# การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ

# A DEVELOPMENT OF PRISONER'S QUALITY OF LIFE THROUGH THE INTEGRATED BUDDHISM

**นางสาวพิรญาณ์ โคตรชมภู**

ดุษฎีนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

# การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ

**นางสาวพิรญาณ์ โคตรชมภู**

ดุษฎีนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

# A Development of Prisoner's Quality of Life through the Integrated Buddhism

**Miss Piraya Khotchomphu**

A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Doctor of Philosophy
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับดุษฎีนิพนธ์เรื่อง "การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ" เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

.....
(พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบดุษฎีนิพนธ์ ..... ประธานกรรมการ
(พระเมธาวินัยรส, รศ. ดร.)

..... กรรมการ
(ผศ. ดร.ศุภกาญจน์ วิชานาติ)

..... กรรมการ
(พระมหาสุรศักดิ์ ปจฺจนฺตเสโน, ดร.)

..... กรรมการ
(พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร, ดร.)

..... กรรมการ
(ผศ. ดร.สุมนทิพย์ จิตสว่าง)

คณะกรรมการควบคุมดุษฎีนิพนธ์ พระมหาสุรศักดิ์ ปจฺจนฺตเสโน, ดร. ประธานกรรมการ
พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร, ดร. กรรมการ
ผศ. ดร.สุมนทิพย์ จิตสว่าง กรรมการ

ผู้วิจัย .....
(นางสาวพิรญาณ์ โคตรชมภู)

**ชื่อดุษฎีนิพนธ์** : การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ
**ผู้วิจัย** : นางสาวพิรญาณ์ โคตรชมภู
**ปริญญา** : พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
**คณะกรรมการควบคุมดุษฎีนิพนธ์**
: พระมหาสุรศักดิ์ ปจฺจนฺตเสโน, ดร.,ป.ธ.๗, พธ.บ. (บาลี-สันสกฤต), ศศ.บ. (ไทยคดีศึกษา), ศศ.ม.(พุทธศาสนศึกษา), Ph.D. (Buddhist Studies)
: พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร, ดร.,ป.ธ.๗, พธ.บ. (ภาษาอังกฤษ), ศศ.ม. (พุทธศาสนศึกษา), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
: ผศ.ดร.สุมนทิพย์ จิตสว่าง, บธ.บ. (การตลาด), ศศ.ม. (กระบวนการยุติธรรม), ปร.ด. (อาชญาวิทยาการบริหารงานยุติธรรมและสังคม)
**วันสำเร็จการศึกษา** : ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

## บทคัดย่อ

ดุษฎีนิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ" มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) ศึกษาสภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ๒) ศึกษากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังตามแนวพุทธ ๓) เสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ เป็นการวิจัยแบบผสานวิธีการวิจัยคุณภาพและเชิงปริมาณ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการพรรณนาความ

ผลการวิจัยพบว่า

สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ จากความเป็นอยู่ที่ต้องถูกคุมขังไม่มีความเป็นส่วนตัว ส่งผลต่อสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ มีความท้อแท้ หดหู่ สิ้นหวัง มีภาวะเครียดสูงไม่เห็นคุณค่าในชีวิต มีมิจฉาทิฏฐิไม่เชื่อเรื่องกรรมและกฎแห่งกรรม มีปัญหาเรื่องการปรับตัว การมีวินัย เคารพกฎระเบียบ ถึงแม้ว่าทางกรมราชทัณฑ์จะจัดให้มีชีวิตความเป็นอยู่ตามข้อกำหนดมาตรฐานสากลต่อผู้ต้องขังเป็นอย่างดี แต่ไม่ได้มีผลต่อการจิตใจของผู้ต้องขังเท่าที่ควร

กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ ผู้วิจัยศึกษาวิเคราะห์ในโครงการเรือนจำเรือนธรรมของเรือนจำกลางระยอง จังหวัดระยอง ที่ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยการปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสติ ในหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ กาย เวทนา จิต ธรรม และหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา จักร ๔ ปฏิรูปเทสวาสะ สัปปุริสูปัสสยะ อัตตสัมมาปณิธิ ปุพเพกตปุญญตาและข้อปฏิบัติ เพื่อความดีงามเบื้องต้น ได้แก่ หิริ โอตตัปปะ

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการภาคทฤษฎีได้บูรณาการหลักธรรมที่ได้กล่าวถึงมาแล้วนั้น กับแนวคิดทางศาสตร์ตะวันตก อาชญาวิทยา และหลักการบำบัดฟื้นฟูและพัฒนาสมรรถภาพตามหลักสากล ภาคปฏิบัติได้บูรณาการหลักสากล กับแนวคิดเพื่อปลูกฝังจิตสำนึกกับหลักพุทธธรรมและการปฏิบัติธรรม ในโครงการเรือนจำเรือนธรรม ได้องค์ความรู้ใหม่ที่เป็นแนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้งในมิติของปัจเจกบุคคล และมิติของสังคม

**DissertationTitle** : A Development of Prisoner's Quality of Life through the Integrated Buddhism
**Researcher** : Miss Piraya Khotchomphu
**Degree** : Doctor of Philosophy (Buddhist Studies)
**Dissertation Supervisory Committee**
: Phramaha Surasak Paccantaseno, Dr.,Pali VII,
B.A. (Pali& Sanskrit), B.A. (Thai Studies)
M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)
: Phramaha SomboonVuddhikaro, Dr.,PaliVII,
B.A. (English), M.A. (Buddhist Studies),
Ph.D. (Buddhist Studies)
: Asst. Prof. Dr.Sumonthip Chitsawang,
B.B.A. (Marketing), M.A. (Criminal Justice Administration),
Ph.D. (Criminology and Criminal Justice)
**Date of Graduation** : September 30, 2018

## Abstract

This dissertation entitled 'A Development of Prisoner's Quality of Life through the Integrated Buddhism' has three objectives: 1) to study the states of problem and the prisoner's quality of life in the Department of Corrections, 2) to study the processes of development of the prisoner's quality of life according to Buddhism, and 3) to propose the alternative guidelines to develop the prisoners' quality of life through the integrated Buddhism. This is a mixed method research, qualitative and quantitative. In this research, the descriptive analysis of data was also used.

The research findings were found that:

The states of problem and prisoner's quality of life in the Department of Corrections were shown that since they have been being controlled in the cell then their privacy has been also limited resulting in lacking the physical and mental healthiness where they become hopeless and dismal whereby such situations have been giving rise to high depression and defeated. As a result of that, they could not understand their value of life where the wrong view brings about no-faith in the Kamma and its law. In this the prison's cell, they have been confronted by the problem of adaptation, disciplinary and respect for the regulations despite of the Department of Corrections' proper arrangement of ways of living life in accordance

with the international standard. Such conditions has no impact for their mental development at all.

As far as the processes to develop the prisoner's quality of life through the integrated Buddhism are concerned, the project named 'Dhamma Prison Project of Rayong Central Prison, Rayong Provincial, which is done through Buddhist teachings in order to develop the quality of life by means of Dhamma practices based on four foundations of mindfulness, body, feeling, mind and mind-objects including Threefold Training, precepts, concentration and wisdom, four virtues wheeling one to prosperity, living in a suitable region, association with good people, setting oneself in the right course, and having formerly done meritorious deeds and virtues that protect the world, moral shame and moral dread, is purposely taken by a researcher in the research.

In the research, guidelines to develop the prisoner's quality of life done through the integrated Buddhism were found that in the theory they was integrated through the above mentioned Buddhist teachings and western ideas on the criminology and in the practical aspect they were integrated through the ideas and principles of remedy and rehabilitation according to the international standard where their mind is implanted through Buddhist virtues and Dhamma practices in the prison's project. New body of knowledge gained from this research can be used as alternative guidelines to develop the individual and social quality of life.

# กิตติกรรมประกาศ

ดุษฎีนิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จด้วยดี เพราะได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จาก พระมหาสุรศักดิ์ ปจฺจนฺตเสโน,ดร. ประธานกรรมการที่ปรึกษา พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร,ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ผศ.ดร.สุมนทิพย์ จิตสว่างกรรมการที่ปรึกษา ที่ได้สละเวลาอันมีค่าให้คำแนะนำ ชี้แนะแนวทางและตรวจสอบปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่อง ตั้งแต่เริ่มดำเนินการจนสำเร็จสมบูรณ์ พระเมธาวินัยรส,รศ.ดร. ประธานคณะกรรมการ และ ผศ.ดร.ศุภกาญจน์ วิชานาติ กรรมการตรวจสอบดุษฎีนิพนธ์ ที่เมตตาให้คำแนะนำชี้แนะตลอดมา ผู้วิจัยขอขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ สาขาวิชาพระพุทธศาสนาทุกท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผศ.ดร. ประพันธ์ศุภษร ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ผศ.ดร.ตวงเพชร สมศรี คณาจารย์ ตลอดจนเจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ให้คำแนะนำ ชี้แนะที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนอำนวยความสะดวกในด้านต่างๆ แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณ ดร.นัทธี จิตสว่าง ผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่ได้กรุณาตรวจสอบเครื่องมือเก็บข้อมูลการวิจัย พร้อมทั้งให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ กราบขอบพระคุณพระอาจารย์บัณฑิต สุจิณฺณธมฺโม พระอาจารย์วิบูล ธมฺมปาโล ภิกษุณีธัมฺมลักขณา ภิกษุณีธัมฺมนภา ดร.เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม ดร.สงุ่นตรีสุขี ดร.กาญจนา คำจุติ ที่เมตตาให้คำแนะนำ ชี้แนะในงานวิจัย พันตรีรัฐกฤษณ์ ใจจริง ผู้บัญชาการเรือนจำกลางระยอง ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ประสานงานโครงการเรือนจำเรือนธรรม เรือนจำกลางระยอง ตลอดจนผู้ให้สัมภาษณ์ ผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณอรสะอาง เกียรติสุขเกษม คุณนนทิวัต ไล้เลิศ และกัลยาณมิตรทุกท่านที่สนับสนุน ส่งเสริมและช่วยให้ดุษฎีนิพนธ์เล่มนี้เสร็จสมบูรณ์ลงได้ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อหนูใจ-คุณแม่หงวน โคตรชมภู ผู้ให้กำลังใจให้การสนับสนุนผู้วิจัยตลอดมา

คุณค่าความดี และประโยชน์ของดุษฎีนิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอนอบน้อมถวายเป็นพุทธบูชาแด่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บูชาพระคุณแห่งมารดา บิดา บุพการี ครูอาจารยทุกท่าน ทุกรูป โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระครูภาวนานุศาสก์ (แป้น ธมมฺธโร) หลวงพ่อบุญชู ปรกโม และผู้มีพระคุณทุกท่าน ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ดุษฎีนิพนธ์ฉบับนี้ จะก่อให้เกิดประโยชน์ในแวดวงการศึกษา วิชาการ การพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยเฉพาะผู้ต้องราชทัณฑ์ ตามแนวพระพุทธศาสนา หากมีข้อผิดพลาดประการหนึ่งประการใดผู้วิจัยขอน้อมรับไว้แต่เพียงผู้เดียว

นางสาวพิรญาณ์ โคตรชมภู
๑๕ กันยายน ๒๕๖๑

# สารบัญ


| เรื่อง | หน้า |
|---|---|
| **บทคัดย่อภาษาไทย** | **ก** |
| **บทคัดย่อภาษาอังกฤษ** | **ข** |
| **กิตติกรรมประกาศ** | **ง** |
| **สารบัญ** | **จ** |
| **สารบัญตาราง** | **ช** |
| **สารบัญแผนภาพ** | **ญ** |
| **คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ** | **ฎ** |
| **บทที่ ๑ บทนำ** | **๑** |
| ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา | ๑ |
| ๑.๒ คำถามการวิจัย | ๖ |
| ๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย | ๖ |
| ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย | ๗ |
| ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย | ๘ |
| ๑.๖ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย | ๙ |
| **บทที่ ๒ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง** | **๑๐** |
| ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต | ๑๐ |
| ๒.๑.๑ คุณภาพชีวิตตามแนวคิดตะวันตก | ๑๐ |
| ๒.๑.๒ คุณภาพชีวิตตามแนวพระพุทธศาสนา | ๑๗ |
| ๒.๒ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการกระทำความผิดตามแนวคิดตะวันตก | ๒๐ |
| ๒.๒.๑ สาเหตุการกระทำความผิด | ๒๐ |
| ๒.๒.๒ การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดตามแนวคิด ทฤษฎีตะวันตก | ๒๖ |
| ๒.๒.๓ การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดตามปรัชญาแนวคิดตะวันตก | ๒๘ |
| ๒.๓ การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดโดยใช้ระบบเรือนจำ | ๓๒ |
| ๒.๓.๑ หลักการแนวคิด | ๓๒ |
| ๒.๓.๒ ข้อจำกัดในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดโดยใช้ระบบเรือนจำ | ๓๕ |
| ๒.๔ แนวคิดเกี่ยวกับการกระทำผิดตามหลักพระพุทธศาสนา | ๓๖ |
| ๒.๔.๑ สาเหตุของการกระทำความผิด | ๓๖ |
| ๒.๔.๒ แนวคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดตามแนวพุทธ | ๓๙ |
| ๒.๔.๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้กระทำผิดในพระพุทธศาสนา | ๔๑ |

๒.๕ หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ๔๓
๒.๕.๑ หลักไตรสิกขา ๔๔
๑. ศีลสิกขา ๔๕
๒. สมาธิสิกขา ๔๗
๓. ปัญญาสิกขา ๔๙
๒.๕.๒ สติปัฏฐาน ๔ ๕๑
๑. หลักปฏิบัติกายานุสติปัฏฐาน ๕๒
๒. หลักปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๕๓
๓. หลักปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๕๓
๔. หลักปฏิบัติธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๕๕
๒.๖ แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ๕๙
๒.๗ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ๖๒
๒.๘ กรอบ แนวคิดในการวิจัย ๗๑

**บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย ๗๓**
๓.๑ รูปแบบการวิจัย ๗๓
๓.๒ ประชากร กลุ่มตัวอย่างและกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ๗๔
๓.๒.๑ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ๗๔
๓.๒.๒ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ๗๔
๓. ๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ๗๕
๓.๓.๑ การสร้างเครื่องมือวิจัย ๗๕
๓.๓.๒ การตรวจสอบเครื่องมือ ๗๘
๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ๘๐
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล ๘๐
๓.๕.๑ ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล ๘๐
๓.๕.๒ วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล ๘๑
๓.๕.๓ การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ๘๒
๓.๕.๔ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ๘๒
๓.๕.๕ สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ๘๓
๓.๖ จริยธรรมของการวิจัยในคน ๘๓

**บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ๘๔**
๔.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ๘๕
๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ ๘๙
๔.๒.๑ สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ๘๙
๔.๒.๒ กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องตามแนวพุทธ ๙๙
๔.๒.๓ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ ๑๑๒

๔.๓ องค์ความรู้ในการวิจัย ๑๑๔
๔.๓.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ๑๑๔
๔.๓.๒ หลักการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังตามนโยบายกรมราชทัณฑ์ ๑๑๗
๔.๓.๓ การเรียนรู้จากภายใน (โยนิโสมนสิการ) ๑๑๗
๔.๓.๔ การเสริมสร้างกระบวนการทางความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฏฐิ) ๑๑๘
๔.๔ สรุป ๑๑๙

**บทที่ ๕ สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ ๑๒๑**
๕.๑ สรุปผลการวิจัย ๑๒๑
๕.๒ อภิปรายผล ๑๒๗
๕.๓ ข้อเสนอแนะ ๑๓๓
๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ๑๓๓
๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป ๑๓๔

**บรรณานุกรม ๑๓๕**

**ภาคผนวก ๑๔๒**
ภาคผนวก ก แบบสัมภาษณ์ แบบสนทนากลุ่มเฉพาะและแบบสอบถามเพื่อการวิจัย ๑๔๒
ภาคผนวก ข การวิเคราะห์ค่าดัชนี IOC (Index of item Objective Congruence) ๑๕๒
ภาคผนวก ค ตารางแสดงค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ๑๕๖
ภาคผนวก ง หนังสือต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินการวิจัย ๑๕๙

**ประวัติผู้วิจัย** ๑๘๓

# สารบัญตาราง


| ตารางที่ | | หน้า |
|---|---|---|
| ๑.๑ | สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์หญิงไทยทั้งหมด เปรียบเทียบกับคดีพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษในรอบ ๑๐ ปี ระหว่างปีพ.ศ.๒๕๕๑ - ๒๕๖๐ | ๒ |
| ๑.๒ | สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ(สำรวจ ณ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐) | ๓ |
| ๑.๓ | สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์คดีพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษทั่วประเทศ(สำรวจ ณ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐) | ๓ |
| ๒.๑ | แสดงเกณฑ์การวัดคุณภาพชีวิตตามเครื่องมือในการวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก WHOQOL- ๑๐๐ | ๑๕ |
| ๔.๑ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอายุ | ๘๕ |
| ๔.๒ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสถานภาพการสมรส | ๘๕ |
| ๔.๓ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามระดับการศึกษา | ๘๕ |
| ๔.๔ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามศาสนา | ๘๖ |
| ๔.๕ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอาชีพ | ๘๖ |
| ๔.๖ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามรายได้ | ๘๗ |
| ๔.๗ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามกำหนดโทษจำคุก | ๘๗ |
| ๔.๘ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามระยะเวลาที่ต้องโทษจำคุกมาแล้ว | ๘๘ |
| ๔.๙ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามประสบการณ์ในด้านการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม | ๘๘ |
| ๔.๑๐ | จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามพฤติกรรมการชอบทำบุญ | ๘๘ |
| ๔.๑๑ | สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด เรือนจำกลางระยองด้านร่างกาย | ๘๙ |
| ๔.๑๒ | สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด เรือนจำกลางระยองด้านจิตใจ | ๙๓ |
| ๔.๑๓ | สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด เรือนจำกลางระยองด้านสังคม | ๙๗ |
| ๔.๑๔ | แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธ (โครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม) | ๑๐๐ |

| | | |
|---|---|---|
| ๔.๑๕ | แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระ ดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม | ๑๐๐ |
| ๔.๑๖ | แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับด้านกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรมในโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม | ๑๐๒ |
| ๔.๑๗ | แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบในโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม | ๑๐๓ |
| ๔.๑๘ | แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นด้านประโยชน์ที่ได้รับ จากการฝึกอบรมโครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม | ๑๐๕ |
| ๔.๑๙ | ตารางเปรียบเทียบวิถีการปฏิบัติตนในเรือนจำและการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังหญิง | ๑๑๔ |

# สารบัญแผนภาพ


| แผนภาพที่ | | หน้า |
|---|---|---|
| ๒.๑ | การก่ออาชญากรรมตามทฤษฎีวิทยาปฏิฐานนิยม (positive school of criminology) | ๒๒ |
| ๒.๒ | ลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ ๕ ระดับ ตามทฤษฎีของมาสโลว์ (Maslow) | ๒๔ |
| ๒.๓ | กระบวนการในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในเรือนจำ | ๓๒ |
| ๒.๔ | กรอบแนวคิดในการวิจัย | ๗๒ |
| ๓.๑ | แผนงานการวิจัย | ๘๓ |
| ๔.๑ | กระบวนการการพัฒนาของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดของกรมราชทัณฑ์ | ๑๑๖ |

# คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎกในดุษฎีนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙

การอ้างอิงจะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖/๑๐ หมายถึง ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่มที่ ๑๐ ข้อ ๑๖ หน้า ๑๐ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ ตามลำดับดังนี้

**ก. อักษรย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก**

**พระสุตตันตปิฎก**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ที.ม. (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | ทีฆนิกาย | มหาวรรค | (ภาษาไทย) |
| ม.มู. (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | มัชฌิมนิกาย | มูลปัณณาสก์ | (ภาษาไทย) |
| ม.อุ. (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | มัชฌิมนิกาย | อุปริปัณณาสก์ | (ภาษาไทย) |
| สำ.นิ. (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | สังยุตตนิกาย | นิทานวรรค | (ภาษาไทย) |
| สำ.ม. (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | สังยุตตนิกาย | มหาวารวรรค | (ภาษาไทย) |
| อง.เอกก. (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | อังคุตตรนิกาย | เอกกนิบาต | (ภาษาไทย) |
| อง.อฏฐก.(ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | อังคุตตรนิกาย | อัฏฐกนิบาต | (ภาษาไทย) |
| ขุ.ขุ (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | ขุททกนิกาย | ขุททกปาฐะ | (ภาษาไทย) |
| ขุ.ธ. (ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | ขุททกนิกาย | ธรรมบท | (ภาษาไทย) |
| ขุ.ม.(ไทย) | = | สุตตันตปิฎก | ขุททกนิกาย | มหานิทเทส | (ภาษาไทย) |

# บทที่ ๑

# บทนำ

## ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์ความเปลี่ยนแปลงของสังคมยุคโลกาภิวัฒน์ (Globalization) ส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลง ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม วัฒนธรรมและเทคโนโลยีสารสนเทศ สิ่งที่ตามมาคือการพัฒนาประเทศที่มุ่งแข่งขันด้านวัตถุ ละเลยคุณค่าทางด้านจิตใจ สถาบันทางสังคมอ่อนแอ เช่น ครอบครัว ชุมชน มีการกระทำผิดกฎหมาย การก่ออาชญากรรมรูปแบบต่างๆ การแพร่ระบาดของยาเสพติดให้โทษ โดยเฉพาะในคดีเกี่ยวกับพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ ในช่วงปี พ.ศ. ๒๕๔๐ - ๒๕๔๖ มีการปราบปรามผู้กระทำความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดอย่างจริงจัง ทำให้สถานการณ์ยาเสพติลดความรุนแรง แต่ผลจากการปราบปราม คือ การเพิ่มจำนวนของผู้ต้องขังอย่างรวดเร็ว และในช่วงปี พ.ศ.๒๕๔๙ ต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน ปัญหายาเสพติดมีแนวโน้มทวีความรุนแรงมากขึ้น เห็นได้จากจำนวนคดียาเสพติดและจำนวนผู้กระทำผิดในคดียาเสพติด ทั้งชายและหญิงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะผู้หญิงมีอัตราการกระทำความผิดเพิ่มขึ้นทุกปี และผู้ต้องขังหญิงส่วนใหญ่กระทำความผิดในคดีพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ

กรมราชทัณฑ์ในฐานะหน่วยงานสุดท้ายของกระบวนการยุติธรรม ต้องแบกรับภาระผู้ต้องขังไว้ในความควบคุม ดูแลเกินมาตรฐานที่กำหนด จากสถิติในปี พ.ศ. ๒๔๘๘ มีจำนวนผู้ต้องขังที่อยู่ในความดูแลของกรมราชทัณฑ์ เพียง ๒๐,๘๙๐ คน เป็นผู้ต้องขังหญิงไม่ถึง ๑๐๐ คน กล่าวได้ว่าในยุคนั้น ผู้หญิงแทบจะไม่ทำความผิดกฎหมายที่ร้ายแรงที่จะใช้โทษจำคุก ปัจจุบันผู้หญิงมีบทบาทางสังคมทัดเทียมผู้ชาย ต้องรับผิดชอบหาเลี้ยงตนเองและครอบครัว เมื่อต้องประสบกับปัญหาทางเศรษฐกิจ ปัญหาสังคม ปัญหาครอบครัวทำให้ผู้หญิง ซึ่งมักจะเป็นผู้ที่มีพื้นฐานฐานะยากจนขาดการศึกษา ขาดความรู้ ทักษะในการประกอบอาชีพ มีโอกาสที่จะเข้าไปสู่การกระทำผิดมากขึ้น โดยในหลายกรณีผู้หญิง เป็นทั้งผู้กระทำและถูกกระทำ ส่งผลให้จำนวนผู้ต้องขังหญิงเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องมาโดยตลอด จากปี พ.ศ.๒๔๙๗ ประเทศไทยมีผู้ต้องขังหญิง เพียง ๒๘๙ คน จากผู้ต้องขังทั้งหมด ๒๑,๗๔๔ คน ต่อมาในปี พ.ศ.๒๕๓๓ ผู้ต้องขังหญิงเพิ่มเป็น ๓,๔๗๖ คน จากผู้ต้องขังทั้งหมด ๗๕,๔๙๖ คน และจำนวนผู้ต้องขังหญิงเพิ่มอย่างรวดเร็ว ตั้งแต่ปีพ.ศ. ๒๕๓๙ จนถึงปี พ.ศ. ๒๕๔๕ มีจำนวนผู้ต้องขังหญิงสูงถึง ๔๙,๓๓๓ คน เนื่องจากปัญหาการแพร่ระบาดของยาบ้าในห้วงเวลาดังกล่าว จนกระทั่ง พ.ศ. ๒๕๔๖ ผู้ต้องขังหญิงเริ่มลดลงมา จนถึงปี พ.ศ. ๒๕๔๙ เหลือ ๒๓,๗๔๐ คน เนื่องจากการออกพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. ๒๕๔๕ ที่มีการแยกผู้เสพออกจากผู้ค้า และมีการเปิดโรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองอย่างจริงจัง อย่างไรก็ตามนับตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๐ เป็นต้นมา การใช้โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองราชทัณฑ์ลดลง ทำให้จำนวนผู้ต้องขังหญิงกลับเพิ่มสูงขึ้นจนถึงปี พ.ศ.๒๕๕๗ มีจำนวนผู้ต้องขังหญิง ๔๕,๒๒๕ คน นับเป็นประเทศที่มีจำนวนผู้ต้องขังหญิงมากเป็นอันดับ ๔ ของโลก รองจากสหรัฐอเมริกา จีนและรัสเซีย และหากเทียบกับจำนวนประชาชน

ต่อ ๑๐๐,๐๐๐ คน แล้วประเทศไทยจัดได้ว่ามีอัตราส่วนผู้ต้องขังหญิงต่อประชากร ๑๐๐,๐๐๐ คน มากเป็นอันดับ ๑ ของโลก[๑] จากข้อมูลผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศในเดือนตุลาคม ๒๕๖๐ พบว่า มีจำนวนผู้ต้องขังในความควบคุมดูแลของกรมราชทัณฑ์ ทั้งสิ้น ๓๑๒,๘๕๕ คน เป็นผู้ต้องขังชาย ๒๗๑,๐๕๗ คน และเป็นผู้ต้องขังหญิง ๔๑,๗๙๘ คน คิดเป็นสัดส่วนผู้ต้องขัง ๑๐๐ คน เป็นผู้หญิง ๑๓.๓๖ คน และผู้ต้องขังชาย ๘๖.๖๔ คน เมื่อเปรียบเทียบกับทั่วโลก ถือว่าสัดส่วนผู้ต้องขังหญิงต่อผู้ต้องขังชายของประเทศไทยสูงเป็นอันดับ ๖ ของโลก รองจากฮ่องกง มาเก๊า โมนาโค เมียนมาร์และการ์ต้า แต่หากนำจำนวนผู้ต้องขังหญิงของทั้ง ๕ ประเทศรวมกันแล้ว จะมีจำนวนเพียง ๑ ใน ๔ ของผู้ต้องขังหญิงของไทยเท่านั้น[๒] จำนวนผู้ต้องขังเฉพาะที่กระทำความผิดคดี พ.ร.บ.ยาเสพติด ๒๒๘,๑๒๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๗๒.๙๑ ของผู้ต้องขังทั่วประเทศ ในจำนวนนี้เป็นผู้ต้องขังชาย ๑๙๔,๒๒๕ คน และเป็นผู้ต้องขังหญิง ๓๓,๘๙๘ คน การเพิ่มขึ้นของผู้ต้องขังจากผลกระทบของปัญหายาเสพติด นำไปสู่ปัญหาผู้ต้องขังล้นเรือนจำ คือ เกินความจุมาตรฐาน ส่งผลให้การปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง โดยเฉพาะการแก้ไขฟื้นฟู พัฒนาพฤตินิสัย ไม่สามารถดำเนินการได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ โดยเฉพาะการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิง ซึ่งมีตัวแปรในเรื่องเพศสภาพเข้ามาเกี่ยวข้อง สถานการณ์การเพิ่มจำนวนของผู้ต้องขังหญิง ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตในเรือนจำ ทั้งการอยู่อาศัยการทำกิจวัตรประจำวัน การเรียนหนังสือ การฝึกอาชีพ การพักผ่อนนอนหลับ ทั้งหมดล้วนเกิดขึ้นอย่างแออัดในพื้นที่คับแคบของแดนหญิงในเรือนจำ[๓] รายละเอียดเกี่ยวกับสถิติผู้ต้องขังของไทย ปรากฏตาม ตารางที่ ๑.๑ - ๑.๓

**ตารางที่ ๑.๑** สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์หญิงไทยทั้งหมดเปรียบเทียบกับคดีพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ ในรอบ ๑๐ ปี ระหว่างปี พ.ศ.๒๕๕๑ - ๒๕๖๐

| ปี พ.ศ. | รวมทุกคดี (คน) | คดี พ.ร.บ.ยาเสพติด (คน) | ร้อยละ |
|---|---|---|---|
| พ.ศ.๒๕๕๑ | ๒๖,๓๒๑ | ๒๐,๐๙๕ | ๗๖.๓๔ |
| พ.ศ.๒๕๕๒ | ๒๘,๖๖๔ | ๒๑,๘๙๔ | ๗๖.๓๘ |
| พ.ศ.๒๕๕๓ | ๓๐,๓๔๑ | ๒๓,๖๒๗ | ๗๗.๘๗ |
| พ.ศ.๒๕๕๔ | ๓๕,๑๖๕ | ๒๖,๘๖๕ | ๗๖.๓๙ |
| พ.ศ.๒๕๕๕ | ๓๕,๔๔๐ | ๒๘,๔๐๙ | ๘๐.๑๖ |
| พ.ศ.๒๕๕๖ | ๔๑,๑๑๙ | ๓๓,๓๕๓ | ๘๑.๑๑ |
| พ.ศ.๒๕๕๗ | ๔๑,๓๔๙ | ๓๓,๗๔๒ | ๘๑.๖๐ |
| พ.ศ.๒๕๕๘ | ๔๑,๙๘๗ | ๓๓,๘๒๘ | ๘๐.๕๖ |
| พ.ศ.๒๕๕๙ | ๔๔,๕๖๙ | ๓๕,๕๘๘ | ๗๙.๘๔ |
| พ.ศ.๒๕๖๐ | ๔๔,๘๕๗ | ๓๖,๖๘๒ | ๘๑.๗๗ |

**ที่มา:** ข้อมูลสถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ กรมราชทัณฑ์ (ณ วันที่ ๑ กันยายน) ระหว่างปี พ.ศ.๒๕๕๑ - ๒๕๖๐ (ไม่รวมเด็กและเยาวชน)

---

[๑] สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย, **แผนยุทธศาสตร์เพื่ออนุวัติข้อกำหนดกรุงเทพด้าน มาตรการที่มิใช่การคุมขังสำหรับผู้กระทำผิดหญิง**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ครีเอทีฟ กรุ จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๑-๓.

[๒] กฤตยา อาชวนิจกุล และกุลภา วจนสาระ, **ผู้ต้องขังหญิง: สถานการณ์และข้อเสนอเชิงนโยบาย**, (นครปฐม: สมาคมนักวิจัยประชากรและสังคม และสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๘), หน้า ๗.

[๓] กรมราชทัณฑ์, **สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ รท. ๑๐๒ (ก) ประจำ วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐,** (นนทบุรี: ศูนย์ทะเบียนประวัติผู้ต้องขัง กองแผนงาน, ๒๕๖๐), (อัดสำเนา).

**ตารางที่ ๑.๒** สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ (สำรวจ ณ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐)

| ประเภท | ชาย | หญิง | รวม | ร้อยละ (%) |
|---|---|---|---|---|
| ๑. นักโทษเด็ดขาด | ๒๑๔,๙๖๔ | ๓๓,๘๔๑ | ๒๔๘,๘๐๕ | ๗๙.๕๓๕ |
| ๒. ผู้ต้องขังระหว่าง | ๕๔,๖๑๘ | ๗,๘๒๔ | ๖๒,๔๔๒ | ๑๙.๙๕๙ |
| ๒.๑ อุทธรณ์ – ฎีกา | ๒๔,๘๘๗ | ๓,๓๒๗ | ๒๘,๒๑๔ | ๙.๐๑๘ |
| ๒.๒ ไต่สวน – พิจารณา | ๙,๕๐๗ | ๑,๗๔๙ | ๑๑,๒๕๖ | ๓.๕๙๘ |
| ๒.๓ สอบสวน | ๒๐,๒๒๔ | ๒,๗๔๘ | ๒๒,๙๗๒ | ๗.๓๔๓ |
| ๓. เยาวชนที่ฝากขัง | ๕๘ | ๔ | ๖๒ | ๐.๐๒๐ |
| ๔. ผู้ถูกกักกัน | ๑๒ | ๓ | ๑๕ | ๐.๐๐๕ |
| ๕. ผู้ต้องกักขัง | ๑,๔๐๕ | ๑๒๖ | ๑,๕๓๑ | ๐.๔๘๙ |
| **รวมทั้งสิ้น** | **๒๗๑,๐๕๗** | **๔๑,๗๙๘** | **๓๑๒,๘๕๕** | **๑๐๐.๐๐๐** |

**ตารางที่ ๑.๓** สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์คดีพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษทั่วประเทศ (สำรวจ ณ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐)

| ประเภท | ชาย | หญิง | รวม | ร้อยละ (%) | ร้อยละเทียบกับผู้ต้องขังทั่วประเทศ |
|---|---|---|---|---|---|
| ๑. นักโทษเด็ดขาด | ๑๕๖,๘๘๙ | ๒๘,๐๘๒ | ๑๘๔,๙๗๑ | ๘๑.๐๘๕ | ๕๙.๑๒๕ |
| ๒. ผู้ต้องขังระหว่าง | ๓๖,๕๓๕ | ๕,๗๒๗ | ๔๒,๒๖๒ | ๑๘.๕๓ | ๑๓.๕๑ |
| ๒.๑ อุทธรณ์ - ฎีกา | ๑๖,๕๕๐ | ๒,๓๖๑ | ๑๘,๙๑๑ | ๘.๒๙ | ๖.๐๔ |
| ๒.๒ ไต่สวน - พิจารณา | ๕,๐๒๓ | ๑,๑๘๕ | ๖,๒๑๒ | ๒.๗๒ | ๑.๙๙ |
| ๒.๓ สอบสวน | ๑๔,๙๖๒ | ๒,๑๗๗ | ๑๗,๑๓๙ | ๗.๕๑ | ๕.๔๘ |
| ๓. เยาวชนที่ฝากขัง | ๒๒ | ๒ | ๒๔ | ๐.๐๑ | ๐.๐๑ |
| ๔. ผู้ต้องกักขัง | ๗๗๙ | ๘๗ | ๘๖๖ | ๐.๓๘ | ๐.๒๘ |
| **รวมทั้งสิ้น** | **๑๙๔,๒๒๕** | **๓๓,๘๙๘** | **๒๒๘,๑๒๓** | **๑๐๐.๐๐** | **๗๒.๙๒** |

**ที่มาตารางที่ ๑.๒-๑.๓:** สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์คดี พ.ร.บ.ยาเสพติดให้โทษทั่วประเทศศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศ กองแผนงาน กรมราชทัณฑ์

กรณีการกระทำความผิดคดียาเสพติดของผู้หญิง ชุลีรัตน์ เจริญพรและคณะ ได้กล่าวไว้ในรายงานการศึกษาวิจัย ปัญหาการจัดการคดียาเสพติด: กรณีผู้ต้องขังหญิงว่า[๔] ด้วยเหตุผลและความเข้าใจในโลกทางสังคมของสังคม ซึ่งกำหนดแนวทางในการจัดการ และแก้ไขปัญหายาเสพติดมีความแตกต่างของเหตุผล และโลกทางสังคมของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด อันอาจเป็นเงื่อนไขสำคัญของการจัดการแก้ปัญหา ที่ไม่สอดคล้องกับสถานการณ์ของปัญหา ส่งผลให้มีความรุนแรงในสถานการณ์ปัญหาคดียาเสพติดในกลุ่มผู้ต้องขังหญิง ทั้งด้านทัศนคติของคนไทยต่อผู้ต้องขังหญิง และปัญหานักโทษหญิงติดยาเสพติดล้นคุก ข้อเสนอแนวทางสำคัญของการจัดการปัญหาดังกล่าว

[๔] ชุลีรัตน์ เจริญพร และคณะ, **ปัญหาการจัดการคดียาเสพติด: กรณีผู้ต้องขังหญิง** (The Problem 30 of 30 Drug Cases in Women's Prisons)", (กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรังสิต, ๒๕๕๙), หน้า ๕๙.

จึงต้องคำนึงถึงมิติทางเศรษฐศาสตร์ในการร่วมจัดการปัญหา การใช้มาตรการทางเลือกอื่นทดแทนการลงโทษทางอาญาให้มากยิ่งขึ้น ในส่วนของกรมราชทัณฑ์ซึ่งเป็นปลายทางของการแก้ไขปัญหาได้มุ่งแสวงหากิจกรรม กระบวนการ วิธีการในการบำบัดฟื้นฟู และพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง ให้พร้อมกลับสู่สังคม ตลอดจนมุ่งมั่นพัฒนาเรือนจำ เพื่อรองรับการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิง ให้เป็นไปตามมาตรฐานของ “ข้อกำหนดกรุงเทพ” และให้สอดคล้องกับภารกิจในการแก้ไขฟื้นฟู และปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิง ซึ่งส่วนใหญ่มีภูมิหลังที่คล้ายคลึงกัน ทั้งการมีประวัติการถูกข่มเหง กระทำทารุณ มีความบอบช้ำทางจิตใจ มีปัญหาเรื่องการใช้สารเสพติด ปัญหาสุขภาพ ทั้งทางกายและทางจิตใจ รวมถึงการขาดโอกาสทางการศึกษา และการประกอบอาชีพ เป็นเสมือนการปูทางให้ต้องเข้าไปสู่ชีวิตในเรือนจำ และหากผู้ต้องขังหญิงไม่ได้รับการปฏิบัติโดยคำนึงถึงความละเอียดอ่อนทางเพศ และการสนับสนุนที่เหมาะสม เมื่อเข้าสู่เรือนจำจะยิ่งทำให้ตกเป็นเหยื่อซ้ำสอง รวมถึงมีความเสี่ยงที่จะกลับไปกระทำความผิดซ้ำขึ้นได้อีก [๕] และเพื่อให้การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงมีความเหมาะสม สอดคล้องกับสภาพการณ์ทางสังคม และสภาพทางเพศของผู้ต้องขังหญิง กรมราชทัณฑ์ได้จัดทำแผนปฏิบัติการ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในเรือนจำ ฉบับที่ ๑ ภายใต้เป้าประสงค์หลัก ๓ ประการ ได้แก่ (๑) การยกระดับมาตรฐานในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงให้เป็นมาตรฐาน มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น (๒) การควบคุมดูแลผู้ต้องขังหญิงให้มีประสิทธิภาพ และ (๓) การคืนคนดีมีคุณค่าสู่สังคม [๖] และได้ประกาศใช้แผนปฏิบัติการ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิง ฉบับที่ ๒ [๗] โดยกำหนดนโยบายการบำบัดฟื้นฟูและพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังหญิง ในรูปแบบกิจกรรมกระบวนต่างๆ เพื่อให้เป็นไปตามข้อกำหนดสหประชาชาติ ว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ และมาตรการที่มิใช่การคุมขังสำหรับผู้กระทำผิดหญิง (The United Nations rules for the treatment of women prisoners and non-custodial measures for women offenders) หรือ “The Bangkok Rules”

แม้กระนั้น การแก้ไขฟื้นฟูและพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังหญิงของกรมราชทัณฑ์ ก็ยังไม่บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้ ดังจะเห็นได้จากสถิติการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังหญิง ยังคงมีอัตราที่สูง ปัญหาสำคัญที่ต้องเร่งให้การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิง คือ การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้ผู้ต้องขังหญิงมีสภาพความเป็นอยู่เป็นไปตามมาตรฐานการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิง ทั้งในด้านการดูแลจัดสวัสดิการพื้นฐานที่จำเป็น การฟื้นฟูสภาพร่างกาย จิตใจผู้ต้องขังหญิงให้ผ่อนคลายจากความทุกข์ ความวิตกกังวล เนื่องจากการสูญเสียอิสรภาพ การพลัดพรากจากครอบครัว บุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียเกียรติยศชื่อเสียงจากการถูกลงโทษตามกระบวนการยุติธรรม รวมทั้ง ด้านสังคม ได้แก่ ความยากลำบากในการปรับตัวกับสภาพของเรือนจำ ที่มีมาตรการในการควบคุมที่เข้มงวดกวดขัน ซึ่งจากข้อค้นพบในรายงานโครงการขับเคลื่อนนโยบายการปฏิรูประบบเรือนจำ ผู้ต้องขังหญิงและ

---

[๕] สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (TIJ), **ข้อกำหนดกรุงเทพ: อีกหนึ่งหลักนิติธรรมเพื่อ**ผู้ต้องขังหญิง**,** [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.tijthailand.org/main/th/content/๕๔๒.html [๓ สิงหาคม ๒๕๖๐].

[๖] กรมราชทัณฑ์, **แผนปฏิบัติการ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ฉบับที่ ๑ พ.ศ.๒๕๕๔ - ๒๕๕๖),** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชทัณฑ์, ๒๕๕๔).

[๗] กรมราชทัณฑ์, **แผนปฏิบัติการ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ฉบับที่ ๒ พ.ศ.๒๕๕๗-๒๕๖๐**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชทัณฑ์, ๒๕๕๗).

กระบวนการยุติธรรม พบว่า [๘] ผู้ต้องขังหญิงไม่เพียงแต่มีสภาพความเป็นอยู่ที่แออัดกว่า แต่ยังถูกควบคุมอย่างเข้มงวดในกฎเกณฑ์การปฏิบัติตัวมากกว่าผู้ต้องขังชายมาก ทำให้ผู้ต้องขังหญิงส่วนใหญ่รู้สึกถูกกดดันและมีความเครียดสูงกว่าผู้ต้องขังชาย ผู้ต้องขังหญิงจึงเป็นประชากรกลุ่มจำเพาะที่จะต้องได้รับการพิจารณาในเชิงยุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาสร้างเสริมคุณภาพชีวิต และควรเน้นกระบวนการเสริมศักยภาพของผู้กระทำผิด ให้มีจิตใจที่เข้มแข็ง ให้มีพลังในการต่อสู้ปัญหา อันจะเป็นพลังขับเคลื่อนที่เกิดจากภายใน นั่นคือจิตใจของผู้กระทำผิดเอง[๙] กรมราชทัณฑ์ได้นำรูปแบบกระบวนต่างๆ เข้ามาฟื้นฟูพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ได้แก่ การจัดโปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังรายบุคคล รายกลุ่ม ตั้งแต่แรกรับจนถึงปล่อยตัวพ้นโทษ อาทิ การให้คำปรึกษา การจัดคลินิกคลายเครียด การจัดการศึกษา กีฬา นันทนาการ การจัดการศึกษา อบรม ทั้งสายสามัญวิชาชีพ การบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ต้องขังติดยาเสพติด การจัดกิจกรรมกลุ่มนันทนาการ ดนตรี กีฬา การฝึกโยคะ เป็นต้น ที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การฟื้นฟูจิตใจโดยใช้หลักศาสนาหรือศาสนาบำบัด [๑๐] โครงการเรือนจำเรือนธรรม การพัฒนาผู้ต้องขังตามแนวพุทธ โดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ด้วยวิธีการจัดอบรมปฏิบัติธรรมให้กับผู้ต้องขัง ซึ่งเป็นนโยบายเน้นหนักของกรมราชทัณฑ์ทุกยุคทุกสมัย

เรือนจำกลางระยอง เป็น ๑ ใน ๕ แห่ง ของเรือนจำความมั่นคงสูงสุด(Super Maximum Security Prison) [๑๑] ของประเทศไทย มีอำนาจในการควบคุมผู้ต้องขังทั้งชายและหญิง ที่มีกำหนดโทษตั้งแต่ระหว่างพิจารณาคดีจนถึงตลอดชีวิต สถิติผู้ต้องขัง ณ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๐ มีจำนวนผู้ต้องขังในความควบคุมทั้งสิ้น ๖,๘๓๙ คน เป็นชาย ๖,๑๓๕ คน และหญิง ๗๐๔ คน ซึ่งในจำนวนดังกล่าว เป็นผู้ต้องขังคดียาเสพติด ๕,๑๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๗๔.๗๙ ของผู้ต้องขังทั้งหมด โดยเป็นผู้ต้องขังชาย ๔,๕๘๐ คน และผู้ต้องขังหญิง ๕๓๕ คน [๑๒] หากพิจารณาจากสัดส่วนผู้ต้องขังหญิงทั้งเรือนจำ คิดเป็นร้อยละ ๗๕.๙๙ [๑๓] เรือนจำกลางระยองได้นำกระบวนการฟื้นฟู และพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง รูปแบบการอบรมปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โครงการเรือนจำเรือนธรรม เข้ามาใช้ฟื้นฟูและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังอย่างจริงจัง โดยกำหนดเป้าหมายให้

---

[๘] สมาคมนักวิจัยประชากรและสังคม, **โครงการขับเคลื่อนนโยบายการปฏิรูประบบเรือนจำผู้ต้องขังหญิงและกระบวนการยุติธรรมที่เกี่ยวข้อง (ฉบับย่อ)**, [ออนไลน์]: แหล่งที่มา http://www.ipsr.mahidol.ac.th/ipsrbeta/ FileUpload/PDF/News-๑๐๐.pdf [๓ กันยายน ๒๕๖๐].

[๙] เพลินใจ แต้เกษม, "การพัฒนารูปแบบและกระบวนการในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดของกรมราชทัณฑ์", **เอกสารข่าวสารงานวิจัยและพัฒนา**, ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๑๒๐ (สิงหาคม ๒๕๕๕): ๑-๔.

[๑๐] กรมราชทัณฑ์, "คู่มือการจัดโปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังตามลักษณะแห่งคดี และพฤติการณ์การกระทำผิด", (นนทบุรี: สำนักพัฒนาพฤตินิสัย, ๒๕๕๙) (อัดสำเนา).

[๑๑] เรือนจำความมั่นคงสูงสุด (Super Maximum Security Prison) หมายถึง เรือนจำที่ควบคุมผู้ต้องขังที่มีพฤติการณ์ใช้เรือนจำเป็นฐานในการกระทำผิด มีจำนวน ๕ แห่ง ได้แก่ เรือนจำกลางเขาบิน เรือนจำกลางระยอง เรือนจำกลางพิษณุโลก เรือนจำกลางคลองไผ่ และเรือนจำกลางนครศรีธรรมราช

[๑๒] กรมราชทัณฑ์, **สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ รท. ๑๐๒ (ก) ณ วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐,** (นนทบุรี: กองแผนงาน, ๒๕๖๐) (อัดสำเนา).

[๑๓] เรือนจำกลางระยอง, **รายงานผลการดำเนินงาน ประจำเดือนตุลาคม ๒๕๖๐**, (ระยอง: ฝ่ายบริหารทั่วไป, ๒๕๖๐) (อัดสำเนา).

ผู้ต้องขังทุกกลุ่มเป้าหมายได้รับการอบรมพัฒนา ภายในห้วงเวลา ๖ เดือน – ๑ ปี ซึ่งผู้ต้องขังที่ผ่านกระบวนการอบรมปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โครงการเรือนจำเรือนธรรมแล้ว จะเป็นผู้ที่มีกริยาอาการสงบ สำรวม มีสติสัมปชัญญะ ปกครองง่ายและปฏิบัติตนอยู่ในระเบียบวินัยของเรือนจำ เรือนจำกลางระยองได้พัฒนารูปแบบ กระบวนการฝึกอบรมเรือนจำเรือนธรรม สำหรับฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ต้องขังหญิงที่กระทำความผิดคดี พ.ร.บ.ยาเสพติด ที่มีประวัติการเสพ และเป็นกลุ่มที่ได้รับเลือกให้เข้ารับการฟื้นฟูสมรรถภาพ ตามกระบวนการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ เรือนจำเรือนธรรม[๑๔]

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้ศึกษาจึงสนใจที่จะทำการศึกษา เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ โดยเลือกศึกษากับกลุ่มผู้ต้องขังเรือนจำกลางระยอง ที่ผู้บริหารเรือนจำมีนโยบายในการนำหลักพระพุทธศาสนาเข้ามาบูรณาการ ในการแก้ปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังอย่างเป็นรูปธรรม ศึกษาจากกลุ่มผู้ต้องขังหญิงที่เข้ารับการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโครงการโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม ประจำปี ๒๕๖๐ โดศึกษาสภาพปัญหา การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ การศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ และนำเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ สำหรับเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ต่อไป

## ๑.๒ คำถามวิจัย

๑.๒.๑ สภาพปัญหา และคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ปัจจุบันเป็นอย่างไร

๑.๒.๒ กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ เป็นอย่างไร

๑.๒.๓ รูปแบบ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ เป็นอย่างไร

## ๑.๓ วัตถุประสงค์ในการวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาสภาพและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์

๑.๓.๒ เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ

๑.๓.๓ เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ

## ๑.๔ ขอบเขตในการวิจัย

ขอบเขตการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ”ประกอบด้วย

### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านพื้นที่

ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่สำหรับการวิจัย คือ เรือนจำกลางระยอง จังหวัดระยอง

### ๑.๔.๒ ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระยะเวลาในการศึกษาวิจัย ๑ ปี ระหว่างเดือนมีนาคม ๒๕๖๐ - มีนาคม ๒๕๖๑

---

[๑๔] เรือนจำกลางระยอง, **รายงานผลโครงการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ต้องขังติดยาเสพติด รูปแบบลูกเสือวิวัฒน์เพื่อพลังแผ่นดิน ประจำปี ๒๕๖๐**, (ระยอง: ส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง, ๒๕๖๐) (อัดสำเนา).

**๑.๔.๓ ขอบเขตด้านเนื้อหา**

๑) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต หลักอาชญาวิทยาหลักทัณฑวิทยา ข้อกำหนดขององค์การสหประชาชาติ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ และหลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

๒) ขอบเขตด้านเนื้อหาพุทธธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย และคัมภีร์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อต้องการสืบค้นให้ทราบว่า พระพุทธศาสนามีมุมมองต่อการกระทำความผิด สาเหตุ วิธีการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิด แนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิต รูปแบบวิธีการ และหลักพุทธธรรมสำหรับใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้กระทำความผิด ได้แก่ หลักไตรสิกขา ประกอบด้วยศีล สมาธิ ปัญญาและหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โดยศึกษาจากแนวการสอน ของพระครูภาวนานุศาสก์ (แป้น ธมฺมธโร ภิกขุ) ที่เน้นภาคปฏิบัติในอิริยาบถทั้ง ๔ และการทำสัมปชัญญะ ในการคู้อวัยวะ (แขน) เข้า และเหยียดอวัยวะ (แขน) ออกร่วมกับการกระทบนิ้วมือเป็นระยะๆ ให้เห็นการเกิดดับของขันธ์ ๕ โดย เอาสติกำกับไว้ตามฐานแต่ละฐาน ได้แก่ ฐานกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม

๓) ขอบเขตตามเนื้อหาที่กรมราชทัณฑ์ถือปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง ในสภาพการณ์ปัจจุบัน กรมราชทัณฑ์ผู้วิจัยจะศึกษาเนื้อหาจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเขียนโดยบุคลากรทางด้านอาชญาวิทยาที่มีชื่อเสียง มีความรู้ ความเชี่ยวชาญเป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปในสังคมไทยปัจจุบัน นอกจากนี้จะใช้วิธีการสำรวจโดยใช้แบบสอบถาม กลุ่มประชากรเป้าหมาย ซึ่งเป็นตัวแทนผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดเรือนจำกลางระยอง

**๑.๔.๔ ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

๑) ประชากร ได้แก่ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดให้โทษ ที่ถูกจำคุกในเรือนจำกลางระยอง จำนวน ๓๐๐ คน

๒) กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดให้โทษที่ถูกจำคุกในเรือนจำกลางระยอง กำหนดให้ค่าความคลาดเคลื่อน = ๐.๐๕ ที่ระดับความเชื่อมัน ๙๕% กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane) ในการคำนวณ และการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัย ได้เก็บตัวอย่าง จำนวน ๑๗๒ คน โดยวิธีการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

นอกจากนี้ ได้สัมภาษณ์ผู้ต้องขังหญิงคดี พ.ร.บ.ยาเสพติดให้โทษ ที่ให้ข้อมูลเชิงลึก จำนวน ๑๐ คน นักวิชาการ ผู้เชี่ยวชาญด้านศาสนา ทั้งในฝ่ายปริยัติและปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ จำนวน ๔ คน อนุศาสนาจารย์ เจ้าหน้าที่ที่ดูแลรับผิดชอบโครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม จำนวน ๕ คน และผู้บริหารเรือนจำ จำนวน ๓ คน รวมทั้งสิ้นจำนวน ๒๒ คน

## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกันในศัพท์ที่ใช้ในงานวิจัยนี้ จึงกำหนดความหมายแห่งศัพท์เฉพาะที่ใช้ในงานวิจัยนี้ ดังนี้

**คุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง** หมายถึง การที่ผู้ต้องขังสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในเรือนจำด้วยความปกติสุข ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจและสังคมให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมตามเกณฑ์มาตรฐาน และความจำเป็นพื้นฐานในสังคมหนึ่ง ในระหว่างต้องโทษ

๑) คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย เอื้ออำนวยสุขภาพทางกายตามความจำเป็นพื้นฐานในสังคมหนึ่ง เพื่อเป็นรากฐานทางจิตใจ ทำให้เกิดบูรณาการทางความรู้สึกนึกคิดเต็มที่ ตามศักยภาพของมนุษย์ มีความสามารถ สร้างสรรค์และผลิตผลรวมกันเข้าเป็นสังคมที่มั่นคง

๒) คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ทัศนคติต่อการดำเนินชีวิต การรู้จักความพอดี ความพอใจในสภาพที่เป็นอยู่การมีทัศนคติต่อตนเอง และผู้อื่น มีความรัก ความอบอุ่น ความผูกพันกันในครอบครัว และเพื่อนมนุษย์ มีความ อดทน เสียสละ ทำประโยชน์ให้แก่สังคม

๓) คุณภาพชีวิตด้านสังคม หมายถึง การได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง สังคมภายนอก ความสามารถในการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อม และการรู้เท่าทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม

**ผู้ต้องขัง** หมายถึง นักโทษหญิงคดียาเสพติดให้โทษ ที่อยู่ในความควบคุมของเรือนจำกลางระยอง ที่เข้ารับการฟื้นฟูสมรรถภาพโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม ระหว่างวันที่ ๕- ๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๐

**การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง** หมายถึง การจัดให้ผู้ต้องขังได้รับการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม บนพื้นฐานของสิทธิและความเป็นมนุษย์

**กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ขังตามแนวพุทธ** หมายถึง กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้ต้องขังที่ใช้หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเข้ามาดำเนินการภายใต้โครงการเรือนจำเรือนธรรม

**หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง** หมายถึง หลักพุทธธรรมที่ใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ภายใต้ในโครงการเรือนจำเรือนธรรม ได้แก่ หลักมหาสติปัฏฐาน ๔ และหลักไตรสิกขา

**การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ** หมายถึง การบูรณการหลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ได้แก่ หลักไตรสิกขาและการเจริญสติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ เข้ามาใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

**โครงการเรือนจำเรือนธรรม** หมายถึง โครงการอบรมปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง โดยใช้วิธีการเจริญสติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ตามแนวการสอนของ พระครูภาวนานุศาสก์ (แป้น ธมฺมธโรภิกขุ) ที่เน้นการฝึกสติให้ผู้ฝึกมีสติอยู่กับปัจจุบันขณะ ตามฐานอันเป็นที่ตั้งของสติ ๔ ฐาน ได้แก่ ๑) ฐานกายในกาย ๒) ฐานเวทนาในเวทนา ๓) ฐานจิตในจิต และ ๔) ฐานธรรมในธรรม ให้เห็นการเกิดและการดับของทุกข์

## ๑.๖ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๖.๑ ทำให้ทราบสภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ นำไปสู่แนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสม

๑.๖.๒ ทราบผลสัมฤทธิ์การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของเรือนจำกลางระยองภายหลังผ่านกระบวนพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธ โครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม

๑.๖.๓ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ

# บทที่ ๒

# เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง“การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ”ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ค้นคว้าจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องดังต่อไปนี้

๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต
๒.๒ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการกระทำความผิดตามแนวคิดตะวันตก
๒.๓ การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดโดยใช้ระบบเรือนจำ
๒.๔ แนวคิดเกี่ยวกับการกระทำผิดตามหลักพระพุทธศาสนา
๒.๕ หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังโครงการเรือนจำเรือนธรร
๒.๖ แนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์
๒.๗ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
๒.๘ กรอบแนวคิดในการวิจัย

## ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

### ๒.๑.๑ คุณภาพชีวิตตามแนวคิดตะวันตก

คำว่า“คุณภาพชีวิต” เป็นเรื่องของการดำรงอยู่ของชีวิตอย่างมีคุณภาพ และมีความสุข คุณภาพชีวิตเป็นแนวคิดที่ใช้ในทุกบริบทของการพัฒนา กำหนดให้เป็นเป้าหมายสูงสุดของการพัฒนาประเทศในทุกด้าน ทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ การปกครอง ฯลฯ ล้วนมุ่งไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของมนุษย์ในสังคม[๑] ด้วยเหตุนี้ คำนิยาม ความหมายของคุณภาพชีวิตจึงได้รับการอธิบาย และตีความกันอย่างกว้างขวาง ในมุมมองคุณภาพชีวิตจากคนต่างกลุ่ม ต่างสังคม ต่างวัฒนธรรม ต่างเศรษฐกิจและเป้าหมาย ซึ่งจะมีความเหมือน หรือแตกต่างกันในองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ในบางประเด็น เช่น คุณภาพชีวิตของเด็ก คุณภาพชีวิตผู้สูงวัย คุณภาพชีวิตผู้ป่วยโรคมะเร็ง คุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง เป็นต้น คุณภาพชีวิตจึงมีบทบาทสำคัญ ทั้งในด้านความผาสุกของมนุษย์ในการดำรงชีวิต และการสร้างผลงานที่มีคุณค่า[๒] สำหรับคำจำกัดความหรือความหมายของคำว่า“คุณภาพชีวิต” (Quality of Life) ได้มีผู้ให้ความหมายในมุมมองต่างๆ ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า เป็นการรับรู้ของแต่ละบุคคลต่อสถานะในชีวิตของพวกเขา ภายใต้บริบทของวัฒนธรรมและความหมายของระบบในสังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ และจะสัมพันธ์กับเป้าหมายความคาดหวัง มาตรฐานของสังคม และสิ่งอื่นๆ

---

[๑] สิปปนนท์เกตุทัต, **การพัฒนาคุณภาพชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๐-๒๑.

[๒] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๕.

ที่เกี่ยวข้องกับพวกเขา เป็นแนวความคิดที่กว้าง มีความซับซ้อน ครอบคลุมในแง่ขององค์ประกอบใน ๔ มิติ คือ มิติด้านสุขภาพกาย มิติด้านสุขภาพจิต มิติด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และมิติด้านสภาพแวดล้อม[๓]

UNESCO ได้ให้ความหมายคุณภาพชีวิตไว้ว่า เป็นความรู้สึกของการอยู่อย่างพอใจต่อองค์ประกอบต่างๆ ของชีวิต ที่มีส่วนสำคัญมากที่สุดของบุคคล หรือหมายถึง การดำรงชีวิตอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีความสุข มีความสมบูรณ์ ทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมที่ตนอยู่ได้อย่างดี ขณะเดียวกันก็สามารถเผชิญปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม รวมทั้ง สามารถใช้ศักยภาพส่วนบุคคลสร้างสรรค์ พัฒนาตนเองและสังคมให้อยู่รวมกันได้อย่างสันติสุข[๔]

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้อธิบายความหมายของคุณภาพชีวิตว่าเป็นลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลที่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐานที่พอเพียงและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพของแต่ละบุคคลทั้งด้านร่างกายสติปัญญาอารมณ์ความรู้สึกนึกคิด เศรษฐกิจส่วนบุคคลหรือครอบครัว เป็นบุคคลที่รู้จักตนเอง เผื่อแผ่ผู้อื่นมองโลกในแง่ดีมีความเชื่อ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม[๕]

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติได้ให้ ความหมายของคุณภาพชีวิตว่า เป็นการดำรงชีวิตของมนุษย์ในระดับที่เหมาะสม ตามความจำเป็นพื้นฐานในสังคมหนึ่ง ในช่วงเวลาหนึ่งๆ องค์ประกอบของความเป็นพื้นฐานที่เหมาะสมอย่างน้อยก็น่าจะมีอาหารที่เพียงพอ มีเครื่องนุ่งห่ม มีที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม มีสุขภาพกาย และจิตใจดี ได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน รวมทั้งได้รับการ บริการพื้นฐานที่จำเป็น ทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม เพื่อประกอบการดำรงชีพอย่างยุติธรรม[๖]

**ระวี ภาวิไล** ได้นิยามคำว่าคุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีคุณภาพพึงประสงค์ คือ ชีวิตที่อาศัยสภาพแวดล้อมทั้งปวงเอื้ออำนวยสุขภาพทางกาย เพื่อเป็นรากฐานของสันทนาการทางจิตใจทำให้เกิดบูรณาการทางความรู้สึกนึกคิดเต็มที่ ตามศักยภาพในมนุษย์ มีความสามารถสร้างสรรค์ และผลิตผลรวมกันเข้าเป็นสังคมที่มั่นคง ผาสุก สมบูรณ์และปราศจากความขัดแย้ง[๗]

---

[๓] THE WHOQOL GROUP, **The World Health Organization Quality of Life Assessment: position paper from the World Health Organization**, (Social Sciences Medicine 41(10), 1995),: p. 1403-1409.

[๔] UNESCO, **Indicator of Invironment Qaulity and Quality of life. Research and Socail Science. No 38,** (Paris : UNESCO, 1981), p. 89.

[๕] สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), **คุณภาพชีวิตการทำงานและความสุข**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมดาเพลสจำกัด, ๒๕๕๖), หน้า๑๖.

[๖] สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๘ พ.ศ.๒๕๔๐-๒๕๔๔**, (๒๕๔๐), หน้า ๑๒.

[๗] ระวี ภาวิไล, “คุณภาพชีวิต”, **จดหมายข่าวสภาวะแวดล้อม สถาบันวิจัยสภาพแวดล้อม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**, (กันยายน, ๒๕๒๓): ๑๙.

**พัณณิน กิติพราภรณ์** ให้คำนิยามคุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีคุณภาพ ชีวิตที่มีความสุข ความสุขที่เกิดได้จาก ๑) ความสุขทางกาย หมายถึง การที่เรามีความเป็นอยู่ที่ดี อาทิเช่น มีที่อยู่อาศัยที่ดี มีสุขภาพและการดูแลสุขภาพที่ดี มีสาธารณูปโภค เช่น การคมนาคมที่ดี มีสภาพแวดล้อมที่ดี เช่น น้ำ อากาศบริสุทธิ์ และยังรวมไปถึงการพักผ่อนและสันทนาการที่ดี ตามสมควรอีกด้วย ๒) ความสุขทางใจได้มาจากรู้จักความพอดี ความพอใจในสภาพที่เป็นอยู่การมีทัศนคติต่อตนเองและผู้อื่น มีความรัก ความอบอุ่น ความผูกพันกันในครอบครัว และเพื่อนมนุษย์ ให้มีความอดทน เสียสละทำประโยชน์ให้แก่สังคม[๘]

**อนุชาติ พวงสำลี และ อรทัย อาจอ่ำ** กล่าวว่า คุณภาพชีวิตเป็นระดับของการมีชีวิตที่ดี มีความสุข ความพึงพอใจในชีวิต เป็นเครื่องที่เกี่ยวข้องกับสภาพความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิตของปัจเจกบุคคลในสังคม[๙] เป็นชีวิตที่มีความสุขทั้งร่างกาย จิตใจ เป็นผลจากการตอบสนองความต้องการทั้งภายในและภายนอก ที่เหมาะสมกับวิถีการดำรงอยู่ของมนุษย์ และกล่าวถึงเหตุที่ต้องมีการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพราะสังคมมีการพึ่งพาเกี่ยวเนื่องกันของมนุษย์ เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้คนในสังคมมีความสุข จากการได้รับการยอมรับ ดีใจเมื่อได้รับการชื่นชม พอใจเมื่อได้รับความรัก ความอบอุ่นเกิดความสุขทางใจ และส่งผลให้เกิดความสุขทางกาย เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน[๑๐]

**สิปปนนท์ เกตุทั**ต ให้ความหมายคุณภาพชีวิตว่า เป็นชีวิตที่มีความสุข ชีวิตที่สามารถปรับตัวเองเข้ากับธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมได้ ทั้งสิ่งแวดล้อมทางกายภาพสิ่งแวดล้อมทางสังคมและสามารถปรับธรรมชาติสิ่งแวดล้อมให้เข้ากับตนโดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น[๑๑]

**นวลศิริ เปาโลหิตย์** กล่าวว่าคุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตที่มีสุขภาพทั้งร่างกาย และจิตใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และสังคมที่ตนเองอยู่ได้อย่างดี ขณะเดียวกันก็ดำรงชีวิตที่เป็นประโยชน์ให้กับตนเอง สังคมและประเทศชาติด้วย[๑๒]

**สุพรรณี ไชยอำพร และสนิท สมัครการ** ให้คำนิยามคุณภาพชีวิตว่า คือ สภาพการดำรงชีวิตในสังคมที่เจ้าของชีวิต มีความพึงพอใจในช่วงเวลาหนึ่งและความพึงพอใจนี้ สามารถวัดหรือประเมินได้ ทั้งด้านจิตใจและวัตถุปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตในช่วงเวลานั้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องส่วนตัว หรือของสังคมก็ตาม[๑๓]

---

[๘] พัณณิน กิติพราภรณ์, “นานาทรรศนะ: ธุรกิจเพื่อคุณภาพชีวิต...ของใคร”, **วารสารเศรษฐกิจและบริหารธุรกิจ**, (๑๕ มกราคม ๒๕๓๑): ๕๒.

[๙] อนุชาติ พวงสำลีและอรทัย อาจอ่ำ, **การพัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตและสังคมไทย**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว), ๒๕๔๑), หน้า ๔๑.

[๑๐] สำราญ จูช่วย, **การพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม,** (กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยราชพฤกษ์, ๒๕๕๔), หน้า ๕๐-๕๑.

[๑๑] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐-๒๑.

[๑๒] นวลศิริ เปาโลหิตย์, **การพัฒนาคุณภาพชีวิต**, (นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๓), หน้า ๕.

[๑๓] สุพรรณี ไชยอำพร และสนิท สมัครการ, **คุณภาพชีวิตของคนไทยเปรียบเทียบระหว่างเมืองกับชนบท**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักวิจัยสถาบันพัฒนาบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๔), หน้า ๑๒.

ชีวิตของบุคคลที่สามารถดำรงอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสม ไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคม เป็นชีวิตที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกายจิตใจ และสามารถดำรงชีวิตอย่างชอบธรรม สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม และค่านิยมของสังคม ตลอดจนดิ้นรนแสวงหาสิ่งที่ปรารถนาและต้องการให้ได้มาอย่างถูกต้อง ซึ่งความต้องการนั้น จะเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา แบ่งออกเป็น ๓ ด้าน คือ[๑๔]

๑. ด้านร่างกาย คือ บุคคลจะต้องมีสุขภาพร่างกาย ที่สมบูรณ์ แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ อันเป็นผลตอบสนองมาจากปัจจัยพื้นฐาน

๒. ด้านจิตใจ คือ บุคคลจะต้องมีสภาพจิตใจที่สมบูรณ์ ร่าเริง แจ่มใสไม่วิตกกังวลมีความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตตนเอง ครอบครัวและสังคม สิ่งแวดล้อม มีความปลอดภัยในชีวิต

๓. ด้านสังคม คือ บุคคลสามารถดำรงชีวิตภายใต้บรรทัดฐานและค่านิยมของสังคมในฐานะเป็นสมาชิกของสังคมได้อย่างปกติสุข

คุณภาพชีวิต และระดับความพอใจในสิ่งที่ต้องการ เป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เป็นเรื่องยากที่จะหาเกณฑ์ตอบให้ได้ชัดลงไปได้ เพราะระดับความพึงพอใจของบุคคลมักจะเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง เช่น ค่านิยมทางสังคม เวลา สถานที่ และสิ่งแวดล้อมที่เขาดำรงชีวิตอยู่ในขณะนั้น ที่สำคัญความพึงพอใจของบุคคลเป็นเพียงนามธรรม พิสูจน์ได้ยาก แต่สิ่งที่จะสรุปตอบคำถามได้ง่ายขึ้นและควรยึดปฏิบัติเป็นเกณฑ์กลางๆ คือ ความพอใจในสิ่งที่ต้องการขึ้นอยู่กับตัวเรา หรือแต่ละบุคคลนั่นเอง ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “จงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ จงใช้สิ่งนั้นให้เกิดประโยชน์กับตนเอง ครอบครัว และสังคม ย่อมทำให้ชีวิตเราเป็นสุขได้” ซึ่งควรแก่การนำมายึดเป็นแนวปฏิบัติและพัฒนาเป็นค่านิยมร่วมกันอย่างจริงใจ จริงจัง ให้เกิดความต่อเนื่อง เพื่อจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดนั่นเอง[๑๕]

**ประเวศ วะสี** กล่าวถึงคุณภาพชีวิตในแง่ของเสรีภาพ ๓ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านวัตถุมีเครื่องชี้วัด คือ การมีวัตถุปัจจัยเพียงพอเพียงหล่อเลี้ยงชีวิตไม่ต้องถูกบีบคั้น จากความอดอยากขาดแคลน ๒) ด้านสังคมมีเครื่องชี้วัด คือ ไม่มีการกดขี่เบียดเบียนกันด้วยประการต่างๆ ในสังคมมนุษย์สามารถเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจด้วยตนเองได้ที่จะเลือกดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและดีงาม ๓) ด้านจิตใจมีเครื่องชี้วัด คือ การมีเสรีภาพจากการบีบคั้นจากกิเลสตัณหาในใจตนเอง[๑๖] มีองค์ประกอบ ๒ ส่วน ได้แก่ ๑) สิ่งที่จำเป็นระดับพื้นฐาน คือ ส่วนที่ทำให้พอมีชีวิตอยู่ได้ประกอบไปด้วยเสรีภาพในขอบเขตแห่งกฎหมาย หรือประเพณีของสังคมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่ ๒) สิ่งที่จำเป็นต่อการเพิ่มคุณภาพชีวิต เป็นส่วนที่เพิ่มเติมจากสภาพอยู่ได้ให้กลายเป็นสภาพอยู่ดี ได้แก่

๑. สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมเอื้ออำนวยต่อการเพิ่มคุณภาพชีวิต เป็นสภาพ แวดล้อมที่ไม่มีมลภาวะสงบ เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาตนเอง และอยู่ใกล้ชิดกับธรรมชาติมากที่สุด

---

[๑๔] ศิริ ฮามสุโพธิ์, **ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต,** (กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.พริ้นติ้งเฮ้าส์, ๒๕๔๓), หน้า ๑๙-๒๐.

[๑๕] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒.

[๑๖] อ้างถึงใน เสรี พงศ์พิศ, **ทิศทางหมู่บ้านไทย**, (กรุงเทพมหานคร: เจริญวิทย์การพิมพ์, ๒๕๓๔), หน้า ๗๒-๗๗.

๒. คุณสมบัติส่วนตัวที่เหมาะสม ซึ่งทำให้สามารถยกระดับคุณภาพชีวิตบุคคล คือ การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต การมีความสามารถในการตัดสินใจ การมีพื้นฐานความรู้เกี่ยวกับตนเอง และสิ่งแวดล้อม และการมีความพยายามอุตสาหะและอดทน

๓. คุณสมบัติที่ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันโดยสันติสุข คือ การมีความมักน้อย ประหยัด ไม่โลภ การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา การมีระเบียบวินัย และการมีจริยธรรมอื่นๆ ที่สังคมยอมรับ

**พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต)** จำแนกระดับคุณภาพชีวิตของบุคคลออกเป็น ๓ ระดับ ได้แก่

๑. คุณภาพชีวิตระดับพื้นฐาน ได้แก่

๑) สุขภาพดีมีพลานามัยและมีปัจจัยเครื่องรักษาส่งเสริมสุขภาพ

๒) พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจเช่นมีอาชีพมีความประหยัดขยันและสุจริตมีเงินใช้และใช้เงินเป็นเป็นผู้ผลิตและบริโภคเป็น

๓) มีอาหารที่มีคุณค่ามีกินและกินเป็น

๔) มีที่อยู่อาศัยและที่ทำงานที่เหมาะไม่แออัดสะอาดสะดวกสบายต่อการดำเนินชีวิต การทำงานและการเดินทาง

๕) มีครอบครัวซึ่งมีกำลังพอบำรุงเลี้ยงได้อยู่กันด้วยความสุขทั้งอบอุ่นและร่มเย็น

๖) อยู่ร่วมและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดีรับผิดชอบเอื้อเฟื้อมีน้ำใจเกื้อการุณย์ผูกมิตรและขวนขวายทำกิจที่เป็นประโยชน์

๗) มีเวลาว่างเป็นของตนเองและรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ด้วยการนำเสนอความรื่นรมย์ ความบันเทิงที่ไร้โทษชื่นชมซาบซึ้งในสุนทรียภาพ และต้องการที่จะพัฒนาตนให้ยิ่งขึ้นไปในด้านต่างๆ

๒. คุณภาพชีวิตระดับพัฒนาการ ได้แก่

๑) มีการศึกษารู้เข้าใจเท่าทันเหตุการณ์ มีประสบการณ์ ที่เป็นฐานของการดำเนินชีวิตและตัดสินใจอย่างฉลาด

๒) มีวิจารณญาณพิจารณาเหตุปัจจัยรู้จักคิดรู้จักแก้ปัญหาดำเนินด้วยปัญญามีกุศลวิธีที่จะแก้ไขคลายทุกข์ได้

๓) มีจิตใจที่พัฒนากอปรด้วยคุณธรรมและจริยธรรมเชื่อมั่นในการทำความดีประพฤติดีงามสุจริตทั้งกายวาจาใจมั่นใจในคุณค่าแห่งชีวิตของตน

๔) สุขภาพจิตดีมีความมั่นคงทางจิตใจ มีเจตคติดีงาม จิตใจปลอดโปร่งเบิกบานผ่องใส เป็นสุข มองโลกและชีวิตตามความเป็นจริง

๓. คุณภาพชีวิตระดับเอื้อโอกาส

๑) มีความปลอดภัยทั้งกายใจเช่นปราศจากโจรผู้ร้ายละอบายมุข

๒) อยู่ในสังคมที่มีสวัสดิการ และบริการดีอำนวยสิทธิเสรีภาพความเสอมภาคและไมตรีสงเคราะห์

๓) อยู่ในสังคมที่อำนวยในโอกาสในการทำงานที่ตนถนัด โอกาสการเรียนรู้และเข้าถึงวิทยาการต่างๆ โอกาสในการมีส่วนร่วมในสังคม ชุมชน ในทางการเมือง และโอกาสในการได้รับความเป็นธรรมทางเศรษฐกิจ

๔) อยู่ในสังคมที่มีระเบียบ มีขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรมและกฎหมายที่เป็นธรรมและเอื้อต่อการพัฒนาชีวิตและสังคม

๕) มีธรรมชาติแวดล้อมที่เกื้อกูลรื่นรมย์ สวยงาม มีน้ำ อากาศบริสุทธิ์ไร้มลพิษ[๑๗]

เกณฑ์การประเมินหรือการวัดระดับคุณภาพชีวิต องค์การอนามัยโลกได้ใช้เกณฑ์การรับรู้ของบุคคลต่อตนเอง ในการสร้างและพัฒนาเครื่องมือวัดระดับคุณภาพชีวิต WHOQOL- 100 เป็นเวลานานหลายปี เพื่อให้สามารถนำไปใช้วัดคุณภาพชีวิตของบุคคลได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการประเมินคุณภาพชีวิต ด้วยการใช้เครื่องมือดังกล่าว (World Health Organization, 1997)[๑๘] นำไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายที่จะวัดคุณภาพชีวิต สำหรับขอบเขตของคุณภาพชีวิตตามเครื่องมือ WHOQOL- 100 ประกอบด้วย เกณฑ์สำคัญ ๖ เกณฑ์ ดังนี้

**ตารางที่ ๒.๑** แสดงเกณฑ์การวัดคุณภาพชีวิต ตามเครื่องมือในการวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก WHOQOL- 100

| เกณฑ์การวัดคุณภาพชีวิต | ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง |
|---|---|
| ๑. สุขภาพร่างกาย (Physical health) | - พลังงานและความเหนื่อยล้า<br>- ความเจ็บปวดและไม่สบาย<br>- การนอนหลับและการพักผ่อน |
| ๒. สุขภาพจิต (Psychological) | - ภาพลักษณ์ทางกายและการแสดงออก<br>- ทัศนคติในเชิงลบ- ทัศนคติในเชิงบวก<br>- การเคารพตนเอง- ความคิด การเรียนรู้ ความจำ และสมาธิ |
| ๓. ระดับของความเป็นอิสระ (Level of Independence) | - การเคลื่อนไหว<br>- กิจกรรมในชีวิตประจำวัน<br>- การต้องพึ่งพิงแพทย์ หรือ ความช่วยเหลือจากบริการทางการแพทย์<br>- ความสามารถในการทำงาน |
| ๔. ความสัมพันธ์ในสังคม (Social relationships) | - ความสัมพันธ์ของบุคคล<br>- การสนับสนุนจากสังคม<br>- กิจกรรมทางเพศ |
| ๕. สภาพแวดล้อม (Environment) | - ทรัพยากรทางการเงิน<br>- เสรีภาพ ความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยทางกาย<br>- การเข้าถึง และบริการที่มีคุณภาพของหน่วยงานให้บริการทางสุขภาพและสังคม |

---

[๑๗] พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), **คุณภาพชีวิตตามนัยแห่งพุทธธรรม**, ฉบับฉลองครบรอบ ๒๕ ปี, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๗), หน้า ๘.

[๑๘] World Health Organization. **1997. WHOQOL: Measuring Quality of Life**. Available November, 26, 2011, from http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf [August 3, 2018]

| เกณฑ์การวัดคุณภาพชีวิต | ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง |
|---|---|
| | - สภาพแวดล้อมของบ้านพักอาศัย<br>- โอกาสในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัย<br>- การใช้เวลาว่าง<br>- สภาพแวดล้อมทางกายภาพ (มลภาวะ / เสียงดัง/ การจราจร/ สภาพอากาศ)<br>- การขนส่ง |
| ๖. ศาสนา ความเชื่อส่วนบุคคล (Spirituality/Religion/ Personal beliefs) | - ความเชื่อทางด้านศาสนา / ความเชื่อส่วนบุคคล |

ได้มีการนำเครื่องมือ WHOQOL- ๑๐๐ ไปใช้ในการวัดคุณภาพชีวิตของบุคลกลุ่มต่างๆ อย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะบุคคลกลุ่มพิเศษ เช่น ผู้อพยพ ผู้สูงอายุและผู้ประสบกับโรคภัยไข้เจ็บ มีการนำมาใช้ในการบำบัดทางการแพทย์ การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างผู้ป่วยและแพทย์ การประเมินประสิทธิภาพและความสัมพันธ์ของการบำบัดรักษา การประเมินการให้บริการทางสุขภาพ การวิจัยเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต การกำหนดนโยบาย เป็นต้น

กล่าวโดยสรุปคุณภาพชีวิต คือ การที่บุคคลสามารถดำรงอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสม มีความสุขตามอัตภาพ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมที่ตนเป็นสมาชิกได้เป็นอย่างดี ขณะเดียวกันมีความสามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม กล่าวคือ

๑. ทางด้านร่างกาย ต้องมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง ปราศจากโรคภัย ไข้เจ็บอันเป็นผลตอบสนองมาจากปัจจัยพื้นฐาน

๒. ทางด้านจิตใจ ต้องมีสภาพจิตที่สมบูรณ์ จิตใจร่าเริง แจ่มใส ไม่วิตกกังวลมีความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตตนเอง ครอบครัว และสังคม สิ่งแวดล้อมมีความรู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

๓. ทางด้านสังคม สามารถดำรงชีวิตภายใต้บรรทัดฐาน และค่านิยมของสังคมในฐานะเป็นสมาชิกของสังคมได้อย่างปกติสุข

การพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ การเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงแก้ไข สรรค์สร้าง เกี่ยวกับตนเองเพื่อนำไปสู่ความดี ความงาม ความเจริญในตนเอง มีความมุ่งหมายสูงสุด คือ การมีชีวิตที่มีคุณภาพ เป็นการตั้งเป้าหมายในชีวิตให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น มีความเป็นตัวตนที่สมบูรณ์ เนื่องจากการพัฒนาอยู่เสมอ ชีวิตเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาให้มีคุณภาพ เพราะมนุษย์เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการพัฒนาสิ่งต่างๆ ดังนั้น สิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งของสังคมมนุษย์ คือ การสร้างคนให้มีความรู้ความสามารถ มีทักษะพื้นฐานที่จำเป็น มีลักษณะนิสัยจิตใจที่ดีงาม มีความพร้อมที่จะต่อสู้เพื่อตนเองและสังคม[๑๙] มีความพร้อมที่จะประกอบการงานอาชีพได้

---

[๑๙] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **ภาวะผู้นำ: ความสำคัญต่อการพัฒนาคนพัฒนาประเทศ,** กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๖), หน้า ๒๕.

