

การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยัติ
เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง
จังหวัดเชียงใหม่

พระดำรงค์ เบญจศิริ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน ภาควิชานโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2553
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

DEVELOPMENT OF NON-FORMAL EDUCATION ACTIVITIES BASED ON THE FOUR
NOBLE TRUTHS PRINCIPLE TO ENHANCE LIFE SKILLS FOR LIVING TOGETHER
OF MALE INMATES IN CHIANGMAI CENTRAL PRISON

Phra. Damrong Benjakiri

A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Doctor of Philosophy Program in Non-Formal Education

Department of Educational Policy, Management and Leadership

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2010

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
ตามแนวริบัสส์เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันใน
สังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

โดย

พระคํารงค์ เบญจศิริ

สาขาวิชา

การศึกษานอกระบบโรงเรียน

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ ดร. เกียรติวรรณ อมาตยกุล

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

ดร. ปาน กิมปี

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาคุษฎีบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์
(ศาสตราจารย์ ดร. ศิริชัย กาญจนวาสี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. อาชัญญา รัตนอุบล)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร. เกียรติวรรณ อมาตยกุล)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม
(ดร. ปาน กิมปี)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร. สุมาลี สังข์ศรี)

คำรค์ เบญจศิริ : การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่. (DEVELOPMENT OF NON-FORMAL EDUCATION ACTIVITIES BASED ON THE FOUR NOBLE TRUTHS PRINCIPLE TO ENHANCE LIFE SKILLS FOR LIVING TOGETHER OF MALE INMATES IN CHIANGMAI CENTRAL PRISON) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : รศ.ดร.เกียรติวรรณ อมาตยกุล, อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม: ดร.ปาน กิมปี, 377 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์กรณีศึกษาแนวทางการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดขององค์กรที่ประสบความสำเร็จเพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาอกระบบโรงเรียน และเพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่รวมทั้งเพื่อศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบกิจกรรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมไปใช้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยกึ่งทดลองซึ่งได้เลือกองค์กร 3 แห่ง ที่ประสบความสำเร็จในการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดเพื่อนำกรณีศึกษานั้นมาวิเคราะห์และสังเคราะห์พัฒนาเป็นรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ แล้วได้นำรูปแบบที่พัฒนานี้ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ต้องขังชาย เฉพาะผู้ติดยาเสพติดโดยใช้วิธีสุ่มแบบง่ายด้วยการจับสลากและเป็นผู้ที่สมัครใจในการเข้าร่วมการจัดกิจกรรมจำนวน 28 คน โดยทดลองกลุ่มเดียวในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่เป็นเวลา 11 วัน รวม 116 ชั่วโมง และในระหว่างการทดลองนั้นได้ทดสอบด้วยแบบวัดทักษะชีวิต แบบสำรวจความพึงพอใจ แบบประเมินตนเอง แบบบันทึกสังเกตพฤติกรรม ซึ่งเครื่องมือวิจัยดังกล่าวได้ผ่านการตรวจจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อหาความตรง และความเที่ยง โดยมีค่าความเที่ยงคือสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .9133 และทดสอบผลการทดลองก่อนกับหลังด้วยค่า t-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัยที่สำคัญสรุปได้ ดังนี้

1) การศึกษาองค์กรที่ฟื้นฟูบำบัดรักษา 3 แห่ง ได้ใช้กรอบหรือแนวทางของกระบวนการตามแนวอริยสัจสี่ คือ การศึกษาสภาพปัญหาขั้นทุกข คือการติดยาเสพติดในรูปแบบต่างๆ ขึ้นสมุทัย คือสาเหตุมาจากปัญหาทางครอบครัวและตนเองเป็นสำคัญ และในการรักษาผู้ติดยาเสพติดนั้นองค์กรได้ตั้งเป้าหมายคือแก้ปัญหาด้วยการให้ลด ละ เลิกได้อย่างถาวรคือขั้นนิโรธ ส่วนขั้นมรรค นั้นได้จัดทำประวัติแต่ละบุคคล การสอนอาชีพ เล่นกีฬา การอบรมจริยธรรมและให้ผู้ป่วยถือสังฆะเป็นสำคัญ และจัดกิจกรรมอื่นๆ เพื่อให้ถึงเป้าหมายในการแก้ปัญหาเพื่อไม่ให้กลับมาเสพซ้ำอีกซึ่งพิจารณาแล้วเห็นว่าใช้มรรคมีองค์แปดอันเป็นทางสายกลางอันเป็นวิธีการให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ 2) การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตนั้นได้ผลการวิเคราะห์จากกรณีศึกษาทั้ง 3 องค์กรมาเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบ โดยกำหนดหลักการ วัตถุประสงค์ แผนกิจกรรมการเรียนรู้ และวิธีการอบรมเป็นสำคัญ มุ่งให้ผู้เรียนได้รู้และเห็นประโยชน์ทักษะชีวิตอย่างมีคุณค่า และฝึกฝนกิจกรรมตามกระบวนการนี้ให้อึดไว้นานนิส รวมทั้งจัดเนื้อหากิจกรรมภายใต้กรอบตามแนวอริยสัจสี่ 3) ผลการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่ ได้ทำการทดลองกลุ่มผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติด ผลการทดลอง พบว่า หลังการทดลองมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นทั้ง 5 ด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และผู้ต้องขังชายมีความพึงพอใจในระดับมากในทุก ๆ กิจกรรมและผลจากการประเมินตนเอง พบว่าส่วนใหญ่ทำกิจกรรมทุกวัน เช่น การฝึกสมาธิ การผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองคำ ผลการสังเกตพฤติกรรมของผู้ต้องขังชายในระหว่างจัดกิจกรรม พบว่า มีความร่วมมือและมีความสามัคคีช่วยกันตัดสินใจแก้ปัญหาในกลุ่มอย่างมีเหตุผล กล้าแสดงออก มีความภูมิใจในการทำงานร่วมกัน รับผิดชอบและมีอารมณ์แบบผ่อนคลาย 4) ปัจจัยและเงื่อนไขเกี่ยวกับการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมไปปรับใช้ ปัจจัยที่สำคัญคือ ด้านบริหาร ด้านสถานที่ วิทยากร งบประมาณ ความปลอดภัย สิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ รวมทั้งการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมขวัญกำลังใจให้กับผู้ต้องขังเป็นปัจจัยและเงื่อนไขที่สำคัญที่จะทำให้ผู้ติดยาเสพติดปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ให้มีคุณค่าต่อตนเอง ครอบครัว สังคมชุมชนและประเทศชาติมากยิ่งขึ้น

ภาควิชา _____นโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา _____ลายมือชื่อนิติศ.....
 สาขาวิชา การศึกษานอกระบบโรงเรียน _____ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....
 ปีการศึกษา 2553 _____ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

4984643327 : MAJOR NON-FORMAL EDUCATION

KEYWORDS : THE FOUR NOBLE TRUTHS / LIFE SKILLS

DAMRONG BENJAKIRI : DEVELOPMENT OF NON-FORMAL EDUCATION ACTIVITIES BASED ON THE FOUR NOBLE TRUTHS PRINCIPLE TO ENHANCE LIFE SKILLS FOR LIVING TOGETHER OF MALE INMATES IN CHIANGMAI CENTRAL PRISON. ADVISOR : ASSOC. PROF. KIATIWAN AMATYAKUL, Ph.D., CO-ADVISOR : PAN KIMPEE, Ph.D., 377 pp.

The purposes of this research were: 1) to analyze the case study of ways and means in alleviation and rehabilitation of the drug addicts from successful organizations, 2) to develop the non-formal education activity program to enhance in accordance with the Four Noble Truths Principle, 3) to study the results of the development of non-formal education activity program to enhance life skills for living together in society of the male inmates in the Chiangmai Central Prison, and 4) to study factors and conditions affecting the success in the activity program. This study applied mixed methods including qualitative and the semi-trial methodologies. Successful models were selected from the 3 drug rehabilitation organizations to analyze, synthesize and, consequently, develop the new activity program in accordance with the Four Noble Truths Principle. The newly developed program had been experimented with the male inmates, especially the drug-addict patients, recruited by random sampling through ticket drawing. A group of 28 volunteers participated in the activities during the course of 11 days (116 hours totally) and were evaluated with life skills tests. Volunteers were assigned to fill survey forms to assess their satisfaction to the activities and thus provide self-assessment. Behavior observation had been recorded. These research tools had been assessed and approved by technical experts and advisors to validate them before the trial ($\alpha=0.9133$, $p < 0.05$).

The major findings were as follows: 1) Results demonstrated that the 3 drug rehabilitation organizations were successful in applying these methods with drug addicts following the process of the Four Noble Truths Principle; a) *Dukkha*, the study of suffering condition that revealed the drug addiction in different ways; b) *Samudaya*, the origin of suffering caused by family-related and self problems; c) *Nirodha*, setting up goals and targets to reduce, detach and quit addiction; and d) *Magga*, the path leading to cessation of suffering. The Four Noble Truth Principle would ultimately prevent patients from renewed addiction by setting up records of individual profile of drug addicts, providing occupational training, sports playing, dharma and ethics cultivations and pledging oaths not to return to drug addiction. It was believed that the Noble Eight-fold Path (*Magga*), as the middle way, was effective in achieving the goal. 2) The development of activity program in accordance with the Four Noble Truths Principle to enhance the life skills utilized the models from the 3 organizations as the foundation to set up principles, purposes, activity plan and process of the study, aiming that the volunteers would gain knowledge and valuable experience, and would practice the important activities in accordance with Neo-Humanist process and the Four Noble Truths Principle. 3) The result showed significant ($p < 0.05$) improvement of life skills in five fields, with high satisfaction of the male inmates in all activities. Self-assessment revealed that the majority of male inmates had practiced a variety of daily activities such as meditation, stresses alleviation through the low brain-wave technique. Behavior observation of the male inmates during group activities showed that there had been improved cooperation, unity and mutual assistance in making decisions to solve problems as a group. They were more socialized and could work together with pride, responsibility and relaxed emotions. 4) Key factors and conditions in applying the activities included program management, location and environment, committed budget, safety and convenient facilities. Encouragement and morale were also important for enabling the drug-addicts to change their behaviors, improve self-esteem for themselves, and life with family, and the society as a whole.

Department : Education Policy, Management and Leadership

Student's Signature

Field of Study : Non-Formal Education

Advisor's Signature

Academic Year : 2010

Co-advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้โดยความกรุณาของท่านรองศาสตราจารย์ ดร.เกียรติวรรณ อมาตยกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ที่ได้ประสาทความรู้และให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์อันมีคุณค่ายิ่ง ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ และเจริญพรมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ และเจริญพร ดร.ปาน กิมปี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้ให้ความกรุณาดูแล และให้คำปรึกษาและให้กำลังใจ

ขอบพระคุณ และเจริญพร รองศาสตราจารย์ ดร. อาชญญา รัตนอุบล ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา ดร.ปาน กิมปี และศาสตราจารย์ ดร. สุมาลี สังข์ศรี ที่ให้ความกรุณาตรวจสอบและปรับปรุง รวมทั้งข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยในครั้งนี้ นอกจากนี้ขอขอบพระคุณศาสตราจารย์กิตติคุณอุ้นตา นพคุณ ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.รัตนา พุ่มไพศาล และคณาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณท่านผู้บริหารมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ที่ได้ให้โอกาสในการศึกษาต่อ และขอบพระคุณหน่วยงานต่างๆ คือ สำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก จ.สระบุรี โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง ดอนเมือง และเรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น ที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ และทำการศึกษาเก็บข้อมูลเป็นกรณีศึกษาเพื่อนำมาพัฒนาเป็นรูปแบบกิจกรรมที่สมบูรณ์

เจริญพรขอบคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย และผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ ทุกท่านที่ได้ตรวจต้นร่างของรูปแบบกิจกรรม เจริญพรขอบคุณอาจารย์ธเนศ ต่วนชะเอม ที่แนะนำให้คำปรึกษาเป็นพิเศษ และขอบคุณสหธรรมมิกพระมหาปุณณัสมบดี ปภากรโธ พระกิตติภักดิ์ วิทยาภรณ์ นายวสิษฐพัชร วาฤทธิ์ นายวรวุฒิ เจริญศรีพรพงศ์ และนายสันติชน สุคนธ์ทองที่ได้ช่วยเติมเต็มกิจกรรม และช่วยรวบรวมข้อมูลในระหว่างการดำเนินกิจกรรมทดลอง

เจริญพรขอบคุณ เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ที่อนุเคราะห์สถานที่ให้ทำการศึกษา และเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย ตลอดจนผู้บริหารเจ้าหน้าที่เรือนจำทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการสัมภาษณ์ และสนทนากลุ่มย่อย ตลอดจนถึงขอขอบคุณทุกๆ ท่านที่เกี่ยวข้องที่มีได้กล่าวอ้างในที่นี้

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญแผนภูมิ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ในการวิจัย	16
คำถามการวิจัย.....	16
ขอบเขตของการวิจัย	17
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	18
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	20
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	22
ตอนที่ 1 แนวคิดในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน.....	22
ตอนที่ 2 หลักธรรมที่เป็นแนวทางแก้ปัญหาตามอริยสัจสี่.....	32
ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต.....	41
ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับนิโอสิวแมนนิส.....	51
ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับยาเสพติด.....	67
ตอนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	82
ตอนที่ 7 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	97
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	102
การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน	102
การกำหนดรูปแบบการวิจัย.....	103
การพัฒนาเครื่องมือวิจัย.....	104
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	114

บทที่	หน้า
การพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.....	115
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	150
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	152
ตอนที่ 1 ผลการศึกษาวิเคราะห์กรณีศึกษาของค์กรการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ ติดยาเสพติด.....	152
ตอนที่ 2 ผลการพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยศาสตร์เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต.....	200
ตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวริยศาสตร์เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันใน สังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่.....	210
ตอนที่ 4 ผลการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบกิจกรรม ไปใช้.....	249
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	261
การดำเนินการวิจัย.....	261
สรุปผลการวิจัย.....	267
อภิปรายผล.....	283
ข้อเสนอแนะ.....	294
รายการอ้างอิง.....	297
ภาคผนวก.....	311
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย.....	312
ภาคผนวก ข หนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัย.....	315
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย.....	322
ภาคผนวก ง ประมวลภาพกิจกรรมวิจัย.....	322
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	377

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละผู้ต้งข้งชายคดียาเสพติดเรื้อนจำกลาง จ้งหวัดเชียงใหม่แยกตามประเภทคดี.....	5
2	จำนวนและร้อยละผู้ต้งข้งชายคดียาเสพติด ในเรื้อนจำกลาง จ้งหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามอายุ	6
3	ขั้นตอนการจ้ดการเรื้อนรู้แบบอริยสัจสี่.....	39
4	การพัฒนาเครื่องมือการวิจัย	114
5	แสดง สรूपจำนวนวัน และเวลาในการทดลองกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้งข้งชาย.....	149
6	จำนวน ร้อยละ ข้อมูลทั่วไปของผู้ต้งข้งชายในเรื้อนจำกลางจ้งหวัดเชียงใหม่...	211
7	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้งข้งชายเกี่ยวกับรूपแบบกิจกรรม ด้านการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณก่อนและหลังการทดลอง.....	212
8	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้งข้งชายเกี่ยวกับรूपแบบกิจกรรม ด้านความเห็นใจผู้อื่น.....	215
9	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้งข้งชายเกี่ยวกับรूपแบบกิจกรรม ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	217
10	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้งข้งชายเกี่ยวกับรूपแบบกิจกรรม ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม.....	219
11	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้งข้งชายเกี่ยวกับรूपแบบกิจกรรม ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด.....	221
12	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้งข้งชายเกี่ยวกับรूपแบบกิจกรรมในภาพรวมจำแนกเป็นรายด้าน.....	223
13	ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้งข้งชายก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม.....	224
14	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจ้ดกิจกรรมของผู้ต้งข้งชาย ด้านเนื้อหาสาระ/และ โครงสร้างของกิจกรรม.....	225

ตารางที่	หน้า
15	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม ของผู้ต้องขังชาย ด้านแผนการจัดกิจกรรมของทักษะชีวิต..... 226
16	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม ของผู้ต้องขังชาย ด้านกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการฝึกปฏิบัติ 227
17	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม ของผู้ต้องขังชาย ทั้ง 3 ด้าน 227
18	จำนวน ร้อยละ สิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข ของผู้เข้ารับการอบรม..... 228
19	จำนวน ร้อยละ สิ่งที่ผู้ต้องขังชายพอใจในกิจกรรมเป็นพิเศษ..... 229
20	จำนวน ร้อยละ ข้อเสนอแนะอื่นๆ ของผู้เข้ารับการอบรม..... 230
21	จำนวน ร้อยละ และค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตนจากการประเมินผลตนเองของ ผู้ต้องขังชาย..... 231
22	จำนวน ร้อยละ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการประเมินตนเองของผู้ต้องขังชาย..... 232
23	จำนวน ร้อยละระดับการเรียนรู้ของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนว อริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม 233
24	จำนวน ร้อยละความรู้สึกรู้สึกต่อการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกัน ในสังคมของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่..... 234
25	จำนวน ร้อยละระดับการปฏิบัติตามคู่มือของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรม ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม..... 234
26	จำนวน ร้อยละปัญหาที่เกิดจากการปฏิบัติตามกิจกรรมในกลุ่มมีการเรียนรู้ด้วย ตนเองของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่ฯ 235
27	จำนวน ร้อยละทักษะชีวิตที่มีความสำคัญที่สุดที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต เมื่ออยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนว อริยสัจสี่ฯ..... 235
28	จำนวน ร้อยละข้อเสนอแนะของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนว อริยสัจสี่ฯ..... 236
29	สรุปเครื่องมือที่ใช้ตามวัตถุประสงค์การวิจัย 263

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่		หน้า
1	รูปแบบการคิดของโกวิท วรพิพัฒน์.....	38
2	ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจ 4 สรุปลงเป็นแผนภูมิ	40
3	องค์ประกอบทักษะชีวิต (กรมสุขภาพจิต, 2541).....	45
4	กรอบแนวคิดการพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่.....	101
5	สรุปขั้นตอนการวิจัย.....	151
6	รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่.....	258

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมไทยในปัจจุบัน กำลังเผชิญหน้ากับปัญหาความเสื่อมโทรมทางศีลธรรม และวัฒนธรรม โดยปรากฏในรูปแบบของอาชญากรรม ที่นับวันจะทวีความรุนแรงขึ้นทุกที โดยอาชญากรรมที่เกิดขึ้นอาจปรากฏในรูปแบบของ ปัญหายาเสพติด หรือปัญหาอาชญากรรมต่างๆ จากการกระทำที่ผิดกฎหมาย ไม่ว่าจะเป็นความผิดลักทรัพย์ ชิงทรัพย์ ปล้นทรัพย์ ยักยอกทรัพย์ นื้อ โกง ริดเอาทรัพย์ หรือกรร โชกทรัพย์ ซึ่งเป็นอาชญากรรมที่พบเห็นได้ทั่วไปในสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งส่งผลกระทบต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของประเทศและความมั่นคงของรัฐ เนื่องจากผู้กระทำความผิดในคดีต่างๆ จะต้องถูกลงโทษตามกฎหมายและกระบวนการยุติธรรม (กรมราชทัณฑ์, 2548)

จากปัญหาการแพร่ระบาดของอาชญากรรมในคดีต่างๆ ส่งผลให้มีผู้ต้องขังในเรือนจำเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยจากข้อมูลสถิติผู้ต้องขังของกรมราชทัณฑ์ ปี พ.ศ. 2549 พบว่า มีผู้ต้องขังจำนวน 161,844 คน โดยที่กรมราชทัณฑ์ ได้พยายามหาทางที่จะบำบัดแก้ไขผู้ต้องขังจากการกระทำ ความผิดให้ได้รับการแก้ไขฟื้นฟูทางด้านร่างกาย และจิตใจ ตลอดจนการศึกษา การฝึกอบรมจากกรมราชทัณฑ์ เพื่อให้ผู้ต้องขังเมื่อพ้นโทษแล้ว สามารถดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติสุขและไม่กลับไปกระทำความผิดซ้ำอีก การอบรมผู้ต้องขังเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพ ร่างกาย จิตใจ ก่อนได้รับการปล่อยตัวเมื่อพ้นโทษ โดยเน้นพัฒนาจิตใจและการฝึกอาชีพ จะทำให้ผู้ต้องขังสามารถกลับไปอยู่ร่วมกับครอบครัวและสังคมได้โดยไม่เป็นภาระต่อสังคม (กรมราชทัณฑ์, 2550)

การแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขัง เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติคืนคนดีสู่สังคมของกรมราชทัณฑ์ ที่ได้นำมาใช้ในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังมีอยู่ 4 รูปแบบ คือ โปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูพื้นฐาน โปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูเฉพาะ โปรแกรมสวัสดิการผู้ต้องขัง และโปรแกรมการเตรียมความพร้อมก่อนปล่อย โปรแกรมเหล่านี้เป็นการพัฒนาปรับปรุงพฤติกรรมผู้กระทำผิดให้กลับสู่สังคมได้อย่างปกติสุข ซึ่งกรมราชทัณฑ์เห็นว่า ผู้กระทำผิดเหล่านี้ได้ถูกหล่อหลอมมาจากสถาบันสังคม หรือสภาพแวดล้อมมานาน ดังนั้นการแก้ไขในระยะเวลาอันสั้น จึงเป็นเรื่องยากลำบาก กรมราชทัณฑ์จึงได้คิดค้นสร้างนวัตกรรม และพัฒนาวิธีการในการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด เพื่อตอบสนองต่อความคาดหวังของสังคม (สุทศธา สุขสว่าง, 2548) จะเห็นได้ว่าในบรรดาโปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟู

ผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีสู่สังคมนั้น โปรแกรมการเตรียมความพร้อมก่อนปล่อย ถือเป็นเรื่องสำคัญที่ควรนำมาพิจารณา เพื่อบำบัดฟื้นฟูให้กลับไปมีพฤติกรรมในสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งโปรแกรมนี้อาจเน้นการจัดหลักสูตรอบรมให้ความรู้การใช้ชีวิตในชุมชน การอบรมในเรื่องของอาชีพ ครอบครัว ศาสนา และการทำงาน รวมทั้งการปรับตัวเข้ากับสังคมที่จะต้องกลับไปเมื่อพ้นโทษ ตลอดจนทักษะในการหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่จะนำไปสู่การกระทำผิดซ้ำอีก (กรมราชทัณฑ์, 2548)

ปัญหาการปรับตัวของผู้ต้องขังหลังการพ้นโทษไปแล้วเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพราะว่ามีเมื่อออกไปเผชิญกับปัญหาภายนอกแล้ว ผู้ต้องขังจะปรับตนเองอย่างไรในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และไม่เป็นการให้กับสังคมรวมถึงการสร้างปัญหาให้กับสังคมอีกได้นั้น ผู้ต้องขังจำเป็นต้องมีภูมิคุ้มกันตนเองไม่ให้สังคมตราหน้าว่าเป็นบุคคลล้มเหลวในชีวิต ดังนั้นการเตรียมความพร้อมให้กับผู้ต้องขังในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นให้มีประสิทธิภาพนั้นจำเป็นต้องได้รับการพัฒนา อบรม ให้ความรู้ ให้แนวทางการปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสมกับผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีออกสู่สังคมภายนอก (กรมราชทัณฑ์, 2550) ดังนั้นการจะให้ผู้ต้องขังมีคุณลักษณะดังกล่าวได้ ต้องมีการฝึกฝนพัฒนา ซึ่งกระบวนการดังกล่าวมา หมายถึง การเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้ต้องขังให้มีความพร้อมในการออกไปสู่สังคมภายนอกได้อย่างมีคุณภาพ (สุรสีห์ อินอุ้น โขติ, 2544) ดังนั้นการสร้างความพร้อมเพื่อการปรับตัวของผู้ต้องขัง จำเป็นต้องมีการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับกลุ่มผู้ต้องขังให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ให้ผู้ต้องขังได้เรียนรู้ถึงวิธีการปรับตัวเมื่อภายหลังออกสู่สังคมไปแล้ว เพื่อให้มีทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ

ในเรื่องทักษะชีวิต (Life Skills) ได้มีผู้กล่าวและให้ความหมายทักษะชีวิตนี้ หมายถึง เป็นความสามารถพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม ในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกอบรม (รุ่งกานต์ ศรีลัมภ์, 2541) นอกจากนี้องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้กล่าวถึง ทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถในการปรับตัว และการมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความต้อองการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนทักษะชีวิตตามทื่องค์การอนามัยโลกกำหนดองค์ประกอบที่สำคัญไว้มี 10 องค์ประกอบ ด้วยกันคือ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความตระหนักรู้ในตนเอง การจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด (WHO, 1994)

การนำแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO) มาประยุกต์ใหม่ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคม และวัฒนธรรมไทยที่อยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่านและสับสนในด้านเจตคติ และค่านิยม เพื่อให้ง่ายต่อการจัดการเรียนการสอนและพัฒนาวิธีการสอนของครู จึงได้ปรับเปลี่ยนโดยแบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็น 3 ด้าน อันได้แก่ ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย ในด้านพุทธิพิสัยนั้นคือความคิดสร้างสรรค์ และความคิดอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งจัดเป็นองค์ประกอบร่วม และเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ และจัดความตระหนักรู้ในตน กับความเห็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัยโดยเพิ่มเจตคติ อีก 1 คู่ ความภูมิใจในตนเอง (Self esteem) และความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) ส่วนที่เหลืออีก 3 คู่ เป็นด้านทักษะพิสัย (กรมสุขภาพจิต, 2541) นอกจากนี้กรมสุขภาพจิต ได้กล่าวว่า ทักษะชีวิต (Life Skills) ยังเป็นความสามารถของบุคคล ซึ่งประกอบด้วยความรู้ และเจตคติในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ทั้งในเรื่องบทบาทหญิงชาย เพศสัมพันธ์ สารเสพติด สุขภาพ จริยธรรม อิทธิพลของสื่อ สิ่งแวดล้อม ชีวิตครอบครัว ตลอดจนปัญหาสังคมด้วยความคิดเชิงเหตุผล ซึ่งนำไปสู่การตัดสินใจแก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ (กรมสุขภาพจิต, 2543) จึงกล่าวได้ว่า ทักษะชีวิตนี้เป็นความสามารถในการปรับตัวประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการกับปัญหารอบตัว และสามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ในสังคมอย่างเหมาะสม ซึ่งต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้เพื่อสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามเป้าหมาย

การนำทักษะชีวิตมาปรับประยุกต์ใช้ในการทำวิจัย ได้รับความนิยมน้อยอย่างแพร่หลาย เพื่อศึกษาผลลัพธ์ที่ตามมา เช่น ปิยะนุช ชุมภกร (2545) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการติดสารเสพติดที่มีต่อนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันสารเสพติดสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภายหลังจากการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันสารเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ พจนารถ องอาจ (2545) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักศึกษาชั้น ปวช. ปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคสุพรรณบุรี ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะการตัดสินใจไม่เสพยาบ้า มากกว่าก่อนการทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยของทักษะการจัดการกับความเครียด และทักษะการปฏิเสธของกลุ่มทดลอง สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองและคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้า พบว่า ภายหลังจากการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05 นอกจากนี้แล้วยังพบว่า ทักษะการเห็นคุณค่าในตนเองและทักษะการปฏิเสธ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ ได้มีการใช้ทักษะชีวิตในบางองค์ประกอบเพื่อประยุกต์ใช้ในการวิจัย เช่น Zollinger และคณะ (2003) ศึกษาผลของการใช้หลักสูตรการฝึกอบรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในเมืองมารีออน รัฐอินเดียน่า ปี ค.ศ. 1997-2000 กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนเกรด 6-8 จำนวน 1,598 คน เนื้อหาทักษะชีวิตที่นำมาประยุกต์ใช้ คือ ทักษะการตัดสินใจ การจัดการกับความเครียด ทักษะการสื่อสาร และทักษะทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มนักเรียนที่สูบบุหรี่มีจำนวนการสูบบุหรี่ลดลงเพียงเล็กน้อย แต่กลุ่มนักเรียนที่ไม่สูบบุหรี่พบว่า ไม่มีการสูบบุหรี่ หรือการลองสูบบุหรี่เกิดขึ้น นักเรียนส่วนใหญ่เห็นด้วยว่าหลักสูตรการฝึกอบรมทักษะชีวิตนี้ให้ความรู้ได้ดีมากเกี่ยวกับเรื่องผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ

แต่อย่างไรก็ตามการสอนทักษะชีวิตให้ได้ผลดีนั้น มิใช่เป็นเพียงการให้ความรู้เพียง ด้านเดียว แต่การปลูกฝังเจตคติก็เป็นเรื่องที่สำคัญนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดี ตามที่ผู้สอนต้องการได้ ซึ่งมีค่ามากกว่าการสอน เพื่อให้ความรู้เพียงอย่างเดียวเท่านั้น (ฉลอง ภิรมย์รัตน์, 2521) เจตคติเป็นตัวการที่จะกำหนดทิศทางของพฤติกรรม หรือเรียกว่าเจตคติเป็นนายของพฤติกรรม การที่จะให้คนเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งก็ต้องเปลี่ยนเจตคติของบุคคลนั้นเสียก่อน และวิธีการที่สามารถทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนทั้งเจตคติ และพฤติกรรมได้นั้น คือ การให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม หรือที่เรียกว่าการใช้กิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมนั่นเอง ซึ่งสอดคล้องกับการเสริมสร้างทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันในสังคม โดยเน้นกิจกรรมการมีส่วนร่วมให้กับกลุ่มเป้าหมายได้ร่วมกันคิด ร่วมกันแก้ไข และสร้างกิจกรรมที่เป็นทางออกของปัญหาร่วมกัน

