

ผลการดำเนินงานศูนย์ศิลปะและวัฒนธรรม  
ประจำเดือน มิถุนายน 2566

**ชื่อโครงการ** โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนาของนักศึกษา คณาจารย์  
และ บุคลากร ปีการศึกษา 2566

### **วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้พัฒนาจิตตามหลักธรรมของ  
พระพุทธศาสนา และ  
แนวทางการทำสมาธิ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีทัศนคติที่ดีต่อการพัฒนาจิตและการปฏิบัติ  
ธรรมตาม  
หลักธรรมพระพุทธศาสนา
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถฝึกปฏิบัติธรรมตามหลักธรรมของ  
พระพุทธศาสนาได้

กลุ่มเป้าหมาย : นักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากร มหาวิทยาลัยราช

ธานีจังหวัด อุบลราชธานี

สถานที่ จัดโครงการ วัดหนองป่าพง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี

## KPI ความสำเร็จของโครงการ เชิงปริมาณ

1. กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. คะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมาย ไม่น้อยกว่า 3.75 จากคะแนนเต็ม 5

## KPI ความสำเร็จของโครงการ

### เชิงคุณภาพ

1. นักศึกษาและบุคลากรได้มีประสบการณ์การปฏิบัติธรรม ผูกจิต นั่งสมาธิ เป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีสติ
2. นักศึกษาและบุคลากรได้มีประสบการณ์การฟังเทศน์ สวดมนต์ เป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิต
3. นักศึกษาและบุคลากรได้มีโอกาสได้บำเพ็ญกุศล บริจาคทาน เป็นผู้ที่สามารถปฏิบัติตนตามหลักธรรมทางพุทธศาสนา
4. นักศึกษาและบุคลากรได้เข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับวันสำคัญทางพุทธศาสนา โดยเป็นผู้รู้จักสืบสานและอนุรักษ์วิถีชีวิตและขนบธรรมเนียมประเพณีอันงดงามของไทย

## ขั้นตอนการดำเนินงาน

- 1.การวางแผนการจัดโครงการ
  - ประชุมวางแผนการดำเนินการ
- 2..ดำเนินการจัดโครงการ
  - ประชาสัมพันธ์โครงการ/กิจกรรม
  - จัดเตรียมงาน ได้แก่ ติดต่อประสานงานทุกคณะส่งนักศึกษา คณาจารย์และบุคลากรเข้าร่วมโครงการ
  - ปฏิบัติตามขั้นตอนของโครงการ
- 3.ประเมินผลการจัดโครงการ โดยใช้ Google form
  - คณะกรรมการประเมินผลและสรุปผลการดำเนินงาน

# กิจกรรมใน โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา

กิจกรรมที่ 1 วันที่ 3 มิถุนายน 2566 เวลา 15.30-16.30 น.

