

ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน*
THE COGNITIVE TRANSFORMATION THERAPY: INNOVATION OF
PRISONERS' SUSTAINABLE MENTAL DEVELOPMENT

นงนุช โกมลหิรัณย์

Nongnuch Komonhirun

พระสุธีรัตนบัณฑิต

Phrasuthirattanabundit

โกนิฐฐ์ ศรีทอง

Konit Srithong

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

E-mail: pumnongnuchja@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อประเมินผล และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการทำปัญญาบำบัด ที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัด ว่ามีความยั่งยืนในการป้องกันการกลับมาทำผิดซ้ำของผู้ต้องขัง ภายหลังจากการสิ้นสุดโครงการฯ ด้วยวิธีวิจัยแบบผสมวิธี เก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถาม การสัมภาษณ์เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติ และวิเคราะห์เชิงคุณภาพด้วยวิธีวิเคราะห์เนื้อหาแบบสร้างข้อสรุป ผลการศึกษาวีจย พบว่า กระบวนการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังในเรือนจำด้วยการทำปัญญาบำบัด ทั้งก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการฯ นั้นมีประสิทธิภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งกระบวนการทำปัญญาบำบัด เป็นกระบวนการที่เน้นแก้ไขฟื้นฟูพื้นฐานทางความคิดของผู้ต้องขัง โดยเริ่มจาก “สติ” ไปสู่ “ปัญญา” เพื่อให้ผู้ต้องขังได้เริ่มรู้จักตัวเอง และได้เห็นคุณค่าในตัวเอง จึงเกิดกระบวนการ “คิดใหม่ ทำใหม่” ใน “ชุดความรู้ ความคิดใหม่” เมื่อความคิดเปลี่ยน จิตใจ และพฤติกรรมก็จะเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น พร้อมสำหรับการเริ่มต้น “ชีวิตใหม่” ที่ส่งผลต่อพัฒนาการการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ต้องขังหลังจากที่เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดทั้ง 5 ด้าน ประกอบด้วย 1) พัฒนาการด้านศีล 2) พัฒนาการด้านกาย 3) พัฒนาการด้านสังคม 4) พัฒนาการด้านจิตใจ และ 5) พัฒนาการด้านปัญญา ส่งผลให้มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่จะไม่กระทำความผิดอีก ซึ่งเป็นกระบวนการสร้างความยั่งยืนในการป้องกันการกลับมาทำผิดซ้ำของผู้ต้องขัง ภายหลังจากการสิ้นสุดโครงการปัญญาบำบัดฯ

* Received 7 June 2020; Revised 22 June 2020; Accepted 7 February 2020



ข้อเสนอแนะ ควรมีการติดตามประเมินผลผู้ต้องขังที่พ้นโทษออกไปแล้วอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นการป้องกันการกลับมากระทำผิดซ้ำอีก

คำสำคัญ: ปัญญาบำบัด, นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจ, ผู้ต้องขัง, อย่างยั่งยืน

Abstract

This research article aim to assess before and after participating in the Cognitive Transformation Theory Project. That affects the changes in thinking and behavior of the inmates that is sustainable in preventing the repeat offenses of inmates after the project ends. With integrated research methods data collection by interview questionnaires for small group meetings analyze quantitative data with statistics and qualitative analysis by means of content analysis in conclusion form. The study results show that developing the minds of inmates in prisons through the process of cognitive transformation theory both before and after participating in the program, it is effective statistical significance . Which the cognitive transformation theory process. It is a process that focuses on restoring the basic idea. And the behavior of inmates beginning from the consciousness to the wisdom for the inmates began to know myself and see value in yourself resulting in a new thinking process, reworked in the new knowledge set. When thoughts change their minds and behavior they will change for the better. Ready for the beginning of a new life that affects development changing the behavior of inmates after participating in all 5 aspects of the Cognitive Transformation Theory project consisting of 1 development of 5 precepts 2 physical development 3 social development 4 mental development 5 intellectual development . Resulting in mental immunity That will stop the crime again which is a process of creating sustainability in preventing the recurrence of inmates after the end of the cognitive transformation theory project, the suggestion must continuous monitoring and evaluation of inmates that have been released from prison to prevent reoccurrence.

Keywords: The Cognitive Transformation Theory, Innovation Mental Development, Prisoners, Sustainable



บทนำ

จากรายงานสถิติจำนวนผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ประจำเดือนมิถุนายน พ.ศ.2563 พบว่า ประเทศไทยมีผู้ต้องขังรวมทั้งหมดทั่วประเทศ จำนวน 378,769 ราย แยกเป็นผู้ต้องขังชาย จำนวน 330,881 ราย และผู้ต้องขังหญิง จำนวน 47,888 ราย (กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม, 2563) ปัญหาเหล่านี้ได้ก่อให้เกิดวิกฤตนักโทษล้นเรือนจำในประเทศไทย ซึ่งก็สอดคล้องกับรายงานข้อมูลจากศูนย์ศึกษาเรือนจำนานาชาติ (International Centre for Prison Studies – ICPS) ที่ระบุไว้ว่า ปี ค.ศ. 2018 ประเทศไทยเป็นหนึ่งในประเทศที่มีจำนวนผู้ต้องขังมากที่สุดเป็นอันดับ 6 ของโลก และอันดับ 3 ของเอเชีย รองจาก จีน และอินเดีย (ศูนย์ศึกษาเรือนจำนานาชาติ (International Centre for Prison Studies - ICPS), 2561) ขณะที่ความสามารถในการรองรับจำนวนผู้ต้องขังที่อยู่ประมาณ 190,000 คน จึงเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดสภาพความแออัดหรือเรียกว่าสภาวะผู้ต้องขังล้นเรือนจำในปัจจุบัน นที จิตสว่าง กล่าวว่าการผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้มีนักโทษมากขึ้นจนล้นคุกอันนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ มากมายโดยเฉพาะปัญหาสุขภาพจิตและยังส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันของผู้ต้องขังอีกด้วย (นที จิตสว่าง, 2545) เพื่อเป็นการขัดเกลาคิดใจและปรับเปลี่ยนทัศนคติของผู้ต้องขัง (กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม, 2563) เรือนจำกลางจังหวัดระยอง เป็นหน่วยงานหนึ่งของกรมราชทัณฑ์ ที่พยายามขับเคลื่อนงานเพื่อตอบสนองพันธกิจของกรมราชทัณฑ์ในการคืนคนดีสู่สังคม และเป็นหนึ่งในเรือนจำต้นแบบที่ปฏิบัติต่อผู้ต้องขังตาม “ข้อกำหนดกรุงเทพมหานคร” (Bangkok Rules) หรือ “ข้อกำหนดสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงและมาตรการที่มีใช้การคุมขังสำหรับผู้กระทำผิดหญิง” ที่ได้รับการรับรองจากสหประชาชาติ ปี พ.ศ. 2535 ซึ่งเกิดจากพระราชดำริสมเด็จพระเจ้าลูกเธอเจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนธิราเทพยวดี จึงริเริ่มจากพระดำริของพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา ที่ทรงเล็งเห็นความจำเป็นในการบริหารจัดการเรือนจำและผู้ต้องขังหญิงโดยให้ความสำคัญต่อความแตกต่างทางเพศสภาวะ และสร้างวัฒนธรรมที่คำนึงถึงความต้องการเฉพาะด้านของเพศหญิงให้เกิดในราชทัณฑ์อาเซียน ข้อกำหนดดังกล่าวแม้ไม่มีกฎหมายที่มีสภาพบังคับปฏิบัติ แต่เป็นมาตรฐานในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงที่ราชทัณฑ์ของประเทศต่าง ๆ ยอมรับและเริ่มใช้เพื่อยกระดับมาตรฐานในงานราชทัณฑ์ของประเทศนั้น ๆ ซึ่งประเทศไทยในฐานะที่เป็นประเทศที่ผลักดันให้เกิดข้อกำหนดกรุงเทพดังกล่าวนี้ ก็ได้มีการแสดงบทบาทในการขับเคลื่อนข้อกำหนดกรุงเทพ โดยสถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (TIJ) ร่วมกับกรมราชทัณฑ์ ขยายผลกับเรือนจำและทัณฑสถานต่าง ๆ ทั่วประเทศ ซึ่งปัจจุบันมี “เรือนจำต้นแบบ” ที่มีการประเมินการขับเคลื่อนการปฏิบัติงานของเรือนจำตามข้อกำหนดกรุงเทพ (TIJ) และเรือนจำกลางจังหวัดระยอง ก็เป็นหนึ่งใน 12 แห่งทั่วประเทศที่มีการขับเคลื่อน “เรือนจำต้นแบบ” ตามข้อกำหนดของกรมราชทัณฑ์ที่ขับเคลื่อนการบริหารงานตาม