เนื่องจากทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการปรับตัว และมีพฤติกรรมในทิศทางที่ถูกต้อง ในการเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตจริง (WHO, 1994) ดังนั้นการนำทักษะชีวิตมาประยุกต์ใช้กับกลุ่มเป้าหมายเพื่อสร้างความพร้อม และการปรับตัวให้กับผู้ต้องขัง ซึ่งเป็นบุคคลที่ควรได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพก่อนปล่อยออกสู่สังคมจึงมีความสำคัญและความจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายนี้ได้พบกับคุณภาพชีวิตที่ดีเมื่อพ้นจากคุกหรือออกเผชิญกับความเป็นจริงของสังคมไปภายนอกเรือนจำ

เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ เป็นหน่วยงานที่ขึ้นกับกรมราชทัณฑ์ กระทรวงมหาดไทย ตั้งอยู่ ถนนโชตนา ตำบลช้างเผือก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นเรือนจำเฉพาะผู้ต้องขังที่เป็นชายล้วน และมีประเภทคดีต่าง ๆ ที่เป็นสถิติของเรือนจำ ซึ่งได้รวบรวมข้อมูลในเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2552 ดังนี้ (เรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่, 2552)

1. ประเภทคดีเกี่ยวกับทรัพย์สิน	มีจำนวนผู้ต้องขังทั้งหมด	614 คน
2. ประเภทคดีต่อชีวิต		204 คน
3. ประเภทคดีต่อร่างกาย		37 คน
4. ประเภทคดีเกี่ยวกับเพศ		80 คน
5. ประเภทคดีเกี่ยวกับยาเสพติด		<u>1,712</u> คน
	รวม	<u>2,647</u> คน

จากข้อมูลข้างต้น เห็นได้ว่าประเภทคดีต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับผู้ต้องขัง ตามที่กล่าวมา ผู้ต้องขังที่เกี่ยวข้องกับคดียาเสพติดมีมากที่สุด ถึง 1,712 คนชี้ให้เห็นถึงปัญหายาเสพติด ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ เป็นเรื่องใหญ่และมีความสำคัญที่ควรได้รับการแก้ไข และฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ เพราะว่าเป็นปัญหาสังคมที่กำลังทวีความรุนแรงในภาพรวมของประเทศด้วย จากรายงานสถานการณ์ยาเสพติดในภาคเหนือ (เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่, 2551) นอกจากนี้แล้วเมื่อแยกประเภทคดีลักษณะประเภทที่เกี่ยวข้องกับการครอบครอง เสพ จำหน่าย จากข้อมูลสถิติดังนี้

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละผู้ต้องขังชายคดียาเสพติดเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ แยกตามประเภทคดี

ประเภท	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เสพ	77	4.98
ครอบครอง	239	15.47
ครอบครองเพื่อเสพ	104	6.73
จำหน่าย	496	32.10
ครอบครองและจำหน่าย	606	39.22
อื่น ๆ	23	1.49
รวม	1,545	100.00

(เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่, 2552)

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่า ผู้ป่วยที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่มีจำนวน 1,545 คน ในจำนวนนี้เป็นประเภทครอบครองและจำหน่ายมากที่สุด จำนวน 606 คน (ร้อยละ 39.22) เป็นผู้ต้องขังชายที่มีอายุ 26 ปี ขึ้นไปมากที่สุด จำนวน 1,045 คน (ร้อยละ 68.20) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละผู้ต้องขังชายคดียาเสพติด ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่
จำแนกตามอายุ

ช่วงอายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
18-25 ปี	491	31.80
26 ปี ขึ้นไป	1,045	68.20
รวม	1,545	100.00

จากรายงานสถิติเบื้องต้นของเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ทำให้เห็นภาพรวมของกลุ่มผู้ต้องขังที่มีมากที่สุด คือ กลุ่มผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดซึ่งมีมากกว่านักโทษกลุ่มอื่นๆ ในเรือนจำ (เรือนจำกลางเชียงใหม่, 2552) และกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่มีปัญหา และค่อนข้างปรับตัวได้ยาก จากการสอบถามเจ้าหน้าที่เรือนจำกลางเชียงใหม่ และผลการวิจัยทัศนคติของเจ้าหน้าที่ที่มีต่อมาตรฐานการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่พบว่า กิจกรรมส่วนใหญ่ที่จัดให้กับผู้ต้องขังนั้น ได้แก่ การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังตามมาตรฐานการจัดสวัสดิการ กิจกรรมสันทนาการ การรักษาพยาบาล การแข่งขันกีฬา และการศึกษา อยู่ในขั้นที่เหมาะสม ส่วนผลการศึกษาด้านปัญหาอุปสรรคในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ พบว่า บุคลากรขาดแคลนไม่เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขังเพื่อพัฒนาประสิทธิภาพผู้ต้องขัง รวมถึงนโยบายของเรือนจำยังไม่ชัดเจนไม่สามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดผลได้ (สิริพร กระโจมทอง, 2545) ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่า การขาดแคลนบุคลากร และการจัดกิจกรรมเหล่านี้ยังมิได้สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้ต้องขังซึ่งจะต้องออกสู่สังคมเมื่อพ้นโทษไปแล้ว และกิจกรรมที่มีอยู่ในเรือนจำเอง ยังไม่ได้มีกิจกรรมที่เสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับกลุ่มผู้ต้องขังที่ติดยาเสพติดเท่าที่ควร และกิจกรรมที่มีอยู่ยังไม่มีความหลากหลาย และขาดประสิทธิภาพเพื่อที่จะเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้ต้องขังในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นผู้ป่วยที่ติดยาเสพติด เพื่อให้กลุ่มคนเหล่านี้สามารถปรับตัวและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นผู้วิจัยได้เลือกสรร และกำหนดทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการพัฒนาฝึกอบรมให้กับผู้ต้องขัง โดยเลือกทักษะชีวิตที่จำเป็นและเห็นว่ามีความเหมาะสมในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตต่อผู้ต้องขัง ซึ่งมีองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่ได้เลือกมาพัฒนากับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำกลางเชียงใหม่ ทักษะชีวิตที่ว่านี้ ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าของตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (กรมสุขภาพจิต, 2541) ซึ่งองค์ประกอบดังกล่าว เหมาะสมกับการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อให้ผู้ต้องขังชายที่ติดยาเสพติดได้เตรียมความพร้อมในหลายๆ ด้าน รวมถึงการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพเมื่อใช้ควบคู่ไปกับกระบวนการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ที่สมบูรณ์ที่เรียกว่า กระบวนการฝึกฝนพัฒนาตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542) และภายใต้กรอบขั้นตอนตาม

แนวอริยสังคีประการซึ่งเป็นแก่นธรรมในพระพุทธศาสนา จะทำให้งิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียนมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ซึ่งหลักอริยสังคีปนี้เป็นกระบวนการคิดอย่างมีเหตุมีผล เป็นการลำดับขั้นตอนในการดำเนินการแก้ปัญหาเพื่อให้สามารถเข้าใจและแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ (พระธรรมปิฎก, 2542)

การค้นพบสังขธรรมที่ยิ่งใหญ่อันมีความสำคัญยิ่งในการนำมาแก้ปัญหาของชีวิตมนุษย์ คือ สิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ ถามว่าสิ่งที่ได้ตรัสรู้นั้นคืออะไร คำตอบคือ พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ อริยสังคีป ซึ่งอริยสังคีปนี้หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ ทุกข์ หมายถึง สภาพปัญหาหรือสภาวะที่ทนได้ยาก สมุทัย คือ สาเหตุของปัญหาหรือทุกข์ นิโรธ คือ ความดับทุกข์หรือเป้าหมายในการแก้ปัญหาหรือแก้ทุกข์ มรรค คือ แนวทางในการปฏิบัติเพื่อไปสู่เป้าหมาย (พุทธทาสภิกขุ, 2531) การนำรูปแบบอริยสังคีปมาประยุกต์ใช้กับการสอน มีความสำคัญยิ่งกับกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะกลุ่มเป้าหมายที่มีปัญหาในการใช้ชีวิต ดังเช่นกลุ่มผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นกลุ่มที่เป็นปัญหาสังคม เพราะมีทักษะชีวิตน้อย เป็นสาเหตุให้มาอยู่เรือนจำนี้ ดังนั้นจำเป็นต้องเสริมสร้างทักษะชีวิตให้มีความสามารถพื้นฐานในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต และการนำหลักอริยสังคีปมาประยุกต์ใช้ร่วมกับทักษะชีวิต จำต้องมีลำดับขั้นตอน เพื่อแสดงให้ผู้เรียนเข้าใจในเรื่องของเหตุและผลที่เกิดขึ้น การสอนอริยสังคีป มีลำดับขั้นตอน 4 ขั้นตอน (ก่องแก้ว เจริญอักษร, 2541) ดังนี้

ขั้นที่ 1 : ขั้นทุกข์หรือสภาพปัญหา เรื่องที่จะต้องสอนหรือความรู้ที่ต้องสอนเป็นความรู้เรื่องอะไรหรือมีปัญหาอะไร ซึ่งจะต้องสอนตามเรื่องที่มีในเนื้อหา ซึ่งในขั้นนี้ได้แก่การสอนตามเนื้อหาของทักษะชีวิตตามแผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่กำหนด

ขั้นที่ 2 : ขั้นสมุทัยหรือเหตุใดจึงเรียนเรื่องนี้ (นั่นคือที่มาหรือสาเหตุของเรื่องนั้นๆ ของขั้นที่ 1 ว่าทำไมจึงเรียนเรื่องนี้ มีความสำคัญ หรือมีความจำเป็นอย่างไร หรือมีอะไรเกิดขึ้นให้เป็นปัญหาต้องแก้ไข

ขั้นที่ 3 : ขั้นนิโรธหรือตั้งเป้าหมายว่าจะทำอะไรต่อไป เพื่อให้ใช้ประโยชน์ของสิ่งที่จะเรียนหรือจะต้องแก้ไขต่อไป

ขั้นที่ 4 : ขั้นมรรค มีแนวทางหรือมีการปฏิบัติที่สามารถนำสิ่งที่เรียนไปใช้ประโยชน์ได้อย่างแท้จริง โดยอาจจะให้วางแผนมาดู หรือให้ลองทำดู หลังจากตั้งเป้าหมายตามขั้นที่ 3 แล้ว ซึ่งในขั้นนี้หมายถึงการได้นำทักษะชีวิตที่กำหนดเป็นแนวทางไปปฏิบัติใช้เพื่อปรับตัวและเตรียมความพร้อมในการเผชิญความจริงของชีวิตต่อไป

ดังนั้นการสอนแบบอริยสัจสี่ จึงเป็นการสอนที่มีระบบนำไปสู่เป้าหมายตามเหตุและผล จึงจำเป็นต้องสอนให้ครบตามกระบวนการทั้ง 4 ขั้นตอน ซึ่งจะขาดขั้นตอนขั้นตอนหนึ่งไม่ได้ซึ่งเรียกว่า “การสอนครบวงจร” (ก่องแก้ว เจริญอักษร, 2541) ซึ่งผู้วิจัยได้อาศัยกระบวนการสอนตามขั้นตอนอริยสัจสี่ประการนี้มาเป็นแนวหรือเป็นกรอบกระบวนการคิดแก้ปัญหา เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ให้มีการพัฒนาตามเหตุและผลอย่างต่อเนื่องให้บรรลุเป้าหมายของทักษะชีวิตที่กำหนดไว้ โดยเฉพาะการปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพเมื่อออกสู่สังคมภายนอก กิจกรรมตามขั้นตอนอริยสัจสี่นี้ยังเป็นการส่งเสริมพัฒนากิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนให้บรรลุผล โดยเฉพาะกลุ่มเป้าหมายที่เผชิญกับความทุกข์ในเรือนจำ

นอกจากนี้แล้วกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นกิจกรรมที่มีกระบวนการ และขั้นตอนในการเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม และสามารถเปลี่ยนแปลงเจตคติ เพื่อให้ผู้ป่วยที่เป็นผู้ต้องขังให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ และยังป้องกันผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดไม่ให้เข้าไปเกี่ยวข้องในการใช้สารเสพติด กิจกรรมที่ว่าเป็นคือการขัดเกลาจิตใจและอุปนิสัยของผู้ป่วยที่ติดยาเสพติด ที่เป็นผู้ต้องขังชายให้ได้รับการพัฒนาเต็มตามศักยภาพ ตามจิตวิทยาแนวใหม่ที่เรียกว่า นิโอฮิวแมนนิส ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีเป้าหมายในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์และสังคมด้วยการพัฒนาตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจ และถ่ายทอดความรู้สึที่ดี ที่เต็มไปด้วยความรัก ความเมตตาที่ยิ่งใหญ่มาสู่วิธีการดำเนินชีวิตเพื่อการสร้างสรรค์สังคมที่ดีงามส่วนรวม ตามเป้าหมายในการพัฒนามนุษย์ตามหลักแนวคิดของนิโอฮิวแมนนิส ทั้งนี้เพื่อให้มีร่างกายที่เข้มแข็ง มีจิตใจมั่นคง และมีสมาธิ จิตใจที่มีการพัฒนาขั้นสูงสุดคือมีความรักความเมตตาไร้ขอบเขต (วรรัตน์ อภินันท์กุล, 2548) โดยธรรมชาติของมนุษย์นั้นต้องการได้รับการยอมรับ ได้รับการยกย่อง ได้รับการชมเชย ได้รับความสำเร็จ ได้รับความสนุกสนาน และได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เพื่อการปรับเปลี่ยนอัตมโนทัศน์ของตน ตามแนวคิดนิโอฮิวแมนนิส ดังนั้นการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน ควรสอดแทรกวิธีการ กระบวนการ ตามแนวคิดนิโอฮิวแมนนิสร่วมด้วย ทั้งนี้โดยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างมีความสุข ปลูกฝังภาพลักษณ์ที่ไม่พึงประสงค์ในอดีต และเพิ่มคุณค่าให้กับตนเอง และการสร้างภาพพจน์ตัวเองด้านบวก การให้พลังความรักความเมตตา กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนควรมีลักษณะบูรณาการ ที่มีลักษณะให้ความรู้ที่เพลิดเพลินมีความสนุกสนาน และท้าทายความสามารถของผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยมีการกระตุ้นให้ใช้ความคิดให้มากในการปรับเปลี่ยนตนเองขณะเข้าร่วมกิจกรรมทุกขั้นตอน ผู้พัฒนากิจกรรมการฝึกอบรมเป็นเพียงผู้นำทาง เป็นผู้ชี้ประเด็นและมุมมองที่น่าคิดให้ ผู้ร่วมกิจกรรมทุกคนจะต้องได้รับการเอาใจใส่ ได้รับการชมเชย และรอยยิ้ม การให้ความสำคัญและการ

ให้กำลังใจจากผู้จัด ถือว่า เป็นสิ่งที่คุณทำได้ในการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วม (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543)

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส มีความเชื่อว่า การเปลี่ยนแปลงนิสัย ทักษะ ทักษะคิด รวมทั้งวิธีการดำเนินชีวิตจะเป็นไปได้ง่ายขึ้น ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นเริ่มต้นที่ภาพพจน์ของตนเอง ให้มีการมองโลกและชีวิตในแง่บวก (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2540)

ภาพพจน์ของตนเอง (Self image) เป็นความรู้สึกที่เรามีต่อตนเองเป็นความเชื่อฝังใจที่ยังลึกกลงไปในจิตใต้สำนึกของคนเราที่ทำให้เชื่อว่าตนเองนั้นเป็นคนอย่างไร ทุกๆ อารมณ์ ความรู้สึก การกระทำ พฤติกรรม ทักษะคิด รวมทั้งความสามารถด้านต่างๆ ของคนเรานั้น มีความสัมพันธ์โดยตรงกับภาพพจน์ของคนเราเอง แสดงให้เห็นถึงว่า ภาพพจน์ของเราเปรียบเสมือนเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือชะตาชีวิตของเรา

วิธีการผสมผสานทั้งการฝึกพลังสติเพื่อให้เกิดสมาธิ การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดความผ่อนคลาย การรับรู้โดยใช้การฝึกอานะและเพลงบรรเลงและจินตนาการ การฝึกจินตนาการเพื่อให้เห็นภาพพจน์ที่ดีของตนเอง การฝึกการใช้คำพูดด้านบวกเพื่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีกับตนเอง การมีคลื่นสมองที่ต่ำอยู่เสมอ การให้ความรักกับรอบข้าง การคิดและทำด้านบวก (วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2545)

การพัฒนาเสริมสร้างกิจกรรมด้านบวก การทำคลื่นสมองให้ต่ำ เป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดนี้ เมื่อมีการควบคุมคลื่นสมองของเราได้ดี ทำให้มีความสุขมากขึ้น มีร่างกายแข็งแรง มีภูมิคุ้มกันโรคสูง มีสมาธิสูง มีประสิทธิภาพในการทำงานสูง การมีภาพพจน์ของตนเองในด้านบวก ก็เป็นพลังเสริมสร้างทักษะชีวิตที่ทำให้ผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น ดังนั้นแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสนี้ จึงมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านบวกสูงด้วย (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) ซึ่งในประเด็นดังกล่าว ได้สอดคล้องถึงความต้องการในการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดในเรือนจำกลางเชียงใหม่ ให้เห็นคุณค่าของตนเอง และมีภาพพจน์ของตนเองด้านบวกเมื่อออกสู่สังคมภายนอก รวมถึงการใช้ทักษะชีวิตเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นเป็น โดยมีขั้นตอนในการแก้ปัญหาตนเองตามกรอบแนวอริยสัจสี่ ให้เป็นบุคคลที่มีกรอบคิดที่พึงประสงค์ ประสบความสำเร็จตามกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น มีความสุขในชีวิต และส่งความสุขให้กับคนรอบข้างในการคิดบวกมากขึ้นเมื่อออกไปใช้ชีวิตในภายนอกเรือนจำ นอกจากนี้พลังสร้างสรรค์เชิงบวกต่อตนเองและสังคมรอบข้าง ส่งเสริมความสำเร็จในชีวิตไปสู่เป้าหมายในการพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสนี้ ซึ่งมีเป้าหมายในการพัฒนา 4 ด้าน โดยเฉพาะการพัฒนาจิตใจให้มีความรักความเมตตา มีร่างกายที่แข็งแรง มีความคิดจินตนาการ มีวิชาชีพเลี้ยงตนเอง จิตใจที่เปี่ยมไปด้วยความรัก

ความเมตตาไร้ขอบเขตย่อมส่งเสริมให้เกิดความสงบสุขในโลกได้อย่างแน่นอน (ศตพร วิไลรัตน์, 2532) กระบวนการดังกล่าวนี้มีความสำคัญยิ่งต่อการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมของผู้ต้องขัง เมื่อออกสู่สังคม โดยเฉพาะบุคคลที่ประสบกับปัญหาในชีวิต เช่นผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ให้มีภาพลักษณ์ใหม่ของการดำเนินชีวิต มีทักษะชีวิตในการปรับตัว มีการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวกมากยิ่งขึ้น

เมื่อก้าวโดยสรุปแล้ว Sarkar, S.P.R (1998) ผู้ก่อตั้งแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส กล่าวว่าแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เป็นเรื่องของการปฏิบัติตัว (Practice) ถึง 95% ที่เหลืออีก 5% เป็นเรื่องของทฤษฎี (Theory) ดังนั้นแม้ว่าเราจะมีความรู้มากมายเกี่ยวกับแนวคิดนี้แต่ถ้าไม่ได้้นำสิ่งที่เรารู้ไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน ความรู้ต่างๆ ที่มีก็แทบจะหาประโยชน์อะไรไม่ได้ การปฏิบัติซ้ำๆ หรือการกระทำซ้ำๆ จึงเป็นหัวใจสำคัญของแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ดังนั้นหัวใจที่สำคัญของแนวคิดนี้จึงอยู่ที่การปฏิบัติซ้ำๆ ในเรื่องต่อไปนี้ คือ ต้องทำในสิ่งที่จำเป็นต้องทำ ต้องมีคลื่นสมองต่ำอยู่เสมอ ต้องมีภาพพจน์ตนเองด้านบวก ต้องคิดและทำด้านบวก และต้องมีความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ เป็นต้น (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) ดังนั้นการจะพัฒนาผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ในสังคมอย่างมีประสิทธิภาพจำต้องปฏิบัติตนซ้ำๆ ในกิจกรรมแต่ละอย่างของนีโอฮิวแมนนิส เช่น การอยู่ในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย การฝึกทำคลื่นสมองให้ต่ำ การสร้างภาพพจน์ตนเองด้านบวก ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งที่ฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้ผู้ต้องขังชายที่ติดยาเสพติดได้รับการบำบัดรักษาให้ฟื้นฟูสภาพจิตใจโดยฉับพลัน อย่างไรก็ตามในปัจจุบันได้มีหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวกับการบำบัดรักษาฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดนี้ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยที่ติดยาได้รับการบรรเทาจากการทุกข์ทรมานทั้งร่างกายและจิตใจด้วยวิธีการบำบัดรักษาที่มีอยู่ ซึ่งเป้าหมายในการบำบัดก็เพื่อให้ผู้ป่วยที่ติดยาได้งดหรือหยุดพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดตามศักยภาพตนเองเท่าที่จะทำได้

กิจกรรมที่มีลักษณะนอกระบบที่นิยมใช้ในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดมีอยู่มากมายหลายแบบ เช่น การรักษาทางจิตด้วยวิธีจิตวิเคราะห์หรือจิตบำบัด การอบรม ให้คำปรึกษา การฝึกวินัย อาชีวบำบัด ชุมชนบำบัด การฝึกสมาธิ และการบวชเรียน เป็นต้น ซึ่งรูปแบบกิจกรรมต่าง ๆ ดังกล่าวนี้จะต้องมีส่วนช่วยเอื้ออำนวยให้การฟื้นฟูสมรรถภาพที่ดีแก่ผู้ติดยาเสพติด โดยทั่วไปจะประกอบไปด้วยการฟื้นฟูสมรรถภาพ 4 ด้าน คือ ร่างกาย จิตใจ สังคม และอาชีพ เพื่อช่วยแก้ไขผู้ติดยาเสพติดกลับไปมีสมรรถภาพสูงสุดเท่าที่เป็นไปได้สำหรับแต่ละคน (ศูนย์ประสานงานกลาง องค์การภาคเอกชนต่อต้านยาเสพติด, 2538) นอกจากนี้ในบรรดาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดทั้ง 4 ด้าน การฟื้นฟูสมรรถภาพด้านจิตใจนั้น ถือว่าเป็นกระบวนการที่สำคัญที่สุดที่จะช่วยให้ผู้ต้องการเลิกยาเสพติดสามารถงดเสพ หรือเลิกยาเสพติดได้นานที่สุด

เนื่องจากการพัฒนาทางด้านจิตใจเป็นการพัฒนาภายในบุคคล เป็นการแก้ไขปัญหาการติดยาเสพติดที่ต้นเหตุ “การติดยาเสพติดเป็นเพียงเสมือนอาการของโรคที่เกี่ยวข้องกับจิตใจและบุคลิกภาพ” (จรัส สุวรรณเวลา, 2521) ดังนั้นหากสามารถฟื้นฟูสมรรถภาพทางด้านนี้ได้แล้วจะมีส่วนในการพัฒนาทางด้านอื่น ๆ ด้วย รวมถึงเป้าหมายหลักของการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด นั่นคือ การป้องกันการหวนกลับไปติดยาเสพติดซ้ำ ซึ่งเห็นได้จากรายงานการวิจัยเรื่องภาวะการติดยาเสพติดซ้ำของพรศิริ ชาติยานนท์ และคณะ (2520) พบว่า ปัจจัยทางด้านจิตใจเป็นปัจจัยหนึ่ง ที่ส่งผลให้เกิดการติดยาเสพติดซ้ำ

สำหรับปัญหาแนวทางในการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดที่ได้เสพยาเข้าไปแล้วไม่ว่าจะเป็นครั้งแรก หรือการกลับมาเสพยาซ้ำ ในเริ่มแรกของการบำบัดรักษานั้น เป็นขั้นตอน/กระบวนการเริ่มตั้งแต่ผู้ป่วยเข้ามาขอรับบริการ โดยวิธีการต่างๆ ที่ทำให้ผู้ป่วยมีสุขภาพชีวิตที่ดีขึ้นมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ดังนั้นกระบวนการบำบัดรักษาจึงต้องผสมผสานรูปแบบต่างๆ เริ่มตั้งแต่การวินิจฉัย การให้ความช่วยเหลือ การบำบัดรักษาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ วัตถุประสงค์ของการบำบัดรักษา คือ เพื่อให้ผู้ป่วยงดหรือหยุดเสพยาและลดอัตราการเจ็บป่วยหรือตายที่มีผลมาจากการใช้ยาเสพติด (วันทนิย์ วัฒนนะ, 2548) นอกจากการบำบัดรักษาทางกายและจิตใจแล้ว เพื่อให้ผู้ติดยาให้เลิกจากการเสพยา สามารถกลับไปใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข การรักษาการติดยาเสพติดที่ประสบความสำเร็จ จะต้องเป็นการบำบัดรักษาโดยองค์รวม เพื่อช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดให้มีการพัฒนาในทุกๆ ด้าน (สำนักงาน ป.ป.ส., 2543)

ประเทศไทยมีระบบการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด 3 ระบบ คือ 1.ระบบสมัครใจ ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 มาตราที่ 94 ระบุไว้ว่า ผู้ที่เสพยาเสพติดให้โทษ และได้สมัครขอเข้ารับการบำบัดรักษาในสถานพยาบาลก่อนความผิดจะปรากฏต่อพนักงานเจ้าหน้าที่ จะได้รับการยกเว้นโทษ ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติดที่ต้องการจะเลิกเสพยา สามารถขอรับการบำบัดรักษาในสถานพยาบาลต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน ตามขั้นตอนต่างๆ ทั้งแบบผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน ซึ่งปัจจุบันมีสถานพยาบาลทั่วประเทศ 710 แห่ง แบ่งเป็นสถานพยาบาลภาครัฐ จำนวน 627 แห่ง และภาคเอกชน จำนวน 38 แห่ง (สุพจน์ ชุตติดำรง, 2544) 2. ระบบต้องโทษ (Correctional System) เป็นการให้การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดที่ได้กระทำความผิดเกี่ยวกับคดียาเสพติด และถูกคุมขังซึ่งต้องได้รับการรักษาพยาบาลภายใต้ขอบเขตข้อบังคับของกฎหมาย ซึ่งมีหน่วยงานภาครัฐเป็นผู้รับผิดชอบ 3. ระบบบังคับ เป็นระบบที่เกิดขึ้นโดยพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพ พ.ศ. 2534 เป็นกฎหมายที่ใช้บังคับผู้ติดยา และสารเสพติดให้เข้ารับการบำบัดรักษาในสถานที่ที่จัดตั้งตามพระราชบัญญัตินี้ดังกล่าว ซึ่งแนวทางในการบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพของ

ผู้คิดยาเสพติดนั้น ถือได้ว่าเป็นมีความสำคัญไม่น้อยในการที่จะเอื้ออำนวยต่อการแก้ไขปัญหายาเสพติดของชาติให้เป็นที่ไปอย่างมีประสิทธิภาพ (บังอร บุญรักษาสัตย์, 2533)

นอกจากนี้ การรักษาแบบศรัทธาทางศาสนา และสมุนไพร โดยใช้หลักศาสนาและสมุนไพร โดยให้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจให้กลับตัวกลับใจเป็นคนดี วิธีนี้คิดค้นโดยคนไทยดำเนินการโดยพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนา เช่น สถานบำบัดวัดป่าแพ่ง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการบำบัดรักษาด้วยวิธีฝังเข็ม (electro acupuncture) โดยใช้เข็มฝังเข้าบริเวณตึ่งหูทั้ง 2 ข้าง เพื่อให้เกิดความรู้สึกง่วงงุนได้ผลในการระงับอาการกระวนกระวายจากการเลิกยาเสพติด (วารภรณ์ สยนาพันธ์, 2530) การบำบัดรักษา โดยระบบสมัครใจส่วนใหญ่จะใช้การบำบัดรักษาสมบูรณแบบ (classical method) คือ แบ่งการบำบัดรักษาออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ ขั้นเตรียมการ ก่อนรักษาขั้นถอนพิษยาเสพติด ขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ และขั้นติดตามดูแลหลังรักษาการบำบัดรักษาในระบบต้องโทษนั้นหน่วยงานที่รับผิดชอบโดยตรง คือ กระทรวงมหาดไทย และกระทรวงยุติธรรม (สำนักงาน ป.ป.ส., 2537) ผู้ที่ศาลมีคำพิพากษาให้จำคุก ก็ต้องเลิกยาเสพติดด้วยตนเองโดยวิธีหักดิบ ส่วนพวกที่ได้รับการลดโทษ หากศาลกำหนดเงื่อนไขคุมประพฤติ และปรากฏยังคงเสพยาเสพติด พนักงานคุมประพฤติก็จะส่งไปรับการบำบัดรักษาตามสถานพยาบาลที่มีอยู่ในระบบสมัครใจ (กนกพรธณ กัลยาณสูตร, 2532)

