลัย

สแกน QR CODE สมัครกิจกรรม พร้อมรับข้อมูลเพิ่มเติม

สอบถาม โทร.087-934-4994

1. ความเบิกบาน ดีดี ในหัวใจ

วัน จันทร์ ที่ 24 ก.ค. 66 : เวลา 13.00 - 15.00 น.
สถานที่ : ห้องบรรยาย ชั้น 1 อาคารระพีสาคริก

2. มิตรภาพ ดีดี จากเพื่อน ดีดี

วัน อังคาร ที่ 25 ก.ค. 66 : เวลา 13.30 - 15.30 น.
สถานที่ : ห้องบรรยาย ชั้น 1 อาคารระพีสาคริก

3. จิตแพทย์ ใจดี

วัน พุธ ที่ 26 ก.ค. 66 : เวลา 10.00 - 12.00 น.
สถานที่ : ห้องบรรยาย ชั้น 1 อาคารระพีสาคริก

4. สุขภาพใจ ดีดี

วัน พฤหัสบดี ที่ 27 ก.ค. 66 : เวลา 09.30 - 15.30 น.
สถานที่ : ห้องบรรยาย ชั้น 1 อาคารระพีสาคริก

*บุคลากร (รอบเช้า) 09.30 - 12.00 น.
*นิสิต (รอบบ่าย) 13.00 - 15.30 น.

คู่มือบริการนิสิตและผู้ดูแลจิตใจ
KU Happy Place Center
งานส่งเสริมและจัดการด้านสุขภาพจิตและนิสิต นท.

ติดต่อทางโทรศัพท์
Tel.: 087-934-4994
FB: KUHappyPlaceCenter
LINE: @tbj3805o

4. สุขภาพใจ ดีดี

กิจกรรมสำหรับ นิสิตบุคลากร และบุคลากร

1. นิสิตที่เข้าร่วมจะได้รับ ชม. กิจกรรมด้านสุขภาพ
2. กิจกรรมในมหาวิทยาลัยสามารถแบ่งเป็น หัวข้อ 1. กิจกรรมจิต และ 2. เติบโตขึ้น นท.

คลินิกเคลื่อนที่ Biofeedback Good Mental Health บริการตรวจสุขภาพใจครบวงจร

โดยทีม (MENTAL HEALTH CRISIS ASSESSMENT AND TREATMENT TEAM: MCATT) โรงพยาบาลศรีนครินทร์

“ตรวจวัดระดับความเครียด ภาวะซึมเศร้า การนอน สุขภาพหลอดเลือด ภาวะสุขภาพกายเบื้องต้น”

27 ก.ค. 66

*บุคลากร (เช้า) 9.30 - 12.00 น.
*นิสิต (บ่าย) 13.00 - 15.30 น.
ณ ห้องบรรยาย ชั้น 1 อาคารระพีสาคริก

สแกน QR CODE สมัครกิจกรรม

สอบถาม โทร.087-934-4994

KU KASETSART UNIVERSITY HAPPY PLACE CENTER

คู่มือบริการนิสิตและผู้ดูแลจิตใจ
KU Happy Place Center
งานส่งเสริมและจัดการด้านสุขภาพจิตและนิสิต นท.

ติดต่อทางโทรศัพท์
Tel.: 087-934-4994
FB: KUHappyPlaceCenter
LINE: @tbj3805o

KU Happy Fair 2023

3. จิตแพทย์ ใจดี

กิจกรรมสำหรับบุคลากร และบุคลากร

พญ.นฤมล จินตพัฒน์ภาภิชา
จิตแพทย์ชำนาญการ โรงพยาบาลศรีนครินทร์

วัน พุธ ที่ 26 ก.ค. 66 เวลา 10.00 - 12.00 น.
ณ ห้องบรรยาย ชั้น 1 อาคารระพีสาคริก

โดย พญ.นฤมล จินตพัฒน์ภาภิชา
จิตแพทย์ชำนาญการ โรงพยาบาลศรีนครินทร์

สแกน QR CODE สมัครกิจกรรม

สอบถาม โทร.087-934-4994

แนวทางการสื่อสารกับ “ผู้ปกครอง” เพื่อดูแลใจนิสิต ร่วมกับ ระหว่าง ผู้ปกครอง จิตแพทย์ และมหาวิทยาลัย

คู่มือบริการนิสิตและผู้ดูแลจิตใจ
KU Happy Place Center
งานส่งเสริมและจัดการด้านสุขภาพจิตและนิสิต นท.

ติดต่อทางโทรศัพท์
Tel.: 087-934-4994
FB: KUHappyPlaceCenter
LINE: @tbj3805o



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ



ขอเชิญชวนนิสิตระดับปริญญาตรี บก. ภาวชน

FIND YOUR SKY FIND YOUR OWN

หัวข้อนี้เป็นตอนใหม่ของกิจกรรม KU HAPPY RELATIONSHIPS ภายใต้โครงการเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน จิตตปัญญาภิวัตน์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคนี้หา "ห้องฟ้า" ของตัวเองด้วยกัน

- การทำความรู้จักตนเอง
- การตั้งเป้าหมายในชีวิต
- การเข้าใจความรู้สึกตนเอง
- การปรึกษาแบบกลุ่ม
- การพัฒนาจิตใจตนเอง

สมัครเข้าร่วมกิจกรรม

- รอบที่ 1 วันเสาร์และอาทิตย์ที่ 17-18 ก.พ. 67
- รอบที่ 2 วันเสาร์และอาทิตย์ที่ 24-25 ก.พ. 67 เวลา 09.00 - 17.00 น.