กล่าวโดยสรุปแล้ว การพัฒนาคุณภาพชีวิตมักนิยมอธิบายถึงการพัฒนาบุคคลใน ๔ ด้าน ดังนี้

๑. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ได้แก่ การให้ความสำคัญกับพฤติกรรมบุคคลที่ปรากฏหรือแสดงออกภายนอก ได้แก่ การมีสุขภาพที่ดี แข็งแรง ได้รับปัจจัย ๔ ที่เพียงพอเหมาะสม และยังรวมความถึงการมีระเบียบวินัย วิถีปฏิบัติตนที่เหมาะสม

๒. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิตใจ ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพจิตใจทีดีรู้จักควบคุม อารมณ์การส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม การปลูกฝังทัศนคติ ค่านิยมที่เหมาะสม การมีจิตใจที่เข้มแข็ง เป็นที่พึ่งของตนเองได้

๓. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสังคม เป็นการเสริมสร้างการยอมรับ และยกย่องนับถือจากสังคม ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกับสังคมหรือหน่วยงานต่างๆ ใช้เวลาว่างบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชนให้ความร่วมมือกับสังคมในด้านต่างๆ ทั้งด้านสิ่งแวดล้อม และการปฏิบัติตนโดยยึดหลักของกฎหมาย และคุณธรรมจริยธรรม

๔. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสติปัญญาเป็นการเพิ่มทักษะความรู้ ได้แก่ การศึกษา เรียนรู้ การฝึกอบรมเพิ่มพูนความรู้ด้านต่างๆการพัฒนาความสามารถในการเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากข้อมูลสารสนเทศต่างๆ ให้สามารถวิเคราะห์แยกแยะ รับรู้และเข้าถึงเหตุปัจจัยต่างๆ เปิดใจพร้อมยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นพร้อมยอมรับกับการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่นๆในสังคมได้อย่างมีความสุข

สำหรับแนวทางการศึกษาในงานวิจัยนี้ มุ่งศึกษาคุณภาพชีวิตกลุ่มบุคคลที่อยู่ในสถานภาพผู้ต้องขังซึ่งเป็นกลุ่มเฉพาะ ใน ๓ มิติ ได้แก่ มิติด้านร่างกาย ซึ่งหมายถึงสุขภาวะทางด้านร่างกาย ความมีระเบียบวินัย ด้านจิตใจ คือ สุขภาวะทางใจ เข้าใจเหตุและผล การมีคุณธรรมจริยธรรม มีภูมิคุ้นกันทางใจที่ดี เป็นต้น และด้านสังคม รวมความถึงการปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมภายใต้สถานการณ์ที่ต้องประสบอยู่ในปัจจุบัน เป็นต้น

**๒.๑.๒ คุณภาพชีวิตตามแนวพระพุทธศาสนา**

คุณภาพชีวิตในพระพุทธศาสนา หมายถึง การมีชีวิตที่มีคุณภาพ ชีวิตมีการพัฒนาคนทั้ง ๔ ด้าน ไปพร้อมๆ กัน ได้แก่

๑. การพัฒนากาย (กายภาวนา) คือ การพัฒนาอินทรีย์ ๖ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งเป็นสิ่งเชื่อมต่อกับอารมณ์ทั้ง ๖ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อารมณ์ที่ใจรับรู้ การพัฒนาอินทรีย์ ๖ มีวัตถุประสงค์ เพื่อฝึกฝนในด้านการใช้งาน คือทำให้อินทรีย์ทั้ง ๖ มีความเฉียบคมมีความละเอียด มีความคล่องแคล่ว มีความจัดเจน ฝึกฝนในด้านการเลือกสิ่งที่มีคุณค่าและมีประโยชน์มากที่สุด ขณะเดียวกันก็มีวิธีหลีกเว้นจากสิ่งที่เป็นภัย เป็นโทษหรือสิ่งไม่ดีต่างๆ ไม่ให้ทะลักเข้ามาสู่อินทรีย์ โดยมีใจเป็นตัวรับรู้ทั้งหมด

๒. การพัฒนาศีล (สีลภาวนา) คือ การฝึกฝนด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ความสุจริตทางกายและวาจา โดยการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี มีความเกื้อกูล พึ่งพาอาศัยกัน ไม่เบียดเบียนไม่ทำลายกัน เพื่อให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข

๓. การพัฒนาจิต (จิตภาวนา) คือ การฝึกฝนด้านคุณภาพของจิต การฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส ปราศจากสิ่งรบกวน หรือทำให้เศร้าหมอง โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้ง และตรงตามความเป็นจริง

๔. การพัฒนาด้านปัญญา (ปัญญาภาวนา) คือ การฝึกปรือปัญญาทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจสรรพสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง จนกระทั่งหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ เมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้ว ก็จะช่วยให้จิตนั้นสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ผ่องใสยิ่งขึ้น

กล่าวโดยสรุป การพัฒนาคุณภาพชีวิตในทางพระพุทธศาสนา คือ การทำให้ชีวิตมนุษย์มีคุณภาพ ให้มีความรู้ ความสามารถมีทักษะพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการดำเนินชีวิต มีลักษณะนิสัยการแสดงออกที่เหมาะสม มีจิตใจที่ดีงาม มีความพร้อมที่จะต่อสู้เพื่อตนเองและสังคม มีความพร้อมที่จะประกอบการงานอาชีพ การพัฒนาชีวิตให้มีคุณภาพนอกจากการพัฒนา เพื่อให้มีปัจจัย ๔ สำหรับการดำรงชีวิตที่เพียงพอ และเหมาะสมแล้ว ยังหมายถึงการพัฒนาชีวิตให้มีคุณธรรม สร้างสมคุณงามความดี ให้งอกงามไพบูลย์ ให้ชีวิตมีความเจริญก้าวหน้า เป็นการฝึกอบรมชีวิตของบุคคล ทั้งในด้านกาย วาจาและใจ ให้มีความพร้อมในการดำรงตน ให้มีสัมพันธ์ที่ดีกับสภาพแวดล้อม สังคม การอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุข เกื้อกูลกันของคนในสังคม และมีโอกาสที่กระทำสิ่งดีงาม เพื่อเข้าถึงคุณค่าของชีวิตในระดับที่สูงขึ้น คือ ความเป็นอิสระ หลุดพ้นจากอาสวะกิเลสทั้งหลาย คุณภาพชีวิตแปลว่าลักษณะของชีวิตที่มีคุณภาพ หรือคุณสมบัติของชีวิตที่ดีหรือสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณภาพหรือคุณสมบัติของชีวิตที่ดี หรือสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณภาพหมายถึงองค์ประกอบ และลักษณะต่างๆ ที่แสดงถึงสภาพของชีวิตที่ดำรงอยู่ด้วยดี เป็นส่วนร่วมที่เกื้อกูลซึ่งกันและกันสังคม และธรรมชาติมีความพร้อมและสามารถที่จะพัฒนาตัวเองให้เจริญงอกงาม สู่ความสันติสุขและอิสรภาพสมบูรณ์

การมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามหลักพระพุทธศาสนา มีองค์ธรรมที่เป็นตัวบ่งชี้ หรือเป็นตัวชี้วัดการมีคุณภาพชีวิตที่ดี คือ จักร ๔[๒๐] หรือธรรมนำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง ดุจล้อนำรถไปสู่ที่หมาย จัดเป็นพหุการธรรม หมายถึงธรรมมีอุปการะมาก เป็นเครื่องช่วยให้สามารถสร้างสมความดีอื่นๆ และช่วยให้ประสบความเจริญก้าวหน้าในชีวิต บรรลุความงอกงามไพบูลย์ ใช้วัดคุณภาพชีวิตมนุษย์ว่ามีการพัฒนากายศีล จิตและปัญญา เพื่อนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีหรือไม่เพียงใด ประกอบด้วย

๑. ปฏิรูปเทสวาสะคือ การอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม เป็นสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิต มีความสงบ สามารถปฏิบัติธรรมเจริญสติได้

๒. สัปปุริสูปัสสยะคือ การสมาคมกับสัตบุรุษ คือ การคบกับคนดีหรือคนสงบ ดังสุภาษิตที่ว่า“คบคนพาล พาลพาไปหาผิด คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล” การคบเพื่อนหรือการคบหาคนดีเป็นตัวบ่งชี้ประการหนึ่งของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี เพราะคนที่คบหาย่อมมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจหรือทำสิ่งต่างๆ

---

[๒๐] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรมการศาสนา, ๒๕๔๖), หน้า ๑๑๔.

๓. อัตตสัมมาปณิธิคือ การตั้งตนไว้ชอบ ตั้งจิตมุ่งหมายนำตนไปถูกทาง คือ การตั้งตนให้อยู่ในศีลธรรม ดำเนินชีวิตไปในทางที่ดีมีเป้าหมายชัดเจน มีเส้นทางเดินที่มั่นคง มีแบบอย่างที่ถูกต้อง ไม่ตั้งตนไว้ในทางที่ผิด คือ เว้นจากการประพฤติทุจริต ให้ดำรงมั่นอยู่ในคุณธรรม

๔. ปุพเพกตปุญญตา คือความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว มีพื้นเดิมดีได้สร้างสมคุณความดีเตรียมพร้อมไว้แต่ต้น การทำความดีไม่ว่าจะเป็นการทำบุญตักบาตร การไหว้พระหรือนั่งสมาธิล้วนเป็นการประพฤติในทางที่ดีทั้งนั้น

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ในมุมมองของพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย

๑. การเข้าถึงศาสนาทุกศาสนาล้วนสอนให้คนเป็นคนดี โดยอาจจะใช้พิธีกรรมต่างๆ เป็นสื่อในการทำให้มนุษย์ทำความดี แต่แท้จริงแล้วแก่นแท้ของศาสนา คือ หลักธรรมคำสอนมนุษย์ที่มีโอกาสในการศึกษาศาสนา ก็จะมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดี รู้จักทำตนเองให้มีความสุข รู้จักความพอใจในชีวิต รู้จักคุณค่าและความหมายของชีวิต

๒. การเข้าใจหลักคำสอนของศาสนาการเข้าใจ และตีความหลักคำสอนอย่างถูกต้องจะทำให้เรามีแนวปฏิบัติในชีวิตที่ดี หากเราเข้าใจในหลักคำสอนผิดไป หรือปฏิบัติจนเกินความพอดี ไม่เดินทางสายกลาง อาจจะทำให้เกิดความทุกข์แทน คุณภาพชีวิตก็จะแย่ลง สำหรับผู้ต้องขังหลักคำสอนเรื่องศีล ๕ เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ที่จะต้องเข้าใจอย่างถ่องแท้สามารถปฏิบัติตามแนวศีล ๕ อย่างถูกต้องเหมาะสม เพียงเข้าใจศีล ๕ และสามารถใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตก็ถือว่า[๒๑]

๓. การนำมาปฏิบัติจริงหากรู้ถึงหลักคำสอนแล้ว แต่ไม่นำมาปฏิบัติจริงก็จะไม่เกิดประโยชน์อันใดต่อชีวิต การปฏิบัติจริงย่อมได้รับประโยชน์อย่างแน่นอน

๔. สิ่งแวดล้อมสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยก็เป็นปัจจัยหนึ่งในการทำความดี หรือปฏิบัติธรรม รวมถึงแหล่งอบายมุขต่างๆ ที่อยู่รอบบริเวณบ้าน หากมีก็อาจจะชักจูงเราให้ไปในทางที่ไม่ดีได้

๕. เพื่อนหรือคนรอบข้างเพื่อนมีอิทธิพลต่อเราในการทำดีหรือไม่ดี การคบเพื่อนที่ดีจะส่งเสริมให้ชีวิตเราดีขึ้น โดยเค้าจะคอยเตือนเราในสิ่งที่ไม่ดี พร้อมทั้งชักชวนหรือแนะนำในสิ่งที่ดีๆ ให้กับเรา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเรียน การทำงาน การใช้ชีวิต

ระดับของการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา แบ่งเป็น ๓ ระดับ ดังต่อไปนี้

๑) ระดับที่ให้ผลเป็นปัจจุบันที่เรียกว่าทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์อันได้แก่ประโยชน์เฉพาะหน้า เช่น ความเป็นผู้มีทรัพย์ มีฐานะ หน้าที่การงาน ความเป็นอยู่ในด้านปัจจัยที่ดีในระดับนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าได้แสดงธรรมอันเป็นเหตุให้ได้รับประโยชน์๔ประการคืออุฏฐานสัมปทา (ถึงพร้อมด้วยความหมั่น) อารักขสัมปทา (ถึงพร้อมด้วยการรักษา)กัลยาณมิตตา (เป็นผู้มีมิตรดีงาม) และสมชีวิตา (ดำเนินชีวิตด้วยการปฏิบัติพอควร)[๒๒]ดังนั้นคุณภาพชีวิตในระดับนี้จึงเป็นระดับที่ทำให้ชีวิตดำเนินไปด้วยความมั่นคงมีทรัพย์สินเงินทองมีกัลยามิตรที่ดีมีชื่อเสียงได้รับการเชิดชูยกย่องมีความร่มเย็นเป็นสุขไม่เดือดร้อนใจและกายคือเย็นกายเย็นใจไม่ประสบความทุกข์ยากมาข้องแวะได้เพราะตั้งมั่นถึงพร้อมด้วยความขยันหมั่นเพียรปฏิบัติตนด้วยความพอเพียงตามฐานะของตน

---

[๒๑] สัมภาษณ์ พระบัณฑิต สุจิณฺณมโม, พระวิปัสสนาจารย์วัดไทรงามธรรมธราราม, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

[๒๒] ดูรายละเอียดในองฺ.อฏฐก. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๐-๓๔๓.

๒) ระดับที่ให้ผลในภายหน้า หรือประโยชน์ชั้นสูงขึ้นไป เรียกว่าสัมปรายิกัตถประโยชน์ ได้แก่ความมีจิตใจเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมความดี ทำให้ชีวิตนี้มีค่าและเป็นหลักประกันชีวิตในอนาคตหรือในภพหน้าเป็นความสุขความสบายอันเป็นผลที่เกิดจากการบริหารทรัพย์บริหารชีวิตให้เป็นไปในทางที่ชอบไม่ให้เกิดโทษจะสำเร็จได้ด้วยการปฏิบัติธรรมอันเป็นหลัก๔ประการเรียกว่าสัมปรายิกัตถสังวัตตนิกธรรม คือสัทธาสัมปทา (ถึงพร้อมด้วยศรัทธา) สีลสัมปทา (ถึงพร้อมด้วยศีล) จาคสัมปทา (ถึงพร้อมด้วยการบริจาค) และปัญญาสัมปทา (ถึงพร้อมด้วยปัญญา) กล่าวคือผู้มีประโยชน์คือทรัพย์ยศไมตรีและความผาสุกเหล่านี้จะทำให้เกิดประโยชน์สุขต่อไปวันนี้เดือนหน้าและปีต่อไปจะต้องอาศัยหลักธรรมที่ว่ามานี้เป็นเครื่องสนับสนุนซึ่งจะเป็นไปด้วยดีและสำเร็จประโยชน์ได้[๒๓] ทั้งนี้คุณภาพชีวิตในระดับนี้คือบุคคลเมื่อมีทรัพย์ยศศักดิ์กัลยาณมิตรความผาสุกแล้วก็ให้มีศรัทธารักษาศีลมีการบริจาคทรัพย์ให้ทานเพื่อให้มีบุญบารมีสะสมไว้เป็นปัจจัยให้เกิดความสุขความเจริญสมปรารถนาในอนาคตและปฏิบัติภาวนาเพื่อให้เกิดปัญญาที่จะทำให้ตนพ้นจากความทุกข์ทำให้ชีวิตสง่างามจิตใจโปร่งโล่งเบาสบายเป็นสุขทั้งยามหลับและยามตื่น

๓) ระดับให้ผลสูงสุดเรียกว่าปรมัตถประโยชน์คือ เรื่องนิพพานหรือความมีใจเป็นอิสระความมีจิตหลุดพ้น มีจิตใจปลอดโปร่งผ่องใสเบิกบานอยู่ได้ตลอดเวลา เพราะปราศจากกิเลสนับเป็นประโยชน์ถาวรและประโยชน์สุดท้ายอันเป็นที่หวังของผู้มุ่งดับทุกข์แต่การจะได้มาต้องลงมือปฏิบัติเช่นเดียวกับประโยชน์ข้างต้นทั้ง๒นั้นแต่ธรรมะอันเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติจะต้องเลื่อนระดับสูงขึ้นเช่นเดียวกันเรียกว่าปฏิบัติในมัชฌิมาปฏิปทาคือ ทางสายกลางได้แก่มรรคทั้ง๘ซึ่งประกอบไปด้วยสัมมาทิฏฐิ(ความเห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (การงานชอบ) สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) สัมมาวายามะ (เพียรชอบ) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (ตั้งใจมั่นชอบ) โดยรวมลงที่ศีลสมาธิปัญญา[๒๔] ทั้งนี้คุณภาพชีวิตในระดับนี้คือความสงบสุขร่มเย็นที่แท้จริงมีปัญญาถึงขั้นสูงสุดเนื่องจากตระหนักรู้ในโทษภัยแห่งการเวียนว่ายตายเกิดมีปัญญาอันบ่มเพาะจากอริยมรรคทั้ง๘ประการเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงกิเลสไม่สามารถเข้ามากระทบได้อีกต่อไปมีการปฏิบัติภาวนาถึงขั้นบรรลุธรรมเป็นหนทางไปสู่มรรคผลนิพพานได้ในที่สุด

กล่าวโดยสรุป การพัฒนาคุณภาพชีวิตในมุมมองของพระพุทธศาสนา เริ่มตั้งแต่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีในระดับต้น คือ เพียงพอด้วยปัจจัยภายนอก ซึ่งรวมถึงปัจจัย ๔ ทรัพย์สินเงินทอง เกียรติยศ ชื่อเสียง เป็นต้น ระดับกลาง คือ การมีจิตใจที่เปี่ยมคุณธรรมความดี มีศรัทธา ศีล ทำทาน และมีปัญญาในการดำเนินชีวิต และคุณภาพชีวิตระดับสูง คือ มีการฝึกฝนอบรมจิตให้เข้าถึงความจริงสูงสุดของชีวิต ละโลภ โกรธ หลง เพื่อความเป็นอิสระหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง ด้วยการดำเนินตามทางสายเอก ให้บรรลุซึ่งมรรค ผล นิพาน

---

[๒๓] รายละเอียดในองฺ.อฏฐก. (ไทย) ๒๓/๕๔/๓๔๓-๓๔๔.

[๒๔] รายละเอียดในม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๓/๓๑-๓๓.

## ๒.๒ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการกระทำความผิดตามแนวคิดตะวันตก

แนวคิดตะวันตก มีความเชื่อว่ามนุษย์มีเจตจำนงเสรี (Free Will) ในการเลือกพฤติกรรมกระทำความผิด และตัดสินใจที่จะลงมือกระทำความผิด เนื่องจากเล็งเห็นว่าจะได้รับประโยชน์คุ้มค่ากับความเสี่ยงที่จะได้รับโทษตามกฎหมายจึงเป็นสิ่งควรได้ทำการศึกษาซึ่งผู้วิจัยจะได้ขอนำเสนอตามที่ได้สังเคราะห์มา ดังนี้

### ๒.๒.๑ สาเหตุการกระทำความผิด

สาเหตุการกระทำความผิดตามแนวคิด ทฤษฎีตะวันตก แบ่งเป็นแนวคิดหลักๆ ดังนี้คือ

**๑. แนวความคิดของสำนักอาชญาวิทยาดั้งเดิม (Classical chool of criminology)**

ผู้ก่อตั้งแนวความคิดอาชญาวิทยาดั้งเดิม คือ นักปราชญ์ชาวอิตาลี ซีซาร์แบ็คคาเรีย (Cesare Bonesana, Marchese de Beccaria, ค.ศ.๑๗๓๘ - ๑๗๙๔) โดยมีหลักปรัชญาสำคัญ คือ “เจตจำนงเสรี (Free Will)” ซึ่งแบ็คคาเรียเชื่อว่า เจตจำนงเสรีเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ กล่าวคือ หลักปรัชญานี้มีว่า “มนุษย์เป็นผู้มีเหตุผลในการมุ่งแสวงหาเพื่อให้ได้มาซึ่งผลประโยชน์สูงสุดด้านวัตถุ และในการตัดสินใจเลือกกระทำหรืองดเว้นการกระทำใดๆ มนุษย์จะพิจารณาทางเลือกต่างๆ ที่มีอยู่อย่างมีเหตุผล เพื่อพิจารณาและคำนวณถึงผลประโยชน์ หรือผลเสียที่จะได้รับจากการกระทำนั้น หลังจากนั้นจึงเลือกการกระทำ หรืองดเว้นการกระทำ”

แนวคิดของสำนักอาชญาวิทยาดั้งเดิมนี้ เชื่อว่าคนประกอบอาชญากรรม เนื่องจากมีเจตจำนงเสรี (free will) ในการตัดสินใจเลือกหรือไม่เลือกทำสิ่งใดก็ได้ โดยเลือกทำสิ่งที่จะทำให้ตนเองได้รับประโยชน์และพอใจ แต่จะไม่เลือกทำสิ่งที่ทำให้ตนเองเกิดความทุกข์ และความเจ็บปวด ดังนั้น มนุษย์จึงต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง การกระทำความผิดก็เกิดจากการเลือกกระทำของเขาเอง เนื่องจากเห็นว่า ได้ประโยชน์มากกว่า จึงกล้าเสี่ยงที่จะกระทำความผิด และการที่คนประกอบอาชญากรรม เนื่องจากไม่เกรงกลัวกฎหมาย หรือการบังคับใช้กฎหมายอาจเป็นเพราะบทลงโทษ ไม่มีความรุนแรงเพียงพอ (กฎหมายอ่อนแอ) หรือสามารถหลบเลี่ยงได้ การลงโทษจึงควรมีขึ้นเพื่อป้องกันการกระทำผิด โดยทำให้ผู้กระทำความผิดรู้สึกว่า ผลของการกระทำผิด ก่อให้เกิดความเจ็บปวดและไม่ก่อให้เกิดผลดีเลย เมื่อมนุษย์ได้รับความเจ็บปวด จากการกระทำความผิดมากกว่าได้รับความพอใจแล้ว เขาก็จะหลีกเลี่ยงที่จะไม่กระทำความผิด

หลักการแนวคิดของสำนักอาชญาวิทยาดั้งเดิม เป็นจุดเริ่มต้นในการพยายามใช้เหตุผลในการอธิบายสาเหตุของพฤติกรรมอาชญากรรม จากเดิมที่เชื่อกันว่าอาชญากรรมเกิดจากอำนาจลึกลับเหนือการควบคุมของมนุษย์ มาสู่ความเชื่อที่ว่าพฤติกรรมอาชญากรรมมีมูลเหตุมาจากตัวมนุษย์ แนวความคิดนี้ จึงเน้นการลงโทษที่รวดเร็ว โปร่งใสและรุนแรงเพียงพอ มีความสมเหตุ สมผลและสอดคล้องกับแนวคิดของประชาชนทั่วไป[๒๕]

---

[๒๕] พรชัย ขันตี และคณะ, **ทฤษฎีอาชญาวิทยา**: **หลักการ งานวิจัยและนโยบายประยุกต์,** (กรุงเทพมหานคร: ส.เจริญการพิมพ์, ๒๕๕๘), หน้า ๘๑-๘๗.

จากแนวคิดของสำนักอาชญาวิทยาดั้งเดิม สามารถนำมาอธิบายถึงสาเหตุการกระทำความผิดในคดียาเสพติดให้โทษของผู้ต้องขังหญิงได้ กล่าวคือ ผู้ต้องขังหญิงที่ลงมือกระทำความผิดในคดียาเสพติดให้โทษย่อมมีเจตจำนงเสรี (Free Will) ในการเลือกพฤติกรรมกระทำความผิด และตัดสินใจที่จะลงมือกระทำความผิด เนื่องจากเล็งเห็นว่า จะได้รับประโยชน์ซึ่งเป็นเงินตอบแทนที่ได้มาโดยง่ายและในจำนวนมาก คุ้มค่ากับความเสี่ยงที่จะได้รับโทษตามกฎหมาย

**๒. แนวคิดของสำนักอาชญาวิทยาปฏิฐานนิยม (Positive school of criminology)**

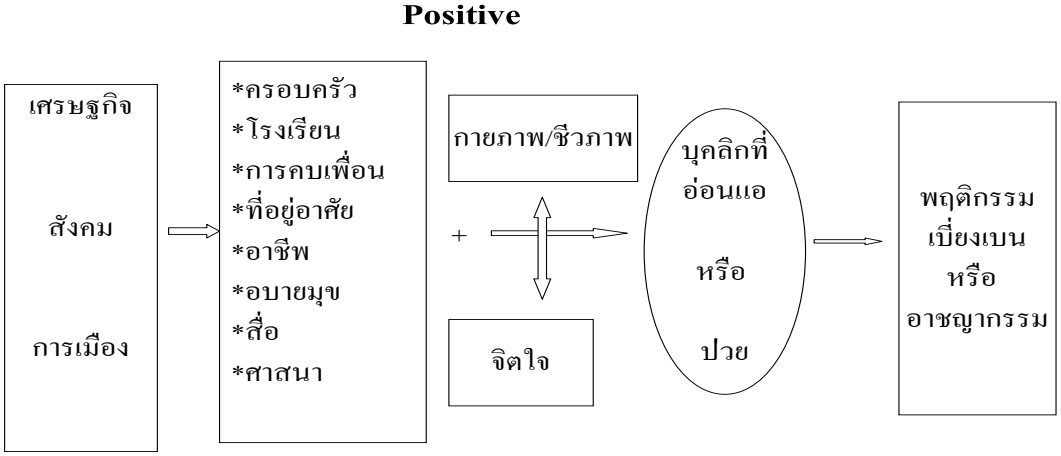
ซีซาร์ ลอมโบโซ (Cesare Lombroso , ๑๘๓๕ - ๑๙๐๙) เป็นผู้ริเริ่มก่อตั้งความเชื่อของแนวคิดนี้ โดยริเริ่มนำหลักการศึกษาทางวิทยาศาสตร์มาใช้ในการศึกษา สาเหตุของอาชญากรรมมีความเชื่อในสาเหตุของพฤติกรรมอาชญากรรมแตกต่างไป จากแนวคิดของสำนักอาชญาวิทยาดั้งเดิม กล่าวคือ แนวคิดของสำนักปฏิฐานนิยมเชื่อว่า “มนุษย์เกิดมาเปรียบเสมือนผ้าขาวที่บริสุทธิ์หากแต่กระทำผิด หรือประกอบอาชญากรรมเนื่องจากสภาพแวดล้อม (Determinism ) เป็นตัวบีบบังคับให้ต้องประกอบอาชญากรรม”

นักทฤษฎียุคปฏิฐานนิยมมีความเชื่อว่า มนุษย์ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองได้อย่างเด็ดขาด โดยเฉพาะพฤติกรรมอาชญากรรม ทฤษฎีแนวปฏิฐานนิยมจึงพยายามอธิบายสาเหตุของอาชญากรรมว่า เกิดจากความผิดปกติหรือความบกพร่องด้านร่างกาย หรือจิตใจของมนุษย์ โดยเฉพาะปฏิฐานนิยมในยุคแรก ประมาณปี ค.ศ.๑๘๐๐ มีหลักการว่า ปัจจัยด้านกายภาคหรือชีววิทยาเป็นสาเหตุสำคัญของพฤติกรรมอาชญากรรม หรือเบี่ยงเบนและหลังจากปี ค.ศ.๑๙๖๐ เป็นต้นมายังคงยึดหลักการปัจจัยทางกายภาค เป็นสาเหตุของอาชญากรรมหรือเบี่ยงเบน แต่ปัจจัยทางกายภาคอย่างเดียวไม่ได้ทำให้มนุษย์ประกอบอาชญากรรม จำเป็นต้องมีปัจจัยอื่นมากระตุ้น หรือเร่งเร้าด้วยมนุษย์ที่มีความผิดปกติด้านกายภาค จึงจะแสดงพฤติกรรมอาชญากรรมออกมาให้ปรากฏ[๒๖]

มนุษย์ได้ทำการละเมิดกฎหมายเพราะอิทธิพลของปัจจัยทางชีวภาพ อิสรภาพ และทางสังคม สำนักปฏิฐานนิยมเชื่อในเรื่องเจตจำนงกำหนดว่า มนุษย์ไม่สามารถเลือกกระทำได้อย่างอิสระใช้เหตุผลในการเลือก แต่มนุษย์ถูกกดดันหล่อหลอมจากสิ่งแวดล้อมและปัจจัยต่างๆ จนมีบุคลิกภาพที่บกพร่องและหันไปสู่การกระทำผิด ดังนั้น การกระทำของมนุษย์จึงเป็นผลมาจากปัจจัยทางชีวภาคและปัจจัยที่เกี่ยวกับสิ่งแวดลอม ปัจจัยเหล่านี้อยู่นอกเหนือการควบคุมของมนุษย์ ดังนั้น การกระทำความผิดจึงเกิดจากปัจจัยหลายอย่างรวมกัน ซึ่งอาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล การลงโทษจึงไม่ควรมุ่งเน้นที่การกระทำความผิดเป็นหลัก แต่ควรพิจารณาจากสาเหตุที่ทำให้เกิดการกระทำความผิดและแก้ไขที่สาเหตุนั้น สำนักอาชญากรรมวิทยาในสำนักนี้ได้พยายามชี้ให้เห็นว่า ผู้กระทำผิดนั้น คือผู้ป่วยที่ต้องการความช่วยเหลือและเอาใจใส่จากสังคมการลงทัณฑ์และความรับผิดชอบทางศีลธรรมนั้นควรเปลี่ยนแปลงแทนที่ด้วยการบำบัดรักษาและฟื้นฟูบุคลิกภาพ กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือแนวคิดของ

[๒๖] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๙,

สำนักปฏิฐานนิยมนี้เชื่อว่า คนประกอบอาชญากรรมเนื่องจากสภาพแวดล้อมเป็นตัวบีบบังคับ (Determinism) ให้ต้องประกอบอาชญากรรมซึ่งสามารถแสดงแผนภาพได้[๒๗] ดังนี้




**แผนภาพที่ ๒.๑** การก่ออาชญากรรมตามทฤษฎีวิทยาปฏิฐานนิยม (positive school of criminology)

จากแนวคิดของสำนักปฏิฐานนิยม สามารถนำมาอธิบายสาเหตุการกระทำความผิดคดียาเสพติดของผู้ต้องขังหญิงได้ว่า ผู้ต้องขังหญิงที่กระทำผิดในคดียาเสพติด อาจเนื่องมาจากถูกสภาพแวดล้อมบีบบังคับให้ต้องประกอบอาชญากรรมไม่ว่าจะเป็นปัจจัยทางชีวภาค อันได้แก่ สภาพร่างกายที่ติดยาเสพยาต้องหาเงินไปซื้อยาเพื่อเสพ หรือปัจจัยทางจิตซึ่งประกอบด้วยสภาพจิตใจที่มีความบกพร่อง และปัจจัยทางสภาพแวดล้อมภายนอก ซึ่งยาเสพติดแพร่ระบาด ภาวะความจำเป็นทางเศรษฐกิจค่าครองชีพสูง ผู้หญิงต้องรับผิดชอบภาระค่าใช้จ่ายในครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลสำคัญต่อการกระทำผิดของผู้ต้องขังหญิงในคดียาเสพติด ซึ่งนับวันจะมีอัตราสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เป็นต้น

**๓. ทฤษฎีการคบหาสมาคมที่แตกต่างกัน ของเอ็ดวินซัทเธอร์แลด์ (Sutherland's Differential Associations Theory)**

ซัทเธอร์แลนด์ อธิบายว่า พฤติกรรมทางอาชญากรเรียนรู้ โดยการติดต่อกันอย่างใกล้ชิดภายในกลุ่มความประพฤติที่แสดงมาในลักษณะอาชญากร ขึ้นอยู่กับความแตกต่างในช่วงระยะเวลาความสม่ำเสมอในการติดต่อและความสัมพันธ์ ซึ่งกันและกันโดยมีหลักการที่สำคัญของการคบหาสมาคม ได้แก่

๑) พฤติกรรมอาชญากรรม เกิดจากการเรียนรู้พฤติกรรมอาชญากรรม เกิดจากการเรียนรู้ในการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น ตามกระบวนการติดต่อสื่อสาร

๒) หลักการสำคัญของการเรียนรู้พฤติกรรมอาชญากรรมนั้น เกิดขึ้นในกลุ่มบุคคลที่ใกล้ชิดสนิทสนมกัน เมื่อพฤติกรรมอาชญากรได้รับการเรียนรู้ถึงกระบวนการเรียนรู้ รวมถึงเทคนิค

---

[๒๗] สุมนทิพย์ จิตสว่าง, ดร., **อาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา,** (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย, มปพ.), หน้า ๑-๑๐.

ในการกระทำผิด และทิศทางเฉพาะของแรงดลใจ แรงผลักดัน การใช้เหตุผลทัศนคติเกี่ยวกับการกระทำผิด

๓) ทิศทางเฉพาะของแรงดลใจและแรงผลักดันจะถูกเรียนรู้จากการทำให้เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับกฎหมาย

๔) หลักการสำคัญของการคบหาสมาคมกับบุคคลที่แตกต่างกัน คือ บุคคลจะกลายเป็นผู้กระทำผิดเพราะว่า ความเห็นด้วยกับการละเมิดกฎหมายมีมากกว่าความเห็นด้วยกับการไม่ละเมิด

๕) การคบหาสมาคมกับบุคคลที่แตกต่างกัน อาจจะแตกต่างกันในด้านความถี่ ระยะเวลา การให้ความสำคัญ และความเข้มข้น

๖) กระบวนการของการเรียนรู้พฤติกรรมอาชญากรรมโดยการคบหาสมาคมจะมีความเกี่ยวข้องกับกลไกการทำงานที่เหมือนการเรียนรู้ทั่วไป

๗) ในขณะที่พฤติกรรมอาชญากรรมเป็นการแสดงออกถึงความต้องการและค่านิยมทั่วไปแต่ไม่จำเป็นต้องอธิบายโดยความต้องการหรือค่านิยมนั้น (Siegel, ๒๕๔๙)

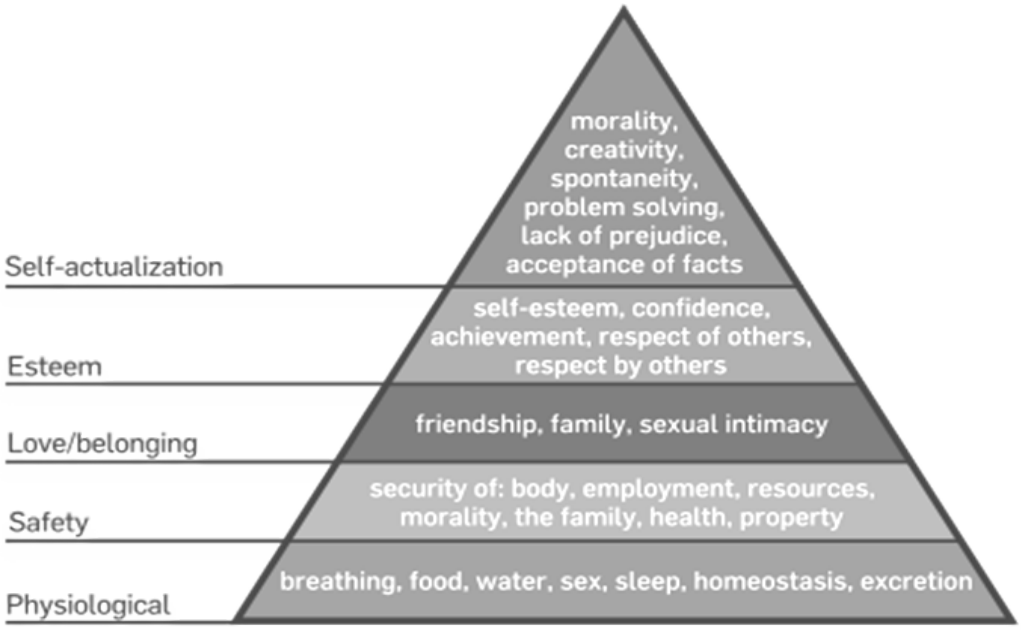
จากแนวคิดของซัทเธอร์แลนด์ สามารถอธิบายการกระทำผิดของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดได้ว่า อาจมีพฤติกรรมการกระทำผิด จนกระทั่งต้องโทษจำคุก เนื่องจากการคบหาเพื่อนที่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ซึ่งจะมีการชักนำให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยายาเสพติด นำไปสู่การกระทำความผิด

**๔. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์ (Maslow)**

แนวความคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาในการกระทำความผิด ได้อธิบายในลักษณะการกระทำผิดของคนนั้น เกิดจากสภาวะจิตใจที่มีผลต่อพฤติกรรม สนใจถึงสาเหตุที่จะมากระทบต่อจิตใจ ผลักดันให้กระทำผิด โดยส่วนรวมแล้วการศึกษาทางจิตวิทยานั้น เพื่อเข้าใจสภาพธรรมชาติของมนุษย์ และสามารถทำนายพฤติกรรมของมนุษย์ได้ ซึ่งพฤติกรรมโดยทั่วไปนั้นจำแนกออกเป็น ๒ ด้าน คือ

๑) พฤติกรรมในทางบวก เช่น มีความคิดเป็นวิทยาศาสตร์ มีเหตุผล เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความอุตสาหะ มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง

๒) พฤติกรรมในทางลบ ได้แก่ การเป็นคนใจร้อน ก้าวร้าว เห็นแก่ตัว เกียจคร้าน เฉื่อยชาการที่บุคคลจะมีพฤติกรรมออกไปในทางใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับการเรียนรู้พฤติกรรมในสังคม ค่านิยม ทัศนคติและลักษณะอื่นๆ ซึ่งเกิดจากการปะทะสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลที่เข้าไปในกลุ่มซึ่งการเรียนรู้จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงให้เหมือนกับคนอื่นๆ ในสังคม หากบุคคลได้เข้าไปปะทะสัมพันธ์กับกลุ่ม ซึ่งการเรียนรู้ทางสังคมนั้น มีทฤษฎีทางจิตวิทยาหลายทฤษฎีที่พูดถึงลักษณะการเกิดการเรียนรู้ทางสังคมในทางจิตวิทยาจะกล่าวถึงแรงจูงใจ บุคลิกภาพ ความเครียด ความรู้สึกขัดแย้งอารมณ์ความไม่สมลักษณะเฉพาะ ของบุคคลมากกว่าพิจารณากลุ่มบุคคลในเรื่อง แนวความคิดทางจิตวิทยามีทฤษฎีความต้องการ (theory of needs) ซึ่ง Maslow (๑๙๗๐) ได้เสนอไว้ โดยเขาได้สร้างลำดับ ความต้องการของมนุษย์ ซึ่งเริ่มจากความต้องการพื้นฐานทางร่างกายขึ้นไปถึงขั้นสูงสุด แบ่งชั้นความต้องการของมนุษย์ เป็น ๕ ระดับ โดยเริ่มจากการสนองความต้องการทางด้านร่างกายไปสู่จุดยอด คือ ความต้องการที่จะยอมรับตัวเอง




**แผนภาพที่ ๒.๒** ลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ ๕ ระดับ ตามทฤษฎีของมาสโลว์ (Maslow)[๒๘]

ทฤษฎีที่กล่าวถึงความต้องการของมนุษย์ ว่ามีความต้องการอยากได้ไม่มีที่สิ้นสุด สามารถนำทฤษฎีของมาสโลว์ (Maslow) มาอธิบายพอได้ใจความโดยย่อ ดังนี้

๑) ความต้องการทางกาย (The Physiological Needs) ได้แก่ การพักผ่อน คนหิว สิ่งที่เขาต้องการมากที่สุด คือ อาหารนับว่าเป็นสิ่งสำคัญเพราะคนที่หิวจัดนั้น เป็นคนที่มีอันตราย และจะไม่สนใจสิ่งอื่นใดนอก จากอาหาร (For the man who is extremely and dangerously hungry, no other interests exit but food) อาชญากรรมบางอย่าง เช่น การลักขโมยการวิ่งราวทรัพย์ ซึ่งกระทำอย่างปัจจุบันทันด่วน ก็น่าจะเป็นได้ว่ากระทำไปเพราะความหิว คนที่หิวจัดนั้นอารมณ์ไม่ค่อยดี ใครพูดขัดหูก็อาจถูกทำร้ายได้ ความต้องการทางกาย ย่อมกระทบกระเทือนไปถึงอารมณ์ของคน

๒) ความต้องการความปลอดภัย (The safety Needs)เมื่อความต้องการทางกายเพียงพอแล้ว ก็ยังต้องการสิ่งอื่นๆ อีก อาจเรียกว่าความต้องการความปลอดภัย เช่น ความมั่นคงแข็งแรงการได้รับการคุ้มครองที่อยู่อาศัยที่ดี การงานที่มั่นคง เป็นต้น เมื่อเกิดหายนะขึ้นสิ่งที่มนุษย์ต้องการคือความปลอดภัย

๓) ความต้องการเป็นเจ้าของและความรัก (The belongingness and love Needs**)** คนจะมีความต้องการระดับนี้ เมื่อได้รับความพอใจในความต้องการทางกายและความปลอดภัยอย่างดีแล้ว จึงจะต้องการมีความรักความผูกพันกับผู้อื่นซึ่งจะทำให้ชีวิตมีความหมายมากยิ่งขึ้น ความต้องการเป็นเจ้าของและความรักนี้ ถ้ามีความรุนแรงก็จะทำให้เกิดการกระทำผิดได้เช่นกัน

---

[๒๘] Maslow, Abraham, **Motivation and Personnality,** (New York : Harper and Row Publishers, 1970), p. 38.

๔) ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง การยอมรับนับถือจากสังคม (The esteem Needs)คนต้องการเกียรติยศเพื่อก่อให้เกิดความภูมิใจ เช่น ความแข็งแกร่ง ความสามารถ ความชำนาญ อิสรภาพ เป็นต้น และเพื่อให้เห็นว่าตนมีความสำคัญ เช่น ชื่อเสียง ฐานะทางสังคม ความเด่น การยกย่องสรรเสริญ การยอมรับจากสังคม เป็นต้น การถูกขัดขวางความต้องการในด้านนี้ อาจทำให้ผู้ถูกขัดขวางเกิดความรู้สึกต่ำต้อย อ่อนแอ ไร้ประโยชน์ อันจะนำไปสู่ความท้อแท้ใจความผูกใจเจ็บ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการกระทำผิดได้เช่นกัน

๕) ความต้องการให้สิ่งหนึ่งสิ่งให้บรรลุความปรารถนา (The Need for Safe–Actualization or Safe - Fulfillment) ความต้องการนี้ เป็นสิ่งสุดท้ายสำหรับปุถุชน เมื่อได้สิ่งต้องการข้างต้นแล้ว เขาต้องการสิ่งที่เขาต้องการจะเป็น บางทีสิ่งที่ทำสำเร็จแล้วอาจจะเป็นโทษต่อมวลมนุษยชาติก็ได้[๒๙]

ตามแนวคิดของมาสโลว์ (Maslow) สามารถนำมาอธิบาย สาเหตุของการกระทำผิดของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดได้ ในลักษณะที่คนต้องการได้รับการตอบสนองความต้องการ ในแต่ละขั้นของตัวเอง แต่เมื่อไม่สามารถบรรลุต่อความต้องการของตัวเองโดยวิถีทางที่สังคมยอมรับได้ ก็จะหาวิธีสนองตอบความต้องการของตนนอกกรอบ ไม่ยึดวิถีทางที่สังคมยอมรับ นั่นคือการเลือกที่จะละเมิดกฎหมาย

**๕. แนวคิดจิตวิเคราะห์ของ ซิกมันต์ฟอรยด์ (Sigmund Frued)**

ซิกมันต์ฟอรยด์ ได้เสนอแนวคิดความไม่สมดุลของจิตใจ โดยจำแนกจิตใจของมนุษย์ออกเป็น ๓ ส่วน ได้แก่ Id Ego และ Superego โดย Id หมายถึง สัญชาตญาณดิบที่ติดตัวของมนุษย์ Ego หมายถึง สภาพจิตใจที่ผ่านการเรียนรู้จนกระทั่งทราบถึงตัวตน Superego หมายถึง จิตใจที่มีคุณธรรมขั้นสูงของมนุษย์คือ Id-Ego-Superego นำไปสู่การประกอบอาชญากรรม กล่าวคือ จะพิจารณาในเรื่องของจิตสำนึก ที่มีส่วนผลักดันในการกระทำความผิด ซึ่งการกระทำความผิดของคนเรานั้นเกิดขึ้นจากสภาวะทางจิตใจเป็นสำคัญ กล่าวคือภาวะจิตใจทำให้มีผลต่อการกระทำหรือพฤติกรรมต่างๆ คนเราทุกคนจะทำอะไรลงไป ย่อมแล้วแต่การสั่งการของจิตใจ ดังนั้น ภาวะจิตใจจึงเป็นตัวการที่ทำให้มนุษย์ทำในสิ่งที่ผิดหรือถูก

จากแนวคิดข้างต้น อาจสรุปได้ว่า สาเหตุในการกระทำความผิดของบุคคลเกิดขึ้นจากสภาวะทางจิตใจเป็นสำคัญ อาจกล่าวได้ว่า ภาวะจิตใจทำให้มีผลต่อการกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมต่างๆ โดยเฉพาะการกระทำความผิดมีเหตุจูงใจหลายปัจจัย เช่น ความต้องการพื้นฐานของชีวิตที่อยู่อาศัย อาหารที่พอต่อความต้องการ ตอบสนองความต้องการในแต่ละขั้นตอนของตัวเอง แต่เมื่อไม่สามารถบรรลุต่อความต้องการของตัวเองโดยวิถีทางที่สังคมยอมรับจึงตอบสนองความต้องการของตน โดยไม่ยึดหลักวิถีทางที่สังคมยอมรับ นั่นคือการละเมิดกฎหมาย เช่น การค้ายาเสพติดสิ่งผิดกฎหมาย เป็นต้น

---

[๒๙] อัณณพ ชูบำรุง, **ทฤษฎีอาชญาวิทยา,** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ O.S.Printing House Co.,Ltd, ๒๕๒๗), หน้า ๕๕-๕๘.

**๒.๒.๒ การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดตามแนวคิด ทฤษฎีตะวันตก**

เมื่อมีการกระทำผิดเกิดขึ้น สังคมจะต้องหาวิธีจัดการอย่างใดอย่างหนึ่ง กับคนที่ทำผิดละเมิดกฎเกณฑ์ของสังคม นั่นคือการลงโทษ ส่วนวิธีการลงโทษอย่างใดนั้น ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ แนวคิด และความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการกระทำความผิดของสังคมแต่ละยุคสมัย ซึ่งวัตถุประสงค์ในการลงโทษผู้กระทำผิดที่ใช้มาตั้งแต่ในอดีต และยังคงใช้จวบจนปัจจุบัน แบ่งเป็น ๔ ประการ ดังนี้

๑. การลงโทษเพื่อแก้แค้นทดแทน (Retribution) เป็นการลงโทษ ที่มีมาตั้งแต่สมัยที่มนุษย์ยังเป็นสังคมดั้งเดิม รูปแบบการลงโทษจะมีลักษณะที่รุนแรง และป่าเถื่อน เช่น การตัดอวัยวะ การเฆี่ยนตี ทรมานและการประหารชีวิต เป็นการลงโทษที่มีวัตถุประสงค์สอดคล้องกับความรู้สึกของผู้เสียหายและประชาชนทั่วไป ที่ต้องการจะเห็นคนที่ทำร้ายผู้อื่นได้รับผลร้ายเช่นกัน ทำให้เกิดความยุติธรรมตามความรู้สึกของผู้เสียหาย

๒. การลงโทษเพื่อข่มขวัญยับยั้ง (Deterrence) วัตถุประสงค์ของการลงโทษนี้ เป็นผลมาจากแนวความคิดของสำนักอาชญาวิทยาดั้งเดิม (classical School) ซึ่งเชื่อว่า การกระทำผิดเกิดขึ้นจากคนไม่เกรงกลัวกฎหมาย หรือการบังคับใช้กฎหมายอ่อนแอ ทั้งนี้ เพราะมนุษย์มีเหตุมีผลและมีเจตจำนงอิสระ (Free Will) ที่จะเลือกทำสิ่งใดก็ได้ โดยเลือกทำสิ่งที่ตนเองได้รับประโยชน์และพอใจ แต่ไม่เลือกทำสิ่งที่ทำให้เกิดความทุกข์และความเจ็บปวด การลงโทษจึงมีขึ้น เพื่อป้องกันการกระทำผิด โดยทำให้ผู้กระทำผิดรู้สึกว่า ผลของการกระทำผิดก่อให้เกิดความเจ็บปวด และไม่ก่อให้เกิดผลดี แต่การลงโทษที่มีผลในการข่มขวัญยับยั้งที่มีประสิทธิภาพนั้น จะต้องมีความแน่นอน รวดเร็ว เสมอภาคและมีบทการลงโทษที่เหมาะสม

๓. การลงโทษเพื่อตัดโอกาสกระทำผิด (Incapacitation) เป็นการป้องกันสังคมเพราะการตัดโอกาสมีหลักการว่า อาชญากรรมย่อมไม่เกิดขึ้นถ้าไม่มีอาชญากร หรืออาชญากรไม่มีโอกาสที่จะทำผิด โดยมุ่งป้องกันการกระทำผิดซ้ำ ซึ่งทำได้โดยการทำให้ผู้กระทำผิดหมดโอกาสที่จะกระทำผิดสามารถกระทำได้โดยวิธีต่างๆ เช่น การเนรเทศ การตัดอวัยวะ การประหารชีวิต และการใช้โทษจำคุก

๔. การลงโทษเพื่อแก้ไขฟื้นฟู (Rehabilitation) การลงโทษเพื่อแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดเป็นแนวคิดของสำนักอาชญาวิทยาปฏิฐานนิยม (Positive School) ซึ่งเชื่อในเรื่องเจตจำนงกำหนด (Determinism) กล่าวคือ การกระทำของมนุษย์ถูกกำหนดจากปัจจัยต่างๆ มนุษย์ไม่สามารถเลือกการกระทำได้อย่างอิสระ ใช้เหตุผลในการเลือก แต่มนุษย์ถูกกดดันหล่อหลอมจากสิ่งแวดล้อมและปัจจัยต่างๆ จนทำให้มีบุคลิกภาพที่บกพร่องและหันไปสู่การกระทำผิด การลงโทษจึงไม่ควรมุ่งเน้นที่การกระทำความผิดเป็นหลัก แต่ควรพิจารณาจากสาเหตุที่ทำให้เกิดการกระทำความผิด และการแก้ไขไปที่สาเหตุนั้น[๓๐]

จะเห็นได้ว่า มุมมองแนวคิดตะวันเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด ซึ่งดำเนินการภายใต้วัตถุประสงค์ ๔ ข้อ จะเห็นว่าวัตถุประสงค์ทุกข้อ อยู่บนพื้นฐานการลงโทษ มีส่วนแตกต่างที่วิธีการเป้าหมายการลงโทษ ที่จะส่งผลต่อมาตรการที่เลือกใช้ในการลงโทษผู้กระทำผิด กล่าวคือ อยู่ที่

---

[๓๐] นัทธี จิตสว่าง, **หลักทัณฑวิทยา**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชทัณฑ์, มปพ.), หน้า ๒๓-๓๑.

วัตถุประสงค์ของการลงโทษ และมุมมองในเรื่องสาเหตุการกระทำความผิด ดังแนวคิด ทฤษฎีที่จะอธิบายพอสังเขป ดังนี้

๑. แนวคิดการลงโทษเพื่อแก้แค้นทดแทน (Retribution Theory) เป็นทฤษฎีการลงโทษที่เก่าแก่ที่สุด แยกย่อยออกเป็น ๒ ทฤษฎี คือ

๑) ทฤษฎีสัญชาตญาณ (Instinct Theory) การลงโทษผู้กระทำผิด เพื่อแสดงออกซึ่งสัญชาตญาณของคนในสังคม ในการแก้แค้นหรือทดแทนการกระทำผิด จากประมวลกฎหมายของกษัตริย์ฮีมมูราบีแห่งกรุงบาบิโลน เมื่อประมาณ ๑,๕๐๐ ปี ก่อนพุทธศักราช ได้ปรากฏระบบการลงโทษแบบตาต่อตา ฟันต่อฟัน (an eye for an eye and a tooth for a tooth) และกฎหมายไทยในสมัยกรุงศรีอยุธยามาจนถึงก่อนสมัยรัชกาลที่ ๕ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ การลงโทษผู้กระทำผิดมีลักษณะที่รุนแรง มีวิธีการที่โหดร้าย น่ากลัว

๒) ทฤษฎีการลงโทษเพื่อข่มขู่อาชญากร (Deterrence Theory) ทฤษฎีนี้ถือว่าการลงโทษจะทำให้ผู้กระทำผิดเข็ดหลาบ และคนอื่นไม่กล้าจะกระทำความผิด เพราะกลัวถูกลงโทษ ทฤษฎีนี้ สามารถแบ่งเป็นทฤษฎีย่อยได้ ๓ ทฤษฎี คือ ทฤษฎีข่มขู่เฉพาะราย (Specific deterrence Theory) เป็นการลงโทษเพื่อข่มขู่ตัวผู้กระทำผิด ไม่ให้กระทำผิดอีกต่อไป เพราะกลัวจะถูกลงโทษ ทฤษฎีข่มขู่โดยทั่วไป (General deterrence Theory) เป็นการลงโทษที่ข่มขู่บุคคลอื่นในสังคม เพื่อไม่ให้ประกอบอาชญากรรม และทฤษฎีข่มขู่ระยะยาว (Long term deterrence Theory) เป็นการลงโทษจำคุกระยะยาว รวมทั้ง การให้การศึกษาทางศีลธรรมแก่ผู้กระทำผิด

๒. แนวคิดทฤษฎีการลงโทษเพื่อป้องกันอาชญากรรม หรือเพื่อปรับปรุงผู้กระทำผิด (Restraint Theory) นักปรัชญาและนักกฎหมายในยุโรป อาทิ ซีซาร์เบ็คคาเรีย (CesareBeccaria, ๑๗๒๘-๑๗๙๔) และเจเรมี เบนแธม (Jeremy Bentham, ๑๗๔๘-๑๘๓๒) ซึ่งเป็นผู้นำของสำนักอาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา สำนักคลาสสิกและนีโอคลาสสิค ได้เสนอแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอาชญากรรม และการลงโทษผู้กระทำผิดขึ้นใหม่ โดยเชื่อว่าคนกระทำผิดได้กระทำผิด โดยเจตนาเพื่อแสวงหาความสุข และหลีกเลี่ยงความทุกข์ ดังนั้น รัฐควรจะบัญญัติกฎหมายไว้ให้ชัดเจนว่า การกระทำอะไรเป็นความผิด และมีโทษบัญญัติไว้โดยชัดแจ้ง เพื่อให้ทุกคนในสังคมได้รับทราบ เมื่อมีกฎหมายบัญญัติไว้แล้วเช่นนี้ ผู้ที่ฝ่าฝืนก็จะมีความผิดและต้องรับโทษตามกฎหมาย โดยเน้นไปที่วัตถุประสงค์เพื่อยับยั้ง ป้องกัน และแก้ไขปรับปรุงผู้กระทำผิด ซึ่งการลงโทษที่จะให้ได้ผลดังกล่าวนี้จะต้องกระทำอย่างรวดเร็ว แน่นอน มีเอกภาพ และเหมาะสมกับความผิด ดังนี้

๑) ทฤษฎีการลงโทษเพื่อป้องกันอาชญากรรม (Crime Prevention Theory) เป็นการลงโทษเพื่อตัดโอกาสการกระทำผิดของอาชญากร (Incapacitation) มีวัตถุประสงค์เพื่อไม่ให้ผู้กระทำผิดกระทำผิดอีกต่อไป สำหรับมาตรการในการลงโทษประกอบด้วย การจำคุกหรือกักขังเพื่อป้องกันการกระทำผิดตลอดระยะเวลาที่ต้องโทษ การลงโทษด้วยการตัดอวัยวะเพื่อไม่ให้ผู้กระทำผิดสามารถใช้อวัยวะดังกล่าวในการกระทำผิดได้อีก และการลงโทษสูงสุด คือ การประหารชีวิตอันเป็นการป้องกันพฤติกรรมอาชญากรอย่างถาวร

๒) ทฤษฎีการลงโทษเพื่อปรับปรุงผู้กระทำผิด (Reformation Theory) เป็นแนวคิดที่สืบเนื่องมาจากแนวคิดของสำนักอาชญาวิทยาปฏิฐานนิยม (Positive School) ที่เห็นว่า คนทุกคนเกิดมาเปรียบเสมือนผ้าขาวที่บริสุทธิ์ แต่สภาพแวดล้อมทำให้ผ้าขาวต้องมีรอยมลทิน หรือทำให้คน

ต้องกระทำผิด แนวคิดนี้เชื่อว่าอาชญากรสามารถแก้ไขฟื้นฟู เพื่อให้กลับเป็นคนดีคืนสู่สังคมได้ มาตรการลงโทษ จึงเป็นการมุ่งเน้นให้ผู้กระทำผิดได้แก้ไขฟื้นฟู ปรับปรุงตนเอง โดยดำเนินการในรูปแบบการส่งเสริมการจัดการศึกษา การฝึกวิชาชีพ หรือการจัดโปรแกรม ที่มีความเหมาะสมกับผู้กระทำผิดแต่ละประเภทคดี เป็นต้น

สำหรับในงานราชทัณฑ์ของประเทศไทย ในปัจจุบัน การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดเน้นรูปแบบการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด โดยใช้แนวคิดการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด จะเห็นได้จากชื่อของกรมราชทัณฑ์ ซึ่งใช้ภาษาอังกฤษว่า "The Department of Correction" คำว่า "Corrections" คือ "การราชทัณฑ์" หมายถึง การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด[๓๑] ซึ่งการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดในเรือนจำจะใช้ทั้งแบบรายบุคคลและรายกลุ่ม ได้แก่ การจัดการศึกษา การอบรม พัฒนาจิตใจด้วยหลักศาสนา การฝึกทักษะวิชาชีพ การให้คำปรึกษาโดยนักจิตวิทยา เป็นต้น

**๒.๒.๓ การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดตามปรัชญา แนวคิดตะวันตก**

แนวคิดการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดมีมา ตั้งแต่ยุคนิโอคลาสซิเคิลสคูล (Neoclassical School) เป็นความคิดส่วนใหญ่ของนักคิดชาวอังกฤษ ซึ่งให้ความสำคัญในการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดเป็นรายบุคคล มีแนวคิดว่า “การลงโทษนักโทษให้เหมาะสมกับอาชญากรรม ไม่คำนึงถึงบุคลิกภาพของผู้กระทำผิด ไม่ว่าจะเป็นเด็ก ผู้ใหญ่ ผู้หญิง ก็อาจจะลงโทษอย่างรุนแรงได้”[๓๒]ความคิดในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิดได้พัฒนาเรื่อยมา จนกระทั่งนำมาใช้ปฏิบัติแก่ผู้กระทำผิดทั้งในแง่การใช้เรือนจำและการใช้ชุมชน การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดในเรือนจำ ก็อาศัยการใช้เทคนิคต่างๆ เพื่อให้ผู้ต้องขังกลับตนเป็นพลเมืองดี เช่น การอบรมทางศาสนาศีลธรรม การให้การศึกษา การฝึกทักษะวิชาชีพ การบำบัดทางจิตวิทยา การบำบัดทางแพทย์ การให้การสงเคราะห์ในด้านต่างๆ เป็นต้น ดำเนินการทั้งแบบรายบุคคลและเป็นกลุ่ม ส่วนการใช้ชุมชนได้พัฒนามาเป็นการคุมประพฤติ การพักการลงโทษ เป็นต้น

ปรัชญาการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดมีวัตถุประสงค์ เพื่อลดปัญหาอาชญากรรมในอนาคตซึ่ง มาซ แอนเซล (Marc Ancel) กล่าวว่า พัฒนามาจากความคิดหลายอย่างที่อยู่เลยการลงโทษ และความคิดประการหนึ่งก็คือ การคุ้มครองสังคมจากอาชญากร จำต้องมีการกระทำที่นอกเหนือไปจากการทำให้ผู้กระทำความผิด รู้สึกสำนึกในความผิด อีกความคิดหนึ่งเสนอว่า การลดพฤติกรรมที่ผิดกฎหมายของอาชญากร เป็นสิ่งที่พึงปรารถนา และอาจทำได้โดยให้การศึกษาใหม่ ประการสุดท้ายความคิดในทางมนุษยธรรม ก่อให้เกิดแนวความคิดในการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดอย่างมีมนุษยธรรม[๓๓] เป็นปรัชญาที่มุ่งต่อการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด มากกว่าการลงโทษ และสนับสนุนวิธีการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดเป็นรายบุคคล ตลอดจนชี้ให้เห็นว่าอาชญากรรมเป็นผลของความบกพร่องที่มีมาแต่กำเนิด ความไม่สมดุลทางอารมณ์ ความผิดปกติทางจิต แรงกดดันฝ่ายต่ำ ความขัดแย้งระหว่างอีโก

---

[๓๑] เรื่องเดียวกัน**,** หน้า ๓.

[๓๒] Sue Titus Reid, **Crime and Criminology**, (New York: Holt Rinehart and Winston, 1982), p. 90.

[๓๓] Marc Ancel. **Social Defense** : A Modern Approach to Criminal Problems. (New York: Schocken Books, ๑๙๖๖), pp. 28-30.

และซูเปอร์อีโก หรือผลของการให้การศึกษาอบรมในทางที่ผิด ตามปรัชญานี้วิธีการแก้ไขที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ จะถูกนำมาใช้ในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด

ปรัชญาที่มุ่งต่อการแก้ไขฟื้นฟูนี้ เป็นปรัชญาของนักอาชญาวิทยาปฏิฐานนิยม ชื่อซีซาร์ ลอมโบรโซ (Cesare Lombroso, ๑๘๓๖-๑๙๐๙) เป็นผู้นำตามแนวความคิดของสำนักนี้ การศึกษาโดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์เท่านั้น จะทำให้สามารถค้นพบสาเหตุของอาชญากรรมได้ หลักการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิดของสำนักนี้ เป็นหลักการที่มีพื้นฐานมาจากการศึกษา โดยวิธีทางวิทยาศาสตร์ การวิเคราะห์ผู้กระทำความผิดเป็นรายบุคคล จะช่วยให้กำหนดได้ว่า ผู้กระทำความผิดคนนั้นกระทำความผิดด้วยสาเหตุอะไร และหาทางแก้ไขที่สาเหตุนั้น เนื่องจากสำนักนี้เกิดขึ้นเมื่อวิทยาศาสตร์ชีวภาพมีอิทธิพลต่อผู้มีการศึกษาในสมัยนั้น สำนัก Positive จึงอาศัยวิธีการและกระบวนการทางการแพทย์ ในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิด ปรัชญาที่มุ่งต่อการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิดมีวิธีการแก้ไข แบ่งออกเป็น ๒ ประเภทใหญ่ คือ (๑) การแก้ไขเป็นรายบุคคล และ (๒) การแก้ไขเป็นรายกลุ่ม

๑. การแก้ไขเป็นรายบุคคล มีวัตถุประสงค์ เพื่อทำให้ผู้รับการแก้ไขรับเอาการควบคุมต่างๆ ของสังคม เพื่อนำไปปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพ ความเชื่อ หรือแรงจูงใจต่างๆ เพื่อว่าผู้รับการแก้ไขจะละเว้นจากการประกอบอาชญากรรมโดยสมัครใจ[๓๔] พฤติกรรมของคนเกิดขึ้นจากการสนองตอบต่อสิ่งเร้าทางสิ่งแวดล้อม หรือภายในตนเอง ซึ่งทั้งสิ่งเร้าและการสนองตอบต่อสิ่งเร้านี้ เชื่อกันว่าอาจควบคุมโรคต่างๆ การแก้ไขเป็นรายบุคคลนี้ ใช้กระบวนการความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลแบบหนึ่งต่อหนึ่งเช่นเดียวกับความสัมพันธ์ระหว่างลูกศิษย์กับครู หรือระหว่างนักจิตวิทยาคลินิกกับคนไข้ที่กำลังอยู่ในระหว่างการวิเคราะห์หาสาเหตุ ความสัมพันธ์แบบหนึ่งต่อหนึ่งที่ถูกนำมาประยุกต์ใช้กับผู้กระทำความผิดในชุมชนหรือในทัณฑสถานบำบัด และเชื่อกันว่าผู้กระทำความผิดได้เตรียมพร้อมที่จะยอมรับความช่วยเหลือต่างๆ จากผู้เชี่ยวชาญ ตั้งแต่การวิเคราะห์ปัญหาไปจนจบกระบวนการแก้ไขฟื้นฟู

วิธีการแก้ไขฟื้นฟูเป็นรายบุคคลที่สำคัญ ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษาแนะนำทางจิตวิธีการให้คำปรึกษา แนะนำโดยผู้เชี่ยวชาญอื่นๆ นอกเหนือจากนักจิตวิทยาและจิตแพทย์ เช่น การให้คำแนะนำโดยครูฝึก ครูพี่เลี้ยง การอบรมศีลธรรมตามแนวทางของพุทธศาสนา เป็นวิธีการที่สำคัญในการอบรมจิตใจผู้ต้องโทษ ทั้งที่เป็นเด็กและเยาวชน ตลอดจนผู้ใหญ่ในสถานฝึกอบรม และเรือนจำต่างๆ ในประเทศไทย หรือการจัดให้มีการละเล่น เพื่อความบันเทิง เช่น การกีฬาก็เป็นที่ยอมรับกันว่าเป็นวิธีการแก้ไขพฤติกรรมของผู้กระทำความผิดได้อีกอย่างหนึ่ง

สำหรับวิธีการให้คำปรึกษาแนะนำ ทางจิตที่ใช้โดยนักจิตวิทยา และจิตแพทย์เน้นความสามารถของผู้แก้ไขในการที่จะแก้ไขปัญหาของผู้รับการแก้ไข ซึ่งมีหลายวิธีการ โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับบทบาทของผู้แก้ไข บทบาทของผู้รับการแก้ไข และลักษณะของความสัมพันธ์ที่ประสงค์จะให้มีขึ้นระหว่างผู้แก้ไขกับผู้รับการแก้ไข สำหรับบทบาทของผู้แก้ไข จากรายงานของผู้เชี่ยวชาญหลายคนมีทั้งที่ชัดเจนและไม่ชัดเจน มีทั้งให้ความอบอุ่นใจและการไม่ให้ความอบอุ่นใจแก่ผู้รับการแก้ไข มีทั้งให้ผู้รับการแก้ไขระลึกถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเขาในอดีต และให้ผู้รับการแก้ไขค้นหาทางแก้ไขปัญหา

---

[๓๔] Seymour L. Halleck. **Psychiatry and the Dilemma of Crime**.(New York: Harper and Row, 1967), p.233.

ในปัจจุบัน และการเน้นให้ผู้รับการแก้ไขเกิดสติปัญญา มองเห็นปัญหาของเขาได้ นอกจากนี้ก็ยังมีวิธีการสนับสนุนที่จะช่วยเหลือผู้รับการแก้ไข ด้วยวิธีการชักจูงใจให้คำแนะนำให้ผ่อนคลายความตึงเครียดและให้ความมั่นใจ วิธีการแก้ไขเหล่านี้ มุ่งที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในบุคลิกภาพของผู้รับการแก้ไขอย่างถาวร[๓๕]

๒. การแก้ไขแบบกลุ่ม นักทฤษฎีที่เกี่ยวกับวิธีการแก้ไข แบบกลุ่มมองปัญหาอาชญากรรมว่าเป็นเรื่องที่เกิดจากอิทธิพลของกลุ่ม การที่บุคคลจะประกอบอาชญากรรมไม่ใช่สืบเนื่องมาจากโครงสร้างทางบุคลิกภาพแต่อย่างเดียว แต่เป็นผลของการที่บุคคลผูกพันอยู่กับกลุ่มต่างๆ ที่มีทัศนคติ ความเชื่อ และคุณค่าเกี่ยวกับอาชญากรรมด้วย เป็นที่ยอมรับกันว่า บุคลิกภาพของคนโดยทั่วไปได้มาจากความสัมพันธ์ทางสังคมในแต่ละสังคม ในทำนองเดียวกันกลุ่มก็มีส่วนสร้างลักษณะอุปนิสัยให้แก่สมาชิกในกลุ่มไม่น้อย เช่น เรื่องการแสดงออกในทางก้าวร้าว หรือในการให้ความร่วมมืออาชญากรรมก็อาจเกิดขึ้นได้ เมื่อบุคคลได้รับความพอใจจากการเข้าร่วมในกิจกรรมของกลุ่มที่มุ่งไปในทางนั้น และในทำนองเดียวกันอิทธิพลของกลุ่มก็อาจชักจูงบุคคลให้ออกห่าง จากการประกอบอาชญากรรมได้ด้วยเช่นกัน ทฤษฎีการแก้ไขแบบกลุ่ม จึงมีอยู่ ๒ ทฤษฎีด้วยกัน[๓๖] คือ

(๑) ทฤษฎีที่ใช้กลุ่มเป็นเครื่องมือวัตถุประสงค์ของวิธีการนี้ คือ การแสวงหาความช่วยเหลือเพื่อสนับสนุนพฤติกรรมที่ต้องการ โดย (๑) บรรทัดฐานของกลุ่มและ (๒) ความต้องการความช่วยเหลือจากกลุ่มของสมาชิกกลุ่มแต่ละคน เป้าหมายของวิธีการนี้ก็ คือ ต้องการจะเปลี่ยนแปลงผู้มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน ให้กลายเป็นผู้มีพฤติกรรมไม่เบี่ยงเบน โดยรับเข้าเป็นสมาชิกของกลุ่มที่มีพฤติกรรมที่ไม่ต่อต้านสังคม กลวิธีของวิธีการแบบกลุ่มนี้ ต้องการความรู้สึกผูกพันต่อกลุ่มอย่างมั่นคงของสมาชิก การที่กลุ่มสามารถรักษาความจงรักภักดีของสมาชิก ความสำคัญของบรรทัดฐานและคุณค่าของกลุ่มที่มีต่อสมาชิก และผู้ที่รับเข้าเป็นสมาชิกใหม่การที่สมาชิกได้รับความพอใจและมีความนับถือตนเองจากการเป็นสมาชิก และการที่กลุ่มสามารถลงโทษสมาชิกของกลุ่มที่ฝ่าฝืนระเบียบของกลุ่มได้ เป็นผลให้แก้ไขพฤติกรรมเบี่ยงเบนของสมาชิกได้ดี

(๒) ทฤษฎีที่ใช้กลุ่มเป็นเป้าหมายของการเปลี่ยนแปลง วัตถุประสงค์ของวิธีการนี้ คือ เปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมย่อยของกลุ่ม ที่เชื่อกันว่าเป็นบ่อเกิดของพฤติกรรมเบี่ยงเบนและนำกลุ่มออกไปสู่กลุ่มที่ไม่ต่อต้านสังคม เพราะเป็นที่เชื่อกันว่า พฤติกรรมเบี่ยงเบนมีที่มาจากวัฒนธรรมย่อยของกลุ่มและแบบของการเป็นผู้นำ เป็นต้น วิธีการที่นำมาใช้บางทีก็เป็นการจูงใจให้ผู้รับการแก้ไขหันมารับความเปลี่ยนแปลงที่จะเป็นประโยชน์ต่อเขา ในทางที่ตรงข้ามกับวัฒนธรรมย่อยของกลุ่มที่มีมาแต่เดิม เช่น กลุ่มของนักโทษอาจสร้างความเข้าใจดี กับกลุ่มเจ้าหน้าที่ของเรือนจำ โดยการยอมรับฟังความเห็นของกันและกัน

ความคิดเรื่องการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิด เป็นความคิดที่สลับซับซ้อนยังต้องการคำอธิบายที่สมบูรณ์แบบในประเด็นที่สำคัญ อย่างน้อย ๓ ประการ คือ

---

[๓๕] James L.MaCary and Daniel E.Sheer.(eds.) **Six Approaches to Psychotherapy**. (New York: Dryden Press. 1955), pp. 23.

[๓๖] Darwin Cartwright, "Achieving Change in People: Some Application of Group Dynamics Theory" in Lawrence E. Hartrigg (ed.) **Prison Within Society: A Reader in Sociology.** (Garden City, N.Y. Doubleday Anchor, 1965), pp. 282-287.

๑) ถือว่าพฤติกรรมของคนเป็นผลจากเหตุต่างๆ ที่มีมาก่อน หมายความว่า คนจะประพฤติอย่างไร ก็เนื่องจากเหตุที่เกิดขึ้นก่อนหน้านั้น สาเหตุนี้เป็นสิ่งที่มีอยู่ในจักรวาล

๒) การที่จะรู้ว่าอะไรคือสาเหตุของพฤติกรรมของบุคคลก็เป็นหน้าที่ของนักวิทยาศาสตร์ที่จะค้นหา และอธิบายให้ชัดเจนลงไป ความรู้ในเรื่องสาเหตุนี้จะทำให้สามารถควบคุมพฤติกรรมของคนได้ เป็นการควบคุมโดยอาศัยหลักวิทยาศาสตร์ ๓) มาตรการที่จะนำมาใช้ในการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดควรจะเป็นมาตรการที่กระทำลงไปเพื่อการบำบัดรักษา การฟื้นฟูสมรรถภาพ เพื่อให้พฤติกรรมของผู้กระทำผิดเปลี่ยนแปลงไป ในลักษณะที่ให้เขาได้รับการพัฒนามีความสุข มีสุขภาพที่ดี มีสังคมสภาพแวดล้อมที่น่าอยู่ตามความเหมาะสม และมีความพึงพอใจต่อกระบวนการบำบัด ฟื้นฟูนั้น ทั้งจะต้องมีผลต่อการป้องกันสังคมให้ปลอดภัยจากอาชญากรรมด้วย[๓๗]

อัณณพ ชูบำรุง ได้สรุปทฤษฎีการลงโทษเพื่อแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดไว้ ๕ ประการ คือ

๑) การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด คือ จุดมุ่งหมายของการลงโทษ

๒) การแก้ไขผู้กระทำผิดไม่ใช่จุดมุ่งหมายสุดท้าย แต่มีจุดหมายที่สูงกว่า คือ การป้องกันสังคมให้ปลอดภัยจากอาชญากรรม

๓) การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดต้องแก้ไขไปตามสาเหตุ

๔) เหตุผลสำคัญที่ต้องลงโทษเพื่อการแก้ไขฟื้นฟู ก็เพราะว่าผู้กระทำผิดมิได้มีสันดานเป็นผู้ร้าย แต่ที่ต้องกระทำผิดก็เพราะสภาพแวดล้อมรอบตัว

๕) การลงโทษเพื่อแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด กระทำลงไปโดยอาศัยหลักมนุษยธรรมและหลักพฤติกรรมศาสตร์เป็นที่ตั้ง[๓๘]

กล่าวโดยสรุป การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด โดยแท้ที่จริงแล้วก็คือกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้กระทำผิดในฐานะผู้กระทำความผิดเป็นสมาส่วนหนึ่งสังคม ซึ่งตามปรัชญาแนวคิดตะวันตกมีวัตถุประสงค์เพื่อลดการกระทำความผิดในอนาคต โดยการตัดโอกาสการกระทำผิด ด้วยการตัดออกจากสังคม ขณะเดียวกันเพื่อแก้ไขฟื้นฟู ผู้กระทำผิดให้กลับตนเป็นพลเมืองดี พร้อมกลับมาใช้ชีวิตในสังคมปกติอีกครั้ง สำหรับรูปแบบการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด มีทั้งแบบกลุ่มและรายบุคคล

## ๒.๓ การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดโดยใช้ระบบเรือนจำ

### ๒.๓.๑ หลักการและแนวคิด

วิธีการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดในระบบเรือนจำ (Custodial treatment) หรือการจำคุกเป็นการลงโทษทางอาญาสถานหนึ่ง นิยมใช้ในกระบวนการยุติธรรมกระแสหลักทั่วโลก การลงโทษโดยการจำคุก เป็นแนวความคิดที่แยกมาจากการลงโทษของสำนักคลาสสิก คือ ลงโทษให้เหมาะสมกับอาชญากรรม แนวความคิดใหม่นี้ เลิกคิดถึงผลในทางยับยั้ง แต่ใช้การลงโทษเพียงเพื่อให้อาชญากรพ้นไปเสียจากชุมชน เรือนจำจึงกลายเป็นสถานที่ควบคุม ที่จะป้องกันชุมชนจากอาชญากรรม โดยการขังอาชญากรไว้ วิธีการนี้จะมีผลในการควบคุมมิให้อาชญากรมีโอกาสแพร่พันธุ์ อย่างน้อยที่สุดระหว่างที่ถูกขัง อย่างไรก็ดียังหาข้อมูลที่จะนำมาพิสูจน์ผลของการจำคุก ต่ออัตราอาชญากรรมใน

---

[๓๗] Francis A. Allen,**In Richard Quinney, Crim and Justice in Society**, (Boston: little, Brown and Company, 1996), pp. 449 - 450.

[๓๘] อัณณพ ชูบำรุง, **ทฤษฎีอาชญาวิทยา,** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๒๗), หน้า ๑๔๑.

ชุมชนไม่ได้ มีแต่เพียงการคาดการณ์ว่า ผู้กระทำความผิดที่ถูกจับกุมมาเข้ามาใหม่ ในประเทศไทย ประมาณร้อยละ ๒๐ เคยกระทำความผิดมาก่อนแล้ว[๓๙]

การใช้เรือนจำเป็นมาตรการในการลงโทษ ที่ใช้ปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด มีวิวัฒนาการมาเป็นเวลานานกว่าสองศตวรรษ โดยนำมาใช้แทนการลงโทษต่อเนื้อตัวร่างกาย เช่น การทรมาน หรือการเฆี่ยน วัตถุประสงค์ของการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในเรือนจำ ในยุคต้นเพื่อแก้แค้นทดแทน ต่อมาเพื่อขมขู่ยับยั้ง การตัดโอกาสผู้กระทำผิด เป็นหลัก และระยะหลังหันมาเน้นในเรื่องการแก้ไขอบรมผู้ต้องขังให้กลับเข้าสู่สังคม โดยปรับเปลี่ยนรูปแบบ กิจกรรมการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในเรือนจำ จากการควบคุมอย่างเคร่งครัด มาสู่กิจกรรมในเชิงแก้ไขฟื้นฟู เช่น การให้การศึกษา อบรม ฝึกวิชาชีพ และการจัดสวัสดิการ เป็นต้น[๔๐]

**แผนภาพที่ ๒.๓** กระบวนการในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในเรือนจำ

การลงโทษผู้กระทำผิดโดยใช้เรือนจำ แม้จะเป็นการลงโทษกระแสหลัก ที่ทั่วโลกนิยมมากที่สุด แต่ผลกระทบซึ่งเกิดจากการคุมขังก็เป็นปัญหาต่อตัวผู้ต้องขังอย่างมาก ทำให้ยากต่อการแก้ไขปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ต้องขัง โดยเฉพาะในรายที่ต้องโทษเป็นระยะเวลานาน ปัจจุบันแม้จะมีการลงโทษผู้กระทำผิด โดยการใช้คุกมากกว่าวิธีการอื่นๆแต่ก็มีการพยายามเสนอแนวทางอื่นแทนการลงโทษจำคุกหรือการใช้เรือนจำโดยยึดแนวคิดการอบรมแก้ไขให้กลับตนเป็นคนดีมาตรการที่นำมาใช้ในปัจจุบันได้แก่การชะลอการฟ้องการรอการลงโทษ (การรอลงอาญา) การรอการกำหนดโทษการคุมประพฤติ การทำงานสาธารณะการพักการลงโทษการลดวันต้องโทษ การอภัยโทษและการนิรโทษกรรมทั้งนี้ ก็เพื่อต้องการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดให้เป็นคนดีนั่นเอง [๔๑]ประเทศไทยเป็นอีกประเทศหนึ่งที่ใช้โทษจำคุกเป็นกระแสหลัก

---

[๓๙] สุพจน์ สุโรจน์ และคณะ, **กฎหมายอาญา: ภาคบทบัญญัติทั่วไป**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๕), หน้า ๕๒๗.

[๔๐] นัทธี จิตสว่าง, **หลักทัณฑวิทยา,** หน้า ๔๓.

[๔๑] สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล, **การแก้ไขผู้กระทำผิดเชิงพุทธ**, ว.มรม. (มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - เมษายน ๒๕๕๙): ๑๙-๒๖.

ในทางทฤษฎีเรือนจำคือชุมชนที่มีลักษณะเป็นสถาบันปิด และเบ็ดเสร็จ (total institution)มีระเบียบระบบกฎเกณฑ์กำกับอย่างเข้มงวด มีการควบคุมให้ผู้ต้องขังทุกคนทำกิจกรรมตามตารางเวลาที่กำหนดอย่างตายตัว และมีการตรวจตราอย่างเคร่งครัดทุกวัน ไม่สามารถต่อรองใดๆ ได้ มิเชล ฟูโก้ (Fucoult, ๑๙๗๕) ระบบการบริหารงานเรือนจำเช่นนี้จะเป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งที่สลายตัวตนผู้ต้องขังออก ก่อนที่จะประกอบสร้างใหม่ให้กลายเป็นคนที่ยอมสยบ เมื่อมนุษย์ต้องอยู่ในจุดนี้ เป็นสภาวะพิเศษหรือภาวะยกเว้น ผู้ต้องขังจะกลายร่างเป็นผู้ที่เชื่องและยอมสยบ[๔๒]หากจะกล่าวว่าความเป็นอัตลักษณ์ที่เข้มแข็งของเรือนจำ กลายเป็นอุปสรรคต่อการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดก็ว่าได้ ในเรื่องนี้ เกรแซมไซคิส (Gresham Sykes) เป็นคนแรกที่ศึกษา ผลกระทบจากการจองจำต่อผู้ต้องขังอย่างจริงจัง โดยเรียกผลกระทบดังกล่าวนี้ว่าเป็น “ความเจ็บปวดของการถูกจองจำ” ไซคีสได้กล่าวถึงการที่ผู้ต้องขังถูกจำกัดในด้านต่างๆ ก่อให้เกิดความกดดันซึ่งเขาเรียกว่า “ความเจ็บปวดของการถูกจองจำ” การถูกจำกัดดังกล่าว ประกอบด้วย[๔๓]

๑) การถูกจำกัดด้านเสรีภาพ การสูญเสียเสรีภาพเป็นสภาพความกดดันประการแรกที่ผู้ต้องขังต้องประสบเมื่อถูกจองจำ เมื่อถูกส่งเข้าเรือนจำผู้ต้องขังจะถูกจำกัดให้อยู่เฉพาะในเรือนจำ ไม่สามารถไปไหนมาไหนได้ การถูกจำกัดด้านเสรีภาพ นอกจากการจำกัดการเคลื่อนไหวไม่ให้ออกนอกเรือนจำแล้ว ยังหมายถึง การถูกจำกัดภายในเรือนจำอีกด้วย ผู้ต้องขังจะไม่สามารถเดินจากแดนหนึ่งไปยังอีกแดนหนึ่ง หรือจากตึกหนึ่งไปยังอีกตึกหนึ่งตามใจชอบ นอกจากนี้ การถูกจองจำในเรือนจำ ยังหมายถึงการถูกตัดขาดจากครอบครัว ญาติมิตร ซึ่งเป็นการแยกในฐานะผู้ทำผิดกฎหมายและถูกลงโทษ ไซคีสเน้นว่าสิ่งที่ทำความเจ็บปวดมากที่สุด คือ ความจริงที่ว่า การถูกจองจำเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงการถูกปฏิเสธจากสังคม ผู้ต้องขังจะถูกปฏิเสธจากสังคมภายนอก และถูกตีตราว่า เป็นนักโทษซึ่งจะต้องตัดผมสั้น แต่งชุดนักโทษ มีเลขประจำตัว ต้องทำความเคารพเจ้าพนักงาน ทำให้ผู้ต้องขังรู้สึกว่า ตนได้สูญเสียสถานภาพของสมาชิกในสังคม และสถานภาพของคนธรรมดา สภาพดังกล่าวเป็นผลมาจากการถูกจำกัดเสรีภาพ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของมนุษย์ และเป็นผลให้ผู้ต้องขังได้รับความกดดันอย่างมาก

๒) การถูกจำกัดด้านเครื่องอุปโภคบริโภคและบริการ ในเรือนจำผู้ต้องขังจะได้รับการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานด้านวัตถุ เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่หลับนอน ซึ่งบางคนอาจจะคิดว่า ผู้ต้องขังได้รับสิ่งที่ดีกว่าคนจนในสังคมภายนอก แต่ไซคีสได้ชี้ให้เห็นในมุมที่ว่า ผู้ต้องขังถูกจำกัดสิทธิ์ในการที่จะ “เลือก” ในสิ่งที่ชอบ ไม่มีสิทธิที่จะทำการใดๆ ไม่มีการพักผ่อนเป็นส่วนตัว ไม่มีเครื่องใช้อุปกรณ์เป็นของตนเอง ไม่มีแม้แต่ “เวลา” เป็นของตนเอง ที่จะเลือกทำในสิ่งที่ชอบเหมือนเช่นที่เคยอยู่นอกเรือนจำ การถูกจำกัดในการรับบริการ และเลือกเครื่องอุปโภคบริโภค ทำให้ผู้ต้องขังมองตนเองว่า เป็นผู้สูญเสีย โดยเฉพาะการสูญเสียสิทธิ์ในทรัพย์สินส่วนบุคคลไป ในขณะที่สิ่ง

---

[๔๒] กฤตยา อาชวนิจกุล และกุลภา วจนสาระ, **การขับเคลื่อนคุกไทยสู่เรือนจำสุขภาวะ**, (กรุงเทพ - มหานคร: โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๖๐), หน้า ๒๐.