สำหรับการบำบัดรักษาในระบบบังคับนั้นดำเนินการ โดยกระทรวงยุติธรรมในการบังคับบำบัดรักษาผู้คิดยาเสพติดนี้ จะต้องมีการกำจัดเสรีภาพผู้ถูกบังคับให้เข้ารับการบำบัดรักษาไว้ตลอดกระบวนการของการบำบัดรักษา (treatment process) ซึ่งมีอยู่ 4 ขั้น คือ ขั้นเตรียมการก่อนรักษาขั้นถอนพิษยาเสพติดหรือบำบัดอาการ ขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ หรือขั้นแก้ไขฟื้นฟู และขั้นติดตามดูแลหลังรักษาและสงเคราะห์ ซึ่งในแต่ละขั้นตอนนี้จะต้องมีการปฏิบัติโดยตรงต่อร่างกายและจิตใจของผู้ถูกบังคับให้เข้ารับการบังคับบำบัดรักษา ในการบำบัดอาการหรือถอนพิษยาเสพติดนั้น ผู้มีวิชาชีพ (แพทย์หรือพยาบาล) จะต้องเข้ากระทำแก่ร่างกายและจิตของผู้เข้ารับการบำบัดรักษาโดยตรง เช่น การฉีดยาเพื่อบำบัดโรค การเก็บปัสสาวะเพื่อตรวจหาสารเสพติด ฯลฯ ส่วนในการบำบัดรักษาผู้คิดยาเสพติดโดยหลักสากลทั่ว ๆ ไปจะมีหลักการหรือวิธีการบำบัดผู้คิดยาเสพติดที่คล้ายคลึงกัน จะแตกต่างกันบ้างก็เฉพาะในข้อปลีกย่อยในการปฏิบัติงานของสถานพยาบาลต่างๆ (ศรีทับทิม พานิชพันธ์, 2536)

จากสภาพการบำบัดรักษาผู้ป่วยที่คิดยาโดยหน่วยงานหรือองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนที่ใช้กับผู้ป่วยในปัจจุบันนี้ อาจจะได้ผลบ้าง ไม่ได้ผลบ้างขึ้นอยู่กับสภาพจิตใจของผู้ป่วยเองเป็นหลัก รวมถึงความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้นการสอดแทรกวิธีการที่ดี การมีกิจกรรมที่สร้างความ

ตระหนักรู้ถึงสภาพปัญหาความทุกข์ทรมานเมื่อผู้ป่วยได้เผชิญกับตนเองก็ดี การจัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้ป่วย การให้ผู้ป่วยได้สะท้อนเห็นปัญหาที่แท้จริง และรู้ถึงสาเหตุของปัญหา ก็จะทำให้ผู้ป่วยค้นหาเป้าหมายในการที่จะแก้ไขได้ถูกต้อง และมีหลักการอยู่ในใจในการที่ละพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์นั้นอีก และทำให้ผู้ป่วยสามารถปรับตัวและเข้าสู่สังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึงเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นในการนำมาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมให้กับผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดให้เขาได้เข้าถึงสภาพปัญหาที่มีอยู่ได้อย่างแท้จริง

กระบวนการตามขั้นตอนอริยสัจสี่ เป็นรูปแบบที่มีความสำคัญและความจำเป็นในการที่จะช่วยให้การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เนื้อหาเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับผู้ต้องขังที่เสพยาเสพติดประสบความสำเร็จได้เป็นอย่างดี เพราะกระบวนการตามขั้นตอนอริยสัจสี่เป็นวงจรการเรียนรู้ในการคิดและแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ สามารถที่จะนำมาประยุกต์และพัฒนาขึ้น ซึ่งองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้และนำมาเทศนาสอนบอกกล่าวถึงสัจจะธรรมอันประเสริฐนี้แก่มวลมนุษยโลกให้พ้นจากทุกข์หรือสภาพปัญหาแต่ละคนที่ประสบอยู่ รวมถึงได้มีนักวิชาการหลายท่านได้นำมาประยุกต์ใช้ในการศึกษา วิธีสอนแบบอริยสัจสี่ เน้นให้ผู้เรียนมีระบบการคิดเป็นระบบและเป็นขั้นตอน มีกระบวนการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล และส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมให้กับผู้เรียน ซึ่งในประเด็นนี้ (ก่องแก้ว เจริญอักษร, 2542) บอกถึงวิธีการสอนแบบอริยสัจสี่นี้ว่า “เป็นการสอนแบบปลูกฝังความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ที่ตั้งอยู่บนรากฐานของหลักธรรมของพระพุทธศาสนา โดยใช้สติในการคิดแบบมีวิจารณญาณ ความรอบคอบ ระลึกรู้อยู่กับเหตุผลเพื่อแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในอดีตและมีผลต่อกับปัจจุบัน” ดังนั้นผู้วิจัยเห็นว่าการนำหลักอริยสัจสี่มาใช้แก้ปัญหาโดยกำหนดให้เป็นกรอบขั้นตอนการแก้ปัญหาในการพัฒนาระบบคิดให้กับผู้ต้องขังที่เสพยาเสพติดนั้นมีความจำเป็นและเหมาะสมเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งเมื่อได้บูรณาการกับแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส สามารถที่จะเสริมสร้างให้ผู้เสพยาเสพติดมีองค์ความรู้ใหม่ในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขไม่หันมาพึ่งยาเสพติดอีก นอกจากนี้ การสอนแบบอริยสัจสี่ มีลักษณะคล้ายคลึงกับวิธีการแห่งปัญญา หรือวิธีแก้ปัญหาแบบวิทยาศาสตร์ของนักการศึกษาตะวันตก (The Scientific Method) ที่ได้รับการยอมรับและนำมาใช้ในการเรียนการสอนอย่างกว้างขวาง ซึ่งทั้งสองวิธีการสอนนี้ ต่างก็เป็นวิธีการสอนที่เน้นการแก้ปัญหาเป็นหลัก และเป็นกระบวนการใช้ความคิดอย่างเป็นระบบมีเหตุผล

กลุ่มเป้าหมายที่ควรได้รับการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยการใช้กระบวนการตามขั้นตอนอริยสัจสี่ในการเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายที่ติดยาเสพติดที่ผู้วิจัยได้กำหนดเลือกคือ เรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ สาเหตุที่เลือกกลุ่มผู้ติดยาเสพติดนี้ เพราะว่าเป็นกลุ่มที่ประสบปัญหาการใช้ชีวิตและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

รวมถึงมีปัญหาในการปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมในการเผชิญอุปสรรคต่าง ๆ มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับน้อยเป็นสาเหตุให้หันมาพึ่งยาเสพติดในที่สุด เนื่องด้วยขาดทักษะขั้นพื้นฐานในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่ไม่เหมาะสมให้กับตนเอง ผนวกกับการได้เสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้ติดยาเสพติดกลุ่มนี้เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมในการเสริมสร้างทักษะชีวิตและการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผลสำหรับตนเองในอนาคต นอกจากนี้ยังเป็นกลุ่มที่มีบริบทและสิ่งแวดล้อมที่เป็นพื้นที่อยู่ใกล้แนวขอบชายแดนทางเขตภาคเหนือ มีการลำเลียงยาเสพติดมากจากแนวชายแดนเขตแม่ฮ่องสอนเข้ามาในอำเภอเวียงแหง และเข้าสู่เขตจังหวัดเชียงใหม่ส่งผลให้มีการใช้สารเสพติดและติดยาเสพติดในพื้นที่เขตภาคเหนือมากตามลำดับ โดยเฉพาะเมืองใหญ่ที่ผู้คนมาก และมีความหลากหลายทางเชื้อชาติ และ โดยเฉพาะวัยที่ใช้แรงงาน (สำนักงาน ป.ป.ส., 2541) และกลุ่มผู้ติดยาเสพติดซึ่งส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่ พบว่า ผู้เสพยาเสพติดที่เป็นเพศชายนั้นมีมากถึง 86% (สาคร สังข์แสงทรัพย์, 2545) นอกจากนี้ด้วยข้อจำกัดด้านสถานภาพซึ่งเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนาจึงดำเนินกิจกรรมนี้กับกลุ่มเป้าหมายผู้ต้องขังที่เป็นเพศชายทั้งหมด เพื่อให้เข้าถึงสภาพปัญหาและการแก้ไขได้อย่างแท้จริง

อย่างไรก็ตามในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชาย ซึ่งในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนั้น ผู้วิจัยได้เน้นการพัฒนาทักษะชีวิตในเรื่องความรู้ ทักษะคิด และพฤติกรรม โดยเฉพาะทักษะชีวิตที่มีความสำคัญและจำเป็นที่ผู้วิจัยได้กำหนดเลือกไว้ คือ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าของตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (กรมสุขภาพจิต, 2541) สาเหตุที่เลือกทักษะชีวิตตามองค์ประกอบ 5 ประเด็นดังกล่าว เพราะมีความเหมาะสมกับการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อให้ผู้ต้องขังที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดได้มีการเตรียมความพร้อมและการปรับตัวในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เพื่อให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายผู้ต้องขังที่เสพยาเสพติดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นนั้น ทักษะชีวิตที่กำหนดไว้ตามองค์ประกอบในการนำมาปรับใช้ และป้องกันตนเองไม่ให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดในรูปแบบต่าง ๆ หลักในการพัฒนารูปแบบและกรอบคิด ที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ประการในการเสริมสร้างทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ซึ่งมีกระบวนการของอริยสัจสี่ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 : การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

ในขั้นนี้ผู้เรียนจะได้มีการวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับช่วงชีวิตที่ผ่านมา การมีโอกาได้เล่าประสบการณ์ซึ่งกันและกันให้ฟัง รวมถึงการกำหนดรู้ถึงสภาพปัญหาที่เป็นปัจจุบันว่าเป็นความทุกข์อย่างไร ซึ่งในประเด็นนี้ ผู้สอนกำหนดและเสนอปัญหาซึ่งเป็นรายละเอียด พยายามทำให้ผู้เรียนเข้าใจปัญหานั้น เราควารู้สึกผู้เรียนให้เกิดความตระหนักว่า คนทุกคนเกิดมาย่อมประสบกับปัญหาที่แตกต่างกันไป และทุกคนจะต้องช่วยกันร่วมมือในการแก้ปัญหาเพื่อความสุขของทุกคน นอกนั้นผู้สอนพยายามกำหนดขอบเขตของปัญหาซึ่งผู้เรียนจะต้องคิดแก้ไขให้ได้

ขั้นที่ 2 : การประเมินสมมติฐานของสาเหตุ/ปัจจัย (ขั้นสมุทัย)

ในขั้นนี้ เป็นการประเมินสมมติฐานหรือสาเหตุของสภาพปัญหาแต่ละอย่างแบบมีเหตุผล ซึ่งอาจจะใช้การอภิปรายร่วมกัน รวมถึงการใช้ชุดคำถามที่เตรียมมา กระตุ้นให้ผู้เรียนให้เกิดความคิดอย่างพินิจวิเคราะห์ ซึ่งผู้สอนพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาที่ยกขึ้นมาว่าเวลานั้น มีอะไรบ้าง และสร้างความตระหนักว่าการแก้ปัญหาใด ๆ นั้นจะต้องกำจัดหรือดับอย่างไรที่เป็นสาเหตุต้นตอของปัญหานั้น

ขั้นที่ 3 : เป้าหมาย/หลักวิธีการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ)

ขั้นตอนนี้ เป็น ผลลัพธ์หรือเป้าหมายที่วางไว้ การจะดับซึ่งปัญหาใดๆ นั้นจะต้องเข้าใจหลักการหรือวิธีการแก้ของปัญหาเรื่องนั้นก่อน ซึ่งในกระบวนการนี้จำเป็นต้องมีวิธีการในการแก้ปัญหาที่วางไว้เป็นหลักการใหญ่ไว้ รวมถึงมีเทคนิคสำคัญในการแก้ไขก็มีความจำเป็น เช่น เทคนิคการแบ่งงาน การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม วิธีการจดบันทึกข้อมูล เป็นต้น นอกจากนี้การกำหนดกิจกรรมแต่ละอย่างเพื่อแก้ปัญหาแต่ละประเภทควรมีหลักการจัดกิจกรรมที่ชัดเจนรวมถึงวิธีการพัฒนาตนเองอย่างเหมาะสมด้วย

ขั้นที่ 4 : กระบวนการ/แนวทางให้บรรลุเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นมรรค)

ในขั้นตอนนี้ เป็นการกำหนดแนวทางหรือมรรควิธีในการใช้แก้ปัญหา ซึ่งอาจกำหนดเป็นแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจน และวิธีการลงมือทำอย่างเป็นขั้นตอน จำเป็นต้องวางแนวทางการพัฒนาฝึกฝนใช้วิธีการที่สร้างขึ้นมานี้ให้มีความรู้ความชำนาญการแก้ไขปัญหาแต่ละอย่างอย่างเป็นระบบ รวมถึงการสร้างวิธีการประเมินเพื่อตรวจสอบกิจกรรมแต่ละอย่างไว้ใน การแก้ปัญหาอีกด้วย

จากการประมวลข้อมูลโดยสรุปข้างต้น ผู้วิจัยมีความเชื่อมั่นอย่างสูง ถึงกระบวนการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ผ่านการพัฒนารูปแบบของกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย

ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อเรียนรู้ในแนวทางการแก้ปัญหาตามขั้นตอนของอริยสัจสี่ การได้รับกระบวนการฝึกฝนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสให้กลุ่มเป้าหมายเห็นคุณค่าตนเอง และการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามเนื้อหาของทักษะชีวิตตามองค์ประกอบที่กำหนดไว้ เพื่อให้ผู้ป่วยที่ ดิทยาเสพติดมีความรู้ เจตคติในการจัดการปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียม ความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2542) รวมทั้งการใช้ชีวิตอยู่ ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพเมื่อพ้นโทษไปแล้ว โดยผ่านกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ที่พัฒนาขึ้น และบูรณาการระหว่างทักษะชีวิตตามองค์ประกอบที่กำหนดไว้ กระบวนการฝึกฝน ทั้งกลุ่มและบุคคลตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และดำเนินกิจกรรมภายใต้กรอบคิดตามหลักของ อริยสัจสี่ ซึ่งจะสามารสรสร้างเชื่อมั่นในตนเองให้กับผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดในการปฏิบัติ ตามบทบาทใหม่ที่น่าไปสู่การเห็นคุณค่าตนเองมากยิ่งขึ้น รวมถึงการบูรณาการความรู้ที่ได้รับให้เข้า กับวิถีการดำเนินชีวิตของตนเอง และสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมกับผู้อื่นได้อย่างสมบูรณแบบ ต่อไปเมื่อผ่านพ้นเรือนจำออกสู่สังคมภายนอก

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์กรณีศึกษา แนวทางการบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดของ องค์กรที่ประสบความสำเร็จ
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อ เสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่
3. เพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนว อริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัด เชียงใหม่
4. เพื่อศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอก ระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมไปใช้

คำถามการวิจัย

1. กรณีศึกษาเกี่ยวกับแนวทาง/วิธีการบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติดของ องค์กรที่ประสบความสำเร็จเป็นอย่างไร
2. รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้าง ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ที่ได้รับการ ปรับปรุงและพัฒนาแล้ว ควรเป็นอย่างไร และมีเนื้อหาสาระอย่างไรบ้าง

3. ผลของการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ สามารถทำให้ผู้ต้องขังชายมีทักษะของการอยู่ร่วมกันในสังคมมีผลลัพธ์อย่างไร

4. ปัจจัยและเงื่อนไขที่ส่งผลและเข้ามาเกี่ยวข้องในการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไปใช้ มีอะไรบ้าง และอย่างไร

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ทำการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งแบ่งเป็นนักโทษ ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 จำนวนทั้งหมด 1,545 คน เฉพาะที่เป็นผู้ป่วยที่เสพยา จำนวน 77 คน ในจำนวนกลุ่มประชากรนี้จะกำหนดเกณฑ์การคัดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างเฉพาะผู้ป่วยที่เสพยาเสพติดเท่านั้น ตามความสนใจและความสมัครใจ เข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 30 คน

ขอบเขตด้านเนื้อหา

เนื้อหาในการการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีขอบเขตเนื้อหา คือ รูปแบบกิจกรรมทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายใน โดยประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตในประเทศไทย (กรมสุขภาพจิต, 2543) ซึ่งจำแนกออกเป็น 3 ด้านตามกระบวนการเรียนรู้ คือ ทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย ได้แก่ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าของตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย ได้แก่ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด สาเหตุที่เลือกทักษะชีวิตตามข้างต้นเพราะมีความสอดคล้องและเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายที่คิดยาเสพติดในเรือนจำในการเสริมสร้างทักษะเพื่อนำไปประยุกต์ใช้เมื่อพ้นโทษและคืนคนดีสู่สังคมไปแล้ว ทั้งนี้ ภายใต้กรอบหรือขั้นตอนของริยสัจสี่ และกระบวนการจัดกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ซึ่งได้แก่ การสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย การเสริมสร้างภาพพจน์ตนเองด้านบวก การเรียนรู้จากการฝึกฝนทั้งกลุ่มและบุคคล การตั้งใจเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาของระบบโรงเรียน หมายถึง การกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบกิจกรรม มี 4 ชั้นซึ่งประกอบไปด้วย (1) กำหนดวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรม คือการกำหนดเป้าหมาย ชั้นนิโรธในอริยสัจสี่ (2) เนื้อหาสาระของรูปแบบ คือการกำหนดสภาพปัญหาชั้นทุกข์ในอริยสัจสี่(3) กระบวนการของรูปแบบ คือแนวทางการแก้ไขปัญหา คือขั้นมรรคในอริยสัจสี่และ (4) การประเมินผลตรวจสอบ คือการค้นหาค่าของปัญหา ชั้นสมุทัยในอริยสัจสี่ที่เป็นวงจรการเรียนรู้การจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมสำหรับผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติด

แนวทางการแก้ปัญหาตามขั้นตอนอริยสัจสี่ หมายถึง กระบวนการหรือขั้นตอนของอริยสัจสี่ ซึ่งเป็นวิธีแห่งความดับทุกข์หรือปัญหา โดยเริ่มจากการยกตัวอย่างของทุกข์หรือปัญหาทำความเข้าใจให้ชัดเจน สืบค้นหาค่าเหตุเพื่อเตรียมแก้ไข วางแผนกำจัดสาเหตุปัญหา มีแนวทางหรือวิธีการปฏิบัติ 4 ขั้นตอน คือ

1. **ขั้นทุกข์** คือ การกำหนดรู้จักสภาพปัญหา โดยให้ผู้ป่วยระบุถึงปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ทำให้ไม่สบายกาย ไม่สบายใจ อันเนื่องมาจากสภาวะที่ทนได้ยาก ภาวะที่บีบคั้นจิตใจ ความขัดแย้ง ความไม่เที่ยงแท้ การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่สมปรารถนา เป็นต้น
2. **ขั้นสมุทัย** คือ เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์หรือปัญหา จึงกำหนดเหตุแห่งทุกข์เพื่อกำจัดปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุที่แตกต่างกันออกไป ให้ผู้ป่วยได้วิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นว่าสาเหตุที่แท้จริงนั้นคืออะไรเพื่อเตรียมความพร้อมในการแก้ไข
3. **ขั้นนิโรธ** คือ การดับทุกข์อย่างมีเป้าหมาย ต้องมีการกำหนดว่าจุดหมายที่ต้องการดับนั้นคืออะไร แล้วให้ผู้ป่วยได้กำหนดแนวทาง/วิธีการแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานั้นๆ โดยการค้นคว้าหาคำตอบจากการวิเคราะห์ การอภิปราย การวางแผนที่ครอบคลุมปัญหา โดยคำนึงถึงวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่ตั้งไว้
4. **ขั้นมรรค** คือ กระบวนการ/แนวทางให้บรรลุเป้าหมายในการแก้ปัญหา เป็นการกำหนดวิธีการในรายละเอียดและปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา หรือข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการดับปัญหา โดยให้ผู้ป่วยได้เลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหา และนำแนวทางแก้ปัญหานั้นไปปฏิบัติประยุกต์ใช้ได้จริง

ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกอบรม ให้สามารถปรับตัวโดยอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติ ประกอบด้วย การคิดอย่างมี

วิจารณ์ญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (กรมสุขภาพจิต, 2543)

การคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ หมายถึง ความสามารถในการวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลข่าวสาร สถานการณ์และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการจัดกระทำที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักยอมรับและประเมินปัจจัยต่าง ๆ ซึ่งในที่นี้เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตในเรื่องของจริยธรรมพื้นฐานของมนุษย์ โดยวิเคราะห์แยกแยะสิ่งที่ถูกต้อง และสิ่งที่ควรละเว้น สามารถนำไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ของบุคคลอันจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น เป็นพลังกระตุ้นไปสู่เป้าหมายชีวิตของกลุ่มผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำ

ความเห็นใจผู้อื่น หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง โดยยอมรับอย่างที่เขาเป็น ที่เขารู้สึก โดยปราศจากเงื่อนไขใด ๆ ซึ่งในที่นี้เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตในเรื่องของจดหมายสื่อใจ โดยให้ผู้ติดยาเสพติดได้เข้าใจสถานการณ์ และเห็นใจผู้อื่น โดยสมมติตัวผู้ป่วยยาเสพติดเข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้น ๆ การมองโลก การเปลี่ยนวิธีคิดของตนเองที่จะทำให้เห็นใจและมีความเข้าใจถึงความรู้สึก ความคิดเห็น และยอมรับผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้นตามอย่างที่เขาเป็น

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่ตัวเองมีคุณค่า ค้นพบ และภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ ของตน ในที่นี้เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตในเรื่องความทรงจำของข้าพเจ้า โดยให้ผู้ป่วยยาเสพติดมองถึงการมีชีวิตที่ผ่านมา ระลึกถึงสิ่งที่ตนเองทำแล้วมีความสุข เกิดความภาคภูมิใจและรู้สึกตนเองมีคุณค่าในการกระทำที่ดีงาม มีพลังใจในการต่อสู้ไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรคปัญหาที่เกิดขึ้น

ความรับผิดชอบต่อสังคม หมายถึง ความรู้สึกที่ตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญ หรือความเสื่อมของสังคม ในที่นี้เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตในเรื่องของหน้าที่พลเมืองที่ดี ให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้เข้าใจและตระหนักรู้ในปัญหาของส่วนรวม และมีวิธีช่วยป้องกัน แก้ไขปัญหาพร้อมกันอันจะส่งผลให้สังคมมีความสุข และยังเสริมสร้างความรู้สึกภูมิใจในการมีส่วนร่วมในฐานะเป็นสมาชิกของสังคมที่ดี

การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง การรู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อพฤติกรรมต่าง ๆ และสามารถตอบสนองต่ออารมณ์ได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีควบคุมความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงสิ่งที่จะสร้างความเครียด ในที่นี้เป็นการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตในเรื่องผูกเชือกแก้ปมใจ และการผ่อนคลายความเครียดด้วยคลื่นสมองต่ำ เพื่อให้ผู้ป่วยยาเสพติดรู้ถึง

อารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของตนและฝึกควบคุมอารมณ์ได้ รวมถึงมีวิธีการจัดการความเครียดด้วยการทำคลื่นสมองให้ต่ำ และการให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้แสดงออกต่อสิ่งที่มากระทบอย่างเหมาะสม

การอยู่ร่วมกันในสังคม หมายถึง การใช้ชีวิตตามปกติ และตามบทบาทของตนเองในสถานภาพต่างๆ ทางสังคมของผู้ต้องขังชายหลังการพ้นโทษ เช่น รู้จักหน้าที่ของตนเอง ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว กลุ่มเพื่อน หน้าที่การงาน ความสัมพันธ์ภายในชุมชนตลอดถึงสังคมเมือง เป็นต้น ทั้งนี้ภายใต้การฝึกฝนเสริมสร้างทักษะชีวิตที่กำหนดไว้

ผู้ต้องขังชาย หมายถึง นักโทษเด็ดขาดชายที่ทำผิดคดี ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 ซึ่งเป็นผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ และเป็นนักโทษที่เสพยาเสพติดให้โทษ อาทิเช่น ยาบ้า เฮโรอีน สารระเหย กัญชา ฝิ่น เป็นต้น ซึ่งรอการบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเพื่อที่จะสามารถปรับตัวในการอยู่ร่วมกันกับสังคมภายนอกได้

ความพึงพอใจ หมายถึง ผลรวมของความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับระดับความชอบหรือไม่ชอบต่อสภาพต่างๆ หรือเป็นผลของทัศนคติที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบต่างๆ เช่น ความพึงพอใจในการทำงานเป็นผลมาจากการปฏิบัติงานที่ดี และสำเร็จจนเกิดเป็นความภูมิใจ และได้ผลตอบแทนในรูปแบบต่างๆ ตามที่หวังไว้

ปัจจัย หมายถึง องค์ประกอบที่ส่งผลสนับสนุนต่อการนำของรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้สร้างและพัฒนาขึ้นไปประยุกต์ใช้

เงื่อนไข หมายถึง ข้อกำหนดที่จะส่งผลให้การนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะของการอยู่ร่วมกันในสังคม นำไปสู่การปฏิบัติให้ได้ผล

องค์กร หมายถึง คณะบุคคล สถาบันที่มีการควบคุม มีบุคลากรดำเนินงานในภารกิจที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด และดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. การวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้แนวทางในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดขององค์กรที่ประสบความสำเร็จในการบำบัดรักษาผู้ป่วยที่ติดยาเสพติด และสามารถนำรูปแบบการพัฒนาขึ้นใหม่ดังกล่าวมาปรับประยุกต์ใช้กับสถานที่กักขังนักโทษ ทัณฑสถาน หรือเรือนจำในสถานที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด เพื่อให้สามารถปรับตัวกับผู้อื่นและอยู่ร่วมกันในสังคมได้ปกติ

2. การวิจัยครั้งนี้ได้รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่เป็นฉบับรูปเล่มสมบูรณ์ ซึ่งมีเนื้อหาสาระ และรายละเอียดต่าง ๆ เกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมในการบำบัดรักษาผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ป่วยได้นำทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ไปใช้หลังการพ้นโทษไปแล้ว และสามารถแนะนำผู้อื่นให้เลิกพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับยาเสพติดรวมทั้งรูปแบบกิจกรรมดังกล่าวไปประยุกต์ใช้ในสถานที่บำบัดยาเสพติดอื่นๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนได้

3. การวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบผลของความพึงพอใจในการใช้รูปแบบการพัฒนากิจกรรม ที่ได้จากการสำรวจความพึงพอใจในการนำรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้สร้างและพัฒนาขึ้นไปปฏิบัติใช้ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ และสามารถนำผลการศึกษาวิจัยไปปรับปรุงคุณภาพของรูปแบบให้มีประสิทธิภาพสูงยิ่งขึ้น

4. การวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบข้อมูลปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปปรับใช้ ซึ่งได้แก่องค์ประกอบที่สนับสนุนและข้อกำหนดที่ส่งผลต่อการนำรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่นำไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ ที่แตกต่างออกไปตามลักษณะสภาพแวดล้อมและบริบทในที่นั้น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนว
อริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัด
เชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการ แนวคิดทฤษฎี เอกสาร บทความและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
เพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัย และได้แบ่งเนื้อหาสาระการนำเสนอแบ่งออกเป็น 7 ตอน
ดังต่อไปนี้

- ตอนที่ 1 แนวคิดในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
- ตอนที่ 2 หลักธรรมที่เป็นแนวทางแก้ปัญหาตามอริยสัจสี่
- ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต
- ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับนิโอมินนิส
- ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับยาเสพติด
- ตอนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ตอนที่ 7 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตอนที่ 1 แนวคิดในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

1.1 ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

Knowles (1980) นักการศึกษาผู้ใหญ่ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า
เป็นกระบวนการที่ผู้ใหญ่ได้เรียนรู้ต่อไปหลังจากที่ได้ออกจากโรงเรียนภาคปกติไปแล้วและเป็น
กิจกรรมที่จัดขึ้นไว้สำหรับผู้ใหญ่ โดยสถาบันต่างๆ เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่ง
โดยเฉพาะ

โกวิท วรพิพัฒน์ (2516) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า
หมายถึง ความต้องการขั้นพื้นฐานของการเรียนของมวลชนเพื่อมุ่งให้เกิดความประสบผล
เข้ากันได้ระหว่างคนกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งความสมดุลจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อคนสามารถเอาชนะ
อุปสรรคต่าง ๆ หรือสามารถปรับตัวเข้าเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ซึ่งเรียกว่า “คิดเป็น” นอกจากนี้
ความหมายการศึกษานอกระบบโรงเรียนได้ประมวลรวมถึงประสบการณ์และกิจกรรมที่จัดนอก

ระบบการศึกษาในโรงเรียนภาคปกติ เพื่อส่งเสริมความรู้ความสามารถทั้งในด้านความรู้ทั่วไปและวิชาชีพ ให้ประชาชนมีความเป็นอยู่ที่ดี มีสัมมาชีพและทำหน้าที่พลเมืองได้ดีขึ้น