ณ KU Happy Place Center รส.1 ชั้น 1

หมายเหตุ : ขอขอบคุณนักศึกษาที่เสียสละเพื่อารพัฒนาปรับปรุงภาครักดีด้วย

นิสิตฯ ได้รับชั่วโมงกิจกรรมด้านสุขภาพของมหาวิทยาลัย

ฟังอิงใจ หากห้องอยากฟัง

ฟังเป็นใจให้ห้องอิงใจ

บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เดือนในเดือน

ตุลาคม 66 (ONLINE)

พูดขอ: นวละ 1 ชม. / ครั้ง
ผ่านช่องทางออนไลน์ (Google Meet)

นางสาวสินธุช อดมตรี (พี่ แนนนี่: KU 78)

by KU Happy Place Center

ร่วมฟังได้ทางช่องทางปรึกษาทางจิตวิทยา
หรือติดต่อหาพี่แนนนี่ได้ที่

สแกน QR CODE แลกดลิงก์หน้าผ่าน INBOX PAGE ได้เลยจ้า

สอบถามเพิ่มเติม
โทร. 087-934-4994

- ตุลาคม 2566 -						
SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
15 10.00-11.00 14.00-15.00 16.30-17.30	16 18.30-19.30	17	18 18.30-19.30	19	20 19.00-20.00	21
22 10.00-11.00	23 10.00-11.00 14.00-15.00	24	25 18.30-19.30	26 18.30-19.30	27 18.30-19.00	28
29 10.00-11.00 14.00-15.00	30 18.30-19.30	31 18.30-19.30				

สนใจเข้าร่วมกิจกรรมขอเชิญ โทร. 087-934-4994

หลังจากใจ จะสอบใจไทย เอาหัวใจไปลุย

เปิดสอนในเดือน

ส.ค. 65

ทุกวัน ทุกวัน

พุธ : พุธสัมพันธ์

วันพุธ

10 ส.ค. 65
17 ส.ค. 65
24 ส.ค. 65
31 ส.ค. 65

วันพฤหัสบดี

18 ส.ค. 65
25 ส.ค. 65

วันละ 2 ชม / สัปดาห์ 1 ชม.

เช้า : 10.00 - 11.00 น.
บ่าย : 17.00 - 18.00 น.

by KU Happy Place Center

ร่วมฟัง เปิดสอนเป็นปกติศึกษา สาขาจิตวิทยาประยุกต์
เอกสารจิตวิทยาใช้คำปรึกษา บทเรียนจิตวิทยาสมัครเรียน

มีสิทธิ์เข้าร่วมกิจกรรมขอเชิญ โทร. 087-934-4994

สแกน QR CODE เดือนกรกฎาคม
เปิดตาม ช่องโซเชียลมีเดีย

เชิญชวนน้อง ๆ มาดูข้อมูล มาแล้ว มาเร็วคว้าสิทธิ์
เพิ่มแต้มความ เพิ่มแต้มรัก และรักทำใจให้สวยงาม
โดย พี่แนน และ พี่แนน

น้องที่เข้าใจ และ รับฟังทุกความรู้สึกของน้อง ๆ นะจ๊ะ

พูดขอ: นวละ 1 ชม. / ครั้ง
ผ่านช่องทางออนไลน์ (Webex)

ขอเชิญชวนนิสิตระดับปริญญาตรี บก. กุศวิทยาเขต
มาทำความรู้จักกับตัวเองเพิ่มขึ้น
กับกิจกรรมในเดือนพฤษภาคม 67 นี้

Self Journey

การเดินทางของตัวเอง

2 พ.ค. 13.00 - 16.00 น.

Mindfulness

- Mindfulness (การมีสติ) คืออะไร?
- กิจกรรม Mindful eating มีค่าใช้ความกับตนเอง
- กิจกรรม Art therapy ส่งเสริมพัฒนาการเรียนรู้

9 พ.ค. 13.00 - 16.00 น.

Self - Awareness

- รู้จัก Self-Awareness (การตระหนักรู้ในตนเอง)
- กิจกรรม Mindful writing มีค่าใช้ความกับตนเอง
- กิจกรรมการเขียน Reflection Journal

16 พ.ค. 13.00 - 16.00 น.

Self - Compassion

- เรียนรู้ Self-Compassion (ความเมตตาต่อตนเอง)
- กิจกรรม Self-Compassion Bingo & Writing
- กิจกรรม Self-Compassion Challenge Negative Self-Talk

23 พ.ค. 13.00 - 16.00 น.

Self - Validation

- รู้จัก Self-Validation (การยืนยันกับตัวเอง)
- เรียนรู้การปรับ Self-Validation ฝึกทำ
- กิจกรรม Self-Validation Challenge

30 พ.ค. 13.00 - 16.00 น.

Growth Mindset

- เรียนรู้ Growth Mindset (แนวคิดแบบก้าวหน้า)
- รู้จักกับ Fixed Mindset vs Growth Mindset
- กิจกรรม Growth Mindset Journal like Glow & Grow

มีสิทธิ์ได้รับชั่วโมงกิจกรรมด้านสุขภาพของมหาวิทยาลัย

สมัครเข้าร่วมกิจกรรม

นางสาวสินธุช อดมตรี (พี่แนน)

โดย นิสิตฯ ภาวชนจิตวิทยาเขต
รณนิจปริญญาเขต คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ
ร่วมกับ KU HAPPY PLACE CENTER

สแกน QR CODE

Online ผ่านระบบ Cisco WebEx
สนใจเข้าร่วม โทร. 087-934-4994

เครือข่ายส่งเสริมสุขภาพะ ภายใน ระดับคณะ

จัดโครงการสัณฐานเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
พัฒนาแนวทางการส่งเสริมสุขภาพะ นิสิตร่วมกับเครือข่ายระดับคณะ

คณะสังคมศาสตร์ (ภาควิชาจิตวิทยา)

คณะศึกษาศาสตร์
(ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)



กิจกรรมเด่นที่เกิดจากความร่วมมือระหว่างคณะ

Happy Hours
SUMMER นี้ !! ไม่มีเหงา !!
มาร่วมสนุกกับกิจกรรมสุดพิเศษ
ที่ Happy Place Center ทุกวันเสาร์-อาทิตย์
ตั้งแต่ 19 มิถุนายน ถึง 31 สิงหาคม 2565