ข้อกำหนดกรุงเทพในการผลักดันแนวทางปฏิบัติไปสู่เป้าหมายของ “เรือนจำเปลี่ยนชีวิต” (มติ ขนออนไลน์, 2562)

โครงการเปลี่ยนความคิดผู้ต้องขังรายบุคคลด้วยหลักธรรมของสำนักกิจการในพระราชดำริสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพยวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา โดยมีพระศากยวงศ์วิสุทธิ์ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดบวรนิเวศวิหาร เมตตาเป็นผู้ให้การอบรมปัญญาบำบัด (Cognitive Transformation Theory) และได้น้อมนำบทพระนิพนธ์ในสมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร (สมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ 19) เรื่อง “จิตตนคร” มาเป็นสื่อในการสอนเพื่อฝึกปรับกระบวนการความคิดของผู้ต้องขังในแนวทาง ‘ปัญญาบำบัด’ มุ่งฝึก อบรมพัฒนากระบวนการเรียนรู้ และตระหนักรู้ของผู้ต้องขังให้รู้เท่าทันตามความเป็นจริงของเหตุปัจจัยตามธรรมดาไม่ก่อทุกข์เองจาก ความโลภ โกรธ หลง ทิฐิมานะ เป็นต้น (พระศากยวงศ์วิสุทธิ์ (อนิลมาน ธมมสากิโย, ดร.), 2561)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความตั้งใจที่จะศึกษาเรื่องการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังในเรือนจำด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและฟื้นฟูจิตใจผู้ต้องขัง สร้างแรงบันดาลใจความใฝ่ดีให้แก่ผู้ที่เคยพลั้งพลาดในชีวิต เพื่อลดกลับมากระทำความผิดพลาดซ้ำอีก ด้วยการเปลี่ยนความคิดในแบบ “ปัญญาบำบัด” เพื่อเสริมสร้างกำลังใจให้ผู้ต้องขังสามารถพึ่งพาตนเองได้ภายหลังการพ้นโทษ ไม่เป็นภาระแก่สังคม และสามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลแบบทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัด
2. เพื่อประเมินผลของการทำปัญญาบำบัด ว่ามีความยั่งยืนในการป้องกันการกลับมาทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังภายหลังการสิ้นสุดโครงการปัญญาบำบัด

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน” ผู้วิจัยได้ใช้วิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Research Method) ระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ดังนี้

1. การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study) ทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้อง ทั้งหนังสือ รายงานการวิจัย รายงานการประชุม ภาพถ่าย เอกสารเกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำทั้งแนวคิด ทฤษฎีทางตะวันตก ทฤษฎีทางตะวันออก และทางพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าในภาคสนาม



2. การศึกษาในภาคสนาม (Field Study) เพื่อให้ทราบถึงสภาพปัญหา และกระบวนการเสริมสร้างจริยธรรมสำหรับผู้ต้องขังในกรุงเทพมหานครเชิงพุทธบูรณาการในระดับนโยบายและแนวทางปฏิบัติที่เป็นกรณีศึกษา โดยมีขั้นตอนกระบวนการวิจัย ดังนี้

2.1 ทำการศึกษาและคัดเลือกพื้นที่ศึกษา โดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ได้แก่ เรือนจำกลางจังหวัดระยอง เนื่องจากเป็นเรือนจำที่มีทุกอย่างในเรือนจำเดียว นับจากเรือนจำชั่วคราวไปยังเรือนจำที่มีความมั่นคงสูงสุด มีถึง 7 แดน และเป็นเรือนจำต้นแบบ

2.2 ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากการแจกแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ ประชุมกลุ่มย่อยร่วมกับผู้ต้องขัง ผู้บริหาร บุคลากร เจ้าหน้าที่ นักวิชาการ นักจิตวิทยา และจิตแพทย์

2.3 ดำเนินการศึกษาวเคราะห์แนวทางการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง ด้วยกระบวนการปัญญาบำบัดสำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำกลางจังหวัดระยอง จากการประชุมกลุ่มย่อยเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริงตามกระบวนการวิจัย

2.4 สรุปและนำเสนอผลการศึกษาที่ได้ทั้งจากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนาม โดยนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นที่สำคัญของการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด

3. การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามสำหรับใช้ในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดก่อนและหลังการฝึกอบรมฯ โดยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อให้ได้ข้อมูลของการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังในเรือนจำด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด

พื้นที่ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตพื้นที่คือ เรือนจำกลางจังหวัดระยอง **ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ พระวิทยากรและผู้ทรงคุณวุฒิในการสอนทำปัญญาบำบัด ผู้บริหารเรือนจำและเจ้าหน้าที่ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในเรือนจำกลางจังหวัดระยอง

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ต้องขังในเรือนจำกลางจังหวัดระยอง โดยการสมัครเข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัด จำนวน 40 คน แบ่งเป็นผู้ต้องขังชาย 20 คน และผู้ต้องขังหญิง 20 คน ได้มาโดยใช้วิธีแบบเลือกเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งมีเกณฑ์ในการคัดเลือก คือ 1) เป็นผู้ต้องขังที่ใกล้จะพ้นโทษ เนื่องจากผู้วิจัยต้องการวัดผลสัมฤทธิ์ของการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยการทำปัญญาบำบัด ภายหลังจากผู้ต้องขังพ้นโทษ 2) เป็นคนที่ให้ความสนใจและมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่องจนสิ้นสุดโครงการ ฯ



ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ เริ่มตั้งแต่เดือนมีนาคม พุทธศักราช 2562 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ พุทธศักราช 2563 รวมระยะเวลาในการทำวิจัย 1 ปี

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำผลการวิจัยที่ได้ในแต่ละขั้นตอน มาสังเคราะห์ วิเคราะห์ข้อมูล พร้อมทั้งอธิบายความหมายของเนื้อหาวิจัย แล้วจึงทำการสร้างข้อสรุป (Conclusions) ด้วยวิธีวิเคราะห์แบบอุปนัย (Analytic Induction) ตีความสร้างข้อสรุปข้อมูลจากผลการวิจัย ด้วยการวิเคราะห์โดยการจัดระบบจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) เปรียบเทียบ (Constant Comparison) และวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) เพื่อให้การสรุปข้อมูลผลการวิจัยเกิดความสมบูรณ์ สามารถนำมาตีความ สร้างข้อสรุปจากผลการวิจัยให้สามารถใช้ได้จริงอย่างเป็นรูปธรรมได้ต่อไป

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ในการทำวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยได้คำนึงถึงสิทธิและเคารพศักดิ์ศรีในความเป็นมนุษย์ของกลุ่มตัวอย่าง ดังนั้นผู้วิจัยได้มีการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยเสนอโครงการวิจัยเพื่อรับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ต่อมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมื่อได้รับการอนุมัติแล้ว ผู้วิจัยจึงจะดำเนินการเก็บข้อมูลวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างตามขั้นตอน และกระบวนการวิจัยต่อไป

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการฯ ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัด เป็นเพศชาย จำนวน 19 คน และเพศหญิง จำนวน 20 คน รวม 39 คน (เนื่องจากระหว่างเข้าร่วมโครงการฯ ผู้ต้องขังได้ถูกย้ายแดนคุมขัง 1 คน) คิดเป็นร้อยละ 97.50 ส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 31 – 40 ปี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 46.15 โดยมีระดับการศึกษาอยู่ที่ระดับมัธยมศึกษา จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 89.74 ซึ่งส่วนใหญ่มีอาชีพก่อนที่จะต้องโทษคือ ค้าขาย จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 56.40 มีสถานภาพสมรสแล้ว จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 61.53 และส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 89.77 ผู้ต้องขังกระทำความผิดครั้งแรก จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 74.24 และเคยเสพสารเสพติดมาแล้ว จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 82.04 โดยเฉลี่ยมีรายได้ต่อเดือนก่อนต้องโทษ มากกว่า 10,000 บาท จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 53.84 และไม่เคยเข้าร่วมโครงการที่เกี่ยวกับการพัฒนาจิตใจมาก่อนจำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 64.16 ตามลำดับ

2. เปรียบเทียบผลทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัด

2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตัวแปรด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขัง พบว่า หลังการทดลองคะแนนค่าเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขังในภาพรวมและรายด้านมีคะแนนที่สูงกว่าก่อนการทดลอง โดยคะแนนการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขังใน



ภาพรวมมีค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองเท่ากับ 3.18 และ 4.01 (SD. = .484 และ .469) จากคะแนนเฉลี่ยเต็ม 5 คะแนน และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า หลังการทดลองด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือด้านการพัฒนาทางจิตใจเท่ากับ 3.14 และ 4.26 (SD. = .452 และ .436) รองลงมาคือด้านศีลเท่ากับ 3.32 และ 4.05 (SD. = .478 และ .441) ด้านกายเท่ากับ 3.27 และ 3.49 (SD. = .467 และ .443) ด้านปัญญาเท่ากับ 3.15 และ 3.92 (SD. = .474 และ .452) และด้านสังคมเท่ากับ 3.06 และ 3.89 (SD. = .435 และ .418) ตามลำดับ

2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบตัวแปรที่ส่งผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขังก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัด พบว่า ถึงแม้ตัวแปรที่ส่งผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขังก่อนและหลัง การเข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดในภาพรวมและรายด้านจะมีคะแนนเฉลี่ยหลังการเข้าร่วม โครงการปัญญาบำบัดที่สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการฯ แต่ก็ไม่พบความแตกต่างกันที่นัยทางสถิติ ที่ระดับ

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนตัวแปรด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขังก่อนและ หลังการทดลองในภาพรวม N = 39

ตัวแปรด้านพฤติกรรม	Mean	S.D.	t	p - value
Pre - test	3.18	.484	3.258	.135
Post - test	4.01	.469		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 2 พบว่า ผลการเปรียบเทียบคะแนนการประเมินผลของการทำปัญญา บำบัดหลังการทดลองมีคะแนนสูงกว่าก่อนทดลองเท่ากับ 4.09 และ 2.31 ตามลำดับ แต่ไม่พบ ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ($t = -3.451$, $p - value = .135$)

2.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูล สำคัญ จากผลการวิจัย พบว่า กระบวนการปัญญาบำบัด ส่งผลสัมฤทธิ์ต่อการเปลี่ยนแปลง ทางด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขัง ดังนี้ 1) พัฒนาการด้านศีล 5 มองตัวเองและผู้อื่นด้วยความรัก และความเมตตา ดำเนินชีวิตโดยไม่เบียดเบียนทรัพย์สิน และไม่ละเมิดสิทธิ์ของผู้อื่น ไม่เบียดเบียนผู้อื่นในทางคู่ครอง ยึดมั่นในคำพูดของตนเอง และรักษาสัจจะวาจาไว้อย่างมั่นคง ไม่ละเมิดสิทธิ์ในบุคคล สามารถควบคุมจิตใจ และอารมณ์มิให้ตกเป็นทาสของสิ่งเสพติด ทั้งหลาย 2) พัฒนาการด้านกาย มีสติในการควบคุมการกระทำของตนเอง มีวินัย และความ รับผิดชอบในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง ดูแลสุขภาพของตนเองเป็นอย่างดี ชอบออกกำลังกาย เพราะจะช่วยให้สุขภาพแข็งแรง 3) พัฒนาการด้านสังคม เมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น มีความอดทนและ รู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน ปฏิบัติตามกฎระเบียบการอยู่ร่วมกันอย่างเคร่งครัด หลีกเลียงคำพูด คำจาที่เป็นการกล่าวเท็จ และใช้คำพูดเพื่อส่งเสริม ยั่วยุ ให้ผู้อื่นเดือดร้อนทุกข์ใจและเกิดความ