อุ้นตา นพคุณ (2523) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่าหมายถึง กิจกรรมหรือโครงการใด ๆ ที่สถาบันต่าง ๆ ในสังคมจัดขึ้น โดยมีเจตนาและวัตถุประสงค์ที่จะให้การเรียนรู้แก่ประชาชนที่สามารถกำหนดเป้าหมายได้ ผู้รับการศึกษาก็มีเจตนาหรือวัตถุประสงค์ในการที่จะรับการเรียนรู้ กิจกรรมดังกล่าวจัดให้แก่ประชาชนทุกเพศ ทุกวัย ทุกชุมชน และทุกระดับการศึกษา เพื่อให้บุคคลดังกล่าวมีความรู้ ทักษะ และทัศนคติค่านิยมที่ดี กิจกรรมทางการศึกษาที่เรียกว่าเป็นการศึกษานอกระบบโรงเรียนจะต้องจัดขึ้นในเวลาอันสั้น หลักสูตรยืดหยุ่น ประหยัด และตอบสนองความต้องการความสนใจของผู้เรียนและปัญหาของชุมชน

รัตนา พุ่มไพศาล (2531) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า เป็นการศึกษาสำหรับผู้ที่ยากโอกาสที่จะศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนปกติ เป็นการศึกษาที่จัดให้ประชาชนเพื่อเขาจะได้ศึกษาเล่าเรียนสิ่งต่างๆ ตามที่เขาต้องการเรียน

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2533) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่าเป็นกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นได้ทั้งในและนอกระบบโรงเรียน โดยไม่มีรูปแบบที่แน่นอน จัดขึ้นตามความเหมาะสมและความต้องการของผู้เรียน ยึดหลักปรัชญาที่ว่า การศึกษาคือชีวิต ชีวิตคือการศึกษา มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาคนให้รู้จักความคิดตัดสินใจ รู้จักการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีอิสรภาพจากสิ่งแวดล้อมมากที่สุด โดยมีวิธีการเป็นส่วนประกอบที่จะทำให้คนสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ดังนั้นจึงเป็นกิจกรรมการศึกษาที่จัดเพื่อคนทุกคนในสังคม

อาชญญา รัตนอุบล (2540) ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่าหมายถึง กิจกรรมทางการศึกษาและมวลประสบการณ์ความรู้ใดๆ ก็ตามที่จัดขึ้นโดยบุคคลหน่วยงาน และสถาบันต่าง ๆ ในสังคม โดยได้จัดขึ้นนอกเหนือไปจากการศึกษาในระบบโรงเรียนภาคปกติ เพื่อพัฒนาความรู้ ความสามารถ ทักษะ และทัศนคติที่พึงประสงค์ของกลุ่มเป้าหมายต่างๆ โดยยึดหลักการที่ว่า เป็นการสนองความต้องการ ความสนใจ และแก้ปัญหาให้แก่กลุ่มเป้าหมายนั้น

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า เป็นการศึกษาที่มีความยืดหยุ่นในการกำหนดจุดมุ่งหมาย รูปแบบ วิธีการจัดการศึกษา ระยะเวลาของการศึกษา การวัดและประเมินผล ซึ่งเงื่อนไขสำคัญของการสำเร็จการศึกษา โดย

เนื้อหาและหลักสูตรจะต้องมีความเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของบุคคลแต่ละคน

พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551 ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกระบบว่า เป็นกิจกรรมการศึกษาที่มีกลุ่มเป้าหมายผู้รับบริการและวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ที่ชัดเจน มีรูปแบบ หลักสูตร วิธีการจัดและระยะเวลาเรียนหรือฝึกอบรมที่ยืดหยุ่นและหลากหลายตามสภาพความต้องการและศักยภาพในการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายนั้น และมีวิธีวัดผลและประเมินผลการเรียนรู้ที่มีมาตรฐานเพื่อรับคุณวุฒิทางการศึกษา หรือเพื่อจัดระดับผลการเรียนรู้

จากความหมายของการศึกษานอกระบบ โรงเรียนที่มีนักรศึกษาได้ให้ความหมายไว้ต่างกักันตามทัศนะของแต่ละบุคคล จากทัศนะดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนหมายถึง กิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่จัดขึ้นโดยบุคคลหรือหน่วยงานหรือสถาบันต่างๆ ในสังคมที่จัดนอกเหนือไปจากภาคปกติ เพื่อพัฒนาความรู้ ทักษะคิด ความสามารถ ตลอดจนถึงทักษะที่พึงประสงค์และตอบสนองความสนใจของกลุ่มเป้าหมายต่างๆ เหมาะสมสอดคล้องกับความต้องการของบุคคลแต่ละคน มีความยืดหยุ่นในการกำหนดจุดมุ่งหมาย รูปแบบ และวิธีการจัดการศึกษาตลอดถึงการวัดผลประเมินผล และมีเงื่อนไขสำคัญของการสำเร็จการศึกษาที่ชัดเจน

นอกจากนี้แล้วกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งร่างกายและจิตใจเพื่อให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่เหมาะสมเพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและพลเมืองดีของสังคม และการเรียนรู้นั้นต้องกอปรไปด้วยความคิด มุมมอง ทักษะคิดที่เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เป็นภาพลักษณ์ใหม่ที่แสดงให้เห็นว่ามีการพัฒนากรอบความคิดทางการศึกษาเกิดมโนทัศน์ใหม่ที่มีความหมายใหม่และครอบคลุมชัดเจนกว่าประสบการณ์ที่มีอยู่มาข้ยิ่งขึ้นกว่าเดิม จึงถือได้ว่าได้เกิดการเปลี่ยนใหม่ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับภาวะบุคคลตามเงื่อนไขที่พึงได้รับในแง่มุมที่แตกต่างกัน

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

สุมาลี สังข์ศรี (2545) กล่าวถึง วัตถุประสงค์ของการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า เป็นการศึกษาที่จัดบริการแก่บุคคล ทุกเพศ ทุกวัย ทุกฐานะ ทุกสภาพความเป็นอยู่ ทุกถิ่นที่อยู่อาศัยอย่างทั่วถึงและเสมอภาคโดยปราศจากข้อจำกัดในเรื่องต่างๆ ที่จะเป็นอุปสรรคต่อการรับการศึกษา เช่น เวลา สถานที่ ค่าใช้จ่าย ทั้งนี้ มุ่งให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้พื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต มีความรู้ในการประกอบอาชีพ ได้รับความรู้ข่าวสารที่ทันต่อเหตุการณ์ มีคุณธรรม จริยธรรม รู้สิทธิ

หน้าที่ของพลเมือง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเหมาะสม สามารถเผชิญปัญหา รู้จักคิดวิเคราะห์สถานการณ์ สามารถแสวงหาความรู้และเลือกรับความรู้จากแหล่งต่างๆ มาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและแก้ปัญหาได้ ตลอดจนสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้อย่างเหมาะสม

อาชัญญา รัตนอุบล (2550) กล่าวถึง ความมุ่งหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียน ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ การศึกษานอกระบบโรงเรียนมีวัตถุประสงค์ที่จะพัฒนาคุณภาพของประชากรให้เป็นทรัพยากรที่สำคัญของประเทศชาติ เพื่อเป็นพื้นฐานของการพัฒนาสังคม เศรษฐกิจและการเมืองต่อไป จึงต้องการให้ประชาชนได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ในเรื่องต่อไปนี้คือ

1.1 เพิ่มพูนความรู้ เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ เช่น ด้านเศรษฐกิจ การปกครองและสุขภาพอนามัย เป็นต้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อยกระดับและปรับปรุงมาตรฐานความเป็นอยู่ของตนเองหรือชุมชนของตนให้ดีขึ้น

1.2 เกิดทัศนคติที่ดี ในการทำงาน การประกอบอาชีพ ความสัมพันธ์ คบค้าสมาคมกับผู้อื่นด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นที่จะต้องสร้างและปลูกฝังทัศนคติที่ดี และเหมาะสมถูกต้องให้แก่ประชาชนตั้งแต่เกิดจนถึงวัยชรา ไม่ว่าจะเป็นด้านการปกครองแบบประชาธิปไตย การซื้อสัตย์ การตรงต่อเวลา และการเคารพสิทธิของผู้อื่น เป็นต้น

1.3 เกิดทักษะหรือความชัดเจนในชีวิต สังคมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เนื่องจากเจริญทางด้านเทคโนโลยีและการคมนาคมสื่อสารที่รวดเร็วขึ้นกว่าเดิม จึงต้องช่วยให้ความรู้แก่บุคคลเพื่อการปรับตัวกับสภาพและสถานการณ์ใหม่ของสังคม

2. เพื่อพัฒนาด้านทรัพยากรสิ่งแวดล้อมในชุมชน ส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสภาพแวดล้อม หรือพัฒนาด้านวัตถุที่ดีขึ้น เช่น การส่งเสริมด้านการผลิต การส่งเสริมการคมนาคม และการส่งเสริมสาธารณสุขสมบัติ เป็นต้น นอกจากนี้แล้ว เพื่อปรับปรุงแก้ไขปัญหาคาเป็นอยู่และสภาพแวดล้อมให้ดีขึ้น ซึ่งโดยทั่วไปแล้วชุมชนจะมีทรัพยากรอยู่ 3 ประเภทด้วยกัน คือ ทรัพยากรมนุษย์ ทรัพยากรทางเทคนิคคือ สิ่งต่างๆ อันเป็นผลจากวิทยาศาสตร์และการประดิษฐ์ เช่น ถนน รถยนต์ ปุ๋ยเคมี ฯลฯ และทรัพยากรธรรมชาติ ได้แก่ ดิน แร่ธาตุ น้ำ และภูมิอากาศ ฯลฯ

3. เพื่อส่งเสริมความเป็นธรรมในการศึกษา ความเสมอภาคทางการศึกษามีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาประเทศ และเป็นหัวใจของประชาธิปไตย วัตถุประสงค์ของการจัดการศึกษาเพื่อประโยชน์แก่บุคคลทุกเพศ ทุกวัยและทุกชุมชน เพื่อให้ประชาชนทุกคนได้รับการศึกษาอันจะนำไปสู่ความสามารถที่จะช่วยเหลือตนเองและสังคมของตนได้ต่อไป

4. เพื่อส่งเสริมศีลธรรมและวัฒนธรรมอันดีงามของประเทศชาติในโลกปัจจุบัน สนับสนุนให้บุคคลเกิดการรับรู้เกี่ยวกับวรรณคดี ประวัติศาสตร์ และศิลปะประจำท้องถิ่น อันจะ

เป็นการส่งเสริมให้เกิดการรักษาและถ่ายทอดวัฒนธรรมของประเทศชาติขึ้น ตลอดจนเป็นผู้ที่มี
 ธรรมะประจำใจ อีกทั้งยังรู้จักรัก และช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ และทำให้เป็นผู้ที่มีความสุขในชีวิตตาม
 ควรแต่อัธยาของตน

5. เพื่อส่งเสริมความเป็นประชาธิปไตยในหมู่ประชาชน สนับสนุนพัฒนา
 ความสามารถทางด้านประชาธิปไตยของประชาชนไทย และส่งเสริมให้ประชาชนรู้จักการทำงาน
 ร่วมกันเป็นหมู่คณะ รู้จักการรับผิดชอบงานร่วมกัน รู้จักการแบ่งงานกันทำ รู้จักการปรับตัว รู้จัก
 เคารพในความคิดเห็นและสิทธิหน้าที่ของผู้อื่น

6. เพื่อพัฒนาจิตใจ ช่วยให้บุคคลได้ใช้ชีวิตอย่างสมบูรณ์ ได้รู้จักการพักผ่อนจากความ
 ตึงเครียดของชีวิตอีกด้วย นอกจากนี้ ช่วยสนับสนุนให้บุคคลรู้จักพัฒนาจิตใจของตนเองให้เป็นผู้ที่
 มีทัศนคติ มีค่านิยมที่เหมาะสม มีความเชื่อและเข้าใจในเรื่องของความดีและความเลว ตลอดจนสามารถ
 วินิจฉัย ตัดสินใจและเข้าใจสภาพการณ์ในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ได้อย่างถูกต้อง

สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของการศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นการศึกษาที่จัดบริการแก่
 บุคคล ทุกเพศ ทุกวัย ทุกฐานะ ทุกถิ่นที่อยู่อาศัยอย่างทั่วถึงและเสมอภาค ปราศจากข้อจำกัดในเรื่อง
 ต่างๆ เป็นการพัฒนาศักยภาพมนุษย์เพิ่มพูนความรู้ให้กับประชาชนมีความรู้ความเข้าใจในด้านต่าง ๆ
 เพิ่มทักษะในชีวิต ส่งเสริมความเป็นธรรม และความเสมอภาคในการศึกษา มุ่งให้กลุ่มเป้าหมายมี
 ความรู้พื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต มีความรู้ในการประกอบอาชีพ ได้รับความรู้ข่าวสารที่ทัน
 ต่อเหตุการณ์ รู้สิทธิหน้าที่ของพลเมือง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเหมาะสม สามารถ
 เผชิญปัญหา รู้จักคิด วิเคราะห์สถานการณ์ สามารถแสวงหาความรู้และเลือกรับความรู้จากแหล่ง
 ต่างๆ มาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและแก้ปัญหาได้ ตลอดจนสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพสังคม
 สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้อย่างเหมาะสม

13 การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

อุ้นตา นพคุณ (2523) การจัดกิจกรรมของการศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นการจัด
 กิจกรรมที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ปัญหาความต้องการที่แท้จริงของบุคคล กิจกรรมการศึกษา
 จะต้องให้ความสำคัญในเรื่องสภาพแวดล้อมและปัญหาที่แตกต่างกันของบุคคลและชุมชน
 การศึกษานอกระบบจึงต้องมีความยืดหยุ่น ที่สัมพันธ์กับชีวิตในสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันไป

อาชญญา รัตนอุบล (2550) กล่าวถึง การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยแบ่ง
 ได้ดังต่อไปนี้ คือ

1. การศึกษาขั้นพื้นฐานและการศึกษาต่อเนื่อง ได้แก่ การศึกษานอกระบบโรงเรียน สายสามัญ ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย การศึกษาเพื่อชุมชนในเขตภูเขา เป็นต้น

2. การศึกษาด้านทักษะอาชีพ คือ กิจกรรมฝึกอาชีพเพื่อมุ่งพัฒนาความรู้ ทักษะที่เป็นประโยชน์เพื่อการประกอบตามความต้องการในสาขาวิชาต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นสาขาเกษตรกรรม พาณิชยกรรม อุตสาหกรรม คหกรรม ศิลปกรรมและหัตถกรรม

3. การให้บริการข่าวสารข้อมูลและสารสนเทศต่างๆ ได้แก่ กิจกรรมการจัดห้องสมุดประชาชนจังหวัด ห้องสมุดประชาชนอำเภอ ห้องสมุดประชาชนตำบล ที่อ่านหนังสือและแหล่งความรู้ประจำหมู่บ้าน ห้องสมุดเคลื่อนที่ หน่วยโสตทัศนศึกษา วิทยุศึกษา โทรทัศน์ เพื่อการศึกษา ตลอดจนหนังสือ วารสาร และสิ่งพิมพ์เพื่อเผยแพร่ความรู้ต่างๆ เป็นต้น

4. การศึกษาด้านสุขภาพอนามัย การปรับปรุงชีวิตความเป็นอยู่ในครอบครัว ชุมชน และสิ่งแวดล้อม คือ ความรู้ ทักษะและทัศนคติต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ได้แก่ การป้องกันรักษา รักษาโรคภัยไข้เจ็บ สุขภาพอนามัย โภชนาการ ความสัมพันธ์ในครอบครัว เป็นต้น

5. การศึกษาเพื่อสันติภาพและด้านการเมืองการปกครอง ได้แก่ การสร้างความสงบเรียบร้อย การปกครองในระดับต่างๆ องค์การประชาชน การใช้สิทธิและหน้าที่ในกระบวนการทางสังคม เช่น กิจกรรมเพื่อชุมชน การมีส่วนร่วมของประชาชนในการปกครองประเทศ เป็นต้น

6. การศึกษาด้านศิลปวัฒนธรรมและกิจกรรมเพื่อพัฒนาบุคคล ได้แก่ กิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรม ประเพณี กิจกรรมทางศาสนา นันทนาการ เป็นต้น

พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (2551) กล่าวว่า การส่งเสริมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนและการศึกษาตามอัธยาศัยให้ยึดหลักการดังต่อไปนี้

1. หลักความสอดคล้องกับความต้องการและความจำเป็นของผู้เรียน ซึ่งเป็นกระบวนการที่มีความยืดหยุ่น สอดคล้องกับวิถีชีวิตความต้องการและความแตกต่างของแต่ละบุคคลและชุมชน

2. หลักความต่อเนื่องตลอดชีวิต ซึ่งเป็นกระบวนการที่มุ่งให้บุคคลมีโอกาสเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่เกิดจนตายเต็มศักยภาพและความสนใจ

3. หลักความเสมอภาคซึ่งเป็นกระบวนการที่มุ่งสร้างความเสมอภาคในการเข้าถึง และรับการศึกษาอย่างกว้างขวาง ทั้งถึง เป็นธรรม และมีคุณภาพ เหมาะสมกับสภาพชีวิตของประชาชน

4. หลักการกระจายอำนาจแก่สถานศึกษา และหลักการมีส่วนร่วมของสถาบันต่างๆ ของสังคมซึ่งเป็นกระบวนการที่มุ่งให้ภาคีเครือข่าย มีสิทธิและสวนร่วมในการจัดการเรียนรู้

5. หลักการพัฒนาศักยภาพของกำลังคนและสังคมซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้และภูมิปัญญา และเพิ่มขีดความสามารถในการผลิตและการแข่งขันของประเทศ

นอกจากนี้ ลักษณะสำคัญของกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีดังนี้

1) การศึกษานอกระบบโรงเรียน จะมีส่วนเกี่ยวข้องและสัมพันธ์กับความต้องการ โดยเฉพาะบุคคลที่จะนำไปสู่การพัฒนาทางสังคมและเศรษฐกิจ ซึ่งจะมีคุณลักษณะที่แตกต่างไปจากโครงการทางการศึกษาที่จัดขึ้นในระบบโรงเรียน

2) การศึกษานอกระบบโรงเรียน จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมในด้านหนึ่งด้านใด โดยเฉพาะ อันเป็นผลมาจากการได้รับความรู้จากกิจกรรมในโครงการนั้นๆ

3) การจัดกิจกรรมในโครงการการศึกษานอกระบบโรงเรียน มักจะก่อให้เกิดการเรียนรู้และผู้เริ่มได้รับประสบการณ์ ซึ่งจะก่อให้เกิดความชำนาญและทักษะ รวมทั้งกระบวนการเกี่ยวกับความรู้ มีความสามารถในการเป็นผู้นำชุมชน

4) การศึกษานอกระบบโรงเรียน มีลักษณะที่สามารถยืดหยุ่นรวมทั้งก่อให้เกิดนวัตกรรมต่างๆ ทางการศึกษาได้โดยง่าย การจัดการวางแผนการศึกษานอกระบบโรงเรียน จึงไม่ควรจะเข้มงวดและมีการควบคุมดูแลเหมือนกับการศึกษาในระบบโรงเรียน

5) โครงการที่จัดขึ้นทางด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียน ส่วนมากแล้วจะเสียค่าใช้จ่ายไม่มากนัก และผู้เรียนอาจจะต้องช่วยเหลือตนเองบ้างในด้านค่าใช้จ่าย

6) การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นโครงการที่อยู่ใกล้ชิดกับจุดประสงค์ในการนำไปใช้เพราะว่าเป็นโครงการที่ริเริ่ม เพื่อให้ตรงกับความต้องการ โดยเฉพาะของผู้เรียน

7) การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นวิธีการที่พยายามใช้ประโยชน์จากการศึกษาให้มากที่สุด โดยการฝึกความชำนาญ ความรู้ที่เรียนมาแล้วจากในระบบโรงเรียนจะพยายามนำมาสร้างเสริมและฝึกปฏิบัติให้มากขึ้นอีกในกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน (อาชญาญา รัตนอุบล, 2544)

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมของการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีลักษณะที่หลากหลายทั้งการให้บริการทางสายสามัญและส่งเสริมการประกอบอาชีพ การให้บริการข้อมูลข่าวสารสารสนเทศ สุขภาพอนามัย ศิลปวัฒนธรรม เป็นต้น ซึ่งต้องเป็นงานหรือโครงการที่ประชาชนต้องการ โดยยึดหลักประชาธิปไตย ไม่คำนึงถึงความแตกต่างในเรื่องฐานะ เพศ หรือวัย ควรได้สิทธิเท่าเทียมกันที่จะรับการศึกษามีเนื้อหาวิชาที่สัมพันธ์กับปัญหาในชีวิตประจำวัน เป็นการศึกษาโดยการลงมือปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตัวเอง โดยยึดหลักการพัฒนาศักยภาพของผู้เรียนและสังคมซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน สร้างสังคมแห่งการเรียนรู้และภูมิปัญญา

1.4 รูปแบบกิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียน

วีรฉัตร สุบัญญัติ (2545) กล่าวถึง รูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้มีองค์ประกอบสำคัญ ในการนำมาพิจารณาในการกำหนดรูปแบบกิจกรรมสำหรับการเรียนรู้ ดังนี้

(1) การกำหนดเป้าหมายกิจกรรม และการกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้

1.1 การกำหนดเป้าหมายกิจกรรมการเรียนการสอน เป็นข้อความที่ระบุผลที่ต้องการในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนอย่างกว้างๆ สามารถจำแนกเป็น เป้าหมายด้านความรู้ และสติปัญญา ด้านจิตใจ คุณธรรม และด้านทักษะและความชำนาญ

1.2 การกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ เป็นข้อความที่ระบุพฤติกรรม ความรู้ สิ่งที่ต้องการให้ผู้เรียนแสดงออก เรียนรู้หรือหาคำตอบ อันจะนำไปสู่การบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

(2) การกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมเรียนรู้มีลักษณะเป็นชุดของประสบการณ์ที่ออกแบบอย่างมีระบบเพื่อช่วยให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ การกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้มีขั้นตอน ดังนี้

2.1 การสร้างกิจกรรมการเรียนรู้ ควรคำนึงถึงความสัมพันธ์กับเป้าหมายของการเรียนการสอนและวัตถุประสงค์การเรียนรู้ เหมาะสมกับประสบการณ์และทักษะของผู้จัดกิจกรรม ใช้เวลาในการเตรียมการหรือการดำเนินการอย่างเหมาะสม รวมถึงพิจารณาสื่อ วัสดุอุปกรณ์และบริบทของกลุ่มผู้เรียน

2.2 การสร้างกิจกรรมการเรียนรู้ เริ่มจากการพิจารณาเป้าหมายการเรียนการสอน และวัตถุประสงค์การเรียนรู้ กำหนดระดับการมีส่วนร่วมของผู้เรียน เลือกรูปแบบกิจกรรมเรียนรู้ กำหนดเวลา กำหนดรายละเอียดของกิจกรรมการเรียนรู้ ระบุแนวทางสำหรับผู้เรียน กำหนดวัตถุประสงค์ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก และการสร้างสื่อสำหรับกิจกรรมเรียนรู้

2.3 การดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ ต้องสอดคล้องกลมกลืนไปกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ ความต้องการของผู้เรียน ความสามารถทักษะของผู้จัดกิจกรรม วัสดุ สื่อ อุปกรณ์และเวลาที่กำหนดไว้ในดำเนินกิจกรรม โดยการดำเนินกิจกรรมเรียนรู้สามารถเริ่มจากการนำเข้าสู่กิจกรรมการให้คำแนะนำ กฎกติกาสำหรับกิจกรรม ผู้เรียน ผู้เรียนฝึกปฏิบัติและมีการให้ผลป้อนกลับ และให้ความรู้หรือทักษะคงอยู่กับผู้เรียนและการเชื่อมโยงไปสู่กิจกรรมใหม่

(3) การกำหนดวิธีประเมินผู้เรียน มีประเด็นที่ควรพิจารณา ได้แก่

3.1 สิ่งที่ผู้จัดกิจกรรมต้องการประเมิน เช่น ปฏิภิกิริยาของผู้เรียนต่อประสบการณ์เรียนรู้ ความรู้ความเข้าใจในข้อมูลจากการเรียนรู้ ทักษะการแก้ปัญหาหรือความสามารถประยุกต์ใช้การเปลี่ยนแปลงทัศนคติหรือค่านิยม เป็นต้น

3.2 วิธีการประเมิน โดยการสังเกต การสัมภาษณ์ การพูดคุยทำความเข้าใจ หรือใช้วิธีการที่เป็นระบบ การทดสอบให้คะแนน

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน เครื่องมือที่ใช้เพื่อประเมินผู้เรียนผู้มีหลายประเภท เช่น แบบทดสอบ การสังเกต การบันทึกผลการเรียนรู้ ฯลฯ การเลือกเครื่องมือที่ใช้ประเมินผู้จัดกิจกรรมอาจเป็นผู้กำหนด หรือเลือกร่วมกับผู้เรียน

อาชัญญา รัตนอุบล (2550) กล่าวว่า รูปแบบการเรียนการสอนการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง สภาพลักษณะของการเรียนการสอนการศึกษานอกระบบโรงเรียน ที่ครอบคลุมองค์ประกอบสำคัญที่ได้กำหนดไว้อย่างเป็นระบบ ตามปรัชญา ทฤษฎี แนวคิด หลักการ โดยประกอบด้วย กระบวนการหรือขั้นตอนในการเรียนการสอน ที่สามารถช่วยให้สภาพการเรียนการสอนนั้น เป็นไปตามทฤษฎีหรือแนวคิดที่นำมาใช้โดยได้รับการตรวจสอบและยอมรับว่า สามารถช่วยให้การเรียนการสอนนั้นบรรลุวัตถุประสงค์ตามเป้าหมาย ดังนั้นรูปแบบการเรียนการสอนการศึกษานอกระบบโรงเรียน ประกอบด้วยองค์ประกอบหลักๆ ดังนี้

1. ปรัชญา ทฤษฎี หลักการ แนวคิดทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน บริบททางการศึกษานอกระบบโรงเรียน
2. อธิบายลักษณะการจัดการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับทฤษฎี หลักการที่นำมาใช้ และบริบททางการศึกษานอกระบบโรงเรียน
3. จัดระบบองค์ประกอบที่นำมาใช้แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ขององค์ประกอบดังกล่าว เพื่อไปสู่เป้าหมายของการเรียนการสอนการศึกษานอกระบบโรงเรียนนั้นๆ
4. นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการและเงื่อนไขที่จะทำให้กระบวนการเรียนการสอนนั้นเกิดประสิทธิภาพอย่างเต็มศักยภาพ

สรุปได้ว่า รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีองค์ประกอบสำคัญ คือ มีหลักการ ปรัชญาและแนวคิด มีองค์ประกอบที่แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ของส่วนต่างๆ เพื่อนำไปสู่เป้าหมายการเรียนรู้สามารถช่วยให้การเรียนการสอนนั้นบรรลุวัตถุประสงค์ตามเป้าหมายของแบบแผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย เหมาะสมกับประสบการณ์และทักษะของผู้จัดกิจกรรม ใช้เวลาในการเตรียมการหรือการดำเนินการอย่างเหมาะสม รวมถึงพิจารณาสื่อ วัสดุอุปกรณ์และบริบทของกลุ่มผู้เรียน

1.5 การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

สุมาลี สังข์ศรี (2545) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ควรใช้วิธีการดังต่อไปนี้คือ

1. ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางโดยคำนึงถึงความต้องการ ความสนใจและความแตกต่างระหว่างผู้เรียนให้ความสำคัญแก่ประสบการณ์ของผู้เรียนหรือกลุ่มเป้าหมาย

2. ใช้วิธีการที่หลากหลาย เช่น เรียนเป็นกลุ่มใหญ่ กลุ่มย่อย การสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การเรียนรายบุคคล ให้ผู้เรียนเลือกได้และให้เหมาะสมกับสภาพของกลุ่มเป้าหมายและสภาพของท้องถิ่น

3. ใช้สื่อชนิดต่างๆ ช่วยในการเรียนการสอน อาจจะใช้สื่อหลายชนิดผสมผสานกัน (multi-media) ใช้ระบบการศึกษาทางไกลเข้ามาช่วย

4. ควรมีความยืดหยุ่นในด้านต่างๆ เช่น เวลา หลักสูตร สถานที่เรียน การลงทะเบียน และลดกฎระเบียบต่างๆ

5. ควรศึกษารูปแบบและวิธีการรับความรู้และการถ่ายทอดความรู้ที่มีมาแต่ดั้งเดิมของชุมชนว่าในวิถีชีวิตของเขามีการถ่ายทอดกันอย่างไรมีการรับความรู้ใหม่อย่างไรแล้วนำมาประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ

6. เน้นการฝึกทักษะกระบวนการคิด การวิเคราะห์ การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ การแก้ปัญหา และการประยุกต์ใช้ความรู้ ต้องปรับที่ตัวผู้เรียน ผู้เรียนอาจจะยังเคยชินกับการเรียนแบบเดิม คือ คอยเป็นผู้รับเท่านั้น ต้องปรับให้ฝึกคิด ฝึกวิเคราะห์

7. ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองและการนำตนเอง

8. จัดการเรียนรู้ให้ผสมกลมกลืนกับชีวิต ไม่ควรให้แปลกแยกออกมาจากการดำเนินชีวิต

9. ควรเน้นการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์

10. เน้นการเรียนรู้จากสถานการณ์จริง การฝึกปฏิบัติจริงจนสามารถทำได้

11. ต้องสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ให้กลุ่มเป้าหมายตระหนักถึงความจำเป็นของการเรียนรู้ สร้างนิสัยใฝ่รู้ ส่งเสริมให้เกิดความใฝ่รู้อย่างต่อเนื่อง

12. ควรสอนวิธีการในการแสวงหาความรู้ (learning how to learn) มากกว่าเน้นการให้เนื้อหาความรู้ ควรให้เครื่องมือในการแสวงหาความรู้ และฝึกการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