เปิดสอนโดย W.R. 65 ทุก วัน อังคาร - พุธ - พฤหัสบดี	วันจันทร์ เสาร์ 17 พ.ค. 65 เสาร์ 18 พ.ค. 65 เสาร์ 24 พ.ค. 65	วันพฤหัสบดี เสาร์ 12 พ.ค. 65 เสาร์ 19 พ.ค. 65 เสาร์ 26 พ.ค. 65
---	--	--

QR CODE: 62887-538-4994

พัฒนาทักษะการรับฟังด้วยหัวใจ
โดย คุณสมชาย งามยิ่ง
วันเสาร์ที่ 19 มิถุนายน 2565 เวลา 10.30 - 13.30 น.
ณ ห้องประชุม Happy Place Center ชั้น 3 อาคาร 300

กิจกรรมเด่น ๆ มาแล้ว มาแล้ว
พบกับกิจกรรมสุดพิเศษ
ที่ Happy Place Center ทุกวันเสาร์-อาทิตย์
ตั้งแต่ 19 มิถุนายน ถึง 31 สิงหาคม 2565

สื่อสารอย่างไร ให้ Happy Life
เปิดรับสมัครนักเรียน นิสิต
และบุคลากรของคณะศึกษาศาสตร์
และคณะสังคมศาสตร์
ตั้งแต่ 19 มิถุนายน ถึง 31 สิงหาคม 2565

กิจกรรมเด่น ๆ มาแล้ว มาแล้ว
พบกับกิจกรรมสุดพิเศษ
ที่ Happy Place Center ทุกวันเสาร์-อาทิตย์
ตั้งแต่ 19 มิถุนายน ถึง 31 สิงหาคม 2565

Happy Hours
"เปิดเทอมใหม่หัวใจว่าว"
โดย นิสิตและบุคลากรของคณะศึกษาศาสตร์
และคณะสังคมศาสตร์
ตั้งแต่ 19 มิถุนายน ถึง 31 สิงหาคม 2565

กิจกรรมเด่น ๆ มาแล้ว มาแล้ว
พบกับกิจกรรมสุดพิเศษ
ที่ Happy Place Center ทุกวันเสาร์-อาทิตย์
ตั้งแต่ 19 มิถุนายน ถึง 31 สิงหาคม 2565

Know Your Life Plan Your Happiness
โดย KU Happy Place Center
กิจกรรมเด่น ๆ มาแล้ว มาแล้ว
พบกับกิจกรรมสุดพิเศษ
ที่ Happy Place Center ทุกวันเสาร์-อาทิตย์
ตั้งแต่ 19 มิถุนายน ถึง 31 สิงหาคม 2565

KU Happy Place Center
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน
Ins. 087-934-4994

KU KPS Happy Place Center
มก. วิทยาเขตกำแพงแสน
Ins. 096-809-6932

KU CSC Happy Place Center
มก. วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสกลนคร
Ins. 095-384-3216

ห้องให้คำปรึกษา มก. ศรีราชา
มก. วิทยาเขตศรีราชา
Ins. 038-352620

KU Happy Place Center
(ทุกวิทยาเขต)
จัดสถานที่สำหรับ
บริการให้การปรึกษา
และดูแลสุขภาพจิต
สำหรับนิสิต

KU Happy Fest. & Music in the Park



**KU VOLUNTEER
ART & FUN
FAIR
2023**

26 - 31
August
KASETSART UNIVERSITY

30 สิงหาคม 2566 **KU 80**



**KU VOLUNTEER
ART & FUN
FAIR
2023**

26 - 31
August
KASETSART UNIVERSITY

31 สิงหาคม 2566 **KU 80**



KU Happiness Games 2023
มหกรรมกีฬาเพื่อสุขภาพ
และมิตรภาพของ
นิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



