

51260313 : สาขาวิชาพัฒนศึกษา

คำสำคัญ : การเจริญวิปัสสนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 / การพัฒนาทางด้านพฤติกรรมของมนุษย์ /
การพัฒนาทางด้านอารมณ์ของมนุษย์

สุมนา เลียบทวี : การเจริญวิปัสสนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 ที่ส่งผลต่อการพัฒนาทาง
ด้านพฤติกรรมและอารมณ์ของมนุษย์ : กรณีศึกษาหลักสูตรวิปัสสนาเบื้องต้น อุฬารทิกสมาคมแห่ง
ประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์, อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : ศศ.ดร.นพพร จันทรนำชู ,
ศศ.ดร.ธีรศักดิ์ อุ่ณารณ์เลิศ และ อ.ดร.อุษง วีระนาวัน. 253 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการเจริญ
วิปัสสนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 และศึกษาผลของการเจริญวิปัสสนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4
ที่ส่งผลต่อการพัฒนาทางด้านพฤติกรรมและอารมณ์ของมนุษย์ ผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ ประธาน
โครงการในหลักสูตรวิปัสสนาเบื้องต้น อุฬารทิกฯ ผู้ปฏิบัติธรรมในหลักสูตรวิปัสสนาเบื้องต้น อุฬาร
ทิกฯ และผู้ที่เคยปฏิบัติธรรมที่อุฬารทิกฯ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่ง
โครงสร้าง แบบสอบถามทางด้านพฤติกรรม และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยผู้วิจัยใช้
การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และการวิเคราะห์ผลที่ได้จากแบบสอบถาม
และแบบทดสอบการประเมินผลของการเจริญวิปัสสนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4

ผลจากการวิจัยเชิงคุณภาพสรุปได้ว่า กระบวนการเจริญวิปัสสนาตามแนวทางสติปัฏฐาน 4
ในหลักสูตรวิปัสสนาเบื้องต้น ใช้วิธีการกำหนดรู้ในอิริยาบถอื่น เดิน นั่ง และอิริยาบถย่อย เป็นการ
ปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาในการมองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริงของโลก ซึ่งจะเป็นประโยชน์
ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติต่อไป ผลทางด้านพฤติกรรมพบว่า หลังจากการฝึกอบรมผู้ปฏิบัติ
มีพฤติกรรมที่ประกอบด้วยความดีมากขึ้น ผลทางด้านอารมณ์พบว่า ผู้ปฏิบัติมีความมั่นคงทาง
อารมณ์มากขึ้น ผลจากการวิจัยเชิงปริมาณสรุปได้ว่า 1) ค่าเฉลี่ยของความเปลี่ยนแปลงทางด้าน
พฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมหลังเข้าร่วมฝึกปฏิบัติธรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมฝึกปฏิบัติธรรมอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 2) ค่าเฉลี่ยของความเปลี่ยนแปลงทางด้านความฉลาดทางอารมณ์ของ
ผู้ปฏิบัติธรรมก่อนและหลังเข้าร่วมฝึกปฏิบัติธรรมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร ปีการศึกษา 2554

ลายมือชื่อนักศึกษา
ลายมือชื่อที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ 1. 2. 3.

51260313 : MAJOR : DEVELOPMENT EDUCATION

KEYWORD : MEDITATION (VIPASSANA) FOLLOWED BY MINDFULNESS (SATIPATTHANA) /
BEHAVIORAL DEVELOPMENT / EMOTION DEVELOPMENT

SUMANA LEABTAVEE : MEDITATION FOLLOWED BY MINDFULNESS THE EFFECTS
OF INSIGHT ON BEHAVIORAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT : CASE STUDY YOUNG
BUDDHISTS ASSOCIATION OF THAILAND UNDER THE ROYAL PATRONAGE. THESIS ADVISORS
: ASST.PROF.NOPPORN CHANTARANAMCHOO, Ph.D., ASST.PROF.THEERASAK UNAROMLERD,
Ph.D. AND LUYONG WERANAWIN, Ph.D. 253 pp.

This research used mixed methodology and aimed : To study the process of insight
(Vipassana) meditation followed by mindfulness (Satipatthana) ; To study the effects of insight
(Vipassana) meditation followed by mindfulness on behavioral and emotional development.

Data were collected from the chief of the project that provided beginning insight
meditation classes at the Young Buddhists Association of Thailand, young people who took
beginning insight meditation classes at the association and people who practiced meditation at the
association. The research tools used were a semi-structured interview, a questionnaire about
behavior and an emotional intelligence assessment form. The researcher used the participant
observation technique and conducted in-depth interviews and analyzed the data collected through
the questionnaire and a test that assessed the effects of insight meditation followed by
mindfulness. The results of this research's qualitative study led to the conclusion that the practice
of insight meditation followed by mindfulness in the beginning insight meditation classes used a
method that teaches one to be conscious of one's action when one stands, walks, sits and so on.
This practice would lead to the wisdom to see the truth of life. Which can be useful in
practitioner's course of life. In terms of behavior, it was found that those taking the classes and
practicing the meditation were more conscious of their own behavior. In terms of emotion, it was
found that those practicing the meditation were more emotionally stable. The results of this
research's quantitative study led to the conclusions that 1) the mean of behavioral changes of the
subjects after practicing the meditation was higher than that before practicing the meditation at
the significance level of 0.5; 2) the mean of changes in emotional intellect of the subjects after
practicing the meditation did not differ significantly from that before practicing the meditation.

Department of Education Foundation Graduate School, Silpakorn University Academic Year 2011

Student's signature Sumana Leabtavee

Thesis Advisors' signature 1. V. Chantarnamchoo 2. Theerasak Unaromlerd 3. Luyong Weranawin