หวาดระแวงต่อกัน มีความรับผิดชอบ และจิตสำนึกต่อสังคม 4) พัฒนาการด้านจิตใจ สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ แม้ในสถานการณ์คับขัน มองโลกในแง่ดี มีความมุ่งมั่นที่จะชนะใจตัวเอง เมื่อจะกระทำผิด พร้อมทั้งจะเปลี่ยนแปลง และพัฒนาตนเอง เพื่อชีวิตที่ดีขึ้น สามารถใช้ความรู้ที่ได้จากประสบการณ์เดิมมาช่วยยับยั้งกิเลสที่เกิดขึ้นได้5) พัฒนาการด้านปัญญา ตัดสินใจด้วยเหตุและผล โดยใช้ปัญญาเป็นที่ตั้ง ตีความทุกเรื่องอย่างลึกซึ้งด้วยการใช้เหตุและผล แสวงหาความรู้สิ่งใหม่ ๆ เพื่อพัฒนาตนเองแม้มีข้อจำกัดเรื่องสภาพแวดล้อมก็ตาม นำความรู้และประสบการณ์เดิมมาใช้ในทางที่ถูกที่ควร มองเห็นจุดบกพร่อง หรือข้อผิดพลาดของตนเอง และพร้อมที่จะแก้ไข

3. เพื่อติดตามผลของการทำปัญญาบำบัด ถึงความยั่งยืนในการป้องกันการกลับมาทำผิดซ้ำของผู้ต้องขัง หลังพ้นโทษ

3.1 ผลการวิเคราะห์ระดับความคิดเห็นของผู้ต้องขัง ภายหลังการสิ้นสุดโครงการฯ พบว่า ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการได้แสดงความคิดเห็นต่อกระบวนการปัญญาบำบัด สูงกว่าก่อนเข้าอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ 4.02 และ 2.31 (SD. = .664 และ .448) จากคะแนนเฉลี่ยเต็ม 5 คะแนน และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า หลังการทดลองด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือด้านกิจกรรมเท่ากับ 4.34 และ 2.36 (SD. = .652 และ .455) รองลงมาคือด้านเนื้อหาสาระเท่ากับ 4.26 และ 2.13 (SD. = .656 และ .402) ด้านการใช้สื่อในการทำกิจกรรมเท่ากับ 4.12 และ 2.28 (SD. = .652 และ .463) ด้านหลักธรรมเท่ากับ 3.96 และ 2.47 (SD. = .674 และ .464) และด้านการประเมินผลเท่ากับ 3.75 และ 2.31 (SD. = .635 และ .457) โดยทุกด้านมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุดและมากทุกด้าน ตามลำดับ

นอกจากนี้ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัด ยังได้แสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับกระบวนการปัญญาบำบัด ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการฯ ดังนี้

3.1.1 ก่อนการอบรม ผู้ต้องขังที่เข้าที่เข้ารับการพัฒนาจิตใจด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด มองว่ากระบวนการอบรมพัฒนาจิตใจด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด ก็คงเป็นเหมือนกับโครงการอบรมทั่วไปที่ทางเรือนจำจัดขึ้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการทำงานของทางเรือนจำ และเมื่อผู้ต้องขังส่วนใหญ่รู้ว่าจะมีพระเข้ามาทำกิจกรรมปัญญาบำบัด ก็ยังมีความคิดเห็นตรงกันว่าไม่ต่างจากที่เคยเข้าร่วมโครงการอบรมธรรมะมาแล้วก่อนหน้านี้ คือ การสวดมนต์ นั่งสมาธิ เจริญจิตภาวนา เป็นต้น

3.1.2 หลังการอบรม ผู้ต้องขังได้แสดงความคิดเห็นต่อการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด โดยเฉพาะพระศากยวงศ์วิสุทธิ์ (อนิลมาน ธมมสากิโย, ดร.) ที่ท่านเมตตาเข้ามาทำกิจกรรมปัญญาบำบัด ทำให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้ ความเข้าใจในตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง (ความเป็นมนุษย์) เกิดศรัทธาในตนเอง เคารพตนเอง โดย



หลัก “สติ ทำให้เกิด ปัญญา” ด้วยการใช้วิธีการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ ที่สามารถนำกลับมาใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างปกติสุข รองลงมาคือตัวกิจกรรมปัญญาบำบัดที่มีความหลากหลายในแง่ของกระบวนการเรียนรู้ที่ท่านนำเสนอ ทำให้ผู้ต้องขังไม่รู้สึغبื่อหรืออึดอัดใจตลอดระยะเวลาที่เข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ผู้ต้องขังได้คิด ได้พูด และได้แสดงออกในสิ่งที่พระอาจารย์ท่านต้องการให้นำเสนอออกมา ท่านเป็นกันเองกับผู้ต้องขัง ทำให้ผู้ต้องขังสามารถเข้าถึงท่านได้ และกล้าที่จะแสดงความรู้สึกออกมาได้เต็มที่ นอกจากนั้นประทับใจที่ท่านพระอาจารย์ได้นำบทพระนิพนธ์ใน สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร เรื่อง “จิตตนคร” มาเป็นสื่อ นำในการสอนเพื่อฝึกปรับกระบวนการความคิดของผู้ต้องขังในแนวทาง “ปัญญาบำบัด” มุ่งฝึกอบรมพัฒนากระบวนการเรียนรู้ และตระหนักรู้ของผู้ต้องขัง ให้รู้เท่าทันตามความเป็นจริงของเหตุปัจจัยตามธรรมดาไม่ก่อทุกข์เองจาก ความโลภ โกรธ หลง ทิฐิมานะ เป็นต้น สถานที่ที่ใช้ในการอบรมฯ มีความเหมาะสม แยกเป็นสัดส่วน มีความสะอาดสบายดี ผู้ต้องขังได้แสดงความรู้สึกที่ดีต่อเจ้าหน้าที่ของเรือนจำกลางจังหวัดระยองที่ให้ความเมตตาและให้คำปรึกษากับผู้ต้องขังเมื่อมีปัญหา เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจ ทำให้ผู้ต้องขังมีความรู้สึกอุ่นใจ ส่งผลให้ผู้ต้องขังอยากให้มีการจัดโครงการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยกระบวนการปัญญาบำบัดอีก นอกจากนี้ผู้ต้องขังยังได้แสดงความรู้สึกที่ดีต่อโครงการปัญญาบำบัด กล่าวคือผู้ต้องขังมีความต้องการให้ผู้ต้องขังคนอื่น ๆ ได้มีโอกาสได้เข้ารับการอบรมเช่นเดียวกับตนเองโดยให้เหตุผลถึงประโยชน์ที่จะได้รับการทำอย่างไรให้รู้ว่าจะทำให้ชีวิตอยู่อย่างมีเป้าหมาย อยู่กับปัจจุบันอย่างมีความสุขและไม่ประมาท ในเรื่องของระยะเวลาการจัดการอบรมฯ ผู้ต้องขังมีความต้องการให้มีการจัดกิจกรรมอบรมทุกปี สำหรับระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติ 3 เดือนหรือนานกว่านี้ และต้องการให้มีการจัดกิจกรรมอบรมต่อยอดอีก 1 เดือน สำหรับรูปแบบการจัดการจัดกิจกรรมอบรมในอนาคตนั้น ผู้ต้องขังในโครงการปัญญาบำบัดอยากให้ผู้ต้องขังทุกคนได้มีโอกาสเข้าร่วมทำกิจกรรมปัญญาบำบัด โดยให้คัดกรองผู้ที่มีความประสงค์เข้าร่วมกิจกรรมปัญญาบำบัดกับผู้ที่ไม่มีความประสงค์แยกเป็น 2 กลุ่ม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมปัญญาบำบัดทุกคนสามารถทำกิจกรรมได้อย่างเต็มตามความตั้งใจ นอกจากนี้ผู้ต้องขังอยากให้กิจกรรมแบบนี้กับทุกเรือนจำเท่าที่ทำได้ ซึ่งจะทำให้ผู้ต้องขังรายอื่น ๆ ได้เข้าร่วมในหลักการชีวิตมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะการมีสติในการยับยั้งชั่งใจในทุกขณะเวลาการใช้ชีวิต ไม่ประมาท สามารถปรับตัวเข้ากับทุกคนได้ ไม่เห็นแก่ตัว เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม และเห็นอกเห็นใจกันมากขึ้น มีความเอื้อเฟื้อซึ่งกันและกัน เพียงเท่านี้ก็ทำให้การใช้ชีวิตบนข้อจำกัดของเรือนจำมีความสุขมากขึ้น และนี่แหละคือเหตุผลว่า “ทำไมต้องปัญญาบำบัด”