พฤษภาคม 7
ณ สนามอินทรีจันทร์สถิตย์



REGISTER

LINE OPENCHAT

KU RUN WALK TALK

Happy Wednesday

พฤษภาคม 7

14.08.2024

ณ สนามอินทรีจันทร์สถิตย์

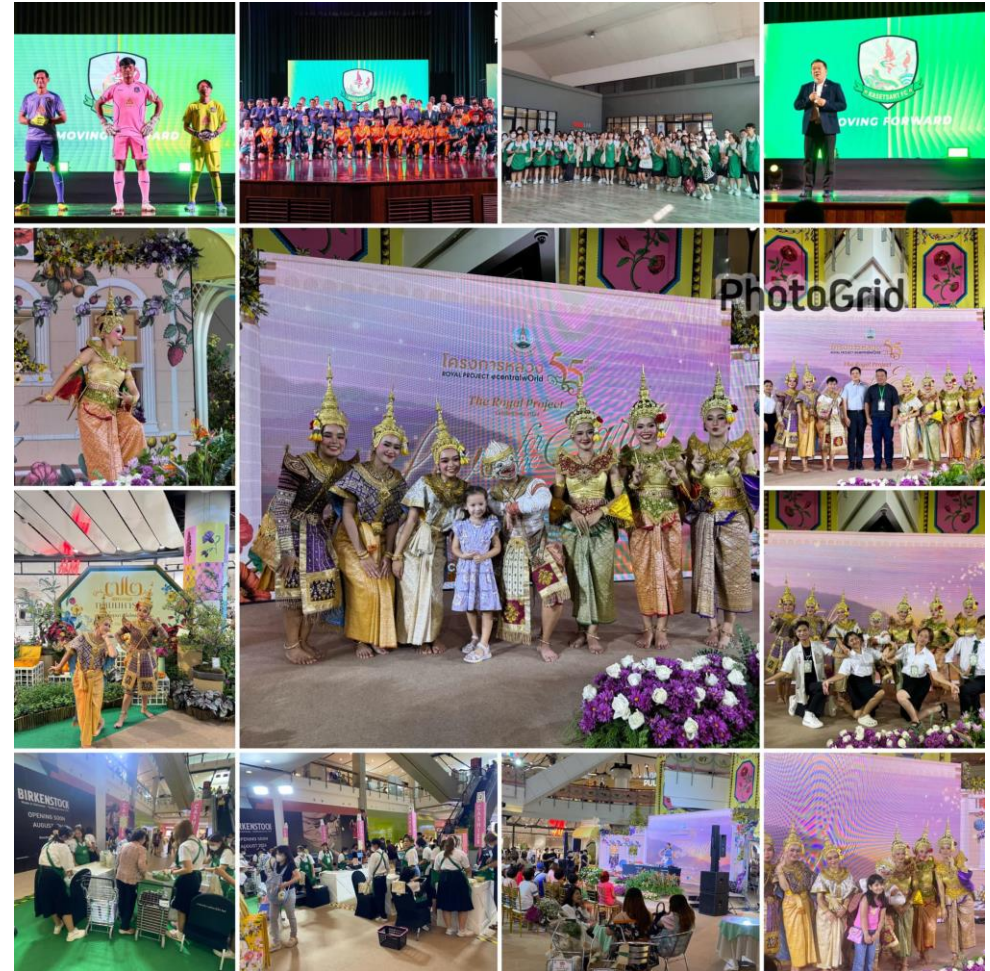
HAPPY WEDNESDAY 7

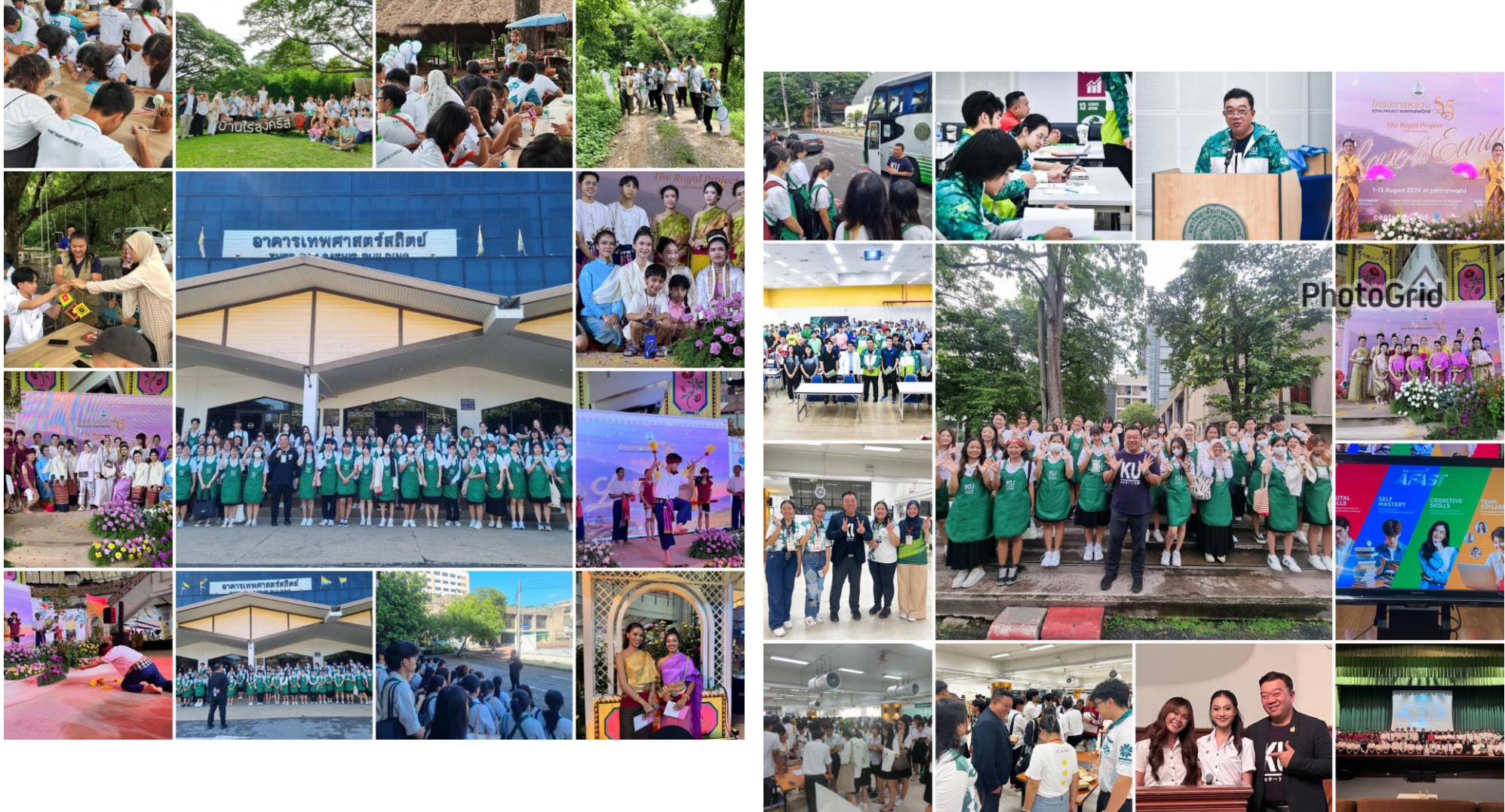
<https://sac.ku.ac.th> KU SPORTS ART AND CULTURE DIVISION ku_sac_official

A promotional image for the KU Run Walk Talk event. It features three people (two women and one man) smiling and posing on a red running track. The woman on the left is wearing a green polo shirt, the woman in the middle is wearing a green and yellow patterned t-shirt and a grey cap, and the man on the right is wearing a white t-shirt with a blue logo. The background shows other participants and a building. The image includes QR codes for registration and a LINE chat, and text overlays providing the date, location, and contact information.

Happy and SDGs Festival: Move SDGs Together







MUSIC @ KU PARK 3



KU Happy Fest. & Music in the Park



โครงการเด็กหอขอแข่งขัน(กีฬา)



ภาคีเครือข่ายมหาวิทยาลัย
แห่งความสุขต้นแบบ (ภคต.)