กิจกรรม เวียนเทียน เนื่องในวันวิสาขบูชา

ณ.วัดหนองป่าพง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี

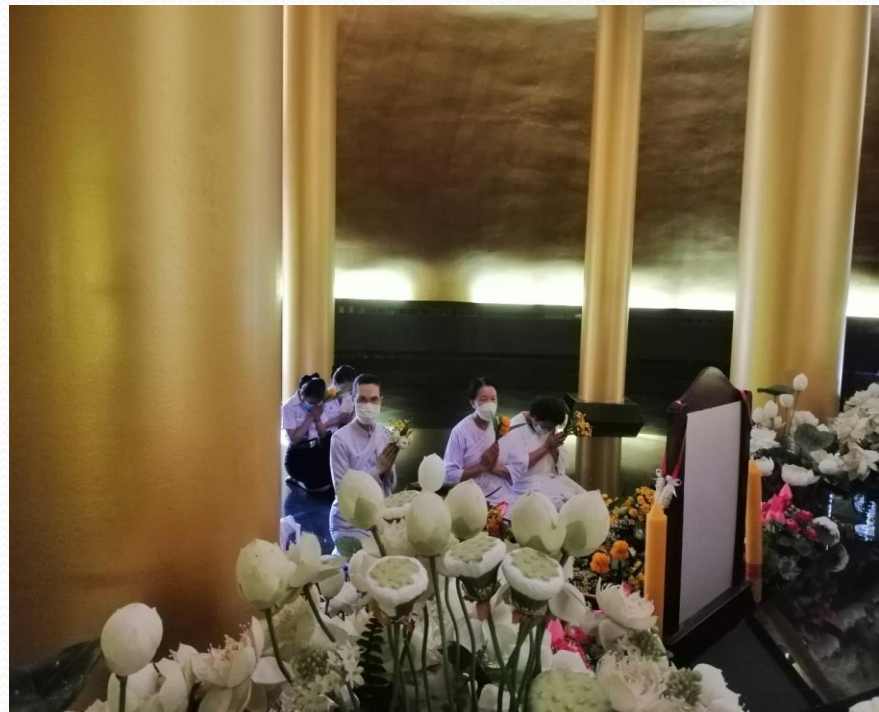


# กิจกรรมใน โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา

กิจกรรมที่ 1 วันที่ 3 มิถุนายน 2566 เวลา 15.30-16.30 น.

กิจกรรม เวียนเทียน เนื่องในวันวิสาขบูชา

ณ.วัดหนองป่าพง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี



# ศูนย์ศิลปะและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชธานี

แบบสอบถามความคิดเห็นผู้เข้าร่วมกิจกรรม/โครงการปฏิบัติธรรมโครงการ  
ปฏิบัติธรรม:: เวียนเทียนเนื่องในวันวิสาขบูชา

ปีการศึกษา 2566

สถานที่ วัดหนองป่าพง วันที่ 3 เดือน มิถุนายน 2566

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ประกอบด้วยนักศึกษา อาจารย์ และบุคลากร มหาวิทยาลัยราชธานี  
จำนวน 15 คน ผู้ร่วมกิจกรรมตอบแบบประเมิน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 93

เกณฑ์คะแนนความคิดเห็น

5= มากที่สุด, 4= มาก, 3= ปานกลาง, 2= น้อย,

1= น้อยที่สุด

ลำดับ	พฤติกรรม	คะแนนความคิดเห็น		
		คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
1	เป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาจิตตนเอง	4.64	0.50	มากที่สุด
2	มีทัศนคติที่ดีต่อการปฏิบัติในวันสำคัญของพุทธศาสนา	4.71	0.47	มากที่สุด
3	มีส่วนร่วมสืบสานวันสำคัญของพุทธศาสนา	4.79	0.43	มากที่สุด
4	ระยะเวลาในการร่วมกิจกรรมเหมาะสม	4.29	0.73	มาก
5	ความพึงพอใจโดยรวมของการเข้าร่วมกิจกรรม/ โครงการ	4.86	0.53	มากที่สุด
	รวมคะแนนเฉลี่ย	4.66	0.53	มากที่สุด

## ข้อเสนอแนะ/ สะท้อนสิ่งที่ได้รับ : การจัดกิจกรรม / เรื่องที่ต้องการให้จัด ในครั้งต่อไป

- ได้มีประสบการณ์ใหม่ๆ ในเพิ่มเติมในชีวิต
- รู้สึกมีความสุขสบายใจมากค่ะที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมเวียนเทียน
- เรียนวัฒนธรรมของแต่ละพื้นที่ค่ะ เพราะว่าแคว้นนครพนมส่วนมากเขาเวียนเทียนกัน19.00น.ขึ้นไป ก็ถือว่าได้รับรู้วัฒนธรรมที่แตกต่างกันไปค่ะอิมบุญ

ค่ะ  

- ได้บุญได้มี การมีส่วนร่วม รู้สึกเป็นบุญที่ได้ไปได้ไปร่วมเวียนเทียนวัดที่พระ  
ท่านปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ
- ดีใจที่ได้ร่วมกิจกรรมเวียนเทียนค่ะ และารู้จักสถานที่วัดหนองป่าพง  
เป็นสถานที่ที่ร่มรื่น สงบ ค่ะ
- เป็นสิ่งที่ดีต่อสุขภาพจิต/สุขภาพกาย