[๔๓] สุดา อภิศักดิ์นานนท์, “ปัญหาและความต้องการด้านจิตใจของผู้ต้องขังหญิง ศึกษาเฉพาะกรณีของทัณฑสถานหญิงกลาง”, **วิทยานิพนธ์ศิลปะศาสตรมหาบัณฑิต** สาขาการบริหารงานยุติธรรม, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร, ๒๕๕๐), หน้า ๒๓-๒๖.

ที่มีอยู่ในตัวของพวกเขาคือ “แรงงาน” ที่ถูกรัฐนำไปใช้ ภายใต้ชื่อที่เรียกว่า “การฟื้นฟูแก้ไขอาชีพ” จึงกลายเป็นความกดดันและเจ็บปวดอีกประการหนึ่งที่ผู้ต้องขังได้รับ

๓) การถูกจำกัดด้านความสัมพันธ์ทางเพศ หมายถึง การที่ผู้ต้องขังต้องถูกตัดขาดจากเพศตรงข้าม ถูกตัดขาดจากการมีเพศสัมพันธ์ และการคบหาสมาคมกับเพศตรงข้าม ติดต่อกันเป็นเวลานานทำให้ผู้ต้องขังได้รับความกดดัน

๔) การถูกจำกัดด้านอิสรภาพ ผู้ต้องขังได้รับความกดดันจากการถูกจำกัดด้านอิสรภาพ เพราะต้องอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์และคำสั่งของเจ้าพนักงาน ที่คอยควบคุมการเคลื่อนไหวตลอดเวลา การตรวจตราเฝ้าดูทุกฝีก้าว การตรวจจดหมาย การกำหนดให้กิน นอน เป็นเวลา การเข้าแถวไปทำงาน การห้ามนำอาหารเข้าไปในเรือนนอน เป็นต้น กฎเกณฑ์และคำสั่งเหล่านี้ ทำให้ผู้ต้องขังรู้สึกว่าถูกจำกัดอิสรภาพ และสิ่งที่ทำให้เกิดความกดดันก็คือ การไม่มีเหตุผลของกฎเกณฑ์หรือระเบียบต่างๆ ในหลายๆ เรื่อง ซึ่งหาคำอธิบายไม่ได้ และเจ้าหน้าที่ก็มักจะปฏิเสธที่จะอธิบาย คำตอบที่ได้รับเมื่อถูกถาม คือ “มันเป็นกฎของเรือนจำ” จะทำให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้สึกถูกจำกัด ทุกสิ่งทุกอย่าง ทำให้รู้สึกสิ้นหวัง อ่อนแอ และช่วยตัวเองไม่ได้ นับเป็นความกดดันทางจิตใจ ที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวด มากกว่าความกดดันทางร่างกายเสียอีก

๕) การถูกจำกัดด้านความปลอดภัย การที่ผู้ต้องขังอยู่รวมกับผู้ต้องขังอื่นๆ ซึ่งแต่ละคนมีประวัติอาชญากรรมร้ายๆ จะทำให้เกิดความวิตกกังวลว่า ตนจะถูกกลั่นแกล้ง ลักขโมย ทำร้าย ฆาตกรรมฯลฯ การถูกทดสอบจากผู้ต้องขังเจ้าถิ่น หรือคนเก่ากว่า การจะอยู่ในคุกอย่างผู้เข้มแข็งหรือผู้อ่อนแอ การที่เจ้าหน้าที่ดูแลไม่ทั่วถึง ทำให้ผู้ต้องขังเกิดความวิตกกังวล รู้สึกว่าตนได้สูญเสียหลักประกันด้านความปลอดภัย

นอกจากความกดดันจากการถูกจำกัดในด้านต่างๆ ดังกล่าวมาแล้ว ไซคีส ยังสะท้อนปัญหาของผู้ต้องขัง อันเกิดจากสภาพโครงสร้างของเรือนจำไว้ ดังนี้[๔๔]

๑) ปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัว เนื่องจากผู้ต้องขังต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมใหม่ในเรือนจำ ที่แตกต่างจากสภาพแวดล้อมของสังคมภายนอกโดยสิ้นเชิง ทำให้เกิดปัญหาการปรับตัว

๒) ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิต อันเป็นผลจากการถูกจำกัดความต้องการด้านต่างๆ ก่อให้เกิดความเจ็บปวดด้านจิตใจ เบื่อหน่าย เหงา กลัวและเกิดความเครียด ทำให้ผู้ต้องขังหาทางออกเพื่อระบายความเจ็บปวดดังกล่าว ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ให้สอดคล้องกับข้อจำกัดของเรือนจำ

อาจกล่าวได้ว่า วิธีปฏิบัติต่อผู้ต้องขังโดยใช้เรือนจำ หรือโทษจำคุก แม้จะเป็นวิธีการที่สามารถตอบสนองวัตถุประสงค์ในการลงโทษผู้กระทำผิดได้ ทั้งในมิติการควบคุม และการแก้ไขฟื้นฟู โดยการตัดผู้ต้องขังออกไปจากสังคมในช่วงเวลาหนึ่ง เพื่อไม่ให้สร้างความเดือดร้อนแก่สังคม ในขณะเดียวกันผู้ต้องขังจะได้รับการแก้ไขฟื้นฟู พัฒนาจิตใจ ให้การศึกษา อบรมและฝึกทักษะอาชีพ เพื่อให้มีความพร้อมกลับออกไปใช้ชีวิตในสังคมอย่างปกติ แต่การรับโทษจำคุกเป็นเวลานาน ก็จะเป็นอุปสรรคต่อการแก้ไข ฟื้นฟูและพัฒนาผู้ต้องขัง เนื่องจากสภาพสังคม สภาพแวดล้อมระเบียบปฏิบัติในเรือนจำ รวมถึงสภาพความกดดันที่ผู้ต้องขังได้รับ จากการถูกควบคุมตัวในเรือนจำเป็นเวลานาน ปัจจุบันแม้จะ

---

[๔๔] อ้างแล้ว.

มีการลงโทษผู้กระทำผิด โดยการใช้คุกมากกว่าวิธีการอื่นๆแต่ก็มีการพยายามเสนอแนวทางอื่นแทนการลงโทษด้วยการจำคุกหรือใช้เรือนจำโดยยึดแนวคิดใหม่ คือการอบรมแก้ไขผู้กระทำผิดให้กลับตัวเป็นคนดีซึ่งมาตรการต่างๆที่ได้นำมาใช้ในปัจจุบันได้แก่การชะลอการฟ้องการรอการลงโทษ (การรอลงอาญา) การรอการกำหนดโทษการคุมประพฤติ การทำงานสาธารณะการพักการลงโทษการลดวันต้องโทษการอภัยโทษและการนิรโทษกรรม ซึ่งเป็นมาตรการลงโทษทางเลือกอื่น นอกจาการใช้โทษจำคุก ซึ่งเป็นความพยายามของนานาๆ ประเทศ แม้แต่ในประเทศไทยก็มีการผลักดันให้มีมาตรการการดำเนินการที่เป็นรูปธรรม มีกฎหมายรองรับ ทั้งนี้ ก็เพื่อต้องการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดให้เป็นคนดีได้อย่างแท้จริง

**๒.๓.๒ ข้อจำกัดในการแก้ไขฟื้นฟู ผู้กระทำผิดโดยใช้ระบบเรือนจำ**

การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดโดยใช้ระบบเรือนจำ แม้ในปัจจุบันจะเป็นที่ยอมรับในวงการราชทัณฑ์โดยทั่วไป แต่ก็ยังเป็นที่สงสัยว่าจะได้รับผลตามวัตถุประสงค์เพียงไร เพราะมีข้อจำกัดหลายประการ กล่าวคือ

๑) ผู้กระทำผิดได้สูญเสียบุคลิกภาพไปแล้ว โดยถูกหล่อหลอมและขัดเกลาให้มีบุคลิกลักษณะเช่นนั้นจากสังคมมาเป็นเวลานาน และการใช้เวลาในเรือนจำเป็นช่วงเวลาไม่นาน การที่จะแก้ไขฟื้นฟูให้กลับคืนมา และปรับตัวเข้ากับคนโดยทั่วไปในสังคมนั้นอาจทำได้ยาก

๒) การลงโทษเพื่อการแก้ไขฟื้นฟู ขัดกับความรู้สึกของคนในสังคม ที่มองว่าผู้กระทำผิดไม่ควรได้รับการปฏิบัติที่ดีกว่าคนทั่วไป ตามหลักของเบนเท็ม (Bentham) ที่เรียกว่า “หลักการได้รับประโยชน์ที่น้อยกว่า” (Principle of less eligibility) เพราะคนโดยทั่วไปจะเห็นว่า เป็นการไม่เป็นธรรมที่ผู้กระทำผิดจะได้รับประโยชน์มากว่าคนทั่วไป เช่น ผู้กระทำผิดจะได้รับการอบรมแก้ไขฝึกวิชาชีพ สวัสดิการ อาหาร ที่อยู่อาศัย ตลอดจนการจัดการศึกษา การหางาน ขณะที่คนทั่วไปในสังคมอีกจำนวนมากไม่ได้รับบริการดังกล่าว ความรู้สึกของคนทั่วไปในลักษณะดังกล่าว จะขัดกับหลักการของการแก้ไขฟื้นฟู

๓) การแก้ฟื้นฟูผู้กระทำผิดในเรือนจำ เหมาะสำหรับผู้กระทำผิดบางประเภทเท่านั้น เช่น ผู้กระทำผิดครั้งแรก ซึ่งได้กระทำผิดไปเพราะอารมณ์ชั่ววูบหรือโดยพลั้งพลาด หรือทำไปเพราะความจำเป็น การแก้ไขฟื้นฟูไม่ให้กระทำผิดซ้ำขึ้นอีกย่อมมีโอกาสทำได้ประสบผลสำเร็จ แต่สำหรับผู้กระทำผิดที่เคยกระทำผิดและถูกลงโทษมาหลายครั้งแล้ว หรือพวกอาชญากรอาชีพ หรือพวกทำผิดติดนิสัย โอกาสที่จะแก้ไขฟื้นฟูให้กลับตัวย่อมเป็นไปได้ยาก การแก้ไขฟื้นฟูจึงไม่สามารถทำให้ผู้กระทำผิดกลับตัวได้ทุกกรณี[๔๕]

กล่าวโดยสรุปแล้ว การแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด โดยใช้ระบบเรือนจำมีข้อจำกัดหลายประการ โดยเฉพาะในเรือนจำถูกออกแบบมาเพื่อการลงโทษ ตัดโอกาสผู้กระทำผิดออกจากสังคม สภาพแวดล้อมต่างๆ ในเรือนจำจะเอื้อต่อการแก้ไข ฟื้นฟูในระดับต่ำ ประกอบกับในภาวะที่ผู้ต้องขังล้นเรือนจำ เรือนจำต้องรองรับผู้ต้องขังในปริมาณที่ไม่สมดุลกับสถานที่ บุคลากรที่จะให้การแก้ไขฟื้นฟู รวมถึงงบประมาณที่จะใช้ในการบริหารจัดการระบบเรือนจำ รวมถึงการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังย่อมส่งผลต่อประสิทธิภาพในการแก้ไขฟื้นฟูและพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

---

[๔๕] นัทธี จิตสว่าง, **หลักทัณฑวิทยา,** หน้า ๓๐-๓๑.

## ๒.๔ แนวคิดเกี่ยวกับการกระทำผิดตามหลักพระพุทธศาสนา

มนุษย์ทั้งหลายจะเป็นโรคทางวิญญาณ สภาพของจิตที่มีความโลภ ความโกรธและความหลงครอบงำ อาจจะมีความเสี่ยงทำให้เกิดอาชญากรรมในเวลาหนึ่งเวลาใดก็ได้ การมีมิจฉาทิฏฐิเป็นรากเหง้าแห่งการกระทำความชั่วของคนที่ขาดหลักธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ

### ๒.๔.๑ สาเหตุของการกระทำความผิด

การล่วงละเมิดคือสาเหตุใหญ่ในการกระทำความผิดในทางพระพุทธศาสนา เกิดจากอกุศลล๓ ประการ ได้แก่ (๑) โลภะ คือ ความอยากได้ (๒) โทสะ คือ ความคิดประทุษร้ายและ (๓) โมหะ คือ ความหลง[๔๖] ในทางพระพุทธศาสนามีแนวคิดเรื่องสาเหตุของการกระทำความผิดว่ามีเหตุปัจจัยที่มีส่วนสัมพันธ์กับการก่อให้เกิดการกระทำความผิด หรือเกิดอาชญากรรม ๓ ประการ คือ ๑) สาเหตุทางจิตใจ ได้แก่ อกุศลมูลในจิต ๓ อย่าง ได้ โลภะ โทสะ และโมหะ (๒) สาเหตุทางพฤติกรรม คือ จริต ๖ และ (๓) สาเหตุทางสังคม คือ สถานที่อยู่อาศัยและบุคคลที่คบหา กระตุ้นให้แสดงพฤติกรรม (ปเทสนิเวสนา ปริสภชนา) อธิบายได้ ดังนี้

๑. ปัจจัยทางจิต พุทธศาสนาเน้นปัจจัยทางจิตต่างจากแนวคิดของนักอาชญาวิทยากล่าวคือ อาชญาวิทยาเน้นปัจจัยทางจิตในแง่ความก้าวร้าว ความมุ่งร้าย ความเห็นแก่ตัว เก็บกดโรคจิตโรคประสาท ความผิดปกติของบุคลิกภาพ เป็นต้น ส่วนพระพุทธศาสนาเน้นปัจจัยทางจิตในส่วนลึก หรืออาจจะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ปัจจัยทางวิญญาณ (Spiritual Factor) พระพุทธศาสนาถือว่าคนที่ประกอบอาชญากรรม คือ คนที่เป็นโรคทางวิญญาณ มิอาจจะยับยั้งจิตใจของตนเองได้ทำให้เกิดความโลภความโกรธและความหลงจนเกินเหตุทำให้คิดผิด พูดผิดและทำผิด ดังนั้นเมื่อมีการกระทำที่เป็นการละเมิดกฎหมายอาญา การกระทำนั้นก็จะกลายเป็นอาชญากรรมความโกรธ ความโลภและ ความหลงก็คือกิเลสหรือภาวะที่ทำให้จิตใจเศร้าหมอง เป็นผลมาจากกาม

๒. ปัจจัยทางสังคมที่พุทธศาสนาเน้นมากก็คือการคบค้าสมาคมกับคนชั่ว อุปมาว่า “การคบคนชั่วเป็นมิตรก็เหมือนกับการเอาหญ้าคาไปห่อปลาร้าย่อมเน่าเหม็น” ดังนั้นการคบคนชั่วเป็นมิตรย่อมทำให้เกิดความเห็นผิดหรือมิจฉาทิฐิ และนำไปสู่การกระทำความผิดขึ้นได้

ปัจจัยทางสังคมอีกอย่างหนึ่ง คือความยากจน ซึ่งเป็นผลมาจากความเสื่อมในด้านการเมือง การปกครอง เมื่อความขัดสนเกิดขึ้นโดยทั่วไป ก็ย่อมทำให้เกิดความเห็นผิดและนำไปสู่การประกอบอาชญากรรม

ปัจจัยทางสังคมในประการต่อมา คือปัจจัยเกี่ยวกับอาชญากรรม ซึ่งในเรื่องนี้พุทธศาสนาชี้ให้เห็นว่าผู้ที่ทำให้ผู้อื่นต้องได้รับความเดือดร้อน ย่อมจะได้รับความเดือดร้อนตอบแทน เป็นไปตามผลกรรมที่ได้สร้างขึ้นนอกจากนี้ผู้ที่ตั้งตนอยู่ในความประมาทก็อาจจะตกเป็นเหยื่ออาชญากรรมได้ เช่น การเที่ยวไปในตรอกต่างๆ ในเวลากลางคืนเนืองๆ เป็นต้น หรืออาจจะเป็นเหยื่อที่มีความโง่โดยสันดานก็ได้ นอกจากนี้ยังมีเหยื่อที่เกิดจากความสมัครใจจนตนเองต้องตกอยู่ในสภาพทั้งเป็นอาชญากรรมและเป็นเหยื่อไปพร้อมๆ กัน เช่น การเล่นการพนัน การเป็นโสเภณี การติดยาเสพติด

---

[๔๖] ดูรายละเอียดใน ที.ปา (ไทย) ๑๑/๒๐๕/๒๕๙.

เป็นต้น กล่าวโดยสรุปคนตกเป็นเหยื่อ ก็เพราะความเห็นผิด จึงทำให้เกิดการกระทำผิดหรือการประกอบอาชญากรรม

ปัจจัยทางสังคมในประการสุดท้าย คือ ความอ่อนแอของสถาบันสังคม โดยเฉพาะสถาบันในทางการปกครอง หากสถาบันดังกล่าวนี้ไม่มีความเข้มแข็งพอ และไม่มีการบังคับใช้กฎหมายอย่างจริงจังก็อาจจะส่งเสริมทำให้เกิดอาชญากรรมได้

๓. ปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ปัจจัยดังกล่าวนี้ คือปัจจัยภายนอกที่มีส่วนจูงใจให้เกิดการกระทำความผิด เท่าที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนา ได้แก่ สถานที่สิ่งเสพติด อาวุธ เวลาที่ไม่สมควร และวัตถุอันเป็นที่รัก สถานที่เปลี่ยวหรือสถานที่ยากต่อการถูกจับกุม ย่อมง่ายต่อการประกอบอาชญากรรม สิ่งเสพติดทำให้เกิดความประมาทเห็นผิดเป็นชอบ อาวุธหากมีแพร่หลายและขาดการควบคุมอย่างจริงจัง ย่อมส่งผลให้เกิดอาชญากรรมได้มาก เวลาที่ไม่สมควร เช่น เวลากลางคืนย่อมทำให้เกิดการเห็นผิดและประกอบอาชญากรรมได้ง่าย วัตถุอันเป็นที่รักหรือของมีค่าต่างๆ ก็อาจจะทำให้เกิดความเห็นผิดและนำไปสู่การประกอบอาชญากรรมได้เช่นกัน[๔๗]

กล่าวโดยสรุปแล้ว สาเหตุของการที่คนลงมือกระทำความผิด เช่น โดยการฆ่าการลักทรัพย์ ความผิดทางเพศ อาทิ ข่มขืนกระทำชำเรา (ประพฤติผิดในกาม) แม้แต่ความผิดในคดียาเสพติด ตลอดถึงความผิดอื่นๆ ย่อมเกิดขึ้นเพราะความโลภ ความโกรธและความหลงหรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าเกิดขึ้นเพราะความเห็นผิดหรือมิจฉาทิฏฐิ ภาวะเช่นจิตเช่นนี้ย่อมนำความเดือดร้อนมาสู่ตนเองและผู้อื่นมิจฉาทิฏฐินี้เป็นสิ่งตรงกันข้ามสัมมาทิฏฐิหรือความเห็นที่ถูกต้องอันเกิดจากปัจจัยภายนอก เช่น เสียงจากผู้อื่นการกระตุ้นหรือการชักจูงจากภายนอก คือการรับฟังคำแนะนำสั่งสอน เล่าเรียนความรู้ สนทนาซักถามฟังคำบอกเล่าชักจูงของผู้อื่น โดยเฉพาะการสดับสัทธรรมจากท่านผู้เป็นกัลยาณมิตร ปัจจัยภายนอกดังกล่าวนี้เรียกเป็นภาษาธรรมว่า “ปรโตโฆสะ” นอกจากปัจจัยภายนอกแล้ว สัมมาทิฏฐิยังเกิดจากปัจจัยภายในภาษาธรรมเรียกว่า “โยนิโสนสิการ” คือการใช้ความคิดถูกวิธี การรู้จักคิด คิดเป็น คือการกระทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณา รู้จักสืบสาวเหตุผล แยกแยะสิ่งนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆ ให้เห็นตามสภาวะและความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย ส่วนมิจฉาทิฏฐิหรือความเห็นผิดเกิดจากการปรโตโฆสะที่ไม่ดีไม่งาม สภาพแวดล้อมทางสังคมชั่วร้าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งบาปมิตรและอโยนิโสมนสิการ คือ การทำในใจไม่แยบคาย ไม่รู้จักคิด คิดไม่เป็น คิดไม่ถูกวิธี เป็นต้น

เรื่องของความโลภ ความโกรธและความหลง มีลักษณะอาการที่จะทำให้เกิดอาชญากรรมได้ ดังนี้

๑) อาการของโลภะ เช่น ความกำหนัดความคล้อยตามอารมณ์ ความอยาก ความสยบ ความหมกมุ่น ความใคร่ ความโลภเกินขนาด ความติดใจ ความกระหยิ่มใจ เป็นต้น

๒) อาการของโทสะ เช่น ความอาฆาต ความขัดเคือง ความแค้น ความพลุ่งพล่าน ความคิดประทุษร้าย ความโกรธ ความดุร้าย ความปากร้าย เป็นต้น

---

[๔๗] ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์, **อาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา,** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๙), หน้า ๕–๖.

๓) อาการของโมหะ เช่น ความไม่รู้ ความไม่เห็น ความไม่รู้โดยสมควร ความไม่รู้ตามความเป็นจริง ความไม่แทงตลอด ความไม่ถือเอาโดยถูกต้อง ความไม่หยั่งลงโดยรอบคอบ ความไม่พิจารณา ความไม่กระทำให้ประจักษ์ ความทรงปัญญา ความโง่เขลา ความไม่รู้ชัด ความหลง[๔๘]

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า สภาพของจิตที่มีความโลภ ความโกรธและความหลงครอบงำ อาจจะมีความเสี่ยงทำให้เกิดอาชญากรรมในเวลาหนึ่งเวลาใดก็ได้ หากมีการกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมที่เป็นการละเมิดกฎหมายของบ้านเมืองในเรื่องของปัจจัยทางจิตนี้หากพิจารณาให้ถ่องแท้จะพบว่าพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญในเรื่องของมิจฉาทิฏฐิเป็นอย่างมาก ถือได้ว่า “มิจฉาทิฏฐิ”เป็นรากเหง้าแห่งการกระทำความชั่วของคนที่ขาดหลักธรรมเป็นเครื่องครองใจ ความคิดเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตในทางพระพุทธศาสนาสอดคล้องกับความคิดเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตที่อธิบายในอาชญาวิทยายุคปัจจุบัน ทัศนะทางอาชญาวิทยาจะกล่าวถึงปัจจัยทางจิตใจว่ามีความก้าวร้าว ความมุ่งร้าย ความเร่าร้อน ความยึดมั่นในตนเองหรือความเห็นแก่ตัวอาจนำไปสู่การประกอบกิจกรรมที่เป็นความผิดต่อกฎหมายหรือเป็นอาชญากรรมได้ ซึ่งข้อสรุปนี้ จะอยู่ในเรื่องความโกรธ ความโลภและความหลงทั้งสิ้น แม้แต่ความเห็นแก่ตัวอย่างเดียวก็คลุมความโกรธ ความโลภและความหลงไว้แล้วความหลงหรือความงมงายหรือความโง่จัดเป็นสิ่งเดียวกัน ปัจจัยทางจิตในลักษณะนี้ทำให้เกิดอาชญากรรมได้มาก คนที่มีความหลงหรือมีความโง่อาจจะตกเป็นเหยื่ออาชญากรรม หรืออาจจะประกอบอาชญากรรมเสียเองก็ได้ มีคนหลอกลวงมากมายที่ใช้ความโง่หรือความหลงของเหยื่อความคิดที่ผิด เป็นปัจจัยเบื้องต้นที่จะทำให้คนลงมือประกอบอาชญากรรม เป็นความหลงผิด ความหลงและความงมงายเป็นรากฐานของความโลภและความโกรธ ภาวะของจิตที่มีความหลงนี้ ถือว่าเป็นภาวะแห่งความเจ็บป่วยทางอารมณ์ และทฤษฎีทางจิตวิทยาก็มีสมมติฐานที่ว่า การเป็นอาชญากรเกิดจากการเจ็บป่วยทางอารมณ์มากกว่าการสืบทอดทางพันธุกรรม

การเจ็บป่วยทางอารมณ์นี้คงตรงกับคำว่า “โรคทางวิญญาณ” ท่านพุทธทาสภิกขุได้กล่าวไว้ว่า ปัจจัยทางจิตในพระพุทธศาสนานั้นต้องเข้าใจให้ชัดเจนไว้ด้วยว่า เป็นเรื่องที่เน้นในเรื่องของวิญญาณหมายถึงวิญญาณหรือจิตหรือมโนในส่วนลึกที่มันเป็นโรคได้ด้วยอำนาจของกิเลสโดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ อวิชชา หรือ มิจฉาทิฏฐิ มันเป็นจิตที่ประกอบอยู่ด้วยอวิชชาหรือมิจฉาทิฏฐิแล้วก็เป็นโรคทางวิญญาณ คือเห็นผิดเป็นเหตุให้พูดผิด คิดผิด ทำผิดแล้วก็เป็นโรคตรงที่ทำผิด คิดผิด พูดผิด โรคทางวิญญาณเป็นกันทุกคนไม่ยกเว้นใคร ส่วน Physical disease mental disease นั้น เป็นกันบางคน เป็นบางเวลา และเรื่องมันก็ไม่มากมายเสียหายใหญ่โตอะไรมากนัก คือมันไม่ทำให้ใครเป็นทุกข์อยู่ทุกลมหายใจเข้าออกได้เหมือนกับโรคทางวิญญาณ เพราะฉะนั้นโรคทางร่างกายหรือโรคจิต (Mental disease) นี้ไม่เกี่ยวกันกับพุทธศาสนาซึ่งเป็นยาแก้โรคทางวิญญาณ หรือไม่เกี่ยวกันกับพระพุทธเจ้าที่เป็นแพทย์ ในทางวิญญาณโดยตรงมันจึงเหลือแต่โรคที่เราต้องบัญญัติลงไปว่า Spiritual disease และเรียกว่า “โรคทางวิญญาณ” ดีกว่า[๔๙]

---

[๔๘] พระเทพเวที, **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** (กรุงเทพมหานคร: ด่านสุทธาการพิมพ์, ๒๕๓๘), หน้า ๘๐.

[๔๙] พุทธทาสภิกขุ, **แก่นพุทธศาสน์,** (กรุงเทพมหานคร: การพิมพ์พระนคร, ๒๕๑๕), หน้า ๑๒.

ได้กล่าวมาแล้วว่า อาชญากรรมที่เกิดจากโรคจิต โรคประสาทหรือโรคทางกายนั้น มีเป็นส่วนน้อย ไม่ค่อยจะเป็นปัญหาทางสังคมเท่าใดนัก แม้จะได้กล่าวกันไว้ในอาญาวิทยา ในปัจจุบันก็ถือได้ว่าเป็นความรู้ส่วนหนึ่งที่ควรจะรับทราบไว้ แต่สิ่งสำคัญที่ควรจะพิจารณาก็คือทำไมคนที่ไม่เป็นโรคจิตหรือโรคประสาทจึงประกอบอาชญากรรมมากมายนัก หากนำคำตอบในพระพุทธศาสนามาตอบก็อาจจะตอบได้ว่าเพราะคนเป็นโรคทางวิญญาณ คนที่มีความโลภ ความโกรธและความหลงก็ คือ คนที่เป็นโรคทางวิญญาณ เป็นคนที่มีพิษร้ายอยู่ในจิตใจซึ่งความโลภ ความโกรธ ความหลงนั้นมีรากฐานเกิดมาจากหลายสาเหตุ

ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาใหญ่ในปัจจุบัน เป็นปัญหาในทุกระดับ ทั้งระดับโลก ระดับชาติ ชุมชน สังคมและระดับบุคคล เป็นปัญหาที่ยังหาทางแก้ไขได้ยาก ในสังคมไทยจะพบว่าในบริเวณที่ชุมชนหนาแน่น หรือแหล่งเสื่อมโทรมนั้น มักจะเป็นแหล่งที่ทำให้เกิดปัญหายาเสพติด เช่น บริเวณคลองเตย ดินแดง ในกรุงเทพมหานคร เป็นต้น ปัญหายาเสพติดและอาชญากรรมต่างๆ เป็นปัญหาหนึ่งในหลายๆ ปัญหาในแหล่งเสื่อมโทรมเป็นปัญหาที่รุนแรงและเรื้อรังก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา เช่นการลักเล็กขโมยน้อย การฉกชิงวิ่งราว และการกลายเป็นคดีอาชญากรรมต่างๆ จากการศึกษาค้นคว้าพบว่าสาเหตุของยาเสพติดที่ก่อให้เกิดอาชญากรรมนั้น เป็นเพราะ ๑) การมีเวลาว่างมากเกินไป เนื่องมาจากการไม่ได้ศึกษาเล่าเรียน เมื่อขาดการศึกษาทำให้หางานทำยาก จึงเกิดปัญหาการว่างงาน ส่วนมากมักจะเป็นกลุ่มวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง ๑๔ ถึง ๑๕ ปี มักจะจับกลุ่มรวมกันเป็นแก๊งค์ชักชวนกันใช้ยาเสพติด เมื่อขัดสนทางการเงินมากขึ้น๒) สภาพแวดล้อมชักนำไป เมื่อขัดสนทางการเงินก็จะชักชวนให้ผู้อื่นมาติดยาเสพติดให้มากขึ้น ผู้ติดก่อนจะมาหาเงินมาโดยวิธีจำนำของของตนเอง ของคนในครอบครัว ต่อมาก็ลักเล็กขโมยน้อยจนกลายเป็นมากขึ้น และในที่สุดถึงขั้นก่ออาชญากรรมได้ เมื่อมีความต้องการเสพอย่างรุนแรง[๕๐]

### ๒.๔.๒ แนวคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดตามแนวพุทธ

จากมุมมองเรื่องสาเหตุการกระทำความผิดของมนุษย์ในทางพระพุทธศาสนา ที่มีบริบทแห่งเหตุและปัจจัยที่ต่างกันไปย่อมให้โอกาสแก่บุคคลผู้ทำความผิดตามเงื่อนไขและบริบทแห่งเหตุและปัจจัยที่ตั้งไว้ โดยเปิดโอกาสให้บุคคลผู้ทำความผิดได้มีโอกาสแก้ไขตนเองให้ดีขึ้น ด้วยการพัฒนาตนเองให้เกิดความพร้อมทั้งทางด้านกาย วาจาและทางใจ เพื่อแก้ไขในความผิดพลาดที่เกิดขึ้นในชีวิตหรือแก้ไขทั้งทางด้านร่างกาย (พฤติกรรม) จิตใจ สังคมสำหรับเป้าหมายในการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดในทางพระพุทธศาสนา คือ เพื่อการแก้ไขผู้กระทำผิดซึ่งเป็นผู้มีความบกพร่องอยู่ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ด้วยหลักเมตตาธรรม แม้มนุษย์ผู้นั้นจะได้กระทำความผิดพลาดมาในอดีต หากได้รับคำแนะนำ สั่งสอน ฝึกฝนในทางที่ถูกต้อง มนุษย์ก็สามารถพัฒนาตนเป็นคนดีได้ ภายใต้ความเชื่อในศักยภาพมนุษย์ว่า เป็นผู้ที่สามารถฝึกฝนและพัฒนาได้ (สังคมสงฆ์) ดังพุทธสุภาษิต “ในหมู่มนุษย์นั้น ผู้ที่ฝึกแล้วเป็นผู้ประเสริฐสุด ประเสริฐสุดจนกระทั่งแม้แต่เทวดา และพรหมก็น้อมนมัสการ”[๕๑] หรือ “อัสดร สินธพ ม้าอาชาไนย ช้างพลวง ช้างพลาย เมื่อได้รับการฝึกแล้วก็ประเสริฐ เป็นสัตว์ที่เก่งแต่

---

[๕๐] ประมุข สวัสดิมงคล. “แหล่งชุมชนกับปัญหายาเสพติด”, **เอกสารเผยแพร่,** สำนักงาน ป.ป.ส., สำนักนายกรัฐมนตรี, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สำนักเลขาธิการคณะรัฐมนตรี, ๒๕๒๑), หน้า ๓.

[๕๑] ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๓/๕๗.

มนุษย์ที่ฝึกแล้วประเสริฐกว่านั้น”[๕๒]เป้าหมายอีกประการหนึ่งคือเพื่อความสงบสุขในสังคม (สังคมสงฆ์) ป้องกันสังคมไม่ได้ให้ได้รับผลกระทบความเดือดร้อนจากการก่ออาชญากรรม

พระพุทธศาสนา ให้ความสำคัญกับมนุษย์เท่าเทียมกันโดยหลักศีลสามัญญตา คือความเสมอภาคกันด้วยศีล คือหลักประพฤติปฏิบัติทางกายและวาจาให้เรียบร้อยดีงาม พระพุทธเจ้าทรงใช้ศีลเป็นบรรทัดฐานในการรับสมาชิกเข้ามาสู่พระพุทธศาสนาในมุมมองของพระพุทธศาสนา ได้สอนให้บุคคลตั้งอยู่ในฐานแห่งความเมตตากรุณาต่อสัตว์ทั้งหลายอย่างเท่าเทียมกัน โดยมองว่าสัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม เมื่อเกิดมาแล้วจะอยู่ในฐานะ ภาวะ เพศ และวัยใดก็ตาม ต่างก็มีศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์เสมอกัน สมควรได้รับการพัฒนาทั้งทางกาย พฤติกรรมและปัญญาเท่าเทียมกัน ในเรื่องการพัฒนานี้ พระพุทธองค์ทรงยกย่องผู้ที่ได้รับการพัฒนาแล้วว่าเป็นผู้ประเสริฐ ในหมู่มนุษย์ ผู้ฝึกตนดีแล้ว เป็นผู้ประเสริฐ มีความหมายว่า ผู้ที่ได้รับการพัฒนาฝึกฝนอบรมตน ทั้งในด้านกายวาจาและใจดีแล้ว ย่อมจะเป็นผู้ประเสริฐกว่าคนทั้งปวง คำว่า อบรมตนอยู่ในคำว่า ภิกษุอบรมตนอยู่ อธิบายว่า ภิกษุปรารภความเพียร มีเรี่ยวแรง มีความบากบั่นมั่นคง ไม่ทอดทิ้งฉันทะไม่ทอดทิ้งธุระในกุศลธรรมทั้งหลายอีกนัยหนึ่ง ภิกษุส่งตนไป คือ ส่งตนไปในประโยชน์ตนในญายะในลักษณะ ในเหตุ ในฐานะและอฐานะ คือ ส่งตนไปว่าสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา”[๕๓]

หลักคำสอนของพระพุทธศาสนา ให้ความสำคัญสูงสุดกับการพัฒนาชีวิตมนุษย์ ภายใต้ความเชื่อที่ว่า มนุษย์ทุกคนพัฒนาได้และพัฒนาได้โดยไม่มีขีดจำกัดสูงสุดสู่ความเป็นพุทธะโดยมีพระพุทธเจ้าเป็นต้นแบบของการพัฒนาที่สูงสุด ดังพุทธศาสนาสุภาษิตที่ว่า "ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจริยะ เป็นผู้ประเสริฐสุด ทั้งในหมู่มนุษย์และมวลเทวา"[๕๔] นี้เป็นหลักที่ฐานความคิดความเชื่อพื้นฐานที่กำหนดทิศทางของกระบวนการพัฒนามนุษย์ทั้งมวล

การพัฒนามนุษย์หรืออีกนัยหนึ่ง คือ การพัฒนาชีวิตมนุษย์ให้มีคุณภาพหรือเรียกว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิต การพัฒนามนุษย์บางครั้งอาจพูดในมิติของการพัฒนาสังคม เพราะการพัฒนาสังคมโดยสาระแล้วก็คือการพัฒนามนุษย์ เพื่อยกฐานะความเป็นอยู่ของมนุษย์ให้ดีขึ้น เพียงแต่การพัฒนาสังคมจะมองในมิติของโครงสร้างโดยรวม ซึ่งรวมเอาสังคม การปกครอง เศรษฐกิจ การศึกษาและศิลปวัฒนธรรมและบริบทอื่นๆเข้าไว้ด้วย แต่เป้าหมายสุดยอดของการพัฒนาอยู่ที่คนเพราะคนเป็นทั้งผู้ถูกพัฒนาและเป็นผู้รับผลของการพัฒนา และเป้าหมายของการพัฒนาคน กลุ่มคน หรือสังคมคือความอยู่ดีกินดีด้านต่างๆ หรือสภาพสังคมที่ดี ซึ่งรวมถึงสภาพเศรษฐกิจและการเมืองด้วย ที่สุดผลต้องเป็นไปเพื่อให้คนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น เหมือนการมองดูทิวทัศน์จะผ่านอะไร ผ่านวัตถุชนิดใดราคาแพงแค่ไหนเพียงใดที่สุดก็เพื่อให้มองเห็นความสวยงามของทิวทัศน์นั้นๆ ได้เต็มที่ แต่ขณะนี้กำลังมองการพัฒนามนุษย์โดยผ่านพระพุทธศาสนา หรือใช้หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นสื่อกลางในการพัฒนามนุษย์[๕๕]

---

[๕๒] ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๓/๕๗.

[๕๓] ดูรายละเอียดใน ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๙๖/๕๗๖.

[๕๔] ดูรายละเอียดใน สำ.นิ. (ไทย) ๑๖/๗๒๔/๓๓๑.

[๕๕] สัญญา สัญญาวิวัฒน์, **ทฤษฎีสังคมวิทยา เนื้อหาและแนวการใช้เบื้องต้น,** (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่เจ้าพระยาการพิมพ์, ๒๕๓๓), หน้า ๓.

เมื่อชีวิตมนุษย์ได้รับการพัฒนาที่ดี เหตุนั้นความสำคัญประการแรกในกระบวนการพัฒนาคน ก็คือความต้องการเรียนรู้ ถ้าพัฒนาความต้องการให้เรียนรู้ขึ้น คนจะมีความสุขจากการสนองความต้องการเรียนรู้นั้น กระทำทุกอย่างเพื่อสนองความรู้ มิใช่เพื่อความรู้สึก เพราะหากสนองความรู้สึกหรือสนองความต้องการจะมีปัญหาเพราะมีด้านบวกกับด้านลบ เมื่อได้เสพสิ่งที่ตนชอบใจก็มีความสุข แต่เมื่อได้พบสิ่งที่ไม่ชอบใจก็เป็นทุกข์ แต่พอได้รับการพัฒนาที่ดี ฝึกฝนจิตใจให้หนักแน่นมั่นคง เพียงแต่เริ่มต้นศึกษา เริ่มต้นเรียนรู้ก็จะมีความทุกข์น้อยลงและจะได้ความสุขชนิดใหม่เพิ่มขึ้นมา ซึ่งเป็นความสุขที่ไม่เป็นโทษแก่ใคร และมาพร้อมกับการพัฒนาชีวิตของตนด้วย[๕๖]

กล่าวโดยสรุปแล้ว ทั้งแนวคิดทฤษฎีมนุษย์นิยมและหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาจะมีความเชื่อไปในทิศทางเดียวกัน คิดเชื่อในศักยภาพในความสามารถของมนุษย์ เชื่อว่ามนุษย์มีศักยภาพในตนเองพร้อมที่พัฒนา มนุษย์ประเสริฐเพราะการฝึกฝนพัฒนา และมนุษย์มีความจำเป็นต้องพัฒนา หากไม่พัฒนาอาจมีชีวิตอยู่ไม่รอด หรืออาจเป็นภัยแก่สรรพชีวิตและสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย เช่น เป็นอาชญากร ก่ออาชญากรรมในรูปแบบต่างๆ การค้ายาเสพติดหรือเสพยาเสพติดให้โทษ เป็นต้น การพัฒนามนุษย์คือการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมให้ดีขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่ต้องโทษ กระทำความผิดมีคุณภาพชีวิตต่ำกว่าบุคคลทั่วไป คือ ขาดความยับยั้ง ชั่งใจ ขาดเหตุผล มีความเห็นผิด เป็นต้น เมื่อเข้ามาอยู่ในเรือนจำ จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม พุทธวิธีการพัฒนาคนที่กระทำความผิดพลาด โดยให้โอกาสในการแก้ไขปรับปรุงตนเอง จากคนไม่ดีให้เป็นคนดี จากคนดีอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น โดยวิธีการแนะนำ ชี้แนะให้แก้ไขข้อผิดพลาด ให้โอกาสปรับปรุงตนเอง โดยใช้หลักเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

### ๒.๔.๓ จุดหมายของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้กระทำความผิด

พระธรรมคำสอนที่พระพุทธเจ้า ได้ทรงนำมาประกาศแก่ชาวโลกนั้น หากจะกล่าวโดยจุดหมายแล้ว ก็เป็นไปเพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ หรือความดับทุกข์ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ตถาคตพยากรณ์แต่เรื่องทุกข์ และความดับทุกข์เท่านั้น”[๕๗] ความดับเสนอแห่งทุกข์ (นิพพาน) จึงเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

อย่างไรก็ตาม พระพุทธศาสนายอมรับว่ามนุษย์เรามีความแตกต่างกัน ในเรื่องกำลังความรู้ความสามารถ ฉะนั้น มนุษย์แต่ละคนจึงมีความสามารถที่จะไปถึงจุดหมายได้ไม่เท่ากัน ด้วยเหตุนี้ คำสอนในพระพุทธศาสนาที่มีอยู่มากมายนั้น จึงไม่ได้หมายความว่า ทุกคนที่ปฏิบัติตามแล้วจะได้ผลในระดับที่ต้องการได้ทั้งหมด แต่ก็มิได้หมายความว่า คำสอนนั้นไม่ถูกต้องหรือเป็นไปไม่ได้จริงในทางการปฏิบัติแท้จริงผู้ที่ปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา ย่อมได้รับประโยชน์แน่นอน คือสามารถแก้ทุกข์หรือปัญหาในชีวิตได้ แต่จะได้มากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับกำลังความรู้ความสามารถของบุคคลผู้ปฏิบัตินั้น โดยผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติเอาด้วยตนเองจึงจะได้รับประโยชน์ ไม่สามารถปฏิบัติแทนกันได้ และแม้ว่าปฏิบัติแล้วจะไม่สัมฤทธิ์ผลตามตั้งใจก็ตาม ก็ไม่สูญเปล่าเนื่องจากขึ้น

---

[๕๖] พระธรรมปิฎก, **การศึกษาทางเลือก: สู่วิวัฒน์หรือวิบัติในยุคโลกไร้พรหมแดน**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๑), หน้า ๕๙.

[๕๗] ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๒๘๖/๒๗๘.

ชื่อว่ากรรมแล้วย่อมไม่สูญเปล่า ย่อมยังผลส่งเสริมนำให้ผู้ปฏิบัติไปสู่ความสำเร็จต่อได้พุทธศาสนิกชนจึงควรทำความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวนี้ให้ดี เพื่อจะได้เป็นผู้ที่ปฏิบัติตามหลักคำสั่งสอนในพระพุทธศาสนาอย่างสม่ำเสมอไม่ขาด เพื่อจุดหมายก็คือความดับสนิทแห่งความทุกข์ดังกล่าว ซึ่งลักษณะเด่นของคำสอนในพระพุทธศาสนา มีดังนี้

๑. เน้นเรื่องการแก้ทุกข์หรือปัญหาของชีวิตพระพุทธเจ้าได้แสดงไว้โดยตรงว่า สิ่งที่พระองค์สอนนั้นคือเรื่องทุกข์และการดับทุกข์ ดังที่แสดงไว้แล้วในจุดหมายของพระพุทธศาสนาสำหรับเรื่องทุกข์และการดับทุกข์นั้นแท้จริงก็คือ คำสอนในเรื่องอริยสัจ ๔ นั่นเอง และด้วยหลักอริยสัจนั้นเป็นหลักคำสอนที่มีความครอบคลุมคำสอนทั้งปวงในพระพุทธศาสนา ดังนั้นคำสอนในพระพุทธศาสนาจึงล้วนเป็นรายละเอียดหรือความจริงในอริยสัจ ๔ หรือเรื่องทุกข์และการแก้ทุกข์หรือปัญหาของชีวิต อันเป็นสาระสำคัญนั่นเอง

๒. ให้ความสำคัญแก่ปัญญาสูงสุดพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับปัญญาสูงสุด ทั้งในแง่ของการพัฒนาปัญญา และในแง่ของการใช้ปัญญาของตนเอง พิจารณาไตร่ตรองก่อนที่จะพูดจะทำอะไรลงไป ตลอดจนใจความสำคัญแก่ปัญญาสูงสุดในการแก้ทุกข์หรือปัญหาของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินชีวิตประจำวัน ไปจนถึงการกำจัดกิเลสหรือความชั่วขั้นเด็ดขาด ซึ่งเราอาจเห็นได้จากการสอนของพระพุทธเจ้าที่มุ่งให้ผู้ฟังเกิดความรู้ความเข้าใจ หรือเกิดปัญญาในสิ่งที่ทรงสอน มิใช่เพื่อต้องการให้ผู้ฟังเชื่อหรือยอมรับสิ่งที่ทรงสอน แม้ในเรื่องความเชื่อหรือความศรัทธา ก็ทรงเน้นและสรรเสริญความเชื่อที่ประกอบด้วยปัญญา พร้อมทั้งทรงแนะนำว่าอย่าเชื่อคนโดยปราศจากปัญญาไตร่ตรองในส่วนของการประพฤติปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินชีวิตประจำวันหรือการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือความหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง ปัญญาเป็นสิ่งสำคัญสูงสุด

๓. เป็นคำสอนเพื่ออิสรภาพของชีวิตแม้ในเบื้องต้นพระพุทธศาสนาจะให้มีความศรัทธาเชื่อมั่นในพระรัตนตรัยบ้าง ในเรื่องกรรมบ้าง ดังที่ได้อธิบายเอาไว้ในเรื่องของความเชื่อทางศาสนาในพระพุทธศาสนาก็ตาม แต่ทั้งหมดก็เป็นเพียงเพื่อเป็นแนวทางหรือเป็นแบบอย่าง เพื่อพัฒนาตนเองจนสามารถรู้และเข้าใจถึงความจริงอันนำไปสู่ความ หลุดพ้น (นิพพาน) ศรัทธาในพระพุทธศาสนาจึงเป็นเบื้องต้นที่จะนำไปสู่ปัญญา (ความรู้แจ้ง) กล่าวคือ มีความศรัทธาเพื่อที่จะรู้ และเมื่อรู้แล้วก็หมดหน้าที่ของศรัทธาแต่ทั้งนี้ก็จะต้องขึ้นอยู่กับกำลังความรู้ความสามารถของตนเอง ฉะนั้น พระอรหันต์ผู้บรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา จึงเรียกว่าเป็นผู้ไม่มีศรัทธา คือ เป็นผู้ประจักษ์ความจริงในคำสอนของพระพุทธเจ้า โดยไม่ต้องอาศัยคนอื่นหรือเชื่อตามผู้อื่น นอกจากนี้ผู้ที่สามารถพัฒนาตนตามคำสอนของพระพุทธศาสนาได้อย่างสมบูรณ์จนถึงภาวะที่เรียกว่า วิมุติหรือความหลุดพ้นหรือนิพพาน ก็ได้ชื่อว่ามีอิสรภาพอย่างแท้จริง คือเป็นอิสระจากกิเลสตัณหา หรือความรู้สึกนึกคิดที่ไม่ดีทั้งหลายอย่างสิ้นเชิง อันจะทำให้เป็นผู้ที่อยู่ในโลกอย่างไม่ติดโลก อยู่ท่ามกลางความทุกข์ โดยไม่เป็นทุกข์อยู่ท่ามกลางชีวิตและสังคมที่แปรปรวนโดยไม่ได้รับผลกระทบจากความแปรปรวนทั้งปวง

๔. ประกาศหลักอนัตตา : ไม่มีตัวยืนที่จีรังอาจกล่าวได้ว่าพระพุทธศาสนาเป็นเพียงศาสนาเดียวเท่านั้น ที่ประกาศหลักอนัตตาคือยืนยันว่าไม่มีตัวตนแท้จริงที่จีรัง หรือตัวตนที่เป็นตัวยืนอยู่ไม่ว่าจะในลักษณะของรูปธรรมหรือนามธรรม เพราะทุกสิ่งทั้งรูปธรรมและนามธรรม ล้วนตกอยู่ภายใต้ความจริงคือ ไตรลักษณ์ อันได้แก่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา กล่าวโดยสรุปคือ ทุกสิ่งล้วนเคลื่อนไหวตามกระแสแห่งไตรลักษณ์และอาจกล่าวได้ว่าภาวะแห่งความเคลื่อนไหวดังกล่าวคือ สัจ

ธรรมหรือความจริงของจักรวาลในทัศนะของพระพุทธศาสนา คำสอนในเรื่องนี้จึงเป็นคำสอนที่มีความสำคัญ และทำให้พระพุทธศาสนาแตกต่างไปจากศาสนาอื่น

๕. ยึดหลักทางสายกลาง : มัชฌิมาปฏิปทาหลักการปฏิบัติที่สำคัญที่มีความครอบคลุมและตรงเป้าหมายของพระพุทธศาสนามากที่สุดนั้น หากกล่าวโดยสรุปคือหลักทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา ดังที่พระพุทธเจ้าได้แสดงไว้ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ซึ่งมีใจความโดยสรุปคือการปฏิบัติที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนานั้น จะต้องเป็นการปฏิบัติที่ไม่เอนเอียงไปข้างใดข้างหนึ่ง ไม่ตึงหรือไม่หย่อนจนเกินไป ซึ่งหมายถึงการปฏิบัติที่ตรงต่อเป้าหมายหรือตรงต่อความจริง โดยไม่เน้นการพัฒนาหรือการอบรมเพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น (ศีล สมาธิ ปัญญา) แต่จะต้องและอบรมพัฒนาทุกๆด้านอย่างมีดุลยภาพจนเป็นเอกภาพ จึงบรรลุผลแห่งกรรมการปฏิบัติตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา มัชฌิมาปฏิปทามิได้หมายถึงการปฏิบัติตนเพื่อบรรลุธรรมเท่านั้น แต่หมายรวมถึงการประพฤติปฏิบัติโดยทั่วไปทุกๆอย่างด้วย ตัวอย่างเช่น การทำงานให้ประสบผลสำเร็จนั้น ผู้ทำงานนั้นจะต้องทำงานให้ตรงต่อเป้าหมายที่วางไว้โดยจะต้องให้ความสำคัญกับทุกองค์ประกอบของงานที่ตนจะทำ โดยไม่ตึงหรือหย่อนจนเกินไป เพื่อให้งานนั้นสำเร็จโดยสมบูรณ์

## ๒.๕ หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

ในทางพระพุทธศาสนามีหลักพุทธธรรมที่นำมาใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตมนุษย์หลายหลัก สามารถเลือกใช้เหมาะสมแก่บุคคล เวลาและสถานการณ์ กล่าวได้ว่าหลักพุทธธรรมล้วนมีไว้เพื่อจุดประสงค์ในการพัฒนามนุษย์ทั้งสิ้นสำหรับหลักพุทธธรรมที่นำมาใช้ส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสำหรับการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ คือ หลักไตรสิกขาและหลักมหาสติปัฏฐาน ๔หลักไตรสิกขานั้นเป็นหลักธรรมสำหรับการฝึกปฏิบัติเพื่อพัฒนาชีวิตคนให้ดีงาม ให้เจริญงอกงาม เป็นหนทางนำไปสู่อิสรภาพทางจิต และก่อให้เกิดสันติสุขอย่างแท้จริง วิธีการฝึกหรือกระบวนการฝึกที่ทำให้ชีวิตดีงาม มีคุณภาพนั้นเป็น “สิกขา” ส่วนชีวิตที่ดีงามหรือวิถีชีวิตที่ดีงามอันเกิดจากการฝึกฝนนั้นเป็น “มรรค” สิกขากับมรรคจึงมีความหมายเกือบจะเหมือนกัน การดำเนินชีวิตที่ดีที่ถูกต้อง คือ “มรรค” แต่การจะมีชีวิตที่ดีงามและถูกต้องได้จะต้องมีการฝึกฝน ดังนั้นการฝึกฝนและพัฒนา คือ “สิกขา”[๕๘]เป็นการฝึกมนุษย์ที่ครอบคลุม ๓ ด้าน คือ ด้านร่างกาย จิตใจและสังคม โดยใช้หลักศีล สมาธิและปัญญา สำหรับการที่จะฝึกฝนมนุษย์ให้ถึงพร้อมด้วยศีล สมาธิและปัญญา ในงานวิจัยนี้ อาศัยหลักปฏิบัติในมหาสติปัฏฐาน ๔ เป็นเครื่องมือ

### ๒.๕.๑ หลักไตรสิกขา

คำว่า “ไตรสิกขา” แปลว่า “สิกขา ๓” คำว่าสิกขา แปลว่า การศึกษา การสำเหนียก การฝึกหัด ฝึกปรือ ฝึกอบรม ได้แก่ ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรม พัฒนากาย วาจา จิตใจให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ ความหลุดพ้นหรือนิพพาน[๕๙] สิกขา ๓ ประกอบด้วย

---

[๕๘] สุมานพ ศิวารัตน์, “การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักไตรสิกขา”, **วารสารวิชาการสถาบันป้องกันประเทศ**, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – เมษายน ๒๕๖๐): ๓๖-๔๘.

[๕๙] พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตฺโต, **พุทธธรรมฉบับปรับขยาย,** พิมพ์ครั้งที่ ๓๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๕), หน้า ๕๔๖.

๑) อธิศีลสิกขา การฝึกศึกษาในด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ให้มีสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ (Training in Higher Morality)

๒) อธิจิตตสิกขา การฝึกศึกษาทางจิตใจ พัฒนาคุณธรรม สร้างความสุข เสริมคุณภาพจิต และรู้จักใช้ความสามารถในกระบวนสมาธิ (Training in Higher Mentality หรือ Mentality Discipline)

๓) อธิปัญญาสิกขา การฝึกศึกษาทางปัญญาอย่างสูง ทำให้เกิดความรู้แจ้งที่สามารถชำระจิตให้บริสุทธิ์หลุดพ้นโดยสมบูรณ์ เป็นอิสระไร้ทุกข์สิ้นเชิง(Training in Higher Wisdom)

กล่าวได้ว่าไตรสิกขา คือ การฝึกความประพฤติ ฝึกจิต และฝึกปัญญา ให้สามารถแก้ไขปัญหาของมนุษย์ เป็นไปเพื่อความดับทุกข์ นำไปสู่ความสุข และความเป็นอิสระอย่างแท้จริง

**สาระสำคัญของไตรสิกขา**

๑. สาระของอธิศีล คือ การดำรงตนอยู่ด้วยดี มีชีวิตที่เกื้อกูลท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่ตนมีส่วนช่วยสร้างสรรค์รักษา ให้เอื้ออำนวยแก่การมีชีวิตที่ดีงามร่วมกัน เป็นพื้นฐานที่ดีสำหรับการพัฒนาคุณภาพจิต และการเจริญปัญญา

๒. สาระของอธิจิตต์ คือ การพัฒนาคุณภาพจิต หรือการปรับปรุงจิตให้มีคุณภาพ และสมรรถภาพสูง ซึ่งเอื้อแก่การมีชีวิตที่ดีงาม และพร้อมที่จะใช้งานทางปัญญาอย่างได้ผลดีที่สุด
๓. สาระของอธิปัญญา คือ การมองดู รู้จักและเข้าใจสิ่งทั้งหลาย ตามความเป็นจริง หรือรู้เท่าทันธรรมดาของสังขารธรรมทั้งหลาย ที่ทำให้เป็นอยู่และทำการต่างๆ ด้วยปัญญา คือรู้จักวางใจวางท่าทีและปฏิบัติต่อโลก และชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะพอดี ในทางที่เป็นไปเพื่อแผ่ขยายประโยชน์สุข มีจิตใจผ่องใสไร้ทุกข์ เป็นอิสรเสรีและสดชื่นเบิกบาน

**การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา**

แนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา เป็นการพัฒนาชีวิตตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาที่เริ่มจากหลักของการศึกษาเพราะการภาวนาหรือการพัฒนานั้นแท้จริงก็คือสิ่งเดียวกับการศึกษาหรือสิกขา สิ่งที่ต้องศึกษาหรือสิ่งที่ต้องพัฒนา แยกออกไปเป็น ๓ ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจและปัญญา เรียกว่า “ไตรสิกขา” ประกอบด้วย ศีลสิกขา มีสาระสำคัญ ดังนี้

๑. ศีลสิกขา คือการศึกษาหาวิธีในการควบคุมหรือรักษากาย วาจาให้เรียบร้อย ไม่ให้ล่วงละเมิดศีล โดยเฉพาะศีลที่เป็นพื้นฐานของมนุษย์ หรือนิจศีล คือ ศีล ๕ ด้วยการไม่ฆ่าผู้อื่นหรือสัตว์อื่น ไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้เจ็บไม่ลักทรัพย์ไม่เป็นชู้กับลูก-เมีย-สามีคนอื่น ไม่พูดโกหก พูดสอดเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อไม่ดื่มสุราและเสพสิ่งมึนเมาทุกชนิด

๑) การพัฒนาตามหลักศีล (ปาริสุทธิศีล ๔)

ศีล คือ การฝึกฝนพัฒนาด้านพฤติกรรม หมายถึง การพัฒนาพฤติกรรม ทางกาย และวาจา ให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้องมีผลดี สิ่งแวดล้อมที่เราเกี่ยวข้องสัมพันธ์ มี ๒ ประเภท คือ สิ่งแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ เพื่อนมนุษย์ (ในความหมายเดิมทางพระพุทธศาสนารวมทั้งสัตว์อื่นทั้งหลายทั้งปวงด้วย) สิ่งแวดล้อมทางวัตถุ ได้แก่ปัจจัย ๔ เครื่องใช้วัสดุอุปกรณ์ต่างๆ รวมทั้งเทคโนโลยี และสิ่งทั้งหลายที่มีในธรรมชาติ ศีลแบ่งเป็น ๔ หมวดใหญ่คือ

(๑) ปาฏิโมกขสังวรศีล หมายถึง ศีลคือการสำรวมในปาฏิโมกข์ หรือสำรวมในพระวินัย ในเชิงการประยุกต์ใช้หมายถึงการรักษาวินัยแม่บทของชุมชน เมื่อคนอยู่ร่วมกัน หรือทำงานทำกิจกรรมร่วมกันเป็นชุมชน เป็นหน่วยงาน เป็นองค์กร ตลอดจนถึงประเทศชาติ จะต้องมีกฎเกณฑ์กติกา ตลอดจนกฎหมายเพื่อจัดระเบียบระบบให้เกิดความเรียบร้อย ความประสานสอดคล้อง ความเกื้อหนุนต่อกัน ความร่วมรับผิดชอบ และสามัคคี ที่จะเอื้อโอกาสหรือเป็นหลักประกัน ให้ชีวิตความเป็นอยู่ และกิจการต่างๆ ดำเนินไปด้วยดีสมตามวัตถุประสงค์แห่งชีวิตหรือกิจการของชุมชนนั้น ดังเช่น พระสงฆ์ในพระพุทธศาสนามีวินัยแม่บท ที่เรียกชื่อเฉพาะว่าปาฏิโมกข์ ซึ่งเรามักเรียกกันง่ายๆ ว่าศีล ๒๒๗ ชุมชนอื่น เช่น โรงเรียน ก็ต้องมีกฎกติกาที่เป็นวินัยแม่บทของตนเช่นเดียวกัน

วินัยแม่บทสำหรับสังคมคฤหัสถ์หรือสังคมแห่งมนุษยชาติทั้งหมด ก็คือ ศีล ๕ ซึ่งถือว่าเป็นมนุษยธรรม เพราะเป็นบรรทัดฐานที่จะทำให้มนุษย์มีวิถีชีวิตที่สูงกว่าสัตว์ดิรัจฉานอยู่ร่วมกันโดยไม่เบียดเบียนกันและรักษาสังคมให้มีสันติสุข สังคมมนุษย์ส่วนย่อยลงไป เช่น ประเทศสถาบัน องค์กรและหน่วยงานต่างๆ นอกจากจะต้องรักษาศีล ๕ แล้ว ก็ยังต้องปฏิบัติตามวินัยแม่บทที่เป็นส่วนเฉพาะของตนเองย่อยลงไปอีก เช่น กฎหมาย ตั้งแต่รัฐธรรมนูญลงมา จรรยาบรรณของวิชาชีพต่างๆ เช่น จรรยาบรรณแพทย์ จรรยาบรรณของข้าราชการพลเรือน เป็นต้น สำหรับผู้ต้องขัง นอกจากการปฏิบัติตามกฎหมายแล้ว ต้องปฏิบัติตามระเบียบและข้อบังคับของเรือนจำตามที่กำหนดไว้ในพะราชบัญญัติกรมราชทัณฑ์ ๒๔๗๙ มาตรา ๓๑และเมื่อผู้ต้องขังคนใดกระทำผิดวินัยให้เจ้าพนักงานเรือนจำผู้มีหน้าที่พิจารณาโดยถ่องแท้แล้วลงโทษสถานหนึ่งสถานใด หรือหลายสถาน มาตรา ๓๕[๖๐]การจัดตั้งวางระเบียบชีวิตและระบบสังคม ด้วยการบัญญัติกฎกติกาอันชอบธรรมที่เรียกว่าวินัยแม่บทนั้น พึงมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ คือ เพื่อความสงบเรียบร้อยอยู่ร่วมกันผาสุก เพื่อความสอดคล้องประสานกลมกลืน เพื่อความเกื้อหนุนกัน โดยไม่เบียดเบียน ไม่เอาเปรียบ เพื่อความมีส่วนร่วมและร่วมรับผิดชอบ เพื่อความพร้อมเพรียงสามัคคี เพื่อป้องกันความชั่วและความเสียหาย เพื่อกั้นคนชั่วร้ายและให้โอกาสคนดี เพื่อเอื้อโอกาสให้ชีวิตและกิจการพัฒนาและดำเนินสู่จุดหมาย เพื่อความดีความงามมีวัฒนธรรมของสังคม และเพื่อเป็นหลักประกันความมั่นคง หลักการ

(๒) อินทรียสังวรศีล หมายถึง ศีลคือการสำรวมในอินทรีย์ ๖ คือ สำรวมในตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจรู้จักใช้อินทรีย์รับรู้สิ่งแวดล้อมโดยผ่านทางอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ถ้ารับรู้ใช้หูตาไม่เป็นเช่น ดูไม่เป็น ฟังไม่เป็น แทนที่จะได้ประโยชน์ก็จะเกิดโทษ เช่น เกิดความลุ่มหลงมัวเมา ถูกหลอกลวงและเสื่อมเสียสุขภาพเป็นต้น ตลอดจนนำไปสู่การใช้มือและสมองเพื่อการแย่งชิงหรือทำลาย จึงต้องพัฒนาพฤติกรรมในการใช้อินทรีย์ให้ตาดู ให้หูฟัง เป็นต้น อย่างมีสติ เมื่อดูเป็น ฟังเป็น เช่น ดูทีวีเป็น ฟังวิทยุเป็น รู้จักใช้ตาหูแสวงหาความรู้ เป็นต้น ก็จะได้ปัญญา ได้คุณภาพชีวิต และนำไปสู่การใช้มือและสมองเพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลกันและทำการสร้างสรรค์หลักการในการพัฒนาอยู่ที่การฝึกใช้อินทรีย์ เช่น

๑) รู้จักพิจารณาเลือกเฟ้นสิ่งที่จะดูจะฟังเป็นต้น แยกแยะได้อย่างรู้เท่าทันว่าสิ่งใดรายการใดดีงามหรือไม่ เป็นคุณประโยชน์หรือเป็นโทษเป็นภัย แล้วหลีกละเว้นสิ่งที่ชั่วร้ายเป็นโทษภัย และรับดูรับฟังสิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์

---

[๖๐] กรมราชทัณฑ์, พระราชบัญญัติราชทัณฑ์ว่าด้วยการลงโทษสถานหนึ่งสถานใด ๒๔๗๙, มาตรา ๓๕.

๒) ดู ฟัง เป็นไปอย่างมีสติ ควบคุมตนเองได้ รู้จักประมาณ รู้พอดีไม่ปล่อยตัวให้ลุ่มหลงมัวเมา ตกเป็นทาสของสิ่งที่ดู ที่ฟังไม่เป็นนั้น อันจะทำให้สิ้นเปลืองเงินทอง สูญเสีย เวลา เสียสุขภาพ เสียการงาน เสียการเล่าเรียน เป็นต้น

๓) ไม่เห็นแก่ตัวความสนุกสนานบันเทิง ไม่ติดอยู่แค่ความชอบใจไม่ชอบใจแต่รู้จักดู รู้จักฟัง ให้ได้คุณค่าที่ดีงามเป็นประโยชน์สูงขึ้นไปกว่านั้น โดยเฉพาะที่สำคัญคือต้องให้ได้ปัญญา และคติที่จะนำมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนาชีวิตสังคม

(๓) อาชีวปาริสุทธิศีล หมายถึง ศีลคือการประกอบอาชีพที่บริสุทธิ์ หรือชอบธรรม การทำมาหาเลี้ยงชีพเป็นพฤติกรรมหลักในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ถ้ามีผู้หาเลี้ยงชีพโดยวิธีทุจริต มิจฉาชีพ นอกจากชีวิต ของคนนั้นเองจะชั่วร้ายเสื่อมเสียแล้ว ก็จะก่อความเดือดร้อนแก่สังคมอย่างมาก จึงต้องย้ำเน้นกันอย่างยิ่งในเรื่องการพัฒนาสัมมาชีพ และส่งเสริมให้ประชาชนฝึกฝนตนให้สามารถประกอบสัมมาชีพ คือหาเลี้ยงชีวิตโดยทางสุจริต ไม่ผิดกฎหมาย สัมมาชีพพึงมีลักษณะที่สำคัญๆ ดังนี้ ถือเป็นอาชีพการงานที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ก่อเวรภัยหรือสร้างความเดือดร้อนเสียหายแก่สังคม เป็นอาชีพการงานที่ช่วยแก้ไขปัญหา หรือสร้างสรรค์ชีวิตและสังคมในทางใดทางหนึ่ง เป็นอาชีพการงานที่ช่วยให้ผู้ทำได้พัฒนาชีวิตของตนให้งอกงามยิ่งขึ้น ด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา เป็นอาชีพการงานที่ไม่ทำลายคุณค่าของชีวิต และไม่เสื่อมเสียคุณภาพชีวิต หากแต่ทำให้ชีวิตของตนมีคุณค่าน่าภาคภูมิใจ เป็นอาชีพการงานที่ทำให้ได้ปัจจัยเลี้ยงชีวิตมาด้วยเรี่ยวแรงกำลังกาย กำลังสติปัญญา ความเพียรพยายาม ความสามารถและฝีมือของตน และทำให้ได้ฝึกฝนพัฒนาความเชี่ยวชาญจัดเจนหรือฝึกปรือฝีมือในทางสร้างสรรค์ยิ่งขึ้นไป

(๔) ปัจจัยสันนิสิตศีล หมายถึง ศีลคือการพิจารณาก่อนจึงบริโภคปัจจัยสี่ การเสพบริโภคปัจจัยโดยใช้ปัญญา พฤติกรรมของมนุษย์ในที่สุดก็มาลงที่การกิน ใช้ เสพ บริโภค ถ้ามนุษย์ไม่พัฒนาพฤติกรรมในการเสพ บริโภค ก็จะก่อปัญหาอย่างมากทั้งแก่ชีวิต แก่สังคมและแก่โลก เพราะเขาจะกิน ใช้ บริโภคปัจจัย ๔ และสิ่งของเครื่องใช้ทั้งหลายรวมทั้งเทคโนโลยีด้วยโมหะ ก่อให้เกิดความหลงมัวเมา ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือย ความเสื่อมเสียคุณภาพชีวิต การใช้จ่ายสิ้นเปลือง การขัดแย้งแย่งชิงเบียดเบียนกันในสังคม การทำลายทรัพยากรธรรมชาติ และการก่อมลภาวะเป็นต้น จึงต้องพัฒนาพฤติกรรมในการกิน ใช้ เสพบริโภค ให้เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากปัญญาที่รู้เข้าใจ และปฏิบัติให้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ของปัจจัย ๔ ตลอดจนเทคโนโลยีนั้นๆ เริ่มแต่รับประทานอาหารเพื่อบำรุงเลี้ยงร่างกายให้แข็งแรงมีสุขภาพดี ไม่ใช่กินเพียงเพื่อเอร็ดอร่อย อวดโก้ อวดฐานะ หรือตื่นตามค่านิยม ให้เป็นการกินด้วยปัญญาที่ทำให้รู้จักประมาณในการบริโภคหรือกินพอดี ที่เรียกว่า โภชเนมัตตัญญุตา ตลอดจนการใช้สอยสิ่งต่างๆ อย่างประหยัด ซึ่งทำให้ได้ประโยชน์มากที่สุดโดยสิ้นเปลืองน้อยที่สุด ปัจจัยปฏิเสวนา หมายถึง การใช้ปัญญาทำความเข้าใจ และบริโภคปัจจัยทั้งหลายให้ได้ผลตรงพอดีตามคุณค่าแท้ที่เป็นจุดหมายของการบริโภคสิ่งนั้นๆ ศีลหมวดนี้มีหลักการในการปฏิบัติดังนี้

(๑) บริโภคด้วยความรู้ตระหนักว่าการมีใช้ หรือบริโภค สิ่งเหล่านั้นมิใช่เป็นจุดหมายของชีวิต แต่มันเป็นปัจจัยเครื่องช่วยเกื้อหนุนให้เราสามารถพัฒนาชีวิต และทำการสร้างสรรค์ประโยชน์สุขที่สูงยิ่งขึ้นไป

(๒) บริโภคด้วยความรู้ทันต่อวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการบริโภคใช้สอยสิ่งนั้น เช่น การสวมรองเท้ามีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยปกป้องเท้ามิให้เป็นอันตรายจากกสิ่งกระทบกระทั่งและ

เชื้อโรคเป็นต้น และเพื่อช่วยให้เดินวิ่งได้สะดวกรวดเร็ว ทนทาน เป็นต้น มิใช่สวมใส่เพื่ออวดโก้แสดงฐานะกันตามค่านิยมที่เลื่อนลอย

(๓) บริโภคโดยพิจารณาจัดสรรควบคุมให้ได้ปริมาณ ประเภท และคุณสมบัติของสิ่งที่บริโภคตรงพอดีกับวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการบริโภคสิ่งนั้น เช่น บริโภคอาหารในปริมาณและประเภทซึ่งพอดีกับความต้องการของร่างกายที่จะช่วยให้มีสุขภาพดี

(๔) สามารถละเว้นหรือเลิกเสพบริโภคสิ่งที่ไม่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนชีวิต เช่น สิ่งที่ทำลายสุขภาพเป็นต้น โดยไม่เป็นเพียงแค่การเสพรสหรือเสพความโก้ ความหรูหรา เป็นต้น

สรุป ศีล คือ การควบคุมกาย และวาจานั้นถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ เพราะการล่วงละเมิดสิกขาบททุกอย่าง ก็มาจากพฤติกรรมทางกายและวาจานี้ กายและวาจาเป็นอาการอยู่ในร่างกายของเรา ซึ่งร่ายกายของเรานั้น มีช่องทางในการทำให้ผิดศีลอยู่ ๖ ช่อง ท่านเรียกว่า ทวาร ๖ คือ ช่องทางตา, ช่องทางหู, ช่องทางจมูก, ช่องทางลิ้น, ช่องทางกาย, และช่องทางใจ ดังนั้น หากรู้จักการควบคุมอินทรีย์ทั้ง ๖ อย่างในตัวเรา ก็ถือว่าเป็นการสำรวมกาย วาจา และใจ ก็คือการรักษาศีลนั่นเอง

๒. สมาธิสิกขา คือการพัฒนาตามหลักสมาธิ

สมาธิ หมายถึง การฝึกพัฒนาในด้านจิตใจ มีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม เนื่องจากพฤติกรรมทุกอย่างเกิดขึ้นจากความตั้งใจหรือเจตนา และเป็นไปตามเจตจำนงและแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลัง ถ้าจิตใจได้รับการพัฒนาให้ดีงามแล้ว ก็จะควบคุมดูแลและนำพฤติกรรมไปในทางที่ดีงามด้วย แม้ความสุขความทุกข์ในที่สุดก็อยู่ที่ใจ ยิ่งกว่านั้นปัญญาจะเจริญงอกงามได้ ต้องอาศัยจิตใจที่เข้มแข็งสู้ปัญหา เอาใจใส่ มีความเพียรพยายามที่จะคิดค้นไม่ท้อถอย ยิ่งเรื่องที่คิดหรือพิจารณานั้นยาก หรือละเอียดลึกซึ้ง ก็ยิ่งต้องมีจิตใจที่สงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่พลุ่งพล่าน กระวนกระวาย คือ ต้องมีสมาธิจึงจะคิดได้ชัดเจน เจาะลึกทะลุได้และมองเห็นทั่วตลอด จิตที่ฝึกดีแล้ว จึงเป็นฐานที่จะให้ปัญญาทำงานและพัฒนาอย่างได้ผล

การพัฒนาจิตใจนี้ มีสมาธิเป็นแกนหรือศูนย์กลาง จึงเรียกง่ายๆว่า “สมาธิ” และอาจจะแยกออกได้เป็นการพัฒนาคุณสมบัติของจิตใจในด้านต่างๆ คือ

(๑) พัฒนาคุณธรรมซึ่งเป็นคุณภาพของจิตใจ กล่าวคือ คุณสมบัติที่เสริมสร้างจิตใจให้ดีงาม เป็นจิตใจที่สูง ประณีต และประเสริฐ เช่น เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาดี เป็นมิตร อยากให้ผู้อื่นมีความสุข กรุณา คือ ความสงสารอยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ มุทิตา คือ ความพลอยยินดี พร้อมที่จะส่งเสริมสนับสนุนผู้ที่ประสบความสำเร็จมีความสุขหรือก้าวหน้าในการทำสิ่งที่ดีงาม อุเบกขา คือความวางตัววางใจเป็นกลาง เพื่อรักษาธรรม เมื่อผู้อื่นควรจะต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของเขาตามเหตุและผล จาคะ คือ ความมีน้ำใจเสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ไม่เห็นแก่ตัว กตัญญูกตเวทิตา คือ ความรู้จักคุณค่าแห่งการกระทำของผู้อื่น และแสดงออกให้เห็นถึงการรู้คุณค่านั้น หิริ คือ ความอายบาป ละอายใจต่อการทำความชั่ว โอตตัปปะ คือ ความกลัวบาป เกรงกลัวต่อความชั่วขยาดต่อทุจริต คารวะ คือ ความอ่อนโยน สุภาพ นุ่มนวล ไม่กระด้าง

(๒) พัฒนาสมรรถภาพและประสิทธิภาพของจิตใจ โดยเสริมสร้างคุณสมบัติที่ทำให้จิตใจมีความเข้มแข็ง หนักแน่นมั่นคง แกล้วกล้าสามารถทำกิจหน้าที่ได้ผลดี เช่น ฉันทะ คือ ความใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ อยากรู้ความจริงและใฝ่ที่จะทำสิ่งดีงามให้สำเร็จ อยากเข้าถึงภาวะดีงามอันเลิศสูงสุด วิริยะ คือ ความเพียร บุกฝ่าไปข้างหน้า เอาธุระรับผิดชอบไม่ยอมทอดทิ้งกิจหน้าที่อุตสาหะ คือ ความ

ขยัน ความอึดสู้ ความสู้ยากบากบั่น ไม่ยั่น ไม่ถอย ขันติ คือ ความอดทน ความเข้มแข็ง ความทนทาน หนักแน่น มั่นคง จิตตะ คือ ความมีใจจดจ่อ ใส่ใจ อุทิศตัวอุทิศใจให้แก่กิจหน้าที่หรือสิ่งที่ทำ สัจจะ คือ ความตั้งใจจริง จริงใจและจริงจัง เอาจริงเอาจัง มั่นแน่วต่อสิ่งที่ทำไม่เหยาะแหยะไม่เรรวนไม่กลับกลาย อธิษฐาน คือ ความตั้งใจเด็ดเดี่ยว ความมุ่งมั่นแน่วแน่ต่อจุดหมาย ตบะ คือ พลังเผากิเลส กำลังความเข้มแข็งพากเพียรในการทำกิจหน้าที่ให้สำเร็จ โดยแผดเผาระงับยับยั้งกิเลสตัณหาได้ ไม่ยอมทุจริต และไม่เห็นแก่ความสุขสำราญปรนเปรอ สติ คือ ความระลึกนึกได้ ไม่เผอเรอ ไม่เลื่อนลอย ทันต่อสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นไปซึ่งจะต้องเกี่ยวข้องทุกอย่างกำหนดจิตไว้กับกิจหน้าที่หรือสิ่งที่ทำ กั้นยั้งใจจากสิ่งที่เสื่อมเสียหายเป็นโทษ และไม่ปล่อยโอกาสแห่งประโยชน์หรือความดีงามความเจริญให้เสียไป สมาธิ คือ ภาวะจิตที่ตั้งมั่น แน่วแน่ ได้ดี อยู่ตัว สงบ อยู่กับสิ่งที่ต้องการทำ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่แกว่งไกว ไม่มีอะไรรบกวนได้

(๓) พัฒนาความสุขและภาวะที่เกื้อหนุนสุขภาพของจิตใจ คุณสมบัติที่ควรเสริมสร้างขึ้นให้มีอยู่ประจำในจิตใจ เพื่อความมีสุขภาพจิตที่ดีพระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้หลายอย่างโดยเฉพาะ ปราโมทย์ คือ ความร่าเริง สดชื่น เบิกบานใจ ไม่หดหู่หรือห่อเหี่ยว ปิติ คือ ความอิ่มใจ ปลาบปลื้ม เปรมใจ ฟูใจ ไม่โหยหิวแห้งใจ ปัสสัทธิ คือ ความสงบเย็น ผ่อนคลายกายใจ ไม่คับ ไม่เครียด สุข คือ ความคล่องใจ สะดวกสบายใจ สมใจ ไม่มีอะไรบีบคั้นติดขัดคับข้องสันติ คือ ความสงบปราศจากความเร่าร้อนกระวนกระวาย ซึ้ง เกษม คือ ความปลอดโปร่งความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย โล่งโปร่งใจไร้กังวล สันติภาพ คือ ความเย็นสบาย ไม่มีอะไรแผดเผาใจ ไม่ตรอมตรม เสรีภาพ คือ ความมีใจเสรี เป็นอิสระ ไม่ถูกผูกมัดตดข้อง จะไปไหนก็ไปได้ตามประสงค์ ปริโยทตตา คือ ความผ่องใส ผุดผ่อง แจ่มจ้า กระจ่าง สว่างใจ ไม่มีความขุ่นมัวเศร้าหมอง วิมริยาทิกัตตา คือ ความมีใจไร้พรหมแดน ไม่กีดกั้น จำกัดตัวหรือ หมกมุ่นติดค้าง มีจิตใจใหญ่ กว้างไร้ขอบคั่นเขตแดน

คุณสมบัติทั้งหลายที่กล่าวมานี้ แม้จะดีงามเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง แต่บางอย่างอาจจะถูกนำไปใช้ในทางที่ผิด ก่อให้เกิดโทษได้ (เช่น เพียรในการลักของเขา) หรือนำไปพ่วงกับการกระทำที่ไม่ดี (เช่น ปิติปลื้มใจที่รงแกเขาได้) หรือใช้ผิดเรื่อง ผิดที่ ผิดกรณี ผิดสถานการณ์ (เช่น มุทิตาพลอยยินดีส่งเสริมคนที่ได้ลาภหรือประสบความสำเร็จโดยทางทุจริต) เป็นต้น จึงต้องศึกษาเข้าใจความหมายความมุ่งหมาย และการใช้งานเป็นต้นให้ชัดเจนและรู้จักปฏิบัติให้ถูกต้องพอดี

การพัฒนาในด้านจิตใจนี้ เมื่อปฏิบัติสูงขึ้นไป ความสำคัญของสมาธิที่เป็นแกนหรือเป็นศูนย์กลางจะยิ่งเด่นชัดมากขึ้น และเมื่อสมาธิเจริญขึ้นไปจนจิตแน่วดิ่งอยู่ตัวอย่างแท้จริงแล้วผู้บำเพ็ญสมาธินั้นก็จะบรรลุภาวะจิตที่เรียกว่า “ฌาณ” ซึ่งเป็นสมาธิจิตขั้นสูง การพัฒนาจิตใจหรือเรื่องของสมาธิทั้งหมดนี้ แม้จะมีประโยชน์มากมายนำไปใช้เพื่อวัตถุประสงค์ได้หลายอย่าง เช่น ในเรื่องพลังจิตและในด้านการหาความสุขทางจิตใจ แต่คุณค่าแท้จริงที่ท่านมุ่งหมาย ก็คือ เพื่อเป็นฐานหรือเป็นเครื่องเกื้อหนุนการพัฒนาปัญญา การทำงานทางปัญญาที่ยิ่งละเอียดซับซ้อนและลึกซึ้งมากขึ้น ก็ยิ่งต้องการสมาธิสูงขึ้นการพัฒนาจิตใจหรือสมาธินี้จึงมีความสำคัญมาก

การปฏิบัติภาวนาเป็นวิธีการปลดปล่อยตัวเราจากภาระอันหนักหน่วง คือการปฏิบัติภาวนา การฝึกเจริญสติในชีวิตประจำวัน เพื่อจะได้รู้จักความจริงที่เกี่ยวกับตัวเรา การมีชีวิตอย่างพ้นจากความอยากจะช่วยได้มาก นั่นคือการอยู่อย่างสงบเย็น ไม่เร่าร้อน รู้จักไตร่ตรองและมีจินตนาการลดความวอกแวกวุ่นวายให้เหลือน้อยที่สุด มุ่งแสวงหาและเป็นนายเหนือเป้าหมายทางจิตและอารมณ์

มีชีวิตที่มีคุณภาพดีกว่าอยู่ด้วยปริมาณเมื่อเราดื่มด่ำอยู่กับทุกการกระทำ เมื่อเราลืมตัวตนของตนเองและเป็นหนึ่งเดียวกับงานที่ทำ ลืมเรื่องทั้งหลายที่กำลังคิดหมกมุ่น ลืมความยึดมั่นถือมั่นและมายา ก็เท่ากับเราอยู่บนวิถีที่จะมีชีวิตอยู่กับการภาวนา การภาวนาคือการมีญาณเห็นธรรมชาติที่แท้จริงของการดำรงอยู่การที่เราจะสามารถรื่นรมย์กับชีวิตที่แสนจะวุ่นวายนี้คงไม่ยากเกินความสามารถของเรา เพราะวิธีการเหล่านี้ก็ช่างเป็นเรื่องที่จะแสนจะธรรมดาเหลือเกินไม่ใช่เรื่องที่ยุ่งยากซับซ้อนใดเลย บางทีเรื่องง่ายๆ และธรรมดาๆ นี่เองที่จะทำให้ชีวิตของเรารื่นรมย์ ซึ่งการรื่นรมย์นี้มิได้หมายถึงว่าเราจะใช้ชีวิตอย่างว่างเปล่าไร้คุณค่าใดๆ แต่เป็นการทำชีวิตให้รุ่มรวย งดงามแม้ในยามที่เรารู้สึกเหนื่อยล้ากับชีวิต อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะภาวนาด้วยวิธีการใดๆ ก็ตามในโลกนี้ ทุกอย่างก็ล้วนรวมลงในฐาน ๔ ในมหาสติปัฏฐานสูตรทั้งสิ้นนี่ความมหัศจรรย์แห่งคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างแท้จริง ซึ่งจะหาไม่ได้ในศาสนาอื่นๆ

สำหรับปัญญาที่เกิดจากกระบวนการเรียนรู้ใน ๓ หลักใหญ่ ได้แก่ สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา และภาวนามยปัญญานั้น จะต้องควบคู่กันกับการจูงใจให้เกิดสมาธิ ๓ ขั้นตอน ๖ มิติ คือ (๑) สุตตมยปัญญา (ความรู้ระดับปริยัติ) บวกกับขณิกสมาธิ (สมาธิระดับศีล) เป็นสมาธิพื้นฐานระยะสั้น/๓๐% สมาธิตามธรรมชาติ (๒) จินตามยปัญญา (ความรู้ในระดับปฏิบัติได้ดี) บวกกับอุปจารสมาธิ (สมาธิระดับมุ่งมั่น) เป็นสมาธิยาวนาน ๖๐% (๓) ภาวนามยปัญญา (ความรู้ระดับรู้แจ้งแทงทะลุปัญหาทั้งปวง บวกกับอัปปนาสมาธิ (สมาธิระดับปัญญา) เป็นสมาธิระดับดิ่งนิ่งลึกดับอารมณ์ ๑๐๐ % หลับเสมือนดับจิต คือ การทำงานด้วยสุญญตาจิต คือ จิตว่างจากความโลภ โกรธ หลง[๖๑]

สรุปได้ว่า สมาธิ หมายถึง การฝึกจิตให้จดจ่ออยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งหรือเจริญสมถะ เพื่อฝึกกำหนดอารมณ์ของกรรมฐาน (๔๐ อย่าง) โดยฝึกตั้งแต่สมาธิที่เป็นพื้นฐานหรือขณิกสมาธิ คือสมาธินิ่งชั่วขณะ ฝึกขั้นอุปจารสมาธิ คือสมาธิที่สูงขึ้น คือมีภาวะจิตที่นิ่งบ้างไม่นิ่งบ้าง ถ้าเจริญสติมั่นคงก็จะนิ่งนาน หากฝึกสม่ำเสมอจิตก็เข้าสู่อัปปนาสมาธิ คือสมาธินิ่งแน่วแน่ จิตตั้งมั่น คือจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง อยู่กับความว่างปราศจากกิเลส ผลการของการฝึกสมาธิมีผลตั้งแต่ระดับโลกิยะ คือมีสมาธิในการทำงาน เรียนหนังสือ มีจิตจดจ่อกับการงานนั้นๆ มีจิตใจมั่นคงไม่ลุ่มหลงอบายมุข และระดับโลกุตตระ คือมีจิตสูงถึงขั้นบรรลุฌาน

๓. ปัญญาสิกขา คือ การพัฒนามนุษย์ตามหลักปัญญา

ปัญญาสิกขา คือความรอบรู้ในหลักวิชาการต่างๆ ความรอบรู้ในกองกิเลส ซึ่งมี ๒ ลักษณะ คือ (๑) ปัญญา หมายถึง มีความรอบรู้ในหลักวิชาการต่างๆ ที่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนให้รู้ทั้งทางโลกและทางธรรม(๒) ปัญญา หมายถึง ความรู้แจ้งเห็นจริง พิจารณาตัวเราเป็นขันธ์ ๕ มองเห็นขันธ์ ๕ เป็นไตรลักษณ์ เจริญสติปัฏฐานให้เห็นอย่างชัดเจน

การจะให้ประสบความสำเร็จ ต้องฝึกให้ครบทั้ง ๓ กระบวนการ เพราะทุกขั้นตอนเป็นปัจจัยที่สำคัญทั้งสิ้น ต้องทำความเข้าใจทั้งหลักทฤษฎี คือความหมายของแต่ละอย่าง และเข้าใจหลักของการปฏิบัติ คือฝึกปฏิบัติให้เป็นผลว่าเป็นไปตามความหมายหรือไม่

ปัญญา คือ ความรอบรู้ หรือรู้ทั่วถึงเหตุถึงผล รู้อย่างชัดเจน รู้สิ่งใดควรทำสิ่งใดควรเว้น รู้บาปบุญ คุณโทษ

---

[๖๑] บุญทัน ดอกไธสง, **การจัดการทุนมนุษย์**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ตะวัน, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔-๑๕.

