



สถาบันเสริมศึกษาและทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
พร้อมด้วยนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ รุ่นที่ 11
ลงพื้นที่จัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อสังคมกับ “โครงการ สร้างสมาธิเพื่อพัฒนาในการเรียน”

เมื่อวันศุกร์ที่ 1 มีนาคม 2567 สถาบันเสริมศึกษาและทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พร้อมด้วยนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ รุ่นที่ 11 กลุ่ม 6 สมาธิบัลลังก์ ลงพื้นที่จัดกิจกรรมจิตอาสาเพื่อสังคม กับ โครงการ สร้างสมาธิเพื่อพัฒนาในการเรียน ให้กับเด็ก ๆ ณ วัดราชวรินทร์ ซอยตากสิน เขตธนบุรี 21 กรุงเทพฯ ซึ่งประโยชน์ของการสมาธิในเด็กวัยเรียน ช่วยในเรื่องของพฤติกรรมและการเรียนรู้ของเด็ก ทำให้เด็กมีสมาธิมากขึ้น สามารถเรียนรู้ในชั้นเรียนได้ดียิ่งขึ้น และอาจช่วยให้มีความจำที่ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ ยังอาจช่วยลดความเครียด ลดความวิตกกังวล ช่วยให้นอนหลับได้ดีขึ้น และช่วยให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีทั้งสุขภาพร่างกาย จิตใจ ส่งผลต่อการเรียนที่ดีขึ้น ให้เด็กเติบโตอย่างมีคุณภาพ เป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต กิจกรรมจิตอาสาเพื่อสังคม เป็นส่วนหนึ่งของโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ แห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ รุ่นที่ 11 เพื่อสร้างคุณประโยชน์และช่วยเหลือสังคมอย่างมีคุณค่า