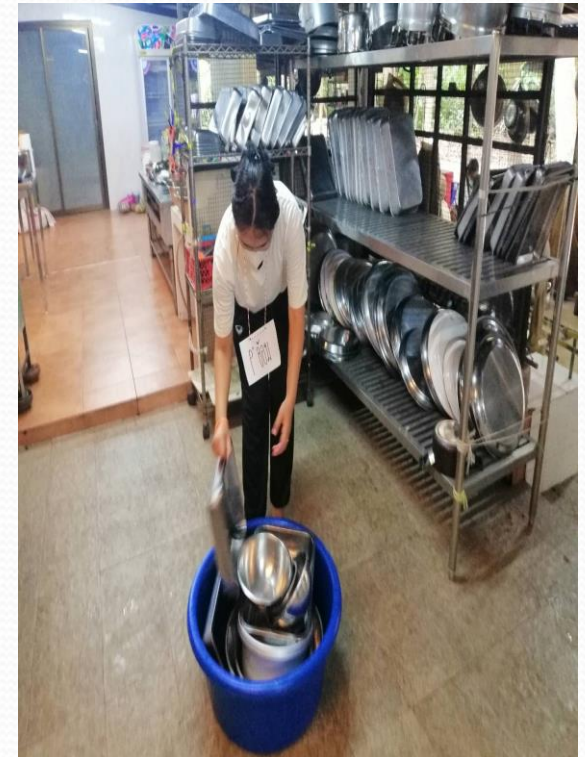
# กิจกรรมใน โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา

กิจกรรมที่ 2 โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา สำหรับนักศึกษาใหม่  
มหาวิทยาลัยราชธานี ปีการศึกษา 2566

วันที่ 26 มิถุนายน 2566 ( เวลา 6.30-15.00 น.) ณ.วัดป่านานาชาติ  
บ.บึงหวาย ต.บึงหวาย อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี



ภาพประกอบกิจกรรมใน โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา  
กิจกรรมที่ 2 โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา สำหรับนักศึกษาใหม่  
มหาวิทยาลัยราชธานี ปีการศึกษา 2566  
วันที่ 26 มิถุนายน 2566 ณ.วัดป่านานาชาติ ต.บึงหวาย อ.วารินชำราบ  
จ.อุบลราชธานี



ภาพประกอบกิจกรรม โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา

กิจกรรมที่ 2 โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา สำหรับนักศึกษาใหม่ มหาวิทยาลัย

ราชธานี ปีการศึกษา 2566

วันที่ 26 มิถุนายน 2566 ณ.วัดป่านานาชาติ ต.บึงหวาย อ.วารินชำราบ

จ.อุบลราชธานี



# กิจกรรมใน โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา สำหรับนักศึกษาใหม่

มหาวิทยาลัยราชธานี ปีการศึกษา 2566

กิจกรรมที่ 3 วันที่ 27 มิถุนายน 2566

เวียนปฏิบัติธรรมหลักสูตรชินนสาสมาธิ จัดโดยสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๔๔

วัดสุปัฏนารามวรวิหาร จ.อุบลราชธานี ในวันอังคาร ที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ ณ

ห้องประชุมชั้น ๓ อาคารเฉลิมพระเกียรติฉลองสิริราชสมบัติ ครบ ๖๐ พรรษา



# กิจกรรมใน โครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา สำหรับนักศึกษาใหม่ มหาวิทยาลัยราชธานี ปีการศึกษา 2566

กิจกรรมที่ 3 วันที่ 27 มิถุนายน 2566

เรียนปฏิบัติธรรมหลักสูตรชินนสาสมาธิ จัดโดยสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขา ๔๔ วัดสุปัฏนารามวรวิหาร จ.อุบลราชธานี ในวันอังคาร ที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ ณ ห้องประชุม ชั้น ๓ อาคารเฉลิมพระเกียรติฉลองสิริราชสมบัติ ครบ ๖๐ พรรษา



## ศูนย์ศิลปะและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชธานี

แบบประเมินผลการเข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา นักศึกษาชั้นปีที่ 1

ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนา

นักศึกษาชั้นปี 1 ปีการศึกษา 2566 จำนวน 136 คน (จากจำนวนนักศึกษา 149

คน) คิดเป็นร้อยละ 91.27

ณ วัดป่านานาชาติและ ห้องประชุมชั้น 3 อาคารเฉลิมพระเกียรติฉลองสิริราชสมบัติ  
ครบ ๖๐ ปี

เกณฑ์คะแนนความคิดเห็นที่ตรงกับความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรม/โครงการ