ปัญญา ถือว่าเป็นที่สุดของความคิดและความสำเร็จของมนุษย์ เป็นสัญลักษณ์ของความรู้ จึงกล่าวแยกให้เห็นปัญญาเป็น ๒ ลักษณะ คือ

“ปัญญา” ทางโลกหมายถึงความรอบรู้ในหลักวิชาการต่างๆ ที่ได้ศึกษาเล่าเรียน เพื่อนำไปประกอบสัมมาอาชีพจนประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตตาม “โลกิยวิสัย...การอยู่อย่างชาวโลก”

“ปัญญา” ทางธรรม เป็นปัญญาชั้นสูง หมายถึงความรอบรู้ความจริงของชีวิต ความรู้อย่างแจ่มแจ้งนำไปสู่ความการรู้ธรรมเป็นเครื่องพ้นทุกข์ตาม “โลกุตตรวิสัย...การอยู่อย่างผู้ปฏิบัติธรรม”

“ปัญญา” ทั้งสองทางนี้ เกิดขึ้นและพัฒนาการจากเหตุ ๓ วิธีคือ ๑) สุตมยปัญญาปัญญาเกิดขึ้นจากการฟัง หรือการศึกษาเล่าเรียนจากครูบาอาจารย์ ๒) จินตามยปัญญาปัญญาเกิดขึ้นจากการคิด พิจารณา ตรึกตรองสิ่งที่ได้ฟังหรือได้ศึกษามาแล้ว ๓) ภาวนามยปัญญาปัญญาเกิดขึ้นจากการลงมือทำ หรือลงมือปฏิบัติให้เห็นผลจริงการสร้างปัญญาบารมีจัดเป็นปัญญาทางธรรมหรือปัญญาชั้นสูง ที่ต้องผ่านกระบวนตามลำดับด้วยการศึกษาหาความรู้ (ปริยัติ) และฝึกอบรมจิต (ปฏิบัติ) ให้เป็นสมาธิขั้นสมถะแล้วเจริญวิปัสสนาจนเกิดเป็นปัญญาคือ พุทธะผู้รู้แจ้งเห็นจริง ตามแนวทางของพระพุทธเจ้า ซึ่งเรียกว่า “กรรมฐาน”

การพัฒนาปัญญา มีความสำคัญสูงสุดเพราะปัญญาเป็นตัวนำทางและควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด คนเราจะมีพฤติกรรมอะไร อย่างไร และแค่ไหน ก็อยู่ที่ว่าจะมีปัญญาชี้นำหรือบอกทางให้เท่าใด และปัญญาเป็นตัวปลดปล่อยจิตใจ ให้ทางออกแก่จิตใจ เช่นเมื่อจิตใจอึดอัดมีปัญหาติดตันอยู่ พอเกิดปัญญารู้ว่าจะทำอย่างไร จิตใจก็โล่งเป็นอิสระได้

การพัฒนาปัญญาเป็นเรื่องกว้างขวางแยกเป็นหลายด้าน มีหลายขั้น หลายระดับ เช่น

๑. เป็นปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ ประสบความสำเร็จ ความรู้ความเข้าใจในข้อมูล รวมทั้งศิลปะวิทยาการต่างๆ เข้าถึงเนื้อหาความหมายถูกต้องชัดเจนการเรียนรู้ถูกต้องตามเป็นจริง ตรงตามสภาวะของสิ่งนั้นๆ หรือตามที่มันเป็นความรู้จักจับสาระของความรู้หรือเรื่องราวต่างๆ รู้จุด รู้ประเด็นสามารถยกขึ้นพูด ยกขึ้นชี้แสดง หรือยกขึ้นวางเป็นหลักได้ความรู้จักสื่อสารถ่ายทอดความรู้ความเข้าใจและความต้องการของตน ให้ผู้อื่นรู้ตามเห็นตาม เป็นต้น การคิดการวินิจฉัยที่ถูกต้องชัดเจนและเที่ยงตรง ความรู้จักแยกแยะวิเคราะห์วิจัยสืบสาวเหตุปัจจัยของเรื่องราวต่างๆ ที่จะทำให้สามารถแก้ไขปัญหาและทำการสร้างสรรค์ต่างๆได้ ความรู้จักจัดทำดำเนินการหรือบริหารจัดการกิจการต่างๆ ให้สำเร็จผลตามที่มุ่งหมาย ความรู้จักเชื่อมสัมพันธ์ประสบการณ์ข้อมูลและองค์ความรู้ต่างๆ โยงเข้ามาประสานเป็นภาพองค์รวมทั้งชัดเจน หรือโยงออกไปสู่ความหยั่งรู้หยั่งเห็นใหม่ ๆ ได้

๒. ปัญญาที่ช่วยให้ดำเนินเข้าสู่วิถีชีวิตที่ถูกต้องดีงาม ความรู้เข้าใจในระบบความสัมพันธ์ของสิ่งทั้งหลายที่อิงอาศัยสืบเนื่องส่งผลต่อกันตามเหตุปัจจัย มองเห็นภาวะและกระบวนการที่ชีวิตสังคม และโลกคือหมู่สัตว์ มีความเป็นมาและจะเป็นไป ตามกระแสแห่งเจตจำนงและเหตุปัจจัยที่ตนประกอบสร้างสมจัดสรรและมีปฏิสัมพันธ์กับปัจจัยอื่นทั้งหลาย เรียกง่ายๆ ว่าเป็นไปตามกรรม

๓. ปัญญาที่ช่วยให้บรรลุจุดหมายสูงสุดของชีวิตที่ดีงาม ความเข้าใจเข้าถึงเท่าทันความจริงของสังขาร คือ โลกและชีวิตที่เปลี่ยนแปลงเป็นไปตามกฎธรรมดาของธรรมชาติจนสามารถ

วางใจถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลาย ทำจิตใจให้หลุดพ้น เป็นอิสระได้โดยสมบูรณ์ และมีชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญาอย่างแท้จริง

การพัฒนาคุณภาชีวิตในทางพระพุทธศาสนา มีเป้าหมายให้มนุษย์มีความประพฤติที่ดีงาม มีความรู้ดำเนินชีวิตตามความรู้ การพัฒนาตามแนวทางพระพุทธศาสนาต้องยึดพระพุทธเจ้าเป็นต้นแบบพระพุทธองค์เป็นผู้เพียบพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ คือ สมบูรณ์ด้วยวิชาและความประพฤติ ตรงตามพุทธพจน์ที่พระพุทธองค์ตรัสกับพระสาวกรุ่นแรกๆ ว่า ให้ตระเวนกระจายกันไปทางละรูป เพื่อความสุข เพื่อประโยชน์เกื้อกูลต่อมหาชนเป็นอันมากนี้ คือ ทิศทาง และมรรควิธีของการพัฒนามนุษย์ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา

การพัฒนามนุษย์ตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนานั้นกิจกรรมและวิธีการต่างๆ จะเป็นไปเพื่อสนองหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา ซึ่งคำสอนนั้นจะเน้นที่การพัฒนาคน โดยให้คนพัฒนาตนเอง โดยเริ่มตั้งแต่การสอนให้เตือนตนเอง “จงเตือนตนด้วยตนเองจงสงวนตนด้วยตนเอง”[๖๒] สอนให้เอาชนะตนด้วยตนเองสอนให้พัฒนาตนจนสามารถเป็นที่พึ่งของตน “ตนแลเป็นที่พึ่งของตน ตนแลเป็นคติของตน”จะมีลักษณะสอดคล้องกับหลักการแนะแนว (Guidance) คือ ช่วยเหลือเขาเพื่อให้เขาช่วยตัวเขาเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม หลักการพัฒนาตามแนวทางพระพุทธศาสนาก็เป็นไปเพื่อให้เขาพึ่งตนเองได้ มิใช่พัฒนาแต่ไปทำลายศักยภาพและความสามารถของประชาชน โดยใช้วิธีการแจกทุกอย่างแบบนั้นเป็นการพัฒนาที่บั่นทอนสติ ปัญญา และทำให้ประชาชนเสียนิสัย อย่างนั้นเป็นการพัฒนาที่ไม่ยั่งยืน

**๒.๕.๒ หลักมหาสติปัฏฐาน ๔**

มหาสติปัฏฐาน ๔ จำแนกเป็น ๔ หมวด หรือ ๔ ฐาน คือหลักการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ คือ[๖๓]

๑. การพิจารณาเห็นกายในกายภายในเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในและภายนอกเนืองๆอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก

๒. การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายในเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายนอกเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ทั้งภายในและภายนอกเนืองๆอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก

๓. การพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในและภายนอกเนืองๆอยู่มีความเพียรมีสัมปชัญญะมีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก

๔. การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายในเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกเนืองๆอยู่พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งภายในและภายนอกเนืองๆอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก

---

[๖๒] ดูรายละเอียดใน ขุ.ขุ (ไทย) ๒๕/๓๕

[๖๓] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การตั้งสติให้อยู่กับปัจจุบันขณะไปตามฐาน ๔ ฐาน ฐานใดฐานหนึ่ง ดังนี้

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐานการรู้กายในกาย หมายถึงการตั้งสติกำหนดพิจารณากายการมีสติกำกับดูรู้เท่าทันกาย[๖๔] คือ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงจำแนกไว้ ๖ หมวดได้แก่

๑) อานาปานบรรพ หมวดว่าด้วยลมหายใจเข้าออก หมายถึงการเจริญวิปัสสนากรรมฐานโดยตั้งสติไว้ที่ ฐานคือลมหายใจเข้าออก[๖๕]

๒) อิริยาบถบรรพหมวดว่าด้วยอิริยาบถหมายถึงการเจริญวิปัสสนากรรมฐานโดยตั้งสติไว้ที่ฐานคืออิริยาบถ ๔ คือยืนเดินนั่งนอนมีรายละเอียด[๖๖] ดังนี้เมื่อเดินก็ให้รู้ชัดว่าเราเดินเมื่อยืน ก็ให้รู้ชัดว่าเรายืน เมื่อนั่งก็ให้รู้ชัดว่าเรานั่งเมื่อนอนก็ให้รู้ชัดว่าเรานอน

๓) สัมปชัญญะบรรพคือ ความรู้ตัว[๖๗] หมวดว่าด้วยความรู้ตัวทั่วพร้อมความรู้ตระหนักความรู้ชัดเข้าใจชัดซึ่งสิ่งที่นึกได้[๖๘] โดยการตั้งสติไว้ที่ฐานคือ อิริยาบถย่อยต่างๆเช่นการก้าวไปข้างหน้าการถอยหลังการคู้แขน เหยียดแขนการกินการดื่มการคิดการอาบน้ำการถ่าย อุจจาระ ปัสสาวะ เป็นต้น [๖๙] สัมปชัญญะเป็นธรรมที่มักปรากฏคู่กับสติสัมปชัญญะ คือ ตัวปัญญา ดังนั้น การฝึกฝนในเรื่องนี้จึงเป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการพัฒนาปัญญา[๗๐]

๔) ปฏิกูลมนสิการบรรพ ปฏิกูลคือสิ่งสกปรก น่ารังเกียจที่อยู่ในร่างกายนี้ พระพุทธองค์ตรัสว่ามี ๓๒ อย่างเป็นส่วนประกอบสำคัญของร่างกายทั้งหมดรวมกันเรียกว่า อาการ ๓๒ บางแห่งเรียกว่ากายคตาสติ[๗๑] หมายถึงการพิจารณาหรือกำหนดรู้ความน่าเกลียด สิ่งปฏิกูลของร่างกายตั้งแต่ปลายเท้าจรดศีรษะซึ่งมีหนังหุ้มโดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดชนิด ต่างๆคือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็นกระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไส้ใหญ่ ไส้น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า น้ำดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา น้ำมันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร[๗๒] (น้ำปัสสาวะ) ผู้ที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานด้วยการตั้งสติ กำหนดพิจารณาร่างกายให้เห็นเป็นของน่าเกลียดนี้ ย่อมเห็นร่างกายในกาย เห็นจิตในจิตและเห็นธรรมในธรรม คือ ความเกิดขึ้นในกายบ้าง ความเสื่อมไปในกายบ้าง จนเห็นชัดว่ามีแต่กายอยู่ในความเห็นนั้น ไม่ประกอบด้วยตัณหาและทิฐิ ปราศจากความยึดมั่น[๗๓] เพราะเห็นความจริงของขันธ์ ๕ ว่า ไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

---

[๖๔] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า๒๙๖ – ๒๙๗.

[๖๕] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒ – ๓๐๓.

[๖๖] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๙๐.

[๖๗] สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **นวโกวาท**,พิมพ์ครั้งที่ ๘๐, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า๒๘.

[๖๘] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๓๒๗.

[๖๙] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

[๗๐] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า๘๑๓.

[๗๑] ดูรายละเอียดในม.อุ. (ไทย) ๑๔/๑๕๓ – ๑๕๙ /๑๙๖ – ๒๐๗.

[๗๒] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖ – ๓๐๗.

[๗๓] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย)/ ๑๐/๓๗๖/๒๙๐ - ๒๙๑

๕) ธาตุมนสิการบรรพ หรือธาตุมนสิการ[๗๔] คือ หมวดว่าด้วยการพิจารณา โดยความเป็นธาตุให้พิจารณาเห็นร่างกายว่า มีธาตุต่างๆอันได้แก่ [๗๕]ธาตุดินธาตุน้ำธาตุลมและธาตุไฟผู้เจริญวิปัสสนาพึงตั้งสติกำหนดพิจารณาร่างกายโดยความเป็นธาตุให้พิจารณาเหมือนคนฆ่าโค หรือลูกมือคนฆ่าโคผู้ขยันฆ่าโคแล้วแบ่งออกเป็นในแต่ละสัดส่วน [๗๖]สภาพที่ว่างเปล่าไม่ใช่บุคคลตัวเราของเราธาตุในทางธรรมเป็นเพียงสภาวธรรมไม่ใช่สมมุติบัญญัติซึ่งใช้สื่อสารกันจนเข้าใจกันว่าเป็นก้อนอัตภาพมนุษย์ การพิจารณาธาตุเพื่อให้ละวาง ความเห็นผิดว่าเป็นตัวตนโดยให้เข้าใจว่ามีเพียงธาตุเท่านั้นไม่ใช่ตัวเราของเราบุรุษหรือสตรีธาตุ๔ คือ ปฐวีธาตุ(ธาตุดิน)มีลักษณะแข็งหรืออ่อนอาโปธาตุ (ธาตุน้ำ)มีลักษณะไหลหรือเกาะกุม เตโชธาตุ (ธาตุไฟ)มีลักษณะเย็นหรือร้อน วาโยธาตุ (ธาตุลม)มีลักษณะหย่อนหรือตึง

๖) นวสีวถิกาบรรพหรือ “ป่าช้าทั้ง๙”หมายถึง ซากศพ๙ลักษณะในป่าช้าสำหรับทิ้งซากศพ ในร่างกายของคนและสัตว์ที่มีชีวิตจะมีองค์ประกอบ๓อย่าง ทำให้เคลื่อนไหวร่างกาย กระทำอิริยาบถต่างๆ ได้ซึ่งไม่มีในคนตายคือ อายุไออุ่น วิญญาณ ซึ่งทั้ง ๓สิ่งนี้ ทำให้สิ่งที่มีชีวิตแตกต่างจากสิ่งไม่มีชีวิต เป็นสิ่งที่ไม่ยั่งยืนคงอยู่ตลอดไปในอนาคตร่างกายของเราก็จะเหมือนศพที่พองอืดเมื่อถึงเวลาต้องดับสูญไปตามครรลองของธรรมนิยาม ผู้ที่เจริญวิปัสสนาไม่จำเป็นต้องไปดูซากศพในป่าช้าเพราะวิปัสสนาเน้นการน้อมความน่าเกลียดมาสู่ตนเองว่า สิ่งนี้จะเกิดขึ้นกับร่างกายของเราและคนอื่น แล้วคลายความยึดมั่นถือมั่นลงได้[๗๗]การพิจารณาเห็นศพในป่าช้า จึงหมายให้พิจารณาหรือรู้ความเป็นศพที่เปลี่ยนแปลงไปในอาการทั้ง ๙ เหล่านี้[๗๘]

ผลของการเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จะทำให้ผู้ปฏิบัติเห็นกายในกายภายในบ้างพิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้างพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในและภายนอกบ้างพิจารณาเห็นธรรม คือความเกิดขึ้นในกายบ้างพิจารณาเห็นธรรม คือ ความเสื่อมในกายบ้างพิจารณาเห็นธรรมทั้งความเกิดขึ้นและความเสื่อมในกายบ้างจนกระทั่งเห็นชัดเจนว่ามีเพียงกายแต่กายในความเห็นนั้นไม่ประกอบด้วยตัณหาและทิฐิปราศจากความยึดมั่นเกิดปัญญาวิมุติหลุดพ้น อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของการพัฒนาชีวิตมนุษย์ คือ มรรคผลนิพพาน

๒. หลักปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานการรู้เวทนาในเวทนา “เวทนา”หมายถึงการเสวยอารมณ์[๗๙] หรือความรู้สึกพระพุทธองค์ทรงจำแนกเวทนาไว้ตามลักษณะที่รู้สึกอารมณ์ ๓ประการ[๘๐]คือสุขเวทนาทุกขเวทนาหรืออุเบกขาเวทนา เวทนาทั้ง๓ประการนี้จะปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติธรรมอาจประกอบร่วมกับอามิสคือกามคุณ๕ได้แก่รูปเสียง กลิ่นรสและสัมผัสซึ่งเป็นเป็นเวทนาทางโลกหรืออาจไม่มีอามิสประกอบซึ่งเป็นเวทนาที่สุขุม ในเวทนา ประกอบด้วย ๓ ประการ[๘๑] ดังนี้

---

[๗๔] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๑๓๙ – ๑๔๑.

[๗๕] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗ - ๓๐๘.

[๗๖] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๒๙๒.

[๗๗] ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘-๓๑๓.

[๗๘] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๐๘ - ๓๑๓.

[๗๙] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๒๘๗.

[๘๐] ดูรายละเอียดใน สำ.สฬา. (ไทย) ๑๘/๒๔๙/๒๗๐.

[๘๑] ดูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓-๓๑๔.

๑) สุขเวทนาคือความรู้สึกเป็นสุขทางกายได้แก่ความโล่งเบาสบายหรือความรู้สึกเป็นสุขทางใจได้แก่ความดีใจเบิกบานโสมนัสยินดีผู้ปฏิบัติ พึงตามรู้สุขเวทนาตามอาการนั้น คำว่าสุขเวทนาคือความรู้สึกสบายทางร่างกายทุกขเวทนาคือความรู้สึกไม่สบาย ทางร่างกายเช่นความปวดหรือเหน็บชาปรากฏแล้วหายไปจึงเกิดความรู้สึกสบายกายเป็นความเย็นซาบซ่านเข้าแทนที่จัดเป็นสุขเวทนาทางกายผู้ปฏิบัติพึงกำหนดให้ชัด โดยไม่รับรู้ถึงรูปร่างของขาหรือร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่งการกำหนดรู้สุขเวทนาทางกายและใจต้องปรากฏเพียงสภาวะที่สบายหรือ ไม่สบายโดยไม่มีรูปร่างของสิ่งใด

๒) ทุกขเวทนาคือความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกายได้แก่ความเจ็บปวดเมื่อยชา คันร้อนเย็นจุกเสียดเหนื่อยหรือความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจได้แก่ความเศร้าโศกเสียใจกลัวไม่สบายใจร้อนใจวิตกกังวลผู้ปฏิบัติพึงรู้ทุกขเวทนาตามอาการนั้น ๆ

๓) อุเบกขาเวทนาคือ ความรู้สึกเป็นกลางไม่สุขไม่ทุกข์เวทนาประเภทนี้ไม่เด่นชัดเหมือนสุขเวทนาและทุกขเวทนามักปรากฏขึ้นหลังจากสุขเวทนาหรือทุกขเวทนาหายไปแล้วเป็นสิ่งที่รู้ได้ยากเหมือนอวิชชาที่เกิดพร้อมกับโลภะและโทสะ หมายความว่าในเวลาเกิดโลภะและโทสะนั้นมีอวิชชาเกิดร่วมด้วย โดยทำหน้าที่ปกปิดโทษของความโลภและความโกรธทำให้บุคคลพอใจที่จะโลภและโกรธอุเบกขาก็เช่นเดียวกันไม่ประจักษ์ในเวลาปกติแต่จะปรากฏขึ้นหลังจากสุขเวทนาหรือทุกขเวทนาหายไปแล้วเมื่อผู้ปฏิบัติบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นที่ ๔ เป็นต้นไปแล้ว

การมีสติพิจารณากำหนดรู้เวทนาทั้งหมดที่เกิดขึ้นในปัจจุบันว่าเวทนานี้เป็นสักว่าเวทนา (นาม) ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขารู้แล้วละปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเราสุขเราทุกข์เราเจ็บเราปวดเราได้เราเสียแล้วจะเกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนัด

๓. หลักปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาจิตในจิต“จิต” หมายถึง ธรรมชาติที่รู้อารมณ์[๘๒] สภาวะรู้สิ่งต่างๆทางตาหูจมูกลิ้นกายและใจ โดยผ่านทวาร๖[๘๓] สิ่งที่มีหน้าที่รู้คิด และนึกเหมือนคนอยู่ในบ้านมองดูสิ่งที่อยู่นอกบ้านผ่านประตูการรู้สีผ่านตาเป็นการเห็นการรู้เสียงผ่านหูเป็นการได้ยินการรู้กลิ่นผ่านจมูกเป็นการรู้กลิ่น การรู้รสผ่านลิ้นเป็นการลิ้มรสการรู้สิ่งที่สัมผัสผ่านร่างกายเป็นการสัมผัสและการรับรู้ทางใจเป็นการนึกคิดจิตมีธรรมชาติประภัสสรคือผุดผ่องตามปกติเหมือนน้ำใสสะอาดเพราะเป็นเพียงสภาวะเห็นได้ยินรู้กลิ่นลิ้มรสสัมผัสและนึกคิดเท่านั้น ปราศจากการปรุงแต่งหรือตอบสนองต่อสิ่งที่พบ แต่จิตนั้นจะประกอบร่วมกับนามธรรมอีกอย่างหนึ่งเสมอชื่อว่า “เจตสิก”คือสภาวะปรุงแต่งจิตดังนั้นจิตจึงเศร้าหมองไปด้วยอำนาจของเจตสิกฝ่ายดำคือโลภะโทสะและโมหะเป็นต้นเหมือนน้ำใสสะอาดที่ขุ่นมัวด้วยโคลนตม ตัวอย่าง เช่นในขณะเห็นสีอย่างใดอย่างหนึ่งจิตของทุกคนจะทำหน้าที่รู้สีเป็นอารมณ์แต่โลภะทำให้รู้สึกชอบสิ่งที่เห็นโทสะทำให้ไม่ชอบสิ่งนั้นเจตสิกฝ่ายดำมักทำให้ขาดความเป็นกลางอยู่เสมอ หลอกล่อให้หลงยั่วยวนให้รักพอใจหรือไม่พอใจตามการปรุงแต่งของแต่ละคนและเพิ่มพูนกิเลสมากขึ้นเรื่อยๆเหมือนดินพอกหางหมูจิตที่มิได้อบรมไว้ดีย่อมทำให้เหล่าสัตว์ติดอยู่ในบ่วงกิเลสส่วนจิตที่อบรมดีแล้วย่อมส่งผลให้เป็นอิสระหลุดพ้นได้โดยพลัน พระพุทธเจ้าจึงตรัสเตือนผู้ปฏิบัติธรรมให้ตั้งสติพิจารณาตามรู้จิตว่า จิตมีราคะจิตปราศจากราคะจิตมีโทสะจิตปราศจากโทสะจิตมีโมหะจิตปราศจากโมหะจิตหดหู่จิตฟุ้งซ่านจิตเป็นมหัคคตะจิต

---

[๘๒] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**, หน้า ๔๓.

[๘๓] พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาดอ), **มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน**, หน้า ๒๖๕.

ไม่เป็นมหัคคตะเป็นต้น[๘๔] ดังพุทธดำรัสที่ว่า “เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่ง ที่ได้เจริญแล้วย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มากเหมือนจิตนี้จิตที่ได้เจริญแล้วย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก”[๘๕]

การมีสติเฉพาะหน้า พิจารณาหรือกำหนดรู้ตามอาการต่างๆของจิตที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง โดยเห็นว่าจิตนี้ก็เป็นสักว่าจิตมิใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขารู้แล้วละปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราของเราเราเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ไม่ปรุงแต่งก็เป็นการปล่อยวาง เมื่อเราปล่อยวางมันก็จะว่างเมื่อว่างแล้วก็ไม่วุ่นวายอาการที่วุ่นวายเป็นทุกข์อยู่ในปัจจุบันเป็นเพราะการเข้าไปปรุงแต่งเอาอาการของจิตจากอารมณ์ที่กระทบแล้วมีอุปาทานยึดมั่นว่าเป็นเราเป็นเขายึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวเป็นตนการกำหนดรู้เท่าทันอาการของจิตจึงเรียกว่าจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๔. หลักปฏิบัติธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณารู้ธรรมในธรรม หมายถึง การพิจารณาเห็นธรรม๕ประการได้แก่นิวรณ์บรรพขันธบรรพอายตนบรรพโพชฌงคบรรพและสัจจบรรพซึ่งมีรายละเอียดกล่าวไว้ในพระไตรปิฎก [๘๖]หลักปฏิบัติในมหาสติปัฏฐาน ๔ จะทำให้มีสติสัมปชัญญะเข้าไปเห็นแจ้งทุกข์อริยสัจจ์และขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณอยู่ในกฎของไตรลักษณ์ คือ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ธรรมที่เป็นองค์ประกอบของมหาสติปัฏฐาน ๔ ได้แก่

๑) ทุกข์ให้พิจารณาเห็นว่า ทุกข์ที่เป็นอริยสัจได้แก่ความเกิด (ชาติ) ความแก่ (ชรา) ความตาย (มรณะ) ความโศก (โสกะ) ความคร่ำครวญ (ปริเทวะ) ความทุกข์กาย (ทุกข์) ความทุกข์ใจ (โทมนัส) ความคับแค้นใจ (อุปายาส) การประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก (สัมปโยค) ความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รัก (วิปปโยค) ความไม่ได้สมปรารถนาโดยสรุปแล้วก็ได้แก่ขันธ์อันเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน คือ ความยึดมั่น

๒) สมุทัยให้พิจารณาเห็นว่าสมุทัย (เหตุแห่งทุกข์) ที่เป็นอริยสัจได้แก่ตัณหา (ความอยาก) ๓ คือกามตัณหาภาวตัณหาและวิภวตัณหาและให้พิจารณาเห็นว่าตัณหานี้เกิดและตั้งอยู่ด้วยอายตนะภายใน คือตาหูจมูกลิ้นกายใจอายตนะภายนอกคือรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะและธรรมารมณ์ วิญญาณ๖คือจักขุวิญญาณโสตวิญญาณฆานวิญญาณชิวหาวิญญาณกายวิญญาณและมโนวิญญาณ[๘๗] ซึ่งเป็นทวารอันจะเกิดผัสสะ เกิดกิเลส เหตุของความทุกข์ที่ต้องพิจารณาด้วยสติปัญญา จนละความต้องการหรืออุปาทานได้

๓) นิโรธให้พิจารณาเห็นว่านิโรธ (ความดับ) ที่เป็นอริยสัจได้แก่ ความสำรอกและความดับโดยไม่เหลือความสละความส่งคืนความปล่อยวางความไม่มีอาลัยในตัณหาและให้พิจารณาเห็นว่าการดับตัณหานั้นให้ดับที่อายตนะภายใน๖ได้แก่ตาหู จมูกลิ้นกายใจอายตนะภายนอก๖ได้แก่รูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะและธรรมารมณ์เมื่อผัสสะจะเกิดจักขุวิญญาณโสตวิญญาณฆานวิญญาณชิวหาวิญญาณกายวิญญาณและมโนวิญญาณทำให้มีภพชาติ ชรา มรณะและทุกข์เกิดขึ้น อย่างต่อเนื่อง

---

[๘๔] ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

[๘๕] ดูรายละเอียดใน องฺ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๒๔/๕.

[๘๖] ดูรายละเอียดใน สำ.ม. (ไทย) ๑๙/๒๓๒/๑๗๕.

[๘๗] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๐/๓๒๙–๓๓๒.

๔) มรรคข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์มี๘องค์คือสัมมาทิฏฐิสัมมาสังกัปปะสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะสัมมาอาชีวะสัมมาวายามะสัมมาสติสัมมาสมาธิ[๘๘] โดยให้พิจารณาเห็นดังต่อไปนี้

(๑) สัมมาทิฏฐิความเห็นชอบหมายถึงความรู้จักทุกข์ความรู้จักเหตุเกิดทุกข์ความรู้จักความดับทุกข์ความรู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

(๒) สัมมาสังกัปปะดำริชอบหมายถึงดำริในการออกจากกาม ดำริในความไม่พยาบาท ดำริในความไม่เบียดเบียน

(๓) สัมมาวาจาเจรจาชอบหมายถึงเว้นจากการพูดเท็จเว้นจากการพูดส่อเสียดเว้นจากการพูดคำหยาบเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

(๔) สัมมากัมมันตะการงานชอบหมายถึงเว้นจากการฆ่าสัตว์เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้เว้นจากการประพฤติผิดในกาม

(๕) สัมมาอาชีวะเลี้ยงชีพชอบหมายถึงเว้นจากการเลี้ยงชีพที่ผิดต่างๆ เลี้ยงชีวิตด้วยการเลี้ยงชีพชอบ

(๖) สัมมาวายามะเพียรชอบหมายถึงเพียรระวังอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิดขึ้นเพียรละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นเพียรทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้นเพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่

(๗) สัมมาสติระลึกชอบหมายถึงพิจารณาเห็นกายเวทนาจิตธรรมมีความเพียรมีสติมีสัมปชัญญะกำจัดความยินดียินร้ายในโลกได้

(๘) สัมมาสมาธิตั้งใจมั่นชอบหมายถึงสงัดจากกามสงัดจากอกุศลธรรมจนบรรลุปฐมฌานทุติยฌานตติยฌานจตุตถฌานตามลำดับ[๘๙]

การมีสติกำหนดรู้พิจารณาเห็นธรรมที่ปรากฏขึ้นรู้แล้วละ ปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าดีชั่วถูกผิดเพียงพิจารณาเห็นว่า ธรรมก็เป็นเพียงสักว่าธรรมไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขาไม่มี ความยึดมั่นถือมั่น

กล่าวโดยสรุปแล้ว วิธีปฏิบัติในมหาสติปัฏฐาน ๔ เป็นทั้งสมถะภาวนา คือ อุบายสงบจิตหรืออารมณ์ทางจิตและเป็นวิปัสสนาภาวนาคือ อุบายเรืองปัญญา หากพิจารณาวัตถุประสงค์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ที่ปฏิบัติเพื่อโพชฌงค์๗วิชชาและวิมุตติแล้วก็เป็นที่ชัดเจนว่า สติปัฏฐาน ๔ จัดเป็นวิปัสสนาภาวนาเพราะมีจุดมุ่งหมายเพื่อปัญญาเป็นสำคัญ หากพิจารณารายละเอียดของสติปัฏฐานในแต่ละหมวดเช่นอานาปานบรรพในหมวดกายโดยเฉพาะในขั้นตอนสุดท้ายที่ว่า “ทำกายสังขารให้ระงับ” คือการทำลมหายใจให้สงบลงซึ่งเป็นภาวะที่จิตอยู่ในระดับฌานหรือคำว่า “เวทนาที่ไม่มีอามิส” ในหมวดเวทนาและคำว่า “จิตที่เป็นมหรคต” ซึ่งล้วนหมายถึงจิตในภาวะที่เป็นฌานก็กล่าวได้ว่าสติปัฏฐาน ๔ มีนัย ที่เป็นสมถภาวนาด้วยดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าสติปัฏฐาน ๔ เป็นทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาการเจริญสติปัฏฐานนี้เป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมากและได้รับการยกย่องนับถือกันอย่างสูงว่ามีพร้อมทั้งสมถะและวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติอาจเจริญสมถะจนได้ญาณอย่างที่กล่าวในเรื่องสัมมาสมาธิอันเป็นองค์มรรคข้อที่ ๘ ก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐานไปจนถึงที่สุดก็ได้

---

[๘๘] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๓/๓๓๗–๓๓๘.

[๘๙] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕–๓๓๘.

หรือจะอาศัยสมาธิเพียงขั้นต้นๆเท่าที่จำเป็นมาประกอบเจริญวิปัสสนาเป็นตัวนำตามแนวสติปัฏฐานนี้ไปจนถึงที่สุดก็ได้

๑) อานิสงส์แห่งการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ อานิสงส์แห่งการเจริญมหาสติปัฏฐาน มีผลโดยตรงต่อการพัฒนาชีวิตให้มีคุณภาพ เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งในระดับปัจจุบัน ในภายภาคหน้า และในระดับสูงสุดคือพระนิพพาน ดังพระพุทธพจน์แสดงไว้ ว่าผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้อย่างนี้ตลอด ๗ ปีเขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่งคือ“พระอรหัตตผลในปัจจุบันหรือเมื่อยังมีขันธปัญจกเหลืออยู่เป็นพระอนาคามี ๗ ปี... ยกไว้ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้อย่างนี้ตลอด ๗ วันเขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่งคือ พระอรหัตตผลในปัจจุบันหรือเมื่อยังมีขันธปัญจกเหลืออยู่...เป็นพระอนาคามี”[๙๐]

กล่าวโดยสรุป มหาสติปัฏฐาน ๔ เป็นอุบายฝึกจิตหรือพัฒนาจิตทางพระพุทธศาสนาที่ส่งผลต่อการพัฒนากาย พัฒนาสังคม พัฒนาปัญญาไปพร้อมๆ กัน เป็นแนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตทางเดียวที่จะก้าวสู่ปัญญาขั้นสูงสุด คือพ้นทุกข์ได้โดยสิ้นเชิง สำหรับอานิสงค์สำหรับผู้ปฏิบัติจะก่อให้เกิดการพัฒนาชีวิตให้มีคุณภาพ ดังนี้

๑. มีลักษณะอาการที่ปรากฏภายนอก หรือบุคลิกภาพสง่างามมีการดำรงชีวิตแบบพอเพียงทางสายกลาง (มัชฌิมาปติปทา) มีใจเบิกบานมีท่าทางน่ายินดี มีอินทรีย์เอิบอิ่ม ไม่วุ่นวาย มีใจสงบ มีความมั่นใจ มีความสุขแท้จริง

๒. ความมีใจเป็นอิสระและมีความสุข

๓. ความเป็นเจ้าแห่งจิตเป็นนายความคิด

๔. ความเป็นกันเองกับชีวิต ความตาย การพลัดพราก มีเมตตากรุณาต่อทุกชีวิต

๒) ประโยชน์ของการฝึกปฏิบัติ เจริญสติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ส่งผลให้ชีวิตได้รับการพัฒนา ครบถ้วนทั้ง ๔ ด้าน คือ กาย จิตใจ สังคม ปัญญา พัฒนาชีวิต๓ ระดับ คือ ศีล สมาธิและปัญญา ส่งผลให้ร่างกายและจิตใจได้รับการพัฒนาได้พักผ่อนอย่างเต็มที่ไม่มีความเครียด และความกังวลในชีวิตประจำวัน สามารถสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามให้กับตนเอง ครอบครัว สิ่งแวดล้อม สร้างความสงบสุขให้แก่สังคม ประเทศชาติ ลดความขัดแย้งระหว่างประชาชนในชาติและระหว่างชาติทำให้เกิดสันติภาพในมวลมนุษยชาติอย่างแท้จริง[๙๑] นอกจากนี้ ได้มีผู้รู้รวบรวมประโยชน์อันจะพึงเกิดกับชีวิตบุคคลผู้เจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ อย่างต่อเนื่องไว้ดังนี้ คือ

๑. สามารถกำจัดกิเลสต่างๆเหตุของความทุกข์ความเดือดร้อนต่าง ๆลงได้

๒. มีความทุกข์น้อยลงและมีความสุขมากขึ้น

๓. คลายความยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงลงได้ไม่วุ่นวายเดือดร้อนไปตามกระแสโลก

๔. มีจิตใจมั่นคงไม่ฟูขึ้นหรือยุบลงด้วยอำนาจโลกธรรม

๕. มีความเห็นแก่ตัวน้อยลงแต่บำเพ็ญประโยชน์เพื่อผู้อื่นมากขึ้น

๖. จิตใจมีคุณธรรมหรือมีคุณภาพสูงขึ้นตามขั้นตอนของการปฏิบัติ

---

[๙๐] ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๓๗/๑๒๘–๑๓๐.

[๙๑] พระมหาอิสรกานต์ ไชยพร, “การพัฒนาจิตตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต** สาขาวิชาพัฒนามนุษย์และสังคม, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๐).

๗. สามารถเข้านิโรธสมาบัติอันเป็นความสุขขั้นสูงในปัจจุบันภพได้
๘. สามารถบรรลุความเป็นอริยบุคคลอันเป็นบุญเขตของโลก [๙๒]
๙. ย่อมได้ดื่มรสแห่งอริยผล อันเกิดจากการพ้นจากอำนาจของกิเลสได้
๑๐. สามารถบรรลุนิพพานได้

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ประมวลผลการพัฒนาชีวิต อันเกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ไว้ดังนี้ [๙๓]

๑. ในแง่ของความบริสุทธิ์ เมื่อสติจับอยู่กับสิ่งที่ต้องการอย่างเดียว และสัมปชัญญะรู้เข้าใจสิ่งนั้นตามที่มันเป็น ย่อมเป็นการควบคุมกระแสการรับรู้และความคิดไว้ให้บริสุทธิ์ ไม่มีช่องที่กิเลสต่างๆ จะเกิดขึ้นได้ และเมื่อวิเคราะห์มองเห็นสิ่งเหล่านั้น เพียงแค่ตามความที่มันเป็นไม่ใส่ความรู้สึก ไม่สร้างความคิดคำนึง ตามความโน้มเอียงและความใฝ่นิยมต่างๆ ที่เป็นสกวิสัย (subjective) ลงไป ก็ย่อมไม่มีความยึดมั่น ถือมั่นต่างๆ ไม่มีช่องที่กิเลสทั้งหลาย เช่น ความโกรธจะเกิดขึ้นได้ เป็นวิธีกำจัดอาสวะเก่า และป้องกันอาสวะใหม่ไม่ให้เกิดขึ้น

๒. ในแง่ความเป็นอิสระ นอกจากสภาพจิตบริสุทธิ์ตามข้อ ๑ จิตยังมีความเป็นอิสระไม่หวั่นไหวไปตามอารมณ์ต่างๆ ที่เข้ามากระทบ เพราะอารมณ์เหล่านั้นถูกใช้เป็นวัตถุสำหรับศึกษาพิจารณาแบบสภาววิสัย (objective) ไปหมด เมื่อไม่ถูกแปลความหมายตามอำนาจอาสวะที่เป็นสกวิสัย (subjective) สิ่งเหล่านั้นก็ไม่มีอิทธิพลตามสกวิสัยแก่บุคคลนั้น และพฤติกรรมต่างๆ จะหลุดพ้นจากการถูกบังคับด้วยกิเลสที่เป็นแรงขับ หรือแรงจูงใจไร้สำนึกต่างๆ (unconscious drives หรือ unconscious motivations) จะเป็นอยู่อย่างที่เรียกว่า ไม่อิงอาศัย (คือไม่ต้องขึ้นต่อตัณหาและทิฏฐิ) ไม่ถือมั่นสิ่งใดในโลก

๓. ในแง่ของปัญญา เมื่ออยู่ในกระบวนการทำงานของจิตเช่นนี้ ปัญญาย่อมทำหน้าที่ได้ผลดีที่สุดเพราะจะไม่ถูกเคลือบหรือหันเหไปด้วยความรู้สึก ความเอนเอียง และอคติต่างๆทำให้รู้เห็นได้ตามที่มันเป็น คือรู้ตามความจริง

๔. ในแง่ความพ้นทุกข์ เมื่อจิตอยู่ในภาวะตื่นตัวเข้าใจสิ่งต่างๆ ตามที่มันเป็นและคอยรักษาท่าทีของจิตอยู่ได้เช่นนี้ความรู้สึกเอนเอียงในทางบวกหรือลบต่อสิ่งต่างๆ ที่มิใช่เป็นไปโดยเหตุผลบริสุทธิ์ย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ จึงไม่มีทั้งความรู้สึกในด้านติด ใคร่ กระหายอยาก (อภิชฌา) และ ความขัดเคืองกระทบใจ (โทมนัส)ปราศจากอาการกระวนกระวาย (anxiety) ต่างๆเป็นภาวะจิต ที่เรียกว่าพ้นทุกข์มีความโปร่งเบา ผ่อนคลาย สงบผ่องใส เป็นตัวของตัวเองอย่างไม่มีขีดคั่นพรมแดน

**จำเนียร ช่วงโชติ** กล่าวถึงสภาพจิตของตนเองว่ามีการพัฒนา หลังจากที่ได้เจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ดังนี้ [๙๔]

---

[๙๒] ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘ - ๓๔๐.

[๙๓] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรมฉบับปรับขยาย,** พิมพ์ครั้งที่ ๓๕ (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัม์, ๒๕๕๕), หน้า ๗๗๑-๗๗๒.

[๙๔] จำเนียร ช่วงโชติ, **เมื่อข้าพเจ้าใช้ห้องพักในโรงพยาบาลเป็นห้องกรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๓๘), หน้า ๕๐.

๑. สามารถอยู่คนเดียวด้วยความมั่นคง ไม่เหงาไม่ว้าเหว่ไม่โดดเดี่ยวเดียวดายและไม่เบื่อ เพราะผู้ปฏิบัติมีงานดูกาย ดูจิตของตนเองตลอดเวลา ผู้ปฏิบัติจะรู้แน่แก่ใจว่า “อยู่คนเดียวเหมือนอยู่กันหลายคน อยู่หลายคนเหมือนอยู่คนเดียว” ทั้งนี้เพราะมีธรรมะเป็นเพื่อนคู่ใจนั่นเอง

๒. ใจเย็นขึ้น สามารถรอคอยผู้อื่นได้โดยไม่โกรธ ไม่เบื่อด้วยการกำหนดรู้อิริยาบถการเคลื่อนไหวของกายและจิต

๓. สามารถควบคุมตนเองให้อยู่ในแนวทางที่เหมาะสม และรู้กาลเทศะของการปฏิบัติตนในทางที่ถูกต้อง

๔. สามารถรู้เท่าทันอารมณ์ทางใจของตนเองได้ดี และใช้ประโยชน์ในการรับ “อารมณ์” ต่างๆ เช่น รับอารมณ์โกรธได้โดยไม่โกรธ รับอารมณ์วิตกกังวลห่วงใยโดยทางใจได้สบาย นั่นคือรับรู้สิ่งที่เห็น เสียงที่ได้ยิน อารมณ์ที่รู้สึกนึกคิดแล้วก็ดับ และปล่อยวางได้ในที่สุด

๕. สามารถใช้สติกำหนดรู้เกี่ยวกับกิจวัตรส่วนตัว การทำงานทุกอิริยาบถทุกกิจกรรมและทุกสถานที่

๖. เมื่อรู้สึกเจ็บปวดเนื่องจากอุบัติเหตุหรือจากการเจ็บป่วยจะเรียนรู้วิธีกำหนดให้คลายความเจ็บปวด หรือหลุดพ้นจากความเจ็บปวดนั้นได้

๗. เมื่อผู้เจ็บป่วยเรื้อรัง หรือเจ็บป่วยหนักลุกเดินไม่ได้ สามารถใช้การกำหนดสติช่วยมิให้จิตฟุ้งซ่าน เบื่อหน่ายและเศร้าหมองอยู่ได้ด้วยความสงบสุข

๘. สามารถใช้การเจริญสติ สมาธิช่วยตนในการสอบไล่ สอบคัดเลือก สอบเข้าทำงาน และขจัดความตื่นเต้น ความฟุ้งซ่าน ความกลัว ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น รวมทั้งการแก้ปัญหาเมื่อคิดไม่ออกได้

๙. สามารถระลึกรู้ถึงความเครียด ความเหน็ดเหนื่อยที่เกิดขึ้นกับร่างกาย และจิตใจตนอย่างละเอียด และสามารถเรียนรู้ที่จะเสริมสร้างพลังจิต พลังกายให้กับตนเองได้ทุกขณะ โดยใช้การเจริญสติสมาธินั่นเอง

๑๐. ผู้ปฏิบัติเรียนรู้ว่า ถ้าตนกำหนดรู้ปัจจุบันได้มากเท่าใด “งบบุญ” ของตนต้องเพิ่มพูนมาก กล่าวคือ สามารถรู้ด้วยตนเองว่า วันหนึ่งๆ ได้กำไร (บุญ) หรือขาดทุน (บาป) เท่าไร และรู้ต่อไปอีกว่า จะปฏิบัติตนให้ได้กำไร (บุญ) มากเท่าใดก็ย่อมสามารถทำได้ตามที่ต้องการ

## ๒.๖ แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเป็นภารกิจของกรมราชทัณฑ์ โดยดำเนินการตามข้อตกลงระหว่างประเทศ เจตนารมณ์หรือความมุ่งหมายของงานราชทัณฑ์ ได้แปรเปลี่ยนจากการลงโทษเพื่อแก้แค้นทดแทนมาเป็นการแก้ไข ฟื้นฟูผู้ต้องขัง แนวทางปฏิบัติต่อผู้ต้องขังได้ยึดถือปฏิบัติตามแนวทางที่สหประชาชาติกำหนดไว้ในข้อกำหนด มาตรฐานขั้นต่ำ สำหรับปฏิบัติต่อผู้ต้องขังกับข้อเสนอแนะในส่วนที่เกี่ยวข้องหลักการของข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำนี้ ทางสหประชาชาติได้ขอให้ทุกประเทศที่เป็นสมาชิกขององค์การสหประชาชาติยึดถือปฏิบัติ จุดประสงค์ที่นานาประเทศยึดถือเป็นหลักปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในปัจจุบัน จึงมุ่งหนักไปในทางให้การศึกษาอบรม แก้ไขจิตใจผู้ต้องขังให้กลับประพฤติตนเป็นพลเมืองดี โดยมีความเชื่อว่า การแก้ไขพฤติกรรมของผู้ต้องขังนั้นจะต้องมีการดำเนินการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังอย่างมีมนุษยธรรม และจัดสภาพความเป็นอยู่ในเรือนจำหรือทัณฑสถาน

ไปในทางส่งเสริม ชักจูงให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้สึกว่า ยังเป็นสมาชิกที่มีค่าต่อสังคม ทั้งนี้เพราะผู้ต้องขังที่เข้ามาอยู่ในเรือนจำ นอกจากจะมีชีวิตความเป็นอยู่ผิดปกติจากคนทั่วๆ ไปแล้ว การที่ต้องอยู่ในสถานที่ซึ่งมีขอบเขตจำกัด ต้องประพฤติตนอยู่ในระเบียบวินัยของเรือนจำ ผู้ต้องขังยังเป็นผู้มีความทุกข์วิตกกังวลทางด้านจิตใจที่ต้องถูกแยกจากครอบครัวและสังคม[๙๕]

การคุ้มครองสิทธิผู้ต้องขังไทย ยึดถือตามแนวทางสิทธิมนุษยชนและมาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง ซึ่งมองว่าการจำคุกนั้นเป็นการจำกัดสิทธิและเสรีภาพของมนุษย์ จึงต้องกระทำในลักษณะที่ไม่เกินความจำเป็นทั้งนี้ ปรากฏในข้อกำหนดระหว่างประเทศ เช่น กติการะหว่างประเทศว่าด้วยสิทธิพลเมืองและสิทธิทางการเมือง หลักพื้นฐานต่อการปฏิบัติกับผู้ต้องขัง หลักการว่าด้วยการคุ้มครองบุคคลที่ถูกจำคุกในทุกรูปแบบ ฯลฯ เรื่องต้องคำนึงถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ เช่น สิทธิในการติดต่อกับครอบครัว สิทธิของผู้เป็นมารดาและเด็กเป็นต้น ทั้งนี้ ข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง (United Nations Standard Minimum Rules for the Treatment of Prisoners) ค.ศ.๑๙๕๗ ได้กล่าวถึงบริบทของการใช้ชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำ ที่ต้องคำนึงถึงความแตกต่างของกฎหมาย สังคม และภูมิลำเนาถิ่นฐานของผู้ต้องขัง เจ้าหน้าที่จะต้องปฏิบัติต่อผู้ต้องขังทุกคนอย่างมีมนุษยธรรม รวมถึงเคารพศักดิ์ศรีความแตกต่างของความเป็นมนุษย์ โดยไม่สามารถละเลยไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น สิทธิผู้ต้องขังในฐานะที่เป็นมนุษย์และพลเมืองของประเทศ จึงมีศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์เช่นเดียวกันกับพลเมืองทั่วๆ ไป รัฐจึงต้องกำหนดกฎหมายเพื่อให้ความคุ้มครอง โดยเฉพาะสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์ที่มีอยู่อันล่วงละเมิดมิได้ แม้ว่าจะถูกจำกัดสิทธิเสรีภาพบางประการจากผลของการกระทำผิดก็ตาม ประเทศไทยได้มีการพัฒนากฎหมายในงานราชทัณฑ์ให้สอดคล้องกับมาตรฐานสากลโดยเฉพาะเรื่องการเอาใจใส่ปรับปรุงมาตรฐานความเป็นอยู่ของผู้ต้องขัง การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในฐานะเพื่อนมนุษย์ จึงอาจกล่าวได้ว่าข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง เป็นมาตรฐานคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังซึ่งกรมราชทัณฑ์ต้องถือปฏิบัติ ดังต่อไปนี้

๑. สิทธิการได้รับอาหาร เป็นสิทธิที่จำเป็นที่สุดสำหรับการดำรงชีวิต มาตรฐานสากลจึงกำหนดให้รัฐมีหน้าที่ต้องน้ำดื่มที่สะอาด และอาหารที่มีคุณภาพ ในปริมาณที่เพียงพอ เหมาะสมกับความต้องการของผู้ต้องขัง เพื่อให้เกิดสุขภาพพลานามัยที่แข็งแรง ปัจจุบัน เรือนจำของไทยทุกแห่ง มีการจัดให้ผู้ต้องขังได้รับประทานอาหารวันละ ๓ มื้อ โดยให้มีความหลากหลายและเหมาะสมกับผู้ต้องขังในแต่ละประเภท อีกทั้งได้จัดน้ำดื่มที่สะอาด ไว้ในปริมาณที่เพียงพอกับความต้องการของผู้ต้องขัง ทางปฏิบัติเช่นนี้จึงให้ความคุ้มครองผู้ต้องขังไว้มากกว่าที่กำหนดไว้ในมาตรฐานสากล แต่อย่างไรก็ตาม บทบัญญัติในกระทรวงมหาดไทยออกตามความในมาตรา ๕๘ แห่งพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ.๒๔๗๙ ข้อ ๗๗ บัญญัติให้จัดอาหารกับผู้ต้องขังวันละ๒ มื้อ และไม่มีการบัญญัติให้บริการน้ำดื่มแก่ผู้ต้องขัง ดังนั้นกฎหมายเช่นนี้ จึงไม่สอดคล้องกับข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำของ

---

[๙๕] พระบุญเติม วัฒนพรม, “การศึกษาและการพัฒนาโปรแกรมการยอมรับตนเองของผู้ต้องขังตามหลักอิทธิบาท ๔”, **ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต,** สาขาจิตวิทยาการแนะแนว, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินวิโรฒ, ๒๕๕๓), หน้า ๒๗.

องค์การสหประชาชาติและทางปฏิบัติของเรือนจำไทย จึงควรดำเนินการแก้ไขกฎหมายให้เรือนจำจัดให้บริการอาหารแก่ผู้ต้องขังวันละ ๓ มื้อ และจัดน้ำดื่มไว้ให้บริการแก่ผู้ต้องขังในปริมาณที่พอเพียง

๒. สิทธิการได้รับเครื่องนุ่งห่มหลับนอน ตามมาตรฐานสากลได้กำหนดให้ผู้ต้องขังได้รับการดูแลเรื่องความสะอาดและอนามัยส่วนตัวจากรัฐ รวมทั้งอนุญาตให้ใส่เสื้อผ้าส่วนตัวได้ หรือให้เรือนจำจัดหาเสื้อผ้าที่มีลักษณะที่เหมาะสม และไม่เป็นเป้าสายตาแก่ประชาชนทั่วไป โดยเฉพาะเมื่อผู้ต้องขังออกไปทำงานภายนอกเรือนจำ รวมถึงการจัดที่นอนให้เป็นสัดส่วนแก่ผู้ต้องขังทุกคน เมื่อพิจารณาบทบัญญัติกฎหมายไทย แล้วพบว่ากฎกระทรวงมหาดไทยฯ ข้อ ๖๗-๗๐ บัญญัติรับรองไว้ทั้งเรื่องเครื่องแต่งกาย เครื่องนุ่งห่ม การรักษาอนามัยส่วนตัว เช่น กาทำความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้าและที่นอนอย่างชัดเจน และมีการออกระเบียบว่าด้วยเครื่องแต่งกาย รวมถึงหนังสือสั่งการกรมราชทัณฑ์ต่างๆ ในกำหนดรายละเอียดการปฏิบัติ ซึ่งเครื่องแต่งกายของผู้ต้องขังต้องมีความเหมาะสมกับวัฒนธรรม และสภาวะอากาศของเมืองไทย รวมทั้งไม่เป็นการทำให้ผู้ต้องขังรู้สึกต่ำต้อย ส่วนเสื้อผ้าของผู้ต้องขังที่จะต้องออกไปทำงานภายนอกเรือนจำ แม้ไม่อนุญาตให้สวมเสื้อผ้าของตนเอง โดยมีกำหนดเครื่องแต่งกายสำหรับออกไปทำงานสาธารณะและผู้ต้องขังไปศาลโดยเฉพาะนั้น ถือเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อบ่งชี้และเป็นประโยชน์ต่อการควบคุมป้องกันมิให้มีการหลบหนีของผู้ต้องขัง ส่วนเครื่องหลับนอนนั้น ในทางปฏิบัติกรมราชทัณฑ์ไทยกำหนดให้ผู้ต้องขังนอนเสื่อโดยไม่มีการแยกเป็นสัดส่วน ซึ่งไม่สอดคล้องกับมาตรฐานสากล

๓. สิทธิได้รับการรักษาพยาบาล เป็นมาตรฐานสากลที่กำหนดให้ทุกเรือนจำทุกแห่งมีแพทย์อย่างน้อย๑ คน ประจำเรือนจำตั้งแต่แรกเข้าภายใน รวมถึงการส่งตัวไปรักษาภายนอกเรือนจำ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังมีครรภ์ การป้องกันโรคติดต่อภายในเรือนจำ แต่ปัญหาในทางปฏิบัติของเรือนจำ ยังคงมีปัญหาการขาดแคลนบุคลากรทางการแพทย์ ซึ่งไม่สามารถให้การรักษาพยาบาลตามที่กฎหมายกำหนดได้

๔. การบริการเกี่ยวกับที่อยู่อาศัย บทบัญญัติในกฎหมายไทยไม่พบเรื่องมาตรฐานสภาพที่อยู่อาศัยของเรือนจำ ตามพระราชบัญญัติราชทัณฑ์หรือกฎกระทรวงฯ ว่าต้องมีขนาดพื้นที่เท่าใด ต้องจัดการพื้นที่ใช้สอยอย่างไรบ้าง ทั้งนี้เพราะการประสบปัญหาเรื่องความจุ และข้อจำกัดของพื้นที่เรือนนอน อย่างไรก็ตามกรมราชทัณฑ์ได้กำหนดมาตรฐานของลักษณะเรือนนอน ขนาดพื้นที่เรือนนอนต่อคน และระบบสุขาภิบาลของเรือนจำซึ่งแนวทางดังกล่าวมีความสอดคล้องกับการข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำขององค์การสหประชาชาติ

๕. สิทธิในการนับถือศาสนาและปฏิบัติศาสนกิจ ในพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ไม่มีการบัญญัติรับรองการคุ้มครองสิทธิในการนับถือศาสนาของผู้ต้องขังโดยเฉพาะ มีเพียงการบัญญัติไว้ในกฎกระทรวงมหาดไทยออกตามความในมาตรา ๕๘ แห่งพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ.๒๔๗๙ ข้อ ๖๘ ซึ่งห้ามมิให้เจ้าพนักงานเรือนจำปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในเรื่องอนามัยส่วนตัวอันเป็นการขัดต่อสิทธิทางศาสนาของผู้ต้องขังแต่ละคน ซึ่งหากอยากให้เกิดหลักประกันในการนับถือศาสนาให้เป็นไปตามมาตรฐานสากลและรัฐธรรมนูญ จึงควรมีการบัญญัติรับรองสิทธินี้ไว้อย่างชัดเจนในพระราชบัญญัติหรือกฎกระทรวง เพื่อแสดงให้เห็นว่ากรมราชทัณฑ์เห็นความสำคัญและเอาใจใส่ต่อสิทธิข้อนี้อย่างแท้จริง

๖. สิทธิในการสื่อสาร เมื่อพิจารณาบทบัญญัติกฎหมายไทยแล้ว พบว่า พระราชบัญญัติราชทัณฑ์มาตรา ๓๓ บัญญัติคุ้มครองให้ผู้ต้องขังมีสิทธิในการติดต่อสื่อสารและได้รับการเยี่ยมจากบุคคลภายนอกไว้สอดคล้องกับมาตรฐานสากล เช่น การเยี่ยมเพื่อใช้ชีวิตคู่และการเยี่ยมแบบครอบครัว

๗. การบริการเกี่ยวกับสิ่งบันเทิงและการพักผ่อนหย่อนใจ ตามกฎกระทรวงมหาดไทย ข้อ ๗๑ บัญญัติให้ผู้ต้องขังออกกำลังกายนอกห้องขัง แม้จะไม่มีกำหนดระยะเวลาในการออกกำลังกายไว้อย่างชัดเจนแต่กรมฯ ได้ออกหนังสือสั่งการเพื่อวางแนวทางปฏิบัติให้เรือนจำฯ จัดให้มีบริการด้านกีฬาและนันทนาการแก่ผู้ต้องขัง เพื่อพัฒนาสุขภาพกายและใจให้ดีขึ้น ดังนั้นกฎหมาย และแนวทางการปฏิบัติของกรมราชทัณฑ์มีความสอดคล้องกับข้อกำหนดขององค์การสหประชาชาติ[๙๖]

สรุปได้ว่า แม้เป็นผู้กระทำผิดก็ยังมีสิทธิได้รับสวัสดิการในระดับหนึ่งตามสิทธิขั้นพื้นฐานแห่งรัฐ ตามหลักสิทธิมนุษยชน เช่น การคุ้มครองให้ผู้ต้องขังมีสิทธิในการติดต่อสื่อสารและได้รับการเยี่ยมจากบุคคลภายนอกสิทธิในการนับถือศาสนาสิทธิการได้รับอาหาร เสื้อผ้า ที่จำเป็นต่อการยังชีพ

## ๒.๗ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” โดยมีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยได้รวบรวมดังนี้

**สุมนทิพย์ จิตสว่าง** ได้วิจัยเรื่อง "การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ" พบว่าปัจจัยที่นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุ ประกอบด้วย คุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุก่อนต้องโทษสำหรับปัจจัยที่เป็นปัญหาสำหรับคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุก่อนต้องโทษที่สำคัญ คือ หากผู้ต้องขังสูงอายุเป็นผู้ที่มีสถานภาพทางสังคมไม่สูง โดยเป็นผู้ที่มีการศึกษาไม่สูง มีรายได้ในการเลี้ยงชีพไม่เพียงพอ รวมทั้งเป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี อาจส่งผลต่อปัญหาการกระทำผิดเพื่อความอยู่รอดของชีวิตและครอบครัว ซึ่งโดยส่วนใหญ่ผู้ต้องขังสูงอายุกลุ่มตัวอย่างดังกล่าวจะมีการกระทำผิดที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดดังนั้น ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุก่อนต้องโทษที่มีสถานภาพทางสังคมที่ไม่สูงดังกล่าวข้างต้น คือการให้การสงเคราะห์หรือการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีสถานภาพทางสังคมไม่สูง โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ต้องทำงานหาเลี้ยงชีพตนเองและครอบครัวแม้อายุจะมากแล้ว หากไม่สามารถทำงานได้เพราะปัญหาอุปสรรคจากสภาพร่างกายที่ไม่สามารถทำงาน รวมทั้งสังคมอาจไม่ให้โอกาสแก่ผู้สูงอายุในการประกอบอาชีพมากนัก ซึ่งการสงเคราะห์ให้ผู้ต้องขังสูงอายุสามารถเลี้ยงชีพตนเองได้ จะเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งทางด้านสุขภาพร่างกายที่ผู้ต้องขังสูงอายุสามารถนำเงินที่มีอยู่มารักษาสุขภาพร่างกาย รวมทั้งการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสุขภาพจิต เพราะผู้ต้องขังสูงอายุจะไม่ต้องเผชิญกับความเครียดที่เกิดจากสภาพร่างกายที่มากแล้ว หากแต่ยังต้องทำงานหาเลี้ยงตัวเองและครอบครัว คุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุขณะต้องโทษสำหรับปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

---

[๙๖] United Nations Standard Minimum Rules for the Treatment of Prisoners ค.ศ.1957, อ้างในณัฐยา จรรยาชัยเลิศ, “หลักประกันสิทธิผู้ต้องขัง: กรณีศึกษาสิทธิในการดำรงชีวิต”, **วิทยานิพนธ์นิติศาสตรมหาบัณฑิต,** (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๘), หน้า ๒๕.

ผู้ต้องขังสูงอายุขณะต้องโทษในเรือนจำคือ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตให้แก่ผู้ต้องขังสูงอายุที่ต้องโทษในเรือนจำ เนื่องจากการต้องโทษในเรือนจำทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีในระดับหนึ่ง โดยเฉพาะคุณภาพชีวิตที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพร่างกาย เพราะทางเรือนจำจะมีการจัดหาปัจจัยสี่ที่จำเป็นให้แก่ผู้ต้องขังสูงอายุ โดยเฉพาะอาหารที่มีกินครบทั้งสามมื้อ ดังเช่นที่ผู้ต้องขังสูงอายุกลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งได้กล่าวว่าการต้องโทษในเรือนจำทำให้มีอาหารในการกินที่ครบถ้วนกว่าการใช้ชีวิตอยู่ภายนอกเรือนจำ รวมทั้งทางเรือนจำได้มีการดูแลสุขภาพด้วยการรักษาโรคให้แก่ผู้ต้องขังสูงอายุอย่างครบถ้วน อย่างไรก็ตาม ผู้ต้องขังสูงอายุส่วนใหญ่จะประสบกับปัญหาสุขภาพจิตเนื่องจากต้องเผชิญกับการใช้ชีวิตอย่างขาดอิสรภาพ โดยผู้ต้องขังสูงอายุบางส่วนไม่เคยมีญาติพี่น้อง หรือครอบครัวลูกหลานมาเยี่ยมเลยภายหลังย่างกรายเข้าสู่เรือนจำ รวมทั้งผู้ต้องขังสูงอายุบางส่วนไม่เคยได้รับข่าวคราวจากโลกภายนอกอีกเลย ทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุบางส่วนต้องเผชิญกับความทุกข์ใจอย่างแสนสาหัสภายหลังจากที่ต้องโทษในเรือนจำ ในขณะที่ผู้ต้องขังสูงอายุบางส่วนต้องเผชิญกับการใช้ชีวิตที่ทุกข์ใจเพราะเห็นว่าชีวิตของตนเองไม่มีคุณค่า ไม่มีความหมายต่อสังคมหรือบุคคลใด ๆ อีกเลยภายหลังจากที่ต้องโทษจำคุกในเรือนจำ สำหรับแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุที่ทางเรือนจำได้จัดให้แก่ผู้สูงอายุและทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุกลุ่มตัวอย่างสามารถใช้ชีวิตในเรือนจำได้อย่างมีความสุขมากขึ้น คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านศาสนาซึ่งทางเรือนจำได้จัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับทางศาสนาให้แก่ผู้ต้องขังสูงอายุ โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนาพุทธที่ผู้ต้องขังสูงอายุส่วนใหญ่นับถือ ทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุส่วนใหญ่สามารถผ่อนคลายจากความทุกข์ และดำเนินชีวิตอยู่ในเรือนจำได้อย่างมีคุณค่า มีชีวิตที่มีความหวังที่จะกลับไปใช้ชีวิตภายนอกเรือนจำอย่างมีคุณค่าและไม่กระทำผิดซ้ำ รวมทั้งทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุสำนึกผิดและยอมรับชะตากรรมหรือยอมรับกับชีวิตที่ต้องถูกจำคุกในเรือนจำ เพราะความผิดที่ได้กระทำลงไป[๙๗]

**รณกรณ์ เอกฉันท**ได้วิจัย เรื่อง การพัฒนาตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังในเรือนจำไทย ผลการศึกษาพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังที่ผ่านมา ไม่เคยมีการจัดตัวชี้วัดไว้เจาะจง จะอ้างอิงกับตัวชี้วัดกลุ่มเป้าหมายที่ใกล้เคียง เช่น ผู้ต้องขังสูงอายุ ใช้ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มารดาตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร ซึ่งงานวิจัยของ รณกรณ์ เอกฉันท์ ได้วิจัยพัฒนาตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) พัฒนาตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขัง ๒) ประเมินคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังในเรือนจำไทยการพัฒนาตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังในเรือนจำไทย

ผลวิจัยพบว่า ๑) ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังจากการได้รับบริการสุขภาพในเรือนจำมี ๔ องค์ประกอบหลัก ๑๕ องค์ประกอบย่อย ๖๑ ตัวชี้วัด ได้แก่ ๑. องค์ประกอบด้านโครงสร้างหน่วยบริการสุขภาพในเรือนจำมี ๔ องค์ประกอบย่อย ได้แก่ (๑) ด้านมาตรฐานสถานพยาบาล ๓ ตัวชี้วัด (๒) ด้านนโยบายสุขภาพ ๓ ตัวชี้วัด (๓) ด้านมาตรฐานบุคลากร ๕ ตัวชี้วัด และ (๔) ด้านเครือข่ายสุขภาพมีประสิทธิภาพ ๔ ตัวชี้วัด ๒. องค์ประกอบด้านการบริหารจัดการระบบบริการสุขภาพในเรือนจำ มี ๓ องค์ประกอบย่อย ได้แก่ (๑) ด้านระบบบริการสุขภาพแรกรับ ๔

---

[๙๗] สุมนทิพย์ จิตสว่าง และ นัทธี จิตสว่าง, "การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ", **สังคมสงเคราะห์ศาสตร์,** ปีที่ ๒๔ ฉบับที่ ๒ (ก.ค.-ธ.ค. ๒๕๕๙): ๗๘-๑๐๑.

ตัวชี้วัด (๒) ด้านระบบบริการสุขภาพระหว่างถูกคุมขัง ๔ ตัวชี้วัดและ (๓) ด้านระบบบริการสุขภาพก่อนปล่อยพ้นโทษ ๓ ตัวชี้วัด ๓. องค์ประกอบด้านกระบวนการให้บริการสุขภาพในเรือนจำมี ๕ องค์ประกอบย่อย ได้แก่ (๑) ด้านส่งเสริมสุขภาพ ๓ ตัวชี้วัด (๒) ด้านการป้องกันโรค ๓ ตัวชี้วัด (๓) ด้านการบำบัดรักษา ๖ ตัวชี้วัด (๔) ด้านการฟื้นฟูสภาพ ๓ ตัวชี้วัด (๕) ด้านสังคม สิ่งแวดล้อมและสิ่งจำเป็นพื้นฐาน ๕ ตัวชี้วัดและ ๔. องค์ประกอบด้านผลลัพธ์การให้บริการสุขภาพในเรือนจำมี๔ องค์ประกอบย่อย ได้แก่ (๑) ด้านคุณภาพการให้บริการ ๖ ตัวชี้วัด (๒) ด้านผลการให้บริการผู้ป่วยเรื้อรังและผู้พิการ ๕ ตัวชี้วัด (๓) ด้านผลความร่วมมือระหว่างองค์กรสุขภาพ ๔ ตัวชี้วัด๒) ผลการประเมินคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังจากกลุ่มเจ้าหน้าที่ให้บริการสุขภาพพบว่าคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังทุกองค์ประกอบอยู่ในเกณฑ์ดี (X =๓.๙๔,S.D.=๐.๙๓) จำแนกตามองค์ประกอบพบว่าด้านโครงสร้างหน่วยบริการสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ดี ( X =๓.๗๔,S.D.=๑.๐๒) ด้านการบริหารจัดการระบบสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ดี ( X = ๔.๐๙,S.D.=๐.๙๐) ด้านกระบวนการให้บริการสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ดี ( X =๔.๐๑,S.D.=๐.๘๗) และด้านผลลัพธ์การให้บริการอยู่ในเกณฑ์ดี ( X = ๓.๙๒,S.D.=๐.๙๓) และผลการประเมินจากกลุ่มผู้ต้องขังผู้รับบริการในสถานพยาบาลเรือนจำ ขนาดเล็ก กลางและใหญ่พบว่า คุณภาพชีวิตจากการได้รับบริการสุขภาพของผู้ต้องขัง โดยรวมทุกองค์ประกอบตัวชี้วัดในสถานพยาบาลทั้ง ๓ ขนาดอยู่ในเกณฑ์ที่ดี มีข้อแนะนำด้านการปรับปรุงสิ่งจำเป็นพื้นฐานด้านอาหารให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น และควรมีพื้นที่สำหรับบริการผู้ต้องขังป่วยในโรงพยาบาลเครือข่ายของรัฐในการส่งต่อการรักษา[๙๘]

**วีระยุทธ แสนพง และจิระสุข สุขสวัสดิ์** ได้วิจัย เรื่อง “ประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำกลางบางขวาง” ผลการวิจัยพบว่า ประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขัง ๔ ประเด็นหลัก ได้แก่ ๑) มูลเหตุแห่งทุกข์ มี ๒ประเด็นรอง คือ กระบวนการพิจารณาคดี และโลกใบใหม่ที่ แปรเปลี่ยนไป ๒) ความทุกข์ที่เกิดขึ้นก่อนเข้าสู่การปรับตัวมี ๒ประเด็นรอง คือ ความทุกข์ทางกาย และความทุกข์ทางใจ ๓) กระบวนการปรับตัว มี ๓ประเด็นรอง คือ การปรับมุมมองความคิด การจัดการกับสภาวะที่ทำให้ใจขุ่นมัว และความรู้สึกด้านบวก และ๔) การเริ่มต้นของชีวิตที่เข้มแข็ง มี ๓ประเด็นรอง คือ การยืนหยัดเพื่อสู้กับปัญหา การก่อเกิดมิตรภาพในเรือนจำ และการวางแผนชีวิตหลังพ้นโทษ[๙๙]

**รุ่งโรจน์ โพธิ์ทอง** ได้วิจัยเรื่อง “รูปแบบการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมสำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำพิเศษธนบุรี” จากผลการศึกษาผู้วิจัยสรุปได้ว่า ผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมอยู่ในระดับมาก สำหรับความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณธรรมที่ควรปลูกฝังให้แก่ผู้ต้องขัง ได้แก่ ความซื่อสัตย์สุจริต รู้จักข่มใจตนเอง มีสัจจะและจริงใจ มีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบ ปฏิบัติตนตามกฎหมายและหลักธรรมทางศาสนา การประหยัดอดออมอยู่ในระดับมาก นอกจากนี้ยังเห็นว่า จริยธรรมที่ควรปลูกฝังให้แก่ผู้ต้องขัง เกี่ยวกับการใฝ่สัจธรรม การใช้

---

[๙๘] รณกรณ์ เอกฉันท, "การพัฒนาตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังในเรือนจำไทย" **Veridian E-Journal**, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๓ (กันยายน – ธันวาคม ๒๕๕๘): ๒๙๗ - ๓๑๓.

[๙๙] วีระยุทธ แสนพง และจิระสุข สุขสวัสดิ์, “ประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำกลางบางขวาง”, e-jodil.stou.ac.th, [ออนไลน์] แหล่งที่มา:http://e-jodil.stou.ac.th [๖ มีนาคม ๒๕๖๑].

สติปัญญาในการแก้ไข การมีความเมตตากรุณา มีสติสัมปชัญญะ การเป็นผู้ไม่ประมาท มีความขยันหมั่นเพียรเกรงกลัวต่อการทำชั่ว มีความกตัญญูกตเวที อยู่ในระดับมากเช่นกัน[๑๐๐]

**เฉลียว รอดเขียว และคณะ** ได้วิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวบ้านในชุมชนตลาดวัดพระศรีมหาธาตุ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก” ผลการศึกษาพบว่า ว่าชาวบ้านที่อาศัยอยู่ภายในชุมชนตลาดวัดพระศรีรัตนมหาธาตุ ได้มีการนำหลักธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิต โดยพยายามหลีกเลี่ยง และพยายามละเว้นพฤติกรรมที่ไม่ดี ในด้านการใช้พรหมวิหาร ๔ ในครอบครัว มีการนำไปใช้จริง และหลักศาสนาที่ชาวบ้านนำมาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตมาก คือ จาคะ ส่วนสัจจะ ขันติ และทมะ มีการนำไปใช้ค่อนข้างมาก ส่วนการใช้หลักทางพระพุทธศาสนา เกี่ยวกับวางแผนอนาคต และผูกใจคน มีการนำไปใช้ค่อนข้างมาก ด้านการฝึกระงับความโกรธหรือความทุกข์ แม่และพ่อจะฝึกค่อนข้างมาก ส่วนลูกๆ และญาติฝึกบ้าง ซึ่งสามารถระงับความโกรธหรือความทุกข์ได้ โดยแม่ละพ่อสามารถระงับได้ค่อนข้างมาก ส่วนลูกๆ และญาติ ระงับได้ปานกลาง ด้านลักษณะการบริโภค อุปโภคและลักษณะการอยู่อาศัยของสมาชิกในครอบครัว ค่อนข้างประหยัด[๑๐๑]

**สมภพ แจ่มจันทร์** ได้วิจัยเรื่อง “ประสบการณ์ทางจิตใจของผู้ต้องขังหญิงคดีฆาตกรรมในทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่” ประสบการณ์ทางจิตใจของผู้ต้องขังหญิงคดีฆาตกรรมจากการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น ๖ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านชนวนก่อเหตุฆาตกรรม: ก่อนลงมือก่อเหตุฆาตกรรมผู้ต้องขังหญิงคดีกล่าวถึงความรู้สึกกดดันในชีวิตซึ่งนำไปสู่ความโกรธและการลงมือฆ่าคู่กรณี การทำไปเพื่อป้องกันตัวและไม่มีเจตนาทำให้เสียชีวิต รวมถึงความรู้สึกลังเลใจและสับสนก่อนลงมือก่อเหตุ ๒) ด้านเมื่อแรกรู้ว่าถูกจำคุก: เมื่อผู้ต้องขังหญิงคดีฆาตกรรมรับรู้ว่าตนเองถูกจำคุก ความรู้สึกที่เกิดขึ้นคือความตกใจอย่างรุนแรง ความหวั่นกลัวต่อเรือนจำ ความรู้สึกสูญเสียใหญ่หลวงในชีวิต ความกังวลเกี่ยวกับชีวิตในเรือนจำ ความเป็นห่วงสมาชิกในครอบครัว และการพยายามทำใจยอมรับ ๓) ด้านความทุกข์ใจจากการถูกจองจำ: ผู้ต้องขังหญิงรู้สึกทุกข์ใจในด้านต่างๆ ได้แก่ ความทุกข์ใจจากการพลัดพรากจากครอบครัว ความทุกข์ใจจากกฎระเบียบในเรือนจำและการขาดอิสรภาพในชีวิต ความทุกข์ใจการไม่สามารถช่วยเหลือครอบครัวได้ และความทุกข์ใจจากการอยู่ท่ามกลางคนแปลกหน้า ๔) ด้านการปรับตัวและปรับใจให้อยู่ได้ในเรือนจำ: ผู้ต้องขังหญิงปรับตัวเข้ากับชีวิตในเรือนจำโดยใช้กระบวนการทางความคิด พยายามทำกิจกรรมต่างๆ ในเรือนจำ มีปฏิสัมพันธ์กับผู้ต้องขังอื่น เปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อเอาตัวรอด รวมถึงการตระหนักถึงความหมายในชีวิต ๕) ด้านความมุ่งหวังและความกังวลในอนาคต: ภายหลังจากพ้นโทษผู้ต้องขังหญิงมีความตั้งใจกลับออกไปทำงาน กลับไปอยู่บ้านและอยู่กับครอบครัว รวมถึงการบวชชีเพื่อชำระจิตใจ สำหรับประเด็นเรื่องความกังวลเกี่ยวกับ

---

[๑๐๐] รุ่งโรจน์ โพธิ์ทอง, ว่าที่ร้อยตรี, “รูปแบบการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมสำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำพิเศษธนบุรี”, **รายงานวิจัย**,โครงการศึกษาหลังปริญญาโทมุ่งสู่ความเป็นผู้นำทางการศึกษา สาขาอุดมศึกษา, (คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา, ๒๕๔๙), หน้า ค.