13. ครูเป็นผู้สร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ เป็นผู้อำนวยความสะดวกในการเรียนเป็นผู้แนะแนวช่วยแก้ไขปัญหา ผู้เรียนอาจเป็นทั้งครูและผู้เรียนในเวลาเดียวกัน

14. ควรใช้ภูมิปัญญาชาวบ้านและวิถีชีวิตในการเรียนรู้

15. จัดการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ทุกสถานที่

Caffarella (1994) กล่าวถึง หลักการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ได้มีพื้นฐานจากการศึกษาความต้องการและปัญหาของบุคคลและชุมชน เพื่อนำมากำหนดเป็นแนวทางในการพัฒนาโครงการ โดยลักษณะของ โครงการต้องมีกลุ่มเป้าหมายที่ชัดเจนและต้องช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งประกอบไปด้วยจุดมุ่งหมายหลักที่สำคัญ 4 ประการดังนี้

(1) เพื่อส่งเสริมความเจริญและการพัฒนาอย่างต่อเนื่องของปัจเจกบุคคล

(2) เพื่อช่วยประชาชนให้สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ในชีวิตได้

- (3) เพื่อเตรียมตัวสำหรับโอกาสในการทำงานในปัจจุบันและอนาคต
- (4) เพื่อช่วยองค์กรให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้และปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงสังคม
- (5) เพื่อเปิดโอกาสในการตรวจสอบและชี้วัดประเด็นทางสังคมและชุมชน

สรุปการพัฒนาการจัดกิจกรรมการเรียนนอกระบบโรงเรียน ได้ว่าการพัฒนาการจัดกิจกรรมค่านึงผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง จัดตามความสนใจและความต้องการของผู้เรียน ใช้วิธีการเรียนรู้ที่หลากหลาย มีความยืดหยุ่นสูง ใช้สื่อต่าง ๆ ผสมผสานในการสอน เน้นทักษะการคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา การเผชิญสถานการณ์จริง การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และประยุกต์ใช้ความรู้ รวมทั้งส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็นสำคัญ

ตอนที่ 2 หลักธรรมที่เป็นแนวทางแก้ปัญหาตามอริยสัจสี่

2.1 ความหมายของอริยสัจ 4

พจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ (2530) ได้ให้ความหมายไว้ว่า อริยะ หมายถึง บุคคลผู้บรรลุนิพพานพิเศษ สัจ หมายถึง ความรู้แห่งความจริง ดังนั้นอริยสัจ หมายถึง ความจริงของพระอริยะ หรือความจริงอันประเสริฐเป็นชื่อธรรมที่สำคัญหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา 4 ประกอบด้วย ความสำคัญ ดังนี้ 1. ทุกข์ 2. สมุทัย 3. นิโรธ 4. มรรค

กรมศาสนา (2525) กล่าวถึง อริยสัจสี่ เป็นกฎที่อธิบายความจริงที่สำคัญมากในพระพุทธศาสนา อีกทั้งครอบคลุมกุศลธรรมทั้งปวงตามความหมายในพระพุทธศาสนาด้วย เป็นธรรมะที่เป็นประเสริฐที่อธิบายถึงความจริง ซึ่งมีเรื่องของทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ และปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์ ทั้งนี้ได้อธิบายเป็นเหตุและผล 2 คู่ ดังนี้

- (1) ความดับทุกข์ – เหตุและผลที่เกิดทุกข์
- (2) ความพ้นทุกข์ – เหตุและผลที่ดับทุกข์

อริยสัจ จึงมีความหมายที่แท้จริงว่า ความจริงที่ทำให้เจริญ (อริยะ) ความจริงที่ว่านี้แสดงให้เห็นว่า สิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ สาธะของมันเป็นทุกข์ ความทุกข์นี้มีสาเหตุ ในขณะที่เดียวกันกับภาวะพ้นทุกข์ก็มีอยู่ ชีวิตมนุษย์มิได้มีแต่ความทุกข์ ดังในลัทธิอื่นอธิบายและแนวปฏิบัติให้พ้นทุกข์ ก็เป็นความจริง ซึ่งถ้ามนุษย์ปฏิบัติตามแนวทางนี้ก็สามารถพ้นทุกข์ได้

พุทธทาสภิกขุ (2518) ได้อธิบายความหมายของอริยสัจสี่ ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้และสั่งสอนพุทธศาสนิกชนไว้คือ อริยสัจสี่ เป็นความจริงอันประเสริฐ ซึ่งทำให้รู้ความจริงเกี่ยวกับทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ และหนทางแห่งความดับทุกข์หรือทางสายกลาง ซึ่งมีองค์ประกอบของขั้นตอนในการแก้ไขปัญหาคือความทุกข์ ที่สำคัญ 4 ขั้น ดังนี้

- (1) **ขั้นทุกข์** คือ ปัญหา ข้อมูล
- (2) **ขั้นสมุทัย** คือ สาเหตุของปัญหา
- (3) **ขั้นนิโรธ** คือ เป้าหมายในการแก้ไขปัญหา
- (4) **ขั้นมรรค** คือ แนวทางในการปฏิบัติ

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2538) ได้อธิบายโดยแยกความหมายของอริยสัจเพื่อให้เห็นชัดเจนไว้ดังนี้

1. **ทุกข์** ได้แก่ ชาติ ชรา มรณะ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากของรัก ความปรารถนาไม่สมหวัง โดยย่อว่า อุปาทานขั้น 5 (ขั้น 5 ที่ยึดไว้ด้วยอุปาทาน) เป็นทุกข์ พุทธอิกนัยหนึ่ง คือภาวะที่แฝงด้วยความกดดัน บีบคั้น ขัดแย้ง ขัดข้อง มีความบกพร่อง ไม่สมบูรณ์ อยู่ในตัว ทั้งที่เกิดเป็นปัญหาขึ้นแล้ว และที่อาจเกิดเป็นปัญหาขึ้นมา เมื่อใดเมื่อหนึ่ง ในรูปใดรูปหนึ่งแก่ผู้ที่ยึดมั่นไว้ด้วยอุปาทาน **หน้าที่ต่อทุกข์** คือการกำหนดรู้ หรือทำความเข้าใจ ให้มองเห็นความหมายและขอบเขตโดยชัดเจน เพื่อการดำเนินการขั้นต่อไปจะพึงเป็นไปได้ และตรงปัญหา

2. **ทุกข์สมุทัย** เรียกสั้นๆ ว่า สมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์) ได้แก่ ตัณหา ที่ทำให้เกิดภพใหม่ ประกอบด้วยความเพติดเพลินและความติดใจ คอยแสหากความเพติดเพลินใหม่ๆ เรื่อยๆ มี 3 คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา พุทธอิกนัยหนึ่ง คือ ความอยากที่ยึดถือเอาตัวตนเป็นที่ตั้งโดยอาการซึ่งมีเราที่จะได้จะเป็นจะไม่เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ทำให้ชีวิตถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวนกระวาย ความกลัว ความติดข้องในรูปใดรูปหนึ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่ปลอดโปร่ง เป็นอิสระ **หน้าที่ต่อสมุทัยคือ** ละเสีย ทำให้หมดไปเสีย

3. **ทุกข์นิโรธ** เรียกสั้นๆ ว่า นิโรธ (ความดับทุกข์) ได้แก่การที่ตัณหาดับไปโดยไม่เหลือด้วยการคลายออก การสละเสียได้ สลัดออก พ้นไปได้ ไม่พัวพัน พุทธอิกนัยหนึ่ง ภาวะที่ไม่มีมีความทุกข์เหลืออยู่ เพราะหมดตัณหา ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวนกระวาย ความกลัว และความติดข้องใด ๆ ทั้งสิ้น มีแต่ภาวะที่บริสุทธิ์ เป็นอิสระ สงบ ปลอดโปร่ง ผ่องใส เบิกบาน **หน้าที่ต่อนิโรธคือ** ทำให้แจ้ง ทำให้สำเร็จ ทำให้เกิดมีเป็นจริงขึ้นมาหรือ บรรลุถึง

4. **ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา** (ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์) เรียกสั้น ๆ ว่า มรรค ได้แก่ทางประเสริฐมีองค์ประกอบ 8 คือ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ **หน้าที่ต่อมรรคคือ** ฝึกอบรม หรือปฏิบัติ 8 ประการซึ่งประกอบไปด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

จากความหมายอริยสัจดังกล่าว ประมวลสรุปได้ว่า อริยสัจ หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ ซึ่งอริยสัจนี้มีขั้นตอนหรือองค์ประกอบทั้งสิ้น 4 องค์ประกอบ คือ ทุกข์ สภาพที่ทนได้

ยากหรือสภาพปัญหา สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์หรือสาเหตุของปัญหา นิโรธ ความดับทุกข์ความดับไปแห่งปัญหา และมรรค หนทางนำไปสู่ความดับทุกข์ดับปัญหา

2.2 ประวัติการสอนแบบอริยสัจ 4

พนม พงษ์ไพบูลย์ และคณะ (2528) กล่าวว่า ในหมู่ของผู้ที่เป็นครู ย่อมเป็นที่ทราบกันมานานแล้วว่า เรื่องอะไรก็ตาม ถ้าเราได้คิดของเราเองหรือได้กระทำด้วยตัวเองแล้ว เรามักจะเข้าใจหรือเรียนรู้ได้อย่างแจ่มชัดในด้านพุทธประวัติก็ปรากฏชัดว่าในการแก้ปัญหาชีวิตของพระพุทธองค์ก็ได้ทรงคิดแก้ปัญหาด้วยพระองค์เอง ทรงทดลอง และทรงปฏิบัติหรือกระทำด้วยพระองค์เองทั้งสิ้น ผลก็คือทรงตรัสรู้คือได้ทรงเรียนรู้อย่างแจ่มชัด หรือรู้แจ้ง ซึ่งเป็นการยืนยันว่า การคิดหรือคิดแก้ปัญหาด้วยตนเองนั้น ทำให้รู้แจ้ง หรือเกิดการเรียนรู้ขึ้นเป็นอย่างดีเมื่อเป็นเช่นนี้ ครูทั้งหลายก็เกิดมองเห็นว่า ถ้าจะให้ศิษย์ได้เกิดการเรียนรู้ หรือได้รู้และเข้าใจอย่างชัดเจนแล้ว ก็จะต้องให้ศิษย์ได้คิดด้วยตัวเอง หรือคิดแก้ปัญหาด้วยตัวเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ความคิดอันนี้ย่อมถือเป็นรากฐานสำคัญของการคิดเกี่ยวกับการสร้างวิธีสอนถ้าหันไปดูในด้านพุทธประวัติหรือในด้านพุทธศาสนาอีกครั้งหนึ่ง ก็จะสังเกตเห็นว่า การคิดแก้ปัญหาและการกระทำควบกันไปนั้น ได้ปรากฏอยู่ชัดเจนในขั้นตอนของอริยสัจ 4 โดยเฉพาะใน“กิจของอริยสัจ” แล้ว ดังนั้นขั้นตอนของอริยสัจ 4 นั้นแหละ คือ ขั้นตอนวิธีสอนอันเป็นแม่บท และเรียกชื่อวิธีสอนแม่บทนี้ได้ว่า “วิธีสอนตามขั้นทั้ง 4 ของอริยสัจ”

พระธรรมปิฎก (2542) กล่าวถึง กิจในอริยสัจ 4 (หน้าที่อันจะพึงทำต่ออริยสัจ 4 แต่ละอย่าง) ข้อที่จะต้องปฏิบัติให้ถูกต้องและเสร็จสิ้นในอริยสัจ 4 แต่ละอย่าง จึงจะชื่อว่ารู้หรือเป็นผู้ตรัสรู้แล้ว

1) ปริณญา (การกำหนดรู้ เป็นกิจในทุกข์ ตามหลักว่า ทุกข์ อริยสัจจ์ ปริณญฺเอยฺย ทุกข์ควรกำหนดรู้ คือ ควรศึกษาให้รู้จักให้เข้าใจชัดตามสภาพที่เป็นจริง ได้แก่ การทำความเข้าใจและกำหนดขอบเขตของปัญหา

2) ปหานะ (การละ เป็นกิจในสมุทัย ตามหลักว่า ทุกฺขสมุทฺทโย อริยสัจจ์ ปหาตพฺพสมุทฺทโยควรละ คือ กำจัด ทำให้หมดสิ้นไป ได้แก่การแก้ไขกำจัดต้นตอของปัญหา

3) สัจฉิกิริยา (การทำให้แจ้ง เป็นกิจในนิโรธ ตามหลักว่า ทุกฺขนิโร อริยสัจจ์ สจฺฉิกาดพฺพํ นิโรธควรทำให้แจ้ง คือ เข้าถึง หรือบรรลู่ ได้แก่การเข้าถึงภาวะที่ปราศจากปัญหา บรรลู่จุดหมายที่ต้องการ

4) ภาวนา (การเจริญ เป็นกิจในมรรค ตามหลักว่า ทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทา อริยสัจ ภาเวตพุพฺพ มรรคควรเจริญ คือ ควรฝีกอบรม ลงมือปฏิบัติ กระทำตามวิธีการที่จะนำไปสู่จุดหมาย ได้แก่การลงมือแก้ไข้ปัญหา

ในการแสดงอริยสัจ กิติ ในการปฏิบัติธรรมตามหลักอริยสัจ กิติ จะต้องให้อริยสัจแต่ละข้อ สัมพันธ์ตรงกันกับกิจแต่ละอย่างจึงจะเป็นการแสดงและเป็นการปฏิบัติโดยชอบ ทั้งนี้วางเป็นหัวข้อ ได้ดังนี้

- 1) ทุกข์ เป็นชั้นแกลงปัญหาที่จะต้องทำความเข้าใจและรู้ขอบเขต (ปริญญา)
- 2) สมุทัย เป็นชั้นวิเคราะห์และวินิจฉัยมูลเหตุของปัญหา ซึ่งจะต้องแก้ไข้กำจัดให้หมดสิ้นไป (ปหานะ)
- 3) นิโรธ เป็นชั้นชี้บอกภาวะปราศจากปัญหา อันเป็นจุดหมายที่ต้องการ ให้เห็นว่า การแก้้ปัญหาเป็นไปได้ และจุดหมายนั้นควรเข้าถึง ซึ่งจะต้องทำให้สำเร็จ (สังคิกิริยา)
- 4) มรรค เป็นชั้นกำหนดวิธีการ ขั้นตอน และรายละเอียดที่จะต้องปฏิบัติในการลงมือแก้้ปัญหา (ภาวนา)

นอกจากนี้ “กิจในอริยสัจ 4” เป็นเรื่องของการกระทำหรือการปฏิบัติ (action) ทั้งสิ้น ส่วนตัวอริยสัจ 4 เองนั้น บ่งถึงแนวคิดหรือสภาพการณ์ (condition) อันจะต้องนำไปปฏิบัติเป็นส่วน ใหญ่วิธีสอนหรือการสอนนั้น ย่อมเป็นการกระทำอย่างหนึ่ง คือจะทำอย่างไรผู้เรียนจึงจะเกิดความ เข้าใจ หรือเกิดการเรียนรู้ขึ้นมาได้ ดังนั้น เมื่อถึงขั้นที่จะต้องประยุกต์ให้เป็นวิธีสอนกันแล้ว ก็จะต้องประยุกต์จาก “กิจในอริยสัจ 4” เป็นส่วนใหญ่ เพราะเป็นเรื่องของการปฏิบัติ หรือกระทำ ด้วยกัน มิได้ประยุกต์จากตัวอริยสัจโดยตรงลำดับต่อไปนี้ จะได้นำขั้นตอนของอริยสัจ 4 และโดยเฉพาะเรื่องของกิจในอริยสัจ 4 มาประยุกต์เป็นวิธีสอนที่เรียกว่า “วิธีสอนตามขั้นทั้ง 4 ของอริยสัจ” ต่อไป อนึ่งใคร่ขอขำเป็นอย่างยิ่งว่าในการประยุกต์เป็นวิธีสอนครั้งนี้ เป็นการกระทำ แบบที่เรียกกันในภาษาลาตินว่า *mutatis mutandis*(m.m.) คือเป็นการอนุโลมปรุ่่งแต่ง เป็นประยุกต์ จากกิจ หรือ ข้อปฏิบัติในชั้นต่าง ๆ ของอริยสัจ 4 โดยถือด้านปฏิบัติเป็นใหญ่มิได้ประยุกต์โดยตรง จากตัวอริยสัจเอง เรียกได้ว่าเป็นการประยุกต์จากส่วนหนึ่งของอริยสัจเท่านั้นเอง ที่จริงได้เคย ประยุกต์ไว้ครั้งหนึ่งนานมาแล้ว (พนม พงษ์ไพบูลย์, 2528)

2.3 วิธีคิดแบบอริยสัจ 4 (ในการแก้้ปัญหา)

เรียกตามทางธรรมะได้ว่า วิธีแห่งความดับทุกข์ โดยเริ่มจากตัวปัญหา หรือ ทุกข์ ทำความ เข้าใจให้ชัดเจน สืบค้นหาสาเหตุเตรียมแก้ไข้ วางแผนกำจัดสาเหตุปัญหา มีวิธีการปฏิบัติ 4 ขั้นตอน (พระธรรมปิฎก, 2542)

1. **ทุกข์** คือ การกำหนดให้รู้จักสภาพปัญหา หมายถึง ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ อันเนื่องมาจากสภาวะที่ทนได้ยาก คือ เป็นสภาวะที่บีบคั้นจิตใจ ความขัดแย้ง การขาดความเที่ยงแท้การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่สมปรารถนา เมื่อเกิดทุกข์เราต้องไม่ประมาท และต้องพร้อมที่จะเผชิญกับความเป็นจริง

2. **สมุทัย** คือ การกำหนดเหตุแห่งทุกข์เพื่อกำจัด หมายถึง เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ คือ เป็นสิ่งเริ่มต้นที่ทำให้เกิดทุกข์ ทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุที่แตกต่างกันออกไป แต่สาเหตุที่แท้จริงที่ก่อให้เกิดทุกข์ ก็คือ ตัณหา หรือความอยาก ความต้องการ มีอยู่ 3 ประการคือ

2.1 กามตัณหา หมายถึง ความอยากได้สิ่งที่ปรารถนาทุกอย่าง เช่น อยากได้ทรัพย์สินเงินทอง

2.2 ภวตัณหา หมายถึง ความอยากเป็นนั่นอยากเป็นนี่ เช่น อยากเป็นคนดัง อยากเป็นดารา เป็นต้น

2.3 วิภวตัณหา หมายถึง ความไม่อยากเป็นนั่นเป็นนี่ เช่น ไม่อยากสอบตก ไม่อยากเป็นคนพิการ เป็นต้น

3. **นิโรธ** คือ การดับทุกข์อย่างมีจุดหมาย ต้องมีการกำหนดว่าจุดหมายที่ต้องการคืออะไร หมายถึง ความดับทุกข์ หรือภาวะที่ทำให้ตัณหาดับสิ้นไป ทุกข์เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากตัณหา หรือความอยาก ถ้าคนเราลดตัณหาหรือความอยากได้มากเท่าไร ทุกข์ก็ย่อมน้อยลงไปด้วย แต่ถ้าเราดับได้โดยสิ้นเชิงชีวิตเราก็จะมีแต่ความสงบ

4. **มรรค** คือ การกำหนดวิธีการในรายละเอียดและปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา หมายถึง ข้อปฏิบัติให้ถึงความทุกข์ ได้แก่ การเดินทางสายกลาง ซึ่งมรรคมีองค์ประกอบด้วย 8 ประการ คือ

4.1 สัมมาทิฐิ หมายถึง ความเห็นชอบ คือการเห็นตามความจริงและรู้ว่าอะไรดี อะไรไม่ดี

4.2 สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ความดำริชอบ คือการไม่คิดลุ่มหลงให้เกิดสุขในอารมณ์ ไม่คิดอาฆาตพยาบาท ตลอดจนไม่เบียดเบียนผู้อื่น

4.3 สัมมาวาจา หมายถึง การเจรจาชอบ คือการพูดแต่ในสิ่งที่ดี ไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดหยาบคาว ไม่พูดไร้สาระ

4.4 สัมมากัมมันตะ หมายถึง การกระทำชอบ คือการกระทำในสิ่งที่ดี ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินอกใจ

4.5 สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ คือการประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่คดโกง หลอกลวง ไม่กระทำในสิ่งที่เป็นผลร้ายต่อผู้อื่น

4.6 สัมมาวายามะ หมายถึง พยายามชอบ คือพยายามที่จะป้องกัน ไม่ให้เกิดความชั่ว พยายามที่จะกำจัดความชั่วที่มีอยู่ให้หมดไป พยายามสร้างความคิดที่ยังไม่เกิดให้เกิด และพยายามรักษาความคิดที่มีให้คงอยู่ต่อไป

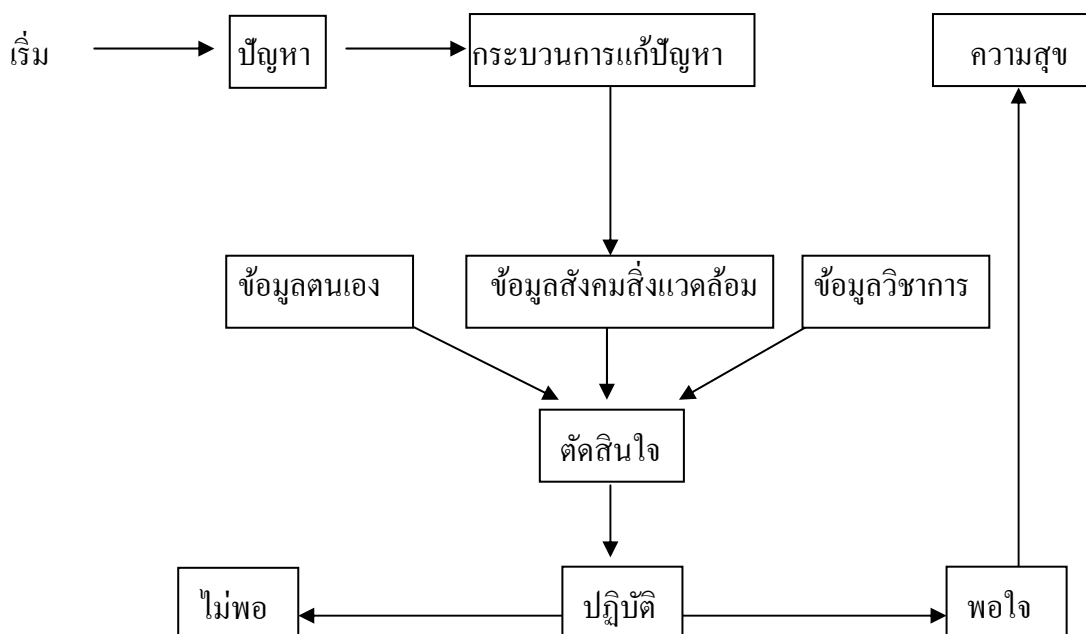
4.7 สัมมาสติ หมายถึง การระลึกชอบ คือระลึกอยู่เสมอว่าสิ่งที่รู้สิ่งที่เห็นนั้น เป็นไปตามความเป็นจริง

4.8 สัมมาสมาธิ หมายถึง การตั้งจิตมั่นชอบ คือ การที่สามารถตั้งจิตใจให้จดจ่ออยู่กับ สิ่งใดสิ่งหนึ่งได้นาน

สาโรช บัวศรี (2507) เป็นผู้ริเริ่มความคิด ในการนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในกระบวนการแก้ปัญหา โดยประยุกต์หลักอริยสัจ 4 อันได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มาใช้ควบคู่กับ “ กิจในอริยสัจ 4 ” อันประกอบด้วย ปริญา (การกำหนดรู้) ปหานะ (การละ) สัจฉิกิริยา (การทำให้แจ้ง) และภาวนา (การเจริญ หรือลงมือปฏิบัติ) จากหลักการทั้งสอง ศาสตราจารย์ ดร. สาโรช บัวศรี ได้เสนอแนะกระบวนการแก้ปัญหาในการเรียนการสอน ดังนี้

1. ขั้นกำหนดปัญหา (ขั้นทุกข์)
คือการระบุปัญหาที่ต้องการแก้ไข
2. ขั้นตั้งสมมติฐาน (ขั้นสมุทัย)
คือ การวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาและตั้งสมมติฐาน
3. ขั้นทดลอง และ เก็บข้อมูล (ขั้นนิโรธ)
คือ การกำหนดวัตถุประสงค์และวิธีการทดลองเพื่อพิสูจน์สมมติฐานและเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ขั้นวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผล (ขั้นมรรค)
คือ การนำข้อมูลมาวิเคราะห์และสรุป

นอกจากนี้ การคิดเพื่อการแก้ปัญหาตามแนวคิดของ โกวิท วรพิพัฒน์ (2521) มีจุดเริ่มต้นที่ตัวปัญหาแล้ว ย้อนพิจารณาไตร่ตรองถึงข้อมูล 3 ประเภท คือ ข้อมูลด้านตนเอง ชุมชนสังคม สิ่งแวดล้อมและข้อมูลทางวิชาการ ต่อจากนั้น จึงลงมือกระทำการ หากการกระทำสามารถทำให้ปัญหาและความไม่พอใจของบุคคลหายไป กระบวนการคิดจะยุติลงแต่หากบุคคลยังไม่พอใจและปัญหายังคงอยู่ บุคคลจะเริ่มกระบวนการคิดใหม่อีกครั้งหนึ่ง ดังนี้



แผนภูมิที่ 1 รูปแบบการคิดของโกวิท วรพิพัฒน์ (2521)

2.4 การจัดการเรียนรู้ตามขั้นของอริยสัจ 4

เป็นกระบวนการแสวงหาความรู้ โดยผู้เรียนพยายามค้นคิดการแก้ปัญหาต่างๆ โดยใช้ลำดับขั้นตอนทั้ง 4 ขั้นของอริยสัจ เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาด้านตนเอง

การจัดการเรียนรู้ตามขั้นทั้ง 4 ของอริยสัจ มีองค์ประกอบดังนี้

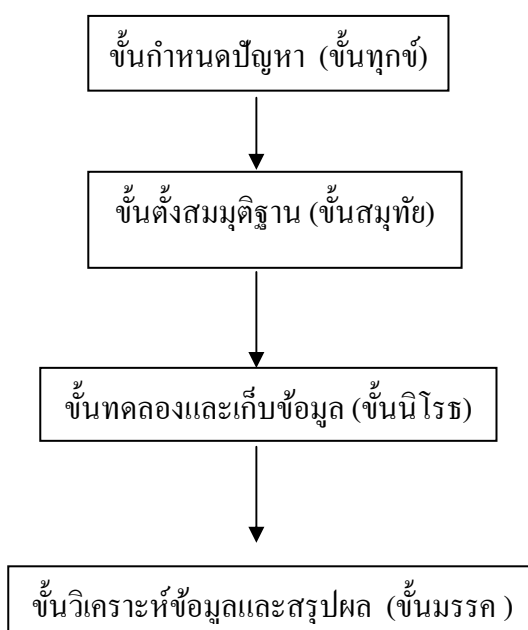
1. หัวข้อปัญหา
2. ลำดับขั้นตอนการแก้ปัญหา
3. สรุปแนวทางการแก้ปัญหา

นอกจากนี้ ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบอริยสัจสี่ ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2540) ได้นำมาประยุกต์ใช้ ดังนี้