5= มากที่สุด, 4= มาก, 3= ปานกลาง, 2= น้อย, 1= น้อยที่สุด

ลำดับ	พฤติกรรม	คะแนนความคิดเห็น		
		คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
1	โครงการนี้มีประโยชน์กับท่าน	4.01	0.90	มาก
2	การสวมมนต์ฟังบรรยายธรรมะทำให้จิตใจสงบ	4.11	0.47	มาก
3	ท่านได้รับความรู้จากการบรรยายหลักธรรมะของพระอาจารย์วัดป่านานาชาติ	4.14	0.80	มาก
4	ท่านได้รับความรู้ในการทำสมาธิ การเดินจงกรม นั่งสมาธิจากการบรรยายของอาจารย์สา สถาบันพลังจิตตานุภาพ	4.13	0.87	มาก
5	ระยะเวลาการฝึกเดินจงกรม นั่งสมาธิ เหมาะสม	4.01	0.77	มาก
6	สามารถนำไปประยุกต์ใช้ฝึกสติ มีสมาธิการเรียน	4.07	0.81	มาก
7	สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน	4.04	0.82	มาก
8	การเตรียมความพร้อมนักศึกษาในด้านคุณธรรมจริยธรรมเหมาะสม	3.87	0.84	มาก
9	ความพึงพอใจในภาพรวมของการเข้าร่วมโครงการ	3.84	0.85	มาก
	รวมคะแนนเฉลี่ย	4.02	0.82	มาก

ข้อเสนอแนะ: การจัดกิจกรรม / สะท้อนสิ่งที่ได้เรียนรู้ การนำไปใช้

## 1. ความรู้ในหลักธรรมและนำมาปฏิบัติ

- ได้รู้วิธีการทำสมาธิว่ามีหลายรูปแบบ และสามารถทำเองได้
- ได้เรียนรู้การทำสมาธิ ทำให้จิตใจสงบและอยู่กับตัวเองมากขึ้น
- ได้รับหลักธรรมไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ถี่มาก เป็นประโยชน์กับสายอาชีพที่จะได้ทำในอนาคตมากค่ะ
- ได้รับความรู้ที่สามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้
- ได้ความรู้เกี่ยวกับการเจริญจิตภาวนามากค่ะ

## 2. ระยะเวลาการจัดกิจกรรม

- ลดกิจกรรมค่ายธรรมะให้เหลือ 1 วัน และเปลี่ยนเป็นกิจกรรม  
แนะนำตึกเรียนและห้องเรียนแทนเนื่องจากนักศึกษา

ใหม่ยังไม่รู้ว่าวิชานี้ต้องเรียนห้องไหนบ้าง

- อยากให้จัดกิจกรรมที่วัดทั้ง 2 วัน นำการฝึกจิตใจให้สงบก่อนที่  
จะเรียน

- หลายวันเกินไปค่ะ ขอขอบคุณค่ะ อยากให้ลดเวลาในการนั่งลงกว่า  
นี้

### 3. การนำไปใช้

- ใช้ฝึกทำสมาธิก่อนนอนและก่อนอ่านหนังสือ
- เจียบสงบดีค่ะ ทำให้มีสมาธิเพิ่มขึ้น
- ทำให้จิตใจสงบ มีสติช่วยในการฝึกจิตใจให้สงบ มีความสงบจิตใจ
- การมีสติและการอยู่กับตัวเองมากขึ้น

### 3. การนำไปใช้ (ต่อ)

- ทำให้มีสมาธิขึ้น สามารถเอาไปใช้กับการเรียนได้ในเวลาที่เราไม่มีสมาธิก็สามารถทำให้จิตใจสงบได้
- สามารถทำสมาธิก่อนนอน ก่อนอ่านหนังสือ
- ถ้าจัดกิจกรรมแบบนี้ขึ้นอีก ขอให้เป็นที่ธรรมชาติ เพราะจะทำให้จิตใจเราสงบ มีสติมากขึ้น
  - สามารถทำให้เรามีสติในการคิดจะทำอะไรสักอย่าง
  - ทำให้มีสมาธิในการเรียนมากขึ้น มีสติสมาธิในการเรียน
  - ทำให้จิตใจสงบ ได้เรียนรู้ตัวเองมากขึ้น มีสติในการใช้ชีวิตมากขึ้น

### 3. การนำไปใช้ (ต่อ)

- การเดินจงกรมทำให้เราจิตใจสงบนิ่งขึ้น มีสมาธิ
- นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง
- มีสมาธิ จิตสงบ สมองปลอดโปร่ง ผีอกสมาธิได้ด้วยตนเองทำให้จิตใจสงบ
- จากที่ไม่เคยทำแบบนี้ และไม่ค่อยได้นั่งสมาธิ พอได้ทำก็รู้สึกผ่อนคลาย