3.2 ติดตามผลของการทำปัญญาบำบัด ถึงความยั่งยืนในการป้องกันการกลับมาทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังหลังพ้นโทษ



ภายหลังสิ้นสุดโครงการปัญญาบำบัด ผู้วิจัยได้ติดตามเพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์ กระบวนการปัญญาบำบัดของผู้ต้องขังที่พื้นที่พิษและได้รับการปล่อยตัวออกจากเรือนจำกลาง จังหวัดระยอง

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 1 (อดีตผู้ต้องขังในโครงการ ฯ หลังพื้นที่พิษ: ผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์) สัมภาษณ์วันที่ 10 กรกฎาคม พ.ศ 2562 สถานที่ ร้านส้มตำเจนิต จังหวัด ระยอง “ก่อนเข้าร่วมโครงการทำอะไรไม่ค่อยคิด อยากทำอะไรก็ทำไม่ไหวมีเรื่องอะไรมากระทบของ ขึ้นทันที ตัดสินใจอะไรไม่เคยใช้เหตุผลใช้อารมณ์เป็นหลัก ใครพูดอะไรก็ไม่มีเรื่องราวตลอด มีเรื่องทันทีกับทุกเหตุการณ์ต้องเสพยาตลอดและจะไม่มีวันเลิกเสพยาและค้ายาเด็ดขาดเคยบอกกับตัวเองไว้ พอเข้าร่วมโครงการเพื่อจะได้มีกิจกรรมผ่านไปวัน ๆ พอเห็นพระมาเทศน์ก็คิดว่าเราเป็นอิสลามจะทำอะไรเราได้ จะให้พระสอนแต่เราเป็นอิสลาม ท่านเข้ามาช่วยปรับเปลี่ยนความคิดให้ใจเย็นขึ้น จะทำอะไรให้คิดคิดคิดมากขึ้น ควบคุมอารมณ์ตัวเองได้มากขึ้น ตอนนี้อยู่คนเดียวที่เคยรู้จัก พูดเหมือนกันว่าไม่ใช่เราแน่ ๆ เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นมาก ๆ ปัจจุบันไม่ยุ่งไม่เสพยาเสพติดแล้ว จากที่เคยบอกกับตัวเองว่าจะไม่มีวันเลิกเสพยาเลิกขายยาเด็ดขาดก็เปลี่ยนมาเป็นจะไม่ยุ่งไม่เสพยาไม่ค้ายาอีกต่อไป ตอนนี้อยู่คนเดียวมีความสุขมากขึ้น สนุกกันมากขึ้นเดิมมียาเสพติดมากันกลางระหว่างเรากับครอบครัว ปัจจุบันเพื่อนที่เคยคบที่เคยเสพพาด้วยกันเลิกคบกันไปหมดแล้ว เพราะเรายืนยันหนักแน่นว่าเราไม่ยุ่งเกี่ยวอีกแล้ว เมื่อก่อนก่อนไปทำงานต้องเสพยาก่อน เดี่ยวนี้ไปโดยไม่ต้องเสพยาทำงานได้เกินจากที่เคยหวังไว้ดีมาก เจ้านายเดิมบอกว่าเปลี่ยนไปมากในทางที่ดีขึ้น ใส่ใจงานมากขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 1, 2562)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 2 (อดีตผู้ต้องขังในโครงการ ฯ หลังพื้นที่พิษ :ผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์) สัมภาษณ์วันที่ 10 กรกฎาคม พ.ศ 2562 สถานที่ ร้านไวท์บีม คาเฟ่ จังหวัด ระยอง “ก่อนเข้าร่วมโครงการผมเป็นคนที่ไม่อดทนง่ายชอบใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา มีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวมาตั้งแต่เด็กประสบชีวิตด้วยการเสพยาจากการชักชวนของเพื่อน ต่อมาก็กลายเป็นผู้ค้ายาหลังเข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดจิตใจสงบขึ้น มีสติมากขึ้น เวลาจะทำอะไรคิดถึงสิ่กเกรงกลัวต่อบาปมากขึ้น มีความสัมพันธ์อันดีกับคนในครอบครัวมากขึ้นไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา สัญญากับแม่ว่าจะไม่กลับไปทำผิดอีก จะใช้สติใช้ความคิดให้มากขึ้น และผมดีใจมากที่ครั้งนี้เป็นครั้งแรก ที่มีการคุยกันด้วยดีมีรอยยิ้มระหว่างผมกับแม่ครับ ดีใจที่ผมตัดสินใจ เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดกับพระอาจารย์ ผมจะยึดมั่นในคำสอน ของพระอาจารย์ไปตลอดครับ รอดูนะครับ พระอาจารย์จะไม่ได้เห็นผมในคุกอีกแล้ว” (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 2, 2562)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 3 (อดีตผู้ต้องขังในโครงการ ฯ หลังพื้นที่พิษ: ผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์) สัมภาษณ์วันที่ 10 กรกฎาคม พ.ศ 2562 สถานที่ ร้านไวท์บีม คาเฟ่ จังหวัดระยอง



"เมื่อก่อนมีความคิดว่าทุกคนและโลกนี้ติดหนี้เรา เราต้องเอาคืน ความโลภครอบงำสามารถทำได้ทุกอย่าง เพื่อเงิน ทั้งโกหก หลอกหลวง ฉ้อโกงสารพัดที่จะสามารถทำได้ พอได้เข้าโครงการปัญหาบำบัด มีสติมากขึ้น ไม่ตกอยู่ในกิเลส ควบคุมตัวเองได้มากขึ้น นึกถึงใจเขาใจเรา มากขึ้น อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดีขึ้น" (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 3, 2562)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 4 (อดีตผู้ต้องขังในโครงการ ฯ หลังพ้นโทษ :ผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์) สัมภาษณ์วันที่ 10 กรกฎาคม พ.ศ 2562 สถานที่ ร้านไวท์บีม คาเฟ่ จังหวัดระยอง"จากที่เคยเป็นคนขี้โมโห ชอบทำร้ายตัวเอง เพื่อให้พ่อแม่สนใจ หลังเข้าร่วมโครงการปัญหาบำบัดพระอาจารย์สอนให้เห็นคุณค่าของตนเอง รักตัวเอง มีสติ คิดอย่างมีเหตุมีผล ทุกวันนี้ผมเห็นคุณค่าในตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น เลิกทำร้ายตัวเอง ผมมีงานทำแล้วนะครับพระอาจารย์อยากให้มีโอกาสดี ๆ อย่างนี้ต่อไป ผมอยากให้เพื่อนผู้ต้องขังได้เข้าร่วมโครงการนี้เพื่อพวกเขาจะได้รับโอกาสดี ๆ เหมือนผม โอกาสในการเปลี่ยนความคิดชีวิตเปลี่ยน กราบขอบพระคุณครับพระอาจารย์" (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 4, 2562)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 5 (ผู้ต้องขังกลับมากระทำความผิดซ้ำ ด้วยความผิดเดิม คือ ค้ายาเสพติด): จากแบบสัมภาษณ์ " ผมขอโทษครับพระอาจารย์ ถ้ามีเงิน ผมจะไม่ทำผิดอีก" (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 5, 2562)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 6 (ผู้ต้องขังกลับมากระทำความผิดซ้ำ ด้วยความผิดเดิม คือ ค้ายาเสพติด): จากแบบสัมภาษณ์ "ออกไปด้วยใจที่เบิกบาน พร้อมเริ่มต้นชีวิตใหม่ แต่ครอบครัวต้องกินต้องใช้ รอบด้านก็มีแต่เพื่อนที่เคยค้ายามาชักชวน เคยมีกินมีใช้ แจกเงินเพื่อน จะให้ใช้ชีวิตพอกินไปวัน ๆ คงไม่ใช่ แม้จะมีสติ แต่ความโลภก็เอาชนะได้อยู่ดี ออกไปค่อยเริ่มใหม่" (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 6, 2562)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 7 (ผู้ต้องขังกลับมากระทำความผิดซ้ำ ด้วยความผิดเดิม คือ ค้ายาเสพติด): จากแบบสัมภาษณ์ " ขอโทษค่ะ พระอาจารย์ แม่หนูมีหนี้สินเยอะมาก ช่วยแม่ค้าขายแบบสุจริตอยู่ไม่กี่เดือน ก็ต้องกลับมาค้ายา หนูและแม่ต้องใช้เงิน " (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 7, 2562)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 8 (ผู้ต้องขังกลับมากระทำความผิดซ้ำ ด้วยความผิดเดิม คือ ค้ายาเสพติด): จากแบบสัมภาษณ์ "กราบขอโทษครับ พระอาจารย์ ที่สอนให้ผมรู้จักตัวตนไม่ให้ประมาท แต่สุดท้ายผมก็ทำไม่ได้ ขาดเงิน ขาดสติ" (ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 8, 2562)

ผลการวิจัย พบว่า ภายในเวลา 1 ปีหลังจากพ้นโทษ มีอัตราการกลับมากระทำความผิดซ้ำ 12.83 % แยกเป็นผู้ชาย 2 คน และผู้หญิง 3 คน ด้วยความผิดเดิม คือ ค้ายาเสพติด จะเห็นได้ว่าการพัฒนาทั้ง 5 ด้าน แม้จะช่วยพัฒนาชีวิตได้ดีเพียงไร สาเหตุการกระทำความผิดซ้ำ ก็มาจากหลากหลายสาเหตุ สาเหตุหลักของทั้ง 5 คน คือ รายได้ที่ไม่



เพียงพอต่อการดำรงชีวิต หรือเพียงพอ แต่มีมาตรฐานในการใช้ชีวิตสูง จึงไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิต

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาวิจัยเพื่อเปรียบเทียบผลทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการ ปัญหา พบว่า กระบวนการปัญญาบำบัด ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมของผู้ต้องขังในภาพรวมและรายด้านสูงกว่าก่อนเข้าอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งกระบวนการปัญญาบำบัด เป็นกระบวนการที่เน้นการเรียนรู้แบบบูรณาการ ไม่เน้นทฤษฎี ไม่เน้นพิธีกรรม และไม่ยึดติดกับระเบียบแบบแผนหรือความเชื่อของศาสนาใดศาสนาหนึ่ง เป็นการส่งเสริมและสร้างโอกาสในการเรียนรู้ของผู้ต้องขัง โดยเริ่มจากความสมัครใจของผู้ต้องขัง มีการเปิดใจอย่างอิสระ ได้พูด ได้ปรึกษา ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันอย่างเต็มที่ แล้วจึงปลูกฝัง “สติ” (Mindfulness) เพื่อให้รู้จักตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง (ความเป็นมนุษย์) เกิดศรัทธาในตนเอง เคารพตนเอง โดยหลักการของ “สติ ทำให้เกิด ปัญญา” ด้วยการใช้วิธีการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบ ได้ส่งผลต่อ “ความคิด” ในสมองของผู้เข้าร่วมโครงการ เมื่อพิจารณาจากโครงสร้างการทำงานของสมองมนุษย์ ระบบสมองของมนุษย์ โดยเฉพาะในส่วนของซีกซ้ายที่ธรรมชาติให้มา ให้ทุกคนมีการรับรู้ได้ทางการสื่อสาร ภาษา มีระบบการทำงานทุกคนสามารถคิดวิเคราะห์ จัดระบบ พิจารณาส่งต่าง ๆ ให้เหตุให้ผล ประมวลผลในสิ่งต่าง ๆ และแสดงออกทางพฤติกรรม ในส่วนของสมองซีกขวา ระบบและกลไกของสมองทุกคน จะมีส่วนของความคิดสร้างสรรค์ การจินตนาการ ศิลปะ การสังเคราะห์ จิตใต้สำนึก การมององค์รวมภาพรวม ผู้กระทำความผิดทุกคนต่างมีระบบสมองที่มีมาแต่กำเนิดตามธรรมชาติเหมือนกัน และเป็นส่วนที่สามารถพัฒนาเปลี่ยนแปลงได้ จากการรับรู้ เรียนรู้ หรือถูกกระตุ้นจากสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัวของแต่ละคน (Bringewat Peter, 2008) จึงทำให้ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการฯ เกิดกระบวนการเรียนรู้ขั้นใหม่ขั้นอีกครั้ง (New Knowledge) ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจใหม่ที่ถูกต้องสมบูรณ์ (New Cognitive) เกิดความภาคภูมิใจในการนับถือตนเอง (Self – esteem) และความมั่นใจในตนเอง (Self – Confidence) สร้างกำลังใจ (Inspire) ให้เข้มแข็งเป็นภูมิคุ้มกันตนเองในการ “คิดใหม่ ทำใหม่” ใน “ชุดความรู้ ชุดความคิดใหม่” เมื่อความคิดเปลี่ยน จิตใจเปลี่ยน ก่อให้เกิด “ปัญญา” ที่ดีงาม ส่งผลให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีงามพร้อมสำหรับการเริ่ม “ชีวิตใหม่” ซึ่งส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ต้องขังผู้ต้องขังหลังจากที่เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดทั้ง 5 ด้าน คือ 1) พัฒนาการด้านศีล 5 2) พัฒนาการด้านกาย 3) พัฒนาการด้านสังคม 4) พัฒนาการด้านจิตใจ และ 5) พัฒนาการด้านปัญญา อันส่งผลต่อการลดการกระทำผิดซ้ำในอนาคต



จากการศึกษาวิจัยผลของกระบวนการปัญญาบำบัด เมื่อสิ้นสุดโครงการ พบว่า ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจ ต่อการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยกระบวนการปัญญาบำบัดสูงกว่าก่อนเข้าอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผู้ต้องขังที่เข้าร่วมส่วนใหญ่เกิดศรัทธากับพระวิทยากร (พระศากยวงศ์วิสุทธิ์) ที่เมตตาเข้ามาสอนให้รู้จักกับวิถีคิดที่เรียกว่า การทำปัญญาบำบัด โดยที่พระอาจารย์จะสอนและเริ่มพัฒนา “สติ” ให้เริ่มรู้จัก “คิด” เรียนรู้การสร้าง “สมาธิ” ด้วยตนเอง อย่างถูกต้องและนำไปสู่กระบวนการพัฒนา “ปัญญา” ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงตามหลักธรรม รู้เท่าทันโลกมนุษย์และการดำรงชีวิตของคน ให้เห็นแจ้งชัดสรรพสิ่งตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้อิสระ รู้เท่าทันกิเลส การทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดพ้นจากทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา ทำให้เกิดสติสัมปชัญญะ ในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ในวิธีการต่าง ๆ เพื่อเปลี่ยนจุดยืนทางความคิด และใช้หลักธรรมกับกระบวนการเรียนรู้วิธีการต่าง ๆ ด้วยศาสตร์ต่าง ๆ เป็นการสร้างและขยายตัวในการทำงานของระบบคิดของผู้เข้าร่วมโครงการเพื่อตอบสนองประเด็นการสร้างเสริมศักยภาพทางความคิดใหม่ในทิศทางที่ดีภายใต้แนวทางของกระบวนการปัญญาบำบัดผ่านกิจกรรมจิตตมนต์ เพื่อปรับกระบวนการทัศนทางความคิดให้คืนความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบอีกครั้ง ทำให้ผู้ต้องขังที่กระทำผิดส่วนหนึ่งสำนึกผิดในความผิดพลาดที่ได้กระทำไป เกิดการเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ในการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก การรู้เท่าทันความคิดและอารมณ์ของตน เป็นกระบวนการพัฒนาจิตใจที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ต้องขังให้เป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น เป็นการปลูกจิตสำนึก เพิ่มพูนสติ รู้จักใช้ปัญญา ในการแก้ไขปัญหาได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ธาณี วรภัทร์ ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่องหลักธรรมกับผู้กระทำความผิด พบว่า “หลักธรรม” และ “กระบวนการเรียนรู้” เป็นกระบวนการแก้ไข “ผู้ต้องขัง” จากด้านข้างใน คือ “จิตใจ” ที่มุ่งเน้น “การปรับสติ ปัญญา ความคิด จิตใจ กระบวนการคิดและแนวทางการดำรงชีวิตใหม่” ภายหลังการปล่อยตัวออกจากเรือนจำ เพื่อลดการกระทำความผิดซ้ำเดิมอีก (ธาณี วรภัทร์, 2558)

ภายหลังสิ้นสุดโครงการปัญญาบำบัด ผู้วิจัยได้ติดตามผลของการทำปัญญาบำบัดถึงความยั่งยืนในการป้องกันการกลับมาทำผิดซ้ำของผู้ต้องขัง หลังพ้นโทษออกจากเรือนจำกลางจังหวัดระยอง พบว่า มีผู้ต้องขังที่ผ่านการเข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดและได้รับการพ้นโทษออกจากเรือนจำกลางจังหวัดระยองเมื่อเดือนมกราคม พ.ศ. 2563 แล้วกลับกระทำความผิดซ้ำเดิมอีกจำนวน 5 คน คิดเป็น 12.83 % จากจำนวนผู้ต้องขังทั้งหมด 39 คน จึงสัมภาษณ์ผู้ต้องขังที่กลับมากระทำความผิดซ้ำ พบว่า เมื่อพ้นโทษออกจากเรือนจำแล้วผู้ต้องขังไม่สามารถหางานทำได้ เนื่องจากสังคมยังไม่ค่อยยอมรับและให้โอกาสสำหรับผู้ที่เคยต้องโทษอยู่ในเรือนจำ เมื่อสังคมไม่เปิดโอกาสในการทำงานจึงต้องทำให้กลับเข้าไปสู่วงจรของการค้าสิ่งเสพติด ในการหารายได้เพื่อเลี้ยงชีพ



องค์ความรู้ใหม่

การเปลี่ยนจากจุดเดิม เมื่อเข้าสู่กระบวนการฯ เป็นการสร้างโอกาสในการเรียนรู้ที่เริ่มจาก ศรัทธาและความสมัครใจ การเปิดใจอย่างอิสระ ได้พูด ได้ปรึกษา ได้แลกเปลี่ยน อย่างเต็มที่ “วิธีการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ ” ได้รับการปลูกฝัง “สติ” (Mindfulness) เริ่มรู้จักตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง (ความเป็นมนุษย์) เกิดศรัทธาในตนเอง เคารพตนเอง โดยหลัก “สติทำให้เกิด ปัญญา” ด้วยการใช้ “วิธีการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ ” หลากหลายรูปแบบ ทุกคนจึงเกิดกระบวนการเรียนรู้ขึ้นใหม่อีกครั้ง (New Knowledge) ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจใหม่ที่ถูกต้องสมบูรณ์ (New Cognitive) เกิดความภาคภูมิใจในการนับถือตนเอง (Self – Esteem) และความมั่นใจในตนเอง (Self – Confidence) ปลูกฝังสร้างกำลังใจ (Inspire) ให้เข้มแข็งเป็นภูมิคุ้มกันตนเอง ในการ “คิดใหม่ ทำใหม่” ใน “ชุดความรู้ความคิดใหม่” เมื่อความคิดเปลี่ยน จิตใจเปลี่ยนเพราะมี “ปัญญา” ที่ดีงาม พฤติกรรมก็จะเปลี่ยนไปในทางที่ดีงาม พร้อมสำหรับการเริ่ม “ชีวิตใหม่” ซึ่งส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ต้องขังหลังจากที่เข้าร่วมโครงการปัญญาบำบัดทั้ง 5 ด้าน คือ 1) พัฒนาการด้านศีล 2) พัฒนาการด้านกาย 3) พัฒนาการด้านสังคม 4) พัฒนาการด้านจิตใจ และ 5) พัฒนาการด้านปัญญา อันส่งผลต่อการลดการกระทำผิดซ้ำในอนาคต ซึ่งควรมีการประเมินและติดตามผลภายหลังพ้นโทษ อย่างต่อเนื่อง

สรุป/ข้อเสนอแนะ

จากผลการประเมินผลกระบวนการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยการทำปัญญาบำบัดทั้งก่อนและหลังการอบรมฯ ด้วยแบบสอบถาม รวมทั้งการรวบรวมข้อเสนอแนะเพิ่มเติมทำแบบสอบถามและนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ สังเคราะห์และประเมินผลไว้เพื่อแสดงว่ากระบวนการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยการทำปัญญาบำบัดนั้นมีประสิทธิภาพ กล่าวคือ ผู้ต้องขังที่เข้ารับอบรมพัฒนาจิตใจด้วยกระบวนการปัญญาบำบัดมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางความคิดและความประพฤติไปในทางที่ดี นับตั้งแต่การให้ความร่วมมือและตั้งใจทำกิจกรรมตลอดระยะเวลาการฝึกอบรมฯ นอกจากนี้ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาจิตใจด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด ส่วนใหญ่เกิดศรัทธากับพระศากยวงศ์วิสุทธิ (อนิลมาน ธมมสากิโย,ดร.) ที่เมตตาเข้ามาสอนให้รู้จักกับวิถีชีวิตที่เรียกว่า การทำปัญญาบำบัด โดยที่พระอาจารย์จะสอนและเริ่มพัฒนา “สติ” ให้เริ่มรู้จัก “คิด” เรียนรู้การสร้าง “สมาธิ” ด้วยตนเอง อย่างถูกต้องและนำไปสู่กระบวนการพัฒนา “ปัญญา” ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงตามหลักธรรม รู้เท่าทันโลกมนุษย์และการดำรงชีวิตของคน เป็นกระบวนการพัฒนาจิตใจที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ต้องขังให้เป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น เป็นการปลูกจิตสำนึก เพิ่มพูนสติ รู้จักใช้ปัญญา ในการแก้ไขปัญหาคาบกลับมากระทำความผิดซ้ำได้อีกทางหนึ่ง ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและเชิงปฏิบัติ 1) ภาครัฐ โดยเฉพาะ



กรมราชทัณฑ์ ควรกำหนดนโยบายนำต้นแบบการทำโครงการ “การพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังด้วยกระบวนการปัญญาบำบัด” ไปใช้ในทุก ๆ เรือนจำ เพื่อปรับปรุงแก้ไข “จิตใจ ปัญญาพฤติกรรม” เพราะการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดจากส่วนของ “จิตใจ” นับว่าสำคัญมาก และให้ผลในทางที่ดีแก่ชีวิตของเขาและสังคมส่วนรวมสูงมาก 2) จัดทำหลักสูตรอบรม กำหนดการติดตามประเมินผล สร้างตัวชี้วัด กำหนดคุณสมบัติวิทยากร จัดให้มีการอบรมวิทยากร เพื่อสร้างมาตรฐานการสร้างกระบวนการเรียนรู้และการนำไปใช้ให้บรรลุวัตถุประสงค์ในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดได้จริง 3) นำผู้กระทำผิดที่เข้าอบรมในโครงการนี้ รุ่นแรก จัดอบรมเข้มในการเป็นวิทยากรดำเนินโครงการเพื่อให้ผู้กระทำผิดที่พ้นโทษเป็นวิทยากรดำเนินการโครงการขยายผลต่อ ๆ ไปอย่างถาวร

เอกสารอ้างอิง

- กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม. (2563). คู่มือการจัดโปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังตามลักษณะแห่งคดีและพฤติการณ์การกระทำผิด. เรียกใช้เมื่อ 27 เมษายน 2563 จาก http://br.correct.go.th/br_wp/?p=26
- ธานี วรภัทร์. (2558). การบังคับโทษและวัตถุประสงค์ของการบังคับโทษจำคุก. วารสารกำลังใจ, 3(4), 57-62.
- นัทธี จิตสว่าง. (2545). หลักทฤษฎีวิทยา: หลักการวิเคราะห์ระบบงานราชทัณฑ์. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: กรมราชทัณฑ์.
- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 1. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)
- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 2. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)
- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 3. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)
- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 4. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)
- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 5. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)
- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 6. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)
- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 7. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)



- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนที่ 8. (10 กรกฎาคม 2562). ปัญญาบำบัด: นวัตกรรมการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างยั่งยืน. (นงนุช โกมลหิรัญย์, ผู้สัมภาษณ์)
- พระศากยวงศ์วิสุทธิ์ (อนิลมาน ธมมสากิโย.). (2561). จิตมณฑลปัญญาบำบัด. สำนักกิจการในพระราชดำริสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกระทรวงยุติธรรม กระทรวงยุติธรรม.
- ศูนย์ศึกษาเรือนจำนานาชาติ (International Centre for Prison Studies - ICPS). (2561). รายงานจำนวนข้อมูลผู้ต้องขัง. เรียกใช้เมื่อ 21 เมษายน 2563 จาก <http://www.prisonstudies.org/country/thailand>
- Bringewat Peter. (2008). Grundbegriffe des Strafrechts Grundlagen-Allgemeine Verbrechenlehre Aufbauschemata. Auflage: Baden-baden.