ตารางที่ 3 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้แบบอริยสัจสี่

ขั้นตอนการสอน	เทคนิคสำคัญ
<p>1. กำหนดปัญหา (ขั้นทุกข์)</p> <p>ผู้สอนกำหนดและนำเสนอปัญหาอย่างละเอียด พยายามให้ผู้เรียนทำความเข้าใจต่อปัญหานั้นตรงหน้า และพยายามสร้างความรู้สึกให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักว่าสิ่งที่ผู้สอนนำเสนอเป็นปัญหาของทุกคน ทุกคนมีส่วนเกี่ยวข้องกับปัญหานั้น และทุกคนจะต้องร่วมมือกันช่วยแก้ปัญหา เพื่อความสุขของทุกคน</p> <p>ผู้สอนช่วยให้ผู้เรียนให้ได้ศึกษาพิจารณาดูปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง ด้วยความรอบคอบและพยายามกำหนดขอบเขตของปัญหาซึ่งผู้เรียนจะต้องคิดแก้ไขได้</p>	<p>1.1 การอธิบายอย่างกระจ่างชัด สร้างภาพ เหตุการณ์ ให้เห็นผลของการละเลยไม่แก้ปัญหาและการ โน้มหน้าวักชวนให้เกิดความตระหนักใน ความสำคัญของการแก้ปัญหา อาจใช้สื่อที่ เหมาะสมในการนำเสนอปัญหาให้สมจริง</p> <p>1.2 เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นอย่าง หลากหลายและทั่วถึงและเขียนความแสดง ความ คิดเห็นทั้งหมดนั้นบนกระดานเพื่อป้องกันการลืม และเป็น การเสริมให้ผู้เรียนพยายามมีส่วนร่วมใน บทเรียน</p>
<p>2. ตั้งสมมติฐาน (ขั้นสมุทัย)</p> <p>ผู้สอนช่วยผู้เรียนให้ได้พิจารณาด้วยตนเองว่า สาเหตุของปัญหาที่ยกขึ้นมากล่าวในขั้นที่ 1 นั้นมี อะไรบ้าง</p> <p>ผู้สอนช่วยผู้เรียนให้ได้เกิดความเข้าใจตระหนักว่า ในการแก้ปัญหาใดๆนั้นจะต้องกำจัดหรือดับ</p> <p>ผู้สอนช่วยผู้เรียนให้ได้คิดว่าการแก้ปัญหาที่ สาเหตุนั้นอาจจะกระทำอะไรได้บ้าง คือ ให้กำหนด สิ่งที่จะกระทำนี้เป็นข้อๆ ไป</p>	<p>2.1 ใช้คำถามเร้าให้ผู้เรียนช่วยกันคิดและแสดง ความ คิดเห็น ผู้สอนเขียนข้อมูลสาเหตุของปัญหา ตามที่ผู้เรียนเสนอไว้คู่กับประเด็นปัญหาที่ 1.2 ที่ เขียนไว้บนกระดาน</p> <p>2.2 ใช้วิธีการอภิปรายเชื่อมโยงเหตุผล</p> <p>2.3 ให้ตัวอย่างการกำหนดสิ่งที่จะกระทำแล้วเปิด โอกาสและกระตุ้นให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นใน การเสริมแรงผู้เรียนที่แสดงความคิดเห็น เขียน ข้อมูลที่ผู้เรียนเสนอไว้บนกระดาน</p>
<p>3. ทดลองและเก็บข้อมูล (ขั้นนิโรธ)</p> <p>4. วิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผล (ขั้นมรรค)</p> <p>ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจและสรุปได้ว่าใน บรรดาการทดลองหรือการกระทำด้วยตนเองหลายๆ อย่างนั้น บางอย่างก็แก้ปัญหาไม่ได้ บางอย่างก็ แก้ปัญหาได้ชัดเจน การแก้ปัญหาให้สำเร็จจะต้องทำ อย่างไรแน่</p> <p>เมื่อลงข้อสรุปวิธีแก้ปัญหาได้แล้วให้ผู้เรียน ช่วยกันกำหนดแนวทางในการปฏิบัติและลงมือปฏิบัติ ตามแนวทางนั้นโดยทั่วกัน รวมทั้งให้ผู้เรียนช่วยกัน คิดว่าวิธีการควบคุมและติดตามการปฏิบัติเมื่อแก้ไข ปัญหาต่างๆด้วย</p>	<p>ให้เทคนิคการแบ่งงาน และการทำงานเป็นกลุ่มและ เสนอแนะวิธีการจัดบันทึกข้อมูล ผู้สอนอาจให้ ผู้เรียนช่วยกันเสนอว่าจะจัดบันทึกข้อมูลอย่างไร หรือช่วยกันออกแบบตารางบันทึกข้อมูลให้ผู้เรียน มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์และเปรียบเทียบข้อมูลที่ ได้บันทึกไว้แล้วช่วยกันลงข้อสรุปโดยผู้สอนช่วย เชื่อมโยง ความคิดของผู้เรียนแต่ละคน เปิดโอกาส ให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นโดยผู้สอนใช้คำถาม กระตุ้นให้ ข้อมูลย้อนกลับ ทบทวน เสริม ความสำคัญ สรุปเชื่อมโยงข้อคิดเห็นของผู้เรียน และบันทึกข้อมูลต่างๆบนกระดาน</p>

แผนภูมิที่ 2 ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจ 4 สรุปเป็นแผนภูมิ



2.5 ประโยชน์ของอริยสัจ 4

พระธรรมปิฎก (2542) กล่าวว่า หลักอริยสัจ นอกจากเป็นคำสอนที่ครอบคลุมหลักธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ดังกล่าวมาแล้ว ยังมีคุณค่าที่น่าสังเกตอีกหลายประการ ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. เป็นวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งดำเนินการแก้ไขปัญหามาตรบระบบแห่งเหตุผล เป็นระบบวิธีแบบอย่าง ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาใด ๆ ก็ตามที่จะมีคุณค่าและสมเหตุผลจะต้องดำเนินไปในแนวเดียวกันเช่นนี้
2. เป็นการแก้ปัญหาและจัดการกับชีวิตของตน ด้วยปัญญาของมนุษย์เอง โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ ไม่ต้องอ้างอำนาจลบลับดาลของตัวการพิเศษเหนือธรรมชาติ หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใดๆ
3. เป็นความจริงที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของคนทุกคน ไม่ว่ามนุษย์จะเติบโตออกไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสิ่งที่อยู่ห่างไกลตัวกว้างขวางมากมายเพียงใดก็ตาม แต่ถ้าเขายังจะต้องมีชีวิตของตนเองที่มีคุณค่า และสัมพันธ์กับสิ่งภายนอกเหล่านั้นอย่างมีผลดีแล้ว เขาจะต้องเกี่ยวข้องและใช้ประโยชน์จากหลักความจริงนี้ตลอดไป
4. เป็นหลักความจริงกลางๆ ที่คิดเนื่องอยู่กับชีวิต หรือเป็นเรื่องของชีวิตเองแท้ ๆ ไม่ว่ามนุษย์จะสร้างสรรค์ศิลปวิทยาการ หรือดำเนินกิจการใดๆ ขึ้นมาเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาความ

เป็นอยู่ของตน และไม่ว่าศิลปวิทยาการ หรือกิจการต่าง ๆ นั้น จะเจริญขึ้น เลื่อมลง สูญสลายไป หรือเกิดมีใหม่มาแทน อย่างไรก็ตาม หลักความจริงนี้ก็จะคงยืนยง ใหม่ และใช้เป็นประโยชน์ได้ ตลอดทุกกาล

ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

3.1 ความหมายของทักษะชีวิต

ความหมายของทักษะชีวิตนั้น มีผู้เชี่ยวชาญละองค์กรต่างๆ ได้ให้ความหมายไว้มากมาย แตกต่างกันไป ดังต่อไปนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถในการปรับตัว และมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้อง ในการเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บุญญ์ญ เลหะทองทิพย์ และรุ่งกานต์ ศรีลัมภ์ (2541) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม ในการเผชิญปัญหาต่างๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมในปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกอบรม

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถอันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหาหอบๆ ตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ สารเสพติด บทบาท ชายหญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ สิ่งแวดล้อม จริยธรรม ปัญหาสังคม ฯลฯ

ทองคูณ หงส์พันธุ์ (2543) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า หมายถึงลักษณะ หรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) เป็นทักษะภายในที่ช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นความสามารถพื้นฐานที่ทุกคนจำเป็นต้องมีและใช้ในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยไม่เป็นภาระของสังคม

กรมวิชาการ (2544) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นคุณลักษณะ หรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) และเป็นความสามารถทางสติปัญญาที่ทุกคนจำเป็นต้องใช้ในการเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาขึ้นได้ด้วยการฝึก และกระทำซ้ำๆ ให้เกิดความคล่องแคล่วเคยชิน จนเป็นลักษณะนิสัย

สำนักนิเทศ และพัฒนามาตรฐานการศึกษา (2544) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า คือ ความสามารถพื้นฐานอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการที่เหมาะสมกับตัวเอง และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้เป็นความปกติสุข อยู่รอดปลอดภัยจากภัยสังคมในปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับปรับตัวในอนาคต

เทพ สงวนกิตติพันธุ์ (2545) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า หมายถึงความรู้ ความสามารถ ความเชี่ยวชาญที่จะช่วยให้ความเป็นอยู่ หรือการดำเนินกิจกรรมต่างๆที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย สังคม และจิตใจ ของบุคคลให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต

โดยสรุปแล้ว แนวคิดและหลักการของทักษะชีวิต เป็นความสามารถทางสังคมจิตวิทยาในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าสิ่งกระตุ้นทั้งภายนอกและภายในตนเองได้อย่างเหมาะสม และเป็นความสามารถพื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนในโลกพึงมี เพื่อครองตนได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพ และการดำรงอยู่ในสังคมในการปรับตัวเพื่อเผชิญกับปัญหาต่างๆ ซึ่งเป็นความสามารถพื้นฐานในการใช้ชีวิตอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่นอันประกอบไปด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการที่เหมาะสมที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน และอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทักษะชีวิตนี้สามารถพัฒนาขึ้นได้ด้วยการฝึก และกระทำซ้ำๆ ให้เกิดความคล่องแคล่วเคยชิน จนเป็นลักษณะนิสัย

3.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญไว้ 10 องค์ประกอบ ดังนี้

1) การตัดสินใจ (Decision making) เป็นสิ่งที่ช่วยก่อให้เกิดการตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ในชีวิต ซึ่งถ้าบุคคลมีการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยมีการประเมินทางเลือกที่แตกต่าง และผลจากการตัดสินใจในแต่ละทางเลือกนั้น จะมีผลต่อสุขภาพของบุคคลนั้น

2) การแก้ปัญหา (Problem solving) เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิต โดยเฉพาะปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขได้ เป็นสาเหตุทำให้เกิดความตึงเครียดทั้งทางร่างกาย และจิตใจ

3) ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นส่วนสนับสนุนการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา โดยการกำหนดทางเลือกหลายๆ ทางเลือกที่จะกระทำ หรือไม่กระทำ ซึ่งบุคคลสามารถนำเอาประสบการณ์ที่ผ่านมาช่วยในการตัดสินใจ และแก้ปัญหา ถึงแม้บางครั้งจะยังไม่มี การตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ก็ยังสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

4) ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการวิเคราะห์ ข้อมูลข่าวสาร และประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ทั้งยังสามารถช่วยในการประเมินปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพล ต่อเจตคติ และพฤติกรรม เช่น ค่านิยม แรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน และสื่อต่างๆ

5) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกของบุคคล โดยการใช้คำพูด และภาษาท่าทางที่เหมาะสมกับวัฒนธรรม และ สถานการณ์ต่างๆ รวมไปถึงความสามารถในการแสดงความคิดเห็นความต้องการ การเตือน การ ปฏิเสธ และการขอร้อง ของความช่วยเหลือในเวลาที่ต้องการ

6) ทักษะการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship skills) สามารถช่วยให้บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และสามารถที่จะรักษา และดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์ อันดี ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข ทั้งยังเป็นการรักษา สัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัว ถือเป็นแหล่งที่สำคัญในการสนับสนุนทางสังคม

7) ความตระหนักรู้ในตน (Self - awareness) เป็นการยอมรับในตนเอง ยอมรับใน บุคลิกลักษณะเด่น ลักษณะด้อยของตนเอง สิ่งที่ดีตนปรารถนา และสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา การ พัฒนาความตระหนักรู้ในตนสามารถช่วยให้บุคคลยอมรับได้เมื่อตนรู้สึกเครียด หรืออยู่ภายใต้ความ กกดดัน และเป็นสิ่งจำเป็นก่อนที่จะไปสู่ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล และทั้งยังเป็นการพัฒนาให้บุคคลเกิดความเข้าใจ และรู้สึกเห็นใจผู้อื่น

8) ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจ ความรู้สึก ความเห็นใจ บุคคลที่แตกต่างจากเรา ถึงแม้ว่าเราจะไม่คุ้นเคย ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจ และยอมรับความแตกต่าง ของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีทางสังคม เช่น ความแตกต่างทางเชื้อชาติ หรือ วัฒนธรรม ความเห็นใจผู้อื่นยังสามารถช่วยเป็นกำลังใจให้ผู้อื่นที่ต้องการการดูแลเอาใจใส่ และ ความช่วยเหลือ เช่น ผู้ป่วยโรคเอดส์ ผู้ที่มีภาวะบกพร่องทางจิตใจ หรือผู้ที่ไม่เป็นที่ยอมรับทางสังคม

9) การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotions) เป็นการเรียนรู้จัก และเข้าใจอารมณ์ของ ตนเอง และผู้อื่น ตระหนักถึงอารมณ์ต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม และทำให้สามารถตอบสนอง ต่ออารมณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม เช่น อารมณ์รุนแรง ความโกรธ หรือ ความโศกเศร้า ซึ่งส่งผล ด้านลบต่อสุขภาพได้ ถ้าไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม

10) การจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรู้ถึง สาเหตุของความเครียด และรู้แนวทางในการควบคุมระดับของความเครียด เช่น การเปลี่ยน สิ่งแวดล้อม หรือวิถีชีวิต หรืออาจหมายถึง การรู้ถึงวิธีผ่อนคลายเมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียด ซึ่งไม่อาจ หลีกเลียงได้ เพื่อช่วยลดปัญหาต่างๆ ทางด้านสุขภาพ

สำหรับในประเทศไทย กรมสุขภาพจิต (2541) ได้นำแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกมาประยุกต์ใหม่ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคม และวัฒนธรรมไทยที่อยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่าน และสับสนในด้านเจตคติ และค่านิยม เพื่อให้ช่วยต่อการจัดการเรียนการสอนและพัฒนาวิธีการสอนของครู จึงได้ปรับเปลี่ยนโดยแบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็น 3 ด้าน อันได้แก่ ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย ซึ่งสามารถจัดองค์ประกอบของทักษะชีวิตนี้ได้เป็น 12 องค์ประกอบ และจัดเป็น 6 กลุ่มดังนี้

- กลุ่มที่ 1 - การสามารถตัดสินใจได้ (Decision making)
 - การแก้ไขปัญหา (Problem solving)
- กลุ่มที่ 2 - การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking)
 - การคิดอย่างสร้างสรรค์ (Creative thinking)
- กลุ่มที่ 3 - การสามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ (Interpersonal relationship)
 - การสื่อสาร (Communication)
- กลุ่มที่ 4 - การตระหนักในตนเอง (Self awareness)
 - การเข้าใจและรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น (Empathy)
- กลุ่มที่ 5 - กลไกในการควบคุมอารมณ์และความเครียด (Emotional coping and stressors)
- กลุ่มที่ 6 - การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self esteem)
 - การรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility)

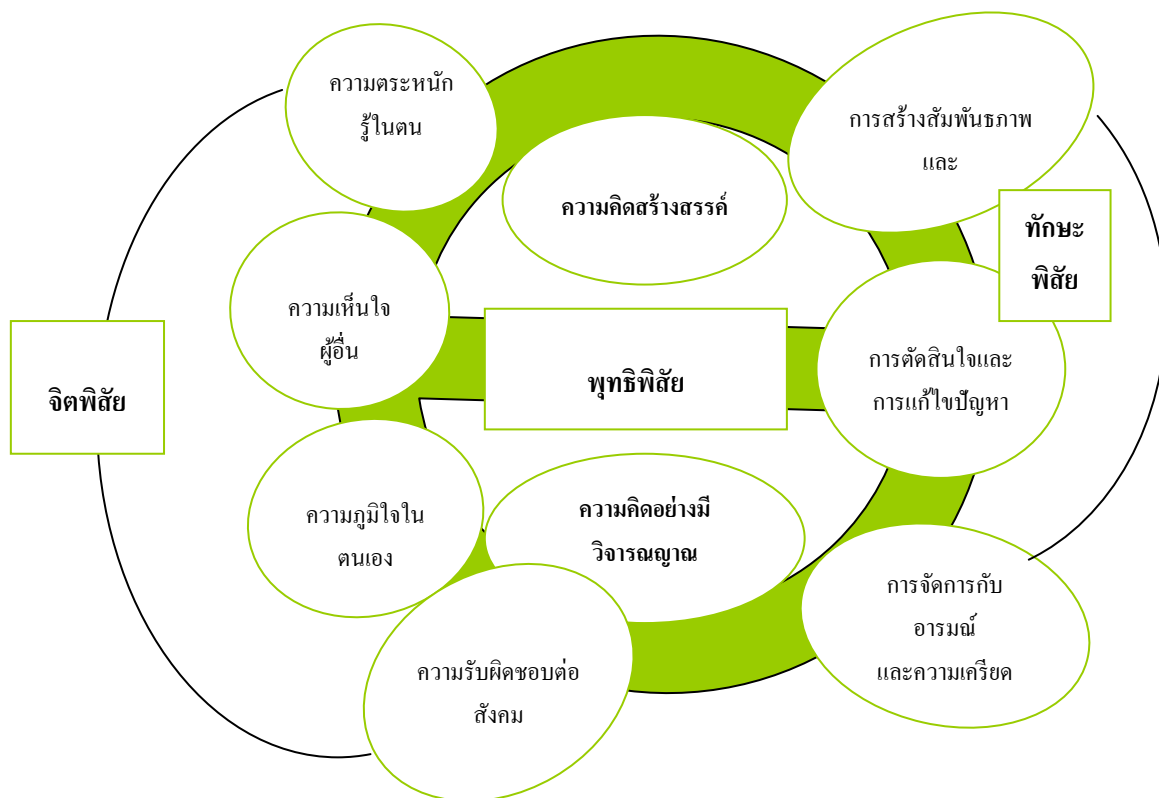
ดังนั้นประเทศไทยจึงมีทักษะชีวิต 12 องค์ประกอบ หรือ 6 กลุ่ม ซึ่งแบ่งตามพฤติกรรมกรเรียนรู้ได้ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2542)

1. ด้านพุทธิพิสัย มี 1 กลุ่ม ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์อย่างมีวิจารณญาณ
2. ด้านจิตพิสัย มี 2 กลุ่ม ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตนเอง และความเห็นใจผู้อื่น ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม
3. ด้านทักษะพิสัยมี 3 กลุ่ม ได้แก่ การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ในด้านพุทธิพิสัยนั้นคือความคิดสร้างสรรค์ และความคิดอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งจัดเป็นองค์ประกอบร่วม และเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ และจัดความตระหนักรู้ในตน กับความเห็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัยโดยเพิ่มเจตคติอีก 1 กลุ่ม ความภูมิใจในตนเอง (Self esteem) และความ

รับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) ส่วนที่เหลืออีก 3 คู่ เป็นด้านทักษะพิสัย ดังแสดงไว้ในแผนภาพดังนี้ : -

ภาพองค์ประกอบทักษะชีวิต



แผนภูมิที่ 3 องค์ประกอบทักษะชีวิต (กรมสุขภาพจิต, 2541)

จากแผนภูมิ : ส่วนที่เป็นแกนกลางจะเป็นองค์ประกอบด้านพุทธิพิสัย ส่วนในสี่เหลี่ยมรอบนอกทางซ้ายเป็นด้านจิตพิสัยและทางขวาเป็นทักษะพิสัย

ทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย ได้แก่

1. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร สถานการณ์และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการจัดกระทำ ซึ่งการคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นส่วนประกอบอย่างหนึ่งของสุขภาพจิตที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักยอมรับและประเมินปัจจัยต่าง ๆ ที่อ้างได้ถึง ทศนคติและพฤติกรรมดังเช่น การให้คุณค่าในสิ่งต่างๆ ความกดดันจากกลุ่มเพื่อนและสื่อต่าง ๆ (WHO, 1994)

2. การคิดอย่างสร้างสรรค์ (Creative thinking) ประกอบไปด้วยความสามารถในการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา โดยการที่บุคคลสามารถเปิดใจให้ยอมรับวิธีการที่หลากหลายและนำมาจัดอันดับความสำคัญ คาดเดาปฏิกริยาตอบสนองที่จะเกิดและไม่เกิด คิดให้กว้าง หลากหลาย ออกนอกการตีกรอบ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมองย้อนหลังประสบการณ์ต่าง ๆ ของเขา ทั้งที่ไม่ได้มองว่าเป็นปัญหาหรือเป็นสิ่งที่ไม่สามารถตัดสินใจได้ ความคิดสร้างสรรค์สามารถช่วยให้บุคคลตอบสนองปรับตัวและยืดหยุ่นต่อสิ่งเร้าในชีวิตประจำวันได้ (WHO, 1994)

ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย ได้แก่

1. การตระหนักในตนเอง (Self-awareness) รวมถึงการยอมรับในตนเอง ยอมรับในบุคลิกลักษณะ จุดแข็ง จุดอ่อน ความปรารถนา ความชอบไม่ชอบส่วนตน การพัฒนาการตระหนักในตนเอง สามารถช่วยให้บุคคลยอมรับได้เมื่อเขามีความเครียด หรือรู้สึกถูกกดดัน การตระหนักในตนเองเป็นสิ่งที่ต้องมีขึ้นก่อน จึงจะเกิดการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และความสามารถสร้างสัมพันธภาพต่อคนอื่น อันจะนำไปสู่การพัฒนาให้บุคคลมีความสามารถที่จะรู้ซึ่งถึงความรู้สึกที่ผู้อื่นประสบอยู่ (Empathy) (WHO, 1994)

2. การเข้าใจและรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง โดยยอมรับอย่างที่เขาเป็น ที่เขาารู้สึก โดยปราศจากเงื่อนไขไม่ว่าจะด้านความแตกต่างทางเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว และสุขภาพ (WHO, 1994)

3. การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self esteem) เป็นความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า ค้นพบ และภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน โดยไม่มุ่งสนใจที่รูปร่าง หน้าตา หรือเพศ (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2542)

4. การรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) เป็นความรู้สึกว่าตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญ หรือความเสื่อมของสังคม (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2542)

ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย ได้แก่

1. การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Interpersonal relationship skills) เป็นสิ่งที่จะช่วยให้เราในการติดต่อสัมพันธ์ในเชิงบวกกับคนอื่นที่เราพบ ซึ่งหมายถึงความสามารถที่จะสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับใคร ๆ ได้ ถือเป็นส่วนประกอบที่สำคัญของการมีสุขภาพจิตดี และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีคุณภาพ อาจหมายถึง การดำรงรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกในครอบครัว ซึ่งเป็นแหล่งสำคัญของทรัพยากรช่วยเหลือทางสังคม และยังรวมถึงความสามารถในการสิ้นสุดสัมพันธภาพกับบุคคลที่เป็นอันตรายด้วย (WHO, 1994)

2. การสื่อสารที่มีคุณภาพ (Effective communication) เป็นความสามารถของบุคคลที่จะบอกได้ อธิบายได้ถึงความรู้สึก ความต้องการ ทั้งโดยคำพูด และไม่ใช้คำพูด ตามวิถีทางที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมและสถานการณ์ ซึ่งหมายถึงสามารถแสดงความคิดออกมาเป็นคำพูดหรือท่าทางที่บ่งบอกความปรารถนาในสิ่งต่าง ๆ ความชอบ ไม่ชอบ ความกลัว และยังรวมถึงความสามารถในการขอร้อง ขอความช่วยเหลือในบางเวลา (WHO, 1994)

3. การตัดสินใจ (Decision making) เป็นความสามารถในการหาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของแต่ละทางเลือก และเลือกแนวทางที่เหมาะสม (WHO, 1994)

4. การแก้ไขปัญหา (Problem solving) เป็นการที่บุคคลสามารถจะเผชิญ และจัดการกับสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นปัญหา ข้อยุ่งยากใจให้หมดไป เพราะปัญหาที่เรื้อรังที่ไม่ได้รับการแก้ไขเป็นสาเหตุของความเครียดทางใจและทางกาย (WHO, 1994)

5. กลไกในการควบคุมอารมณ์ (Coping with emotions) เป็นความรู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น ประเมินได้ว่าอารมณ์มีผลต่อพฤติกรรมอย่างไร และสามารถตอบสนองต่ออารมณ์ได้อย่างเหมาะสม เพราะอารมณ์ที่รุนแรงจะเหมือนโกรธหรือเสียใจมากทำให้เกิดผลในทางลบต่อสุขภาพ ถ้าเราไม่สามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสม (WHO, 1994)

6. ทักษะในการจัดการกับความเครียด (Wtress skill) เป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีควบคุมความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงสิ่งที่จะสร้างความเครียด (WHO, 1994)

ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้เลือกศึกษาทักษะชีวิตตามกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2542) เพียง 5 องค์ประกอบตามพฤติกรรมการเรียนรู้ คือ ทักษะชีวิตด้านพุทธรพิสัย เลือก 1 องค์ประกอบ ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งถือเป็นพื้นฐานของทักษะชีวิตทุกด้าน ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย เลือก 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ส่วนด้านทักษะพิสัย เลือกมา 1 คู่หรือ 2 องค์ประกอบ คือ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด สาเหตุที่เลือกองค์ประกอบทักษะชีวิตนี้คำนึงถึงการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องว่าทักษะชีวิตตามองค์ประกอบดังกล่าวที่เลือกมาส่งผลกระทบต่อกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับกลุ่มเป้าหมายที่มีปัญหาทางสังคมเป็นอันมาก โดยเฉพาะกลุ่มที่เป็นปัญหาในกลุ่มเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ และกลุ่มที่มีปัญหาทางการใช้สารเสพติดที่ส่งผลกระทบต่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์และประเทศชาติ นอกจากนี้พิจารณาถึงความเหมาะสมและความสอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มเป้าหมายในการแก้ไขบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด ว่าทักษะชีวิตเหล่านี้มีความเหมาะสมและสอดคล้องหรือไม่เพียงใด โดยการให้คำปรึกษาจากผู้ทรงคุณวุฒิเข้าร่วมประกอบการตัดสินใจ

นอกจากนี้ การจะสอนทักษะชีวิตได้นั้น มิใช่เป็นเพียงการให้ความรู้เพียงด้านเดียว แต่การปลูกฝังเจตคติก็เป็นเรื่องที่สำคัญนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดีตามที่ผู้สอนต้องการได้ ซึ่งมีค่ามากกว่าการสอนเพื่อให้ความรู้เพียงอย่างเดียวเท่านั้น ดังคำกล่าวของฉลองภิรมย์รัตน์ (2521) ที่ว่าเจตคติเป็นตัวการที่จะกำหนดทิศทางของพฤติกรรม หรือเรียกว่าเจตคติเป็นนายของพฤติกรรม การที่จะให้คนเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งก็ต้องเปลี่ยนเจตคติของบุคคลนั้นเสียก่อน และวิธีการที่สามารถทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนทั้งเจตคติ และพฤติกรรมได้นั้น คือการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม หรือที่เรียกว่าการใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมนั่นเอง

2.3 กลยุทธ์ในการสร้างทักษะชีวิต

การสร้างทักษะชีวิตให้เกิดขึ้นกับนักเรียนในสถานศึกษาอยู่บนพื้นฐานของแนวความคิด 3 ประการ คือ ส่งเสริม ป้องกัน แก้ไขหรือรักษาและฟื้นฟู (สิริมา สมศรี, 2545)

ส่งเสริม หมายถึง การสร้างทักษะชีวิตให้เกิดขึ้นกับนักเรียนกลุ่มปกติ หรือมีพฤติกรรมปกติ (normal behavior) เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตของเด็ก

ป้องกัน หมายถึง ช่วยเหลือเด็กที่มีพฤติกรรมเสี่ยง (risk behavior) เช่น เด็กที่เริ่มมีพฤติกรรมที่เป็นแนว โน้มเข้าสู่เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมให้มีทักษะชีวิตและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นเด็กปกติ

แก้ไขหรือรักษาและฟื้นฟู หมายถึง การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนที่เป็นปัญหาแล้วหรือป่วยแล้ว โดยการช่วยเหลือ บำบัด และรักษา

2.4 กลวิธีในการสร้างทักษะชีวิต

1) การสร้างทักษะชีวิตโดยกิจกรรมในหลักสูตร หรือในห้องเรียน

จากความหมายของทักษะชีวิตที่ว่า “ทักษะชีวิต เป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะ ในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต” ทักษะชีวิตมี 12 องค์ประกอบ คือ ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ความตระหนักรู้ในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การสร้างสัมพันธภาพ การสื่อสาร การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา การจัดการกับอารมณ์ และการจัดการกับความเครียด (กรมสุขภาพจิต, 2543)

จากองค์ประกอบทั้ง 12 ประการของทักษะชีวิต อาจแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

1.1) ทักษะชีวิตทั่วไป ซึ่งเป็นความสามารถพื้นฐานของเด็กที่จะเผชิญกับปัญหาปกติในชีวิตประจำวัน เช่น ความขัดแย้งทะเลาะกัน การตัดสินใจเลือกทำสิ่งต่าง ๆ เป็นต้น ความสามารถนี้กระทรวงศึกษาธิการเรียกว่า “คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาได้” และเป็นองค์ประกอบ

ของทักษะชีวิตที่เรียกว่า ความคิดสร้างสรรค์ (creative thinking) และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (critical thinking)

ความสามารถทั้ง 2 ประการนี้ เกิดจากการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการสอนตามปกติในชั้นเรียน ซึ่งการสอนแบบนี้ช่วยให้เด็กได้ฝึกคิดฝึกวิเคราะห์ ก็จะเกิดทักษะชีวิตพื้นฐาน 2 ประการนี้

1.2) ทักษะชีวิตเฉพาะ คือ ความสามารถที่จำเป็นในการเผชิญปัญหาเฉพาะ เช่น ปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาเอ็ดส์และเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม ฯลฯ ก็ต้องมีทักษะชีวิตเฉพาะอีก 10 ประการที่เหลือ เช่น ความตระหนักรู้ในตนก็คือตระหนักในความแตกต่างระหว่างชายหญิงในเรื่องเพศ ความภูมิใจในตนเอง เช่น ตระหนักในคุณค่าและศักดิ์ศรีของชายหญิง ทักษะในการปฏิเสธการชวนไปมีพฤติกรรมเสี่ยงเป็นต้น แต่ในการสอนปกติในหลักสูตรที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางอย่างแท้จริงก็สามารถสร้างทักษะชีวิตได้ครบทุกตัวเช่นกัน

ทักษะชีวิตเฉพาะ เกิดจากการสอนทักษะชีวิตในวิชาเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับปัญหา เช่น สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สังคมศึกษา สร้างเสริมลักษณะนิสัย สุขศึกษา พลศึกษา เน้นแนว เป็นต้น

นอกจากนี้แล้ว ทักษะชีวิตในการป้องกันการติดยาเสพติด รวมถึงแนวทางป้องกันที่จะลดการแพร่ระบาดของยาเสพติดจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใส่ใจและพัฒนาโปรแกรมหรือการสร้างกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพไปใช้กับกลุ่มผู้ติดยาเสพติด ซึ่งมีสาระสำคัญดังนี้ (บัณฑูร อ่อนคำ, 2539)

- 1) การให้ข้อมูลเกี่ยวกับยา การไช้ยา สื่อทางด้านความรู้หนังสือ อาชญากรรมที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลด้านสุขภาพ
- 2) การฝึกทักษะชีวิต รวมทั้งการฝึกอบรมทักษะต่อต้าน และการพัฒนาทักษะทางสังคม และการพัฒนาตนเอง
- 3) กิจกรรมอันเป็นทางเลือกแทนที่จะไช้ยา เช่น ออกกำลังกาย ฝึกสมาธิ เต้นรำ การแสดง เป็นต้น
- 4) แบบฝึกหัดเพื่อเพิ่มความเชื่อมั่น และความเข้าใจตนเองในเชิงบวก
- 5) การพัฒนาครอบครัว รวมทั้งการฝึกอบรม และการพูดสนับสนุนให้กำลังใจจากครอบครัว
- 6) การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และกลุ่มเพื่อน
- 7) การฝึกการจัดการให้กับผู้เรียน โรงเรียน และชุมชน
- 8) การจัดการกับความเครียด
- 9) การเพิ่มพูนมิติด้านวัฒนธรรม ศาสนา และจิตใจ

10) การโฆษณาต่อต้านยาเสพติด/ต่อต้านอาชญากรรม และการแพร่สารทางสื่อเกี่ยวกับยาเสพติด

โปรแกรมการป้องกันการติดยาเสพติด อาจใช้โปรแกรมบูรณาการยุทธศาสตร์ร่วมกัน โปรแกรมจะประกอบด้วยวิธีการหรือยุทธศาสตร์ต่าง ๆ อาจใช้วิธีการหนึ่งอย่างหรือมากกว่านั้นก็ขึ้นอยู่กับความเหมาะสม วิธีการป้องกันการติดยาเสพติดดังกล่าวได้รับฉันทามติในวงการป้องกันว่า โปรแกรมที่มีองค์ประกอบหลายอย่าง (multicomponent programs) เป็นโปรแกรมที่มีผลในเชิงบวกมากที่สุดสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการ (สำนักงาน ป.ป.ส., 2543) ซึ่งประกอบไปด้วย

1) โปรแกรมเพื่อน และวิธีการที่มีรูปแบบหลากหลาย (Peer Programs and multimodel approaches) เน้นการสร้างทักษะต่าง ๆ และโปรแกรมที่มีเพื่อนเป็นองค์ประกอบ เป็นโปรแกรมที่มีประสิทธิภาพในการป้องกันยาเสพติดประเภทต่างๆ

2) โปรแกรมที่เน้นทักษะชีวิต และการปฏิเสธเพื่อน (Life and peer refusal skills) ซึ่งมีผลกระทบทางด้านทัศนคติเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด

3) วิธีการฝึกอบรมทักษะชีวิต (Life skills training approach) ได้แสดงให้เห็นถึงผลกระทบต่อพฤติกรรมบุคคล ภายหลังจากที่ได้มีการสอดแทรกการเรียนการสอนในช่วงเวลาต่าง ๆ

4) การพัฒนาทักษะของบิดามารดา (Parenting skills development) เป็นยุทธวิธีเพิ่มสายสัมพันธ์ระหว่างพ่อ แม่ ลูก ในการป้องกันการใช้ในกลุ่มผู้ติดยาเสพติด

5) ยุทธวิธีการเปลี่ยนทัศนคติ (Strategies to change parental attitudes) เกี่ยวกับการใช้ยาของพ่อแม่ที่มีผลกระทบด้านต่าง ๆ ต่อลูก

6) ยุทธวิธีการสอนเข้ม และการแนะนำทางด้านวิชาการ (Academic mentoring and tutoring strategies) มีประสิทธิภาพในการลด และการป้องกันการใช้ยาเสพติด

7) การสอดแทรกการป้องกันแต่แรกเริ่ม (Early prevention interventions) มีเป้าหมายเพื่อสร้างทัศนคติเกี่ยวกับแอลกอฮอล์ บุหรี่ และยาเสพติดอื่น ๆ ซึ่งมีผลในการลดและป้องกันการใช้สิ่งเหล่านี้

8) การต่อต้านการโฆษณาแอลกอฮอล์ บุหรี่ และยา (Anti-AOD admertising) ซึ่งมีประสิทธิภาพต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และการใช้สิ่งเหล่านี้ในกลุ่มเสี่ยง และ

9) ภาษี และนโยบายการเพิ่มราคาแอลกอฮอล์ (Tax and increased price policies for alcohol) มีผลต่อการลดการบริโภคในกลุ่มเป้าหมายที่ติดยาเสพติดทั้งหลาย

ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับนีโอฮิวแมนนิส

กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นกิจกรรมที่มีกระบวนการ และขั้นตอนในการเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม และสามารถเปลี่ยนแปลงเจตคติเพื่อให้ผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ และยังป้องกันไม่ให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับ การใช้สารเสพติด กิจกรรมที่ว่านี้คือการขัดเกลาจิตใจและอุปนิสัยของผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยที่ ดิตยาเสพติดให้ได้รับการพัฒนาเต็มตามศักยภาพ ตามจิตวิทยาแนวใหม่ที่เรียกว่า นีโอฮิวแมนนิส ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีเป้าหมายในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์และสังคม ด้วยการพัฒนาตนเองทั้งทาง ร่างกายและจิตใจ และถ่ายทอดความรู้สึกที่ดี ที่เต็มไปด้วยความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่มาสู่ วิธีการดำเนินชีวิตเพื่อการสร้างสรรค์สังคมที่ดีงามส่วนรวม ตามเป้าหมายในการพัฒนามนุษย์ตาม หลักแนวคิดของนีโอฮิวแมนนิส ทั้งนี้เพื่อให้มีร่างกายที่เข้มแข็ง มีจิตใจมั่นคง และมีสมาธิ จิตใจที่ มีการพัฒนาขั้นสูงสุดคือมีความรักความเมตตาไร้ขอบเขต (วรัรัตน์ อภินันท์กุล, 2548) โดย ธรรมชาติของมนุษย์นั้นต้องการได้รับการยอมรับ ได้รับการยกย่อง ได้รับการชมเชย ได้รับความสำเร็จ ได้รับความสนุกสนาน และได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพื่อการปรับเปลี่ยนอัตรโมทัศน์ของ ตน ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ดังนั้นการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน ควร สอดแทรกวิธีการ กระบวนการ ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสรวมด้วยให้กับผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วย ยาเสพติดให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างมีความสุข ปลูกฝังภาพลักษณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ในอดีตของตนเอง และเพิ่มคุณค่าให้กับตนเอง และการสร้างภาพพจน์ตัวเองด้านบวกให้กับ ผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติด การให้พลังความรักความเมตตา กิจกรรมการศึกษานอกระบบ วิทยาลัยควรมีลักษณะบูรณาการ ที่มีลักษณะให้ความรู้ที่ผลิตเพลิตมีความสนุกสนาน และทำทาย ความสามารถของผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยมีการกระตุ้นให้ผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดใช้ ความคิดให้มากในการปรับเปลี่ยนตนเองขณะเข้าร่วมกิจกรรมทุกขั้นตอน ซึ่งกระบวนการดังกล่าว ผู้พัฒนากิจกรรมการฝึกอบรมเป็นเพียงผู้นำทาง เป็นผู้ชี้ประเด็นและมุมมองที่น่าคิดให้ ผู้ร่วม กิจกรรมทุกคนจะต้องได้รับการเอาใจใส่ ได้รับการคำชมเชย และรอยยิ้ม การให้ความสำคัญและการ ให้กำลังใจจากผู้จัด ถือว่า เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วม (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543)

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส มีความเชื่อว่า การเปลี่ยนแปลงนิสัย ทักษะคติ รวมทั้งวิธีการ ดำเนินชีวิตจะเป็นไปได้ง่ายขึ้น ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นเริ่มต้นที่ภาพพจน์ของตนเอง ให้มีการมอง โลกและชีวิตในแง่บวก (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2540) ดังนั้นการให้ผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยา เสพติดได้มีภาพพจน์ของตนเอง (Self image) ใหม่เป็นความรู้สึกที่ควรมีต่อตนเอง ซึ่งเป็นความเชื่อ ฟังใจที่ยังลึกลงไปในจิตใจสำนึกที่ทำให้เชื่อว่าตัวตนของผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดนั้น

เป็นคนอย่างไร ทุกๆ อารมณ์ ความรู้สึก การกระทำ พฤติกรรม ทักษะคติ รวมทั้งความสามารถด้านต่างๆ ของผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดนั้น ควรมีความสัมพันธ์โดยตรงกับภาพพจน์ของตนเอง แสดงให้เห็นถึงว่า ภาพพจน์ของตัวเราเปรียบเสมือนเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือชะตาชีวิตคนเรา

4.1 ความเป็นมาของแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส

ผู้ให้กำเนิดแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเป็นนักคิดที่มีชื่อเสียงชาวอินเดียชื่อ ศรีพระบาทเรนจัน สักการ หรือพีอาร์ สักการ (Shri Prabhat Rainjan Sarkar) มีแนวคิดหลักในการพัฒนาบุคคลให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์ที่เรียกว่า การหยั่งรู้ (Intuition) ขึ้น โดยแต่ละบุคคลจะมีการฝึกสมาธิภาวนาแบบโยคะสมัยใหม่ และใช้หลักจิตวิทยาตะวันตกมาอธิบายกลไกของจิตว่าจะเข้าสู่ความสงบจนเกิดพุทธิปัญญาอันบริสุทธิ์ได้อย่างไร แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสสามารถนำหลักโยคะที่ลึกซึ้งซึ่งมาอธิบายธรรมชาติทางร่างกายและจิตใจของมนุษย์ และนำกระบวนการต่าง ๆ ที่จะทำให้มนุษย์รู้จักตนเองดีขึ้น แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสกล่าวว่า ที่จริงแล้วมนุษย์เราล้วนมีความรัก มีความเมตตา และมีความสามารถที่ยิ่งใหญ่แฝงเร้นอยู่ในกายทุกคน (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2531)

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส คือ ปรัชญาแห่งโลกใหม่สุด ที่ขยายแนวทางอย่างชัดเจน สำหรับการสร้างความกลมกลืนที่แท้จริง ระหว่างจิตวิญญาณและโลกทางวัตถุ ท่ามกลางกระแสของความยุ่งยากที่มีตลอดไปในกระแสสังคม แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส สอนให้รู้จักพิจารณาพิจารณา ความเป็นนิยมนานทุกอย่งที่นำทางสังคม ชาตินิยม สังคมนิยม และมนุษยนิยม ซึ่งได้ข่มขู่ความก้าวหน้าของมนุษยชาติทั้งด้านกายภาพ จิตใจ และจิตวิญญาณ ชักชวนให้เปิดเผย ตีแผ่ความมั่งงาย ไซศาสตร์ต่าง ๆ และบุคคลที่ดูน่าสนใจแต่เบื้องหลังคือผู้กีดกัน กดขี่ผู้อื่น ด้วยการใช้อำนาจการดำรงชีวิต (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543)

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีแนวคิดหลักคล้ายกับกลุ่มมนุษยนิยมมาก โดยต่อมานักมนุษยนิยมแนวใหม่ (นีโอฮิวแมนนิส) ได้ให้ความสำคัญกับมนุษย์มากและมีความเชื่อว่ามนุษย์มีจุดเริ่มต้นมาจากสิ่งเดียวกัน มีลักษณะจิตใจที่กว้างขวางและวางและงดงาม มีความรู้สึกรัก เมตตาผูกพันต่อมนุษยชาติทั่วไป โดยไม่มีการแบ่งแยกชนชั้น วรรณะ สีผิว ชาติ ศาสนา ฯลฯ จนความรัก ความเมตตาได้แผ่ขยายไปสู่ทุกอย่างในจักรวาลทั้งสิ่งมีชีวิตและสิ่งไม่มีชีวิต นักมนุษยนิยมแนวใหม่มีความเชื่อว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลมีจุดเริ่มต้นมาจากสิ่งเดียวกัน มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้งจนไม่สามารถแยกออกจากกันได้ แนวคิดมนุษยนิยมแนวใหม่ดังกล่าวเรียกว่าแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2531)

4.2 เป้าหมายในการพัฒนามนุษย์ของแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส

เป้าหมายที่สำคัญประการหนึ่งของแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส คือ การถ่ายทอดความรู้สึกที่สวยงาม เต็มไปด้วยความรัก ความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ที่เกิดจากปัญญาบริสุทธิ์มาสู่วิถีการดำเนินชีวิต โดยทั่วไป ทำให้คนเราสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพขึ้น โดยแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจะมีเป้าหมายหลักเพื่อการพัฒนาคนคือ การพัฒนาทั้งด้านร่างกายและจิตใจและการถ่ายทอดความรู้สึกที่ดีเต็มไปด้วยความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่มาสู่วิถีการดำเนินชีวิต จึงสรุปได้ว่าเป้าหมายของการพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมิดังนี้ (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542)

- 1) การมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง (Physically Fit)
- 2) มีจิตใจที่มั่นคง (Mentally Strong)
 - 2.1 ควบคุมความคิดตนเองได้ทั้งด้านจริยธรรม การมีระเบียบวินัย
 - 2.2 มีจินตนาการความคิดสร้างสรรค์
- 3) พัฒนาจิตใจขั้นสูงสุด (Spiritual Elevated) มีความรักความเมตตาหรือความรักไร้จำแนก
- 4) มีความรู้ทางด้านวิชาชีพ วิชาการ (Academic Knowledge)

การพัฒนามนุษย์ต้องพัฒนาให้ถึงเป้าหมายทั้ง 4 ด้าน โดยเฉพาะการพัฒนาจิตใจให้มีความรัก เมตตา หรือความรักไร้จำแนก ถือเป็นสิ่งสำคัญที่สุด เพราะถ้ามนุษย์มีการพัฒนาร่างกายให้สวยงามแข็งแรง มีความคิดจินตนาการ มีวิชาชีพเลี้ยงตนเอง แต่ไม่มีจิตใจที่เปี่ยมไปด้วยความรัก ความเมตตาแล้ว ความสงบสุขในโลกก็ยังไม่เกิดขึ้นอย่างแน่นอน (ศตพร วิไลรัตน์, 2532) และการพัฒนามนุษย์ต้องพัฒนา EQ (Emotional Quotient) ซึ่งหมายถึง ความสามารถทางจิตใจ (อารมณ์) ที่ทำให้คนเรามีความสุขในชีวิตได้ง่าย สามารถอดทน รอคอย มุ่งมั่นในการกระทำจนบรรลุเป้าหมายที่ตัวเองตั้งไว้ได้อย่างมีความสุข และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขในทุกสถานการณ์ของชีวิต (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2544)

เนื้อหาของแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจะมีสาระเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์อยู่หลายด้าน ดังต่อไปนี้

- 1) ทางด้านกายภาพ แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเสนอเกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ถูกต้องการบริหารกายแบบโยคะและการนวด และการประพฤติตามหลัก 16 ประการ
- 2) ทางด้านสังคม แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเสนอเกี่ยวกับเพร่าท์ ทฤษฎีเศรษฐกิจและสังคมการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และหลักศีลธรรม ขามะ และนิยามะ

3) ทางด้านการพัฒนาจิตใจและปัญญา แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเสนอเกี่ยวกับ อภิปรัชญาแบบนีโอฮิวแมนนิส โครงสร้างของมนุษย์ โครงสร้างของจิตมนุษย์ ปัญหาของมนุษย์ใน สังคมปัจจุบัน และวิธีการพัฒนาจิตและปัญญา

นอกจากนี้แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสยังได้อธิบายเกี่ยวกับเรื่องการเรียนรู้ด้วยว่า ในภาวะที่จิต ปลอดภัยโปร่งเป็นอิสระจะเป็นจิตที่เรียนรู้ได้ดีที่สุด มีความจำที่ดีที่สุด อันจะเป็นประโยชน์ในด้าน การศึกษาเป็นอย่างมากด้วย (อุไรวรรณ ชมวัฒนา, 2539) ซึ่งสิ่งต่างๆ เหล่านี้มีความเกี่ยวเนื่องกับ คลื่นสมอง โดยนักวิทยาศาสตร์ได้ค้นพบเกี่ยวกับคลื่นต่าง ในตัวมนุษย์ว่า สมองของมนุษย์ ประกอบด้วยเซลล์สมองนับล้านๆ เซลล์ที่สร้างกระแสไฟฟ้าเล็กๆ ขึ้น ซึ่งเมื่อรวมกันทำให้เกิดคลื่น แม่เหล็กไฟฟ้าหรือคลื่นสมอง โดยจะเปลี่ยนแปลงไปตามการเปลี่ยนแปลงของจิตสำนึก (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542)

4.3 การปฏิบัติตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีขั้นตอนการปฏิบัติ 3 ขั้นตอน (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2531) ดังนี้

1) การพัฒนาความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ (Universal Love) ในใจของตนเอง โดย แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีความเชื่อเกี่ยวกับมนุษย์ว่า มนุษย์ทุกคนเกิดมาพร้อมความดีงาม ความ บริสุทธิ์ ความรู้สึกที่ไม่ดีต่างๆ กันเช่น ความเกลียด ความกลัว ความ โลก ฯลฯ ของเราเกิดขึ้น เนื่องจากการถูกอบรมสั่งสอนที่ไม่ถูกต้องมาแต่เยาว์วัย มนุษย์ถูกแนวคิดวัตถุนิยมยึดครองจิตใจโดย ให้ความสำคัญแก่วัตถุที่ปรากฏอยู่ภายนอก ทำให้มนุษย์เกิดการแก่งแย่งชิงดีเพื่อยึดครองวัตถุด้วย รูปแบบต่าง ๆ เช่น ทรัพย์สิน อาวุธ ที่ดิน ฯลฯ และในที่สุดก็ทำลายล้างกันเอง สิ่งในโลกต้องการมาก ในปัจจุบันคือแนวคิดใหม่ที่จะทำให้ทุกสิ่งในจักรวาลมีการดำรงชีวิตอย่างกลมกลืนและมีความสุข แนวคิดใหม่หรือนีโอฮิวแมนนิสที่มีความเชื่อพื้นฐานว่าทุกสรรพสิ่งในจักรวาลมีความเป็นอันหนึ่ง อันเดียวกัน ทุกอย่างในธรรมชาติมีความสัมพันธ์กัน และมนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีพัฒนาการสูงสุด มนุษย์เราจึงไม่เพียงแต่จะต้องมีบทบาทในการบรอมรับและคุ้มครองสิทธิในการดำรงชีวิตของชีวิต ทั้งปวงเท่านั้น แต่ยังคงมีความรับผิดชอบที่จะทำให้แต่ละชีวิตมีสิทธิที่จะดำรงชีวิตอย่างมั่นคงและ ภาควิชา มนุษย์จึงมีหน้าที่โดยตรงในการให้บริการความต้องการสรรพสิ่งแก่สิ่งที่มีชีวิตทั้งหลายเช่น ความต้องการอาหาร ที่อยู่อาศัย การมีสุขภาพอนามัยที่ดีและพัฒนาจิตใจ เพื่อที่ชีวิตทั้งหลาย เหล่านี้ จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและเป็นทรัพยากรที่มีค่าของโลก

การเปลี่ยนแปลงสังคมที่สุดจะต้องเริ่มจากการเปลี่ยนแปลงตัวเองก่อน โดยต้อง เปลี่ยนแปลงจิตใจของเราเองให้หลุดพ้นจากความรู้สึกผูกพันต่างๆ กัน เช่น การเห็นแก่ตัวและพวก

พ้องตามที่ได้ถูกอบรมสั่งสอนมาตั้งแต่เล็ก เปลี่ยนแปลงให้จิตใจเรากว้างขวางขึ้น มองถึงผลประโยชน์ของทุกสรรพสิ่งในจักรวาล รู้สึกตัวว่าเป็นส่วนหนึ่งของทุกสรรพสิ่งในจักรวาลมากยิ่งขึ้น

วิธีปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิตใจตามแนวনীโอฮิวแมนนิส มีพื้นฐานอยู่บนหลักการของโยคะศาสตร์ (โยคะ แปลว่า Union หรือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน) ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาร่างกายและจิตใจของเราที่เกิดความการอบรมสั่งสอนไปสู่จิตเดิมแท้ ที่มีแต่ความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ เพราะตระหนักถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของทุกสรรพสิ่งในจักรวาล ทุกสิ่งทุกอย่างมีจุดเริ่มต้นที่จุดเดียวกันซึ่งถือเป็นศูนย์กลางของจักรวาล ถ้าบุคคลใดสามารถปรับตนเองให้เข้ากับจุดศูนย์กลางของจักรวาลได้ ผู้นั้นจะตระหนักถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวของทุกสรรพสิ่งและจะเกิดความรักความเมตตาที่สูงสุด (Universal Love)

กระบวนการที่จะรู้สึกได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของทุกสรรพสิ่งในจักรวาลนี้เรียกว่า เราเป็นอย่างไรที่เราคิด ซึ่งเป็นการบริหารจิตใจด้วยการทำสมาธิ (Meditation) ซึ่งจะมีการสร้างภาพและภวนาคำบางคำที่มีความหมายเกี่ยวกับจุดศูนย์กลางของจักรวาล วิธีการนี้จะทำให้บุคคลสามารถที่จะค้นพบตัวเองว่าตัวเองคือจุดศูนย์กลางของจักรวาล จิตใจของบุคคลนั้นจะเกิดความเมตตากรุณาที่แผ่กว้างต่อทุกสรรพสิ่ง บุคคลที่ทำสมาธิอยู่เสมอจะพบว่าความรู้สึกนึกคิดการมองโลกมองชีวิตของเขาจะเปลี่ยนไป ความรู้สึกทางลบเกิดจากการถูกอบรมสั่งสอนที่ฝังอยู่ในจิตใจจะค่อยๆ หายไป ความสงบสุขอย่างลึกซึ้งจะเริ่มเกิดของตัวเองก่อนแล้วจะค่อยๆ ขยายไปสู่คนรอบข้างในวงกว้างขึ้นเรื่อยๆ ปัญหาที่ละเอียดอ่อนจะเกิดขึ้น ทำให้สามารถเข้าใจตนเองเข้าใจจิตใจผู้อื่นได้มากขึ้น (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542)

การพัฒนาคนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส นอกจากจะพัฒนาทางด้านจิตใจโดยการทำสมาธิแล้ว ร่างกายก็จะต้องได้รับการพัฒนาอย่างถูกต้องด้วย เริ่มต้นด้วยการปรับปรุงทุกเซลล์ของร่างกาย โดยการรับประทานอาหารที่ถูกต้องและการออกกำลังกายด้วยท่าโยคะอาสนะซึ่งจะส่งผลไปยังต่อมไร้ท่อต่างๆ ที่ควบคุมอารมณ์ต่างๆ ของคนเรา การพัฒนาร่างกายและจิตใจของคนเราตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสนี้ ถ้าบุคคลใดปฏิบัติได้อย่างถูกต้องย่อมไม่สามารถจะคิดถึงเรื่องที่จะก่ออันตรายต่อผู้อื่นเลย ความคิดความรู้สึกของบุคคลเหล่านั้นจะมีเพียงแต่การอยู่ดีมีสุขของทุกสรรพสิ่งในจักรวาลเท่านั้น

2) กลุ่มพลังแห่งความรัก การทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ผู้ฝึกมีจิตใจที่ละเอียดอ่อนขึ้น มองเห็นความบริสุทธิ์ดีงามที่มีอยู่ในจิตใจของตนเองและทุกสรรพสิ่งมากขึ้น การรวมตัวของผู้มีจิตใจบริสุทธิ์ที่ดีงามเหล่านี้ จะทำให้เกิดการรวมพลังแห่งความรักความเมตตาที่

มหาศาล พลัง จิตที่งดงามที่เกิดขึ้นจะกระจายแผ่ไปยังทุกส่วนของจักรวาล พลังแห่งความรักต่าง ๆ ความเกลียด ความกลัว ความอิจฉา ความแบ่งแยก ฯลฯ จะค่อยๆ จางหายไป พลังแห่งความรัก ความเมตตาที่มีอยู่ในจิตใจของคนทุกคน จะเป็นเครื่องผลักดันให้มวลมนุษยชาติและทุกสรรพสิ่งในจักรวาลก้าวไปสู่ความสงบสุขและสันติภายในเวลาอันรวดเร็ว

3) การสร้างสรรค์สังคมใหม่ด้วยความรักความเมตตา เริ่มต้นจากบทบาทการดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสมในโลก พวกเขาจะดำเนินชีวิตเหมือนคนปกติธรรมดาทั่วไป สิ่งเดียวที่เขาแตกต่างจากคนทั่วไป คือ จิตใจที่เปี่ยมไปด้วยความรัก ความเมตตา ภาระที่สำคัญที่สุดของเขาได้แก่ ภาระผูกพันในการสร้างความสุขของทุกสรรพสิ่งในจักรวาล เมื่อแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสได้แพร่หลายและมีการนำไปปฏิบัติในที่ต่างๆ มากขึ้น สังคมก็จะมีความสวยงามมากขึ้น ชีวิตของแต่ละบุคคลดำเนินไปในทิศทางเดียวกันกับชีวิตส่วนรวมและทำให้โลกนี้กลายเป็นสวรรค์ที่น่ารื่นรมย์ สภาวะเช่นนี้เป็นสภาวะสมบูรณ์สูงสุดซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต สังคมในอุดมคติของแนวนีโอฮิวแมนนิส มิใช่เพียงแต่ทำให้เกิดความสงบสุขแก่มนุษยชาติเท่านั้น แต่ยังหมายรวมไปถึงกลุ่มสัตว์และพืชทั้งหลายอีกด้วย (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2531)

4.4 กิจกรรมการพัฒนาคอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส

กิจกรรมการพัฒนาคอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส หมายถึง กระบวนการหรือแนวทางที่ทำให้คนเราเกิดการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย (Physical) จิตใจ (Mental) จิตวิญญาณ (Spirit) โดยเชื่อว่าคนที่สมบูรณ์จะต้องได้รับการพัฒนาทั้ง 3 ด้านควบคู่กัน ไปอย่างเหมาะสม (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2544)

กิจกรรมการพัฒนาคอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสประกอบไปด้วยกิจกรรมเพื่อพัฒนาในทุกด้านของชีวิตของคนเรา โดยเริ่มจากการพัฒนา EQ หรือความฉลาดทางอารมณ์ของคนเรา ซึ่งหมายถึงความสามารถทางจิตใจ (อารมณ์ ที่ทำให้คนเรามีความสุขในชีวิตอย่างมีความสุข และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ดังนั้นกิจกรรมที่ใช้จะเน้นการมีความคิดด้านบวก ด้วยการพัฒนาความคิด คำพูด และการกระทำทางด้านบวก

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นหัวใจหลักของการประสบความสำเร็จและความสุขของชีวิต จากการศึกษาอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับกับความฉลาดทางอารมณ์ของมนุษย์ นักจิตวิทยาพบว่าความฉลาดทางอารมณ์ของคนเราเป็นเรื่องของทักษะ ไม่ใช่เป็นเรื่องของกรรมพันธุ์หรือยีน ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นเรื่องของการเรียนรู้ที่สามารถเพิ่มพูนทักษะความฉลาดทางอารมณ์ได้ คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจึงเป็นคนที่หาความสุขในชีวิตได้ง่าย สามารถปรับอารมณ์และความรู้สึกพอใจกับหลายๆ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์ จะกลายเป็นคนที่มี

อารมณ์มั่นคง มองโลกมองชีวิตด้านบวก ปรับตัวเองได้ง่ายในทุกสถานการณ์ของชีวิต มีน้ำใจ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และเชื่อมั่นในตนเอง (วรัรัตน์ อภินันท์กุล, 2548)

มนุษย์สามารถพัฒนาตนให้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงได้ด้วยการคิดด้านบวก โดยความคิดด้านบวกมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์มากจนเกือบจะเรียกได้ว่าเป็นสิ่งเดียวกัน คุณสมบัติข้อแรกและเป็นข้อที่สำคัญที่สุดของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงคือ การมีความคิดด้านบวก ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จะต้องเริ่มจากการพัฒนาความคิด คำพูด และการกระทำทางด้านบวกก่อนคุณสมบัติข้อใดๆ ทั้งสิ้น เนื่องจากความคิดเป็นจุดเริ่มต้นของการกระทำ และการกระทำใด ถ้าทำเสมอๆ การกระทำนั้นจะกลายเป็นนิสัยของคนเรา และพฤติกรรมต่างๆ จึงเริ่มต้นจากความคิดของคนเรา ความคิดด้านบวกจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการมีความฉลาดทางอารมณ์สูง โดยถ้ามีคุณสมบัติข้อนี้แล้วคุณสมบัติข้ออื่นๆ ของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงก็จะสามารถพัฒนาขึ้นได้ง่าย เช่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมุ่งมั่น ความอดทน ความเคารพตัวเอง ความเคารพผู้อื่น มนุษย์สัมพันธ์ และจะส่งผลให้บุคคลผู้นั้นประสบความสำเร็จในชีวิตได้ง่าย (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2544)

ดังนั้น กิจกรรมการพัฒนาตามแนวคิดนี้ โออิวิแมนนิสจึงมุ่งเน้นไปที่การพัฒนา EQ ดังนี้