คณะกรรมการพัฒนาศักยภาพนิสิตนักศึกษา
ที่ประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย (ทปอ)

สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

เครือข่ายแนะแนวการศึกษาและอาชีพ
ให้คำปรึกษา และดูแลสุขภาพจิต
สำหรับนิสิตนักศึกษา (U - Live)

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข



สำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)



**โครงการอบรม
"นักรสร้างสุของค์กร"**

รอบผู้นำนิสิต

ภายใต้โครงการ KU สัมพันธเครือข่ายมหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย
เพื่อการทำงานเสริมสุขภาพพระบวร (Happy University Prototype © KU)



ครั้งนี้ ได้เชิญวิทยากรและผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างสุขในองค์กรจากมหาวิทยาลัยมหิดล นำโดย **ดร. ดร.ศรีนันทิ์ กิตติสุขสถิต** ผู้ชำนาญการศูนย์วิจัยความสุขพนักงานแห่งประเทศไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จัดอบรม 1 DAY WORKSHOP พร้อมบรรยายในหัวข้อ "เป็นผู้นำสุขภาวะ...ยาก...หรือไม่ว" ดั่งด้วย การบรรยาย พหุขัณ และ "กระบวนการคิด...ออกแบบกิจกรรม" โดย อธิการบดีราชภัฏ สกลแก้ว และ หัวข้อ "บุหรืไฟฟ้าเข้าข่าที่คิด" โดย ดร. ดร.เนพวิชัย เทนภรณ์พ็ญ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ ซึ่งมีวันดังกล่าว มีผู้ทำนิติตาจากบางเขนและศรีราชา สนใจเข้าร่วมอบรมการเป็นนักรสร้างสุขกว่า 60 คน ณ ห้องบรรยาย ชั้น 1 กองพัฒนานิสิต

**โครงการอบรม
"นักรสร้างสุของค์กร"**

ภายใต้โครงการ KU สัมพันธเครือข่ายมหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย
เพื่อการทำงานเสริมสุขภาพพระบวร (Happy University Prototype © KU)

ครั้งที่ 1
@วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ
จังหวัดสกลนคร

เมื่อวันศุกร์ที่ 9 มิถุนายน 2566 ที่ผ่านมา กองพัฒนานิสิตได้รับเกียรติจาก **บศ.ดร. วิฑรพจน์ อินทรวงศ์** รองอธิการบดีวิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสกลนคร เป็นประธานพิธีเปิด "โครงการอบรมนักรสร้างสุของค์กร" ครั้งที่ 1 @วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสกลนคร โดยมี **ดร.ดร.จิภา ศรีสินธุ์** ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายพัฒนาอย่างยั่งยืนและสื่อสารองค์กร เป็นผู้กล่าวรายงาน ทั้งนี้ งานโครงการ ได้เชิญนักวิทยากรและผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างสุขในองค์กรจากมหาวิทยาลัยมหิดล นำโดย **ดร. ดร.ศรีนันทิ์ กิตติสุขสถิต** ผู้ชำนาญการศูนย์วิจัยความสุขพนักงานแห่งประเทศไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จัดอบรม 1 DAY WORKSHOP พร้อมบรรยายในหัวข้อ "HAPPY UNIVERSITY MODEL กับ HAPPINESS ACTION PLAN" ดั่งด้วยการบรรยาย ในหัวข้อ "พฤติกรรม การเคลื่อนไหวกับการส่งเสริมการใช้เวลาที่ดีต่อสุขภาพ (24-HOUR MOVEMENT BEHAVIORS AND HEALTH)" โดย **ดร. นุชราภรณ์ เลื่อนรัมย์ย์** สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งมีวันดังกล่าว มีผู้ทำนิติตาจากส่วนต่างๆ สนใจเข้าร่วมอบรมการเป็นนักรสร้างสุขกว่า 60 คน



**โครงการอบรม
"นักรสร้างสุของค์กร"**

ภายใต้โครงการ KU สัมพันธเครือข่ายมหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย
เพื่อการทำงานเสริมสุขภาพพระบวร (Happy University Prototype © KU)

ครั้งที่ 1
@วิทยาเขตศรีราชา

เมื่อวันศุกร์ที่ 16 มิถุนายน 2566 ที่ผ่านมา กองพัฒนานิสิตได้รับเกียรติจาก **บศ.บ.สพ.ดร.เสรี ฤกษ์เนา** รองอธิการบดีวิทยาเขตศรีราชา เป็นประธานพิธีเปิด "โครงการอบรมนักรสร้างสุของค์กร" ครั้งที่ 1 @วิทยาเขตศรีราชา โดยมี **ดร.รัชต์ ชุมภูษิณ** รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิตและพัฒนอาอย่างยั่งยืน หัวหน้าโครงการฯ เป็นผู้กล่าวรายงาน ทั้งนี้ ได้เชิญนักวิทยากรและผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างสุขในองค์กรจากมหาวิทยาลัยมหิดล นำโดย **ดร. ดร.ศรีนันทิ์ กิตติสุขสถิต** ผู้ชำนาญการศูนย์วิจัยความสุขพนักงานแห่งประเทศไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จัดอบรม 1 DAY WORKSHOP พร้อมบรรยายในหัวข้อ "HAPPY UNIVERSITY MODEL กับ HAPPINESS ACTION PLAN" ดั่งด้วยการบรรยาย ในหัวข้อ "HAPPY UNIVERSITY กับ HAPPY COACHING" โดย อธิการี ปิยภักดิ์ เทียนสุวรรณ ผู้เชี่ยวชาญผลิตภัณฑ์ผ่านช่องทางธนาคาร ธนาคารแลนด์ แอนด์ เฮาส์ จำกัด มหาชน (LH BANK) ซึ่งมีวันดังกล่าว มีผู้ทำนิติตาจากบางเขนและศรีราชา สนใจเข้าร่วมอบรมการเป็นนักรสร้างสุขกว่า 40 คน



