

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ

การพัฒนาสติสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนปริยัติโกศลวิทยา อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์

ผู้เขียน

พระมหา สมพงษ์ ดาศรี

ปริญญา

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พุทธศาสนศึกษา)

อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ผศ.ดร. วิโรจน์ อินทนนท์

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่องการพัฒนาสติสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนปริยัติโกศลวิทยาอำเภอเมืองจังหวัดสุรินทร์ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาการพัฒนาสติสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนปริยัติโกศลวิทยา อำเภอเมือง จังหวัดสุรินทร์ โดยการใช้กิจกรรมการฝึกอบรมนักเรียนด้วยหลักสติปัญญาสี่ ร่วมกับการปฏิบัติภาวนาในกิจกรรม ศาสนปฏิบัติของโรงเรียน

ผลการศึกษาพบว่า การฝึกอบรมและการฝึกปฏิบัติจิตโดยวิธีสติปัญญาสี่ ทำให้นักเรียนมีคะแนนการพัฒนาสติหลังการฝึกอบรม มากกว่าก่อนการฝึกอบรม โดยพบว่าในด้านความเชื่อศรัทธาต่อหลักคำสอนนั้น นักเรียนมีความรู้สึกระทือในหลักคำสอนมากขึ้น นักเรียนเชื่อว่าการฝึกสติเป็นสิ่งที่ มีประโยชน์ต่อการเรียนและการดำเนินชีวิตของตนเอง และสามารถช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ได้ อีกทั้งเห็นว่าครูผู้สอนในหลักสติปัญญาสี่นี้สามารถสร้างแรงบันดาลใจในการปฏิบัติได้ และนักเรียนเห็นด้วยกับการฝึกตนด้วยหลักสติปัญญานอกเหนือจากในเวลาที่ครูกำหนดเพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองยิ่งขึ้น

ในด้านพฤติกรรมการแสดงออกทางกาย วาจา ใจ หลังการฝึกอบรม นักเรียนมีคะแนนมากขึ้นก่อนการฝึกอบรม โดยนักเรียนสามารถระงับความโกรธและควบคุมอารมณ์ของตนได้ดีขึ้น มีความตื่นตัวและกระตือรือร้นต่อการเรียน ไม่หลงลืมสิ่งของและตารางเรียน นักเรียนมีความแน่วแน่มั่นไม่สับสนฟุ้งซ่านต่อเรื่องต่างๆที่ผ่านเข้ามาในชีวิต อีกทั้งสามารถหาคำตอบคำถามของครูได้อย่างชัดเจน

Independent Study Title	Mind Development for Upper Secondary School Students of Pariyattikosalavidya School, Mueang District, Surin Province
Author	Phramaha Sompong Dasri
Degree	Mater of Arts (Buddhist Studies)
Independent Study Advisor	Asst. Prof. Dr. Viroj Inthanon

ABSTRACT

The Independent Study's objective is to develop mindfulness for upper secondary school students of Pariyattikosalavidya School, Mueang District, Surin Province, with the conducting the course on four based mindfulness in the meditation practice activity.

The study is revealed that after taking part in training and meditation practice on four based mindfulness, students have been developed mindfulness better. To the teaching of the Buddha, they have more faithful than before. They also believe that the practice of mindfulness is useful in study, in living a life it also help solving the problems. They opine that the trainer on the course has given inspiration on them well. They also enjoy practice meditation in extra-time to develop oneself.

After practicing, their behavior in bodily, verbal is better. They are able to control angry and negative emotion well. They are awakening and active on study, not forgetting their belongings and time-table. Their minds are clearer and they can response to the teacher's question clearly.