[๑๐๑] เฉลียว รอดเขียวและคณะ, “การประยุกต์หลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวบ้านในชุมชนตลาดวัดพระศรีรัตนมหาธาตุ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก”, **รายงานวิจัย**, (คณะพุทธศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ก.

อนาคต ผู้ต้องขังขังหญิงมีความสับสนในอนาคต และกังวลเกี่ยวกับการยอมรับของสังคมและญาติพี่น้อง ๖) ด้านบทเรียนที่ได้รับจากการถูกจองจำ: ผู้ต้องขังหญิงระบุว่าตนเองได้สำนึกถึงคุณค่าของครอบครัว มีการเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดีขึ้น ได้รับโอกาสทางการศึกษาและวิชาชีพ รวมถึงได้รับบทเรียนชีวิต ผลการวิจัยสามารถใช้เป็นแนวทางในการทำความเข้าใจประสบการณ์ทางจิตใจของผู้ต้องขังหญิงคดีฆาตกรรมและนำไปใช้ประโยชน์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับคนกลุ่มนี้ แต่การวิจัยครั้งนี้ทำขึ้นกับผู้ต้องขังหญิงคดีฆาตกรรมในทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่เท่านั้น ซึ่งทำให้มีข้อจำกัดในการนำไปอ้างอิงกับผู้ต้องขังหญิงทั่วไป[๑๐๒]

**ทวีวัฒน์ อ่างนิลพันธ์** ได้วิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการตามหลักพรหมวิหาร ๔: กรณีศึกษาจังหวัดทหารบกบุรีรัมย์” พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ จังหวัดทหารบกบุรีรัมย์ตามหลักพรหมวิหาร ๔ ได้แก่ ด้านเมตตา ด้านกรุณา ด้านมุฑิตา และด้านอุเบกขา พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาแต่ละด้านพบว่า มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากทุกด้าน เมื่อจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ทหารกองประจำการ จังหวัดทหารบกบุรีรัมย์ ที่มีอายุ ระดับการศึกษา และสถานภาพสมรสที่ต่างกัน มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ จังหวัดทหารบกบุรีรัมย์ ตามหลักพรหมวิหาร ๔ โดยภาพรวมไม่แตกต่าง โดยสะท้อนสภาพปัญหา อุปสรรค์และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพรหมวิหาร ๔ ว่า ผู้บริหารมีความเมตตาน้อย บางครั้งมีการใช้อำนาจเกินขอบเขต มีการใช้อารมณ์ในการสั่งการ การดูแลทุกข์สุขของทหาร เพียงแค่นานๆ ครั้ง บางครั้งไม่เปิดโอกาสให้ชี้แจงข้อกล่าวหา เมื่อกระทำความผิด รวมถึงขาดขวัญกำลังใจจากผู้บังคับบัญชา การสนับสนุนให้ทหารมีความรู้ความสามารถยังไม่ทั่วถึง บางครั้งไม่ให้กำลังใจในการกระทำความดี การปฏิบัติตนต่อทหารทุกคนยังไม่เท่าเทียมกัน และยังขาดการชี้แจงกฎระเบียบ ข้อบังคับอย่างถูกต้อง ได้เสนอแนะให้ผู้บริหารควรมีความเมตตามากขึ้น ใช้อำนาจในขอบเขตที่กำหนด สั่งการด้วยเหตุผลมากกว่าอารมณ์ สนใจทุกข์สุขของทหารมากกว่านี้ เปิดโอกาสให้ชี้แจงข้อกล่าวหาทุกครั้งเมื่อมีการกระทำความผิด ส่งเสริมและสร้างขวัญกำลังใจแก่ทหารมากขึ้น สนับสนุนให้ทหารมีความรู้ความสามารถ เพิ่มขึ้นอย่างทั่วถึง ให้กำลังใจแก่ผู้กระทำความดีทุกครั้งที่มีโอกาส ผู้บังคับบัญชาควรปฏิบัติต่อทหารทุกคนด้วยความเสมอภาค และชี้แจงกฎระเบียบ ข้อบังคับต่าง ๆ ให้ถูกต้องครบถ้วนอยู่เสมอ[๑๐๓]

**สิรินภา นาคธน** ได้วิจัยเรื่อง “การปรับตัวของผู้ต้องขังระหว่างการพิจารณาคดีในชั้นสอบสวน ที่ต้องโทษครั้งแรกในเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานครและทัณฑสถาน หญิงธนบุรี” การศึกษาครั้งนี้ ได้กำหนดปัญหาด้านการปรับตัวของผู้ต้องขังเป็น ๒ ประการ คือ ปัญหาในการปรับตัวระหว่างถูกคุมขังในเรือนจำ และความต้องการให้เรือนจำปรับปรุง เพื่อช่วยในการปรับตัวของผู้ต้องขัง ดังนี้๑) ปัญหาในการปรับตัวระหว่างถูกคุมขังในเรือนจำของผู้ต้องขังหญิงและ ผู้ต้องขังชาย

---

[๑๐๒] สมภพ แจ่มจันทร์, “ประสบการณ์ทางจิตใจของผู้ต้องขังหญิงคดีฆาตกรรมในทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่”, ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (จิตวิทยาการปรึกษา), (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๐).

[๑๐๓] ทวีวัฒน์ อ่างนิลพันธ์, จ่าสิบเอก, “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการตามหลักพรหมวิหาร ๔: กรณีศึกษาจังหวัดทหารบกบุรีรัมย์”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า (๒).

มีความแตกต่างคือ ผู้ต้องขังหญิงมีปัญหาด้านการปรับตัว ๓ ด้านได้แก่ปัญหา สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ปัญหาด้านโครงสร้างเรือนจำ กายภาพ และสิ่งแวดล้อม ปัญหาด้าน อารมณ์และความรู้สึก ส่วนผู้ต้องขังชายมีปัญหาด้านการปรับตัว ๔ ด้าน ซึ่งปัญหาที่เพิ่มขึ้น คือ ปัญหาการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับของเรือนจำ๒) ความต้องการให้เรือนจำปรับปรุง เพื่อช่วยในการปรับตัวของผู้ต้องขังหญิงและ ผู้ต้องขังชาย พบว่า มีความแตกต่างกันคือ ผู้ต้องขังหญิงต้องการให้มีการปรับปรุงด้านโครงสร้างเรือนจำ ด้านกายภาพ และสิ่งแวดล้อม การปรับปรุงด้านสวัสดิการ สันทานการ และการเยี่ยมญาติและความต้องการด้านกฎระเบียบ ข้อบังคับ ส่วนผู้ต้องขังชายมีความต้องการด้านสัมพันธภาพ ระหว่างบุคคลและความต้องการด้านกฎระเบียบข้อบังคับ[๑๐๔]

**ปรีชญาณ์ นักฟ้อน** ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินนโยบายการบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังติดยาเสพติดในเรือนจำของไทย” โดยพบว่าแนวนโยบายและรูปแบบกาบำบัดฟื้นฟูที่กรมราชทัณฑ์กำหนดมีความชัดเจนและเหมาะสม หากแต่ในเรือนจำและทัณฑสถานต่างๆ กลับไม่สามารถดำเนินการได้ตามแนวทางที่กำหนดได้จริง เนื่องจากลักษณะของหน่วยปฏิบัติและสถานการณ์ของปัญหาที่แท้จริงที่เกิดขึ้นไม่เอื้ออำนวยต่อการดำเนินงานตามนโยบายดังกล่าว ทั้งลักษณะทางกายภาพของพื้นที่และโครงสร้างการดำเนินงานภายในของเรือนจำส่งผลให้โดยการบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังในเรือนจำยังคงเป็นเพียง “ภารกิจเสริม” ของเรือนจำเท่านั้น รวมทั้งแต่ละเรือนจำต้องรับภาระในการควบคุมตัวผู้ต้องขังที่เกินศักยภาพในการรองรับที่แท้จริง ซึ่งเป็นเงื่อนไขที่กรมราชทัณฑ์ไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยตนเอง ทั้งนี้ รูปแบบการบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังติดยาเสพติดในเรือนจำที่เหมาะสม จึงควรให้ความสำคัญกับองค์ประกอบที่สำคัญ ๔ด้านได้แก่ ลักษณะของผู้ต้องขัง ลักษณะของโปรแกรมการบำบัด ลักษณะของเจ้าหน้าที่โปรแกรม และลักษณะของเรือนจำ โดยองค์ประกอบทั้ง ๔ต้องมีลักษณะเฉพาะที่เอื้ออำนวยต่องานด้านการบำบัดฟื้นฟู ซึ่งถือเป็นงานที่มีลักษณะเฉพาะสำหรับเรือนจำและทัณฑสถาน[๑๐๕]

**สุมนทิพย์ จิตสว่าง** ได้วิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่ผลต่อพฤติกรรมการกระทำความผิดของนักโทษประหารชีวิต” ได้กล่าวถึงสาเหตุของการกระทำความผิดของผู้ต้องขังโทษประหารชีวิตไว้ว่า สาเหตุที่นักโทษประหารชีวิตประกอบอาชญากรรมจนกระทั้งต้องโทษประหารชีวิต เนื่องมาจากมีเจตนำนงเสรี (Free will) ในการเลือกกระทำ โดยเห็นว่า การประกอบอาชญากรรมก่อให้เกิดความสุขหรือตอบสนองต่อความต้องการทางจิตใจ สภาพแวดล้อม และปัจจัยต่างๆ (Determinism)สภาพร่างกายหรือจิตใจที่ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการประกอบอาชญากรรม การเรียนรู้พฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องทั้งจากเพื่อน โดยผ่านการคบหาสมาคมหรือการเรียนรู้ผ่านสื่อมวลชน การขาดความรักความผูกพันต่อครอบครัวหรือสังคม การถูกตีตราจากสังคมว่าเป็นอาชญากรหรือคนไม่ดี[๑๐๖]

---

[๑๐๔] ศิรินภา นาคธน, “การปรับตัวของผู้ต้องขังระหว่างการพิจารณาคดีในชั้นสอบสวน ที่ต้องโทษครั้งแรก ในเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานครและทัณฑสถานหญิงธนบุรี**”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (การบริหารงานยุติธรรม), (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๑๙.

[๑๐๕] ปรีชญาณ์ นักฟ้อน, “การดำเนินนโยบายการบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังติดยาเสพติดในเรือนจำของไทย”, **รายงานวิจัย,** (ภาควิชารัฐศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๘.

[๑๐๖] สุมนทิพย์ จิตสว่าง, “ปัจจัยที่ผลต่อพฤติกรรมการกระทำความผิดของนักโทษประหารชีวิต”, **ดุษฎีนิพนธ์สาขาวิชาอาชญาวิทยา,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔), หน้า ๙๑-๙๒.

**วรพิมพ์สุข ผ่องสมัย** ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษากระบวนการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางตามหลักพุทธธรรม” พบว่ารูปแบบการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางตามหลักพุทธธรรม ที่เกิดจากการนำเอารูปแบบการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังของทัณฑสถานหญิงกลางมาบูรณาการ ร่วมกับรูปแบบการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจของยุวพุทธฯ เป็นรูปแบบที่มีความเหมาะสม สำหรับจัดการฝึกอบรมให้กับผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางและจากการประเมินผลกระบวนการฝึกอบรมกับผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายพบว่า ทั้งรูปแบบและกระบวนการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงกลางตามหลักพุทธธรรมมีประสิทธิภาพในระดับมาก[๑๐๗]

**เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม** ได้วิจัยเรื่อง “การพัฒนาวิถีการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังหญิงโทษประหารชีวิตของกรมราชทัณฑ์” พบว่า ผู้ต้องขังหญิงโทษประหารชีวิตส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ย ๔๑ - ๕๐ ปี สถานภาพสมรสแล้วอยู่ด้วยกัน จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ต้องโทษคดีกระทำความผิดต่อ พรบ.ยาเสพติด มีพฤติกรรมการทำบุญเป็นบางครั้ง ส่วนการปฏิบัติธรรมมีประสบการณ์น้อยและนับถือศาสนาพุทธ ด้านวิถีการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรม จะต้องเน้นการอบรมจิตภาวนา โดยการเข้าอบรมพัฒนาจิตใจตามโครงการปฏิบัติจิตภาวนา ซึ่งเป็นการพัฒนาที่มุ่งแก้ไขปัญหาการกระทำความผิดที่ต้นเหตุ ตามหลักพุทธศาสนาที่เชื่อว่า เหตุของการกระทำความผิดเกิดจากใจมีกิเลส การจะฆ่ากิเลสได้มีทางเดียวคือทางสายเอก[๑๐๘]

**ชัยวัฒน์รัตนวงศ์ และคณะ** ได้ศึกษา เรื่อง “การพัฒนากิจกรรมสิ่งแวดล้อมสร้างสรรค์เพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุ: กรณีศึกษาเรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์” โดยศึกษาผู้ต้องขังชายและหญิงอายุ ๕๐ ปีขึ้นไปจำนวน ๗๔ คนเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้เทคนิคกระบวนการวางแผนแบบมีส่วนร่วมวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษาพบว่า[๑๐๙] ผู้ต้องขังสูงอายุมีความคิดเห็นว่าตนเองประสบกับสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจมากที่สุดรองลงมา คือ ด้านร่างกายด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสภาพแวดล้อมตามลำดับ มีความต้องการในการสร้างเสริมคุณภาพชีวิต ในทุกด้านสอดคล้องกับสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตและมีความคิดเห็นว่าตนเองมีคุณภาพชีวิตระดับปานกลางและพบว่ากิจกรรมสิ่งแวดล้อมสร้างสรรค์เพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิต๙ กิจกรรมได้แก่กิจกรรมให้ความรู้ด้านสุขอนามัยกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพกิจกรรมธรรมบำบัดจิตกิจกรรมครอบครัวสัมพันธ์กิจกรรมนันทนาการกิจกรรมสังคมห่วงใยให้โอกาสกิจกรรมเตรียมความพร้อมกลับสู่สังคมกิจกรรมปรับภูมิทัศน์ในเรือนจำและกิจกรรมรักษ์สิ่งแวดล้อม เป็นกิจกรรมที่เกิดจากการระดมสมองในเชิงสร้างสรรค์ทำให้เกิดความเข้าใจในปัญหาค้นหาวิธีการแก้ปัญหาวางแผน

---

[๑๐๗] วรพิมพ์สุข ผ่องสมัย, “การพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางตามหลักพุทธธรรม”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้าบทคัดย่อ.

[๑๐๘] เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม, “การพัฒนาวิถีการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังหญิงโทษประหารชีวิตของกรมราชทัณฑ์”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓); หน้า ๑๗๓ – ๑๗๔.

[๑๐๙] ชัยวัฒน์ รัตนวงศ์ และคณะ, “การพัฒนากิจกรรมสิ่งแวดล้อมสร้างสรรค์เพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุ: กรณีศึกษาเรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์”, **วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น**, ฉบับพิเศษ, (พฤศจิกายน ๒๕๕๕): หน้า ๙๕ - ๑๐๒.

ร่วมกันและทำกิจกรรมตามแผนที่วางไว้ เป็นการทำงานร่วมกันเป็นขั้นเป็นตอน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่สร้างสรรค์ เป็นกิจกรรม ล้วนมาจากความต้องการของผู้ต้องขังสูงอายุ จึงมีความเหมาะสมและเป็นไปได้ในบริบทของเรือนจำ

**พระสราวุฒิ ปญฺญาวุฑฺโฒ** ได้วิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่” ผลการวิจัยพบว่า หลักภาวนา ๔ สามารถนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความพร้อมในทุกด้าน ของการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า และเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต สามารถฝึกฝนอบรมให้มีความเจริญงอกงามได้โดยยึดหลักภาวนา ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านร่างกาย (กายภาวนา) การเจริญกาย เป็นการฝึกอบรมกายให้มีความเกี่ยวข้องเกื้อกูลกัน ทำให้เจริญด้านอินทรีย์ทั้ง ๖เช่น หูตา จมูก ลิ้น กาย ใจ คือ การสำรวมระวังอินทรีย์ให้มีความพร้อม โดยการละเว้นจากความชั่วทั้งปวงได้ ย่อมมีความเจริญงอกงามในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เกิดจากการประพฤติปฏิบัติตนให้อยู่อย่างมีความสงบสุขเกิดมรรคผล ๒) ด้านสังคม (ศีลภาวนา) การเจริญศีล เป็นการพัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีลมีความเกี่ยวข้องเกื้อกูลกับการขัดเกลาทางด้านกาย วาจาปกติดีงาม โดยการละเว้นระวังกายจากการเบียดเบียนผู้อื่นในทางที่เสื่อมเสีย การอยู่ร่วมกันในสังคมเสริมสร้างความมีระเบียบวินัยต่อตนเองและหมู่คณะ จะต้องอาศัยพื้นฐานการหมั่นฝึกฝนอบรมตนเองอย่างสม่ำเสมอ ๓) ด้านจิตใจ (จิตตภาวนา) การเจริญจิตเป็นการ พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจมีความเกี่ยวข้องเกื้อกูลกัน จะต้องอาศัยการเจริญงอกงามของจิตใจโดยมีความอดทนอดกลั้นต่อสิ่งที่มากระทบวางตัวด้วยการมีจิตเมตตาต่อผู้อื่น มีความเข้มแข็งมั่นคงจะทำให้ตัวมีสุขภาพจิตที่ดีเบิกบานใจ ด้วยการฝึกฝนอบรมจิตให้มีสมาธิ ๔) ด้านปัญญาเป็นการเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา ฝึกอบรมปัญญา คือ การสร้างความรู้ความเข้าใจการเปลี่ยนแปลงตามสภาวะธรรมชาติ มองโลกในแง่ดี มีจิตใจอิสระ วาง ปล่อยบางสิ่งบางอย่างด้วยการพิจารณาเหตุผลมาเป็นพื้นฐาน มีสติสัมปชัญญะควบคุมตนได้สามารถนำการประพฤติปฏิบัติตนมาแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นพร้อมด้วยปัญญา[๑๑๐]

**เจริญ นุชนิยม** ได้ศึกษา เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ” ผลการวิจัยพบว่า หลักธรรมที่มีส่วนส่งเสริมเกี่ยวข้องกับกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ที่ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง นำมาใช้ อาทิ การบูรณาการหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การตั้งสติสัมปชัญญะเพื่อความเพียรพิจารณากายเวทนาจิต ธรรม ให้เข้าใจในหลักธรรมตามความเป็นจริง เป็นหลักปฏิบัติที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก โดยพระวิปัสสนาจารย์เป็นผู้นำให้ผู้สูงอายุฝึกปฏิบัติสมาธิเบื้องต้น เริ่มจากการไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิ ฝึกกำหนดลมหายใจ เดินจงกรมเป็นระยะๆเป็นเวลา ๑๒ สัปดาห์ เพื่อให้ได้รับผลที่เกิดจากการปฏิบัติเจริญสติอย่างแท้จริง ผู้สูงอายุสามารถรับรู้ถึงวิธีการกำหนดอิริยาบถต่างๆ ของร่างกาย ส่งผลในกิจกรรมการออกกำลังกายมีสติระลึกอยู่เสมอในขณะทำกิจกรรมด้วยความสำรวมระมัดระวัง ส่งผลให้ร่างกายและจิตใจมีความสมบูรณ์แข็งแรงการบูรณาการหลักไตรสิกขา ซึ่งเป็น

---

[๑๑๐] พระสราวุฒิ ปญฺญาวุฑฺโฒ, “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวตามพระพุทธศาสนาในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่”, **มจร พุทธปัญญาปริทรรศน์**, ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม–สิงหาคม ๒๕๖๐): ๕๕-๖๖.

ธรรมะเบื้องต้นที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่สำคัญที่สุด ทำให้เป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรม ก่อให้เกิดความสงบสุขในสังคม การนำหลักไตรสิกขาที่อิงอาศัยกันระหว่างกายกับจิตมาประพฤติปฏิบัติ เพื่อส่งผลในด้านจิตต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุข[๑๑๑]

**จิรัฐกาลพงศ์ ภคเธียรและคณะ** ได้ศึกษา เรื่อง "การติดตามประเมินผลโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตมิติจิตใจของผู้ต้องขัง" ซึ่งเป็นโครงการที่มีเป้าหมายเพื่อพัฒนามิติด้านจิตใจและเสริมสร้างคุณค่าชีวิตให้กับผู้ต้องขัง เพื่อให้ผู้ต้องขังได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องพบว่า ผลที่เกิดขึ้นจากโครงการได้แสดงให้เห็นว่า ผู้ต้องขังที่เข้ารับการอบรมเกิดการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาจิตใจในมิติต่าง ๆดังนี้[๑๑๒]

๑. การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้นการดำเนินกิจกรรมในโครงการทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตระหนักว่า ตนเป็นคนทีมีความสำคัญ เป็นที่ยอมรับของคนอื่นมีคนระลึกถึงมีคนอยากให้สิ่งดีๆและขณะเดียวกันก็ตระหนักว่า ตนเองก็สามารถให้สิ่งดีๆ แก่คนอื่นได้เช่นเดียวกัน

๒. การลดความเห็นแก่ตัวพัฒนาความรักความเมตตาต่อผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ที่ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยแพทย์และหน้าที่อื่นๆมีความเต็มใจในการทำหน้าที่ของตนเพิ่มมากขึ้น ไม่คิดว่าต้องทำ เพราะเป็นภาระหรือเพียงแค่หน้าที่ที่ได้รับมอบหมายเท่านั้นแต่ด้วยความเห็นอกเห็นใจความกรุณาที่มีต่อผู้อื่นอย่างแท้จริง

๓. การรู้จักใช้เวลาและชีวิตที่เหลืออยู่อย่างเป็นสุข รู้จักการฝึกปฏิบัติด้านจิตใจ ที่ช่วยพัฒนาจิตให้เกิดความสงบเช่น การทำบุญ สวดมนต์ ทำสมาธิวาดภาพทำกิจกรรมจิตอาสา เป็นต้น

๔. พัฒนาความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ระหว่างผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความเป็นมิตรไมตรีการช่วยเหลือเกื้อกูลกันทำให้ความขัดแย้งลดลง

๕.เกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงความคิดทัศนคติมุมมองที่มีต่อโลกและชีวิตเปิดใจรับฟังและยอมรับ ความคิดเห็นที่แตกต่างได้มากขึ้น ไม่ยึดติดกับความคิดความเชื่อเดิมๆ เพียงอย่างเดียว

๖. มีความหวังต่ออนาคตที่ดีกว่าเดิม ที่จะได้มีโอกาสออกไปทำสิ่งที่ดีเพื่อคนที่ตนรักและผู้อื่นในสังคม ไม่จมอยู่กับความทุกข์ความคับแค้นใจที่เกิดขึ้นจากการหมดอิสรภาพ

**สุชาติ หล้าอภัย พระครูสุธีคัมภีรญาณ วิ.,ผศ.ดร., และ ดร.ทักษิณาร์ ไกรราช**.ได้ทำการศึกษาเรื่อง "การประยุกต์ใช้มหาสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ"[๑๑๓] ผลการวิจัยพบว่า หลักมหาสติปัฏฐานทางพระพุทธศาสนา เป็นหนทางเอกเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุญายธรรม เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานมี ๔ ประการ คือ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่และพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะมีสติกำจัดอภิชฌาโทมนัส

---

[๑๑๑] เจริญ นุชนิยม, "การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ", **สันติศึกษาปริทรรศน์มจร,** ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๒ (เมษายน - มิถุนายน ๒๕๖๑): ๖๑๙-๖๓๑.

[๑๑๒] ดร.จิรัฐกาล พงศ์ภคเธียร และคณะ, "การติดตามประเมินผลโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตมิติจิตใจของผู้ต้องขัง", **รายงานวิจัย**, (ศูนย์จิตปัญญา มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๕).

[๑๑๓] สุชาติ หล้าอภัย พระครูสุธีคัมภีรญาณ วิ., ผศ.ดร., ดร.ทักษิณาร์ ไกรราช. "การประยุกต์ใช้มหาสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ", **ธรรมทรรศน์,** ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม - ตุลาคม ๒๕๕๙): ๗๕ - ๙๒.

ได้ และกระบวนการฝึกสติของหลวงพ่อเทียน จิตฺตสุโภ เป็นการฝึกสติกำหนดรู้ความเคลื่อนไหวของกายและจิตในอิริยาบถต่างๆ ในขณะที่กำลังทำ พูด คิดก็ให้รู้สึกตัว เมื่อมีความโลภ โกรธ หลง พอใจ ไม่พอใจ สุข ทุก เกิดขึ้นในใจก็ให้รู้สึกว่ากำลังเกิดขึ้น รู้ว่าทุกอย่างเป็นสิ่งสมมุติไม่เที่ยง ตั้งอยู่ ดับไปไม่ควรยึดมั่นถือมั่น แล้วปล่อยวาง จะทำให้แจ่มแจ้งเกิดปัญญาจิตผ่องใส สะอาด สว่าง สงบและมีความสุข

**สุชาติ สมณะ และลัดดาวรรณ ณ ระนอง** ได้ทำการศึกษาเรื่อง "ปมของผู้ต้องขังที่มีต่อภารกิจคืนคนดีสู่สังคม" โดยทำการศึกษากลุ่มผู้ต้องขังที่ได้รับโอกาสทางการศึกษา การพัฒนาจิตใจ การพัฒนาอาชีพ ในโครงการด้านการพัฒนาพฤตินิสัยของเรือนจำกลางบางขวาง ผลการวิจัยพบว่า[๑๑๔] ปมของผู้ต้องขังที่มีต่อภารกิจคืนคนดีสู่สังคมมี ๓ ประการ ได้แก่ (๑) ผู้ต้องขังมีความคิดและพฤติกรรมตามสัญชาตญาณ คือ มีพฤติกรรมการกระทำตามใจตน ไม่กระทำในสิ่งที่เป็นหน้าที่หลักของตน รวมทั้ง มีความโกรธ ความอัดอั้นตันใจ และมีความคิดที่ผิดพลาดไปจากความเป็นจริง (๒) ผู้ต้องขังมีความคิดและพฤติกรรมตามอุปนิสัยส่วนตัว คือ มีพฤติกรรมการปฏิเสธและไม่ยอมรับเอากิจกรรมด้านการศึกษาการอบรม และการฝึกวิชาชีพที่เกี่ยวกับการพัฒนาพฤตินิสัย โดยมักจะทำกิจกรรมตามใจตนเอง และ (๓) ผู้ต้องขังมีความคิดและพฤติกรรมตามการเรียนรู้จากสังคม คือ มีพฤติกรรมที่แสดงถึงการขาดความสนใจในหน้าที่ความรับผิดชอบของตน ซึ่งเป็นผลมาจากการเรียนรู้จากสภาพแวดล้อมในการใช้ชีวิตประจำวันกับผู้คนและเพื่อนๆ ในเรือนจำ

**นิศา ศิลารัตน์ และ ดร.สัญญพงศ์ ลิ่มประเสริฐ** ได้ทำการศึกษา เรื่อง "การดำเนินชีวิตในสังคมของอดีตผู้ต้องขังคดียาเสพติด" เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมของผู้ต้องขังก่อนออกมาดำเนินชีวิตในสังคมการดำเนินชีวิตในสังคมและปัญหาอุปสรรคของการดำเนินชีวิตในสังคมของอดีตผู้ต้องขังคดียาเสพติดโดยการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์อดีตผู้ต้องขังในคดียาเสพติดที่รับโทษอยู่ในเรือนจำ ไม่ต่ำกว่า ๕ ปีจำนวน ๑๐ คนผลการวิจัยพบว่า[๑๑๕]ผู้ให้ข้อมูลสำคัญมีความพึงพอใจในการอบรมด้านคุณธรรมจริยธรรมและต้องการให้มีการอบรมด้านคุณธรรมจริยธรรมอย่างจริงจังเพิ่มขึ้น การดำเนินชีวิตในสังคมของอดีตผู้ต้องขังคดียาเสพติดหลังพ้นโทษพบว่าอดีตผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีความสุขและไม่มีปัญหาในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันโดยมีคำสั่งสอนทางศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจมีครอบครัวและสังคมที่เข้าใจแต่ยังพบปัญหาอุปสรรคในด้านการทำงานเนื่องจากขาดหน่วยงานที่สนับสนุนในการรับเข้าทำงานและมีอายุที่เพิ่มมากขึ้น

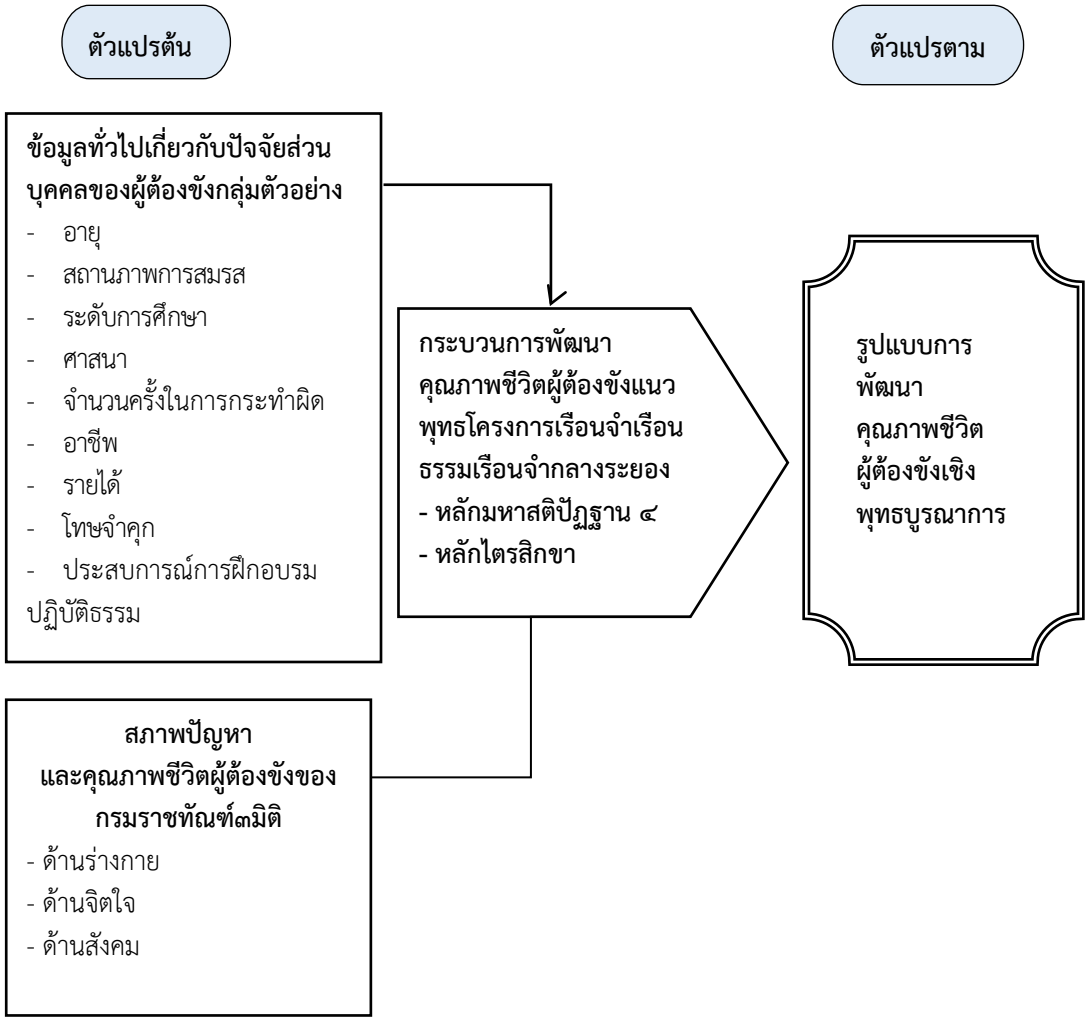
## ๒.๘ กรอบแนวคิดในการวิจัย

---

[๑๑๔] สุชาติ สมณะ และลัดดาวรรณ ณ ระนอง, "ปมของผู้ต้องขังที่มีต่อภารกิจคืนคนดีสู่สังคม", **Veridian E-Journal Silpakorn University,** ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๐): ๑๑๐๕-๑๑๑๔.

[๑๑๕] นิศา ศิลารัตน์ และ ดร.สัญญพงศ์ ลิ่มประเสริฐ, "การดำเนินชีวิตในสังคมของอดีตผู้ต้องขังคดียาเสพติด", **การเงินการลงทุนการตลาดและการบริหารธุรกิจ**,ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๔ (ตุลาคม – ธันวาคม ๒๕๕๖): ๓๐๙-๓๒๘.

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” ผู้วิจัยได้ศึกษาหลักอาชญาวิทยาทัณฑวิทยา ข้อกำหนดขององค์การสหประชาชาติ ว่าด้วยข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำสำหรับปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง กับข้อเสนอแนะในเรื่องที่เกี่ยวข้อง มาตรฐานคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization WHO) ประกอบด้วย คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม และตามหลักพระพุทธศาสนาโดยการบูรณการหลักไตรสิกขา และมหาสติปัฏฐาน ๔ ในโครงการเรือนจำเรือนจำธรรมเข้ามาใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง เพื่อเป็นกรอบในการวิจัย ดังนี้




**แผนภาพที่ ๒.๓** กรอบแนวคิดในการวิจัย

# บทที่ ๓

# วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” ในครั้งนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสานการวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีอุปนัยวิเคราะห์ (Inductive analysis) ประกอบ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนต่อไปนี้

๓.๑ รูปแบบการวิจัย
๓.๒ ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
๓.๔ เครื่องมือและการเก็บรวบรวมข้อมูล
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล
๓.๖ จริยธรรมของการวิจัย

## ๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสานวิธี (Mixed Methods Research) ระหว่างวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ และวิธีวิจัยเชิงปริมาณ โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี หลักพุทธธรรมจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาสร้างเครื่องมือสัมภาษณ์และทำการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ และนำผลที่ได้ไปทำการวิจัยเชิงปริมาณ โดยการสร้างแบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูล แบ่งเป็น ๒ รูปแบบ ได้แก่

**๑) รูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ** โดยการศึกษาวิจัยเชิงสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (Indepth Interview) โดยผู้วิจัยได้ สัมภาษณ์แบบเจาะลึก จำนวน ๒๒ รูป/คน ได้แก่ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังและผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด

**๒) รูปแบบการวิจัยเชิงปริมาณ** โดการใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เพื่อการวิจัยเชิงปริมาณ จากผู้ต้องขังคดียาเสพติด เรือนจำกลางระยอง รวมจำนวนทั้งสิ้น ๑๗๒ คน[๑] ตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา ศาสนา จำนวนครั้งในการกระทำผิด อาชีพ รายได้ โทษจำคุก ประสบการณ์การฝึกอบรมธรรมมะ และพฤติกรรมการชอบทำบุญ ซึ่งเป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ (Check List) จากนั้นจึงนำผลไปวิเคราะห์ ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) และค่าความถี่ (Frequency)

---

[๑] เรือนจำกลางระยอง, **สถิติจำนวนผู้ต้องขังหญิงประจำเดือนมกราคม ๒๕๖๐**, (จังหวัดระยอง): อัดสำเนา.

## ๓.๒ ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

### ๓.๒.๑ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**๑. ประชากร**

ได้แก่ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด เรือนจำกลางระยองจำนวนทั้งสิ้น ๓๐๐ คน

**๒. กลุ่มตัวอย่าง**

ได้แก่ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด เรือนจำกลางระยอง รวมจำนวน ทั้งสิ้น ๑๗๒ คน โดยการคำนวณตามสูตรของทาโร่ ยามาเน่ (Taro Yamane)[๒] จากการคำนวณหากลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

**๑) การเลือกกลุ่มตัวอย่าง**

สูตร $n = \frac{N}{๑+ N (e)^{๒}}$

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้

N = ขนาดของประชากรที่ใช้ในการวิจัย

e = ค่าเปอร์เซ็นต์ความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มตัวอย่าง ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ กำหนดให้มีความคลาดเคลื่อนได้ร้อยละ ๕ หรือ ๐.๐๕

แทนค่าในสูตร

$$n = \frac{๓๐๐}{๑ + ๓๐๐ (๐.๐๕)^{๒}}$$

$$n = \frac{๓๐๐}{๑ + ๓๐๐ (๐.๐๐๒๕)}$$

$$n = \frac{๓๐๐}{๑ + .๗๕๐}$$

$$n = \frac{๓๐๐}{๑.๗๕๐}$$

n = ๑๗๑.๔๓

ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความสะดวกในการคำนวณ และตัวอย่างที่ได้จากการคำนวณสามารถเป็นตัวแทนของประชากรได้อย่างสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงใช้กลุ่มตัวอย่าง ๑๗๒ ตัวอย่าง

### ๓.๒.๒ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants)

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัย ดังนี้

๑) การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูล โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) คือ

---

[๒] Yamane Taro, **Statistic: An Introductory Analysis**, (New York : Harpen and Row., ๑๙๖๗), p. ๑๑๐.

ผู้เชี่ยวชาญและผู้ที่มีประสบการณ์ตรง เป็นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง และเป็นผู้ต้องขัง โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสัมภาษณ์เอง นำเสนอผลการวิจัยโดยแยก ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ด้วยวิธีการรวบรวมข้อมูลประกอบการวิเคราะห์งานวิจัย จากบทสัมภาษณ์เชิงลึกของผู้ให้ข้อมูลหลัก จำนวน ๒๒ คน

**๑. ผู้เชี่ยวชาญด้านหลักธรรม ธรรมปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔**

๑) พระครูภาวนาสารบัณฑิต, ปธฐ ๔, ดร.

๒) พระอาจารย์บัณฑิต สุจิณธัมโม พระวิปัสสนาจารย์ วัดไทรงามธรรมธาราม

๓) พระอาจารย์วิบูลย์ ธัมปาโล พระวิปัสสนาจารย์โครงการเรือนจำเรือนธรรม

๔) ดร.เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม วิทยากรโครงการเรือนจำเรือนธรรม กรมราชทัณฑ์

**๒. ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ประสานงานโครงการเรือนจำเรือนธรรมเรือนจำกลางระยอง**

๑) พันตรีรัฐกฤษณ์ ใจจริง ผู้บัญชาการเรือนจำกลางระยอง

๒) ดร.จวน คงแก้ว อดีตผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดประจวบคีรีขันธ์

๓) ดร.สุวารี รวบทองศรี อดีตผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงพิษณุโลก

**๓. อนุศาสนาจารย์และบุคลากรที่รับผิดชอบดำเนินโครงการเรือนจำเรือนธรรม**

๑) นายอรรถพล เรืองโรจน์ ผู้บังคับแดนความมั่นคงสูง เรือนจำกลางระยอง ผู้รับผิดชอบประสานงานโครงการ

๒) นายชญตว์ ไชยดี อนุศาสนาจารย์เรือนจำ และวิทยากรโครงการ

๓) นายวีรยุทธ์ หาญขุนทด อนุศาสนาจารย์เรือนจำ และวิทยากรโครงการ

๔) นายจำเนียร รักษาภักดี อนุศาสนาจารย์เรือนจำ และวิทยากรโครงการ

๕) นางสาวผกามาศ แสนมุข เจ้าหน้าที่ควบคุมแดนหญิง เรือนจำกลางระยอง ผู้ประสานงานโครงการ และ

**๔. ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด ที่เข้าอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรม** จำนวน ๑๐ คน โดยถือปฏิบัติตามจริยธรรมการวิจัยมนุษย์ จริยธรรมการวิจัยในคนโดยไม่เปิดเผยชื่อ สกุล และขออนุญาตทำการสัมภาษณ์ เก็บข้อมูลและได้รับอนุญาตเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

## ๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) และแบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นมาจากการศึกษา ค้นคว้าแนวคิดและทฤษฎีต่างๆ รวมทั้ง จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

### ๓.๓.๑ การสร้างเครื่องมือวิจัย

**๑) แบบสอบถาม (Questionnaire)**

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีต่างๆ รวมทั้งเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้ารวบรวมข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ได้แก่ ข้อมูลปฐมภูมิ คือ จากพระไตรปิฎกและข้อมูลทุติยภูมิ โดยศึกษาจากเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่มีความเหมาะสม และสอดคล้องกับ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบบสอบถามประกอบด้วยคำถามปลายปิด และคำถามปลายเปิด ดังนี้

**ตอนที่ ๑** เป็นแบบสอบถามลักษณะปลายปิด แบบเลือกตอบ เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปและปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม เพื่อให้ทราบคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา ศาสนา อาชีพ รายได้ก่อนต้องโทษจำคุก ระเวลาที่ผ่าน การรับโทษจำคุกมาแล้ว ประสบการณ์การฝึกอบรมปฏิบัติธรรมและพฤติกรรมการชอบทำบุญ จำนวน ๑๐ ข้อ

**ตอนที่ ๒** เป็นแบบสอบถามลักษณะปลายเปิด สอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ๓ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม ก่อนเข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรม

**ตอนที่ ๓** เป็นแบบสอบถามลักษณะปลายปิด สอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ โครงการเรือนจำเรือนธรรม เรือนจำกลางระยอง ใน ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม ๒) ด้านการจัดกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม ๓) ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึกปฏิบัติธรรม และ ๔) ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม รวม ๓๖ ข้อ

๑. ด้านการจัดการโครงการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม จำนวน ๘ ข้อ
๒. ด้านการจัดกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม จำนวน ๘ ข้อ
๓. ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึกปฏิบัติธรรม จำนวน ๘ ข้อ
๔. ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม จำนวน ๑๒ ข้อ

สำหรับแบบสอบถามตอนที่ ๓ ในแต่ละข้อเป็นชนิดมาตรวัด แบบรวมคะแนน (Summated Rating Scale) ของเรนซิส ลิเคิร์ท หรือเรียกว่า มาตรวัดแบบลิเคิร์ท (Likert type) แบ่งออกเป็น ๕ ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด และกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละข้อ ดังนี้

คะแนน ๕ หมายถึง ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติ อยู่ในระดับมากที่สุด
คะแนน ๔ หมายถึง ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติ อยู่ในระดับมาก
คะแนน ๓ หมายถึง ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติ อยู่ในระดับปานกลาง
คะแนน ๒ หมายถึง ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติ อยู่ในระดับน้อย
คะแนน ๑ หมายถึง ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติ อยู่ในระดับน้อยที่สุด

จากนั้น นำมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมทางสังคมศาสตร์โดยการหาค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แล้วนำค่าเฉลี่ยที่ได้มาเทียบกับเกณฑ์การแปลความหมาย โดยการหาค่าอันตรภาคชั้น เพื่อจัดระดับช่วงของการหาค่าเฉลี่ย

$$\text{อันตรภาคชั้น} = \frac{\text{ค่าคะแนนสูงที่สุด - ค่าคะแนนต่ำที่สุด}}{\text{จำนวนระดับ}}$$

$$= \frac{๕ - ๑}{๕}$$

= ๐.๘

จากนั้น สามารถจัดแบ่งเกณฑ์การแปลความคิดเห็น ต่อการดำเนินการกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรมในโครงการ และสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบภามได้รับ ว่าอยู่ในระดับใด ดังนี้

| ช่วงค่าคะแนนเฉลี่ย ( $\overline{X}$ ) | การแปลผล |
|---|---|
| ๑.๐๐ – ๑.๘๐ | ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติหรือสิ่งที่ได้รับ อยู่ในระดับน้อยที่สุด |
| ๑.๘๑ – ๒.๖๐ | ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติหรือสิ่งที่ได้รับ อยู่ในระดับน้อย |
| ๒.๖๑ – ๓.๔๐ | ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติหรือสิ่งที่ได้รับ อยู่ในระดับปานกลาง |
| ๓.๔๑ – ๔.๒๐ | ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติหรือสิ่งที่ได้รับ อยู่ในระดับมาก |
| ๔.๒๑ – ๕.๐๐ | ความคิดเห็นต่อการปฏิบัติหรือสิ่งที่ได้รับ อยู่ในระดับมากที่สุด |

สำหรับการแปลค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้เกณฑ์ ดังนี้

| ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) | ความหมาย |
|---|---|
| ต่ำกว่า ๐.๕๐ | สอดคล้องกัน มากที่สุด |
| ๐.๕๑-๐.๙๙ | สอดคล้องกัน มาก |
| ๑.๐๐-๑.๔๙ | สอดคล้องกัน ปานกลาง |
| ๑.๕๐-๑.๙๙ | สอดคล้องกัน น้อย |
| ๒.๐๐ -ขึ้นไป | สอดคล้องกัน น้อยที่สุด[๓] |

**๒. แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ที่มีโครงสร้าง**

ในการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึก โดยแบ่งออกเป็น ๒ ชุด ชุดละ ๒ ตอน ดังนี้

**ชุดที่ ๑** แบบสัมภาษณ์สำหรับกลุ่มผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง จำนวน ๑๒ คน

**ตอนที่ ๑** เป็นแบบสัมภาษณ์ เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์ นามสกุล/อายุ หน้าที่ความรับผิดชอบ

**ตอนที่ ๒** เป็นแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็น เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ ประกอบด้วย ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิตใจ และ ๓) ด้านสังคม

**ชุดที่ ๒** แบบสัมภาษณ์สำหรับกลุ่มผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดที่เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑๐ คน

---

[๓] บุญส่ง นิลแก้ว, “การประเมินหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวัดและประเมินผลการศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่”, **ปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๐).

**ตอนที่ ๑** เป็นแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ ชื่อ สกุล อายุ ผู้ให้สัมภาษณ์ เฉพาะผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้ต้องขังขอสงวนชื่อ สกุลในการลงเล่มวิจัย

**ตอนที่ ๒** เป็นแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นที่เกี่ยวกับ สภาพปัญหา คุณภาพชีวิต การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ ประกอบด้วย ในด้าน ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิตใจ และ ๓) ด้านสังคม

**๓.๓.๒ การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ**

๑. การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

๑) นำแบบสอบถามเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ ดังกล่าวข้างต้น ให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ แนะนำเพิ่มเติม ปรับปรุงแก้ไขสำนวนภาษาและตัดข้อความที่สื่อความหมายไม่ชัดเจน หรือไม่จำเป็นออกไป เพื่อให้ได้ข้อความที่สื่อความหมายชัดเจน เข้าใจง่าย ตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

๒) นำแบบสอบถามที่อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ได้ตรวจสอบมาปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา

๓) นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน ๕ คน พิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญ คือ วุฒิการศึกษา ระดับปริญญาเอก หรือมีความรู้ความเชี่ยวชาญทางด้านพระพุทธศาสนาและทางด้านเครื่องมือวิจัยเป็นอย่างดี เพื่อเป็นการตรวจสอบเนื้อหาความชัดเจนของแบบสอบถาม และสามารถให้ข้อเสนอแนะเพื่อให้ดีขึ้น ประกอบด้วย ๕ ท่าน ดังนี้

(๑) ดร.นัทธี จิตสว่าง

(๒) นางสาวเพลินใจ แต้เกษม

(๓) ดร.บุญเลิศ โอฐสู

(๔) ดร.เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม

(๕) ดร.กาญจนา คำจุติ

๔) ดำเนินการปรับปรุง แก้ไขแบบสอบถาม ให้ตรงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

๕) นำแบบสอบถามที่ได้รับการตรวจสอบ แก้ไขความถูกต้องจากผู้เชี่ยวชาญ มาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item Objective Congruence) ระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ที่กำหนด เพื่อให้แบบสอบถามมีความชัดเจนเข้าใจง่าย เหมาะสมและครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยนี้

การหาค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถาม (Index of Item Objective Congruence: IOC) โดยใช้สูตร[๔] ดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC = ดรรชนีความสอดคล้องระหว่างคำถามกับวัตถุประสงค์

---

[๔] พิสณุ ผ่องศรี, **วิจัยทางการศึกษา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท พร็อพเพอร์ตี้พริ้นท์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๓๙.

$\sum R$ = ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

โดยที่ +๑ = แน่ใจว่าสอดคล้อง

๐ = ไม่แน่ใจว่าสอดคล้อง

- ๑ = แน่ใจว่าไม่สอดคล้อง

เมื่อได้ค่าความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถาม เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” แล้ว ผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกข้อคำถาม ที่มีค่าความสอดคล้องแบบ IOC ตั้งแต่ ๐.๕ ขึ้นไป จำนวน ๓๖ ข้อ ซึ่งชี้ให้เห็นว่า คำถามแต่ละข้อมีความตรงเชิงเนื้อหา และสามารถนำแบบทดสอบนี้ ไปหาค่าความเชื่อมั่น (Try Out) ได้ และค่าความสอดคล้องทั้ง ๓๖ ข้อ ได้ค่า IOC เท่ากับ ๑.๐๐ ทุกข้อ

๒. การหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability)

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบและเสนอแนะ มาปรับปรุงแก้ไขแล้วนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบอีกครั้ง ต่อจากนั้นนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๓๐ คน แล้วนำผลที่ได้ไปวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของ “ครอนบาค” (Cronbach’s Alpha Coefficient)[๕] ดังนี้คือ

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1}\right] \left[1-\frac{\sum s_i^2}{s_t^2}\right]$$

เมื่อ $\alpha$ = ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

k = จำนวนข้อคำถามของเครื่องมือ

$\sum s_i^2$ = ความแปรปรวนของคะแนนคำถามแต่ละข้อ

$s_t^2$ = ความแปรปรวนของคะแนนรวมของผู้ตอบทั้งหมด

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เกี่ยวกับ “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” ประกอบด้วย ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม ๒) ด้านการจัดกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม ๓) ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึกปฏิบัติธรรม และ ๔) ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม เท่ากับ ๐.๙๐๗ ซึ่งค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม “มีค่ามากกว่า ๐.๗๐-๑.๐๐”[๖] จากคำถามที่อยู่ในเกณฑ์ จำนวน ๓๖ ข้อ ซึ่งบ่งชี้ให้เห็นว่า ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามดังกล่าวมีค่า มากกว่า ๐.๗๐ จึงเป็น

---

[๕] Lee J. Cronbach, **Essential of Psychological Testing.** ๓nd ed., (New york: Harper & Row Publishers, ๑๙๗๔), p.๑๖๑.

[๖] สุจินต์ ธรรมชาติ, **การวิจัยภาคปฏิบัติ**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๑๗๒.

เครื่องมือที่มีความเหมาะสม มีคุณภาพ และมีความเชื่อถือได้สูง สามารถนำไปใช้วัดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการได้ ต่อจากนั้นนำแบบสอบถามมาจัดพิมพ์ฉบับสมบูรณ์แล้วนำไปใช้เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างต่อไป

## ๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ใช้วิธีจัดเก็บรวบรวมข้อมูลในงานวิจัย ดังนี้

๑. ศึกษาจากเอกสาร (Documentary Survey)

๑) ศึกษาโดยการรวบรวมข้อมูลเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒) ศึกษา รวบรวมข้อมูลเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) โดยศึกษาแนวคิด ทฤษฎีในงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ตำรา เอกสาร งานวิจัย วิทยานิพนธ์ บทความทางวิชาการ วารสาร คู่มือการปฏิบัติงาน และรายงานผลการปฏิบัติงาน เป็นต้น

๒. ศึกษาวิจัยภาคสนาม โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือจัดเก็บรวบรวมข้อมูล ที่จะนำมาทำการวิเคราะห์ โดยเก็บข้อมูลจากผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดที่มีประวัติเสพและถูกควบคุมตัวอยู่ในเรือนจำกลางระยอง ๒ ครั้ง คือ ก่อนเข้าร่วมโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม และภายหลังจบการฝึกอบรมในโครงการ ๓ เดือน

๑) ศึกษาสภาพปัญหาคุณภาพชีวิต

๒) ศึกษาความต้องการด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิต

๓. ศึกษาความคิดเห็น แนวคิด วิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ในด้านสภาพปัญหา การแก้ไขปัญหา และการนำเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิง โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ปฏิบัติ นักวิชาการและบุคคลผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง จำนวน ๑๒ คน และผู้ต้องขัง ๑๐ คน รวม ๒๒ คน

## ๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล

### ๓.๕.๑ ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาเรื่องนี้ เป็นการวิจัยแบบผสานวิธี ระหว่างผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Analysis) และผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Analysis) โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

๑. นำข้อมูลที่ได้จากการดำเนินการตามขั้นตอนของวิธีทางข้อมูล โดยนำแบบสอบถามมาตรวจสอบความเรียบร้อย และทำการลงรหัสแล้วนำไปประมวลผลข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อการวิจัย

๒. รวบรวมข้อมูลที่เป็นแนวคิดจากเอกสาร และจากการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้เกี่ยวข้อง

๓. เตรียมการบูรณาการองค์ความรู้ที่ได้ โดยนำมาศึกษาวิเคราะห์ เปรียบเทียบความเหมือนและความแตกต่าง ข้อดีข้อเสียของแนวคิด และวิธีการ รวบรวมผลการศึกษา และ

จัดการศึกษา ตลอดจนเรียบเรียงภายใต้กรอบ แนวคิด และวิธีการที่เหมือนและต่าง ข้อดีและข้อเสีย เพื่อเป็นฐานในการศึกษาวิจัยขั้นต่อไป

๔. บูรณาการข้อมูล โดยผู้วิจัยนำผลมาจากการศึกษา ในแต่ละด้าน และในแต่ละมุม จากแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์เชิงลึกและจาการศึกษาจากเอกสาร นำมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ เรียบเรียง เพื่อจัดทำร่างผลการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ”

**๓.๕.๒ วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล**

๑. การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถาม แบ่งเป็น ๕ ตอน ดังนี้

**ตอนที่ ๑** วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ อายุ สถานภาพ การสมรส ระดับการศึกษา ศาสนา อาชีพและรายได้ก่อนต้องโทษจำคุก ประสบการณ์การฝึกอบรมปฏิบัติธรรม พฤติกรรมการชอบทำบุญ ใช้การวิเคราะห์หาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบการบรรยาย

**ตอนที่ ๒** วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก เกี่ยวกับสภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ๓ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิตใจ และ ๓) ด้านสังคม

**ตอนที่ ๓** วิเคราะห์ผลกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ตามโครงการเรือนจำเรือนธรรม ใน ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม ๒) ด้านการจัดกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม ๓) ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึกปฏิบัติธรรม และ ๔) ด้านประโยชน์ที่ได้จากการอบรมปฏิบัติธรรม โดยการวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ( $\overline{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

**ตอนที่ ๔** วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่างผู้เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม

**ตอนที่ ๕** วิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็น ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ

๒. การวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview)

ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Anlysis) ทั้งหมดโดยใช้เทคนิค ๖’C ได้แก่ Conceptualize (การจัดกรอบแนวคิด) Commentate (การแสดงความคิดเห็น) Category (จัดหมวดหมู่) Classify (การจำแนกกลุ่ม) Content (สาระสำคัญ) และ Concept (ประเด็น)[๗] จะกระทำไปพร้อมๆ กัน ตลอดระยะเวลาที่ดำเนินการวิจัย โดยผู้วิจัยจะนำข้อมูลทั้งที่ได้จากการบันทึกข้อมูล การถอดเทปสัมภาษณ์ จัดหมวดหมู่ตามแต่ละตัวแปรว่าครบถ้วนเพียงพอ และเหมาะสมแก่การนำไปวิเคราะห์สรุปผลว่าสมบูรณ์หรือไม่

---

[๗] นภัทร์ แก้วนาค, **เอกสารประกอบการสอน**, เรื่องเทคนิคการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Data Analysis Techic), หน้า ๖, (อัดสำเนา).

**๓.๕.๓ การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล**

ผู้วิจัยได้แบ่งการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ออกเป็น ๕ ตอน ดังนี้

๑) การวิเคราะห์ที่ได้จากปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ต้องขัง

๒) การวิเคราะห์สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์

๓) การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร งานวิจัย และการสัมภาษณ์เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ

๔) การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม ของผู้ต้องขังที่เข้าโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม

๕) การวิเคราะห์ผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ

**๓.๕.๔ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ผลข้อมูล**

๑. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) โดยใช้ค่าความถี่ และค่าร้อยละ (Percentage) สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

๒. ใช้ค่าเฉลี่ยน้ำหนักความคิดเห็นของประชากรที่ศึกษา โดยหาค่ามัชฌิมาเลขคณิต (Mean) และข้อคำตอบในการตอบคำถามปลายปิดให้เลือกตอบ โดยแยกหาค่าร้อยละเป็นรายข้อ

๓. การหาค่ากระจายน้ำหนักของคำตอบ โดยหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

๔. การใช้แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ซึ่งเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ท (Likert) ๕ ระดับ โดยสามารถนำมาคิดคำนวณทางคณิตศาสตร์ หรือมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ จึงได้กำหนดค่าคะแนนแทนระดับคุณลักษณะของแปร ดังนี้[๘]

| ระดับปัญหา | คะแนน |
|---|---|
| มากที่สุด | มีน้ำหนักคะแนนเท่ากับ ๕ |
| มาก | มีน้ำหนักคะแนนเท่ากับ ๔ |
| ปานกลาง | มีน้ำหนักคะแนนเท่ากับ ๓ |
| น้อย | มีน้ำหนักคะแนนเท่ากับ ๒ |
| น้อยที่สุด | มีน้ำหนักคะแนนเท่ากับ ๑ |

การแปลความหมายของระดับคะแนนมีค่าเฉลี่ย ดังนี้

ค่าเฉลี่ย ๑.๐๐-๑.๔๙ หมายความว่า ระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ค่าเฉลี่ย ๑.๕๐-๒.๔๙ หมายความว่า ระดับปัญหาอยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย ๒.๕๐-๓.๔๙ หมายความว่า ระดับปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง

---

[๘] บุญใจ ศรีสถิตย์นรากูร, รศ.ดร., **ระเบียบวิธีวิจัย: แนวทางปฏิบัติสู่ความสำเร็จ**, (กรุงเทพมหานคร: ยูแอนด์ไอ อินเตอร์มีเดีย, ๒๕๕๐), หน้า ๒๘๓.

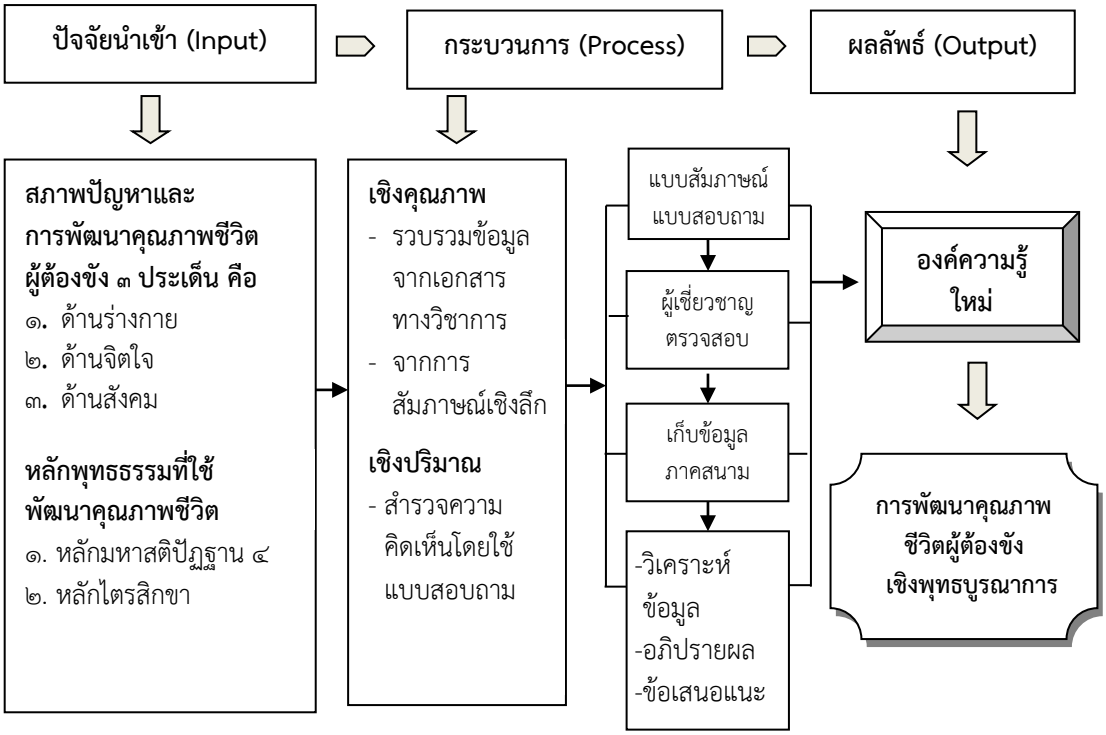
ค่าเฉลี่ย ๓.๕๐–๔.๔๙ หมายความว่า ระดับปัญหาอยู่ในระดับมาก
ค่าเฉลี่ย ๔.๕๐-๕.๐๐ หมายความว่า ระดับปัญหาอยู่ในระดับมากที่สุด

**๓.๕.๕ สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล**

เพื่อความเข้าใจที่ตรงกันในการแปลความหมายข้อมูล จึงกำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

$\overline{X}$ แทน ค่าเฉลี่ย (Mean)
S.D. แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
n แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

สาระสำคัญที่ผู้วิจัยได้แสดงมาทั้งหมด สามารถกำหนดเป็นแผนงานวิจัยได้ ดังนี้




**แผนภาพที่ ๓.๑** แสดงแผนงานการวิจัย

## ๓.๖ จริยธรรมของการวิจัยในคน

การศึกษาในครั้งนี้ ได้ให้ความสำคัญกับจริยธรรมของการวิจัยในคน ดังนี้

๑. การเก็บข้อมูลจะต้องได้รับความยินยอมจากผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่าง

๒. การเผยแพร่ข้อมูลจะไม่ระบุชื่อ นามสกุลที่แท้จริงของผู้ต้องขัง หากแต่จะนำเสนอในภาพรวม

# บทที่ ๔

# ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษา เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” เป็นการวิจัยแบบผสานวิธี ระหว่างการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Analysis) จากแบบสอบถาม ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Analysis) ข้อมูลพื้นฐานภาคสนามด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม ในกลุ่มประชากรที่เป็นผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลางระยอง จากการปฏิบัติธรรมในโครงการเรือนจำเรือนธรรม ของเรือนจำกลางระยอง จังหวัดระยอง โดยศึกษาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ๓ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ ๓ ข้อ ได้แก่ ๑) สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ๒) การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ และ ๓) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ นำเสนอผลการวิจัยตามลำดับหัวข้อ ดังนี้

๔.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง
๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์
๔.๓ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

## ๔.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ ๑ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลจากปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นกลุ่มประชากรผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลางระยอง จังหวัดระยอง ที่เข้าอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรม ข้อมูลที่เป็นปัจจัยส่วนบุคคลนั้น ไม่สามารถที่จะเปิดเผยได้ ตามบัญญัติรับรองปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชนแห่งสหประชาชาติ[๑] ในงานวิจัยนี้ ไม่อาจเปิดเผยรายชื่อและข้อมูลบางประการของผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึกได้ จึงใช้รหัสแทนชื่อผู้ให้ข้อมูลหลักด้วย คำว่า "นญ." ตั้งแต่ "นญ. ๑-๑๐" ตามลำดับ

วิเคราะห์ข้อมูลที่เป็นปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นผู้ต้องขังหญิงในคดียาเสพติดที่อยู่ในความควบคุมของเรือนจำกลางระยอง จำนวน ๑๗๒ คน ในด้านอายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา ศาสนา อาชีพ รายได้ก่อนต้องโทษจำคุก กำหนดโทษจำคุก ระยะเวลาที่ต้องโทษจำคุกมาแล้ว ประสบการณ์ในด้านการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม และพฤติกรรมการชอบทำบุญ ปรากฏผลการศึกษา ดังนี้

---

[๑] รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช ๒๕๔๐, มาตรา ๓๑.

**ตารางที่ ๔.๑** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอายุ

(n=๑๗๒)

| อายุ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ต่ำกว่า ๓๐ ปี | ๙๗ | ๕๖.๔๐ |
| ๓๑-๔๐ ปี | ๕๐ | ๒๙.๐๗ |
| ๔๑ ปี ขึ้นไป | ๒๕ | ๑๔.๕๓ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า ๓๐ ปี จำนวน ๙๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๖.๔๐ รองลงมา ได้แก่ อายุ ๓๑-๔๐ ปี จำนวน ๕๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๙.๐๗ อายุ ๔๑ ปี ขึ้นไป จำนวน ๒๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๔.๕๓ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๒** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม
จำแนกตามสถานภาพการสมรส

| สถานภาพ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| โสด | ๒๕ | ๑๔.๕๓ |
| สมรสอยู่ด้วยกัน | ๓๒ | ๑๘.๖๐ |
| แยกกันอยู่ | ๔๒ | ๒๔.๔๒ |
| หม้าย | ๑๒ | ๖.๙๘ |
| หย่าร้าง | ๖๑ | ๓๕.๔๗ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๒ พบว่า ก่อนต้องโทษกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีสถานภาพหย่าร้าง จำนวน ๖๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๕.๔๗ รองลงมา ได้แก่ แยกกันอยู่ จำนวน ๔๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๔.๔๒ สมรสอยู่ด้วยกัน จำนวน ๓๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๘.๖๐ โสด จำนวน ๒๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๔.๕๓ และหม้าย จำนวน ๑๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖.๙๘ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๓** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามระดับการศึกษา

| ระดับการศึกษา | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ประถมศึกษา | ๗๐ | ๔๐.๗๐ |
| มัธยมศึกษา /ปวช. | ๖๐ | ๓๔.๘๘ |
| ปวส/อนุปริญญา | ๒๘ | ๑๖.๒๘ |
| ปริญญาตรี หรือสูงกว่า | ๑๐ | ๕.๘๑ |
| อื่นๆ ไม่จบ ป.๖/ไม่ได้เรียนหนังสือ | ๔ | ๒.๓๓ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตางรางที่ ๔.๓ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จบการศึกษา ระดับประถมศึกษา จำนวน ๗๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๔๐.๗๐ รองลงมา ได้แก่ ระดับมัธยมศึกษา/ปวช. จำนวน ๖๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๔.๘๘ ระดับ ปวส./อนุปริญญา จำนวน ๒๘ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๖.๒๘ ระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า จำนวน ๑๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕.๘๑ และไม่ได้เรียนหนังสือ จำนวน ๔ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒.๓๓ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๔** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามศาสนา

(n=๑๗๒)

| ศาสนา | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| พุทธ | ๑๕๔ | ๘๙.๕๓ |
| คริสต์ | ๑๐ | ๕.๘๑ |
| อิสลาม | ๘ | ๔.๖๕ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๔ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ จำนวน ๑๕๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๙.๕๓ ศาสนาคริสต์ จำนวน ๑๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕.๘๑ และศาสนาอิสลาม จำนวน ๘ คนคิดเป็น ร้อยละ ๔.๖๕ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๕** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามอาชีพ

(n=๑๗๒)

| อาชีพ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| รับจ้างทั่วไป | ๙๔ | ๕๔.๖๕ |
| ประกอบธุรกิจส่วนตัว | ๕๐ | ๒๙.๐๗ |
| เกษตรกรรม | ๑๙ | ๑๑.๐๕ |
| พนักงานบริษัทเอกชน | ๕ | ๒.๙๑ |
| นักศึกษา | ๒ | ๑.๑๖ |
| ว่างงาน | ๒ | ๑.๑๖ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า ก่อนต้องโทษกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน ๙๔ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๔.๖๕ รองลงมา ได้แก่ ประกอบธุรกิจส่วนตัว จำนวน ๕๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๙.๐๗ อาชีพเกษตรกรรม จำนวน ๑๙ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๑.๐๕ พนักงานบริษัทเอกชน จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒.๙๑ นักศึกษา จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑.๑๖ และว่างงาน จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑.๑๖ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๖** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามรายได้

(n=๑๗๒)

| รายได้ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| น้อยกว่า ๑๕,๐๐๐ บาท | ๓๑ | ๑๘.๐๒ |
| ๑๕,๐๐๑ - ๒๐,๐๐๐ บาท | ๕๗ | ๓๓.๑๔ |
| ๒๐,๐๐๑ - ๒๕,๐๐๐ บาท | ๗๗ | ๔๔.๗๗ |
| ๒๕,๐๐๑ - ๓๐,๐๐๐ บาท | ๕ | ๒.๙๑ |
| มากกว่า ๓๐,๐๐๐ บาท | ๒ | ๑.๑๖ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๖ พบว่า ก่อนต้องโทษกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีรายได้ ๒๐,๐๐๑ – ๒๕,๐๐๐ บาท จำนวน ๗๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๔๔.๗๗ รองลงมา ได้แก่ มีรายได้ ๑๕,๐๐๑ – ๒๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๕๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๓.๑๔, มีรายได้น้อยกว่า ๑๕,๐๐๐ บาท จำนวน ๓๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๘.๐๒ มีรายได้ ๒๕,๐๐๑ - ๓๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒.๙๑ และมากกว่า ๓๐,๐๐๐ บาท มีเพียง จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑.๑๖ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๗** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามกำหนดโทษจำคุก

(n=๑๗๒)

| กำหนดโทษจำคุก (ปี) | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| น้อยกว่า ๑ ปี | ๒๔ | ๑๓.๙๕ |
| ๑-๕ ปี | ๒๖ | ๑๕.๑๒ |
| ๕-๑๐ ปี | ๓๓ | ๑๙.๑๙ |
| มากกว่า ๑๐ ปี | ๘๙ | ๕๑.๗๔ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๗ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีกำหนดโทษจำคุก มากกว่า ๑๐ ปี จำนวน ๘๙ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๑.๗๔ ระหว่าง ๕-๑๐ ปี จำนวน ๓๓ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๙.๑๙ ระหว่าง ๑-๕ ปี จำนวน ๒๖ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๕.๑๒ และน้อยกว่า ๑ ปี จำนวน ๒๔ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๓.๙๕ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๘** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม
จำแนกตามระยะเวลาที่ต้องโทษจำคุกมาแล้ว

(n=๑๗๒)

| ระยะเวลาที่ต้องโทษจำคุกมาแล้ว (ปี) | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| น้อยกว่า ๑ ปี | ๖๗ | ๓๘.๙๕ |
| ๑-๕ ปี | ๕๖ | ๓๒.๕๖ |
| ๕-๑๐ ปี | ๒๖ | ๑๕.๑๒ |
| มากกว่า ๑๐ ปี | ๒๓ | ๑๓.๓๗ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๘ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระยะเวลาที่ต้องโทษจำคุกมาแล้ว ไม่เกิน ๑ ปี จำนวน ๖๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๘.๙๕ ระหว่าง ๑-๕ ปี จำนวน ๕๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๒.๕๖ ระหว่าง ๕-๑๐ ปี จำนวน ๒๖ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๕.๑๒ และมากกว่า ๑๐ ปี จำนวน ๒๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๓.๓๗ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๙** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม
จำแนกตามประสบการณ์ในด้านการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม

(n=๑๗๒)

| ประสบการณ์ผ่านการฝึกอบรมธรรมมะปฏิบัติ (ครั้ง) | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| เคย ๑-๒ ครั้ง | ๑๐๘ | ๖๒.๗๖ |
| ไม่เคย | ๔๗ | ๒๗.๓๓ |
| อื่นๆ (ไม่ระบุ) | ๑๗ | ๙.๘๘ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๙ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เคยผ่านการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ๑-๒ ครั้ง จำนวน ๑๐๘ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖๒.๗๖ ไม่เคยผ่านการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม จำนวน ๔๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๗.๓๓ และอื่นๆ (ไม่ระบุ) จำนวน ๑๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๙.๘๘ ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๑๐** จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม
จำแนกตามพฤติกรรมการชอบทำบุญ

(n=๑๗๒)

| พฤติกรรมชอบทำบุญ | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ไม่เคยทำบุญ | ๕ | ๒.๙๑ |
| ทำเป็นบางครั้ง | ๑๐๗ | ๖๒.๒๑ |
| ทำนาน ๆ ครั้ง | ๓๕ | ๒๐.๓๕ |
| ทำเป็นประจำ | ๒๕ | ๑๔.๕๓ |
| **รวม** | **๑๗๒** | **๑๐๐.๐๐** |

จากตารางที่ ๔.๑๐ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการชอบทำบุญ เป็นบางครั้ง จำนวน ๑๐๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖๒.๒๑ รองลงมา ได้แก่ ทำบุญนานๆ ครั้ง จำนวน ๓๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐.๓๕ ทำเป็นประจำ จำนวน ๒๕ คน ร้อยละ ๑๔.๕๓ และไม่เคยทำบุญ จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒.๙๑ ตามลำดับ

## ๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์

### ๔.๒.๑ วัตถุประสงค์ข้อ ๑ สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์

เป็นการศึกษาจากเอกสารงาน งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ร่วมกับการใช้แบบสอบถามปลายเปิดสอบถามกลุ่มตัวอย่าง ควบคู่กับการสัมภาษณ์เชิงลึก เกี่ยวกับสภาพปัญหา คุณภาพชีวิตผู้ต้องขังระหว่างต้องโทษใน ๓ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านสังคม นำมาแจกแจงวิเคราะห์สรุปผลโดยภาพรวม ตามสภาพปัญหา ความต้องการ ให้สอดคล้องกับแนวทางการแก้ไข และหลักการศึกษาได้ ดังนี้

๔.๒.๑.๑ สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังด้านร่างกาย

จากการสอบถามกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลางระยอง นำข้อมูลมาแจกแจงวิเคราะห์ โดยภาพรวมตามสภาพปัญหาความต้องการ ให้สอดคล้องกับแนวทางการแก้ไขและหลักการศึกษาได้ ดังนี้

**ตารางที่ ๔.๑๑** สภาพปัญหา และคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด เรือนจำกลางระยองด้านร่างกาย

| สภาพปัญหา คุณภาพชีวิต | จำนวนความเห็น | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ๑. การปรับตัวกับการใช้ชีวิตในเรือนจำ ตั้งแต่ตื่นเช้าจนถึงเข้านอน เรื่องการกิน การนอน การพักผ่อน การอาบน้ำ การใช้ชีวิตประจำวัน ที่แตกต่างจากสังคมภายนอกโดยสิ้นเชิง | ๑๖๐ | ๙๓.๐๒ |
| ๒. การปฏิบัติตนในเรือนจำ ที่ต้องอยู่ภายใต้กฎ ระเบียบของเรือนจำ และวินัยผู้ต้องขังที่เข้มงวด ทำให้สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง ก่อให้เกิดภาวะความเครียด | ๑๒๐ | ๖๙.๗๖ |
| ๓. ภาวะความเจ็บป่วย หรือปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่เดิมกำเริบยิ่งขึ้น เพราะความเครียด สภาพแวดล้อมและวิถีการปฏิบัติตนของผู้ต้องขัง ที่เปลี่ยนไปจากคนปกติ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต โรคหัวใจ โรคมะเร็ง เป็นต้น | ๙๗ | ๕๖.๓๙ |
| ๔. ภาวะความเจ็บป่วย หรือปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่เดิมกำเริบยิ่งขึ้น เพราะความเครียด สภาพแวดล้อมและวิถีการปฏิบัติตนของผู้ต้องขัง ที่เปลี่ยนไปจากคนปกติ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต โรคหัวใจ โรคมะเร็ง เป็นต้น | ๕๐ | ๒๙.๐๖ |
| **รวม** | **๔๒๗** | **๑๐๐.๐๐** |

(หมายเหตุ: ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

จากตารางที่ ๔.๑๑ พบว่า พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แสดงความคิดเห็นต่อสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย วิเคราะห์จัดกลุ่มปัญหาออกเป็น ๔ ด้าน นำเสนอค่าความถี่ของความคิดเห็น และค่าร้อยละของผู้ต้องขังที่มีปัญหาในแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านการปรับตัวกับการใช้ชีวิตในเรือนจำตั้งแต่ตื่นเช้าจนถึงเข้านอน เรื่องการกิน การนอน การพักผ่อน การอาบน้ำ การใช้ชีวิตประจำวันที่แตกต่างจากสังคมภายนอกโดยสิ้นเชิง จำนวน ๑๖๐ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๙๓.๐๒ ปัญหาเรื่องการปฏิบัติตนในเรือนจำที่ต้องอยู่ภายใต้กฎ ระเบียบของเรือนจำ และวินัยผู้ต้องขังที่เข้มงวด สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง ก่อให้เกิดความเครียด เป็นทุกข์ จำนวน ๑๒๐ ความเห็น  คิดเป็น ร้อยละ ๖๙.๗๖ ปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นใหม่ที่เป็นผลสืบเนื่องจากภาวะความเครียด วิตกกังวล ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต เช่น ทำให้นอนไม่หลับ ทานอาหารได้น้อย ร่างกายอ่อนแอ ระบบขับถ่ายไม่ปกติ ร่างกายมีภาวะผิดปกติ ท้องผูก ปวดหัวเรื้อรัง ร่างกายอ่อนแอ เป็นต้น จำนวน ๙๗ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๕๖.๓๖ และภาวะความเจ็บป่วยหรือปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่เดิมกำเริบยิ่งขึ้น เพราะความเครียด สภาพแวดล้อมและวิถีการปฏิบัติตนของผู้ต้องขังที่เปลี่ยนไปจากคนปกติ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต โรคหัวใจ โรคมะเร็ง เป็นต้น จำนวน ๕๐ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๒๙.๐๖ ตามลำดับ

จากการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัย ร่วมกับการเก็บข้อมูลในพื้นที่ ประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มผู้ต้องขังและผู้ที่เกี่ยวข้อง สะท้อนสภาพและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังที่อยู่ภายในเรือนจำ ซึ่งเป็นกลุ่มจำเพาะหรือเป็นการศึกษาบุคคลเฉพาะกลุ่ม ที่มีสภาพแตกต่างจากคนที่อยู่ในสังคมปกติ การศึกษาสภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง จึงมุ่งศึกษาในลักษณะการรับรู้ของแต่ละบุคคลต่อสถานภาพในชีวิตของพวกเขา  ภายใต้บริบททางวัฒนธรรม และความหมายของระบบในสังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ ซึ่งจะต้องมีความสัมพันธ์กับเป้าหมาย ความคาดหวัง มาตรฐานของสังคมและสิ่งอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับพวกเขา[๒] เนื่องจากผู้ต้องขังเป็นกลุ่มบุคคลที่กระทำละเมิดกฎเกณฑ์ของสังคม และอยู่ระหว่างถูกบังคับโทษจากสังคม ต้องใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำ ซึ่งเป็นสถาบันทางสังคมที่มีลักษณะเฉพาะ ผู้ต้องขังต้องปฏิบัติตามกฎ ระเบียบของเรือนจำอย่างเคร่งครัด ต้องเผชิญกับการดำรงชีวิตในรูปแบบใหม่ ที่ต่างจากชีวิตโดยทั่วไปในสังคมภายนอก ไม่ว่าจะเป็นลักษณะที่อยู่อาศัยทางกายภาพ ที่ผู้ต้องขังต้องเข้ามาอยู่รวมกัน[๓] กฎเกณฑ์การดำเนินชีวิตผู้ต้องขัง จึงถูกกำหนดไว้ให้ปฏิบัติโดยเคร่งครัด ในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังจึงเป็นภาระ หน้าที่ของเรือนจำที่ต้องจัดหา สนับสนุนส่งเสริม ได้แก่ การจัดหาปัจจัยสี่ ที่จำเป็นขั้นพื้นฐานให้แก่ผู้ต้องขังในรูปแบบของสวัสดิการและสิทธิประโยชน์ ได้แก่ อาหารจัดให้มีอาหารกินครบ ๓ มื้อเครื่องอุปโภคบริโภค ที่อยู่อาศัย เครื่องหลับนอน เสื้อผ้า ฯลฯ จากการสัมภาษณ์ พันตรีรัฐกฤษณ์ ใจจริง[๔] “...ผู้ต้องขังก็เหมือนคนทั่วไปมีกายกับใจที่ต้องดูแลให้การปฏิบัติอย่างเหมาะสม ด้านร่างกายเรือนจำต้องจัดสิ่งที่จำเป็นขั้น

---

[๒] สิปปนนท์ เกตุทัต, **การพัฒนาคุณภาพชีวิต.** (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๐-๒๑.

[๓] นภาภรณ์ หะวานนท์ และคณะ, **ชีวิตที่ถูกลืม เรื่องเล่าของผู้หญิงในเรือนจำ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒.

[๔] สัมภาษณ์ พันตรีรัฐกฤษณ์ ใจจริง, ผู้บัญชาการเรือนจำกลางระยอง, ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๐.