โครงการ ที่ขับเคลื่อน ร่วมกับเครือข่ายสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

1. โครงการนักรสร้างสุข สำหรับ นิสิต ทุกวิทยาเขต
2. โครงการนักรสร้างสุข สำหรับ บุคลากร ทุกวิทยาเขต
3. KU HACKATHON Happy & Healthy
 - 3.1 โครงการค้นหาสุดยอดไอเดีย "มหาวิทยาลัย สุขภาพดี มีความสุข"
 - 3.2 Online Class "ชีวิตมหาลัย ทำอย่างไรให้ สุขภาพดี มีความสุข"

KU Happy & Healthy HACKATHON 2024

ผลการแข่งขัน Hackathon ระหว่างวันที่ 20 - 22 มิถุนายน 2567

รางวัลชนะเลิศ ที่น " MAI MEE TUNG KIN KAO "
 "KUiworks" แพลตฟอร์มที่เป็นตัวกลางในการจัดหางาน Part-time งานจ้างที่รับทำเป็นรายชิ้น ทั้งในและนอกมหาวิทยาลัย

รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 ที่น " METDEK "
 "MetDEK" แพลตฟอร์มรวบรวมนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยต่างๆ เข้ามาทำความรู้จักกัน แม้มันเทคโนโลยีและช่วยเหลือกันและกัน ในด้านวิชาการต่างๆ ตามที่ต้องการ

รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 ที่น " KU FOOTFIT "
 "KU Footfit" แอปพลิเคชันที่ติดตามการออกกำลังกายและเก็บข้อมูล เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายและเสริมสร้างคุณลักษณะทางสังคม

รางวัล Special Prize ที่น " KU Happy "
 "BIKE X" ระบบนิเวศยานพาหนะจุดต่างๆ มีบริการให้ยืมและใช้พื้นที่ในการจอดจักรยาน พร้อมทั้งสามารถเก็บขยะเพื่อนำไปขอแลกชั่วโมงกิจกรรมด้านสุขภาพได้

ONLINE CLASS
"ชีวิตมหาลัย ทำอย่างไรให้ สุขภาพดี มีความสุข"

เข้าใจกับ: "Resilience" เตรียมพร้อมสู่ชีวิตการก้าวข้าม (Understanding Resilience to Navigate the Future)
 วันที่ 8 มิ.ย. 67 (19.30 - 21.00 น.)
 พิธีกร - คุณศุภมาส งามนาคบุตร
 ผู้ดำเนินรายการ - คุณศุภมาส งามนาคบุตร

ใช้ชีวิตให้มีความสุขด้วยการตั้งเป้าหมายกับทักษะ: Goal Setting
 วันพุธที่ 13 มิ.ย. 67 (19.30 - 21.00 น.)
 พิธีกร - คุณยุว ธีรบรรณสาร
 ผู้ดำเนินรายการ - คุณยุว ธีรบรรณสาร

เก็ลคลับ ที่ไม่ลับ สำหรับควายอายุขัย (How to "Live Longer")
 วันศุกร์ที่ 14 มิ.ย. 67 (19.30 - 21.00 น.)
 พิธีกร - คุณสมชาย วิทยะสุนทร
 ผู้ดำเนินรายการ - คุณสมชาย วิทยะสุนทร

สมัครเลย
 วันที่ 15 มิ.ย. นี้

KU Happy & Healthy HACKATHON 2024

โครงการค้นหาสุดยอดไอเดีย "มหาวิทยาลัยสุขภาพดี มีความสุข"
 มีรางวัลรวม **65,000 บาท**

📅 เปิดรับสมัคร วันที่ 17 มิ.ย. 2567
 📅 การแข่งขัน วันที่ 14, 15 มิ.ย. 2567
 📅 ประกาศผลผู้ชนะเลิศ วันที่ 18 มิ.ย. 2567

สมัครเลย
 วันที่ 17 มิ.ย. นี้

เป็นรุ่นแรก! นักศึกษาจากทุกมหาวิทยาลัย!

คณะกรรมการพัฒนาศักยภาพนิสิตนักศึกษา

ที่ประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย
วาระ พ.ศ. 2566-2567



กิจกรรมในวันสอง ช่วงเช้า ประกอบด้วยบรรยายพิเศษ เรื่อง "การบูรณาการพัฒนากองทัพดิจิทัล" โดย พลเรือเอก ศรัณย์ ชูอำนาจการทูตยุทธศาสตร์ "โดย" การเป็นกองกำลังสำคัญ "เยาวชน" โดย พลเอกหญิง วราวุธ ศิลปอาชา ผู้บัญชาการสถาบันยุทธศาสตร์และนวัตกรรม กระทรวงสาธารณสุข สันติภาพกับเศรษฐกิจ เรื่อง "การเป็นกองกำลังดิจิทัล นวัตกรรม และนวัตกรรมที่เชื่อมโยง" โดยมีผู้ร่วมเสวนา 5 ท่าน ศาสตราจารย์ ดร.ประเสริฐ รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนา นิสิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิต ม.ศิลปากร ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิต ม.เทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ (ตัวแทน 3 พระจอม) ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ ผู้อำนวยการศูนย์อาสาสมัคร ม.สงขลานครินทร์ ศาสตราจารย์ สักดิ์สาร รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิตและพัฒนาระบบนิเทศ ม.กบวช ซึ่งดำเนินงานโครงการโดย ดร.ฐิติภา สุภมาศ ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายพัฒนากิจการนิสิต ม.ศรีนครินทรวิโรฒ