และได้นำกลับมาใช้จริงๆ

ได้เรียนรู้การนั่งสมาธิ เดินจงกรม

## แผนการดำเนินงาน ต่อไป

- วันที่ 5 กรกฎาคม 2566 ( 15.00-16.00น) ร่วมกิจกรรมแกะสลักเทียนพรรษา แบบติดพิมพ์ ณ.วัดมหาวันาราม วรวิหาร
- วันที่ 16 กรกฎาคม 2566 ร่วมกิจกรรมทำบุญตักบาตรพระสงฆ์และสามเณร 231 รูป เนื่องใน วันมหาสงกรานต์ แห่งการสถาปนาเมืองอุบลราชธานี ครบ 231 ปี เวลา 7.00น. ณ.บริเวณหน้าศาลหลักเมือง ต.ในเมือง อ.เมืองอุบลราชธานี จ.อุบลราชธานี
- วันที่ 20 กรกฎาคม 2566 ผู้บริหาร คณาจารย์และนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ปีที่ 4 รับผิดชอบเทียนพรรษาและผ้าอาบน้ำฝนเทียน พระราชทาน ณ.ท่าอากาศยานนานาชาติ จ.อุบลราชธานี
- วันที่ 28 กรกฎาคม 2566 ตั้งโต๊ะหมู่บูชาประดิษฐาน พระบรมฉายาลักษณ์ พร้อมเครื่องราชสักการะ เนื่องในวันพระราชสมภพ ร.10 หน้าสำนักทะเบียน

## แผนการดำเนินงาน ต่อไป

- เนื่องด้วยศาลากลางจังหวัดจังหวัดอุบลราชธานี ได้กำหนดให้มีกิจกรรม แสดง แสง เสียง ประกอบขบวนแห่เทียนพรรษา กลางคืน ประจำปี ๒๕๖๖ ชื่อชุดการแสดงเพชรบัวบานบันเทิงศิลป์ ฮอยอุบล จัดแสดงระหว่าง วันที่ ๑-๒ สิงหาคม 2566 ณ.บริเวณถนนอุปราช (หน้าลานขวัญเมือง)

### มหาวิทยาลัยราชธานี สนับสนุน จัดชุดการแสดง ดังนี้

-วันที่ 31 ก.ค 66 ซ้อมใหญ่เตรียมแสดง แสง เสียง ชื่อชุดการแสดง

“วาดทำนางเอกหมอลำหมู่เมืองอุบล “ประกอบขบวนแห่เทียนพรรษากลางคืน ประจำปี ๒๕๖๖ ณ. บริเวณถนนอุปราช (หน้าลานขวัญเมือง) แสดง โดยนักศึกษาพยาบาล ทุกชั้นปี จำนวน 66 คน

-วันที่ 1 ,2 ส.ค 66 (วันจริง)แสดง แสง เสียง ชุดการแสดงวาดทำนางเอกหมอลำหมู่เมืองอุบล

ประกอบขบวนแห่เทียนพรรษากลางคืน ประจำปี ๒๕๖๖ณ. บริเวณถนนอุปราช (หน้าลานขวัญเมือง) ) แสดง โดยนักศึกษาพยาบาล ทุกชั้นปี จำนวน 66 คน

# มหาวิทยาลัยราชธานี สนับสนุน จัดชุดการแสดง ดังนี้

-วันที่ 31 ก.ค 66 ซ้อมใหญ่เตรียมแสดง แสง เสียง ชื่อชุดการแสดง

“วาดท่านางเอกหมอลำหมู่เมืองอุบล “ประกอบขบวนแห่เทียนพรรษากลางคืน  
ประจำปี ๒๕๖๖ ณ. บริเวณถนนอุปราชา (หน้าลานขวัญเมือง) แสดง โดยนักศึกษา  
พยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 66 คน

-วันที่ 1 ,2 ส.ค 66 (วันจริง)แสดง แสง เสียง ชุดการแสดง

”วาดท่านางเอกหมอลำหมู่เมืองอุบล”

ประกอบขบวนแห่เทียนพรรษากลางคืน ประจำปี ๒๕๖๖ณ. บริเวณถนนอุปราชา  
(หน้าลานขวัญเมือง) ) แสดง โดยนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน  
66 คน

\*\*เพลงประกอบ ชุดการแสดง “ วาดท่านางเอกหมอลำหมู่เมืองอุบล”

ได้รับอนุญาต จากประธานกรรมการบริหาร หลักสูตร สาขาวิชานาฏศิลป์และการ  
ละคร คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี