

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม และมีวัตถุประสงค์เฉพาะ คือ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบันปัญหาและความต้องการการเจริญสติสัมปชัญญะ 2) เพื่อแสวงหาแนวทาง วิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการเจริญสติสัมปชัญญะ 3) เพื่อพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม จำนวน 50 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบวัดสติสัมปชัญญะด้านความรู้เกี่ยวกับหลักธรรม 2) แบบวัดพฤติกรรมการเจริญสติสัมปชัญญะ 3) แบบสอบถาม 4) แบบสัมภาษณ์ การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สถิติทดสอบที (t-test) และวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) ซึ่งเป็นการวิจัยและพัฒนาโดยใช้วิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ที่เน้นการมีส่วนร่วมอย่างสำคัญจากทุกฝ่ายในทุกขั้นตอนของการวิจัยและพัฒนา

#### ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพปัจจุบันปัญหาและความต้องการการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคมที่สำคัญคือ 1.1) นักเรียนขาดความรู้เรื่องสติสัมปชัญญะในระดับปานกลาง 1.2) นักเรียนมีพฤติกรรมขาดสติสัมปชัญญะในระดับน้อย ได้แก่ ขาดสติสัมปชัญญะหนีเรียน ดิถยาเสพติด และเล่นการพนัน 1.3) นักเรียนต้องการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะ ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 40.4

2. แนวทางวิธีการพัฒนาและดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม คือ การเพิ่มพูนความรู้ ความเข้าใจ และเสริมสร้างพฤติกรรมในการเจริญสติสัมปชัญญะแก่นักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม โดยการจัดการสอนเพิ่มความรู้ในห้องเรียนฝึกปฏิบัติการเจริญสติสัมปชัญญะอย่างต่อเนื่องและจริงจัง โดยมอบหมายงานและกำหนดขอบเขตหน้าที่ความรับผิดชอบอย่างชัดเจน

3. ยุทธศาสตร์การพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม เริ่มจากให้นักเรียนฯ ศึกษาหลักธรรมที่ก่อให้เกิดสติสัมปชัญญะ และศึกษาฝึกปฏิบัติการเจริญสติสัมปชัญญะแบบไทเก๊ก โดยเริ่มต้นด้วยการสวดมนต์ จากนั้นได้ปฏิบัติสติสัมปชัญญะแบบไทเก๊ก 12 ท่า ทั้งทำนั่งและทำยืน

4. ผลการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม ปรากฏว่า นักเรียนมีสติสัมปชัญญะเกิดความเข้าใจในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสูงกว่าก่อนฝึกปฏิบัติการเจริญสติสัมปชัญญะแบบไทเก๊ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนมีสติสัมปชัญญะหลังการฝึกปฏิบัติการเจริญสติสัมปชัญญะสูงกว่าก่อนฝึกปฏิบัติการเจริญสติสัมปชัญญะแบบไทเก๊ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการประเมินพฤติกรรมการเจริญสติสัมปชัญญะ พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการเจริญสติสัมปชัญญะอยู่ในระดับดี โดยการเปรียบเทียบก่อนและหลังการพัฒนา

The research aims to 1) study current state, problems and needs of self-awareness development, 2) pursue guidelines, methods of development and key indicator for success in self-awareness development, and 3) develop self-awareness growth for Mathayomsuksa 2 students, Saraburiwithayakhom School. The 50 samples employed obtained by simple random sampling comprised the aforementioned students. The instrument used consisted of 1) a self-awareness form regarding knowledge of moral principles, 2) a self-awareness growth behavior evaluation form, 3) a questionnaire, and 4) an interview form. The data was analyzed to calculate percentage, mean ( $\bar{X}$ ), standard deviation (S.D.), t-test, and content analysis. This research and development used participatory action research which emphasized main participation from all insiders in every step of the program.

The findings indicated that:

1. regarding the current state, problems and needs of said students:  
1.1) they lacked knowledge concerning self-awareness moderately, 1.2) their behavior displayed a lack of self-awareness at a low level, i.e. truancy, drug addiction, and gambling, and 1.3) 40.4 percents of the students needed to develop their self awareness growth.

2. guidelines for development and the key indicator for success include increasing their knowledge and understanding. Provide self-awareness behavior development for the students by adding to their knowledge in class, practicing self-awareness continuously and earnestly by clearly assigning them jobs and responsibilities.

3. the strategies for said development started from assigning students to study moral principles resulting in the development of self-awareness, study and practice the Tai-kek self-awareness style beginning by praying, then practicing the 12 positions of the Tai-kek self-awareness style, which are both sitting and standing positions.

4. the result of said development of the students revealed that they had developed self-awareness till they understood the moral principles of Buddhism higher than that of before they practiced the Tai-kek self-awareness style at a level of .05 statistical significance. After they had practiced the Tai-kek self-awareness style, they had higher self-awareness than that before the practice at a level of .05 statistical significance. Regarding the comparison of the evaluation results of the pre-and post development, it revealed that the students' self-awareness behavior development was at a high level.