ช่วงบ่าย มีการนำเสนอผลงานด้าน นวัตกรรมจาก นิสิตนักกิจกรรม "ยุวอาสา" ได้แก่ ผลงาน "ด้วยใจเพื่อคุณพลังใจวันธรรมไทย" จาก มหาวิทยาลัยสยาม ผลงาน "AR SILK ROAD GAME @Ayutthaya" มหาวิทยาลัยศรีปทุม และผลงาน "PENTHAH" จากสถาบันการจัดการนวัตกรนวัตกรรม ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากคณะกรรมการพัฒนากิจการนิสิต นักศึกษา ทบว. ครั้งที่ 1/2567 เพื่อหารือแลกเปลี่ยนนโยบายสำคัญด้านการพัฒนานิสิตนักศึกษานักศึกษานักศึกษา และในช่วงเวลาเดียวกัน ยังมีการจัดกิจกรรม Student Forum "การพัฒนานิสิตนักศึกษานักศึกษา" ซึ่งดำเนินรายการโดย ดร.ฐิติภา สุภมาศ ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายพัฒนากิจการนิสิต ม.ศรีนครินทรวิโรฒ และประธานพิธีเปิดกิจกรรมที่เวทีในการประชุมจัดสัมมนาความยั่งยืนด้านเยาวชนด้วยมุมมอง Sustainable Intelligence (Youth Club) โดย คุณสินเนตร ศรีศุภิตาภาวสุ ผู้อำนวยการบริหารสมาคมเครือข่ายนิสิตของภาคประชาสังคมแห่งประเทศไทย (UN Global Compact Network Thailand) และประธานนิสิต

ทั้งนี้ ในกรณีประชุมครั้งต่อไป สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือได้รับเกียรติเป็นเจ้าภาพจัดการประชุมคณะกรรมการพัฒนากิจการนิสิตนักศึกษา (สัปดาห์) ครั้งที่ 1/2567

คณะกรรมการพัฒนาศักยภาพนิสิตนักศึกษา

ที่ประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย
วาระ พ.ศ. 2566-2567

สำหรับกิจกรรมในช่วงบ่าย เริ่มต้นด้วยการบรรยายพิเศษ เรื่อง "Digital Intelligence" โดย ดร.อรวรรณ อธิการวีโรจน์ กรรมการผู้จัดการ บริษัท หัวข้อ เทคโนโลยี (ประเทศไทย) ต่อด้วยการร่วมเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ หัวข้อ "การเป็นเครือข่าย นิสิต นักศึกษา วัตถุประสงค์และวัตถุประสงค์ สาระสนทนา" โดยมีผู้ร่วมเสวนา 3 ท่าน ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิตและพัฒนาระบบนิเทศ ม.เทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ (ตัวแทน 3 พระจอม) ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ ผู้อำนวยการศูนย์อาสาสมัคร ม.สงขลานครินทร์ ศาสตราจารย์ สักดิ์สาร รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิตและพัฒนาระบบนิเทศ ม.กบวช ซึ่งดำเนินงานโครงการโดย ดร.ฐิติภา สุภมาศ ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายพัฒนากิจการนิสิต ม.ศรีนครินทรวิโรฒ



ช่วงเย็น มีการจัดงานเลี้ยงสังสรรค์สำหรับผู้ร่วมประชุมงาน ทั้งงานเลี้ยงสังสรรค์และพิธี รุ่งเรืองของชาติขององค์กรที่เป็น Signatory ยี่สิบเอ็ดองค์กร ได้แก่ ไทย KU มสช สอ ฟ้า ดิน เข็ม ปทุมธานี ยี่สิบเอ็ดองค์กร ที่ตั้งในใจของสมาชิกต่าง และพิธีมอบรางวัลให้กับผู้ที่ได้รับรางวัลเรื่องประจักษ์ชัด "งานนี้ขอเป็น" นักศึกษาจาก ม.สงขลานครินทร์ในวันประชุมแบบออนไลน์

ภายในงานยังมีการแสดงผลงานด้านนวัตกรรม นิสิตนักศึกษานักศึกษาที่มาร่วมกันทำภายใต้แนวคิดกว่า 80 ผลงาน และกลุ่มเยาวชนจำนวน 9 ผลงาน ทั้งนี้ มีผู้เข้าร่วมงานทั้งสิ้น 466 คน ประกอบด้วย คณะกรรมการพัฒนากิจการนิสิตนักศึกษา ทบว. จำนวน 28 คน คณะกรรมาธิการ จำนวน 288 คน และ นิสิต นักศึกษา จำนวน 150 คน

คณะกรรมการพัฒนาศักยภาพนิสิตนักศึกษา

ที่ประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย
วาระ พ.ศ. 2566-2567



กิจกรรมบรรยายช่วงเช้าเสวนาด้วยกิจกรรมเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากตัวแทน มหาวิทยาลัยสมาชิกเครือข่าย ทบว. ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับงานด้านกิจการนิสิตนักศึกษานักศึกษา หัวข้อ "การขับเคลื่อนความยั่งยืนในระดับนิสิตนักศึกษานักศึกษา" โดยมีผู้ร่วมเสวนา 3 ท่าน ศาสตราจารย์ ดร.ประเสริฐ รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนากิจการนิสิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ สิบเอ็ด ผู้ช่วยอธิการบดี มหาวิทยาลัย พระนครฯ อธิชัย คุณกิจวิชุด รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิตและพัฒนาระบบนิเทศ ม.เทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายพัฒนากิจการนิสิตและพัฒนาระบบนิเทศ ม.เทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

ปี 2567 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือได้รับการพัฒนาเป็นเจ้าภาพจัดการประชุมวิชาการด้านการพัฒนานิสิตนักศึกษานักศึกษา ประจำปี 2567 ซึ่งจัดต่อเนื่องเป็นครั้งที่ 2 ในหัวข้อ "Empowering Student for Future Thailand" ซึ่งจัดระหว่างวันที่ 8-9 กุมภาพันธ์ 2567 ณ ห้องประชุมระยอง อาคารธรรมาภิบาล คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

งานประชุมฯ ดังกล่าว ได้รับเกียรติจาก ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนากิจการนิสิตและประธานการประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย กล่าวเปิดการประชุม และ ดร.อรวรรณ อธิการวีโรจน์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ กล่าวต้อนรับผู้เข้าร่วมงานจากสถาบันการศึกษาสมาชิก ทบว. คณะกรรมการพัฒนากิจการนิสิต นักศึกษา บุคลากร นิสิตนักศึกษานักศึกษา

กิจกรรมในวันแรก ประกอบด้วยบรรยายพิเศษ หัวข้อ "Empowering Student for Future Thailand" ซึ่งได้รับเกียรติเป็นเจ้าภาพจาก คุณศุภมาส อิศรภักดี รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ต่อด้วยการบรรยายพิเศษ เรื่อง "การสร้างจิตสำนึกความยั่งยืนสำหรับนิสิตนักศึกษานักศึกษา" โดย ศาสตราจารย์ ดร.วราวุธ ธีระวัฒน์ รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนากิจการนิสิตและพัฒนาระบบนิเทศ และประธานคณะกรรมการพัฒนากิจการนิสิตนักศึกษานักศึกษา



ความร่วมมือสร้างเครือข่ายด้านสุขภาพะ ระหว่าง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และ คณะกรรมการพัฒนาศักยภาพนิสิตนักศึกษาที่ประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย (ทปอ)



จากการดำเนินงานอย่างจริงจังเพื่อพัฒนาบุคลากรนิสิต นักศึกษา อย่างเป็นต้นแบบที่ประจักษ์ชัดผ่านกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย 2 เดือน ซึ่งได้ร่วมกับนิสิต นักศึกษาที่ได้รับคัดเลือกให้เป็นผู้แทนประเทศไทยจำนวน 2 ชุด เพื่อทำหน้าที่เป็นประโยชน์ในการดำเนินงานพัฒนาบัณฑิตไทย และเพื่อเพิ่มพูนความรู้และประสบการณ์ในการดำเนินงานร่วมกับนิสิตและคณาจารย์ คณะกรรมการชุดนี้ได้เสนอให้แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาศักยภาพนิสิต นักศึกษาจำนวน 2 ชุด เพื่อทำหน้าที่เป็นประธานในการดำเนินงานพัฒนาบัณฑิตไทยและวางแผนการดำเนินงานร่วมกับคณาจารย์ คณะกรรมการฯ พิจารณาร่วมกันต่อไป

คณะกรรมการชุดที่ 1 : คณะทำงานด้านกิจกรรมร่วมสร้างสรรค

มีการศึกษาศึกษาในการส่งเสริมและวางแผนการศึกษาร่วมกันด้าน ดนตรี กีฬา ศิลปวัฒนธรรม ระหว่างสถาบันสมาชิก ทปอ. และเครือข่ายที่สนับสนุน โดยมี ดร.สุวิทย์ ธีรวัชรวิทย์ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เป็นประธาน และ ดร.วิรัชกร รุณิภา ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายพัฒนาศักยภาพนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เป็นเลขาธิการคณะทำงาน การดำเนินงานที่สำคัญของ คณะทำงานด้านกิจกรรมร่วมสร้างสรรค ประกอบด้วย การสำรวจความต้องการจัดกิจกรรม ร่วมสร้างสรรคระหว่างสถาบันการศึกษา สร้างความเข้มแข็งกับ

เมืองไทยวิทยาลัยเซนต์เดวิด ในกรณีนี้ นิสิตศึกษาเข้าสละรถ เวทีโรทาฟิชช หรือการ Backstage Tour และ Workshop ซ้อมผู้กำกับละครเวทีและการแสดงเวที

คณะกรรมการชุดที่ 2 : คณะทำงานด้านสุขภาพะนิสิตนักศึกษา

มีการกำหนดแนวทางและสุขภาพะนิสิตนักศึกษาในสถาบัน ดอนศึกษา โดยมี ดร.สุวิทย์ ธีรวัชรวิทย์ รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนาศักยภาพนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เป็นประธาน และ ดร.สุวิทย์ ธีรวัชรวิทย์ รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนาศักยภาพนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เป็นเลขาธิการคณะทำงาน โดยมีการดำเนินงานที่สำคัญประกอบด้วย การสำรวจความต้องการช่วยเหลือด้านสุขภาพะ จากกรมสุขภาพจิต การเขียนการจัดทำความร่วมมือ (MOU) ระหว่างกรมสุขภาพจิตและเครือข่ายสมาชิก ทปอ. การจัดทำแผนดำเนินงานด้านสุขภาพะร่วมกับหน่วยงานสมาชิก และ Quick Win ตามนโยบายของกรมสุขภาพจิต วิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ผลลัพธ์ของการพัฒนาสร้างร่วมกันของเครือข่าย จึงนำไปสู่การพัฒนา นิสิตนักศึกษาได้ร่วมกับ แบบ 360 องศา ได้เห็นถึงความร่วมมือกัน ขุนนางการร่วมด้วยช่วยกัน ซึ่งทำให้เกิด การพัฒนาบัณฑิตไทยขึ้นเป็น เพราะเป็นหน่วยงานและการทำงาน ร่วมกันมีความสอดคล้องกัน เป็นไปในแนวทางเดียวกัน นำไปสู่การ ปฏิบัติที่ดี เพื่อผลักดันเป้าหมายที่พัฒนาบัณฑิตให้เข้าด้วยกัน



1. เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรทางการศึกษา นิสิตนักศึกษา ในการดูแลด้านสุขภาพจิตทักษะการจัดการกิจกรรมและทักษะชีวิตที่จำเป็น
2. เพื่อให้เกิดความร่วมมือในการส่งเสริม สนับสนุน การพัฒนาองค์ความรู้ เทคโนโลยี นวัตกรรมและวิจัยในด้านสุขภาพะในพื้นที่
3. เพื่อให้เกิดเครือข่ายการดำเนินงานด้านความรอบรู้ และส่งเสริมสุขภาพด้านสุขภาพะ



“เพราะนิสิต คือ
หัวใจของ มก.”