พื้นฐานให้กับผู้ต้องขัง ได้แก่ ปัจจัย ๔ ให้อย่างเพียงพอ ทั้งในเรื่องอาหาร น้ำดื่ม ที่อยู่หลับนอน การดูแลสุขอนามัย เป็นไปตามมาตรฐานที่กรมราชทัณฑ์และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกำหนด...” ในงานวิจัยของ สุมนทิพย์ จิตสว่าง พบว่า การดูแลนักโทษซึ่งเป็นผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำจะจัดให้มีอาหารการกินที่ครบถ้วนกว่าการใช้ชีวิตอยู่ภายนอก และทางเรือนจำได้มีการดูแลสุขภาพด้วยการรักษาโรคให้แก่ผู้ต้องขังสูงอายุอย่างครบถ้วน ปัญหาที่ผู้ต้องขังสูงอายุส่วนใหญ่มักจะประสบ จึงเป็นปัญหาสุขภาพจิตเนื่องจากต้องเผชิญกับการใช้ชีวิตอย่างขาดอิสรภาพ โดยผู้ต้องขังสูงอายุบางส่วนไม่เคยมีญาติพี่น้องหรือครอบครัวลูกหลานมาเยี่ยมเลยภายหลังย่างกรายเข้าสู่เรือนจำ[๕] การดูแลคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ในเรื่องปัจจัย ๔ ในเรื่องอาหารที่มีคุณภาพ และถูกสุขลักษณะ ทางเรือนจำได้จัดหาอาหารไว้เพียงพอกับความต้องการของผู้ต้องขัง อาหารมีคุณภาพดีเนื่องจากทางเรือนจำได้จัดหาวัตถุดิบนำมาประกอบอาหาร โดยจัดซื้อวันต่อวันเพื่อให้เป็นของสดใหม่ ไม่ว่าจะเป็นผักหรือเนื้อสัตว์ต่างๆ การปรุงอาหารแต่ละครั้ง ก็ปรุงให้สุกแล้วค่อยให้นำไปให้กับผู้ต้องขังได้รับประทาน นอกจากนี้ทางเรือนจำยังมีอาหารเสริมให้กับผู้ต้องขัง เช่น มีข้าวต้ม ขนมจีนน้ำยา ราดหน้า และมีขนมหวานหรือผลไม้ให้ในแต่ละมื้อ สำหรับภาชนะในการปรุงอาหาร และภาชนะใส่อาหาร ทางเรือนจำได้จัดเตรียมให้เป็นอย่างดี บรรจุใส่กล่องอาหารสำหรับแจกผู้ต้องขังแต่ละคน โดยคำนวณปริมาณอาหารให้เพียงพอสำหรับแต่ละคน และมีชั้นวางภาชนะที่ใช้แล้ว ซึ่งภาชนะที่ใช้แล้วจะต้องล้างให้สะอาด และตากให้แห้งค่อยนำไปเก็บไว้ชั้นวางภาชนะอีกที ภาชนะนั้นมีจำนวน ๒ ชุด เพื่อใช้หมุนเวียน ทั้งนี้ ทางเรือนจำยังมีคณะกรรมการร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณะสุข มาตรวจสอบคุณภาพอาหารเป็นประจำทุกเดือน[๖]

พระบัณฑิต สุจิณฺธมฺโม[๗] กล่าวว่า “...คุณภาพชีวิตในด้านร่างกาย เกี่ยวกับอาหารการกิน ความเป็นอยู่ทั่วไปด้านปัจจัย ๔ สำหรับผู้ต้องขังไม่ต้องเป็นห่วง เพราะผู้ต้องขังมีชีวิตที่มีหลักประกันคุณภาพ ผ่านการปฏิบัติงานของเรือนจำ จัดให้ผู้ต้องขังดีอยู่แล้ว อาจจะถือว่าดีกว่าคนยากไร้ที่อยู่ข้างนอกเรือนจำเสียอีก ในเรือนจำผู้ต้องขัง มีหลักประกันว่าจะต้องมีข้าวกินครบ ๓ มื้อ มีที่อยู่อาศัยหลับนอน มีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มที่หลวงจัดให้ เมื่อเจ็บป่วยก็ได้รับการดูแลรักษา หลวงให้การดูแลรักษา...” โดยผ่านการปฏิบัติงานของกรมราชทัณฑ์ ตารางการใช้ชีวิตของผู้ต้องขังถูกกำหนด หรือออกแบบมาสำหรับให้ผู้ต้องขังทุกคนถือปฏิบัติ ตั้งแต่เวลาการเข้านอน การตื่นนอน การรับประทานอาหาร การประกอบกิจกรรมต่างๆ ร่างกายปรับไม่ได้เป็นปัญหามาก น้ำหนักลด การขับถ่ายผิดปกติ นอนไม่หลับ[๘] อยู่ข้างนอกอยากทำอะไรก็ได้ทำตามใจ พอเข้ามาอยู่ในเรือนจำทุกอย่างถูกจำกัด ถูกตัดขาด เช่น การโทรศัพท์ การติดต่อสื่อสาร การใช้เวลาในแต่ละวันผ่านไปอย่างเชื่องช้า อยู่ข้างนอก เคยทำงานตั้งแต่เช้าจรดเย็น พอมาอยู่ข้างในไม่ได้ทำอะไรหรือจะมีงานที่เรือนจำมอบหมาย ทำไปตามหน้าที่สักแต่ว่าทำ ไม่มีจุดหมายทำให้หมดเวลาไปวันๆ ร่างกายที่เคยกระฉับกระเฉงก็กลายเป็นเชื่องช้า จะทำ

---

[๕] สุมนทิพย์ จิตสว่าง และ นัทธี จิตสว่าง, "การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ", **สังคมสงเคราะห์ศาสตร์,** ปีที่ ๒๔ ฉบับที่ ๒ (ก.ค.-ธ.ค. ๒๕๕๙): ๗๘-๑๐๑.

[๖] เรือนจำกลางระยอง, "รายงานตัวชี้วัดการดำเนินงานตามมาตรฐาน ๕ ด้าน ประจำปี ๒๕๖๐", (ระยอง, ฝ่ายยุทธศาสตร์แผนงาน, ๒๕๖๑), (อัดสำเนา).

[๗] สัมภาษณ์ พระบัณฑิต สุจิณฺธมฺโม, พระวิปัสสนาจารย์ ศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดไทรงาม ธรรมธาราม, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

[๘] สัมภาษณ์ นญ.๑, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๑.

จะคิดอะไร แม้แต่จะพูดก็ช้าไปหมด ร่างกายเราไม่เหมือนเดิมเหมือนหุ่นยนต์ ครอบครัวมาเยี่ยมเป็นห่วงมาก[๙] พอไม่มีอะไรทำยิ่งทำให้มีเวลาคิดมาก เช่น เวลาทานอาหาร อาบน้ำ ในช่วงแรกของการปรับตัวมีความยากลำบาก พบว่า ในลักษณะเดี่ยวกันว่า นักโทษที่ถูกจองจำนั้นถือว่า เป็นผู้ที่มีความทุกข์มากทุกข์เกิดขึ้นเฉพาะหน้า ทั้งทุกข์ทางกาย และทุกข์ทางใจ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังทางกายนั้น กรมราชทัณฑ์จัดให้ดีอยู่แล้ว อาจจะถือว่าดีกว่าคนยากไร้ที่อยู่ข้างนอกเรือนจำเสียอีก

นอกจากนี้ ผู้ต้องขังที่ถูกจำคุกเป็นครั้งแรก จัดว่าเป็นผู้ต้องขังที่ไม่เคยมีประสบการณ์ ในการผ่านระบบสังคมของเรือนจำ โดยเฉพาะผู้ต้องขังหญิงที่เพิ่งเริ่มสัมผัสการเข้ามาใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำ ย่อมจะต้องมีการปรับตัวมากกว่าการใช้ชีวิตปกตินอกเรือนจำ ด้วยสภาพของสังคมในเรือนจำที่แตกต่างจากสังคมภายนอกอย่างชัดเจน โดยเฉพาะรูปแบบของการดำรงชีวิตที่ถูกจำกัดอิสรภาพ และต้องอยู่ร่วมกับคนหมู่มาก การต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของทางเรือนจำอย่างเคร่งครัด อาหาร การกินอยู่หลับนอน การต้องเปลี่ยนสภาพแวดล้อม สังคม และที่อยู่อาศัย โดยเฉพาะการที่ต้องถูกแยกห่างออกจากสมาชิกในครอบครัว การสูญเสียอาชีพ การสูญเสียโอกาสต่างๆ ทางสังคม ความกลัว จากการถูกลงโทษ และความไม่แน่นอนในผลลัพธ์ทางคดี โดยเฉพาะช่วงระยะเวลาของ การพิจารณาคดีของผู้ต้องขังระหว่าง ดังนั้น การที่จะสามารถแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังเหล่านี้ได้สอดคล้องกับสภาพปัญหา และความต้องการต่างๆ ต้องเข้าใจถึงธรรมชาติพื้นฐานความต้องการของ มนุษย์หากไม่ได้รับการตอบสนองก็จะไปสู่สภาพ “Met pathology” คือ ชีวิตที่ไม่มีคุณค่า ไร้ความหมาย มีชีวิตที่ไม่สมบูรณ์ แต่ถ้ารู้สึกตนเองมีค่าก็เป็นลักษณะสำคัญของการปรับตัวที่ดี[๑๐]

เรือนจำกลางระยอง เป็นเรือนจำแบบสหเพศ ควบคุมผู้ต้องขังทั้งชายและหญิง ในส่วนของการควบคุมผู้ต้องขังหญิง จัดอยู่ในกลุ่มเรือนจำประเภทที่มีแดนหญิงขนาดใหญ่ มีพื้นที่ในแดนหญิง ๑๓,๖๐๐ ตารางเมตร มีความจุทางการ (ความสามารถในการรองรับผู้ต้องขัง) อยู่ที่ ๑,๐๐๐ คน มีผู้ต้องขังหญิง ๙๘๔ คน โดยเป็นผู้ต้องขังในดียาเสพติด ๘๐๑ คน หรือคิดเป็นประมาณ ๘๑.๔ เปอร์เซ็นต์ แม้ในภาพรวมเรือนจำจะประสบปัญหาผู้ต้องขังเกินความจุมาตรฐานเช่นเดียวกับเรือนจำส่วนใหญ่ในปะเทศไทย แต่สำหรับในแดนหญิงเรือนจำกลางระยองสามารถบริหารจัดการ ด้านความจุผู้ต้องขังได้เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน ผ่านเกณฑ์การประเมินตามมาตรฐานเรือนจำ ๕ ด้าน ของกรมราชทัณฑ์ และมาตรฐานตามข้อกำหนดกรุงเทพ ได้รับการประกาศให้เป็นหนึ่งในเรือนจำต้นแบบของกรมราชทัณฑ์ ที่มีกระบวนการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังดีเยี่ยม โดยนำหลักปฏิบัติตามข้อกำหนดกรุงเทพ (The Bangkok Rules) หรือข้อกำหนดสหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงและมาตรการที่มิใช่การคุมขัง สำหรับผู้กระทำความผิดหญิง มาดำเนินงานอย่างเป็นรูปธรรม มีสาระสำคัญเกี่ยวกับการปรับปรุงกระบวนการทำงานในเรือนจำ ดูแลผู้ต้องขังหญิงตั้งแต่กระบวนการแรกรับ จนถึงการเตรียมความพร้อมปล่อยตัวผู้ต้องขังสู่สังคมภายนอก และไม่กลับเข้ามาถูกคุมขัง

---

[๙] สัมภาษณ์ นญ,๓, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐

[๑๐] ศิรินภา นาคธน, “การปรับตัวของผู้ต้องขังระหว่างการพิจารณาคดีในชั้นสอบสวน ที่ต้องโทษครั้งแรกในรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานครและทัณฑสถานหญิงธนบุรี”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๑.

อีกต่อไป[๑๑] โดยในแดนควบคุมผู้ต้องขังหญิง มีเรือนนอนเป็นอาคาร ๓ ชั้น จำนวน ๑ หลัง ผู้ต้องขังหญิงในควบคุม ส่วนใหญ่กว่า ร้อยละ ๗๐ เป็นผู้ต้องขังคดียาเสพติด

### ๔.๒.๑.๒ สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังด้านจิตใจ

จากการสอบถามกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลางระยอง นำข้อมูลมาแจกแจงวิเคราะห์ โดยภาพรวมตามสภาพปัญหาความต้องการ ให้สอดคล้องกับแนวทางการแก้ไข และหลักการศึกษาได้ ดังนี้

**ตารางที่ ๔.๑๒** สภาพปัญหา คุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดเรือนจำกลางระยอง ด้านจิตใจ

| สภาพปัญหา คุณภาพชีวิต | จำนวน | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ๑. มีความวิตกกังวลเรื่องคดีความ ปัญหาทางครอบครัว ส่งผลให้ขาดสติ หลงลืม จิตใจเลื่อนลอย ฟุ้งซ่านปรุงแต่ง ไม่สงบ คิดแต่เรื่องภายนอกตัว กระวนกระวายใจ สภาพจิตใจไม่ปกติอ่อนแอ ส่งผลต่อสุขภาพทางกายและทางจิต | ๑๕๓ | ๘๘.๙๕ |
| ๒. มีความเครียด วิตก กังวลที่เกิดจากสภาพปัญหาทางด้านร่างกายของผู้ต้องขัง ที่ต้องจากครอบครัวมาอยู่ในพื้นที่จำกัด ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบเรือนจำ และวินัยผู้ต้องขังอย่างเคร่งครัด จนสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง | ๑๖๑ | ๙๓.๖๐ |
| ๓. มีความรู้สึกผิด และโทษตนเองที่เป็นต้นเหตุให้ครอบครัว พ่อ แม่ พี่น้อง เพื่อนฯลฯ ได้รับความเดือดร้อน เช่น ต้องมาติดคุกด้วย หรือต้องได้รับความทุกข์กาย ทุกข์ใจ ตรอมใจเพราะความรู้สึกผิดพลาด เสียใจกับสิ่งที่ตนได้ก่อขึ้น เสียใจที่ไม่มีโอกาสได้ทำหน้าที่ต่อครอบครัว เพราะต้องมาติดคุก ทำให้เป็นทุกข์ทางใจมาก มีความทุกข์ใจ หม่นหมองใจ จิตบีบคั้นใจ เพราะความรู้สึกผิดตลอดเวลา | ๑๑๖ | ๖๗.๔๔ |
| ๔. มีความโกรธแค้น ขุ่นเขือง อาฆาตคนที่ทำให้เดือดร้อน ต้องมารับโทษในคุกลำบากกาย ลำบากใจ จิตผูกโกรธ หาโอกาสแก้แค้นเอาคืน ฉุนเฉียว หงุดหงิดเวลาคนทำอะไรไม่ถูกใจ ใจร้อน มุทะลุ ชอบใช้กำลัง หงุดหงิดง่าย ไม่เชื่อบาปบุญคุณโทษ | ๖๗ | ๓๘.๙๕ |
| ๕. มีความทุกข์ทรมานจิตใจอย่างแสนสาหัส โศกเศร้า ท้อแท้ หดหู่ สิ้นหวังในชีวิต ขาดที่พึ่งทางใจ ขาดกำลังใจในการดำเนินชีวิต บางครั้งไม่อยากมีชีวิต เนื่องจากการพลัดพรากจากครอบครัว บุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียสถานภาพทางสังคม ขาดอิสรภาพที่จะทำสิ่งต่างๆ ตามชอบใจ สูญเสียทรัพย์สิน หน้าที่การงาน ชื่อเสียงและเสียโอกาสในการทำหน้าที่ต่อครอบครัว ต่อสภาพร่างกาย จิตใจอ่อนแอ ขาดพลัง | ๙๕ | ๕๕.๒๓ |
| **รวม** | **๕๙๒** | **๑๐๐.๐๐** |

(หมายเหตุ: ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

---

[๑๑] กรมราชทัณฑ์, “สรุปรายงานประเมินการปฏิบัติงานเรือนจำตามข้อกำหนดกรุงเทพ ประจำปี ๒๕๖๑”, (นนทบุรี: กองพัฒนาพฤตินิสัย, ๒๕๖๑), อัดสำเนา.

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามแสดงความคิดเห็น ต่อสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ วิเคราะห์จัดกลุ่มปัญหาออกเป็น ๕ ด้าน นำเสนอค่าความถี่ของความคิดเห็นและค่าร้อยละของผู้ต้องขังที่มีปัญหาในแต่ละด้าน เรียงจากมากไปน้อย ดังนี้ มีความเครียด วิตกกังวลที่เกิดจากสภาพปัญหาทางด้านร่างกายของผู้ต้องขัง ที่ต้องจากครอบครัวมาอยู่ในพื้นที่จำกัด ต้องปฏิบัติตามกฎ ระเบียบเรือนจำ และวินัยผู้ต้องขังอย่างเคร่งครัด จนสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง จำนวน ๑๖๑ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๙๓.๖๐ รองลงมา มีความความวิตกกังวล เรื่องคดีความ ปัญหาทางครอบครัว ส่งผลให้ขาดสติ หลงลืม จิตใจเลื่อนลอย ฟุ้งซ่านปรุงแต่ง ไม่สงบ คิดแต่เรื่องภายนอกตัว กระวนกระวายใจ สภาพจิตใจอ่อนแอ นอนไม่หลับ ส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต จำนวน ๑๕๓ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๘๘.๙๕ มีความรู้สึกผิดและโทษตนเองที่เป็นต้นเหตุให้ครอบครัว พ่อ แม่ พี่น้อง เพื่อนฯลฯ ได้รับความเดือดร้อน เช่น ต้องมาติดคุกด้วย หรือต้องได้รับความทุกข์กาย ทุกข์ใจ ตรอมใจเพราะความรู้สึกผิดพลาด เสียใจกับสิ่งที่ตนได้ก่อขึ้น เสียใจที่ไม่มีโอกาสได้ทำหน้าที่ต่อครอบครัว เพราะต้องมาติดคุก ทำให้เป็นทุกข์ทางใจมาก มีความทุกข์ใจหม่นหมองใจ บีบคั้นใจเพราะความรู้สึกผิดตลอดเวลา จำนวน ๑๑๖ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๖๗.๔๔ มีความทุกข์ทรมานจิตใจอย่างแสนสาหัส โศกเศร้า ท้อแท้ หดหู่ สิ้นหวังในชีวิต ขาดที่พึ่งทางใจ ขาดกำลังใจในการดำเนินชีวิต บางครั้งไม่อยากมีชีวิต เนื่องจากการพลัดพรากจากครอบครัว บุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียอิสรภาพ ทรัพย์สิน หน้าที่การงาน ชื่อเสียงและโอกาสในการทำหน้าที่ต่อครอบครัว ต่อสภาพร่างกาย จิตใจอ่อนแอขาดพลัง จำนวน ๙๕ ความคิดเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๕๕.๒๓ และมีความโกรธแค้น ขุ่นเขือง อาฆาตคนที่ทำให้เดือดร้อน ต้องมารับโทษในคุกลำบากกายลำบากใจ มีจิตผูกโกรธ สาปแช่งหาโอกาสแก้แค้นเอาคืน ฉุนเฉียวหงุดหงิดง่ายเวลาคนทำอะไรไม่ถูกใจ ใจร้อน มุทะลุ ชอบใช้กำลัง ไม่เชื่อบาปบุญคุณโทษ จำนวน ๖๗ ความคิดเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๓๘.๙๕

จากการศึกษาสรุปได้ว่า ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด มีความเครียดและความวิตกกังวลมากที่สุด จากสภาพปัญหาทางด้านร่างกายของผู้ต้องขังที่ต้องอยู่ในพื้นที่จำกัดและยังต้องปฏิบัติตามระเบียบวินัยของเรือนจำกลางระยอง ซึ่งมีผู้ต้องขังกระทำความผิดอยู่ร่วมกันอย่างแออัด จึงทำให้เกิดการกระทบกระทั่งทางจิตใจ บางคนเกิดภาวะความเครียดเกี่ยวกับคดีความ มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัวและยอมรับไม่ได้กับสภาพการเป็นอยู่ของผู้ต้องขัง จึงทำให้จิตใจหดหู่ และนำไปสู่ปัญหาอื่นๆ เช่น ภาวะความซึมเศร้า หวาดกลัว มีพฤติกรรมที่เอาแต่ใจตัวเอง มีโทสะมาก เครียดแค้นชิงชังอาฆาตพยาบาท ขาดคุณธรรมจริยธรรม เป็นต้น[๑๒]

ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด ซึ่งส่วนใหญ่อายุยังน้อย เป็นการต้องโทษครั้งแรกก่อให้เกิดความวิตกกังวลเรื่องชีวิต คดี ท้อแท้ ฟุ้งซ่าน มีความทุกข์ จึงไม่ตั้งใจรับการฝึกอบรมมากเท่าที่ควร และประกอบกับขาดความเชื่อเรื่องบุญและบาป การจัดอบรมมีข้อจำกัดเรื่องระยะเวลา ผู้ต้องขังไม่เห็นประโยชน์ของการฝึกอบรม เพราะการฝึกอบรมพัฒนาจิตใจตามหลักพุทธธรรมต้องใช้ระยะเวลาที่ต่อเนื่องและอาจมีข้อจำกัดที่ไม่ได้รับการฝึกปฏิบัติจริงเท่าที่ควร สภาพแวดล้อมไม่เอื้อต่อการ

---

[๑๒] กองบริการทางการแพทย์ กรมราชทัณฑ์, “รายงานสุขภาพผู้ต้องขังหญิงประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๕”, เอกสารอัดสำเนา, หน้า ๕.

ฝึกอบรม เนื่องจากในทัณฑสถานมีกิจกรรมหลายด้าน เช่น การฝึกวิชาชีพ การศึกษาสายสามัญ สายอาชีพ เป็นต้น

เรือนจำได้จัดให้มีกิจกรรมวันสำคัญ ๆ ทางศาสนาและวันสำคัญของชาติให้กับผู้ต้องขัง มีพิธีกรรมตามขนบธรรมเนียมประเพณี นอกจากนี้ทางเรือนจำได้จัดเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ทางด้านศาสนา จริยธรรม ศีลธรรม พระภิกษุสงฆ์ มาให้ความรู้เกี่ยวกับพระธรรม วินัย ศีลธรรม ฝึกวิปัสสนา ฝึกสมาธิ เพื่อขัดเกลาจิตใจเป็นประจำ เพื่อให้ผู้ต้องขังลดความเครียดและความวิตกกังวล จึงได้มีการสอนแนวทางในการประพฤติปฏิบัติ[๑๓] ซึ่งถือว่าเป็นกรรมดี เพื่อที่จะนำมาซึ่งการการขจัดปัดเป่าความทุกข์ ได้แก่ การประพฤติติตนตามมรรคแปด ซึ่งแยกออกเป็นการฝึกอบรมความประพฤติ การฝึกอบรมจิต และการทำปัญญาให้แก่กล้า ความรู้แจ้งเห็นจริงในทุกขัง อนิจจัง และอนัตตา จนหลุดพ้นจากอวิชชาตัณหาอุปาทาน

จากการสังเคราะห์ข้อมูลพบว่ากว่า ๘๐% ของนักโทษหญิงในคุกล้วนมาจากคดียาบ้า ค้ายาบ้า มักมีการทะเลาะวิวาทกับผู้ต้องขังอื่น ไม่ตั้งใจทำงานหรือหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และเจ็บป่วยด้วยอาการเครียดบ่อย ๆ ผู้ต้องขังหญิงมีความเครียดและความวิตกกังวลมากที่สุด รองลงมาได้แก่ การให้โอกาสได้ไถ่โทษทำประโยชน์แก่ครอบครัว สังคม การประกอบกิจกรรมในวันสำคัญทางศาสนา และวันสำคัญของชาติ การเรียนธรรมศึกษา มีมุมหนังสือสำหรับอ่านคลายเครียด ไม่มีโอกาสทำบุญตามลัทธิศาสนาที่ นับถือ มีการจัดกิจกรรม ทางศาสนาตามที่นับถือ การฝึกอบรมจิตภาวนา (สมาธิและวิปัสสนา)ตามลำดับ[๑๔]

น.ต.นพ.บุญเรือง ไตรเรืองวรวัฒน์ อธิบดีกรมสุขภาพจิต ให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับมาตรการดูแลสุขภาพจิตของผู้ต้องขังในเรือนจำว่า กรมสุขภาพจิตได้ให้ความสำคัญเป็นกรณีพิเศษเนื่องจากสถานการณ์การก่ออาชญากรรม อันเนื่องมาจากความเจ็บป่วยทางจิตของผู้กระทำผิด มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ผลการศึกษาความผิดปกติทางจิตของผู้ต้องขังในเรือนจำพิเศษธนบุรี ของสถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์ล่าสุดในปี พ.ศ.๒๕๕๘ พบผู้ต้องขังมีปัญหาสุขภาพจิตร้อยละ ๓๖.๒ เช่น เครียด นอนไม่หลับ และพบว่าป่วยเป็นโรคจิต ร้อยละ ๗.๗ โรคซึมเศร้าร้อยละ ๘.๔ โรควิตกกังวล ร้อยละ ๗.๘ มีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย ร้อยละ ๗.๒ โดยกรมราชทัณฑ์ได้ร่วมมือกับกรมราชทัณฑ์จัดระบบการดูแลตลอด ๒๔ ชั่วโมงเนื่องจากผู้ต้องขังที่มีปัญหาสุขภาพจิตและป่วยจิตเวชเหล่านี้ยังคงต้องใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังทั่วไปภายในแดนและเรือนนอน ซึ่งมักประสบปัญหาถูกรังเกียจ รังแกหรือถูกรุมทำร้ายล้อเลียน เนื่องจากผู้ต้องขังทั่วไปมักขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคทางจิตเวช

อธิบดีกรมสุขภาพจิตกล่าวว่า ในการดูแลผู้ต้องขังที่มีปัญหาสุขภาพจิตให้เข้าถึงบริการและได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง ได้มอบให้สถาบันกัลยาณ์ฯซึ่งมีความเชี่ยวชาญด้านนี้ พัฒนาระบบบริการแก่ผู้ต้องขังในเรือนจำครอบคลุมทุกเขตสุขภาพ ซึ่งขณะนี้มีเรือนจำทั้งหมด ๑๔๓ แห่ง มีผู้ต้องขัง ๓๑๙,๙๔๑ คน โดยมีโรงพยาบาลจิตเวชราชนครินทร์ ๑๓ แห่ง เป็นศูนย์เชี่ยวชาญรับส่งต่อ

---

[๑๓] ศิรินภา นาคธน, “การปรับตัวของผู้ต้องขังระหว่างการพิจารณาคดีในชั้นสอบสวนที่ต้องโทษครั้งแรกในเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร และ ทัณฑสถานหญิงธนบุรี”, หน้า ๗๖.

[๑๔] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๐.

ดูแลในรายที่อาการรุนแรง เชื่อมโยงกับโรงพยาบาลศูนย์หรือโรงพยาบาลทั่วไป ๗๗ จังหวัดแบบ ไร้รอยต่อ ซึ่งได้พัฒนาศักยภาพบุคลากรทั้งสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

“สำหรับผู้ต้องขังที่ป่วยจิตเวชเมื่อจะพ้นโทษ ได้พัฒนาระบบการส่งต่อ โดยจัดทำทะเบียนประวัติและที่อยู่ ผู้ป่วยทุกราย มีการเตรียมพร้อมทั้งผู้ป่วย ญาติ และชุมชนเพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลต่อเนื่อง ไม่ให้มีปัญหาขาดยา หรือขาดการรักษา ซึ่งเป็นเป้าหมายสำคัญที่สุดจะป้องกันการก่อคดีซ้ำ ไม่กลับเข้าสู่เรือนจำอีกสามารถใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัวชุมชนได้ ผลการดำเนินการพบว่าได้ผลดี ในรอบ ๙ เดือนนี้ สามารถป้องกันผู้ต้องขังที่ป่วยจิตเวชก่อคดีซ้ำ หลังพ้นโทษได้ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์” อธิบดีกรมสุขภาพจิตกล่าว

ด้าน นพ.ศรุตพันธุ์ จักรพันธุ์ ณ อยุธยา ผู้อำนวยการสถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์จังหวัดนครปฐม กล่าวว่า จากรายงานต่างประเทศเช่นที่สหรัฐอเมริกาพบว่า ผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตรุนแรงจะอยู่ในเรือนจำมากกว่าอยู่ในโรงพยาบาลจิตเวช ซึ่งในปี ๒๕๖๐ นี้สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์ได้วางแผนพัฒนาโปรแกรม สำหรับบำบัดฟื้นฟูผู้ป่วยจิตเวชที่มีคดีที่ต่างจากผู้ป่วยจิตเวชทั่วไป โดยมีทีมสหวิชาชีพ ๕ สาขา ทั้งจิตแพทย์ พยาบาลจิตเวช นักจิตวิทยาคลินิก นักสังคมสงเคราะห์และนักกิจกรรมบำบัด ร่วมกันวางแผนฟื้นฟูผู้ป่วยเฉพาะรายเพื่อให้อาการทางจิตหายหรือทุเลา ไม่ก่อคดีซ้ำ และมีระบบติดตามประเมินผลที่มีมาตรฐาน

การดูแลผู้ต้องขังที่มีอาการป่วยทางจิต ตรวจคัดกรองผู้ป่วยในเรือนจำ ในปีนี้พบรายใหม่เฉลี่ยเดือนละ ๕ คน ส่วนใหญ่เป็นโรคจิตเภท รองลงมาคือมีอาการจากฤทธิ์ยาบ้า เช่น หูแว่วประสาทหลอน จนถึงขณะนี้มีผู้ป่วยจิตเวชในเรือนจำอยู่ในความดูแลทั้งหมด ๖๕ คน จากผู้ต้องขังที่มีประมาณ ๓,๐๐๐ คน โดยมีระบบติดตามผลการรักษาทุก ๓ เดือน และสนับสนุนยารักษาให้กินต่อเนื่อง[๑๕]

ผลดำเนินการได้ผลดี ขณะเดียวกันได้จัดอบรมอาสาสมัครเรือนนอน พยาบาล และผู้คุมให้รู้จักโรคทางจิตเวชที่พบบ่อยที่สุดในเรือนจำ ๖ โรคตามนโยบายของกรมสุขภาพจิต ได้แก่ โรคจิตเภท โรคซึมเศร้า การฆ่าตัวตาย โรคสับสน โรคหลงลืม และอาการที่เกิดจากการถอนพิษเหล้าในผู้ที่ติดเหล้า รวมทั้งอาการข้างเคียงของยารักษาจิตเวช ช่วยให้ผู้ป่วยจิตเวชได้รับการดูแลเหมาะสมยิ่งขึ้น ขณะนี้มีอาสาสมัครเรือนนอนทั้งหมด ๑๐๐ คนทำหน้าที่ติดตามดูแลผู้ป่วยจิตเวช ทั้งการใช้ชีวิต การกินยาภายในเรือนจำทั้งชายและหญิง มีผู้ต้องขังที่ป่วยโรคทางจิตด้วยพ้นโทษ ซึ่งทุกคนจะได้รับการส่งดูแลต่อในชุมชน

**๔.๒.๑.๓ สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังด้านสังคม**

จากการสอบถามกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลางระยอง นำข้อมูลมาแจกแจงวิเคราะห์ โดยภาพรวมตามสภาพปัญหาความต้องการ ให้สอดคล้องกับแนวทางการแก้ไข และหลักการศึกษาได้ ดังนี้

---

[๑๕] คมชัดลึก, ผู้ต้องขังมีปัญหาสุขภาพจิต, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.komchadluek.net/news/edu-health/289893 [๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

**ตารางที่ ๔.๑๓** สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดเรือนจำกลางระยอง ด้านสังคม

| สภาพปัญหา คุณภาพชีวิต | จำนวนความเห็น | ร้อยละ |
|---|---|---|
| ๑. สัมพันธภาพกับครอบครัว การหวาดกลัวจะถูกทอดทิ้ง ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว คนใกล้ชิด ความสัมพันธ์ในครอบครัวจะขาดหายไปรวมทั้งการสูญเสียโอกาสที่จะทำหน้าที่ต่อครอบครัว เนื่องจากการต้องโทษ | ๑๑๕ | ๖๖.๘๖ |
| ๒. สัมพันธภาพกับเจ้าหน้าที่เรือนจำ การหวาดวิตกว่าจะทำอะไรไม่ถูกใจเจ้าหน้าที่ จนอาจส่งผลให้ไม่ได้รับความเมตตาดูแล เอาใจใส่ | ๙๗ | ๕๖.๓๙ |
| ๓. สัมพันธภาพกับเพื่อนผู้ต้องขังในเรือนจำซึ่ง ต่างคนต่างที่มา ต่างมีปัญหา ต่างดิ้นรนเพื่อเอาตัวเองให้รอด สำหรับการใช้ชีวิตในเรือนจำ เป็นต้น | ๑๐๖ | ๖๑.๖๒ |
| ๔. สัมพันธภาพกับสังคมภายนอกกลัวจะถูกรังเกียจ ไม่ได้รับการยอมรับกลับสู่สังคม ไม่มีที่ยืนในสังคม ไม่มีงานทำ | ๑๓๗ | ๗๙.๖๕ |
| **รวม** | **๔๕๕** | **๑๐๐.๐๐** |

(หมายเหตุ: ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามแสดงความคิดเห็นต่อ สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตด้านสังคมของผู้ต้องขัง วิเคราะห์จัดกลุ่มปัญหาออกเป็น ๔ ด้าน นำเสนอค่าความถี่ของความคิดเห็น และค่าร้อยละของผู้ต้องขังที่มีปัญหาในแต่ละด้าน เรียงจากมากไปน้อยเรียงจากมากไปหาน้อย ดังนี้ สัมพันธภาพกับสังคมภายนอกกลัวจะถูกรังเกียจ ไม่ได้รับการยอมรับกลับสู่สังคม ไม่มีที่ยืนในสังคมไม่มีงานทำ จำนวน ๑๓๗ ความคิดเห็น คิดเป็นร้อยละ ๗๙๙๖๕ สัมพันธภาพกับครอบครัว การหวาดกลัวจะถูกทอดทิ้ง ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว คนใกล้ชิด ความสัมพันธ์ในครอบครัวจะขาดหายไป รวมทั้งการสูญเสียโอกาสที่จะทำหน้าที่ต่อครอบครัว เนื่องจากการต้องโทษ จำนวน ๑๑๕ ความคิดเห็น คิดเป็นร้อยละ ๖๖.๘๕ สัมพันธภาพกับเพื่อนผู้ต้องขังในเรือนจำที่ต่างคนต่างที่มา ซึ่งล้วนมีปัญหา ต่างคนต่างดิ้นรนเพื่อเอาตัวเองให้รอดสำหรับการใช้ชีวิตในเรือนจำ เป็นต้น จำนวน ๑๐๖ ความคิดเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๖๑.๖๒ และสัมพันธภาพกับเจ้าหน้าที่เรือนจำ การหวาดวิตกว่าจะทำอะไรไม่ถูกใจเจ้าหน้าที่ จนอาจส่งผลให้ไม่ได้รับความเมตตาดูแล เอาใจใส่ จำนวน ๙๗ ความคิดเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๕๖.๓๙ ตามลำดับ

พบว่า ผู้ต้องขังกังวลเรื่องการที่สังคมอาจจะไม่ยอมรับ เมื่อพ้นคดีแล้วจะประกอบอาชีพอะไร การปรับตัวทางด้านสังคมของผู้ต้องขังอยู่ในระดับปานกลาง การถูกจำกัดสิทธิในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ จากการจัดสัมมนาของกรมราชทัณฑ์ เรื่อง “นักโทษล้นคุก : วิกฤตสังคมไทย...ที่รอการแก้ไข”[๑๖] เพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหาเรือนจำ และทัณฑสถานทั่วประเทศมีไม่เพียงพอต่อการรองรับจำนวนผู้ต้องขังที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว นายนัทธี จิตสว่างอธิบดีกรมราชทัณฑ์ กล่าวว่า ปัจจุบัน

---

[๑๖] อาชญากรรม, (๒๓ มิ.ย. ๕๒), “นักโทษล้นคุก : วิกฤตสังคมไทย...ที่รอการการแก้ไข”, **MGR online** ,[ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.thaigov.go.th/th/useful-information/item/๓๒๘๔๗-.html (๓๐ สิงหาคม ๒๕๖๐).

มีผู้ต้องขัง ๑๙๖,๗๗๒ คน ขณะที่มีเรือนจำหรือทัณฑสถานทั่วประเทศจำนวน ๑๔๕ แห่ง หากคิดตามความจุมาตรฐานนักโทษ ๑ คน พื้นที่ ๒.๒๕ ตารางเมตร คิดเป็นความจุเพียง ๑๐๙,๐๘๗ คน ทำให้มีผู้ต้องขังเกินความจุมาตรฐาน ๘๗,๖๘๕ คน ทั้งนี้เมื่อปี ๒๕๐๐ มีผู้ต้องขัง ๑๙,๐๐๐ คน และเพิ่มเป็นกว่า ๒๒๓,๔๐๖ คน ในปี ๒๕๔๓ เมื่อมีการจับกุมนักโทษยาเสพติดเพิ่มเป็น ๒๕๔,๐๗๐ คน ในปี ๒๕๔๕ จากนั้นได้มีมาตรการแก้ปัญหานักโทษล้นคุก ทำให้จำนวนลดลงมาเป็นลำดับจนเหลือ ๑๕๒,๖๒๕ คน ในปี ๒๕๔๙ แต่ในปัจจุบันจำนวนผู้ต้องขังกลับเพิ่มขึ้นอีกตามสภาพสังคมโดยเฉพาะปัญหายาเสพติดที่เริ่มกลับมาระบาด

เรื่องดังกล่าวนี้ นายนัทธี ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าขณะนี้มีผู้ต้องขังเข้าสู่เรือนจำเดือนละ ๕,๐๐๐ คน ออกเดือนละ ๓,๐๐๐ คน ดังนั้น ภายในไม่กี่เดือนข้างหน้าจะมีผู้ต้องขังเกิน ๒๐๐,๐๐๐ คน แน่นอนแม้ในปี ๒๕๔๔ เคยรองรับผู้ต้องขังความแตกต่างเกือบ ๒๖๐,๐๐๐ คน แล้วแต่ขณะนั้นเป็นผู้เสพยาเสพติดถึง ๑๐,๐๐๐ คน แต่ในวิกฤตินักโทษล้นคุกครั้งนี้ ผู้ต้องขังส่วนใหญ่เป็นผู้ต้องขังรายสำคัญซึ่งกำแพงหรือตรวนไม่สามารถคุมขังได้มั่นคง จะต้องกันพื้นที่แยกเด็ดขาดตัดสัญญาณโทรศัพท์มือถือไม่ให้รวมตัวเครือข่ายติดต่อกับผู้ต้องขังรายอื่นได้ เช่น พ่อค้าจากแก๊งค้ายาเสพติด ซึ่งมีลักษณะโทษสูงหรือมีลักษณะพิเศษ เข้าแล้วไม่ออก ต้องคุมขังในเรือนจำความมั่นคงสูงแต่เมื่อเรือนจำมีผู้ต้องขังล้นทำให้ต้องถ่ายโอนผู้ต้องขังกลุ่มนี้จากเรือนจำความมั่นคงสูงสู่ความมั่นคงปานกลาง ขณะที่เรือนจำมั่นคงสูงก็ไม่มั่นคงสูงจริงดังนั้นทางแก้จึงต้องใช้เทคโนโลยีเข้ามาคุมขังร่วมกับการปรับปรุงทางกายภาพขยายอาคารสถานที่ เช่น อาจไปสร้างเรือนจำบนเกาะ หรือที่คลองไผ่จังหวัดนครราชสีมาเพิ่ม ซึ่งมีสภาพพื้นที่เหมาะสม จากสภาพปัญหาทางกายภาพของกรมราชทัณฑ์ ทำให้เรือนจำกลางระยองมีผลกระทบในการปฏิบัติงานตามภารกิจ

ความกังวลในความสัมพันธ์ของครอบครัว การสูญเสียความรัก ความเอาใจใส่จากครอบครัว ความยึดติดกับความเป็นอยู่เดิมทำให้เกิดความวิตกกังวล เช่น "เราเป็นคนตัวใหญ่ แทบจะนอนหงายไม่ได้เลย เวลาเข้าห้องน้ำก็ลำบาก จะเข้าทีก็รู้อายคนอื่น เพราะไม่มีอะไรกั้น สิ่งเหล่านี้ทำให้คิดตอนอยู่บ้านสะดวกสบายทุกอย่าง แต่พอมาอยู่ที่นี่อึดอัด แม้แต่ที่จะเดินยังไม่มี แต่ก็ต้องจำใจยังดีที่ทางผู้คุมเห็นใจ และให้คนที่ตั้งท้องและคนที่มีลูก แยกมาอยู่ในห้องแม่และเด็ก ไม่ต้องทำกิจกรรมใดๆ แต่ก็อยากกลับใช้ชีวิตปกติเหมือนเดิมมากกว่า" หากย้อนเวลากลับไปได้ เธอยืนยันว่าจะไม่ทำแบบนี้แน่นอน พร้อมกับแสดงความกังวล อีกไม่นานเมื่อเธอคลอด แล้วลูกที่ออกมาต้องลืมตามาดูโลกในคุกนั้น อนาคตจะมีปมหรือไม่ ยิ่งเมื่อเธอรู้ว่า ตามกฎเกณฑ์ของเรือนจำเมื่อเด็กอายุได้ ๑ ขวบ จะต้องนำเด็กออกไปอยู่กับญาติ ขณะที่แม่ยังต้องอยู่ในเรือนจำแห่งนี้ต่อไป แล้วลูกจะเป็นอย่างไรถ้าในวันหนึ่งที่เขาโตขึ้นแล้วรู้ว่าแม่อยู่ในคุก”

เมื่อพิจารณาจากสภาพปัญหาทั้ง ๓ ประเด็น ที่มีค่ามากที่สุดจะเห็นได้ว่าเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตัวผู้ต้องขังเอง คือ ความเครียด การไม่เชื่อเรื่องบุญและบาป นับเป็นวิกฤตของสภาวการณ์ที่ประเทศไทยเป็นประเทศที่นับถือพระพุทธศาสนา ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดทุกคนนับถือพระพุทธศาสนา แต่ไม่มีความเชื่อเรื่องบุญและบาป ฉะนั้น รูปแบบการพัฒนาจิตใจจะต้องสามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อในเรื่องดังกล่าว หรือจะเพียงทำตามรูปแบบที่มีอยู่

ข้อมูลด้านการปรับตัวทางสังคมของผู้ต้องขังที่กระทำผิดครั้งแรก ระหว่างพิจารณาคดีชั้นสอบสวน ๕ ด้าน คือ ความสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่เรือนจำ ความสัมพันธ์กับเพื่อนผู้ต้องขัง

ความสัมพันธ์กับครอบครัว ด้านฐานะทางเศรษฐกิจ และด้านการยอมรับจากสังคม พบว่า การปรับตัวทางด้านสังคมของผู้ต้องขังอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านที่ผู้ต้องขังสามารถปรับตัวได้ใน ระดับมากที่สุด คือ ด้านการปรับตัวกับเพื่อนผู้ต้องขัง ส่วนด้านที่มีการปรับตัวได้น้อยที่สุด ได้แก่ ด้านฐานะทางเศรษฐกิจ ข้อมูลด้านการปรับตัวทางสภาพแวดล้อมในเรือนจำ พบว่า ด้านการยอมรับกับสภาพแวดล้อมในเรือนจำเป็น ๒ ด้าน คือ ด้านปัจจัยพื้นฐานการดำรงชีวิต และด้านการควบคุม ด้านสภาพแวดล้อมในเรือนจำอยู่ใน ระดับปานกลาง ส่วนปัจจัยที่ส่งผลในการปรับตัวคือปัจจัยด้านปัจจัยพื้นฐานการดำรงชีวิต คือ การได้รับอาหารที่เรือนจำจัดให้อย่างพอเพียง ส่วนความกังวลต่อการใช้ห้องน้ำห้องส้วมเนื่องจากไม่มิดชิด นอกจากนี้ ด้านการควบคุม ผู้ต้องขังทำผิดกฎระเบียบของเรือนจำมากที่สุด ส่วนการถูกจำกัดสิทธิในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด แสดงว่า ผู้ต้องขังถูกจำกัดสิทธิในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารใน ระดับปานกลาง ทั้งนี้ยังพบว่าปัญหาการปรับตัวของผู้ต้องขัง ระหว่างการพิจารณาคดีในชั้นสอบสวนที่ต้องโทษครั้งแรกมีความต้องการให้เรือนจำปรับปรุง เพื่อช่วยในการปรับตัวของผู้ต้องขัง ดังนี้[๑๗]

๑) ปัญหาในการปรับตัวระหว่างถูกคุมขังในเรือนจำของผู้ต้องขังหญิงและผู้ต้องขังชายมีความแตกต่าง คือ ผู้ต้องขังหญิงมีปัญหาด้านการปรับตัว ๓ ด้าน ได้แก่ ปัญหาสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ปัญหาด้านโครงสร้างเรือนจำ กายภาพ และสิ่งแวดล้อม ปัญหาด้านอารมณ์และความรู้สึก ส่วนผู้ต้องขังชายมีปัญหาด้านการปรับตัว ๔ ด้าน ซึ่งปัญหาที่เพิ่มขึ้น คือ ปัญหาการปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อบังคับของเรือนจำ

๒) ความต้องการให้เรือนจำปรับปรุง เพื่อช่วยในการปรับตัวของผู้ต้องขังหญิงและผู้ต้องขังชาย พบว่า มีความแตกต่างกัน คือ ผู้ต้องขังหญิงต้องการให้มีการปรับปรุงด้านโครงสร้างเรือนจำ กายภาพ และสิ่งแวดล้อม การปรับปรุงด้านสวัสดิการ สันทนาการ และการเยี่ยมญาติและความต้องการด้านกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ ส่วนผู้ต้องขังชายมีความต้องการด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและความต้องการด้านกฎระเบียบ ข้อบังคับ โดยสรุปการนำหลักพระพุทธศาสนา รวมทั้งการฝึกสมาธิ การฝึกจิตภาวนา การปฏิบัติธรรม ฯลฯ มาใช้ในการฝึกอบรมให้กับกลุ่มตัวอย่างล้วนมีประโยชน์ หรืออรรถประโยชน์ สามารถแก้ไขปัญหาจริยธรรม เจตคติที่ดี ต่อพระพุทธศาสนา สามารถพัฒนาตนเอง และสังคมให้เจริญก้าวหน้าและอยู่ร่วมกันใดอย่างสันติสุข

**๔.๒.๒ การวิจัยตามวัตถุประสงค์ ข้อ ๒ กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ**

กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ เป็นการศึกษาความคิดเห็นของผู้ต้องขังและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง เกี่ยวกับการดำเนินโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรมของเรือนจำกลางระยอง ทั้งความคิดเห็นต่อโครงการ และคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหลังจากผ่านการฝึกอบรมในโครงการ

๔.๒.๒.๑ ศึกษาความคิดเห็นของผู้ต้องขัง ต่อกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธโครงการเรือนจำเรือนธรรม โดยใช้แบบสอบถามความคิดเป็นผู้เข้าอบรมใน ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม ด้านกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม

---

[๑๗] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๘.

ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึก ธรรมปฏิบัติและด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรม ดังนี้

**ตารางที่ ๔.๑๔** แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธ (โครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม)

(n = ๑๗๒)

| โครงการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต | $\overline{X}$ | S.D. | แปลค่า |
|---|---|---|---|
| ๑. ด้านการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม | ๓.๘๖ | ๐.๗๑ | มาก |
| ๒. ด้านกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม | ๔.๕๘ | ๐.๕๙ | มากที่สุด |
| ๓. ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึกธรรมปฏิบัติ | ๓.๘๘ | ๐.๘๐ | มาก |
| ๔. ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรม | ๔.๒๖ | ๐.๗๘ | มากที่สุด |
| **โดยรวม** | **๔.๐๕** | **๐.๗๒** | **มาก** |

จากตารางที่ ๔.๑๔ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อโครงการเรือนจำเรือนธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับมาก ( $\overline{X}$ =๔.๐๕, SD.=๐.๗๒) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงตามลำดับค่าเฉลี่ย จากมากไปน้อย พบว่า ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจในด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการุดฝึกอบรมมากที่สุด ( $\overline{X}$ =๔.๒๖, SD.=๐.๗๘), ด้านกิจกรรมการฝึกอบรม ( $\overline{X}$ =๔.๒๓, SD.=๐.๖๒), ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึกธรรมปฏิบัติ ( $\overline{X}$ =๓.๘๘, SD.=๐.๘๐) และน้อยที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม ( $\overline{X}$ =๓.๘๖, SD.=๐.๗๑) ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๑๕** แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับ การจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม

(n = ๑๗๒)

| การจัดอบรม | $\overline{X}$ | S.D. | แปลค่า |
|---|---|---|---|
| ๑. การจัดสถานที่เพื่อการอบรม เป็นสัดส่วน เหมาะสมกับการอบรมปฏิบัติธรรม | ๓.๖๐ | ๐.๗๐ | มาก |
| ๒. ระยะเวลาฝึกอบรมปฏิบัติธรรมแบบเข้มข้น ต่อเนื่อง ๒๐ วัน มีความเหมาะสมกับการฝึกปฏิบัติ | ๓.๗๐ | ๐.๘๐ | มาก |
| ๓. การนำสื่อเทคโนโลยีที่มาใช้ในการสอน เช่น วิดีโอ ซีดี ฯลฯ เป็นต้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี มีความประทับใจ | ๔.๕๘ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| ๔. พระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรสอนภาคปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถและมีบารมีธรรมสูง | ๓.๗๐ | ๐.๖๐ | มาก |

| การจัดอบรม | $\overline{X}$ | S.D. | แปลค่า |
|---|---|---|---|
| ๕. วิธีการสอน การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรและ พระวิปัสสนาจารย์ เช่น การบรรยายข้อธรรมะ เนื้อหา กิจกรรมกลุ่ม ให้เกิดความเข้าใจ เป็นต้น | ๓.๖๐ | ๐.๘๐ | มาก |
| ๖. เจ้าหน้าที่รับผิดชอบโครงการมีความรู้ ความเข้าใจ สนใจการปฏิบัติธรรม เป็นกัลยาณมิตร ดูแล เอาใจใส่ อำนวยความสะดวก ให้คำแนะนำ ชี้แนะ ผู้เข้าอบรมด้วยความเมตตา | ๓.๖๐ | ๐.๗๐ | มาก |
| ๗. ความเป็นกัลยาณธรรม การให้ความช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก ของทีมพี่เลี้ยงผู้ช่วยงาน | ๓.๕๑ | ๐.๙๐ | มาก |
| ๘. การให้การสนับสนุน อำนวยความสะดวกในการเข้าอบรมปฏิบัติธรรมของผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ประจำแดนเรือนนอน และกองงานฝึกวิชาชีพ | ๔.๖๐ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| **ค่าเฉลี่ยโดยรวม** | **๓.๘๖** | **๐.๗๑** | **มาก** |

จากตารางที่ ๔.๑๕ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นต่อการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม โดยภาพรวม ในระดับมาก ($\overline{X}$ =๓.๘๖, S.D.=๐.๗๑) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อปรากฏว่า การให้การสนับสนุน อำนวยความสะดวกในการเข้าอบรมปฏิบัติธรรม ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ประจำแดนเรือนนอน และกองงานฝึกวิชาชีพ ($\overline{X}$ =๔.๖๐, S.D.=๐.๖๐) การนำสื่อเทคโนโลยีที่มาใช้ในการสอน เช่น วิดีโอ ซีดี ฯลฯ เป็นต้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี มีความประทับใจ ($\overline{X}$ =๔.๕๘, S.D.=๐.๖๐) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ย ระดับมากเรียงตามลำดับ ดังนี้ ระยะเวลาฝึกอบรมปฏิบัติธรรมแบบเข้มข้น ๒๐ วัน มีความเหมาะสมกับการฝึกปฏิบัติ ($\overline{X}$ =๓.๗๐, S.D.=๐.๘๐) พระวิปัสสนาจารย์ วิทยากรสอนภาคปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นผู้มีความรู้ ความสามารถและมีบารมีธรรมสูง ($\overline{X}$ =๓.๗๐, S.D.=๐.๖๐) เจ้าหน้าที่รับผิดชอบโครงการ มีความรู้ ความเข้าใจ สนใจการปฏิบัติธรรม เป็นกัลยาณมิตร ดูแลเอาใจใส่ อำนวยความสะดวก ให้คำแนะนำ ชี้แนะผู้เข้าอบรมด้วยความเมตตา ($\overline{X}$ =๓.๖๐, S.D.=๐.๗๐) วิธีการสอนการถ่ายทอดความรู้ ของพระวิปัสสนาจารย์ และวิทยากร เช่น การบรรยายข้อธรรมะ เนื้อหา กิจกรรมกลุ่มให้เกิดความเข้าใจ เป็นต้น ($\overline{X}$ =๓.๖๐, S.D.=๐.๘๐) การจัดสถานที่ เพื่อการอบรม เป็นสัดส่วน เหมาะสมกับการอบรมปฏิบัติธรรม ($\overline{X}$ =๓.๖๐, S.D.=๐.๘๐) และความเป็นกัลยาณธรรม ให้ความช่วยเหลืออำนวยความสะดวก ของทีมพี่เลี้ยงผู้ช่วยงานปฏิบัติธรรม ($\overline{X}$ =๓.๕๑, S.D.=๐.๙๐) ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๑๖** แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับด้านกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรมโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม

(n = ๑๗๒)

| กิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม | $\overline{X}$ | S.D. | แปลค่า |
|---|---|---|---|
| ๑. ความเหมาะสมของกิจกรรมพิธีการพิธีเปิดพิธีปิดการทำบุญการขอขึ้นกรรมฐาน | ๔.๖๐ | ๐.๗๐ | มากที่สุด |
| ๒. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ การสร้างเครือข่ายจริยธรรม และ ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข | ๔.๖๐ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| ๓. กิจกรรมถวายพระราชกุศล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว การปฏิญาณตนเป็นพลังของแผ่นดิน | ๔.๗๐ | ๐.๗๐ | มากที่สุด |
| ๔. การจัดกิจกรรมการให้คำปรึกษา แนะนำและส่งสอบอารมณ์การปฏิบัติรายบุคคล และรายกลุ่มโดยพระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรทำให้ได้รับประโยชน์ | ๔.๖๐ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| ๕. กิจกรรมการปฐมนิเทศชี้แจงทำความเข้าใจหลักสูตรกระบวนการปฏิบัติธรรม เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจข้อธรรมะ ศรัทธาและ ความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นกับตัวผู้อบรมก่อนการอบรมภาคปฏิบัติ | ๔.๓๕ | ๐.๕๐ | มากที่สุด |
| ๖. กิจกรรมธรรมบรรยายให้เห็นความสำคัญของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นเป้าหมายการสร้างความพ้นทุกข์เกิดความสุข สามารถทำได้ทุกกิจกรรมของการดำเนินชีวิต | ๔.๓๐ | ๐.๗๐ | มากที่สุด |
| ๗. รูปแบบการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยการเคลื่อนไหวอิริยาบถทำให้เห็นทุกข์และ การเกิดดับของทุกข์ มีความเหมาะสม สามารถนำมาใช้กับชีวิตประจำวันได้ | ๔.๖๐ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| ๘. การจัดกระบวนการฝึกอบรมตรงกับความต้องการสามารถนำไปใช้แก้ปัญหาชีวิตได้อย่างแท้จริง | ๔.๙๐ | ๐.๓๐ | มากที่สุด |
| **ค่าเฉลี่ยโดยรวม** | **๔.๕๘** | **๐.๕๙** | **มากที่สุด** |

จากตารางที่ ๔.๑๖ พบว่า ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่าง ต่อกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรม โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\overline{X}$ = ๔.๕๘, SD.=๐.๕๙) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ากลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นส่วนใหญ่ใน ระดับมากที่สุด เรียงลำดับจากที่มีค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย คือ การจัดกระบวนการฝึกอบรมตรงกับความต้องการ สามารถนำไปใช้แก้ปัญหาชีวิตได้ อย่างแท้จริง ($\overline{X}$ =๔.๙๐, SD.=๐.๓๐) กิจกรรมถวายพระราชกุศล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว การปฏิญาณตนเป็นพลังของแผ่นดิน ($\overline{X}$ =๔.๗๐, S.D.=๐.๗๐) ความเหมาะสมของกิจกรรมพิธีการพิธีเปิด พิธีปิดการทำบุญการขอขึ้นกรรมฐาน ($\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๗๐) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ การสร้างเครือข่าย

จริยธรรม และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ( $\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๗๐) การจัดกิจกรรมการให้คำปรึกษา แนะนำและส่งสอบอารมณ์ การปฏิบัติรายบุคคล และรายกลุ่ม โดยพระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรทำให้ได้รับประโยชน์ ( $\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๖๐) รูปแบบการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยการเคลื่อนไหวอิริยาบถ ทำให้เห็นทุกข์และการเกิด ดับของทุกข์ มีความเหมาะสม สามารถนำมาใช้กับชีวิตประจำวันได้ ( $\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๖๐) กิจกรรมการปฐมนิเทศชี้แจงทำความเข้าใจหลักสูตร กระบวนการปฏิบัติธรรม เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจธรรมะ ศรัทธาและความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นกับตัวผู้อบรม ก่อนการอบรมภาคปฏิบัติ ( $\overline{X}$ =๔.๓๕, SD.=๐.๕๐) และกิจกรรมธรรมบรรยายให้เห็นความสำคัญของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นเป้าหมายการสร้างความพ้นทุกข์ เกิดความสุข สามารถทำได้ทุกกิจกรรมของการดำเนินชีวิต ( $\overline{X}$ =๔.๓๐, SD.=๐.๗๐) ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๑๗** แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับ ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบในโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม

(n = ๑๗๒)

| เนื้อหาการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม | $\overline{X}$ | S.D. | แปลค่า |
|---|---|---|---|
| ๑. การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา คือ ศีลสมาธิ ปัญญา หรือข้อปฏิบัติเพื่ออบรมกาย วาจา ใจให้มีสติ การกระทำ ประพฤติแต่สิ่งที่ดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น | ๔.๖๐ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| ๒. บุญกริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ ทานศีลภาวนา หลักการทำความดี ๓ ประการ เป็นบุญ คือ เครื่องชำระล้างกิเลสเหตุของความชั่วที่ทำให้เกิดทุกข์ | ๓.๖๓ | ๐.๗๑ | มาก |
| ๓. ศีล ๕ และฆราวาสธรรม ๔ ข้อปฏิบัติเพื่อความดีงามเบื้องต้น เป็นธรรมะที่ผู้ครองเรือนต้องมีอันจะทำให้การอยู่ในสังคม หรือการครองเรือนมีความสุข เช่น การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ไม่พูดปด มีสัจจะ อดทน เสียสละ ควบคุมตนเองไม่ให้ทำชั่ว เป็นต้น | ๓.๖๑ | ๑.๒๐ | มาก |
| ๔. การเห็นขันธ์ ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ (รูป นาม) อายตนะ ๖ ช่องทางรับกิเลส ๖ ช่อง ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ | ๓.๕๕ | ๐.๖๔ | มาก |
| ๕. การยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ คือ การปฏิบัติเห็นความเกิดดับที่จิต หรือมโนสัมผัส (เห็นจิตเต้นหรือเข้าฐานจิตใจจิต) เป็นขั้นละอุปทานขันธุ์ เกิดความเกรงกลัวต่อบาป อกุศลกรรม | ๓.๖๐ | ๐.๗๐ | มาก |
| ๖. อานิสงส์จากการปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ การดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข เข้าใจหลักความเป็นจริงของทุกสรรพสิ่งว่า ตั้งอยู่บนความไม่เที่ยง มีความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรมดา ทำให้คลายความยึดมั่นถือมั่น อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ | ๓.๖๕ | ๐.๗๑ | มาก |

| เนื้อหาการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม | $\overline{X}$ | S.D. | แปลค่า |
|---|---|---|---|
| ๗. อุปกิเลส เครื่องเศร้าหมอง และนิวรณ์ อันเป็นเครื่องปิดกั้นจิตจากทางพ้นทุกข์ คือ พระนิพพาน อาทิ ความฟุ้งซ่าน ความง่วงเหงาหาวนอนความลังเลสงสัย ความไม่เชื่อเรื่องบุญและบาป เป็นต้น | ๓.๕๖ | ๑.๐๐ | มาก |
| ๘. กรรมและการส่งผลของกรรม | ๔.๗๑ | ๐.๗๐ | มากที่สุด |
| **ค่าเฉลี่ยโดยรวม** | **๓.๘๖** | **๐.๗๘** | **มาก** |

จากตารางที่ ๔.๑๗ พบว่า ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อเนื้อหาการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม โดยรวมในระดับมาก ($\overline{X}$ =๓.๘๖, SD.=๐.๗๘) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นส่วนใหญ่ในระดับมากที่สุด เรียงลำดับจากที่มีค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย คือ กรรมและการส่งผลของกรรม ($\overline{X}$ =๔.๗๑, SD.=๐.๗๐) การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา คือ ศีลสมาธิ ปัญญา หรือข้อปฏิบัติเพื่ออบรมกาย วาจา ใจให้มีสติการกระทำ ประพฤติแต่สิ่งที่ดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ($\overline{X}$ = ๔.๖๐, S.D.=๐.๖๐) อานิสงค์จากการปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ การดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข เข้าใจหลักความจริงของทุกสรรพสิ่ง ว่ามีตั้งอยู่บนความไม่เที่ยง มีความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรม ทำให้คลายความยึดมั่นถือมั่น อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ($\overline{X}$ = ๓.๖๕, S.D.=๐.๗๑) บุญกริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ ทานศีลภาวนา หลักการทำความดี ๓ ประการ เป็นบุญ คือ เครื่องชำระล้างกิเลส เหตุของความชั่ว ที่ทำให้เกิดทุกข์ ($\overline{X}$ =๓.๖๓, SD.=๐.๗๑) ศีล ๕ และฆราวาสธรรม ๔ ข้อปฏิบัติเพื่อความดีงามเบื้องต้น เป็นธรรมะที่ผู้ครองเรือนต้องมีอันจะทำให้การอยู่ในสังคมหรือการครองเรือนมีความสุข เช่น การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่พูดปด มีสัจจะ อดทน เสียสละ ควบคุมตนเองไม่ให้ทำชั่ว เป็นต้น ($\overline{X}$ = ๓.๖๑, S.D.= ๑.๒๐) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ได้แก่ การยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ คือ การปฏิบัติเห็นความเกิดดับที่จิต หรือมโนสัมผัส (เห็นจิตเต้น หรือเข้าฐานจิตใจจิต) เป็นขั้นละอุปทานขันธุ์ เกิดความเกรงกลัวต่อบาป อกุศลกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา คือ ศีลสมาธิ ปัญญา หรือข้อปฏิบัติเพื่ออบรม กาย วาจา ใจให้มีสติการกระทำประพฤติแต่สิ่งที่ดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ($\overline{X}$ =๓.๗๐, SD.=๐.๗๐) อานิสงค์จากการปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โครงการเรือนจำเรือนธรรม ($\overline{X}$ =๓.๖๕, SD.=๐.๗๑) บุญกริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ ทานศีลภาวนา หลักการทำความดี ๓ ประการ เป็นบุญ คือ เครื่องชำระล้างกิเลส เหตุของความชั่ว ที่ทำให้เกิดทุกข์ ($\overline{X}$ =๓.๖๓, SD.=๐.๗๐) ศีล ๕ และฆราวาสธรรม ๔ ข้อปฏิบัติเพื่อความดีงามเบื้องต้น เป็นธรรมะที่ผู้ครองเรือนต้องมี อันจะทำให้การอยู่ในสังคม หรือการครองเรือนมีความสุข เช่น การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่พูดปด มีสัจจะ อดทน เสียสละ ควบคุมตนเองไม่ให้ทำชั่ว เป็นต้น ($\overline{X}$ =๓.๖๑, SD.=๑.๒๐) อานิสงค์จากการปฏิบัติธรรม คือ การดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข เข้าใจหลักความจริงของทุกสรรพสิ่ง ว่ามีตั้งอยู่บนความไม่เที่ยง มีความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรม ทำให้คลายความยึดมั่น ถือมั่น อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๗๐) การยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ คือ การปฏิบัติเห็นความเกิดดับที่จิต หรือมโนสัมผัส (เห็นจิตเต้น หรือเข้าฐานจิตใจจิต) เป็นขั้นละอุปทานขันธ์ เกิดความเกรงกลัวต่อบาป อกุศลกรรม ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๗๐) สามารถนำหลักการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปใช้ปฏิบัติ ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง และมุ่งมั่นศรัทธาอย่าง

แท้จริง ( $\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๑.๒๐) อุปกิเลส เครื่องเศร้าหมองและนิวรณ์ อันเป็นเครื่องปิดกั้นจิตจากทางพ้นทุกข์ คือ พระนิพพาน อาทิ ความฟุ้งซ่าน ความง่วงเหงาหาวนอน ความลังเลสงสัย ความไม่เชื่อเรื่องบุญและบาป เป็นต้น ( $\overline{X}$ =๓.๕๖, SD.=๑.๐๐) ตามลำดับ

**ตารางที่ ๔.๑๘** แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิดเห็นด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรมโครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม

(n = ๑๗๒)

| ด้านประโยชน์ที่ได้รับจาการฝึกอบรม | $\overline{X}$ | S.D. | แปลค่า |
|---|---|---|---|
| ๑. ทำให้รู้จักพระพุทธศาสนา เข้าถึงธรรมะการทำความดี การทำบุญ ทาน ศีลและภาวนา | ๔.๘๐ | ๐.๕๐ | มากที่สุด |
| ๒. ทำให้มีสติสัมปชัญญะ ยอมรับการกระทำผิดของตนเอง ให้อภัยตนเอง ให้อภัยผู้อื่น | ๓.๖๐ | ๐.๗๐ | มาก |
| ๓. ทำให้เข้าใจและเห็นคุณค่าของการรักษาศีล ๕ สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองให้อยู่ในกรอบศีลของ ๕ และระเบียบวินัยของเรือนจำ | ๓.๖๐ | ๐.๕๙ | มาก |
| ๔. คลายความตึงเครียด ความวิตกกังวล ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น สามารถอยู่กับปัจจุบันได้ดี จิตไม่ฟุ้งซ่าน | ๔.๗๐ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| ๕. ทำให้เห็นความทุกข์ของตนเอง และผู้อื่นตามความเป็นจริง เกิดความรัก ความเมตตาต่อตนเองเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ | ๔.๗๐ | ๐.๖๐ | มากที่สุด |
| ๖. สามารถนำหลักการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง | ๓.๖๐ | ๑.๒๐ | มาก |
| ๗. ทำให้รู้จักหลักการดำเนินชีวิตให้มีความสุข รู้จักปล่อยวาง ทำจิตให้ผ่องใส | ๓.๖๐ | ๐.๙๐ | มาก |
| ๘. ทำให้พบสัจธรรมความจริงของชีวิต เข้าใจชีวิตมากขึ้น คลายความยึดมั่นถือมั่น | ๓.๖๐ | ๑.๐๐ | มาก |
| ๙. มีความเชื่อมั่นเรื่องกฎแห่งกรรม บาป บุญ คุณโทษ ตั้งมั่นในการทำความดี หลีกหนีความชั่ว | ๔.๗๕ | ๑.๑๐ | มากที่สุด |
| ๑๐. ทำให้มีสติปัญญาใช้เวลาที่เหลืออย่างมีคุณค่า เพื่อการพัฒนาตนเอง ไม่ทำผิดวินัยขณะต้องโทษ | ๔.๘๐ | ๐.๕๒ | มากที่สุด |
| ๑๑. ทำให้จิตมีคุณภาพ มองโลกในแง่ดี มีเหตุผล เห็นคุณค่าของตนเอง มีความหวัง รักตนเอง รักครอบครัวและสำนึกในความผิดพลาด | ๔.๗๐ | ๐.๗๐ | มากที่สุด |
| ๑๒. ได้ที่พึ่งทางใจ ได้กัลยาณมิตรที่คอยให้คำแนะนำช่วยเหลือในทางที่ถูกต้อง | ๔.๗๐ | ๐.๗๐ | มากที่สุด |
| **ค่าเฉลี่ยโดยรวม** | **๔.๒๖** | **๐.๗๖** | **มากที่สุด** |

จากตารางที่ ๔.๑๘ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นของต่อประโยชน์ที่ได้รับจาก การฝึกอบรม โดยรวมในระดับมากที่สุด ($\overline{X}$ =๔.๒๖, SD.=๐.๗๖) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงจากข้อที่ค่าเฉลี่ยมากที่สุด ได้แก่ ทำให้รู้จักพระพุทธศาสนา เข้าถึงธรรมะการทำความดี การทำบุญ ทาน ศีลและภาวนา ($\overline{X}$ =๔.๘๐, SD.=๐.๕๒) ทำให้มีสติปัญญาใช้เวลาที่เหลืออย่างมีคุณค่า เพื่อการพัฒนาตนเอง ไม่ทำผิดวินัยขณะต้องโทษ ($\overline{X}$ =๔.๘๐, SD.=๐.๕๒) ทำให้เข้าใจชีวิตว่ามี ความเป็นอนิจจัง ทุกขังและอนัตตาเกิดความตั้งมั่นในการทำความดีหลีกหนีความชั่ว ละความยึดมั่นในตัวตนได้ ($\overline{X}$ =๔.๗๕, SD.=๑.๑๐), ทำให้จิตมีคุณภาพสามารถมองโลกในแง่ดี เห็นคุณค่าเวลาที่เหลืออยู่ ช่วยเหลือตนเอง ชนะใจตนเองมีความประพฤติอันพึงประสงค์ และมีความหวัง รักตนเอง ครอบครัว สำนึกผิด ($\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๗๐) มีความเชื่อมั่นเรื่องกฎแห่งกรรม บาป บุญ คุณโทษ ได้ที่พึ่งทางใจ ได้กัลยาณมิตรที่คอยให้คำแนะนำ ช่วยเหลือในทางที่ถูกต้อง ($\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๗๐), ทำให้มีสติสัมปชัญญะ ยอมรับการกระทำผิดของตนเอง คลายความตึงเครียด ความวิตกกังวล ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น สามารถอยู่กับปัจจุบันได้ดี จิตไม่ฟุ้งซ่าน ($\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๖๐), ทำให้เห็นความทุกข์ของตนเอง และผู้อื่นตามความเป็นจริงเกิดความรัก ความเมตตาต่อตนเองเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ ($\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๗๐) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากได้แก่ สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองให้อยู่ในระเบียบวินัยของเรือนจำ กรอบศีลของ ๕ และสามารถนำหลักธรรม มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๗๐), ทำให้รู้จักหลักการดำเนินชีวิตที่มีความสุข รู้จักปล่อยวาง จิตใจผ่องใส พบสัจธรรม เห็นความไม่เที่ยงของชีวิตและสรรพสิ่งต่างต่างๆ ความยึดมั่น คลายทุกข์ นอนหลับมีสติอยู่กับตัว ($\overline{X}$ ๓.๖๐, SD.=๐.๙๐), ทำให้รู้จักหลักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม มีความสุข รู้จักปล่อยวาง จิตใจผ่องใส พบสัจธรรมความไม่เที่ยงของชีวิตและสรรพสิ่งต่างละความยึดมั่นคลายทุกข์ เข้าใจชีวิตมากขึ้น ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๙๐) ทำให้เห็นคุณค่าของการรักษาศีล ๕ และหลักธรรมอื่น เช่น ฆราวาสธรรม จริต ๖ มหาสติปัฏฐาน ๔ อริยสัจ ๔ เบญจศีล เบญจธรรม ทิศ ๖ ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๕๙) สามารถนำหลักการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง และมุ่งมั่นศรัทธาอย่างแท้จริง ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๑.๒๐) ตามลำดับ

**๔.๒.๒.๒ ศึกษาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง หลังผ่านกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธ**

เป็นการศึกษาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง โดยการสอบถามความคิดเห็นของผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่าง ต่อการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังแนวพุทธ และผลที่ได้รับจากการเข้าอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรมของเรือนจำกลางระยอง สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ต้องขังกลุ่มเป้าหมาย ๑๐ คน ภายหลังผ่านการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรม ๓ เดือน สรุปผล ดังนี้

**๑. ด้านร่างกาย** ผู้ต้องขังที่ผ่านการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โครงการเรือนจำเรือนธรรม สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพเรือนจำได้ง่ายขึ้น ปราศจากข้อกัด การกินอยู่หลับนอนง่าย จะเห็นได้จากพฤติกรรมการซื้ออาหาร สิ่งของฟุ่มเฟือยจากร้านค้าสวัสดิการลด

น้อยลง[๑๘] รับประทานอาหารทานอาหารที่เรือนจำจัดให้ ซึ่งถือว่าเพียงพอแล้ว การซื้ออาหารจากร้านสวัสดิการ มีบ้างนานๆ ครั้ง ร่างกายปรับตัวกับชีวิตในเรือนจำได้ การใช้ชีวิตประวัน กับเพื่อนผู้ต้องขัง เช่น การอาบน้ำ เข้าห้องน้ำ ไม่มีการกระทบกระทั่งกับเพื่อนผู้ต้องขังอีก โดยเฉพาะในช่วงฝึกอบรมที่เป็นกลุ่มผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกัน จะไม่มีการกระทบกระทั่งกันจะอยู่แบบถ้อยทีถ้อยอาศัย สำรวมระวังกาย วาจา ใจ[๑๙] สุขภาพร่างกายโดยรวมดีขึ้น นอนหลับสบายแม้จะอยู่ในสภาพแวดล้อมเดิมเรือนนอนเดิม[๒๐] ตั้งแต่เข้ามาอยู่ในเรือนจำนอนหลับยากมาก เวลากลางคืนบนเรือนนอนเป็นช่วงที่ทรมานที่สุด จิตใจฟุ้งซ่านคิดถึงเรื่องปัญหาที่กำลังประสบอยู่ คิดถึงบ้าน ครอบครัว ทำให้นอนไม่หลับ ประกอบกับสภาพการนอน ที่เบียดเสียดกับผู้ต้องขังอื่น ๆ ทำให้นอนไม่หลับส่งผลต่อสุขภาพ หมอต้องสั่งยานอนหลับให้ทานจึงจะหลับได้ เวลาหลับชอบฝันร้าย ฝันถึงครอบครัว เหตุการณ์ซ้ำๆ ตกใจตื่น นอนต่อไปไม่ได้ พอได้เข้าอบรมเจริญสติแล้วนอนหลับง่าย หลับลึกและตื่นเช้าเป็นเวลา ตื่นมาก็กำหนดสติ นอนปฏิบัติจนกว่าจะถึงเวลาปล่อยขัง นอนหลับไม่ฝันร้าย[๒๑] สุขภาพร่างกายโดยรวมแข็งแรงขึ้นมาก อาการปวดหัวที่เป็นบ่อยๆ หายไปพอผ่านการอบรมปฏิบัติธรรมแบบเข้มข้น ๒๐ วัน อาการปวดหัวไม่กลับมาเป็นอีก[๒๒] โรคภูมิแพ้มีอาการกำเริบหนักช่วงที่เข้าอยู่ในเรือนจำไม่กลับมาเป็นอีก ร่างกายแข็งแรงขึ้นมาก ครอบครัวมาเยี่ยมบอกว่าแข็งแรง หน้าตาสดใส พ่อแม่มาเยี่ยมบอกว่าสบายใจ หายห่วง[๒๓] มีอาการเจ็บป่วยจากลิ้นหัวใจรั่วตั้งแต่กำเนิด ช่วงต่อสู้คดีอาการทรุดหนักมาก พอติดคุกยิ่งเป็นหนักขึ้นอีก ต้องออกโรงพยาบาลทุกสัปดาห์ พอได้เข้าอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรม ๒๐ วันต่อเนื่องทำให้สภาพร่างกายจิตใจแข็งแรงมากขึ้น ไม่ต้องออกไปพบหมอทุกสัปดาห์แล้ว

ประสบการณ์ในการปฏิบัติเจริญสติในช่วงสัปดาห์แรก เกิดความทุกข์ทางกายหนักมาก แทบจะทนไม่ไหว แต่จิตใจสู้ไม่ย่อท้อต่อทุกขเวทนาทางกาย เชื่อมั่นในการปฏิบัติและคำแนะนำของพระอาจารย์ที่สอน พอผ่านทุกข์ไปได้แต่ละครั้งร่างกาย จิตใจเบาสบาย ความเจ็บป่วยก็เหมือนจะค่อยๆ หายไป ดิฉันเชื่อมั่นว่าเป็นผลจากการปฏิบัติธรรม คุณแม่ดิฉันมาเยี่ยมเห็นความเปลี่ยนแปลงของดิฉัน ท่านก็เชื่อว่าเป็นผลของการปฏิบัติธรรมเจริญสติ ดิฉันได้แนะนำวิธีปฏิบัติเจริญสติแก่คุณแม่และขอให้พระอาจารย์แนะนำคุณแม่ด้วย คุณแม่ได้ปฏิบัติตามและมีความก้าวหน้าในทางปฏิบัติ ท่านสุขภาพแข็งแรงขึ้น ในวัยเจ็ดสิบกว่าปี ท่านขับรถพาลูกชายมาเยี่ยมดิฉันทุกเดือนไม่เคยขาด[๒๔] ตอนนี้ไม่ยึดติดกับเรื่องความสะดวกสบายข้างนอก จิตใจอยู่กับปัจจุบันที่อยู่ในเรือนจำ เร่งทำความดีให้เกิดขึ้นกับตัวเอง ด้วยการตั้งใจทำหน้าที่การงานที่เรือนจำมอบหมายให้ดีที่สุด พยายามเรียนรู้

---

[๑๘] สัมภาษณ์ นางสาวผกามาศ แสนมุข, เจ้าหน้าที่ควบคุมแดนหญิงเรือนจำกลางระยอง, ๓๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๑๙] สัมภาษณ์ นญ,๑, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๐] สัมภาษณ์ นญ,๒, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๑] สัมภาษณ์ นญ,๓, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๒] สัมภาษณ์ นญ,๕, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๓] สัมภาษณ์ นญ,๔, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๔] สัมภาษณ์ นญ,๖, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

ฝึกหัดทักษะงานฝีมือต่างๆ ที่มีสอนในเรือนจำ เพื่อจะได้เป็นความรู้ติดตัว ใช้ประกอบอาชีพภายหลังพ้นโทษ ไม่ต้องไปรับจ้างทำงานบริษัทหรือโรงงาน ตอนนี้ สามารถนวดแผนไทย ทำขนมเบเกอรี และงานฝีมืออีกหลายอย่างที่ฝึกหัดเรียนรู้ในเรือนจำ และได้สมัครเรียนต่อตั้งใจจะเรียนในระดับที่สูงที่สุดเท่าที่ทำได้ ด้านค่าใช้จ่าย มีรายได้จากเงินปันผลจากการทำงานในเรือนจำ และเก็บไว้ใช้ อย่างประหยัดไม่รบกวนขอเงินจากทางบ้าน รู้สึกมีความภูมิใจในตัวเอง คิดว่าถ้าเราคิดได้แบบนี้ตั้งแต่อยู่ข้างนอก ชีวิตคงจะไม่ผิดพลาด[๒๕] การปฏิบัติธรรมเจริญสติเป็นการฝึกฝนพัฒนาที่กายและใจของเราตอนนี้ไม่ว่าจะทำกิจกรรมอะไร จะยืนเดิน นั่งนอนหรือทำงานที่ได้รับมอบหมายจะมีสติกำกับ การทำงานต่างๆ เป็นการทำหน้าที่ ใจสั่งให้ทำให้ดีที่สุด มีความสุขจากการที่ได้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ เวลาว่างจากการทำงาน จากเดิมที่ชอบจับกลุ่มกับเพื่อนๆ นั่งพูดคุย ใช้ชีวิตไปวันๆ เลิกทำแล้ว อยากอยู่กับตัวเอง หาเวลาปฏิบัติเจริญสติ คิดทบทวนตัวเอง มันเหมือนได้ค้นพบทางปฏิบัติตนว่า เราควรปฏิบัติตนอย่างไร[๒๖]

**๒. ด้านจิตใจ** จากการสัมภาษณ์ผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่าง พบว่า การเข้ามารับโทษในเรือนจำ เป็นความทุกข์ทางใจอย่างแสนสาหัส จากคนปกติกลายเป็นคนคิดมาก ฟุ้งซ่าน วิตกกังวล ไม่มีสติ สมาธิในการดำเนินชีวิต ทำใจกับชีวิตในเรือนจำไม่ได้ มีความทุกข์ทรมานจิตใจเหมือนตายทั้งเป็น เสียใจและโทษตนเองที่ก้าวผิดพลาดทำให้ชีวิตต้องเสียหาย มาติดคุกตะราง จบอนาคตตัวเอง ในใจมีความคิดโกรธแค้นอาฆาตคนที่ทำให้เราต้องเข้ามารับเคราะห์กรรมในเรือนจำ[๒๗] เป็นความทุกข์ใจอย่างแสนสาหัสทั้งตนเองและครอบครัว ทุกข์จนไม่อยากมีชีวิตอยู่ คิดว่าถ้าตายคงจะดีไม่ต้องรับรู้อะไร[๒๘] พอได้ปฏิบัติธรรมเจริญสติปัฏฐาน ๔ ใจเย็นขึ้นมาก มีความสุขกับสภาพที่เป็นอยู่ คนที่เคยผูกโกรธ คิดอาฆาตตอนนี้ให้อภัยเขาได้ ไม่คิดมากฟุ้งซ่านเหมือนเมื่อก่อน พอความคิดเกิดขึ้นก็ตัดได้ สภาพจิตใจเข้มแข็ง มีสมาธิ มีสติในการดำเนินชีวิต ดิฉันได้ทบทวนตัวเองพิจารณาตัวเอง ได้หลักคิดทำให้รู้แยกแยะ ผิดชอบชั่วดี เห็นคุณค่าของการต้องโทษครั้งนี้...มีสติตั้งอยู่กับปัจจุบัน ทำปัจจุบันให้ดีที่สุดเพื่อให้พ่อ แม่และคนที่รักเรามีความสุข ตอนนี้มีศาสนาเป็นพึ่งทางใจ เข้าใจหลักพระพุทธศาสนา เข้าใจกฎแห่งกรรม ใครทำอะไรได้รับผลนั้นแน่นอน เห็นการชดใช้กรรม กรรมส่งผลมันหนักหนามากกว่าการติดคุก ไม่อยากทำบาปกรรมแม้แต่เล็กน้อยก็ตาม[๒๙] เมื่อได้อบรมปฏิบัติธรรมเจริญสติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ มีความสุขใจมาก สภาพจิตใจเข้มแข็ง จากเดิมเป็นคนใจร้อนมาก ตอนนี้ใจเย็น มีเหตุผล มีสติอยู่กับตัวเอง จิตใจไม่วุ่นวายเหมือนก่อน เวลาจะทำอะไรก็มีความคิด มีสติขึ้นมากำกับอยู่เสมอ ทำให้ไม่เบื่อหน่ายใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่กำลังทำ เจ้าหน้าที่มอบหมายให้ทำอะไรก็ทำได้ดี สามารถรับคำสั่งและปฏิบัติตามได้ไม่สับสน เวลามีข่าวคราวต่างๆ มาจากครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นข่าวดีหรือไม่ดี ใจก็ตั้งรับได้อย่างเป็นปกติ สงบนิ่ง[๓๐] ก่อนเข้าปฏิบัติธรรม ดิฉันไม่เคยรู้เลยว่า ธรรมะ

---

[๒๕] สัมภาษณ์ นญ,๘, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๖] สัมภาษณ์ นญ,๒, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๗] สัมภาษณ์ นญ,๓, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๘] สัมภาษณ์ นญ,๗, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๒๙] สัมภาษณ์ นญ,๙, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๓๐] สัมภาษณ์ นญ,๑๐, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

ในพระพุทธศาสนาคืออะไร เพราะดิฉันเป็นคนมุสลิม ดิฉันเป็นทุกข์ใจร้องไห้แทบทุกวันเพื่อนสงสารชวนมาปฏิบัติธรรม เพราะเห็นว่าดิฉันมีความทุกข์ใจมาก เพื่อนบอกว่าได้มาอบรมปฏิบัติธรรมเจริญสติแล้วชีวิตดีขึ้น ดิฉันไม่มีทางออกกับความทุกข์ จึงเชื่อเพื่อนมาสมัครเข้าอบรม ตั้งใจปฏิบัติตั้งแต่ครั้งแรก ได้รับผลจากการปฏิบัติ...ดิฉันดีใจมากที่สุด ไม่สามารถพูดบรรยายได้ การปฏิบัติมีทุกข์ทางกายหนักมากแต่ก็ปฏิบัติจนผ่านทุกข์ได้พบความสุขทางใจ มีสติอยู่กับตัว เข้าใจกฎแห่งกรรมใครทำอะไรไว้ก็ต้องได้รับผลจากการกระทำของตนเอง เข้าใจคำว่าได้ดวงตาเห็นธรรม ถ้าอยู่ข้างนอกคงไม่มีโอกาสแบบนี้ ธรรมะปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ใครนอบน้อมตั้งใจปฏิบัติจริงก็จะเห็นผลจริง[๓๑] ทำให้จิตใจสงบเย็น มีสติ ไม่คิดวิตกกังวลกับอดีต อนาคต ความคิดเปลี่ยนเป็นคนใหม่ เปลี่ยนแปลงมากจากการได้ปฏิบัติ ได้เห็นทุกข์และผ่านความทุกข์จากสภาวะที่เกิดขณะปฏิบัติได้ ทำให้จิตใจเข้มแข็ง จากที่ไม่เคยเชื่อบาปบุญคุณโทษ พอได้ประสบกับตัวเองจากการปฏิบัติทางจิตมีความเชื่อเกิดขึ้น เห็นความผิดพลาดของตัวเอง สำนึกในความผิด เกรงกลัวบาป ไม่กล้าทำบาปกรรม ทำความชั่วอีกแล้ว จิตใจความคิดเปลี่ยนไปจากที่เคยเห็นแก่ตัวเอง เรียกร้องให้คนอื่นทำเพื่อตัวเอง ก็มาคิดถึงคนอื่นว่า เขาจะลำบากไหม คิดอยากจะทำเพื่อคนอื่น อย่างน้อยที่สุดทำให้สบายใจ จากที่เคยเรียกร้องให้แม่มาเยี่ยมบ่อย ๆ ตอนนี้ไม่เรียกร้องแล้ว รู้สึกสงสารแม่มาก เป็นห่วงท่านจะลำบากจากการเดินทาง และต้องมารอคิวเยี่ยม จะใช้วิธีเขียนจดหมายไปหาทางบ้านแทนการให้แม่ พ่อ พี่ มาหา ปฏิบัติธรรมแผ่เมตตาให้พ่อ แม่ ลูกและพี่น้องทุกวัน คิดว่าเป็นสิ่งที่สามารถตอบแทนบุญคุณได้ดีที่สุด ถึงวันนี้อยากขอบคุณเรือนจำกลางระยองที่ให้ชีวิตใหม่ ให้ปัญญาเป็นอาวุธให้เราได้ใช้ต่อสู้กับกิเลสในใจของเรา ความโลภโกรธ หลง ความอยากมีอยากได้ ตอนนี้แยกแยะผิดชอบชั่วดีได้แล้ว จะขอเดินบนถนนคนดี[๓๒]

**๓. ด้านสังคม** ผู้ต้องขังที่ผ่านกระบวนการอบรมปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โครงการเรือนจำเรือนธรรมส่วนใหญ่ ได้สะท้อนความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตด้านสังคม ภายหลังการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โครงการเรือนจำเรือนธรรมว่า จากที่เคยวิตกกังวลเกี่ยวกับสัมพันธภาพของตนกับสังคมภายนอก นั้น พอผ่านการปฏิบัติธรรมคลายความวิตกกังวลมีความมั่นใจในตนเอง ตั้งมั่นที่จะปฏิบัติตนให้ดี พัฒนาตนเองระหว่างต้องโทษ ทำความดี สั่งสมความดีสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง เกิดการยอมรับตนเอง หวังผลว่าจะได้รับสิ่งที่ดีตอบแทน มีเป้าหมายในชีวิต รอวันที่จะพ้นโทษ ไม่กังวลในเรื่องการยอมรับของสังคม จากการสัมภาษณ์นักโทษหญิงได้สะท้อนความเห็นว่า เลิกกังวลแล้วว่า สังคมภายนอกจะรังเกียจหรือยอมรับเราหรือไม่ เรายอมรับตัวเราเองได้ก็พอใจแล้ว ดิฉันยอมรับตัวเอง เป็นคนใหม่แล้วก็ภูมิใจแล้ว อยู่ในเรือนจำมีความสุขตามอัตภาพ ไม่เดือดร้อน ช่วยการงานเรือนจำเต็มความสามารถ ทำอะไรได้ก็อาสาทำ อยากตอบแทนบุญคุณของเรือนจำ...เมื่อพ้นโทษแล้ว มีโอกาสอยากช่วยเหลือสังคม จะแนะนำคนอื่นให้เขาปฏิบัติธรรมเจริญสติตามแนวทางที่ครูอาจารย์สอน เพราะปฏิบัติง่าย ใครตั้งใจก็จะได้รับผลกับตัวเองอย่างแน่นอน[๓๓] สังคมภายนอกจะคิดอย่างไรก็ช่าง ตั้งมั่นในใจจะเป็นคนดี มีกำลังใจมาก สติบอกตัวเองทุกวันว่า ให้ทำดีทุกวัน พอแล้วกับความไม่ดีที่ผ่านมา ให้อภัยตัวเอง ตั้งใจเริ่มต้นใหม่เป็นคน

---

[๓๑] สัมภาษณ์ นญ,๑, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๓๒] สัมภาษณ์ นญ,๒, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๓๓] สัมภาษณ์ นญ,๔, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

ใหม่ตรงนี้คือความสุข ความสุขที่ไม่ต้องพึ่งจากสังคมสิ่งรอบตัว เราห้ามความคิดใครไม่ได้ คิดแต่ว่าเราต้องทำความดี พิสูจน์ตัวเอง[๓๔] ตั้งใจว่าจะทำดีให้ถึงที่สุด ไม่ให้ใครต้องเดือดร้อน เป็นภาระของสังคม ถ้าทำอะไรช่วยเหลือสังคม ประเทศชาติได้ก็พร้อมที่จะทำ ตอนนี้อยู่ในเรือนจำขอทำหน้าที่สมาชิกสังคมเรือนจำให้ดีที่สุด อยู่ในระเบียบวินัย ช่วยเหลือการงาน ทำตนให้เป็นประโยชน์ ตอบแทนบุญคุณเรือนจำที่ได้ให้โอกาสที่ดี ประการสำคัญทำให้ได้แสงสว่างนำทางชีวิต ได้ดวงตาเห็นธรรม ตอนนี้ไม่รู้สึกอาย น้อยใจหรือเสียใจที่ตนต้องติดคุกแล้ว ยอมรับว่าเป็นเพราะเราทำเหตุไว้ไม่ดี ผลร้ายจึงเกิดกับเราเช่นนี้ หากพ้นโทษออกไปแล้วก็พร้อมที่จะนำประสบการณ์ชีวิตของตนเอง เป็นบทเรียนให้กับคนอื่นๆ ในสังคมได้ไม่ต้องผิดพลาด[๓๕]

ด้านสัมพันธภาพกับครอบครัว ผู้ต้องขังส่วนใหญ่จะมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัวสูงมาก นอกจากความกังวลห่วงใยในความเป็นอยู่ของคนในครอบครัวแล้ว ความวิตกกังวลในเรื่องสัมพันธภาพของตนกับสมาชิกในครอบครัว เป็นปัญหาที่บั่นทอนคุณภาพชีวิต ความวิตกกังวลว่าจะไม่ได้รับความรัก การดูแลใส่ใจจากคนในครอบครัว กลัวการถูกทอดทิ้งหรือถูกลืม สามีจะมีผู้หญิงอื่นเป็นต้น นักโทษหญิงกลุ่มตัวอย่างเล่าว่า เป็นทุกข์กังวลใจ หวงและห่วงสามีจะมีผู้หญิงอื่น เพราะสามีอายุยังไม่มากและตนมีโทษสูง แต่พอได้มาปฏิบัติธรรมเจริญสติ ใจที่เคยกังวลมาตลอดก็เบาไปเลย วางใจเรื่องสามีได้ คิดได้เกิดความสงสารเห็นใจสามี ไม่อยากดึงเขาไว้ ให้รอเราเพราะเราโทษสูง สามีมาเยี่ยมก็บอกเขาตรงๆ ว่าไม่ต้องรอ ถ้าเจอคนใหม่ที่ดี ก็ขอให้เริ่มชีวิตใหม่เลย...ตอนนี้รู้สึกเป็นอิสระไม่มีห่วงอะไร[๓๖] หลังจากได้ปฏิบัติธรรมเจริญสติตามหลักมหาสติฐาน ๔ อย่างต่อเนื่อง ครอบครัวเห็นความเปลี่ยนแปลง และยอมรับในตัวเราว่า เราเปลี่ยนเป็นคนใหม่แล้ว การปฏิบัติธรรมเจริญสติตามหลักมหาสติปัฏฐาน๔ ทำให้มีความสุข ได้แนะนำให้คนในครอบครัวปฏิบัติเจริญสติ พ่อแม่และสามีก็ได้ปฏิบัติตาม สมาชิกในครอบครับได้ฝึกปฏิบัติเจริญสติตามหลักมหาสติปัฏฐาน๔ จากคำแนะนำและการเห็นตัวอย่างของเรา ทำให้ดิฉันภูมิใจมาก เป็นกำไรชีวิต เป็นสิ่งที่ดีที่สุดที่เราได้ช่วยครอบครัวระหว่างที่ต้องโทษ[๓๗] ตั้งใจปฏิบัติตนสั่งสมความดีเพื่อตัวเอง เพื่อครอบครัว ตั้งใจเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ ใช้หลักธรรมในการดำเนินชีวิตจะไม่ขอยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด สิ่งผิดกฎหมายอีกเด็ดขาด[๓๘] ตั้งใจว่าจะต้องทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนให้ได้ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อาชีพ เปลี่ยนแปลงตัวเอง หลังจากที่ได้ปฏิบัติธรรมเจริญสติ ได้มีสติอยู่กับตัวเองทบทวนสิ่งที่ผ่านมา สำนึกถึงความผิดพลาดของตนเอง เห็นความรักความปรารถนาดีของพ่อแม่ มีความรู้สึกรักและเป็นห่วงพ่อ แม่และลูกมากที่สุด และได้กราบขอขมาโทษต่อพ่อ แม่ พี่น้อง ซึ่งทุกคนให้อภัยและคอยเป็นกำลังใจ ตอนนี้ตั้งใจทำความดีให้ถึงที่สุด ถ้าพ้นโทษจะกลับไปดูแลพ่อ แม่ ลูก ไปทำหน้าที่ของเรา ไม่ทำตัวเหมือนเมื่อก่อนต้องโทษ

---

[๓๔] สัมภาษณ์ นญ,๕, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๓๕] สัมภาษณ์ นญ,๖ ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๓๖] สัมภาษณ์ นญ,๙, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๓๗] สัมภาษณ์ นญ,๑๐, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๓๘] สัมภาษณ์ นญ,๓, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

นึกเสียดายเวลาที่ผ่านมา “ทำไมเราคิดแบบนี้ไม่ได้” เวลาปฏิบัติธรรมทุกครั้ง ตั้งจิตอธิษฐานขอให้ได้มีโอกาสกลับออกไปทำหน้าที่ลูกที่ดีต่อพ่อแม่ และทำหน้าที่แม่ที่ดีของลูก[๓๙]

ด้านสัมพันธภาพระหว่างผู้ต้องขังด้วยกัน ผู้ต้องขังสะท้อนความเห็นว่า แต่เดิมเป็นไปในลักษณะต่างคนต่างอยู่ ไม่มีใครไว้วางใจใคร ทุกคนล้วนมีปัญหา ภายใต้ข้อจำกัดของเรือนจำส่งผลให้เกิดความขัดแย้งกัน แย่งกันกินแย่งกันใช้ บางครั้งทำให้ทะเลาะกันหลังจากได้เข้าอบรมปฏิบัติธรรมด้วยกัน ทำให้เข้าใจและเห็นใจกัน เห็นว่าทุกคนล้วนมีความทุกข์ เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ มีอะไรก็แบ่งปันช่วยเหลือกัน[๔๐] พอเข้าอบรมปฏิบัติธรรมทำให้มีเพื่อนสนิท แยกแยะได้ว่าเราควรไว้วางใจใครในเรือนจำ จะมีกลุ่มเพื่อนแนะนำพูดคุยเรื่องการปฏิบัติธรรม แนะนำเรื่องที่ดีๆ กับเพื่อนผู้ต้องขังอื่นๆ พอช่วยอะไรได้ก็ช่วย ถือว่าทุกคนเป็นเพื่อนร่วมทุกข์ด้วยกัน[๔๑] พอเราปฏิบัติเจริญสติสม่ำเสมอมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติ จะมีกลุ่มเพื่อนที่ชอบทางปฏิบัติธรรมพูดคุยสนทนาธรรม เป็นญาติธรรมผู้ต้องขังที่สนใจการปฏิบัติ หรือบางคนมีปัญหาทุกข์ใจก็จะมาพูดคุย ปรึกษา ปรับทุกข์ ก็ให้คำแนะนำให้เขาปฏิบัติธรรมจะได้ผ่านความทุกข์ให้ได้เหมือนที่เราเคยผ่านมาก่อน ดิฉันถือเอาการปฏิบัติเจริญสติเป็นแนวทางดำเนินชีวิต แนะนำให้ปฏิบัติทุกวัน ทุกเวลา แม้แต่ทำงานก็กำหนดสติได้[๔๒] กับเพื่อนที่เป็นคู่คดีเข้ามาด้วยกัน เดิมทีเพื่อนจะโกรธมากเพราะเขาต้องติดคุกเพราะเรา พอได้ปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรมด้วยกัน มีความเข้าใจกฎแห่งกรรมทำให้เข้าใจกันมากขึ้น สำนึกถึงความผิดพลาดที่ผ่านมา ได้เปิดใจกราบขอขมาโทษเพื่อนขออโหสิกรรมที่เป็นต้นเหตุให้เพื่อนเดือดร้อนได้รับเคราะห์กรรม ซึ่งได้รับการอโหสิกรรมจากเพื่อนและครอบครัว ทำให้สบายใจ[๔๓] พอได้เขาร่วมโครงการทำให้คุ้นเคยกับพี่ ๆ ป้า ๆ คนที่เขาโตกว่า คอยแนะนำในทางที่ดี สิ่งที่ดีแก่เราก็จำไว้ สังคมในเรือนจำมีมุมที่ดีเพิ่มขึ้น มีความรัก ความห่วงใย การดูแลเอาใจใส่ การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยเฉพาะกลุ่มที่อบรมปฏิบัติธรรมด้วยกัน จะดีมากส่งเสริมในทางที่ดี ให้เรารู้จักทำใจให้สงบ ให้เห็นคุณค่าของชีวิต ชวนพูดคุยธรรมะไม่นินทาว่าร้ายใคร ได้มีโอกาสช่วยเหลือผู้ต้องขังด้วยกันเวลาไม่สบาย เห็นคุณค่าของชีวิตเมื่อได้ช่วยคนอื่น และได้ช่วยการงานของเรือนจำ[๔๔] การปฏิบัติธรรมทำให้เข้าใจเพื่อนผู้ต้องขังมากขึ้น จากเดิมที่เป็นคนอารมณ์ร้อนขัดแย้งคนไปทั่ว ตอนนี้ไม่ขัดแย้ง ไม่โต้แย้งกับใคร จิตเมตตาสงสาร เห็นใจ มีอะไรที่พอจะช่วยได้ก็อยากช่วย เรือนจำได้มอบหมายให้ช่วยเหลือ ให้คำแนะนำผู้ต้องขังที่มีปัญหาสุขภาพกาย สุขภาพจิต การปรับตัวในเรือนจำ โดยใช้ประสบการณ์ของเราที่ผ่านมาทั้งทางโลกและทางธรรม รู้สึกภูมิใจว่าชีวิตมีคุณค่ามากขึ้น ได้เป็นตัวอย่างให้คนอื่น ได้รับการยอมรับจากเจ้าหน้าที่และเพื่อนผู้ต้องขัง เป็นผลจากการปฏิบัติธรรมเจริญสติ ตั้งใจว่าจะไม่ทำให้นายและเพื่อนผู้ต้องขังเดือดร้อน จะเป็นคนดีของสังคม[๔๕]

---

[๓๙] สัมภาษณ์ นญ,๑, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๐] สัมภาษณ์ นญ,๓, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๑] สัมภาษณ์ นญ,๕, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๒] สัมภาษณ์ นญ,๖, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๓] สัมภาษณ์ นญ,๗, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๔] สัมภาษณ์ นญ,๙, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๕] สัมภาษณ์ นญ,๒ ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

ด้านสัมพันธภาพกับเจ้าหน้าที่เรือนจำ พอผ่านการฝึกปฏิบัติธรรมเจริญสติ ผู้ต้องขังมีความคิดเป็นบวกต่อเรือนจำและเจ้าหน้าที่เรือนจำ มีความเข้าใจและยอมรับเหตุผลที่ต้องมาใช้ชีวิตในเรือนจำ มีความรู้สึกผูกพันและสำนึกในบุญคุณของเรือนจำ มองเห็นว่าเป็นสถานที่อยู่อาศัยในยามยาก ให้ความคุ้มครองให้ปลอดภัย ให้สวัสดิการ ความเป็นอยู่ในทุกด้าน ให้ความสะดวกในการเข้าถึงสิทธิต่างๆ ของผู้ต้องขัง ผู้ต้องขังคนหนึ่งกล่าวว่า ถ้าหากไม่โดนจับเข้ามาอยู่ในเรือนจำ อาจจะไม่มีชีวิตรอดมาถึงวันนี้[๔๖] ตั้งใจทำความดีต่อเรือนจำ ด้วยการช่วยเหลือการงานอย่างเต็มความสามารถ ปฏิบัติตามกฎ ระเบียบเรือนจำ สำนึกในบุญคุณที่ให้ชีวิตใหม่ มาอยู่เรือนจำทำให้ได้เจอธรรมะ อยู่ข้างนอกคงไม่มีโอกาสเช่นนี้ การได้รับมอบหมายให้ช่วยการงานของเรือนจำ คือ การได้ตอบแทนบุญคุณ ก็ตั้งใจทำหน้าที่อย่างเต็มที่ เหมือนงานเราเอง รู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า[๔๗] อยู่ภายในเรือนจำปฏิบัติเจริญสติต่อเนื่องไม่ขาด เป็นกิจวัตรประจำวัน การปฏิบัติตามกฎ ระเบียบของเรือนจำ เป็นเรื่องปกติของชีวิต การช่วยเหลือการงานเรือนจำ ตามที่ได้รับมอบทำอย่างเต็มที่เหมือนเราทำงานของครอบครัว ... อยากตอบแทนบุญคุณเรือนจำ ตอบแทนบุญคุณผู้บัญชาการเรือนจำและเจ้าน้าที่ที่ให้โอกาสให้ชีวิตใหม่ ให้ได้พบสิ่งที่ดีในความโชคร้าย มันมีคุณค่ามากที่สุด แม้แต่พ้นโทษออกไปแล้ว จะตั้งใจทำความดีต่อครอบครัว สังคม ประเทศชาติต่อแผ่นดิน ไม่ให้เสียที ที่ได้เกิดมาเป็นคนในชาตินี้[๔๘] ตั้งใจปฏิบัติตามกฎ ระเบียบของเรือนจำ และวินัยผู้ต้องขัง ได้รับความเมตตาจากผู้คุมมอบหมายหน้าที่ให้รับผิดชอบทำให้ภูมิใจว่า เราได้ทำตนให้เป็นประโยชน์ เวลามีการฝึกอบรมต่างๆ มีความตั้งใจอบรมเพื่อนำไปประกอบเป็นอาชีพภายหลังพ้นโทษ จะได้มีอาชีพจะไม่ยุ่งกับยาเสพติดอีกเด็ดขาด[๔๙] สังคมผู้ต้องขังมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกันในฐานะเพื่อนร่วมทุกข์ ผลจากการสำรวมระวังกาย วาจา ใจทำให้การกระทบกระทั่งลดน้อยลง สังคมเรือนจำเป็นสังคมถ้อยทีถ้อยอาศัย มีความผูกพันรักใคร่ ปรารถนาดีต่อกัน

**๔.๒.๓ การวิจัยตามวัตถุประสงค์ ข้อ ๓ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ**

จากการศึกษาวิเคราะห์และได้ประมวลความรู้ (knowledge codification) จากข้อมูลในเนื้อหาในบทที่ ๒ และที่ ๓ ที่ผู้วิจัยได้ทำการสังเคราะห์ มาทั้ง ๒ หัวข้อ ดังได้นำเสนอมาแล้วตามลำดับ คือ สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังจากแนวคิด ทฤษฎีต่าง ๆ แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการกระทำความผิดตามแนวคิดตะวันตก และในด้านของกรมราชทัณฑ์ เช่น การปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดโดยใช้ระบบเรือนจำ แนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ในอีกข้อหนึ่งเป็นแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตแนวพุทธ หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต หลักธรรมเกี่ยวกับการกระทำผิดตามแนวพุทธ กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ

---

[๔๖] สัมภาษณ์ นญ,๓, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๗] สัมภาษณ์ นญ,๖, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๘] สัมภาษณ์ นญ,๗, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

[๔๙] สัมภาษณ์ นญ ๘, ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการ, ๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

ในส่วนขององค์ความรู้ ผู้วิจัยต้องการค้นหาคำตอบว่า องค์ความรู้ในด้านแนวคิด ทฤษฎีต่าง ๆ เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตจะสามารถประยุกต์ให้เข้ากับหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยได้สังเคราะห์องค์ความรู้ใหม่ เรียกว่า **แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ** ทั้งส่วนที่เป็นภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่สามารถนาไปพัฒนาตนเองและสังคม เช่น การส่งเสริมให้มีการทำกิจกรรมเพื่อสังคม หรือการส่งเสริมความรู้เรื่องความสัมพันธ์ที่อิงอาศัยเพื่อให้เกิดจิตสานึกเพื่อส่วนรวม เป็นต้น การพัฒนาตนเองจะทำให้เกิดความสุข ความสงบ และสามารถพัฒนาตนเองสู่ขั้นสูงสุดคือการหลุดพ้นได้ นอกจากนี้ ยังสามารถนาไปพัฒนาเพื่อความสงบสุขของสังคมได้อีกด้วย

๔.๒.๓.๑ ในด้านทฤษฎี

เป็นการบูรณาการระหว่าง แนวคิดทฤษฎีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามศาสตร์ตะวันตกและทางวิชาการอาชญวิทยา สุขภาพจิต แนวคิดและหลักการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพตามหลักสากล กฎระเบียบสำหรับผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ซึ่งผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ มาสนับสนุน และประยุกต์เข้ากับหลักธรรมจากพระพุทธศาสนาพุทธ ได้แก่การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา บุญกิริยาวัตถุ ๓ ทาน ศีล ภาวนา ศีล ๕ และฆราวาสธรรม ๔ ข้อปฏิบัติเพื่อความดีงามเบื้องต้น ได้แก่สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ

๔.๒.๓.๒ ภาคปฏิบัติ

เป็นการปฏิบัติธรรมในหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ตามที่ได้มีโครงการเรือนจำเรือนธรรมมาแล้วนั้น การพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ สังคมตามแนวทางมหาสติปัฏฐาน ๔ เพื่อการพัฒนาคนให้เปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์ตามที่สังคมต้องการ โดยมุ่งเน้นกาสร้างปัญญา ตามหลักพระพุทธศาสนาที่มีหลักคำสอนเรื่องต้นเหตุการทำผิดเกิดจากใจมิกิเลสการจะฆ่ากิเลสได้ มีวิธีการเดียวคือทางสายเอก การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานหรือการปฏิบัติจิตตภาวนา ทำให้มีสมาธิเป็นเบื้องต้น ก็เป็นทางสร้างปัญญาเช่นกัน เพราะฉะนั้น การที่เรือนจำกลางระยองได้จัดอบรมพัฒนาจิตใจด้วยการปฏิบัติธรรมจึงเป็นการเดินนโยบายถึงวิธีเพียงแต่ผู้วิจัยจะเสนอการปฏิบัติเพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์สูงสุดโดยรวมในการจัดอบรมที่ต้องมีความเอาใจใส่ในทุกขั้นตอนในฐานะที่ผู้วิจัยเคยเป็นเจ้าหน้าที่รับผิดชอบการสร้างหลักสูตรและจัดโครงการอบรมมามากกว่า ๑๐ ปีและเคยปฏิบัติหน้าที่เป็นเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ประจำฝ่ายการศึกษาของเรือนจำกลางระยองมาประมาณ ๔ ปี จึงมีความเข้าใจในข้อจำกัดของเรือนจำกลางระยองเช่น เจ้าหน้าที่ไม่เพียงพอ ภารกิจมาก ผู้ต้องขังมีจำนวนมาก เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยเห็นว่าหากเปลี่ยนวิกฤติเป็นโอกาส ก็จะสามารถช่วยกันพัฒนาผู้ต้องขังให้เป็นคนดีได้

## ๔.๓ องค์ความรู้ในการวิจัย

### ๔.๓.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

เปรียบเทียบวิธีการปฏิบัติตนในเรือนจำและการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังหญิง

**ตารางที่ ๔.๑๙** ตารางเปรียบเทียบวิถีการปฏิบัติตนในเรือนจำ และการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังหญิง

| การพัฒนาคุณภาพชีวิต | กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่กรมราชทัณฑ์ดำเนินการ | การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรม |
|---|---|---|
| ๑) ทางด้านกายภาพ (ภายภาวนา) | - ฝึกการบริหาร การเล่นกีฬา และนันทนาการอื่นๆ<br>- รับประทานอาหารตามเวลา<br>- การดูแลรักษาความสะอาดร่างกาย เครื่องแต่งกาย เครื่องนอน สถานที่ในทัณฑสถาน<br>- การพักผ่อนหลับนอน | - การชำระร่างกายให้สะอาด<br>- การนุ่งชุดขาวเพื่อถือบวชเนกขัมมะ<br>- การสำรวมหรือระมัดระวังการกระทำทางกายมิให้รบกวนผู้ปฏิบัติธรรม<br>- การเดินจงกรมอย่างมีสติ<br>- การรับประทานเป็นเวลา โดยฝึกจิตให้รู้จักประมาณและมีสติกำหนดรู้ในการรับประทาน<br>- การผักผ่อนหรือการนอนให้มีสติกำหนดรู้ |
| ๒) ด้านกฎ กติกา ระเบียบ ข้อบังคับ (ศีลภาวนา) | - การเคารพธงชาติ<br>- การรับฟังการอบรมจากเจ้าหน้าที่<br>- การปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำในฐานะผู้ต้องขังโทษประหารชีวิต<br>- การทำงานหรือกิจกรรมประจำวันตามตารางเวลาภายใต้การควบคุมของเจ้าหน้าที่ | - การมีสติการกำหนดรู้สาระของศีล ๘<br>- การให้ความเคารพ<br>- พระรัตนตรัยและพระวิปัสสนาจารย์ที่ให้การฝึกอบรม<br>- การทำกิจวัตรประจำวันผู้ปฏิบัติควรให้เป็นไปด้วยความมีสติและก่อให้เกิดบุญแก่จิตใจของตนเองอย่างแท้จริง โดยมิต้องให้ใครมาบังคับร่างกายหรือจิตใจของตนเองแต่อย่างใด |
| ๓) ด้านการอบรมพัฒนาจิตใจ (จิตตภาวนา) | - ฟังการอบรมศีลธรรมจริยธรรมจากพระสงฆ์หรือเจ้าหน้าที่<br>- การเข้าร่วมปฏิบัติธรรมตามโครงการที่กรมราชทัณฑ์จัดขึ้น<br>- การปฏิบัติศาสนกิจก่อนนอน | - การมีสติกำหนดการฟังธรรมบรรยายจากพระวิปัสสนาจารย์เพื่อทำความเข้าใจสาระแห่งธรรมและจิตมีสมาธิ<br>- การตั้งใจสวดมนต์โดยให้มีสติกำหนดรู้ความหมายของบทสวดมนต์<br>- การตั้งใจปฏิบัติธรรมด้วยการมีสติกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ (ยืน เดิน นั่ง นอน) และอิริยาบถย่อย (กิน เหยียด คู้ กุ้ม เงย ฯลฯ) เพื่อพัฒนาจิตใจให้รู้เท่าทันสิ่งหลายตามความเป็นจริงว่า สรรพสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่มีตัวตน |

| การพัฒนาคุณภาพชีวิต | กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่กรมราชทัณฑ์ดำเนินการ | การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรม |
|---|---|---|
| ๔) ด้านการพัฒนาสติปัญญา (ปัญญาภาวนา) | - การศึกษาสายสามัญ<br>- การเรียนธรรมศึกษา<br>- การเรียนและฝึกอบรมวิชาชีพ | - การศึกษาปฏิบัติอาศัยกายของผู้ปฏิบัติเป็นห้องเรียนรู้<br>- การพัฒนาสติปัญญาของผู้ปฏิบัติต้องอาศัยจิตใจที่สมบูรณ์ด้วยสติ และความเพียรพยายามในกำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของรูป-นาม จนจิตเกิดปัญญารู้เท่าทันตามความเป็นจริงและปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในขันธ์ ๕ อันเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ |

จากตารางเปรียบเทียบวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังในเรือนจำและการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการ (แบบใหม่) ของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดของกรมราชทัณฑ์ จะเห็นว่ามีวิธีการที่เหมือนและต่างกันในบางเรื่อง เช่น การไหว้พระสวดมนต์นั่งสมาธิก่อนนอนเป็นวิถีการปฏิบัติในการพัฒนาจิตใจตามหลักพระพุทธศาสนาอยู่แล้ว การปฏิบัติกิจส่วนตัว เช่น การอาบน้ำ การรับประทานอาหาร การรักษาพยาบาล การฝึกวิชาชีพ การเรียนหนังสือ เป็นต้น ซึ่งต้องใช้อิริยาบถต่าง ๆ ในการเคลื่อนไวร่างกาย แต่หากผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดปรับประยุกต์วิถีการปฏิบัติตนหลังได้เข้าอบรมปฏิบัติธรรมกับวิถีการปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน โดยกำหนดสติในการทำงาน การรับประทานอาหาร การเรียน หรือแม้ขณะพักผ่อน ให้รู้ตัวทั่วพร้อม ตั้งมั่นทำแต่ความดี มีสติความคุมพฤติกรรม เข้าใจชีวิต มองเห็นอนิจจังของธรรมะละความยึดมั่นในตัวตน เป็นสุขได้ในที่สุด และเป็นการพัฒนาเพื่อให้พ้นทุกข์ได้สิ้นเชิง เพราะได้สร้างปัญญาทุกขณะจิต เป็นความคุ้มค่าในเวลาที่เหลืออยู่ หรืออานิสงค์แห่งการทำความดีอย่างตั้งมั่นอาจช่วยให้ได้รับการพระราชทานอภัยโทษแทนความตายได้อันเป็นความหวังสุดสุดท้ายของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด

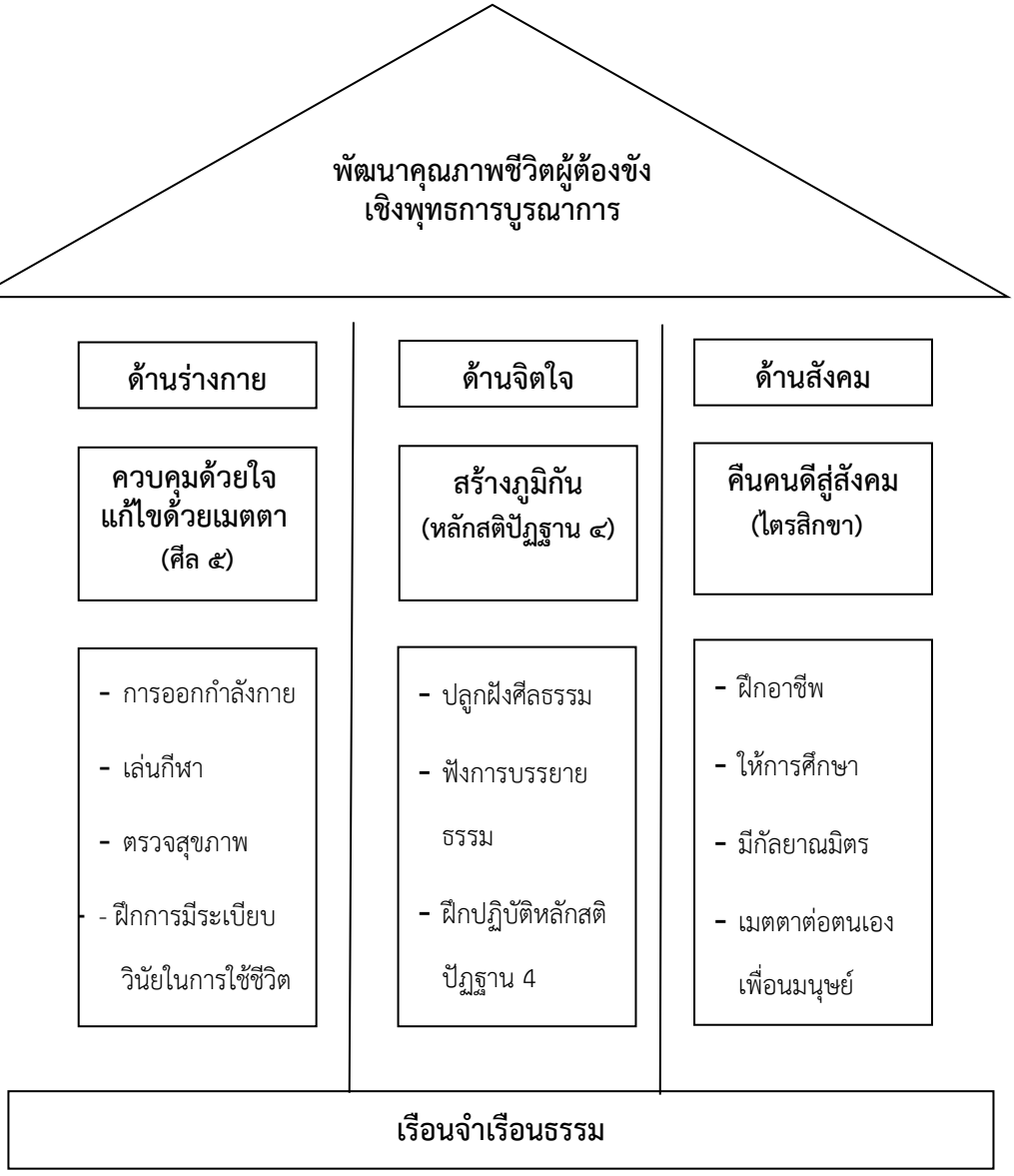
จากนิยามของเมตตา เป็นการควบคุมด้วยใจแก้ไขด้วยเมตตา เพื่อพัฒนาเพื่อคนดีกลับสู่สังคม ครอบครัว เพื่อนฝูง การประกอบอาชีพ ที่สำคัญคือสามารถเปลี่ยนทัศนคติจากความโกรธอาฆาต เป็นการสร้างโอกาสให้กับตนเอง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ เพื่อทำเรือนจำให้เป็นเรือนธรรม โดยนำหลักศีล ๕ ซึ่งเป็นข้อห้ามมาเป็นเครื่องยับยั้งชั่งใจคิดก่อนทำ หลักสติปัฏฐาน ๔ เพื่อควบคุมสติตื่นรู้ ผิดชอบ ชั่วดี ทุกขณะทั้งเดิน นั่ง ยืน นอน ให้จิตใจเข้มแข็งเผชิญหน้าและยอมรับกับสภาพความเป็นจริงของชีวิต อย่างมั่นคง ในการเข้าสังคมต้องมีเมตตาต่อคนรอบข้าง รู้จักปล่อยวาง อดทนอดกลั้น ได้

ผู้วิจัยจึงสังเคราะห์รูปแบบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ ดังนี้

เพื่อทำเรือนจำให้เป็นเรือนธรรม อธิบายได้ว่า ควบคุมด้วยใจแก้ไข ด้วยเมตตา เพื่อคืนคนดีสู่สังคม โดยพัฒนาพฤติกรรมนิสัย ปรับเปลี่ยนทัศนคติ ให้โอกาสในการฝึก-เพิ่มทักษะอาชีพ ให้เป็นบุคคลที่สังคมพึงปรารถนา สามารถอยู่ร่วมกับสังคมทั่วไปได้อย่างปกติสุข ปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ต้องขังใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหาและตัดสินใจ เมื่อเข้ามาในเรือนจำก็จะมีขั้นตอนการปฏิบัติ ๑) มีกิจกรรมคลายความทุกข์ เนื่องจากเปรียบเทียบวิถีการปฏิบัติตนในเรือนจำและการปฏิบัติตนตามหลัก

พุทธธรรมของผู้ต้องขังหญิง ปรับตัวยังไม่ได้ ต้องอาศัยกิจกรรมการไหว้พระสวดมนต์ ๒) คัดกรองการอบรมเป็นรายบุคคล ๓) อบรมหมู่แยกประเภทตามฐานโทษ ๔) ใช้หลักธรรมอบรมผู้ต้องขังแยกตามประเภทความผิด ๕) นำการปฏิบัติธรรมแบบวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้ผู้เข้าปฏิบัติมีความรู้ และปัญญาในการใช้ชีวิต พร้อมกับให้การศึกษา การฝึกวิชาชีพ การอบรม ทางศีลธรรมและศาสนา การบำบัดทางจิตวิทยา การบำบัดทางแพทย์ การให้การสงเคราะห์ในด้านต่างๆ เพื่อให้เป็นบุคคลที่สังคมพึงปรารถนา สามารถอยู่ร่วมกับสังคมทั่วไปได้อย่างปกติสุข ดังแผนภาพ

**แผนภาพที่ ๔.๑** พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ



แนวทางการบูรณาการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

การสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเอง โดยให้ความรู้ด้านการประกอบอาชีพ พร้อมปลูกฝังความมั่นใจในศักยภาพของตนให้สามารถพึ่งพาตนเอง บ่มสอน บ่มคิด ไม่ให้คิดกลับมากระทำผิดซ้ำอีก ให้ตระหนักในคุณธรรมใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต มีความขยัน อดทน หมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริต ไม่โลภ ไม่ตระหนี่รู้จักแบ่งปัน ซึ่งเรือนจำได้กำหนดมาตรฐานทางคุณธรรมและจริยธรรมที่ชัดเจน และส่งเสริม กิจกรรมด้านศาสนา “เรือนจำเรือนธรรม” ที่เป็นรูปธรรมเป็นแนวทางปฏิบัติให้แก่เจ้าหน้าที่และผู้ต้องขัง โดยให้มีการนั่งสมาธิตักบาตร ฟังธรรมเทศนาจาก พระภิกษุสงฆ์

**๔.๓.๒ หลักการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังตามนโยบายกรมราชทัณฑ์**

เนื่องจากผู้ต้องขัง เป็นบุคคลที่ได้รับความทุกข์ทางใจการการถูกจองจำอยู่ในเรือนจำตามที่กระบวนการยุติธรรม รวมทั้งความทุกข์ที่เกิดจากระบบมาตรการการควบคุมของเรือนจำและทัณฑสถานที่มีความเข้มข้นสูงมาก ทำให้ผู้ต้องขังเกิดภาวะความเครียดที่เกิดจากระบบดังกล่ าวประกอบกบภาวะทางอารมณ์ของผู้ต้องขังค่อนข้างอ่อนไหวจากสิ่งเร้าได้ง่าย

การพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังโดยการนำหลักพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ตามนโยบายกรมราชทัณฑ์ เพื่อให้ผู้ต้องขังได้น้อมนำหลักพุทธธรรมเป็นแนวทางในการใช้ชีวิตขณะอยู่ในเรือนจำและเป็นการสร้างภูมิคุ้มกนให้กับผู้ต้องขังในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างยั่งยืน มีการเทศน์ ฝึกปฏิบัติอบรม การนำกรรมฐานมาใช้ในการบำบัดฟื้นฟูจิตใจผู้ต้องขังเรือนจำ ได้ตระหนักว่า การที่จะพัฒนาผู้ต้องขังให้มีจิตใจที่อ่อนโยน รู้จักใคร่ครวญหรือย้ำคิดย้ำทำก่อนจะตัดสินใจกระทำอะไรลงไป รวมถึงรู้ถึงคุณโทษ ประโยชน์และสิ่งที่ไม่ใช่ประโยชน์อันแท้จริงของชีวิต จำเป็นที่จะต้องให้ผู้ต้องขังมีความระลึกได้ รู้ตัวอยู่เสมอว่า ผลที่เกิดจากการกระทำ การพูด ของเรานั้น ส่งผลต่อผู้อื่นหรือสังคมอย่างไร

โดยปกติ ผู้ต้องขังที่ใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำจะใช้ชีวิตไปตามระเบียบและเงื่อนไขที่เรือนจำกำหนดให้ เพื่อประคองตนเองไม่ให้ได้รับผลกระทบจากการอยู่ร่วมกันของคนหมู่มาก ในระยะแรก ๆ จะเน้นไปที่การนิมนต์พระสงฆ์เข้าแสดงธรรมประจำเดือน ซึ่งแนวทางดังกล่าวทำให้ผู้ต้องขัง ได้รับการขัดเกลาหรือข้อคิดเพื่อเตือนใจในระดับหนึ่ง ซึ่งอาจส่งผลดีในระยะสั้นๆ แต่เมื่อเรือนจำได้วิเคราะห์แล้วเห็นว่า การนำหลักกรรมฐานมาใช้ในการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังจะทำให้ผู้ต้องขังได้รับความสุขขณะอยู่ในเรือนจำได้มากกว่า และส่งผลในระยะยาวต่อการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังโดยรวมเรือนจำได้ นำหลักการของพระพุทธศาสนามาวิเคราะห์เพื่อผลในการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังให้เกิดประสิทธิภาพ ประกอบด้วยหลัก ๒ ประการ คือ๑. การสร้างสิ่งแวดล้อมทางจิตใจที่สร้างสรรค์ (ปรโตโฆษะ) กิจกรรมที่สร้างสรรค์โดยมีวิทยากรหรือกัลยาณมิตร จะทำให้ผู้ต้องขังได้ เรียนรู้กระบวนการฝึกหัดหรือขัดเกลาจิตใจ สามารถปรับตัว ปรับใจเรียนรู้สิ่งใหม่ รวมทั้งพัฒนาตนเองไปในทางบวกยิ่งขึ้น

**๔.๓.๓ การเรียนรู้จากภายใน (โยนิโสมนสิการ)**

ผู้ต้องขังในเรือนจำที่มีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีครูอาจารย์ หรือเจ้าหน้าที่ที่คอยแนะนำเอาใจใส่อบรม รวมทั้งเป็นแบบอย่างที่ดี จะก้าวข้ามความคิดดั้งเดิม กล้าเปลี่ยนแปลง และปรับปรุงตนเอง การเจริญสติ ตามวัตถุประสงค์อันแท้จริงในการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง

๑. เพื่อพัฒนาจิตผู้ต้องขัง ให้รู้จักควบคุมสภาวะที่มากระทบ(สามารถแยกแยะประโยชน์/มิใช่ประโยชน์)

๒. เพื่อจัดระบบร่างกายและความคิดผู้ต้องขัง ให้มีความโปร่งเบา ผ่อนคลายจากแรงรุมเร้า

๓. เพื่อจัดระบบการรับรู้และความคิด ให้ขยายไปในมิติต่าง ๆ

๔. เพื่อเป็นพื้นฐานในการเสริมสร้างปัญญาให้เจริญบริบูรณ์

๕. เพื่อปรับพฤติกรรมผู้ต้องขังให้เป็นไปในทางทางสร้างสรรค์ มีจิตอาสา

**๔.๓.๔ เสริมสร้างกระบวนการทางความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฏฐิ)**

๑. ทำให้ผู้ต้องขังได้รับข้อมูลและผู้แนะนำอบรมที่ดี(ปรโตโฆสะ) การกระตุ้นหรือชักจูงการรับฟังการแนะนำอบรมสั่งสอนจากผู้รู้(วิถีแห่งศรัทธา)

๒. ทำให้ผู้ต้องขังซึ่งได้รับกัลยาณมิตรที่ดีสามารถ คิดถูก คิดเป็น เรียนรู้และพัฒนาตนเองเพื่อให้สังคมได้รับประโยชน์อย่างแท้จริง(โยนิโสมนสิการ) ซึ่งเรียกว่า วิถีแห่งปัญญา

๓. กระบวนการทั้งสองประการ ทำให้ผู้ต้องขังมีขีดความสามารถไปถึงระดับที่แยกแยะผิดชอบชั่วดี และตั้งตนอยู่ในการระลึกรู้อยู่ตลอดเวลา (อัปปมาทธรรม)

๔. จัดกลุ่มผู้ต้องขังที่มีความสนใจในการเจริญสติเหมือนกัน ให้มีกิจกรรมเจริญสติร่วมกันทั้งกิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

๕. จัดให้มีห้องโครงการเรือนธรรมบนเรือนนอน เพื่อให้ผู้ต้องขัง ที่มีความสนใจในกิจกรรมการเจริญสติได้อยู่ร่วมกัน

๖. จัดกิจกรรมของเรือนจำให้เอื้อต่อการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังอย่างต่อเนื่อง

๗. ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่เข้าใจกิจกรรมหรือโครงการ ร่วมกัน เพื่อสนับสนุนกิจกรรมดังกล่าวแก่ผู้ต้องขัง

เพื่อเปลี่ยนเรือนจำให้เป็นเรือน และสร้างโอกาสพัฒนาคุณภาพชีวิตต้องขัง ไม่ให้นักโทษล้นคุก ออกไปแล้วไม่ต้องเข้ามาอีก จึงต้องมีการพัฒนา ทั้ง ด้านร่างกาย จิตใจ และด้านสังคม ดังนี้

**๑) การพัฒนาด้านร่างกาย** การพัฒนาด้านร่างกายเรือนจำมีกระบวนการในการพัฒนา คือ การปฏิบัติอันได้แก่ การฝึกปฏิบัติกาย วาจา และใจของตนให้มีบริบูรณ์ไปด้วยสติสัมปชัญญะ ได้รับการอบรมศีลธรรม จรรยา และหน้าที่พลเมือง มีกฎระเบียบ ข้อบังคับ ส่งเสริมให้ผู้ต้องขังมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงอยู่เสมอ ดูแลอาหารการกินครบตามหลักโภชนาการ มีการออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร การรักษาพยาบาล การดูแลสุขภาพ สถานที่ออกกำลังกาย และสนับสนุนการเล่นกีฬา

**๒) การพัฒนาด้านจิตใจ** โดยการบำบัดรักษาและฟื้นฟู สมรรถภาพ ปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ต้องขังใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหาและตัดสินใจ ๑) มีกิจกรรมคลายความทุกข์ ซึ่งผู้ต้องขังเข้าใหม่จะเป็นทุกข์มาก คิดมาก วิตกกังวล คิดฟุ้งซ่าน ปรับตัวยังไม่ได้ ว้าเหว่ ท้อแท้ จึงต้องอาศัยการปรับความเข้าใจ มีกิจกรรมการไหว้พระสวดมนต์ ๒) คัดกรองการอบรมเป็นรายบุคคล การอบรมเป็นรายบุคคล คือการนำผู้ต้องขังเฉพาะราย ซึ่งอาจจะนำผู้ต้องขังที่มีปัญหา ๓) อบรมหมู่แยกประเภทตามฐานโทษ คือการนำผู้ต้องขังคดีเดียวกัน โดยแยกประเภทกันมาอบรมเป็นกลุ่ม ๔) ใช้หลักธรรม

อบรมผู้ต้องขังแยกตามประเภทความผิด ๕) นำการปฏิบัติธรรมแบบวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้ผู้เข้าปฏิบัติเกิดความรู้และความเข้าใจ กิจกรรมเน้นในการให้ความรู้ความเข้าใจ มีการเรียนรู้ธรรม นำสู่การพัฒนาชีวิตและจิตใจ และรับฟังการบรรยายธรรม การสร้างสิ่งแวดล้อมทางจิตใจที่สร้างสรรค์การเจริญสติ เพื่อการที่จะพัฒนาผู้ต้องขังให้มีจิตใจที่อ่อนโยน ควบคุมด้วยใจ แก้ไขด้วยเมตตา แก้ไขความประพฤติของผู้ต้องขัง โดยใช้กระบวนการอบรมศีลธรรม จริยธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก พร้อมกับวางมาตรการและกำหนดหลักเกณฑ์การอบรมให้ถือปฏิบัติให้เป็นไปในรูปแบบเดียวกัน

**๓) การพัฒนาด้านสังคม** เรือนจำมีนโยบาย คืนคนดีสู่สังคม เป้าหมายในการแก้ไขฟื้นฟูและพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อปรับเปลี่ยนทัศนคติ และค่านิยมที่ผิดพลาดให้เป็นบุคคลที่สังคมพึงปรารถนา สามารถอยู่ร่วมกับสังคมทั่วไปได้อย่างปกติสุข ปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ต้องขังใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหาและตัดสินใจ ให้การศึกษา การฝึกวิชาชีพ การอบรม ทางศีลธรรมและศาสนา การบำบัดทางจิตวิทยา การบำบัดทางแพทย์ การให้การสงเคราะห์ในด้านต่าง ๆ

## ๔.๔ สรุป

สรุปความว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตในผู้ต้องขังหญิงเป็นการพัฒนา กาย จิต ปัญญา อย่างบูรณาการ หรือ Integral Life Practice (ILP)[๕๐] เป็นการปฏิบัติอย่างบูรณาการ องค์ประกอบสำคัญ ๆ ของชีวิตเข้าด้วยกัน ซึ่ง การปฏิบัติเช่นนี้จะช่วยทำให้ศักยภาพที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในให้พัฒนาได้เต็มรูปแบบ การพัฒนาจิตปัญญาอย่างบูรณาการมีแกนหลักของการพัฒนาอยู่ ๔ ด้าน และมีด้านเสริมอยู่ ๕ ด้าน การปฏิบัติขั้นพื้นฐานหรือที่จำเป็นสำหรับทุกคนมี ๔ ด้าน คือ ด้าน ร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านจิตวิญญาณ และด้านสิ่งที่เร้นภายในใจ โดยที่การพัฒนาจิตในระดับ ปัจเจกชน จำเป็นที่ จะต้องฝึกปฏิบัติใน ๔ ด้านหลักนี้ สำหรับด้านเสริมอีก ๕ ด้าน ประกอบด้วย ด้านจริยธรรม ด้าน เพศสัมพันธ์ ด้านการงาน ด้านอารมณ์ และด้านความสัมพันธ์ การสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเอง โดยให้ความรู้ด้านการประกอบอาชีพ พร้อมปลูกฝัง ความมั่นใจในศักยภาพของตนให้สามารถพึ่งพาตนเอง บ่มสอน บ่มคิด ไม่ให้คิดกลับมากระทำผิดซ้ำอีก ให้ตระหนักในคุณธรรมใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต การฝึกปฏิบัติทางกายก็ดี ทางจิตใจก็ดี และทางจิตวิญญาณก็ดี สอดคล้องกับไตรสิกขาเชิงปฏิบัติ หรือ ศีล สมาธิ ปัญญา ภาคปฏิบัติ ในพุทธศาสนาอีกด้วย การพัฒนาจิตปัญญาอย่างบูรณาการจะช่วยทำให้บุคคลพบความสุขในชีวิต ใน ระยะเวลาอันสั้น และได้ผลกับทุกคน เพราะได้ออกแบบการพัฒนาให้เหมาะกับความต้องการของ แต่ละคน คือสามารถยืดหยุ่นเรื่องเวลาได้ และสามารถเลือกได้ตามใจชอบ โดยแนวปฏิบัติได้ รวบรวมวิธีการจากลัทธิ ความเชื่อ จากทุกแห่งโดยไม่คำนึงถึงเรื่องศาสนาและวัฒนธรรม คือ มีแนวคิดที่บริสุทธิ์ และสุดท้ายของการพัฒนานี้ยังอยู่บนพื้นฐานของการบูรณาการอย่างองค์รวม รอบด้าน ครบถ้วน ทำให้เป็นคนมีความขยัน อดทน หมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริต ไม่โลภ ไม่ตระหนี่รู้จักแบ่งปัน ซึ่งเรือนจำได้กำหนดมาตรฐานทางคุณธรรมและจริยธรรมที่ชัดเจน มีการจัดอบรมปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิง สรุปได้ ดังนี้

---

[๕๐] อรทัย มีแสง, ทฤษฎีบูรณาการเชิงพุทธ," **ดุษฎีนิพนธ์พุทธศาสตร,** (บัณฑิตวิยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), ๑๔๐.

๑) ควรจัดการอบรมปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด ให้มีความต่อเนื่อง จัดให้ผู้ต้องขังเข้าใหม่ได้รับการอบรม และคัดเลือกผู้ที่สนใจปฏิบัติธรรมจริง

๒) รูปแบบการฝึกอบรมควรเน้นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน หรือการเจริญจิตตภาวนาควบคู่กับการสอนคติธรรม เพื่อการนำมาใช้ในชีวิตประจำวันขณะต้องโทษได้จริงกับชีวิตที่เหลืออยู่

๓) ควรมีการปฐมนิเทศชี้แจงทำความเข้าใจ หลักสูตร แนวทางการปฏิบัติธรรม การเจริญสติ เพื่อสร้างศรัทธา ความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นกับตัวผู้ต้องขังก่อนที่จะอบรมจริง

๔) ควรจัดสถานที่ไม่ให้มีเสียงรบกวนอาจเป็นห้องเฉพาะไม่มีกิจกรรมอื่นเช่นการฝึกอาชีพที่ทำให้มีเสียงดังรบกวนขณะอบรมปฏิบัติธรรม

๕) ควรสอนหลักธรรมเกี่ยวกับความเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรม /บุญและบาปมีจริงและธรรมะที่ใช้ควบคุมอารมณ์ มีสติ ผ่อนคลายความเครียด/สามารถอยู่กับความจริงได้

๖) รูปแบบการอบรมพัฒนาจิตใจควรปลูกฝังพุทธรรมที่เสริมสร้างความสุข การเข้าถึงความจริง/ความตาย ความพ้นทุกข์

# บทที่ ๕

# สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ” ของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) ศึกษาสภาพปัญหาและคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ๒) ศึกษากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ ๓) เสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดเรือนจำกลางระยอง กรมราชทัณฑ์ จำนวน ๑๗๒ คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยคำถามปลายปิดและคำถามที่เป็นมาตรวัดแบบ Likert Scale แล้วนำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามไปประมวลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสังคมศาสตร์ สถิติที่ใช้ในการวิจัยเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบความแตกต่างใช้ t-test independent สำหรับตัวแปรที่แบ่งออกเป็นสองกลุ่มส่วนข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามใช้วิธีวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

## ๕.๑ สรุปผลการวิจัย

### ๕.๑.๑ สรุปข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า ๓๐ ปี จำนวน ๙๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๖.๔๐ รองลงมา ได้แก่ อายุ ๓๑-๔๐ ปี จำนวน ๕๐ คน ร้อยละ ๒๙.๐๗ อายุ ๔๑ ปี ขึ้นไป จำนวน ๒๕ คน ร้อยละ ๑๔.๕๓, มีสถานภาพหย่าร้าง จำนวน ๖๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๕.๔๗ รองลงมา ได้แก่ แยกกันอยู่ จำนวน ๔๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๔.๔๒, สมรสอยู่ด้วยกัน จำนวน ๓๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๘.๖๐, โสด จำนวน ๒๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๔.๕๓ และ หม้าย จำนวน ๑๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖.๙๘, ด้านการศึกษา ส่วนใหญ่จบการศึกษา ระดับประถมศึกษา จำนวน ๗๐ คน ร้อยละ ๔๐.๗๐ รองลงมา ได้แก่ ระดับมัธยมศึกษา /ปวช. จำนวน ๖๐ คน ร้อยละ ๓๔.๘๘, ระดับ ปวส./อนุปริญญา จำนวน ๒๘ คน ร้อยละ ๑๖.๒๘ ระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า จำนวน ๑๐ คน ร้อยละ ๕.๘๑ และไม่ได้เรียนหนังสือ จำนวน ๔ คน ร้อยละ ๒.๓๓, นับถือศาสนาพุทธ จำนวน ๑๕๔ คน ร้อยละ ๘๙.๕๓ และ ศาสนาอิสลาม จำนวน ๑๘ คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๔๗, ด้านอาชีพก่อนต้องโทษส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน ๙๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๔.๖๕ รองลงมา ได้แก่ ประกอบธุรกิจส่วนตัว จำนวน ๕๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๙.๐๗, อาชีพเกษตรกรรม จำนวน ๑๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๐๕, พนักงานบริษัทเอกชน จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒.๙๑ นักศึกษา จำนวน ๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑.๑๖ และว่างงาน จำนวน ๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑.๑๖, ด้านรายได้ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ๑๕,๐๐๑ - ๒๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๗๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๔.๗๗

รองลงมา ได้แก่ ๒๐,๐๐๐ - ๒๕,๐๐๐ บาท จำนวน ๕๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๓.๑๔, มีรายได้น้อยกว่า ๑๕,๐๐๐ บาท จำนวน ๓๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๘.๐๒, ด้านกำหนดโทษจำคุก ส่วนใหญ่มีกำหนดโทษ น้อยกว่า ๑ ปี คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๙๕ รองลงมา ได้แก่ ๑-๕ ปี คิดเป็น ร้อยละ ๓๒.๕๖ และระหว่าง ๕-๑๐ ปี คิดเป็น ร้อยละ ๑๕.๑๒ ตามลำดับ ด้านประสบการณ์ในการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม ส่วนใหญ่ เคยฝึกอบรมปฏิบัติธรรมมาแล้ว ๑-๓ ครั้ง จำนวน ๑๒๙ คน คิดเป็น ร้อยละ ๗๕.๐๖, และไม่เคยผ่านการฝึกอบรม จำนวน ๔๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๗.๓๓ และอื่น ๆ (ไม่ระบุ) จำนวน ๑๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๙.๗๙ สำหรับพฤติกรรมการชอบทำบุญ ส่วนใหญ่ทำบุญเป็นบางครั้ง จำนวน ๑๐๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๒.๒๑ รองลงมา ได้แก่ ทำบุญนานๆ ครั้ง จำนวน ๓๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๐.๓๕, ทำเป็นประจำ จำนวน ๒๕ คน ติดเป็น ร้อยละ ๑๔.๕๓ และไม่เคยทำบุญ จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒.๙๑

**๕.๑.๒ สรุปผลการวิเคราะห์สภาพปัญหาและคุณภาพชีวิต**

**๕.๑.๒.๑ สภาพปัญหาด้านร่างกาย**

สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังส่วนใหญ่ประสบปัญหาด้านการปรับตัวกับสภาพในเรือนจำ เรือนจำเนื่องจากแตกต่างจากบ้านโดยสิ้นเชิง จำแนกสภาพปัญหาที่ผู้ต้องขังประสบ จากมากไปน้อย ดังนี้ การปรับตัวกับการใช้ชีวิตในเรือนจำ ตั้งแต่ตื่นเช้าจนถึงเข้านอน เรื่องการกิน การนอน การพักผ่อน การอาบน้ำ การใช้ชีวิตประจำวัน จำนวน ๑๖๐ ความเห็น ผู้ต้องขัง ร้อยละ ๓๗.๔๗ ประสบปัญหาดังกล่าว รองลงมา ได้แก่ การปฏิบัติตนในเรือนจำที่ต้องอยู่ภายใต้กฎ ระเบียบของเรือนจำ และวินัยผู้ต้องขังที่เข้มงวด สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง ก่อให้เกิดความเครียด เป็นทุกข์ จำนวน ๑๒๐ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๒๘.๑๐ ปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นใหม่ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากภาวะความเครียด วิตกกังวล ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต เช่น ทำให้นอนไม่หลับ ทานอาหารได้น้อย ร่างกายอ่อนแอ ระบบขับถ่ายไม่ปกติ ร่างกายมีภาวะผิดปกติ ท้องผูก ปวดหัวเรื้อรัง ร่างกายอ่อนแอ เป็นต้น จำนวน ๙๗ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๒๒.๗๒ และภาวะความเจ็บป่วย ปัญหาสุขภาพที่เป็นอยู่เดิมกำเริบยิ่งขึ้น เพราะความเครียด สภาพแวดล้อม และวิถีการปฏิบัติตนของผู้ต้องขังที่เปลี่ยนไปจากคนปกติ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต โรคหัวใจ โรคมะเร็ง เป็นต้น จำนวน ๕๐ ความเห็น คิดเป็น ร้อยละ ๑๑.๗๑ ตามลำดับ

**๕.๑.๒.๒ สภาพปัญหาด้านจิตใจ**

สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังมีส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ ๙๓.๖๐ มีความเครียด วิตก กังวลที่เกิดจากสภาพปัญหาทางด้านร่างกายของผู้ต้องขัง ที่ต้องจากครอบครัวมาอยู่ในพื้นที่จำกัด ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบเรือนจำ และวินัยผู้ต้องขังอย่างเคร่งครัด จนสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง รองลงมา ร้อยละ ๘๘.๙๕ มีความวิตกกังวลเรื่องคดีความ ปัญหาทางครอบครัว ส่งผลให้ขาดสติ หลงลืม จิตใจเลื่อนลอย ฟุ้งซ่านปรุงแต่ง ไม่สงบ คิดแต่เรื่องภายนอกตัว กระวนกระวายใจ สภาพจิตใจไม่ปกติอ่อนแอ ส่งผลต่อสุขภาพทางกายและทางจิต และร้อยละ ๕๕.๒๓ มีความทุกข์ทรมานจิตใจอย่างแสนสาหัส โศกเศร้า ท้อแท้ หดหู่สิ้นหวังในชีวิต ขาดที่พึ่งทางใจ ขาดกำลังใจในการดำเนิน

ชีวิต บางครั้งไม่อยากมีชีวิต เนื่องจากการพลัดพรากจากครอบครัว บุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียสถานภาพทางสังคมขาดอิสรภาพที่จะทำสิ่งต่างๆ

**๕.๑.๒.๓ สภาพปัญหาด้านสังคม**

สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีสถานภาพหย่าร้าง และแยกกันอยู่ การปรับตัวทางด้านสังคมของผู้ต้องขังอยู่ในระดับปานกลาง ความกังวลในความสัมพันธ์ของครอบครัว ผู้ต้องขังกังวลเรื่องความสัมพันธ์ในครอบครัวภายหลังพ้นโทษ กังวลว่าสังคมอาจจะไม่ยอมรับ เมื่อพ้นคดีแล้วไม่รู้จะประกอบอาชีพอะไร การถูกจำกัดสิทธิในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ ความกังวลต่อการใช้ห้องนอน ห้องน้ำ เนื่องจากไม่มิดชิดไม่มีความเป็นส่วนตัว

**๕.๑.๓ สรุปผลจากการวิเคราะห์กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ**

**๕.๑.๓.๑ การพัฒนาด้านร่างกาย** สรุปได้ว่า การพัฒนาด้านร่างกาย มีกระบวนการในการพัฒนา คือ การปฏิบัติอันได้แก่ การฝึกปฏิบัติกาย วาจา และใจของตนให้มีบริบูรณ์ไปด้วยสติสัมปชัญญะ ในการคิด ทำสิ่งต่างๆ อย่างรอบรอบ การกิน เดิน นั่งนอน และในอิริยาบถต่างๆ ได้รับการอบรมศีลธรรม จรรยา และหน้าที่พลเมือง มีกฎระเบียบ ข้อบังคับ การฝึกปฏิบัติด้วยการเจริญสติในอิริยาบถต่างๆ ส่งเสริมให้ผู้ต้องขังมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง นอนหลับสบาย ดูแลอาหารการกินครบตามหลักโภชนาการ มีการออกกำลังกาย กายบริหาร การฝึกโยคะ มีสติในการรับประทานอาหาร การกินการเคี้ยว ทำให้การขับถ่ายเป็นปกติจากที่เคยมีปัญหาท้องผูก การรักษาพยาบาล การดูแลสุขภาพ สถานที่ออกกำลังกาย และสนับสนุนการเล่นกีฬา

**๕.๑.๓.๒ การพัฒนาด้านจิตใจ** สรุปได้ว่า การพัฒนาด้านจิตใจ โดยการบำบัดรักษาและฟื้นฟู สมรรถภาพ ปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ต้องขังใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหาและตัดสินใจ ๑) มีกิจกรรมคลายความทุกข์ ซึ่งผู้ต้องขังเข้าใหม่จะเป็นทุกข์มาก คิดมาก วิตกกังวล คิดฟุ้งซ่าน ปรับตัวยังไม่ได้ ว้าเหว่ ท้อแท้ จึงต้องอาศัยการปรับความเข้าใจ มีกิจกรรมการไหว้พระสวดมนต์ ๒) คัดกรองการอบรมเป็นรายบุคคล การอบรมเป็นรายบุคคล คือการนำผู้ต้องขังเฉพาะราย ซึ่งอาจจะนำผู้ต้องขังที่มีปัญหา ๓) อบรมหมู่แยกประเภทตามฐานโทษ คือการนำผู้ต้องขังคดีเดียวกันโดยแยกประเภทกันมาอบรมเป็นกลุ่ม ๔) ใช้หลักธรรมอบรมผู้ต้องขังแยกตามประเภทความผิด ๕) นำการปฏิบัติธรรมแบบวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้ผู้เข้าปฏิบัติเกิดความรู้และความเข้าใจ กิจกรรมเน้นในการให้ความรู้ความเข้าใจมีการเรียนรู้ธรรม นำสู่การพัฒนาชีวิตและจิตใจ และรับฟังการบรรยายธรรม การสร้างสิ่งแวด ล้อมทางจิตใจที่สร้างสรรค์ การเจริญสติ เพื่อการที่จะพัฒนาผู้ต้องขังให้มีจิตใจที่อ่อนโยน ควบคุมด้วยใจ แก้ไขด้วยเมตตา แก้ไขความประพฤติของผู้ต้องขัง โดยใช้กระบวนการอบรมศีลธรรม จริยธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก พร้อมกับวางมาตรการและกำหนดหลักเกณฑ์การอบรมให้ถือปฏิบัติให้เป็นไปในรูปแบบเดียวกัน

**๕.๑.๓.๓ การพัฒนาด้านสังคม** สรุปได้ว่า เรือนจำมีนโยบาย คืนคนดีสู่สังคม เป้าหมายในการแก้ไขฟื้นฟู และพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อปรับเปลี่ยนทัศนคติ และค่านิยมที่ผิดพลาดให้เป็นบุคคลที่สังคมพึงปรารถนา สามารถอยู่ร่วมกับสังคมทั่วไปได้อย่างปกติสุข ปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ต้องขังใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหาและตัดสินใจ ให้การศึกษา การฝึกวิชาชีพ การอบรม

ทางศีลธรรมและศาสนา การบำบัดทางจิตวิทยา การบำบัดทางแพทย์ การให้การสงเคราะห์ในด้านต่างๆ

**๕.๑.๔ สรุปผลการวิเคราะห์โครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม**

**๕.๑.๔.๑ โครงการเรือนจำเรือนธรรมเพื่อพัฒนาผู้ต้องขัง** พบว่า ลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อโครงการเรือนจำเรือนธรรม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับมาก ($\overline{X}$ =๔.๐๕, SD.=๐.๗๒) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงตามลำดับค่าเฉลี่ย จากมากไปน้อย พบว่า ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจในด้านประโยชน์ที่ได้รับจาการุดฝึกอบรมมากที่สุด ($\overline{X}$ =๔.๒๖, SD.=๐.๗๘), ด้านกิจกรรมการฝึกอบรม ($\overline{X}$ =๔.๒๓, SD.=๐.๖๒), ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบการฝึกธรรมปฏิบัติ ($\overline{X}$ =๓.๘๘, SD.=๐.๘๐) และน้อยที่สุด ซึ่งมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม ($\overline{X}$ =๓.๘๖, SD.=๐.๗๑) ตามลำดับ

**๕.๑.๔.๒ ด้านการจัดอบรม** พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นต่อการจัดการโครงการอบรมปฏิบัติธรรม โดยภาพรวม ในระดับมาก ($\overline{X}$ =๓.๘๖, S.D.= ๐.๗๑) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อปรากฏว่า การให้การสนับสนุน อำนวยความสะดวกในการเข้าอบรมปฏิบัติธรรม ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ประจำแดนเรือนนอน และกองงานฝึกวิชาชีพ ($\overline{X}$ =๔.๖๐, S.D.= ๐.๖๐) การนำสื่อเทคโนโลยีที่มาใช้ในการสอน เช่น วิดีโอ ซีดี ฯลฯ เป็นต้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี มีความประทับใจ ($\overline{X}$ =๔.๕๘, S.D.=๐.๖๐) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ย ระดับมากเรียงตามลำดับ ดังนี้ ระยะเวลาฝึกอบรมปฏิบัติธรรมแบบเข้มข้น ๒๐ วัน มีความเหมาะสมกับการฝึกปฏิบัติ ($\overline{X}$ =๓.๗๐, S.D.=๐.๘๐) พระวิปัสสนาจารย์ วิทยากรสอนภาคปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นผู้มีความรู้ความสามารถและมีบารมีธรรมสูง ($\overline{X}$ =๓.๗๐, S.D.=๐.๖๐) เจ้าหน้าที่รับผิดชอบโครงการ มีความรู้ความเข้าใจ สนใจการปฏิบัติธรรมเป็นกัลยาณมิตร ดูแลเอาใจใส่ อำนวยความสะดวก ให้คำแนะนำชี้แนะผู้เข้าอบรมด้วยความเมตตา ($\overline{X}$ =๓.๖๐, S.D.=๐.๗๐) วิธีการสอนการถ่ายทอดความรู้ของพระวิปัสสนาจารย์ และวิทยากร เช่น การบรรยายข้อธรรมะ เนื้อหา กิจกรรมกลุ่มให้เกิดความเข้าใจ เป็นต้น ($\overline{X}$ =๓.๖๐, S.D.=๐.๘๐) การจัดสถานที่ เพื่อการอบรม เป็นสัดส่วน เหมาะสมกับการอบรมปฏิบัติธรรม ($\overline{X}$ =๓.๖๐, S.D.=๐.๘๐) และความเป็นกัลยาณธรรม ให้ความช่วยเหลืออำนวยความสะดวก ของทีมพี่เลี้ยงผู้ช่วยงานปฏิบัติธรรม ($\overline{X}$ =๓.๕๑, S.D.=๐.๙๐) ตามลำดับ

**๕.๑.๔.๓ ด้านกิจกรรมกระการฝึกอบรม** พบว่า โดยรวมอยู่ในต่อกิจกรรมกระบวนการฝึกอบรมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\overline{X}$ = ๔.๕๘, SD.=๐.๕๙) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ากลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นส่วนใหญ่ใน ระดับมากที่สุด เรียงลำดับจากที่มีค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย คือ การจัดกระบวนการฝึกอบรมตรงกับความต้องการ สามารถนำไปใช้แก้ปัญหาชีวิตได้ อย่างแท้จริง ($\overline{X}$ =๔.๙๐, SD.=๐.๓๐) กิจกรรมถวายพระราชกุศล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว การปฏิญาณตนเป็นพลังของแผ่นดิน ($\overline{X}$ =๔.๗๐, S.D.=๐.๗๐) ความเหมาะสมของกิจกรรมพิธีการพิธีเปิด พิธีปิด การทำบุญการขอขึ้นกรรมฐาน ($\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๗๐) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ การสร้างเครือข่ายจริยธรรม และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ($\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๗๐) การจัดกิจกรรมการให้คำปรึกษา แนะนำและส่งสอบอารมณ์ การปฏิบัติรายบุคคล และรายกลุ่ม โดยพระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรทำให้ได้รับประโยชน์ ($\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๖๐) รูปแบบการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

โดยการเคลื่อนไหวอิริยาบถ ทำให้เห็นทุกข์และการเกิด ดับของทุกข์ มีความเหมาะสม สามารถนำมาใช้กับชีวิตประจำวันได้ ($\overline{X}$ =๔.๖๐, SD.=๐.๖๐) กิจกรรมการปฐมนิเทศชี้แจงทำความเข้าใจหลักสูตร กระบวนการปฏิบัติธรรม เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจธรรมะ ศรัทธาและความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นกับตัวผู้อบรม ก่อนการอบรมภาคปฏิบัติ ($\overline{X}$ =๔.๓๕, SD.=๐.๕๐) และกิจกรรมธรรมบรรยายให้เห็นความสำคัญของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นเป้าหมายการสร้างความพ้นทุกข์ เกิดความสุข สามารถทำได้ทุกกิจกรรมของการดำเนินชีวิต ($\overline{X}$ =๔.๓๐, SD.=๐.๗๐) ตามลำดับ

**๕.๑.๔.๔ ด้านเนื้อหาการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม** พบว่า โดยรวมในระดับมาก ($\overline{X}$ =๓.๘๖, SD.=๐.๗๘) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นส่วนใหญ่ในระดับมากที่สุด เรียงลำดับจากที่มีค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย คือ กรรมและการส่งผลของกรรม ($\overline{X}$ =๔.๗๑, SD.=๐.๗๐) การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา คือ ศีลสมาธิ ปัญญา หรือข้อปฏิบัติเพื่ออบรมกาย วาจา ใจให้มีสติการกระทำ ประพฤติแต่สิ่งที่ดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ($\overline{X}$ = ๔.๖๐, S.D.=๐.๖๐) อานิสงค์จากการปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ การดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข เข้าใจหลักความจริงของทุกสรรพสิ่ง ว่ามีตั้งอยู่บนความไม่เที่ยง มีความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรม ทำให้คลายความยึดมั่นถือมั่น อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ($\overline{X}$ = ๓.๖๕, S.D.=๐.๗๑) บุญกริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ ทานศีลภาวนา หลักการทำความดี ๓ ประการ เป็นบุญ คือ เครื่องชำระล้างกิเลสเหตุของความชั่วที่ทำให้เกิดทุกข์ ($\overline{X}$ =๓.๖๓, SD.=๐.๗๑) ศีล ๕ และฆราวาสธรรม ๔ ข้อปฏิบัติเพื่อความดีงามเบื้องต้น เป็นธรรมะที่ผู้ครองเรือนต้องมีอันจะทำให้การอยู่ในสังคม หรือการครองเรือนมีความสุข เช่น การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่พูดปด มีสัจจะ อดทน เสียสละ ควบคุมตนเองไม่ให้ทำชั่ว เป็นต้น ($\overline{X}$ = ๓.๖๑, S.D.= ๑.๒๐) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ได้แก่ การยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ คือ การปฏิบัติเห็นความเกิดดับที่จิต หรือมโนสัมผัส (เห็นจิตเต้น หรือเข้าฐานจิตใจจิต) เป็นขั้นละอุปทานขันธ์เกิดความเกรงกลัวต่อบาป อกุศลกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา คือ ศีลสมาธิ ปัญญา หรือข้อปฏิบัติเพื่ออบรม กาย วาจา ใจให้มีสติการกระทำ ประพฤติแต่สิ่งที่ดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ($\overline{X}$ =๓.๗๐, SD.=๐.๗๐) อานิสงค์จากการปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โครงการเรือนจำเรือนธรรม ($\overline{X}$ =๓.๖๕, SD.=๐.๗๑) บุญกริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ ทานศีลภาวนา หลักการทำความดี ๓ ประการ เป็นบุญ คือ เครื่องชำระล้างกิเลส เหตุของความชั่ว ที่ทำให้เกิดทุกข์ ($\overline{X}$ =๓.๖๓, SD.=๐.๗๐) ศีล ๕ และฆราวาสธรรม ๔ ข้อปฏิบัติเพื่อความดีงามเบื้องต้น เป็นธรรมะที่ผู้ครองเรือนต้องมี อันจะทำให้การอยู่ในสังคม หรือการครองเรือน มีความสุข เช่น การไม่ฆ่าสัตว์ไม่ลักทรัพย์ ไม่พูดปด มีสัจจะ อดทน เสียสละ ควบคุมตนเองไม่ให้ทำชั่ว เป็นต้น ($\overline{X}$ =๓.๖๑, SD.=๑.๒๐) อานิสงค์จากการปฏิบัติธรรม คือ การดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข เข้าใจหลักความจริงของทุกสรรพสิ่ง ว่ามีตั้งอยู่บนความไม่เที่ยง มีความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรม ทำให้คลายความยึดมั่น ถือมั่น อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๗๐) การยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ คือ การปฏิบัติเห็นความเกิดดับที่จิต หรือมโนสัมผัส (เห็นจิตเต้น หรือเข้าฐานจิตใจจิต) เป็นขั้นละอุปทานขันธ์เกิดความเกรงกลัวต่อบาป อกุศลกรรม ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๗๐) สามารถนำหลักการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง และมุ่งมั่นศรัทธาอย่างแท้จริง ($\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๑.๒๐) อุปกิเลส เครื่องเศร้าหมองและนิวรณ์ อันเป็นเครื่องปิดกั้นจิตจากทางพ้นทุกข์

คือ พระนิพพาน อาทิ ความฟุ้งซ่าน ความง่วงเหงาหาวนอน ความลังเลสงสัย ความไม่เชื่อเรื่องบุญและบาป เป็นต้น ( $\overline{X}$ =๓.๕๖, SD.=๑.๐๐) ตามลำดับ

**๕.๑.๔.๕ ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรม** โดยรวมในระดับมากที่สุด ( $\overline{X}$ =๔.๒๖, SD.=๐.๗๖) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงจากข้อที่ค่าเฉลี่ยมากที่สุด ได้แก่ ทำให้รู้จักพระพุทธศาสนา เข้าถึงธรรมะการทำความดี การทำบุญ ทาน ศีลและภาวนา ( $\overline{X}$ =๔.๘๐, SD.=๐.๕๒) ทำให้มีสติปัญญาใช้เวลาที่เหลืออย่างมีคุณค่า เพื่อการพัฒนาตนเอง ไม่ทำผิดวินัยขณะต้องโทษ ( $\overline{X}$ =๔.๘๐, SD.=๐.๕๒) ทำให้เข้าใจชีวิตว่ามี ความเป็นอนิจจัง ทุกขังและอนัตตาเกิดความตั้งมั่นในการทำความดีหลีกหนีความชั่ว ละความยึดมั่นในตัวตนได้ ( $\overline{X}$ =๔.๗๕, SD.=๑.๑๐), ทำให้จิตมีคุณภาพสามารถมองโลกในแง่ดี เห็นคุณค่าเวลาที่เหลืออยู่ ช่วยเหลือตนเอง ชนะใจตนเองมีความประพฤติอันพึงประสงค์ และมีความหวัง รักตนเอง ครอบครัว สำนึกผิด ( $\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๗๐) มีความเชื่อมั่นเรื่องกฎแห่งกรรม บาป บุญ คุณโทษ ได้ที่พึ่งทางใจ ได้กัลยาณมิตรที่คอยให้คำแนะนำช่วยเหลือในทางที่ถูกต้อง ( $\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๗๐), ทำให้มีสติสัมปชัญญะ ยอมรับการกระทำผิดของตนเอง คลายความตึงเครียด ความวิตกกังวล ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น สามารถอยู่กับปัจจุบันได้ดี จิตไม่ฟุ้งซ่าน ( $\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๖๐), ทำให้เห็นความทุกข์ของตนเอง และผู้อื่นตามความเป็นจริง เกิดความรัก ความเมตตาต่อตนเองเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ ( $\overline{X}$ =๔.๗๐, SD.=๐.๗๐) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากได้แก่ สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองให้อยู่ในระเบียบวินัยของเรือนจำ กรอบศีลของ ๕ และสามารถนำหลักธรรม มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ( $\overline{X}$ = ๓.๖๐, SD.=๐.๗๐), ทำให้รู้จักหลักการดำเนินชีวิตที่มีความสุข รู้จักปล่อยวาง จิตใจผ่องใส พบสัจธรรม เห็นความไม่เที่ยงของชีวิตและสรรพสิ่งต่างต่างๆ ความยึดมั่น คลายทุกข์ นอนหลับมีสติอยู่กับตัว ( $\overline{X}$ ๓.๖๐, SD.=๐.๙๐), ทำให้รู้จักหลักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม มีความสุข รู้จักปล่อยวาง จิตใจผ่องใส พบสัจธรรมความไม่เที่ยงของชีวิตและสรรพสิ่งต่างละความยึดมั่นคลายทุกข์ เข้าใจชีวิตมากขึ้น ( $\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๙๐) ทำให้เห็นคุณค่าของการรักษาศีล ๕ และหลักธรรมอื่น เช่น ฆราวาสธรรม จริต ๖ มหาสติปัฏฐาน ๔ อริยสัจ ๔ เบญจศีล เบญจธรรม ทิศ ๖ ( $\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๐.๕๙) สามารถนำหลักการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปใช้ปฏิบัติ ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง และมุ่งมั่นศรัทธาอย่างแท้จริง ( $\overline{X}$ =๓.๖๐, SD.=๑.๒๐) ตามลำดับ

สรุปได้ว่า การพัฒนาด้านจิตใจ โดยการบำบัดรักษาและฟื้นฟู สมรรถภาพ ปลูกฝังจิตสำนึกให้ผู้ต้องขังใช้หลักธรรมในการแก้ปัญหาและตัดสินใจ ๑) มีกิจกรรมคลายความทุกข์ ซึ่งผู้ต้องขังเข้าใหม่จะเป็นทุกข์มาก คิดมาก วิตกกังวล คิดฟุ้งซ่าน ปรับตัวยังไม่ได้ ว้าเหว่ ท้อแท้ จึงต้องอาศัยการปรับความเข้าใจ มีกิจกรรมการไหว้พระสวดมนต์ ๒) คัดกรองการอบรมเป็นรายบุคคล การอบรมเป็นรายบุคคล คือการนำผู้ต้องขังเฉพาะราย ซึ่งอาจจะนำผู้ต้องขังที่มีปัญหา ๓) อบรมหมู่แยกประเภทตามฐานโทษ คือการนำผู้ต้องขังคดีเดียวกัน โดยแยกประเภทกันมาอบรมเป็นกลุ่ม ๔) ใช้หลักธรรมอบรมผู้ต้องขังแยกตามประเภทความผิด ๕) นำการปฏิบัติธรรมแบบวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้ผู้เข้าปฏิบัติเกิดความรู้และความเข้าใจ กิจกรรมเน้นในการให้ความรู้ความเข้าใจ มีการเรียนรู้ธรรม นำสู่การพัฒนาชีวิตและจิตใจ และรับฟังการบรรยายธรรม การสร้างสิ่งแวดล้อมทางจิตใจที่สร้างสรรค์การเจริญสติ เพื่อการที่จะพัฒนาผู้ต้องขังให้มีจิตใจที่อ่อนโยน ควบคุมด้วยใจ แก้ไข

ด้วยเมตตา แก้ไขความประพฤติของผู้ต้องขัง โดยใช้กระบวนการอบรมศีลธรรม จริยธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก พร้อมกับวางมาตรการและกำหนดหลักเกณฑ์การอบรมให้ถือปฏิบัติให้เป็นไปในรูปแบบเดียวกัน

## ๕.๒ อภิปรายผล

จากสรุปผลการวิเคราะห์การศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด” ในแต่ละประเด็นสามารถอธิบายได้ ดังนี้

### ๕.๒.๑ สรุปผลการวิเคราะห์สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง

#### ๕.๒.๑.๑ จากสรุปผลการวิเคราะห์สภาพปัญหาด้านร่างกาย

พบว่า จำนวนผู้ต้องขังที่มีจำนวนมากและคดีต่างๆ ต้องปะปนกัน ส่งผลต่อสุขภาพร่างกาย เช่น การนอนไม่หลับ การรับประทานอาหาร การรักษาพยาบาล การดูแลสุขภาพ สถานที่ออกกำลังกาย มีข้อจำกัด บางครั้งอาจทำให้การดูแลรักษาสุขภาพกายไม่เป็นไปตามสุขลักษณะที่ดี ทำให้มีผลกระทบแก่สุขภาพจิตได้ อภิปรายได้ว่า เรือนจำกลางระยอง ประสบปัญหาความแออัดของผู้ต้องขังที่มีจำนวน ซึ่งต้องควบคุมปะปนกันอยู่ในคดีต่างๆ เนื่องจากไม่มีห้องขังที่มีจำนวนมากพอ จึงทำให้ผู้ต้องขังประสบปัญหาทางกาย ผู้ต้องขังที่ถูกจำคุกเป็นครั้งแรก จัดว่าเป็นผู้ต้องขังที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการผ่านระบบสังคมของเรือนจำ โดยเฉพาะผู้ต้องขังที่เพิ่งเริ่มสัมผัสการเข้ามาใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำ ย่อมจะต้องมีการปรับตัวมากกว่าการใช้ชีวิตปกตินอกเรือนจำ ด้วยสภาพของสังคมในเรือนจำที่แตกต่างจากสังคมภายนอกอย่างชัดเจน โดยเฉพาะรูปแบบของการดำรงชีวิตที่ถูกจำกัดอิสรภาพ และต้องอยู่ร่วมกับคนหมู่มาก การต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของทางเรือนจำ การกินอยู่หลับนอน การต้องเปลี่ยนสภาพแวดล้อม สังคม และที่อยู่อาศัย โดยเฉพาะการที่ต้องถูกแยกห่างออกจากสมาชิกในครอบครัว การสูญเสียอาชีพ การสูญเสียโอกาสต่างๆ ทางสังคม ความกลัว จากการถูกลงโทษ และความไม่แน่นอนในผลลัพธ์ทางคดี โดยเฉพาะช่วงระยะเวลาของ การพิจารณาคดีของผู้ต้องขังระหว่าง ดังนั้น การที่จะสามารถแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังเหล่านี้ได้สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการต่างๆ ต้องเข้าใจถึงธรรมชาติพื้นฐานความต้องการของ มนุษย์หากไม่ได้รับการตอบสนองก็จะไปสู่สภาพ “Metpathology” คือ ชีวิตที่ไม่มีคุณค่าไร้ความหมาย มีชีวิตที่ไม่สมบูรณ์ แต่ถ้ารู้สึกตนเองมีค่าก็เป็นลักษณะสำคัญของการปรับตัวที่ดี[๑] ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ศิรินภา นาคธน** ที่ได้แสดงความเห็นไว้ว่าความต้องการของผู้ต้องขังเข้าใหม่คือ การนำเอาระบบเรือนจำมาเป็นมาตรฐานในการลงโทษผู้กระทำผิดนั้นได้มีพัฒนาการ มากกว่า ๒ ศตวรรษ โดยหวังว่าการใช้ระบบเรือนจำจะเป็นมาตรการลงโทษที่มีมนุษยธรรม และให้ประโยชน์แก่สังคมมากกว่าการลงโทษโดยการเฆี่ยนตี และทรมานแบบดั้งเดิม แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไประบบเรือนจำได้สะท้อนให้เห็นผลกระทบทั้งต่อตัวผู้กระทำผิดเองและต่อสังคม โดยส่วนรวมหลายประการ เมื่อแนวความคิดในระยะหลังเริ่มตระหนักว่าผู้กระทำผิดที่ส่งเข้าไปอยู่ในเรือนจำเป็นผู้มีความบกพร่องทางบุคลิกภาพและทาง

---

[๑] ศิรินภา นาคธน, “การปรับตัวของผู้ต้องขังระหว่างการพิจารณาคดีในชั้นสอบสวนที่ต้องโทษครั้งแรกในเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานครและทัณฑสถานหญิงธนบุรี”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๑.

สังคม ดังนั้น การปรับปรุงแก้ไขให้ผู้กระทำผิด โดยเฉพาะที่กระทำผิดโดยพลั้งพลาดหรือไม่มีสันดานเป็นผู้ร้ายหรือโหดเหี้ยมให้สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมภายนอกได้ภายหลังการพ้นโทษจึงเป็นสิ่งจำเป็น[๒]

**๕.๒.๑.๒ จากสรุปผลการวิเคราะห์สภาพปัญหาด้านจิตใจ**

จากการศึกษาสรุปได้ว่า ผู้ต้องขังกระทำความผิดอยู่ร่วมกันอย่างแออัด จึงทำให้เกิดการกระทบกระทั่งทางจิตใจ บางคนเกิดภาวะความเครียดเกี่ยวกับคดีความ มีความวิตกกังวล ยอมรับไม่ได้กับสภาพการเป็นอยู่ของผู้ต้องขัง จึงทำให้จิตใจหดหู่ และนำไปสู่ปัญหาอื่นๆ เช่น ภาวะความซึมเศร้า หวาดกลัว มีพฤติกรรมที่เอาแต่ใจตัวเอง มีโทสะมาก เครียดแค้นชิงชัง อาฆาตพยาบาท ขาดคุณธรรมจริยธรรม เป็นต้น อภิปรายได้ว่า ผู้ต้องขังที่ถูกจำคุกเป็นครั้งแรก ที่เกิดความกลัวจากการสูญเสียอาชีพ การสูญเสียโอกาสต่างๆ ทางสังคม ความกลัวจากการถูกลงโทษ และความไม่แน่นอนในผลลัพธ์ทางคดี การปรับตัวยังรับสภาพไม่ได้ ถึงแม้ว่าเรือนจำได้จัดให้มีกิจกรรมวันสำคัญๆ ทางศาสนาและวันสำคัญของชาติให้กับผู้ต้องขัง มีพิธีกรรมตามขนบธรรมเนียมประเพณี การจัดเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ทางด้านศาสนา จริยธรรม ศีลธรรม รวมทั้งพระภิกษุสงฆ์ มาให้ความรู้เกี่ยวกับพระธรรม วินัย ศีลธรรม ฝึกวิปัสสนา ฝึกสมาธิ เพื่อขัดเกลาจิตใจเป็นประจำ เพื่อให้ผู้ต้องขังลดความเครียดและความวิตกกังวล จึงได้มีการสอนแนวทางในการประพฤติ ปฏิบัติซึ่งถือว่าเป็น กรรมดี เพื่อที่จะนำมาซึ่งการการขจัดปัดเป่าความทุกข์ ได้แก่ การฝึกอบรมความประพฤติ การฝึกอบรมจิต และการทำปัญญาก็ตาม แต่ก็มักมีการทะเลาะวิวาทกับผู้ต้องขังอื่น ไม่ตั้งใจทำงานหรือหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และเจ็บป่วยด้วยอาการเครียดบ่อยๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **อัณณพ ชูบำรุง** ได้กล่าวไว้ว่า ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดอาชญากรรมตามหลักพระพุทธศาสนามี ๓ ปัจจัยใหญ่ๆ คือ ๑) ปัจจัยทางจิต พุทธศาสนาเน้นปัจจัยนี้ต่างจากปัจจัยในทางอาชญาวิทยา ในปัจจุบัน อาชญาวิทยามักจะเน้นปัจจัยทางจิต (Mental Factors) ในแง่ของความก้าวร้าว ความรู้สึกมุ่งร้าย ความเห็นแก่ตัว ความเก็บกด โรคจิต โรคประสาท ความผิดปกติของบุคลิกภาพ ว่าเป็นปัจจัยสำคัญทำให้เกิดอาชญากรรม ส่วนพุทธศาสนาเน้นเรื่องปัจจัยทางจิตในส่วนลึก หรือเรียกว่าปัจจัยทางวิญญาณ (Spiritual Factors) คนที่ประกอบอาชญากรรมก็คือคนที่เป็นโรคทางวิญญาณจนมิอาจจะชั่งใจของตนเองทำให้เกิดความโลภ ความโกรธ และความหลงจนเกิดเหตุ เมื่อเกิดโลภ ความโกรธหลงจนเกิดเหตุ จึงทำให้คนคิดผิด พูดผิด เพราะการกระทำใดที่ผิดกฎหมายอาญาก็กลายเป็นอาชญาไปความโลภ ความโกรธ ความหลงเรียกร่วมว่ากิเลส หรือสภาพที่ทำให้จิตเศร้าหมองนั่นเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาจากกาม ๒) ปัจจัยทางสังคม พุทธศาสนาเน้นมากก็คือ การคบค้าสมาคมกับคนชั่ว ซึ่งเรื่องนี้สอดคล้องกับความคิดของนักอาชญาวิทยาที่สำคัญคือ Southland ที่กล่าวว่า อาชญากรรมเกิดจากการเรียนรู้ อันเนื่องมาจากการคบค้าสมาคมกับผู้ที่ประพฤติตนเป็นอาชญากรรม หรือผู้ที่สอน อันเนื่องจากประกอบอาชญากรรม ทำให้ผู้คบค้าสมาคมเกิดการเรียนรู้เทคนิค ทัศนคติ และค่านิยมในการกระทำความผิด พุทธศาสนาได้อุปมาอุปมัยไว้ว่า ก็เหมือนกับการเอาหญ้าคาไปห่อปลาร้า ย่อมเน่าเหม็นนั้นคือ อาจจะทำความผิดกฎหมายกลายเป็นอาชญากรไปได้นั่นเอง กล่าวโดยสรุปการคบคนชั่ว เป็นมิตรย่อมทำให้เกิดความเห็นผิดหรือมิจฉาทิฐิ ย่อมทำให้เกิดอาชญากรรมได้ ปัจจัยที่

---

[๒] นัทธี จิตสว่าง, **หลักทัณฑวิทยา.** (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพิบูลสงเคราะห์, ๒๕๔๑), หน้า ๑๔.

เกี่ยวกับสังคมอีกอย่างหนึ่งก็คือ ปัจจัยทางเศรษฐกิจในเรื่องนี้ ได้ให้ความสำคัญกับปัญหาความยากจนหรือ ความขัดสนโดยเฉพาะความขัดสน หากไม่ได้รับการแก้ไขโดยผู้มีอำนาจในการปกครองบ้านเมืองอย่างทันที จะทำให้เกิดความเบียดเบียน การปล้นชิง ลักขโมยพฤติกรรมเช่นนี้อาจจะแก้ไขได้ด้วยการลงโทษอย่างเป็นทางการ แต่ต้องแก้ไขให้ประชาชนได้ประกอบอาชีพความควรแก่ฐานะ มีการเพิ่มทุนให้ประชาชนก็จะไม่เบียดเบียนกัน จะรักใคร่ปรองดองกัน บุคคลจะไม่มีความวิตกว่าจะมีการปล้น หรือลักขโมยทรัพย์สิน อีกต่อไป ๓) ปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ในที่นี้พิจารณาเฉพาะปัจจัยภายนอก ที่มีส่วนจูงใจให้เกิดการกระทำผิด สิ่งจูงใจที่ทำให้เกิดการกระทำผิดเท่าที่ค้นพบได้แก่สถานที่ สิ่งเสพติด อาวุธ เวลาที่ไม่สมควร และวัตถุที่รัก สถานที่เปลี่ยวหรือสถานที่ที่เสี่ยงต่อการถูกจับกุม ย่อมง่ายต่อการประกอบอาชญากรรม สิ่งเสพติดนั้นย่อมทำให้คนตั้งตนอยู่ในความประมาทและขาดสติ ทำให้เกิดความเห็นผิดและประกอบอาชญากรรมต่อไป อาวุธหากมีมากมายแพร่หลายจนเกินไป หรือขาดการควบคุมย่อมส่งผลให้เกิดอาชญากรรมได้มาก เวลาที่ไม่สมควรหรือเวลาค่ำคืนก็ย่อมทำให้คนเห็นผิด ก่อให้เกิดอาชญากรรมได้เช่นกัน ประการสุดท้ายวัตถุอันเป็นที่รักหรือของมีค่าต่าง ๆ ก็อาจจะให้คนหลงผิด เกิดความเห็นผิดซึ่งอาจจะนำไปสู่การกระทำความผิดได้เหมือนกัน[๓] **มารุณ ตะพานทอง** “ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผ้ต้องขังเข้าใหม่ : ศึกษาเฉพาะกรณีเรือนจำจังหวัดชัยนาท” พบว่าผู้ต้องขังเข้าใหม่มีความเห็นว่า สิ่งที่มีส่วนช่วยในการปรับตัวให้เข้ากับเรือนจำ คือ การนันทนาการ การดูหนัง ฟังเพลง เพื่อระบายความเครียด พูดคุยกับเพื่อนผู้ต้องขัง การเล่นกีฬา และนันทการ เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ภาคปฏิบัติตนให้อยู่ในกฎ ระเบียบ เจ้าหน้าที่ และครอบครัวด้านความวิตกกังวล พบว่า เมื่อผู้ต้องขังเข้ามาอยู่ในเรือนจำ เลิกวิตกกังวลในเรือง การทำ ผิดวินัย คดีความที่ยังไม่ตัดสินเด็ดขาด ความเจ็บป่วย การรักษาพยาบาล ห่วงกังวลในเรื่องของครอบครัว การอยู่ร่วมกับกลุ่มคนขนาดใหญ่ ในเรือนจำ การปรับตัวเข้ากับสถานที่ สิทธิ ประโยชน์ต่างๆ ของผู้ต้องขัง[๔]

**๕.๒.๑.๓ จากสรุปผลการวิเคราะห์สภาพปัญหาด้านสังคม**

จากการศึกษาพบว่า ผู้ต้องขังส่วนใหญ่สถานภาพหย่าร้าง และแยกกันอยู่ การปรับตัวทางด้านลังคมของผู้ต้องขังอยู่ในระดับปานกลาง ความกังวลในความสัมพันธ์ของครอบครัว ผู้ต้องขังกังวลเรื่องการที่สังคมอาจจะไม่ยอมรับ เมื่อพ้นคดีแล้วจะประกอบอาชีพอะไร การถูกจำกัดสิทธิในการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ ความกังวลต่อการใช้ห้องน้ำ ห้องส้วม เนื่องจากไม่มิดชิด อภิปรายได้ว่า วิกฤตินักโทษล้นคุกครั้งนี้ ผู้ต้องขังส่วนใหญ่เป็นผู้ต้องขังรายสำคัญซึ่งกำแพงหรือตรวนไม่สามารถคุมขังได้มั่นคง จะต้องกันพื้นที่แยกเด็ดขาดตัดสัญญาณโทรศัพท์มือถือไม่ให้รวมตัวเครือข่ายติดต่อกับผู้ต้องขังรายอื่นได้ เช่น พ่อค้าจากแก๊งค้ายาเสพติด ซึ่งมีลักษณะโทษสูงหรือมีลักษณะพิเศษ เข้าแล้วไม่ออก ต้องคุมขังในเรือนจำความมั่นคงสูง แต่เมื่อเรือนจำมีผู้ต้องขังล้นทำให้ต้องถ่ายโอนผู้ต้องขังกลุ่มนี้จากเรือนจำความมั่นคงสูงสู่ความมั่นคงปานกลาง ขณะที่เรือนจำมั่นคงสูงก็ไม่มั่นคงสูงจริง ดังนั้นทางแก้จึงต้องใช้เทคโนโลยีเข้ามาคุมขังร่วมกับการปรับปรุงทางกายภาพขยาย

---

[๓] อัณณพ ชูบำรุง, **ทฤษฎีอาชวิทยา**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ O.S. Printing House Co.Ltd., ๒๕๒๗), หน้า ๕๐.

[๔] มารุต ตะพานทอง,“ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผ้ต้องขังเข้าใหม่ : ศึกษาเฉพาะกรณีเรือนจำจังหวัดชัยนาท”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (คณะศิลปศาสตร์: มหาวิทยาลัยเกริก, ๒๕๕๒), หน้า (๒).

อาคารสถานที่ เช่น อาจไปสร้างเรือนจำบนเกาะ หรือที่คลองไผ่จังหวัดนครราชสีมาเพิ่ม ซึ่งมีสภาพพื้นที่เหมาะสม จากสภาพปัญหาทางกายภาพของกรมราชทัณฑ์ ทำให้เรือนจำกลางระยองมีผลกระทบในการปฏิบัติงานตามภารกิจ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ **สุมนทิพย์ จิตสว่าง** ได้ทำการศึกษาวิจัย เรื่อง “ปัจจัยที่ผลต่อพฤติกรรมการกระทำความผิดของนักโทษประหารชีวิต” ได้กล่าวถึงสาเหตุของการกระทำความผิดของผู้ต้องขังโทษประหารชีวิตไว้ว่า สาเหตุที่นักโทษประหารชีวิตประกอบอาชญากรรมจนกระทั้งต้องโทษประหารชีวิต เนื่องมาจากมีเจตนำนงเสรี (Free will) ในการเลือกกระทำ โดยเห็นว่า การประกอบอาชญากรรมก่อให้เกิดความสุขหรือตอบสนองต่อความต้องการทางจิตใจ สภาพแวดล้อม และปัจจัยต่างๆ (Determinism) สภาพร่างกายหรือจิตใจที่ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการประกอบอาชญากรรม การเรียนรู้พฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องทั้งจากเพื่อนโดยผ่านการคบหาสมาคมหรือการเรียนรู้ผ่านสื่อมวลชน การขาดความรักความผูกพันต่อครอบครัวหรือสังคม การถูกตีตราจากสังคมว่าเป็นอาชญากรหรือคนไม่ดี [๕] และยังสอดคล้องกับ **อัณณพ ชูบำรุง** ได้กล่าวไว้ว่า ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดอาชญากรรมตามหลักพระพุทธศาสนามี ๓ ปัจจัยใหญ่ๆ คือ ๑) ปัจจัยทางจิต ๒) ปัจจัยทางสังคม พุทธศาสนาเน้นมากก็คือ การคบค้าสมาคมกับคนชั่ว ซึ่งเรื่องนี้สอดคล้องกับความคิดของนักอาชญาวิทยาที่สำคัญคือ Southland ที่กล่าวว่า อาชญากรรมเกิดจากการเรียนรู้ อันเนื่องมาจากการคบค้าสมาคมกับผู้ที่ประพฤติตนเป็นอาชญากรรม หรือผู้ที่สอนอันเนื่องจากประกอบอาชญากรรม ทำให้ผู้คบค้าสมาคมเกิดการเรียนรู้เทคนิค ทัศนคติ และค่านิยมในการกระทำความผิด พุทธศาสนาได้อุปมาอุปมัยไว้ว่า ก็เหมือนกับการเอาหญ้าคาไปห่อปลาร้า ย่อมเน่าเหม็นนั้นคือ อาจจะทำความผิดกฎหมายกลายเป็นอาชญากรไปได้นั่นเอง กล่าวโดยสรุปการคบคนชั่ว เป็นมิตรย่อมทำให้เกิดความเห็นผิดหรือมิจฉาทิฐิ ย่อมทำให้เกิดอาชญากรรมได้ ปัจจัยที่เกี่ยวกับสังคมอีกอย่างหนึ่งก็คือ ปัจจัยทางเศรษฐกิจในเรื่องนี้ ได้ให้ความสำคัญกับปัญหาความยากจนหรือ ความขัดสนโดยเฉพาะความขัดสน หากไม่ได้รับการแก้ไขโดยผู้มีอำนาจในการปกครองบ้านเมืองอย่างทันที จะทำให้เกิดความเบียดเบียน การปล้นชิง ลักขโมยพฤติกรรมเช่นนี้อาจจะแก้ไขได้ด้วยการลงโทษอย่างเป็นทางการ แต่ต้องแก้ไขให้ประชาชนได้ประกอบอาชีพความควรแก่ฐานะ มีการเพิ่มทุนให้ประชาชนก็จะไม่เบียดเบียนกัน จะรักใคร่ปรองดองกัน บุคคลจะไม่มีความวิตกว่าจะมีการปล้น หรือลักขโมยทรัพย์สิน อีกต่อไป ๓) ปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ในที่นี้พิจารณาเฉพาะปัจจัยภายนอก ที่มีส่วนจูงใจให้เกิดการกระทำผิด[๖]

---

[๕] สุมนทิพย์ จิตสว่าง, “ปัจจัยที่ผลต่อพฤติกรรมการกระทำความผิดของนักโทษประหารชีวิต”, **ดุษฎีนิพนธ์อาชญาวิทยา,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔), หน้า ๙๑-๙๒.

[๖] อัณณพ ชูบำรุง, **ทฤษฎีอาชญาวิทยา**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ O.S. Printing House Co.Ltd., ๒๕๒๗), หน้า ๕๐.

**๕.๒.๒ จากสรุปผลการวิเคราะห์กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังตามแนวพุทธ**

พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นของต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณาการ โดยภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาเป็นด้าน โดยเรียงตามลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านร่างกาย ตามลำดับ สามารถอภิปรายได้ดังนี้

**๕.๒.๒.๑ ด้านร่างกาย** พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก อภิปรายได้ว่า การได้เล่นกีฬา เป็นการสร้างสุขภาพที่แข็งแรง ควบคู่กับการได้รับอาหาร ๕ หมู่ การใช้คำพูดที่สุภาพ การร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตร การฝึกระเบียบวินัยการใช้ชีวิต การดื่ม กิน การเดิน การนั่ง การปฏิบัติตนตามระเบียบข้อบังคับของเรือนจำและกฎหมาย การฝึกร่างกายบริหารให้แข็งแรง สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองให้อยู่ในระเบียบวินัยของเรือนจำกรอบศีล ๕ และสามารถนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข เป็นการฝึกให้มีการรู้ตัวอยู่ตลอด ทำให้มีความเกรงใจ อ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้อื่นเสมอ ได้เข้าร่วมกิจกรรมการทำบุญ ฟังและธรรมปฏิบัติธรรม ที่เรือนจำกลางระยองจัดขึ้น ทำให้ท่านเข้าใจชีวิต รู้สึกร่างกายสบายใจคลาย ละเว้นการประพฤติผิดศีล ๕ เช่น เลิกฆ่าสัตว์ลัก ขโมย ไม่เสพของมึนเมา เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางปฏิบัติของ สหประชาชาติว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง การคุ้มครองสิทธิผู้ต้องขังไทยตามแนวทางสิทธิมนุษยชนและมาตรฐานขั้นต่ำแห่งองค์การ สอดคล้องกับ มาตรฐานสากล ซึ่งปรากฏในประเด็น ดังต่อไปนี้ ๑) สิทธิการได้รับอาหาร เป็นสิทธิที่จำเป็นที่สุดสำหรับการดำรงชีวิต มาตรฐานสากลจึงกำหนดให้รัฐ มีหน้าที่ต้องน้ำดื่มที่สะอาด และอาหารที่มีคุณภาพ ในปริมาณที่เพียงพอ เหมาะสมกับความต้องการของ ผู้ต้องขังเพื่อให้เกิดสุขภาพพลานามัยที่แข็งแรง ปัจจุบัน เรือนจำของไทยทุกแห่ง มีการจัดให้ผู้ต้องขังได้รับ ประทานอาหารวันละ ๓ มื้อ โดยให้มีความหลากหลายและเหมาะสมกับผู้ต้องขังในแต่ละประเภท อีกทั้งได้จัดน้ำดื่มที่สะอาด ไว้ในปริมาณที่เพียงพอกับความต้องการของผู้ต้องขัง ทางปฏิบัติเช่นนี้จึงให้ความคุ้มครอง ผู้ต้องขังไว้มากกว่าที่กำหนดไว้ในมาตรฐานสากล แต่อย่างไรก็ตาม บทบัญญัติในกระทรวงมหาดไทยออกตาม ๒) สิทธิการได้รับเครื่องนุ่งห่มหลับนอน ตามมาตรฐานสากลได้กำหนดให้ผู้ต้องขังได้รับการดูแลเรื่อง ความสะอาดและอนามัยส่วนตัวจากรัฐ รวมทั้งอนุญาตให้ใส่เสื้อผ้าส่วนตัวได้ หรือให้เรือนจำจัดหาเสื้อผ้าที่มี ลักษณะที่เหมาะสม ๓) **สิทธิได้รับการรักษาพยาบาล เป็นมาตรฐานสากลที่กำหนดให้ทุกเรือนจำทุกแห่ง มีแพทย์อย่างน้อย ๑ คน ๔)** การบริการเกี่ยวกับที่อยู่อาศัย บทบัญญัติในกฎหมายไทยไม่พบเรื่องมาตรฐานสภาพที่อยู่อาศัยของ เรือนจำตามพระราชบัญญัติราชทัณฑ์หรือกฎกระทรวงฯ ว่าต้องมีขนาดพื้นที่เท่าใด ต้องจัดการพื้นที่ใช้สอยอย่างไรบ้างและสิทธิในการเกี่ยวกับสิ่งบันเทิงและการพักผ่อนหย่อนใจ[๗]

---

[๗] United Nations Standard Minimum Rules for the Treatment of Prisoners ค.ศ.1957, อ้างใน ณัฐยา จรรยาชัยเลิศ, “หลักประกันสิทธิผู้ต้องขัง: กรณีศึกษาสิทธิในการดำรงชีวิต”, **วิทยานิพนธ์นิติศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๘), หน้า ๒๕.

**๕.๒.๒.๒ ด้านจิตใจ** โดยภาพรวม พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด อภิปรายได้ว่า การเข้าเรือนจำแรกๆ รู้สึกอึดอัด ว้าเหว่ ไม่สะดวกสบาย มีความวิตกกังวล เมื่อเรือนจำได้นำโครงการ “เรือนจำเรือนธรรม” ทำให้เข้าใจชีวิตเกิดความตั้งมั่นในการทำความดี หลีกหนีความชั่ว ละความยึดมั่นในตัวตนได้ มีสติสัมปชัญญะ ยอมรับการกระทำผิดของตนเอง คลายความตึงเครียด ความวิตกกังวล ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น สามารถอยู่กับปัจจุบันได้ดี จิตไม่ฟุ้งซ่าน ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต เสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม ตามหลักพระพุทธศาสนา เรื่องกรรม กิเลส ความเชื่อเรื่องบุญ บาป ทำให้รู้จักหลักการดำเนินชีวิตในเรือนจำมีความสุข รู้จักปล่อยวาง จิตใจผ่องใส พบสัจธรรม เห็นความไม่เที่ยงของชีวิตและสรรพสิ่งต่างต่างๆ ความยึดมั่น คลายทุกข์ นอนหลับมีสติอยู่กับตัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วรพิมพ์สุข ผ่องสมัย เรื่องศึกษากระบวนการพัฒนาจิตใจของผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำกลางระยองตามหลักพุทธธรรมสรุปว่า กระบวนการพัฒนาจิตใจแบบบูรณาการตามหลักพุทธธรรมผู้ต้องขังหญิงเห็นด้วยในระดับมาก[๕] โดยการจัดการเรียนการสอนเน้นการปฏิบัติจิตภาวนาสอดแทรกหลักธรรมที่ใช้ในชีวิตประจำวัน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าผู้ต้องขังมีความคิดเห็น ในระดับมากที่สุดและระดับมากตามลำดับ คือ กระบวนการฝึกอบรมควรเน้นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน การเจริญสติหรือการเจริญจิตตภาวนาควบคู่กับการสอนคติธรรม เพื่อการนำมาใช้ในชีวิตประจำวันขณะต้องโทษได้จริง กระบวนการอบรมทำให้รู้สึกศรัทธา ไม่รู้สึกเครียดหรือเบื่อหน่ายเมื่อได้ปฏิบัติธรรม, นั่งสมาธิหรือเจริญจิตภาวนา, ควรมีการปฐมนิเทศชี้แจงทำความเข้าใจหลักสูตรการปฏิบัติธรรมหรือการอบรมศีลธรรมให้เข้าใจ เพื่อสร้างศรัทธา ความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นกับตัวผู้ต้องขังก่อนที่จะอบรมจริง, ควรปฐมนิเทศให้เห็นความสำคัญของการนั่งสมาธิ เจริญสติภาวนาอันเป็นเป้าหมายการสร้างความพ้นทุกข์เกิดความสุขอย่างไร สามารถทำได้ทุกอิริยาบถ ของการดำเนินชีวิตคือยืนเดินนั่งนอนทุกเวลา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จันทิพย์ มันจะนา ที่ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การนำหลักพุทธธรรมไปใช้ในชีวิตของผู้ต้องขังเรือนจำบางขวาง กรณีศึกษาผู้ต้องขังตลอดชีวิตเรือนจำบางขวาง ซึ่งผลการวิจัยสรุปได้ว่า หลักพุทธธรรมสามารถนำมาใช้แก้ปัญหาในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำและสอนเรื่องจิตใจให้มีสภาพเข้มแข็ง รู้จักปล่อยวางอย่างมีความสุขในปัจจุบันได้ ซึ่งรูปแบบการอบรมพัฒนาจิตใจจะต้องเป็นแนวทางที่เหมาะสมสามารถนำหลักธรรมไปใช้ได้จริง และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สงวนพงษ์ จันกลิ่น ได้วิจัยเรื่อง “รูปแบบและแนวทางที่เหมาะสมในการอบรมศีลธรรมแก่ผู้ต้องขังในเรือนจำในเขต ๗” จากการศึกษาพบว่าแนวทางการอบรมศีลธรรมให้แก่ผู้ต้องขังในเรือนจำที่กรมราชทัณฑ์ดำเนินการอยู่ในปัจจุบัน เป็นแนวทางที่ควรจะต้องปรับปรุงให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม เรือนจำแต่ละแห่งมีผู้ต้องขังหนาแน่นแออัดยัดเหยียดไม่เหมาะสมต่อการพัฒนาจิตใจ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า การพัฒนาจิตใจ เป็นแนวทางที่จะทำให้ผู้ต้องขังสามารถกลับตัวกลับใจเป็นพลเมืองดีต่อไป เมื่อพ้นโทษและมีความประพฤติดีขณะถูกควบคุม จึงจำเป็นต้องดำเนินการต่อไป เพียงแต่ต้องหารูปแบบที่เหมาะสม ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยได้เสนอรูปแบบการอบรมศีลธรรมด้วยการฝึกสมาธิ โดยวิธีอานาปานสติ คือ การกำหนดลมหายใจเข้า

---

[๕] วรพิมพ์สุข ผ่องสมัย, “กระบวนการพัฒนาจิตใจของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางตามหลักพุทธธรรม”, **ดุษฎีนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

ลมหายใจออก เพราะเป็นการฝึกที่ไม่ต้องหาอุปกรณ์ช่วยฝึกใดๆ เลยเนื่องจากทุกคนมีลมหายใจคู่กับกายอยู่แล้ว และเมื่อได้รับคำแนะนำสั่งสอนจากผู้มีความรู้แล้ว ก็สามารถนำไปปฏิบัติได้ด้วยตนเองตลอดเวลา สามารถแยกอบรมเป็นกลุ่มตามฐานโทษ หรือการอบรมทั่วไป หรืออบรมผู้ต้องขังเข้าใหม่หรือแรกรับก็ได้[๙]

**๕.๒.๒.๓. ด้านสังคม** โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก อภิปรายได้ว่า เมื่อได้อบรมธรรมทำให้ได้กัลยาณมิตรที่คอยให้คำแนะนำ ช่วยเหลือในทางที่ถูกต้อง มีความเชื่อมั่นเรื่องกฎแห่งกรรม บาปบุญคุณโทษ ทำให้เห็นความทุกข์ของตนเอง และผู้อื่นตามความเป็นจริงเกิดความรัก ความเมตตาต่อตนเองเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ มองโลกในแง่ดี เห็นคุณค่าเวลาที่เหลืออยู่ ชนะใจตนเองมีความประพฤติอันพึงประสงค์ และมีความหวัง รักตนเอง ครอบครัว สำนึกผิด กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และสร้างเครือข่ายจริยธรรม เพื่อฝึกปฏิบัติทั้งอาชีพทั้งธรรม จะได้กลับไปประกอบอาชีพเมื่อพ้นโทษ ซึ่งเป็นไปตามที่ ทางสหประชาชาติได้ขอให้ยึดเป็นแนวปฏิบัติของทุกประเทศที่เป็นสมาชิกขององค์การสหประชาชาติ ฉะนั้น จุดประสงค์ที่นานาประเทศยึดถือเป็นหลักปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในปัจจุบัน จึงมุ่งหนักไปในทางให้การศึกษาอบรม แก้ไขจิตใจผู้ต้องขังให้กลับประพฤติตนเป็นพลเมืองดีโดยมีความเชื่อว่า การแก้ไขพฤติกรรมของผู้ต้องขังนั้น จะต้องมีการดำเนินการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังอย่างมีมนุษยธรรม และจัดสภาพความเป็นอยู่ในเรือนจำหรือทัณฑสถานไปในทางส่งเสริม ชักจูงให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้สึกว่ายังเป็นสมาชิกที่มีค่าต่อสังคม ทั้งนี้เพราะผู้ต้องขังที่เข้ามาอยู่ในเรือนจำ นอกจากจะมีชีวิตความเป็นอยู่ผิดปกติจากคนทั่วๆ ไปแล้ว การที่ต้องอยู่ในสถานที่ ซึ่งมีขอบเขตจำกัด ต้องประพฤติตนอยู่ในระเบียบวินัยของเรือนจำ ผู้ต้องขังยังเป็นผู้มีความทุกข์วิตกกังวล ทางด้านจิตใจที่ตนเองถูกแยกตัวออกจากครอบครัว บุตร ภรรยา[๑๐]

## ๕.๓ ข้อเสนอแนะ

### ๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้ให้ข้อสนับสนุน ว่า รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด สอดคล้องกับความต้องการของผู้ต้องขัง หญิงแสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพการทำงานของเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ และคุณภาพการบริหารดำเนินงานของทัณสถานหญิงกลาง โดยมีข้อเสนะแนะเชิงนโยบาย ดังนี้

๑. กรมราชทัณฑ์ ควรกำหนดเป็นนโยบายเน้นหนักในการแก้ไขพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดตามหลักพระพุทธศาสนา โดยจัดให้มีโครงการปฏิบัติธรรม เรือนจำเรือนธรรม หรือหลักสูตรการอบรมจิตภาวนาที่มีรูปแบบและวิธีการที่เหมาะสมกับผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดอย่างต่อเนื่อง รวมถึงมีการติดตามประเมินผล สนับสนุนงบประมาณ พัฒนาบุคลากรผู้รับผิดชอบ

---

[๙] สงวนพงษ์ จันกลิ่น, “รูปแบบและแนวทางที่เหมาะสมในการอบรมศีลธรรมแก่ผู้ต้องขังในเรือนจำในเขต ๗”, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๑).

[๑๐] พระบุญเติม วัฒนพรม, “การศึกษาและการพัฒนาโปรแกรมการยอมรับตนเองของผู้ต้องขังตามหลักอิทธิบาท ๔”, **ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**, สาขาจิตวิทยาการแนะแนว, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินวิโรฒ, ๒๕๕๓), หน้า ๒๗.

ให้มีศักยภาพพร้อมในการปฏิบัติงาน ตามนโยบายอย่างมีประสิทธิภาพ โดยจัดอบรมปฏิบัติธรรมตามโครงการราชทัณฑ์ราชธรรม ให้ทั่วถึงต่อเนื่อง

๒. กรมราชทัณฑ์ควรนำผลการวิจัยไปบูรณาการร่วมกับองค์กรต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สำนักปฏิบัติธรรม กรมการศาสนา ฯลฯ เป็นต้นเพื่อลงนามความร่วมมือพัฒนารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการ หรือหลักสูตรการอบรมพัฒนาจิตใจตามหลักพระพุทธศาสนาให้เป็นมาตรฐานในแนวทางปฏิบัติ โดยมีการศึกษาวิจัยทดลองประกาศใช้ให้เรือนจำ ทัณฑสถานปฏิบัติเป็นภารกิจหลักให้มีประสิทธิผลอย่างต่อเนื่อง

๓. เรือนจำกลางระยองควรให้ความสำคัญ กับการจัดอบรมโครงการปฏิบัติธรรมตามรูปแบบวิถีการปฏิบัติตน อาทิ ควรจัดสถานที่ให้สัปปายะ การคัดเลือกผู้ต้องขังเฉพาะกลุ่มเข้าอบรมพัฒนาจิตใจ ตามหลักพุทธธรรมเฉพาะนักโทษหญิงให้เกิดประโยชน์สูงสุด

๔. เรือนจำกลางระยองควรนำผลการวิจัยไปพิจารณา เป็นข้อมูลในการบริหารดำเนินงานหรือกำหนดวิถีการปฏิบัติตนของผู้ต้องขังหญิง โดยเฉพาะในคดีเด็ดขาด ให้มีคุณภาพชีวิตที่เหลืออยู่ให้เกิดอิสระทางกาย ยอมรับความจริง เรื่องกฎแห่งกรรม เกิดเป็นอานิสงส์ในการช่วยมนุษย์ให้พ้นทุกข์ได้ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา

๕. รัฐบาลควรกำหนดเป็นนโยบายเร่งด่วน ให้การสนับสนุนงบประมาณและเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานด้านการแก้ไขพัฒนาจิตใจผู้กระทำผิดให้กรมราชทัณฑ์ดำเนินงานพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังโทษประหารชีวิต และผู้กระทำผิดอย่างจริงจัง เป็นการแก้ปัญหาจากต้นเหตุตามแนวคิดที่ว่า ทุกอย่างอยู่ที่ใจ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า “จิตเป็นนายกายเป็นบ่าว” หลักการละกิเลส คือ การกำหนดดูรู้ทันจิตใจตนเอง ด้วยการปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐานอย่างถูกต้อง จึงจะสามารถพัฒนาแก้ไขผู้กระทำผิดได้อย่างแท้จริง

๖. เจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ที่มีหน้าที่ในการอบรม พัฒนาจิตใจควรเป็นผู้ที่มีวิสัยทัศน์มุ่งมั่นในการปฏิบัติหน้าที่ เช่น การจัดอบรมตามรูปแบบต้องทำตามวิธีการโดยละเอียดทุกขั้นตอน การควบคุมผู้ต้องขังทั้งในหน้าที่ปกติ และการเข้าเวรรักษาการณ์ควรเอาใจใส่ให้การชี้แนะวิถีการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรมตลอดเวลา เช่นการกำหนดสติไว้กับตนเอง การคิดดี ทำดี งดเว้นความชั่ว เชื่อฟังเจ้าหน้าที่ ไหว้พระ สวดมนต์

**๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป**

๑. ควรทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ “การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการของผู้ต้องขังชายโทษประหารชีวิตของกรมราชทัณฑ์”

๒. ควรทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ “วิเคราะห์เปรียบเทียบความต้องการในการอบรมพัฒนาจิตใจตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังชายกับผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดของกรมราชทัณฑ์”

๓. ควรทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “กระบวนทัศน์ของผู้บริหารกับการอบรมพัฒนาจิตใจด้วยหลักพุทธธรรมผู้ต้องขังโทษประหารชีวิตของกรมราชทัณฑ์”

๔. ควรทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จของวิถีการปฏิบัติตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องโทษประหารชีวิต”

# บรรณานุกรม

## ๑. ภาษาไทย

### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

#### (๑) หนังสือ

กรมราชทัณฑ์. **แผนปฏิบัติการ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ฉบับที่ ๑ พ.ศ, ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖).** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชทัณฑ์, ๒๕๕๔.

_____. **แผนปฏิบัติการ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ฉบับที่ ๒ พ.ศ.๒๕๕๗-๒๕๖๐**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชทัณฑ์, ๒๕๕๗.

กฤตยา อาชวนิจกุลและกุลภา วจนสาระ. **การขับเคลื่อนคุกไทยสู่เรือนจำสุขภาวะ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๖๐.

_____. **ผู้ต้องขังหญิง: สถานการณ์และข้อเสนอเชิงนโยบาย**. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๘.

๒๕๕๐.

จำเนียร ช่วงโชติ. **เมื่อข้าพเจ้าใช้ห้องพักในโรงพยาบาลเป็นห้องกรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๓๘.

นภาภรณ์ หะวานนท์ และคณะ. **ชีวิตที่ถูกลืม เรื่องเล่าของผู้หญิงในเรือนจำ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๕๕.

นวลศิริ เปาโลหิตย์. **การพัฒนาคุณภาพชีวิต.** นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๓.

นัทธี จิตสว่าง. **หลักทัณฑวิทยา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ราชทัณฑ์, มปพ.

บุญใจ ศรีสถิตย์นรากูร.รศ.ดร. **ระเบียบวิธีวิจัย: แนวทางปฏิบัติสู่ความสำเร็จ**. กรุงเทพมหานคร: ยูแอนด์ไอ อินเตอร์มีเดีย, ๒๕๕๐.

บุญทัน ดอกไธสง. **การจัดการทุนมนุษย์.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ตะวัน, ๒๕๕๑.

ประมุข สวัสดิมงคล. “แหล่งชุมชนกับปัญหายาเสพติด”. **เอกสารเผยแพร่.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สำนักเลขาธิการคณะรัฐมนตรี, ๒๕๒๑.

ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์. **คำอธิบายอาชญาวิทยาตามหลักจิตวิทยา. อาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๙,

พรชัย ขันตี และคณะ. **ทฤษฎีอาชญาวิทยา: หลักการ งานวิจัยและนโยบายประยุกต์.** กรุงเทพมหานคร: ส.เจริญการพิมพ์, ๒๕๕๘.

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). **คุณภาพชีวิตตามนัยแห่งพุทธธรรม**. ฉบับฉลองครบรอบ ๒๕ ปี. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์: สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา, ๒๕๕๗.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

_____. **พุทธธรรมฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๕ (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๕.

_____. **การศึกษาทางเลือก**: **สู่วิวัฒน์หรือวิบัติในยุคโลกไร้พรหมแดน.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๑.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรมการศาสนา, ๒๕๔๖.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **ภาวะผู้นำ**: ความสำคัญต่อการพัฒนาคน พัฒนาประเทศ. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๖.

พิสณุ ผ่องศรี. **วิจัยทางการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: บริษัท พร็อพเพอร์ตี้พริ้นท์,

พุทธทาสภิกขุ. **แก่นพุทธศาสน์.** กรุงเทพมหานคร: การพิมพ์พระนคร, ๒๕๑๔.

เย็นใจ เลาหวณิช. **การศึกษาแห่งชาติ**. การศึกษากับการพัฒนาคุณภาพชีวิต, ๒๕๒๓.

ศิริ ฮามสุโพธิ์. **ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต.** กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.พริ้นติ้งเฮ้าส์, ๒๕๔๓.

สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย. **แผนยุทธศาสตร์เพื่ออนุวัติข้อกำหนดกรุงเทพด้านมาตรการที่มิใช่การคุมขังสำหรับผู้กระทำผิดหญิง**.(กรุงเทพมหานคร: บริษัท ครีเอทีฟ กูรู จำกัด, ๒๕๕๘.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **นวโกวาท**. พิมพ์ครั้งที่ ๘๐. กรุงเทพมหานคร: มกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

สัญญา สัญญาวิวัฒน์. **ทฤษฎีสังคมวิทยาเนื้อหาและแนวการใช้เบื้องต้น.** กรุงเทพมหานคร: เจ้าพระยาการพิมพ์, ๒๕๓๓.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). **คุณภาพชีวิต การทำงาน และ ความสุข**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมดาเพลส จำกัด, ๒๕๕๖.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๘ พ.ศ.๒๕๔๐-๒๕๔๔**, ๒๕๔๐.

สำราญ จูช่วย. **การพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม.** กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยราชพฤกษ์, ๒๕๕๔.

สิปปนนท์ เกตุทัต. **การพัฒนาคุณภาพชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

สุจินต์ ธรรมชาติ. **การวิจัยภาคปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

สุพจน์ สุโรจน์ และคณะ. **กฎหมายอาญา: ภาคบทบัญญัติทั่วไป**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๕.

สุพรรณี ไชยอำพร และสนิท สมัครการ. **คุณภาพชีวิตของคนไทยเปรียบเทียบระหว่างเมืองกับชนบท.** กรุงเทพมหานคร: สำนักวิจัยสถาบันพัฒนาบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๓๔.

เสรี พงศ์พิศ. **ทิศทางหมู่บ้านไทย**. กรุงเทพมหานคร: เจริญวิทย์การพิมพ์, ๒๕๓๔.

อนุชาติ พวงสำลี และอรทัย อาจอ่ำ. **การพัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตและสังคมไทย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว), ๒๕๔๑.

อัณณพ ชูบำรุง. **ทฤษฎีอาชญาวิทยา.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๒๗.

**(๒) ดุษฎีนิพนธ์/วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์**

ณัฐยา จรรยาชัยเลิศ. “หลักประกันสิทธิผู้ต้องขัง: กรณีศึกษาสิทธิในการดำรงชีวิต”. **วิทยานิพนธ์ปริญญานิติศาสตรมหาบัณฑิต.** (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๘.

ทวีวัฒน์ อ่างนิลพันธ์. จ่าสิบเอก. “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการตามหลักพรหมวิหาร ๔: กรณีศึกษาจังหวัดทหารบกบุรีรัมย์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

บุญส่ง นิลแก้ว. “การประเมินหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวัดและประเมินผลการศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่”. **ปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๐.

พระบุญเติม วัฒนพรม. “การศึกษาและการพัฒนาโปรแกรมการยอมรับตนเองของผู้ต้องขังตามหลักอิทธิบาท ๔”. **ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต.** สาขาจิตวิทยาการแนะแนว. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินวิโรฒ, ๒๕๕๓.

พระมหาอิสรกานต์ ไชยพร. “การพัฒนาจิตตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๐.

พระมหาอิสรกานต์ ไชยพร. “การพัฒนาจิตตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๐.

เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม. “การพัฒนาวิถีการปฏิบัติตนตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังหญิงโทษประหารชีวิตของกรมราชทัณฑ์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

ชุลีรัตน์ เจริญพร และคณะ. "ปัญหาการจัดการคดียาเสพติด: กรณีผู้ต้องขังหญิง. **วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต.** กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรังสิต, ๒๕๕๙.

วรพิมพ์สุข ผ่องสมัย. “กระบวนการพัฒนาจิตใจผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลางตามหลักพุทธธรรม”. **วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

ศิรินภา นาคธน. “การปรับตัวของผู้ต้องขังระหว่างการพิจารณาคดีในชั้นสอบสวนที่ต้องโทษครั้งแรกในรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานครและทัณฑสถานหญิงธนบุรี”. **สารนิพนธ์ศิลปะศาสตรมหาบัณฑิต** . บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐.

สมภพ แจ่มจันทร์. “ประสบการณ์ทางจิตใจของผู้ต้องขังหญิงคดีฆาตกรรมในทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต** สาขาจิตวิทยาการปรึกษา. (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ๒๕๕๐.

สุดา อภิศักดิ์นานนท์. “ปัญหาและความต้องการด้านจิตใจของผู้ต้องขังหญิง ศึกษาเฉพาะกรณีของทัณฑสถานหญิงกลาง”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต** สาขาการบริหารงานยุติธรรม. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร, ๒๕๕๐.

สุมนทิพย์ จิตสว่าง. “ปัจจัยที่ผลต่อพฤติกรรมการกระทำความผิดของนักโทษประหารชีวิต” **วิทยานิพนธ์ดุษฎีนิพนธ์.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔.

**(๓) รายงานวิจัย**

จิรัฐกาล พงศ์ภคเธียร และคณะ. “การติดตามประเมินผลโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตมิติจิตใจของผู้ต้องขัง”. **รายงานวิจัย**. ศูนย์จิตปัญญา: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๕.

เฉลียว รอดเขียวและคณะ. “การประยุกต์หลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวบ้านในชุมชนตลาดวัดพระศรีรัตนมหาธาตุ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก”. **รายงานวิจัย**. คณะพุทธศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ปรีชญาณ์ นักฟ้อน. “การดำเนินนโยบายการบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังติดยาเสพติด ในเรือนจำของไทย”. **รายงานวิจัย.** ประจำภาควิชารัฐศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๘.

รุ่งโรจน์ โพธิ์ทอง. ว่าที่ร้อยตรี. “รูปแบบการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมสำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำพิเศษธนบุรี”.**รายงานวิจัย.** โครงการศึกษาหลังปริญญาโทมุ่งสู่ความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา, ๒๕๔๙.

**(๔) บทความ**

เจริญ นุชนิยม. “การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ”. **สันติศึกษาปริทรรศน์ มจร.** ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๒ (เมษายน - มิถุนายน ๒๕๖๑): ๖๑๙-๖๓๑.

ชัยวัฒน์ รัตนวงศ์ และคณะ. “การพัฒนากิจกรรมสิ่งแวดล้อมสร้างสรรค์เพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุ: กรณีศึกษาเรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์”. **วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น**. ฉบับพิเศษ. (พฤศจิกายน ๒๕๕๕): ๙๕-๑๐๒.

ชัยวัฒน์ รัตนวงศ์ และคณะ. “การพัฒนากิจกรรมสิ่งแวดล้อมสร้างสรรค์เพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุ: กรณีศึกษาเรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์”. **วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น**. ฉบับพิเศษ. (พฤศจิกายน ๒๕๕๕): ๙๕-๑๐๒.

นิศา ศิลารัตน์ และ ดร.สัญญพงศ์ ลิ่มประเสริฐ. "การดำเนินชีวิตในสังคมของอดีตผู้ต้องขังคดียาเสพติด". **การเงิน การลงทุน การตลาด และการบริหารธุรกิจ**. ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๔ (ตุลาคม–ธันวาคม ๒๕๕๖): ๓๐๙-๓๒๘.

พระสราวุฒิ ปญญาวุฑโฒ. “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวตามพระพุทธศาสนาในเขตเทศบาลตำบลวังหงส์ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่”. **มจร พุทธปัญญาปริทรรศน์**. ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๐): ๕๕-๖๖.

พัณณิน กิติพราภรณ์. “นานาทรรศนะ : ธุรกิจเพื่อคุณภาพชีวิต...ของใคร”. **วารสารเศรษฐกิจและบริหารธุรกิจ**. ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๑, (๒๕๓๑) : ๕๒.

เพลินใจ แต้เกษม. “การพัฒนารูปแบบและกระบวนการในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดของกรมราชทัณฑ์”. **เอกสารข่าวสารงานวิจัยและพัฒนา**. ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๑๒๐ (สิงหาคม ๒๕๕๕): ๑-๔.

รณกรณ์ เอกฉันท. “การพัฒนาตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังในเรือนจำไทย” **Veridian E-Journal**. ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๓ (กันยายน – ธันวาคม ๒๕๕๘): ๒๙๗-๓๑๓.

ระวี ภาวิไล. **คุณภาพชีวิตจดหมายข่าวสภาวะแวดล้อม.** สถาบันวิจัยสภาพแวดล้อม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (กันยายน ๒๕๒๓): ๑๙.

สุชาติ สมณะ และลัดดาวรรณ ณ ระนอง. “ปมของผู้ต้องขังที่มีต่อภารกิจคืนคนดีสู่สังคม”. **Veridian E-Journal Silpakorn University.** ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๐): ๑๑๐๕-๑๑๑๔.

สุชาติ หล้าอภัย พระครูสุธีคัมภีรญาณ วิ.. ผศ.ดร.. ดร.ทักษิณาร์ ไกรราช. “การประยุกต์ ใช้มหาสติปัฏฐานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ”. **ธรรมทรรศน์.** ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ตุลาคม ๒๕๕๙): ๗๕-๙๒.

สุนทร สุขทรัพย์ทวีผล. **การแก้ไขผู้กระทำผิดเชิงพุทธ**. ว.มรม. (มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์). ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-เมษายน ๒๕๕๙): ๑๙-๒๖.

สุมนทิพย์ จิตสว่าง และ นัทธี จิตสว่าง. "การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำ". **สังคมสงเคราะห์ศาสตร์.** ปีที่ ๒๔ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๕๙): ๗๘-๑๐๑.

สุมานพ ศิวารัตน์. “การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักไตรสิกขา”. **วารสารวิชาการสถาบันป้องกันประเทศ**. ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (มกราคม–เมษายน ๒๕๖๐): ๓๖-๔๘.

**(๕) เอกสารที่ไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่และเอกสารอื่น ๆ**

กรมราชทัณฑ์. “**คู่มือการจัดโปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังตามลักษณะแห่งคดี และพฤติการณ์การกระทำผิด**”. นนทบุรี: สำนักพัฒนาพฤตินิสัย, ๒๕๕๙ (อัดสำเนา).

_____. “**สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ รท. ๑๐๒ (ก) ประจำ วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๐**". นนทบุรี: ศูนย์ทะเบียนประวัติผู้ต้องขัง กองแผนงาน, ๒๕๖๐ (อัดสำเนา.

_____. **สรุปรายงานประเมินการปฏิบัติงานเรือนจำตามข้อกำหดนกรุงเทพ ประจำปี ๒๕๖๑.** นนทบุรี. กองพัฒนาพฤตินิสัย, ๒๕๖๑ (อัดสำเนา).

กองบริการทางการแพทย์ กรมราชทัณฑ์. **รายงานสุขภาพผู้ต้องขังหญิงประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๕** (อัดสำเนา)

นภัทร์ แก้วนาค. **เอกสารประกอบการสอน**. เรื่องเทคนิคการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Data Analysis Techic). (อัดสำเนา).

เรือนจำกลางระยอง. “**รายงานตัวชี้วัดการดำเนินงานตามมาตรฐาน ๕ ด้าน ประจำปี ๒๕๖๐**”. ระยอง. ฝ่ายยุทธศาสตร์แผนงาน, ๒๕๖๑ (อัดสำเนา).

_____. “**รายงานผลโครงการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ต้องขังติดยาเสพติด รูปแบบลูกเสือวิวัฒน์เพื่อพลังแผ่นดิน ประจำปี ๒๕๖๐**”. ระยอง: ส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง, ๒๕๖๐ (อัดสำเนา).

_____. “**รายงานผลการดำเนินงาน ประจำเดือนตุลาคม ๒๕๖๐**”. ระยอง: ฝ่ายบริหารทั่วไป, ๒๕๖๐ (อัดสำเนา).

_____. **สถิติจำนวนผู้ต้องขังหญิงประจำเดือนมกราคม ๒๕๖๐.** ระยอง: ฝ่ายควบคุม, ๒๕๖๐ (อัดสำเนา).

**(๖) สื่ออิเล็กทรอนิกส์**

วีระยุทธ แสนพง และจิระสุข สุขสวัสดิ์. (ม.ค.– มิ.ย. ๖๑). **“ประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำกลางบางขวาง”**. e-jodil.stou.ac.th. [ออนไลน์] แหล่งที่มา: **http://e-jodil.stou.ac.th** [๖ มีนาคม ๒๕๖๑].

สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (TIJ). **ข้อกำหนดกรุงเทพ: อีกหนึ่งหลักนิติธรรมเพื่อผู้ต้องขังหญิง.** [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.tijthailand.org/main/th/content/๕๔๒.html [๓ สิงหาคม ๒๕๖๐].

สมาคมนักวิจัยประชากรและสังคม. **โครงการขับเคลื่อนนโยบายการปฏิรูประบบเรือนจำผู้ต้องขังหญิงและกระบวนการยุติธรรมที่เกี่ยวข้อง (ฉบับย่อ)**. [ออนไลน์]: แหล่งที่มา http://www.ipsr.mahidol.ac.th/ ipsrbeta/ File Upload / PDF/News-๑๐๐.pdf [๓ กันยายน ๒๕๖๐].

สุมนทิพย์ จิตสว่าง.ดร.**อาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา.**[ออนไลน์], แหล่งที่มา: www.polsci.chula.ac.th/sumonthip/

**(๗) สัมภาษณ์/สนทนากลุ่ม**

จวน คงแก้ว อดีตผู้บัญชาการเรือนจำจังหวัดประจวบคีรีขันธ์
จำเนียร รักษาภักดี อนุศาสนาจารย์ เรือนจำจังหวัดสิงห์บุรี
ชญตว์ ไชยดี อนุศาสนาจารย์ ทัณฑสถานหญิงกลาง
นักโทษหญิงคดียาเสพติดเรือนจำกลางระยอง ที่เข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรม
ผกามาศ แสนมุก วิทยากร เจ้าหน้าที่ฝ่ายควบคุมแดนหญิง เรือนจำกลางระยอง
พระครูภาวนาสารบัณฑิต. ดร.
พระอาจารย์บัณฑิต สุจิณธัมโม พระวิปัสสนาจารย์ วัดไทรงามธรรมธาราม
พระอาจารย์วิบูลย์ ธัมปาโล พระวิปัสสนาจารย์โครงการเรือนจำเรือนธรรม
เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม วิปัสสนาจารย์โครงการเรือนจำเรือนธรรม
รัฐกฤษณ์ ใจจริง, พันตรี ผู้บัญชาการเรือนจำกลางระยอง
วีรยุทธ์ หาญขุนทด อนุศาสนาจารย์ ทัณฑสถานหญิงพิษณุโลก
สุวารี รวบทองศรี อดีตผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงพิษณุโลก
อรรถพล เรืองโรจน์ ผู้บังคับแดนความมั่นคงสูง เรือนจำกลางระยอง

**(๒). ภาษาอังกฤษ**

Darwin Cartwright. “Achieving Change in People: Some Application of Group Dynamics Theory” in Lawrence E. Hartrigg (ed.) Prison Within Society: A Reader in Sociology. Garden City. N.Y. Doubleday Anchor. 1965.

Francis A. Allen. In Richard Quinney. Crim and Justice in Society. Boston: little. Brown and Company. 1996.

James L.MaCary and Daniel E.Sheer.(eds.) Six Approaches to Psychotherapy. (New York: Dryden Press.1955.

Lee J. Cronbach. Essential of Psychological Testing. 3rd ed.. New york: Harper & Row Publishers. 1974.

Marc Ancel. Social Defense : A Modern Approach to Criminal Problems. New York: Schocken Books. 1966.

Maslow, Abraham, **Motivation and Personnality,** (New York : Harper and Row Publishers, 1970), p. 38.

Seymour L. Halleck. Psychiatry and the Dilemma of Crime. New York: Harper and Row. 1967.

Sue Titus Reid. Crime and Criminology. New York: Holt Rinehart and Winston.1982.

THE WHOQOL GROUP. The World Health Organization Quality of Life Assessment: position paper from the World Health Organization. (Social Sciences Medicine: 41 (10). 1995.

UNESCO. Indicator of Invironment Qaulity and Quality of life. Research and Socail Science. No 38. Paris : UNESCO. 1981.

Yamane Taro. Statistic: An Introductory Analysis. New York : Harpen and Row. 1967.

# ภาคผนวก

# ภาคผนวก ก
## แบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม เพื่อการวิจัย

**(ชุดที่ ๑)**
**แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย**
**เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงเชิงพุทธบูรณการ**
**(ใช้สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญหลักธรรม ธรรมปฏิบัติ ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง)**

**.....**

**ผู้ให้สัมภาษณ์ ชื่อ/สกุล.....ตำแหน่ง..... .....**
**ผู้สัมภาษณ์.....วันที่.....เดือน..... ปี พ.ศ.๒๕๖๒**

**๑. ท่านมีแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธ ด้านร่างกาย อย่างไร**
.....
.....
.....

**๒. ท่านมีแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธ ด้านจิตใจ อย่างไร**
.....
.....
.....

**๓. ท่านมีแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธ ด้านสังคม อย่างไร**
.....
.....
.....

**๔. ท่านมีแนวคิด และข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังพุทธบูรณาการ อย่างไร**
.....
.....
.....

**(ชุดที่ ๒)**
**แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย**
**เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงเชิงพุทธบูรณการ**
**(ใช้สัมภาษณ์ผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่างที่เข้าโครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม)**
**.....**

**สัมภาษณ์ครั้งที่ ๑ ก่อนเข้าร่วมอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรมเรือนจำกลางระยอง**

**ผู้ให้สัมภาษณ์ ชื่อ/สกุล..... .....อายุ..... ปี**
**การศึกษาสูงสุด..... ศาสนาที่นับถือ..... ..**
**กำหนดโทษ..... ปี ..... เดือน รับโทษมาแล้ว..... ปี ..... เดือน**
**อาชีพก่อนต้องโทษ..... รายได้ก่อนต้องโทษ ..... บาท/เดือน**
**ผู้สัมภาษณ์.....วันที่.....เดือน..... ..... ปี พ.ศ.๒๕๖๒**

**เรื่อง สภาพปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง**

**๑. ท่านมีปัญหาและความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ด้านร่างกาย อย่างไร**
**.....**
**.....**
**.....**

**๒. ท่านมีปัญหาและความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ด้านจิตใจ อย่างไร**
**.....**
**.....**
**.....**

**๓. ท่านมีปัญหาและความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ด้านสังคม อย่างไร**
**.....**
**.....**
**.....**

ขอบคุณในความร่วมมือ
ผู้วิจัย

**(ชุดที่ ๓)**
**แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย**
**เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงเชิงพุทธบูรณการ**
**(สัมภาษณ์ผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่าง หลังผ่านการอบรมโครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม)**

.....

**สัมภาษณ์ซ้ำครั้งที่ ๒ หลังผ่านการอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรมเรือนจำ กลางระยอง เป็นระยะเวลา ๓ เดือน**

**เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตภายหลังผ่านการอบรมปฏิบัติธรรม**

**๑. ท่านได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ด้านร่างกาย อย่างไร**

.....
.....
.....

**๒. ท่านได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ด้านจิตใจ อย่างไร**

.....
.....
.....

**๓. ท่านได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขัง ด้านสังคม อย่างไร**

.....
.....
.....

**๔. ท่านมีมุมมองต่อชีวิตภายหลังการปฏิบัติธรรมอย่างไร มีความมุ่งมั่นตั้งใจอย่างไร**

.....
.....
.....

ขอบคุณในความร่วมมือ
ผู้วิจัย

**แบบสอบถามเพื่อการวิจัย**
**เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเชิงพุทธบูรณการ**
**(ก่อนการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมโครงการเรือนจำเรือนธรรม)**

---

**ตอนที่ ๑ ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม**

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน ( ) และกรอกข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริงเพื่อประโยชน์ของการศึกษาวิจัยโดยไม่ต้องลงชื่อ

๑. ปัจจุบันท่านมีอายุ
( ) ต่ำกว่า ๒๐ ปี ( ) ๒๑- ๓๐ ปี ( ) ๓๑-๔๐ ปี
( ) ๔๑-๕๐ ปี ( ) ๕๑-๖๐ ปี ( ) ๖๑ ปีขึ้นไป

๒. สถานภาพการสมรส
( ) โสด ( ) สมรสอยู่ด้วยกัน ( ) สมรสแยกกันอยู่
( ) หม้าย ( ) หย่าร้าง

๓. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน
( ) ไม่ได้เรียนหนังสือ ( ) ประถมศึกษา ( ) มัธยมศึกษา,ปวช.
( ) ปวส, อนุปริญญา ( ) ปริญญาตรีหรือสูงกว่า

๔. ศาสนาที่ท่านนับถือ
( ) พุทธ ( ) คริสต์ ( ) อิสลาม ( ) อื่นๆระบุ----------

๕. อาชีพก่อนต้องโทษ
( ) รับจ้างทั่วไป ( ) ประกอบธุรกิจส่วนตัว ( ) เกษตรกรรม
( ) พนักงานบริษัทเอกชน ( ) นักศึกษา ( ) ว่างงาน

๖. รายได้ก่อนต้องโทษ ท่านมีรายได้ เฉลี่ย .....บาท/เดือน

๗. กำหนดโทษจำคุก ..... ปี ..... เดือน

๘. ระยะเวลาที่ต้องโทษจำคุกมาแล้ว .....ปี ..... เดือน

๙. ท่านเคยเข้าอบรมธรรมะ หรือเข้าอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรมจัดขึ้นหรือไม่
( ) ไม่เคย ( ) เคย ..... จำนวน..... ครั้ง (ระบุจำนวนครั้ง)

๑๐. ก่อนต้องโทษท่านทำบุญเป็นประจำหรือไม่
( ) ไม่เคยทำบุญ( ) ทำเป็นบางครั้ง ( ) ทำนานๆ ครั้ง ( ) ทำเป็นประจำ

**ตอนที่ ๒ สภาพปัญหาคุณภาพชีวิต**

๑. ปัญหาคุณภาพชีวิต ด้านร่างกาย

.....

.....

.....

๒. ด้านจิตใจ

.....

.....

.....

๓. ด้านสังคม

.....

.....

.....

**ตอนที่ ๓ ความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต (โครงการเรือนจำเรือนธรรม)**

| ประเด็นการฝึกอบรม | ระดับความคิดเห็น | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยที่สุด |
| **ด้านการจัดการโครงการ** | | | | | |
| ๑. การจัดสถานที่เพื่อการอบรม เป็นสัดส่วน เหมาะสมกับการอบรมปฏิบัติธรรม | | | | | |
| ๒. ระยะเวลาฝึกอบรมปฏิบัติธรรมแบบเข้มข้น ต่อเนื่อง ๒๐ วัน มีความเหมาะสมกับการฝึกปฏิบัติ | | | | | |
| ๓. การนำสื่อเทคโนโลยีที่มาใช้ในการสอน เช่น วิดีโอ ซีดี ฯลฯ เป็นต้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี มีความประทับใจ | | | | | |
| ๔. พระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรสอนภาคปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถและมีบารมีธรรมสูง | | | | | |
| ๕. วิธีการสอน การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรและพระวิปัสสนาจารย์ เช่น การบรรยายข้อธรรมะ เนื้อหา กิจกรรมกลุ่ม ให้เกิดความเข้าใจ เป็นต้น | | | | | |
| ๖. เจ้าหน้าที่รับผิดชอบโครงการมีความรู้ ความเข้าใจ สนใจการปฏิบัติธรรม เป็นกัลยาณมิตร ดูแลเอาใจใส่ อำนวยความสะดวก ให้คำแนะนำ ชี้แนะเข้าอบรมด้วยความเมตตา | | | | | |

| ประเด็นการฝึกอบรม | ระดับความคิดเห็น | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยที่สุด |
| ๗. ความเป็นกัลยาณธรรม การให้ความช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก ของทีมพี่เลี้ยงผู้ช่วยงาน | | | | | |
| ๘. การให้การสนับสนุน อำนวยความสะดวกในการเข้าอบรมปฏิบัติธรรมของผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ประจำแดนเรือนนอนและกองงานฝึกวิชาชีพ | | | | | |
| **ด้านกิจกรรมกระบวนการ** | | | | | |
| ๑. ความเหมาะสมของกิจกรรมพิธีการพิธีเปิดพิธีปิด การทำบุญการขอขึ้นกรรมฐาน | | | | | |
| ๒. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ การสร้างเครือข่ายจริยธรรม และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข | | | | | |
| ๓. กิจกรรมถวายพระราชกุศล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว การปฏิญาณตนเป็นพลังของแผ่นดิน | | | | | |
| ๔. การจัดกิจกรรมการให้คำปรึกษา แนะนำและส่งสอบอารมณ์การปฏิบัติรายบุคคลและรายกลุ่ม โดยพระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรทำให้ได้รับประโยชน์ | | | | | |
| ๕. กิจกรรมการปฐมนิเทศชี้แจงทำความเข้าใจหลักสูตรกระบวนการปฏิบัติธรรม เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจข้อธรรมะ ศรัทธาและ ความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นกับตัวผู้อบรมก่อนการอบรมภาคปฏิบัติ | | | | | |
| ๖. กิจกรรมธรรมบรรยายให้เห็นความสำคัญของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นเป้าหมายการสร้างความพ้นทุกข์เกิดความสุขสามารถทำได้ทุกกิจกรรมของการดำเนินชีวิต | | | | | |
| ๗. รูปแบบการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยการเคลื่อนไหวอิริยาบถทำให้เห็นทุกข์และการเกิด ดับของทุกข์ มีความเหมาะสม สามารถนำมาใช้กับชีวิตประจำวันได้ | | | | | |
| ๘. การจัดกระบวนการฝึกอบรมตรงกับความต้องการ สามารถนำไปใช้แก้ปัญหาชีวิตได้อย่างแท้จริง | | | | | |
| **ด้านเนื้อหาธรรมบรรยายประกอบในโครงการอบรมปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม** | | | | | |
| ๑. การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา คือ ศีลสมาธิปัญญา หรือข้อปฏิบัติเพื่ออบรมกาย วาจา ใจให้มีสติการกระทำ ประพฤติแต่สิ่งที่ดี ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น | | | | | |

| ประเด็นการฝึกอบรม | ระดับความคิดเห็น | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยที่สุด |
| ๒. บุญกริยาวัตถุ ๓ ได้แก่ ทานศีลภาวนา หลักการทำความดี ๓ ประการ เป็นบุญ คือ เครื่องชำระล้างกิเลส เหตุของความชั่วที่ทำให้เกิดทุกข์ | | | | | |
| ๓. ศีล ๕ และฆราวาสธรรม ๔ ข้อปฏิบัติเพื่อความดีงามเบื้องต้น เป็นธรรมะที่ผู้ครองเรือนต้องมีอันจะทำให้การอยู่ในสังคม หรือการครองเรือนมีความสุข เช่น การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ไม่พูดปด มีสัจจะ อดทน เสียสละ ควบคุมตนเองไม่ให้ทำชั่ว เป็นต้น | | | | | |
| ๔. การเห็นขันธ์ ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ (รูปนาม) อายตนะ ๖ ช่องทางรับกิเลส ๖ ช่อง ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ | | | | | |
| ๕. การยกจิตขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ คือ การปฏิบัติเห็นความเกิดดับที่จิต หรือมโนสัมผัส (เห็นจิตเต้น หรือเข้าฐานจิตใจจิต) เป็นขั้นละอุปทานขันธุ์ เกิดความเกรงกลัวต่อบาปอกุศลกรรม | | | | | |
| ๖. อานิสงค์จากการปฏิบัติธรรมตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ การดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข เข้าใจหลักความเป็นจริงของทุกสรรพสิ่งว่า ตั้งอยู่บนความไม่เที่ยง มีความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรมดา ทำให้คลายความยึดมั่น ถือมั่น อันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ | | | | | |
| ๗. อุปกิเลส เครื่องเศร้าหมอง และนิวรณ์ อันเป็นเครื่องปิดกั้นจิตจากทางพ้นทุกข์ คือ พระนิพพาน อาทิ ความฟุ้งซ่าน ความง่วงเหงาหาวนอนความลังเลสงสัย ความไม่เชื่อเรื่องบุญและบาป เป็นต้น | | | | | |
| ๘. กรรมและการส่งผลของกรรม | | | | | |
| **ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรมโครงการปฏิบัติธรรมเรือนจำเรือนธรรม** | | | | | |
| ๑. ทำให้รู้จักพระพุทธศาสนา เข้าถึงธรรมะการทำความดี การทำบุญ ทาน ศีลและภาวนา | | | | | |
| ๒. ทำให้มีสติสัมปชัญญะ ยอมรับการกระทำผิดของตนเอง ให้อภัยตนเอง ให้อภัยผู้อื่น | | | | | |

| ประเด็นการฝึกอบรม | ระดับความคิดเห็น | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยที่สุด |
| ๓. ทำให้เข้าใจและเห็นคุณค่าของการรักษาศีล ๕ สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองให้อยู่ในกรอบศีลของ ๕ และระเบียบวินัยของเรือนจำ | | | | | |
| ๔. คลายความตึงเครียด ความวิตกกังวล ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น สามารถอยู่กับปัจจุบันได้ดี จิตไม่ฟุ้งซ่าน | | | | | |
| ๕. ทำให้เห็นความทุกข์ของตนเอง และผู้อื่นตามความเป็นจริง เกิดความรัก ความเมตตาต่อตนเองเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ | | | | | |
| ๖. สามารถนำหลักการเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง | | | | | |
| ๗. ทำให้รู้จักหลักการดำเนินชีวิตให้มีความสุข รู้จักปล่อยวางทำจิตให้ผ่องใส | | | | | |
| ๘. ทำให้พบสัจธรรมความจริงของชีวิต เข้าใจชีวิตมากขึ้น คลายความยึดมั่นถือมั่น | | | | | |
| ๙. มีความเชื่อมั่นเรื่องกฎแห่งกรรม บาป บุญ คุณโทษ ตั้งมั่นในการทำความดี หลีกหนีความชั่ว | | | | | |
| ๑๐. ทำให้มีสติปัญญาใช้เวลาที่เหลืออย่างมีคุณค่าเพื่อการพัฒนาตนเอง ไม่ทำผิดวินัยขณะต้องโทษ | | | | | |
| ๑๑. ทำให้จิตมีคุณภาพ มองโลกในแง่ดี มีเหตุผลเห็นคุณค่าของตนเอง มีความหวัง รักตนเอง รักครอบครัวและสำนึกในความผิดพลาด | | | | | |
| ๑๒. ได้ที่พึ่งทางใจ ได้กัลยาณมิตรที่คอยให้คำแนะนำช่วยเหลือในทางที่ถูกต้อง | | | | | |

ขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ/ผู้วิจัย

# ภาคผนวก ข

## การวิเคราะห์ค่าดัชนี IOC (Index of item Objective Congruence)

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

๑. ดร.นัทธี จิตสว่าง
๒. นางสาวเพลินใจ แต้เกษม
๓. ดร.บุญเลิศ โอฐสู
๔. ดร.เพียงขวัญ อ่ำพันธุ์เปรม
๕. ดร.กาญจนา คำจุติ

**ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)**
**งานวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงเชิงพุทธบูรณการ**

เกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ ๑ = เห็นด้วย, ๐ = ไม่แน่ใจ, (- ๑) = ไม่เห็นด้วย
ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ ๐.๕๐-๑.๐๐ มีค่าความเที่ยงตรง ใช้ได้
ข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า ๐.๕๐ ต้องปรับปรุง ยังใช้ไม่ได้

**ตอนที่ ๒ ความรู้ และประสบการณ์การอบรม/ศึกษาธรรมะ**

| | ผู้เชี่ยวชาญ คนที่ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **ข้อ** | ๑ | ๒ | ๓ | ๔ | ๕ | IOC | แปลผล |
| A1 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| A2 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| A3 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| A4 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| A5 | +๑ | +๑ | +๑ | +๐ | +๑ | ๐.๘ | ใช้ได้ |
| A6 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| A7 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| A8 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B1 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B2 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B3 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B4 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B5 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B6 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B7 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| B8 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| C1 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| C2 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| C3 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| C4 | +๑ | +๑ | +๑ | +๐ | +๑ | ๐.๘ | ใช้ได้ |
| C5 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |

| | ผู้เชี่ยวชาญ คนที่ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **ข้อ** | ๑ | ๒ | ๓ | ๔ | ๕ | IOC | แปลผล |
| C6 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| C7 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| C8 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| D1 | +๑ | +๐ | +๑ | +๑ | +๑ | ๐.๘ | ใช้ได้ |
| D2 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| D3 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| D4 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| D5 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| D6 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| D7 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| D8 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E1 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E2 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E3 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E4 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E5 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E6 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E7 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E8 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E9 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E10 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E11 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |
| E12 | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | +๑ | ๑.๐๐ | ใช้ได้ |

# ภาคผนวก ค
## ตารางแสดงค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

**ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)**
**งานวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงเชิงพุทธบูรณการ**

| ข้อ | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|---|---|---|---|---|
| A1 | 81.10 | 313.886 | .986 | .907 |
| A2 | 81.13 | 321.499 | .863 | .901 |
| A3 | 81.40 | 320.524 | .525 | .917 |
| A4 | 81.23 | 307.289 | .786 | .906 |
| A5 | 81.23 | 321.840 | .821 | .907 |
| A6 | 80.93 | 316.547 | .846 | .901 |
| A7 | 81.03 | 306.792 | .749 | .909 |
| A8 | 81.13 | 308.051 | .761 | .919 |
| B1 | 80.83 | 305.178 | .871 | .907 |
| B2 | 81.00 | 301.793 | .870 | .908 |
| B3 | 81.17 | 302.351 | .871 | .908 |
| B4 | 81.23 | 299.771 | .817 | .907 |
| B5 | 81.37 | 306.378 | .720 | .907 |
| B6 | 81.00 | 308.069 | .772 | .907 |
| B7 | 81.30 | 307.941 | .950 | .908 |
| B8 | 81.10 | 304.300 | .789 | .909 |
| C1 | 81.13 | 311.223 | .759 | .905 |
| C2 | 81.13 | 305.982 | .824 | .907 |
| C3 | 81.27 | 305.306 | .789 | .907 |
| C4 | 81.27 | 301.444 | .872 | .908 |
| C5 | 81.13 | 302.464 | .840 | .908 |
| C6 | 81.10 | 313.886 | .986 | .907 |
| C7 | 81.13 | 321.499 | .863 | .907 |

| ข้อ | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|---|---|---|---|---|
| C8 | 81.40 | 320.524 | .525 | .917 |
| D1 | 81.23 | 307.289 | .786 | .906 |
| D2 | 81.23 | 321.840 | .821 | .909 |
| D3 | 80.93 | 316.547 | .846 | .908 |
| D4 | 81.03 | 306.792 | .749 | .917 |
| D5 | 81.13 | 308.051 | .761 | .915 |
| D6 | 81.00 | 312.690 | .723 | .915 |
| D7 | 81.00 | 301.586 | .848 | .914 |
| D8 | 80.83 | 305.178 | .871 | .911 |
| E1 | 81.37 | 306.378 | .720 | .907 |
| E2 | 81.00 | 308.069 | .772 | .911 |
| E3 | 81.30 | 307.941 | .950 | .912 |
| E4 | 81.10 | 304.300 | .789 | .911 |
| E5 | 81.20 | 300.441 | .869 | .910 |
| E6 | 81.13 | 311.223 | .759 | .905 |
| E7 | 81.13 | 305.982 | .824 | .908 |
| E8 | 81.27 | 305.306 | .789 | .907 |
| E9 | 81.27 | 301.444 | .872 | .907 |
| E10 | 81.13 | 302.464 | .840 | .907 |
| E11 | 81.10 | 313.886 | .986 | .911 |
| E12 | 81.13 | 321.499 | .863 | .912 |
|  | 81.40 | 320.524 | .525 | .911 |

Scale Statistics

| Mean | Variance | Std. Deviation | N of Item |
|---|---|---|---|
| 67.367 | 177.275 | 13.314 | 82 |

Reliability Statistics

| Cronbach’s Alpha | N of Case |
|---|---|
| .907 | 30 |

# ภาคผนวก ง
## หนังสือต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินการวิจัย

# ประวัติผู้วิจัย

**ชื่อ-นามสกุล :** นางสาวพิรญาณ์ โคตรชมภู

**ว/ด/ป/เกิด :** ๓ สิงหาคม ๒๕๑๐

**ประวัติการศึกษา :**

ปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต (สาขาเกษตรศาสตร)
วิทยาลัยครูอุดรธานี พ.ศ. ๒๕๓๓
ประกาศนียบัตรบัณฑิต (บัณฑิตอาสาพัฒนาชนบท)
มหาวิทยาลัยขอนแก่น พ.ศ. ๒๕๓๔
ปริญญาโท ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต (สาขาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์)
มหาวิทยาลัยรามคำแหง พ.ศ. ๒๕๕๔

**ตำแหน่ง :**

นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ ระดับ ๓ พ.ศ. ๒๕๓๗
สำนักพัฒนาพฤตินิสัย กรมราชทัณฑ์ กระทรวงมหาดไทย
นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพชำนาญการ หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมการศึกษา
สำนักพัฒนาพฤตินิสัย กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม พ.ศ. ๒๕๕๔
เลขาธิการสโมสรลูกเสือราชทัณฑ์ไทย พ.ศ. ๒๕๕๖ – ปัจจุบัน

**สถานที่ทำงาน :** สำนักพัฒนาพฤตินิสัย กรมราชทัณฑ์ ๒๒๒ ถนนนนทบุรี ๑ ตำบลสวนใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐ โทรศัพท์ ๐๒ ๙๖๗ ๓๕๕๘-๙

**ปีที่เข้าศึกษา :** หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๕๕

**ปีที่จบศึกษา :** หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต ปีการศึกษา ๒๕๖๑

**ที่อยู่ปัจจุบัน :** ๑/๔๔๔ ถนนนนทบุรี ๑ ตำบลสวนใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐
Piraya.num@gmail.com, pi.num@hotmail.com
โทรศัพท์ ๐๙๔ ๔๘๕ ๖๑๔๔