1) การสร้างความรู้สึที่ดี โดย เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2545) กล่าวถึงการสร้างความรู้สึกด้วยการ Empowerment หรือการให้ความรัก การให้พลังด้านบวก โดย Empowerment (การให้ความรัก การให้พลังด้านบวก) คือความคิด คำพูด การกระทำที่ทำให้ตัวเราและคนรอบข้างมีพลังด้านบวกมากยิ่งขึ้น ผู้ที่ได้พลังด้านบวกมากก็จะกลายเป็นคนที่คิดด้านบวก ทำด้านบวกมาก ในทางตรงกันข้าม คนที่ได้รับความรักหรือ ได้รับพลังด้านบวกน้อยก็จะกลายเป็นคนที่มีความคิดด้านบวกทำด้านบวกน้อย ความสัมพันธ์ที่ไม่ดีนี้อาจเรียกได้ว่า การให้พลังด้านลบ (SAP) หรือ การดูดพลัง คือการใช้ความคิด คำพูด และการกระทำที่ทำให้คนรอบข้างของเรามีพลังด้านบวกในตัวลดน้อยลง โดยกิจกรรมการให้ความรัก การให้พลังด้านบวกด้วยการแสดงพฤติกรรมทั้งต่อตัวเองและคนรอบข้าง ดังนี้

1.1) ยิ้ม รอยยิ้มเป็นสัญลักษณ์ที่สำคัญที่สุดข้อหนึ่งของคนที่คิดด้านบวกทำด้านบวก การที่เรายิ้มให้กับใครก็หมายความว่าเราให้เกียรติและมีความเคารพให้กับคนๆ นั้น คนทุกคนไม่ว่าเด็ก ผู้ใหญ่ ผู้หญิง ผู้ชาย มีการศึกษาน้อย ร่ำรวย ยากจน ฯลฯ ล้วนแล้วแต่ต้องการที่จะได้รับเกียรติ ได้รับการยอมรับ ได้รับการเคารพจากผู้อื่นด้วยกันทั้งนั้น ดังนั้นถ้าเรายิ้มให้กับใครก็เหมือนกับว่าเรากำลังเติมพลังให้คนผู้นั้น และที่สำคัญที่สุด เราก็มักจะได้รับรอยยิ้มกลับคืนมา ดังคำกล่าวที่ว่า รอยยิ้มหนึ่งเกิดขึ้นหลังรอยยิ้มหนึ่งเสมอ เราจึงควรฝึกยิ้มเสมอๆ ยิ้มบ่อยๆ และยิ้มให้กับทุกคนที่เราจะยิ้มให้ได้ และในทุกสถานการณ์ของชีวิต

1.2) **ชม** ในความหมายที่ถูกต้องแล้ว การชมใครหมายถึงการพูดถึงส่วนที่ดีของคนๆ นั้น คนเราทุกคนมีทั้งส่วนที่ดีและส่วนที่ไม่ดี ซึ่งทุกคนต่างก็อยากได้ยินคนอื่นพูดถึงส่วนที่ดีของเราจริงๆ แล้ว คำชมเปรียบได้กับน้ำทิพย์ที่ชโลมจิตใจมนุษย์เราให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เกิดกำลังใจ เกิดพลังที่จะต่อสู้กับปัญหาต่างๆ ดังนั้นถ้าเราต้องการให้พลังด้านบวกแก่ใคร ต้องการมีสัมพันธภาพที่ดีกับใคร เราควรที่จะหมั่นชมคนผู้นั้นอยู่เสมอๆ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง โดยหลีกเลี่ยงการตำหนิติเตียน

1.3) **สบตา** ดวงตาเปรียบเสมือนหน้าต่างของดวงใจ ความรู้สึกต่างๆ ของเราสามารถส่งออกมาได้ทางดวงตา เมื่อมีใครมาสบตาเรา มองเราด้วยความรู้สึกที่ดี ชื่นชมในตัวเรา ให้เกียรติเรา หัวใจของเราจะรู้สึกฟ่องโต รู้สึกอบอุ่น เชื่อมั่น อยากทำสิ่งดีๆ ให้กับตัวเองและคนรอบข้าง เพื่อเป็นการเพิ่มพลังให้กับตัวเองและผู้อื่นเราควรจะฝึกสบตากับคนที่เรากำลังพูดด้วยให้เป็นนิสัย หรือสบตากับผู้พูดในขณะที่เราเป็นผู้ฟังด้วยความรู้สึกที่ดีๆ อยู่เสมอ

1.4) **สัมผัส** การสัมผัสมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตของคนเรา ดังที่นักจิตวิทยาผู้มีชื่อเสียงคนหนึ่งได้กล่าวไว้ว่า คนเราต้องการการสัมผัสอย่างน้อยวันละครั้งเพื่อการมีชีวิตรอดแปดครั้งเพื่อการมีชีวิตอยู่อย่างปกติ และสิบสองครั้งเพื่อการมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ดังนั้น การสัมผัสก็จะช่วยให้เรากลายเป็นคนดีและมีความสุข

1.5) **สวัสดี** เมื่ออุ้งมือทั้งสองข้างของคนเราประกบกันในท่าไหว้จะส่งพลังสูงส่ง การทักทายและการลาจากกันของคนเรามีได้หลายวิธี เช่น การจับมือ การโอบกอด การโค้งคำนับ ฯลฯ แต่ไม่มีวิธีใดที่จะเป็นการเพิ่มพลังด้านบวกให้กับตัวเองและผู้อื่นได้เท่ากับการสวัสดีด้วยการไหว้แบบชาวตะวันออก เราจะรู้สึกดีเมื่อมีใครมาสวัสดีเราและเราก็ควรจะสวัสดีตอบกลับทุกครั้ง การสวัสดีเงินเคยเงินเป็นนิสัยทำให้เราลดอคติของตัวเองลง มีความเคารพให้กับผู้อื่น และ มีความเคารพให้กับตัวเองมากขึ้น การสวัสดีจึงเป็นวิธีที่ง่ายที่สุดวิธีหนึ่งในการให้พลังด้านบวก แก่ผู้อื่นและตัวเราเอง

2) **การสร้างภาพพจน์ของตัวเองด้านบวก** กล่าวถึงการสร้างภาพพจน์ของตัวเองด้านบวก คือความรู้สึกที่เรามีต่อตัวเองด้านบวก โดยเรารู้สึกกับตัวเองอย่างไรก็รู้สึกกับคนอื่นอย่างนั้น เช่น รู้สึกบวกกับตัวเองก็จะรู้สึกบวกกับผู้อื่น โดยภาพพจน์ของตัวเอง (Self image หรือ Self concept) เป็นความรู้สึกที่เรามีต่อตัวเอง ความรู้สึกนี้เป็นความรู้สึกที่เรามีต่อตัวเองโดยตรง ความรู้สึกที่เรามีต่อตัวเองนี้ คือความเชื่อที่ฝังใจที่ยังลึกกลงไปในจิตใต้สำนึกของคนเราที่ทำให้เราเชื่อว่าตัวเราเป็นคนอย่างไร โดยทุกๆ อารมณ์ ความรู้สึก การกระทำ พฤติกรรม ทัศนคติ รวมทั้งความสามารถด้านต่างๆ ของคนเรา มีความสัมพันธ์โดยตรงกับภาพพจน์ของตัวเอง และภาพพจน์ของตัวเองสามารถเปลี่ยนแปลงได้ จึงสรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงนิสัย ทัศนคติ

บุคลิกภาพ ความสามารถ รวมทั้งวิธีการดำเนินชีวิตของคนเรา จะเป็นไปได้ง่ายขึ้น ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นเริ่มต้นที่ภาพพจน์ของตัวเอง โดยกิจกรรมที่ใช้จะช่วยสร้างภาพพจน์ของตัวเองด้านบวก เช่น ภาพพจน์ของตัวเอง คือ ความรู้สึกที่เรามีต่อตัวเอง ความรู้สึกนี้เป็นความรู้สึกที่เรามีต่อตัวเองโดยตรง ซึ่งอาจจะเหมือนหรืออาจจะแตกต่างจากความรู้สึกที่คนอื่น ๆ รู้สึก ต่อตัวเรา เราอาจจะรู้สึกตัวหรือไม่รู้สึกตัวเลยก็ได้ว่า เรานำความรู้สึกที่เรามีต่อตัวเองนี้ติดตัวเราไปตลอดเวลา ไม่ว่าเราจะอยู่ในห้องน้ำ ในห้องนอน ในห้องสอย ในสนามแข่งขัน ในห้องอาหาร และในทุกๆ สถานที่ที่เราจะไป ความรู้สึกนี้จึงเป็นตัวกำหนดอารมณ์ด้านลบหรืออารมณ์ ด้านบวก ความรู้สึกด้านลบหรือความรู้สึกด้านบวก ความรู้สึกว่าพอหรือความรู้สึกว่าไม่พอ ความทุกข์หรือความสุขของคนเราโดยตรง (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2540)

ภาพพจน์ของตัวเองโดยรวมของเรา อาจจะเป็นภาพพจน์ด้านบวก เช่น ฉลาด ขยัน สวยหล่อ เชื้อมั่นในตัวเอง เป็นคนที่ประสบความสำเร็จ หรืออาจจะเป็นภาพพจน์ด้านลบ เช่น โง่ น่าเกลียด ไม่สวย ไม่หล่อ ไม่เก่ง เป็นคนที่ล้มเหลว เป็นคนที่ไม่ได้เรื่อง ฯลฯ คือ ความเชื่อฝังใจที่ยังลึกกลงไปในจิตใต้สำนึกของคนเราที่ทำให้เราเชื่อว่าตัวเราเป็นคนอย่างไร ทั้งๆ ที่ตัวเองจริง ๆ ไม่ได้เป็นอย่างนั้นก็ได้ เช่น คนสวยที่คิดว่าตัวเองไม่สวยเนื่องจากได้รับข้อมูลที่สะสมไว้ในจิตใต้สำนึกตั้งแต่สมัยเป็นเด็กเล็ก ๆ ว่าไม่สวย คนที่คิดว่าตัวเองเป็นคนโง่เพราะได้ยินฟังคนรอบข้างบอกว่าเป็นคนโง่มาตั้งแต่เล็กแต่น้อย ฯลฯ ความคิดหรือความเชื่อเกี่ยวกับตัวของเราเองนี่จะเป็นดังภาพปรากฏอยู่ในจิตใจ (จิตใต้สำนึก) ของตัวเองอยู่ตลอดเวลา บางคนมีภาพเป็นเงาสีดำ (ภาพพจน์ของตัวเองด้านลบ) หรือเงาสีขาว (ภาพพจน์ของตัวเอง ด้านบวก) ติดตัวไปเสมอและในทุก ๆ ความคิด คำพูดและการกระทำชีวิตของคนเราไม่ว่าจะ ด้านลบหรือด้านบวกจะเริ่มต้นจากเงาสีดำหรือเงาสีขาวที่ติดตัวเราอยู่ตลอดเวลา นี้เอง ภาพพจน์ของตัวเองจึงเป็นจุดเริ่มต้นของความไม่รู้จักพอ หรือความรู้จักพอในใจของคนเรา

2.1) กิจกรรมการใช้คำพูดด้านบวกกับตัวเองและผู้อื่น ด้วยการใช้ประโยคคำพูดด้านบวก โดยการใช้คำพูดดีๆ กับตัวเอง และการรับฟังคำพูดดีๆ จากผู้อื่น ดังนี้ ... เป็นคนที่ขอดเยี่ยม...เป็นคนที่มีความสามารถ...เป็นคนที่มีเสน่ห์และน่ารัก...เป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง โดยกิจกรรมนี้จะช่วยเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ของตัวเองให้เป็นบวกจากคำพูดของตัวเองและคำพูดของผู้อื่น

2.2) กิจกรรมพลังแห่งจินตนาการ ด้วยการ ใช้คำพูดที่ทำให้เห็นภาพหรือเกิดการจินตนาการ (ต้องเปิดเพลงคลาสสิกเบาๆ ให้จิตใจผ่อนคลาย) โดยการนึกภาพต่างๆ ตามที่บอก ดังนี้ ...นั่งสบายๆ หลับตา หายใจลึกๆ เข้าออก 2-3 ครั้ง แล้วจินตนาการตามไป เห็นภาพเบอร์หนึ่ง นึกถึง น้ำ เห็นภาพน้ำทะเลที่เราเคยไปเห็นมา เห็นภาพตัวเราลอยอยู่กลางทะเล รู้สึกได้ถึงแสงแดดที่

ส่องลงมากระทบตัวเรา รู้สึกได้ถึงความเค็มของน้ำทะเลที่เข้าปาก เห็นตัวเรากลายเป็นหุ่นเบอร์หนึ่ง สีคาลอยอยู่กลางทะเล เบอร์หนึ่งคือน้ำ เห็นภาพเบอร์สอง นึกถึงงู เห็นภาพงูตัวใหญ่สองตัว สีชมพู สดใส เลื้อยออกมาจากหลังบ้านของเรา เบอร์สองคืองู เห็นภาพเบอร์สาม นึกถึง ม้า เห็นภาพม้ามีปีก 3 ตัว ลอยอยู่บนก้อนเมฆบนท้องฟ้า ที่ก้นของม้ามีเลข 3 ปักอยู่ เบอร์สามคือม้า เห็นภาพเบอร์สี่ นึกถึงเสื้อ เห็นภาพเราใส่เสื้อสีแดงตัวโปรด ที่หน้าอกปักเลขที่ เบอร์สี่ คือ เสื้อ เห็นภาพ เบอร์ห้า นึกถึง วัด เห็นภาพคนไหว้พระพุทธรูป ได้กลิ่น รูป เทียน เห็น โบสถ์ เบอร์ห้า คือ วัด เห็นภาพเบอร์หก นึกถึง หอย เห็นภาพเรานั่งบนหอยตากยักซ์ตัวใหญ่มาก เบอร์หกคือ หอย เห็นภาพ เบอร์เจ็ด นึกถึง จ้อ เห็นภาพคิงคองยักซ์ตัวใหญ่กว่าตึกเป็น 2 เท่า ตัวสีดำ มีขนหน้าอกสีขาว อ่อนนุ่ม เบอร์เจ็ดคือจ้อ เห็นภาพเบอร์แปด นึกถึง ปลา เห็นภาพปลาวาฬยักษ์ตัวใหญ่สีดำ ลอยอยู่กลางมหาสมุทร นั่งอยู่บน หลังปลาวาฬยักษ์ตัวนี้ ปลาวาฬพ่นน้ำสีชมพู ออกมาเปื้อนตัวเราเต็มไปหมด เบอร์แปด คือ ปลา เห็นภาพเบอร์เก้า นึกถึง แก้ว เห็นภาพเรานั่งแก้วที่บ้านแล้วแก้วชาหัก เราหัวเราะให้กับตัวเอง เบอร์เก้า คือ แก้ว เห็นภาพเบอร์สิบ นึกถึงสัตว์ชนิดหนึ่ง คือ ชะนี เห็นภาพลิงผอมๆ 2 ตัว กำลัง นั่งเล่นขนมครก พร้อมๆ กับร้องผัวๆๆ เบอร์สิบคือ ชะนี ...ซึ่งกิจกรรมนี้จะช่วยส่งเสริมการสร้าง ภาพพจน์ด้านบวกให้กับตัวเองได้ง่ายยิ่งขึ้น เนื่องจากจินตนาการที่ดีจะทำให้เราคิดด้านบวกกับ ตัวเองได้ง่ายขึ้น จะทำให้เราสามารถเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ของตัวเองได้ดีขึ้น

3) การทำให้คลื่นสมองต่ำ คือการทำให้คลื่นสมองเป็นคลื่นอัลฟา มีความถี่ 8-13 รอบ ต่อวินาที โดยจิตใจจะสงบ เยือกเย็น เกิดอารมณ์ด้านบวก เกิดความสมดุล และช่วยยังให้มีอารมณ์ดี ร่าเริง เบิกบาน มีความคิดสร้างสรรค์สูง มีภูมิคุ้มกันในร่างกายสูง มีจินตภาพ ความจำดี มีการผ่อนคลายสูง มีสมาธิสูง และมีพลังความคิดด้านบวกสูง โดยกิจกรรมที่ใช้เพื่อทำให้คลื่นสมองต่ำมี กิจกรรมดังเช่น

3.1) โยคะ วิธีการปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิตใจตามแนวนี้ โยฮิวแมนนิสมีพื้นฐานอยู่บน หลักของโยคะศาสตร์ (โยคะ แปลว่า UNION หรือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน) ที่มีมาแต่โบราณ กระบวนการฝึกโยคะเป็นกระบวนการพัฒนาร่างกายและจิตใจของเราที่เกิดจากการศึกษาค้นคว้าวิจัยตนเองของนักบุญ นักบวช ที่ถูกต้องตามหลักวิทยาศาสตร์ ต่อเนื่องกันมาเป็นเวลาหลาย พันปี ซึ่งเป้าหมายสูงสุดของการฝึกโยคะก็คือ การชำระล้างจิตใจที่หยาบกระด้างของคนเรา (จิตใจที่ เต็มไปด้วยความรู้สึกในทางลบเช่น ความเกลียด ความกลัว ความอิจฉาริษยา ความโกรธ ความหยิ่ง ทะนงในตนเอง ความยึดมั่นถือมั่นในวัตถุต่างๆ) ที่เกิดจากการอบรมสั่งสอนที่ไม่ถูกต้องให้กลับ ไปสู่จิตเดิมแท้ของคนเรา ที่มีแต่ความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ให้แก่ทุกสรรพสิ่ง ประหนึ่งว่าจิตใจ ของผู้ฝึกแต่ละคน เป็นศูนย์กลางของทุกสรรพสิ่งในจักรวาล

โยคะ หรือ “Asanas” (อาสนะ) เรียกอีกอย่างได้ว่า “Easy Posture” (ท่าต่างๆ) เป็นท่ากายบริหารที่ต่างๆ ทำทางต่างๆ เหล่านี้มีรูปแบบที่แน่นอนถูกต้องตามหลักวิทยาศาสตร์ ซึ่งพวกโยคีได้ทำการค้นคว้าวิจัยทดลองด้วยตัวเองมาเป็นเวลาหลายพันปี อาสนะจึงเป็นกายบริหารที่คนทุกเพศทุกวัยสามารถฝึกฝนได้ ซึ่งไม่เพียงแต่จะช่วยรักษาสุขภาพกายด้วยการกระตุ้นการหมุนเวียนของกระแสโลหิต เพิ่มความคล่องตัวของข้อต่อต่างๆ ปรับกล้ามเนื้อ นวดอวัยวะภายในและบริหารต่อมไร้ท่อต่างๆ เท่านั้น แต่อาสนะยังช่วยให้จิตใจของคนเราสงบเบิกบานและสดชื่นอีกด้วย และแน่นอนเมื่อคนเรามีร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ ไม่เป็นโรคร้ายไข้เจ็บ การพัฒนาจิตใจก็ง่ายขึ้น และการกระทำโยคะยังมีอิทธิพลอย่างมากต่อต่อมไร้ท่อ (Endocrine Glands) ต่อมไร้ท่อมีอิทธิพลอย่างลึกซึ้งต่ออารมณ์และสภาพจิตสำนึก การทำโยคะจึงมีผลต่อต่อมไร้ท่อหลายต่อมที่ทำให้เกิดการหลั่งของฮอร์โมนจึงทำให้เกิดความสมดุลทางอารมณ์และความสงบทางใจ

การบริหารด้วยท่าอาสนะเหล่านี้แตกต่างจากการออกกำลังกายที่ต้องใช้กำลังและความรุนแรงอย่างสิ้นเชิง อาสนะเป็นท่าออกกำลังกายที่ค่อนข้างช้า มีการเคลื่อนไหวอย่างอ่อนโยน ผสมกับกับการสูดหายใจลึกๆ และสลับด้วยการหยุดนิ่งของร่างกาย เพื่อทำให้กล้ามเนื้อและประสาทได้รับการผ่อนคลายขึ้น การทำอาสนะที่ถูกต้องเราแทบไม่ต้องใช้พลังงานในร่างกายเลยแต่เราจะรู้สึกกระปรี้กระเปร่าและมีพลังงานเพิ่มขึ้น ผู้ที่ทำอาสนะเป็นประจำจึงมีร่างกายที่แข็งแรง มีจิตใจที่ร่าเริงเบิกบาน และที่สำคัญการฝึกฝนอาสนะอย่างสม่ำเสมอเป็นเสมือนกับการสะสมพลังภายในสำหรับนำไปใช้ในการพัฒนาตัวเองไปสู่จิตสำนึกระดับสูงอันเป็นเป้าหมายในการพัฒนาจิตใจ นอกจากนี้การเรียนรู้วิธีทำจิตใจให้สงบและการทำร่างกายให้หยุดนิ่งได้เป็นเวลานานจากการฝึกฝนโยคะ ทำให้เราสามารถควบคุมระบบกล้ามเนื้อประสาทและความสมดุลของร่างกาย ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งต่อการทำสมาธิ (Meditation) เป็นเวลานานๆ ซึ่งการฝึกโยคะก่อให้เกิดประโยชน์ (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543) ดังนี้

3.1.1) การหายใจ การหายใจที่ดีเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุดเรื่องหนึ่งของชีวิต การสูดลมหายใจเข้าออกมีผลโดยตรงต่อความสงบทางจิตใจ เช่น ในขณะที่เราจิตใจไม่ปกติ คนเราจะหายใจเร็วและสั้น ส่วนในขณะที่เราจิตใจสบายเป็นปกติเราจะหายใจลึกและช้า ท่าบริหารกายแบบโยคะต่างๆ จะทำให้เราต้องบิดและโค้งงอตัว ซึ่งจะเป็นการบังคับให้เราหายใจลึกและช้า ปอดของเราจะเพิ่มการนำออกซิเจนและพลังงานจากอากาศเข้าสู่ร่างกายได้มากขึ้น กล้ามเนื้อหน้าอกและกล้ามเนื้อกระบังลมจะแข็งแรงมากขึ้น อันจะส่งผลให้การสูดหายใจของเราคล่องแคล่วและลึกมากขึ้น

3.1.2) ระบบประสาท การฝึกทำโยคะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของระบบประสาท เพราะการทำโยคะจะช่วยบริหารบริเวณกระดูกสันหลัง ซึ่งกระดูกสันหลังมีการทำงานเกี่ยวพันโดยตรงกับระบบประสาทส่วนกลาง ดังนั้นการทำโยคะจะทำให้เส้นใยประสาทบริเวณ

กระดูกล้างหลังแข็งแรงมีกำลัง ผู้ที่ทำโยคะอยู่เสมอจึงมีระบบประสาทที่ดี มีจิตใจที่เข้มแข็งแจ่มใสพร้อมที่จะเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ของชีวิต และไม่ค่อยมีความเครียด

3.1.3) การไหลเวียนของโลหิต ปกติคนเรามักจะอยู่ในท่าทางที่โลหิตไหลเวียนมาเลี้ยงส่วนล่างของร่างกายเป็นจำนวนมากเสมอๆ เช่น ในท่าเดิน วิ่ง นั่ง แต่การบริหารกายแบบโยคะนี้ส่วนใหญ่จะมีท่าทางที่ทำให้เลือดได้มีโอกาสไหลเวียนไปเลี้ยงร่างกายส่วนบนของเราเป็นอย่างมาก เป็นต้นว่า ท่ายืนด้วยไหล่ ท่ากระต่าย ท่าปลา จะทำให้เลือดไหลไปเลี้ยงบริเวณสมอง ของเรามากยิ่งขึ้น นอกจากนี้การยืดแขนขาและส่วนต่างๆ ของร่างกาย ยังเป็นการช่วยบริหารข้อต่อและจำกัดพวกสารตกค้างออกจากเหล่าข้อต่ออีกด้วย ผู้ที่บริหารกายด้วยโยคะอยู่เสมอจึงมักปลอดภัยจากโรคข้ออักเสบ โรคปวดตามข้อและตามกล้ามเนื้อ ไปจนตลอดชีวิต

3.1.4) อวัยวะภายในต่าง ทำโยคะต่างๆ นอกจากมีผลโดยตรงแก่อวัยวะภายนอกของเราแล้ว ยังมีผลโดยตรงต่ออวัยวะภายในเช่น หัวใจ ปอด ตับ ไต กระเพาะอาหาร ม้าม ลำไส้ ฯลฯ การทำอาสนะต่างๆ จะช่วยบริหารอวัยวะภายในเหล่านี้ให้ทำหน้าที่ได้สมบูรณ์ขึ้น อวัยวะที่เคยอ่อนแอก็กลับแข็งแรงขึ้น การทำโยคะยังมีอิทธิพลอย่างมากต่อต่อมไร้ท่อ นักวิทยาศาสตร์ปัจจุบันทราบกันดีแล้วว่า ต่อมไร้ท่อมีอิทธิพลอย่างลึกซึ้งต่ออารมณ์และสภาพจิตใจของคนเรา การทำโยคะมีผลต่อต่อมไร้ท่อหลายต่อมที่ทำให้เกิดการหลั่งของฮอร์โมน ซึ่งทำให้เกิดความสมดุลทางอารมณ์และความสงบทางใจ ตัวอย่างเช่น ท่ากระต่าย กระหม่อมและศีรษะของผู้ฝึกจะถูกกดอยู่กับพื้นช้าแล้วช้าแล้ว ซึ่งเป็นการบริหารต่อมไพเนียลอยู่ตลอดเวลา การทำโยคะทำนองอย่างสม่ำเสมอจะทำให้มีความอดกลั้นสูง และมีความสงบทางจิตใจมากขึ้น

ดังนั้นโยคะ จึงไม่ได้เป็นเพียงท่าออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ความงาม และความยืนยาวของชีวิตอย่างที่คนทั่วไปเข้าใจเท่านั้น แต่ยังเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งของการฝึกฝนร่างกายและจิตใจ เพื่อเป็นการเตรียมตัวก่อนที่จะพัฒนาเข้าสู่จิตใจส่วนลึกอีกด้วย

3.2) สมาธิ กระบวนการปฏิบัติทางจิตใจเพื่อที่จะรู้สึกได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของทุกสรรพสิ่งในจักรวาลนี้เรียกว่า Proto-Psycho-Spiritual ซึ่งใช้หลักการพัฒนาทางจิตของนักบวชโบราณที่ว่าเราเป็นอย่างไรที่เราคิดหรือจิตใจของเราจะเปลี่ยนไปตามที่เราคิดซึ่งแนวคิดนี้กำลังเป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวางของนักจิตวิทยาสมัยปัจจุบัน กระบวนการนี้จึงเป็นการบริหารจิตใจด้วยการทำสมาธิ (Meditation หรือ วิปัสสนา) ด้วยการสร้างภาพและภวานาคำบางคำที่มีความหมายเกี่ยวกับจุดศูนย์กลางของจักรวาล การฝึกฝนบริหารจิตใจด้วยวิธีนี้เองจะทำให้แต่ละบุคคลสามารถที่จะค้นพบตัวเองว่าตัวเองคือศูนย์กลางแห่งจักรวาล และจิตใจของบุคคลนั้นจะเกิดความเมตตากรุณาที่แผ่กว้างต่อทุกสรรพสิ่ง ประหนึ่งเป็นจุดศูนย์กลางของจักรวาลจริงๆ

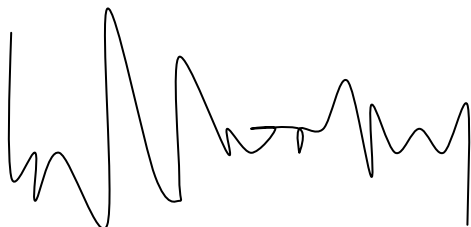
4. การมีคลื่นสมองต่ำ นักฟิสิกส์สมัยใหม่ มีความเชื่อคล้ายกันมากกว่าทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลนี้คือ คลื่นแต่ละชนิดที่ทำงานแตกต่างกัน คลื่นแต่ละชนิดจะมีการสั่นสะเทือนของตัวเองที่แตกต่างกัน เสียงมีคลื่นการสั่นสะเทือนชนิดหนึ่ง แสงมีคลื่นการสั่นสะเทือนอีกชนิดหนึ่ง แม้แต่สีรุ้งแต่ละสีก็มีการสั่นสะเทือนของสีแต่ละสีแตกต่างกัน

“เป็นความจำเป็นอย่างยิ่งของมนุษย์โลกที่จะต้องทราบถึงการทำงานของคลื่นสมองของคนเราเพื่อนำคลื่นอัลฟา และคลื่นที่มีความถี่ต่ำกว่าคลื่นอัลฟาในสมองของคนเรามาเสริมสร้างศักยภาพที่ยิ่งใหญ่ของมนุษย์ และศักยภาพที่ยิ่งใหญ่นี้จะนำมาซึ่งสันติสุขอันยิ่งใหญ่ของมนุษยชาติและสรรพสิ่งทั้งหลายในจักรวาล”

คนเราจะส่งคลื่นสมองออกมาแตกต่างกันตามสภาวะของจิตใจ เช่น ตื่นตกใจ เขียวเขินสงบ ก้าว เครียด วิตกกังวล สบายใจ ฯลฯ ชีวิตคนเราจะมีความสุขและมีประสิทธิภาพสูงขึ้นมาถ้าเราสามารถควบคุมคลื่นสมองของตัวเองได้ การควบคุมคลื่นสมองของตัวเองนี้แหละคือหัวใจสำคัญของจิตวิทยานิโอสิวแมนนิส ซึ่งเป็นพื้นฐานของจิตวิทยาที่ใช้ในการพัฒนาคนตามแนวคิดนี้

มีผู้คนเป็นจำนวนมากทั่วโลกได้เห็นการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตัวเองอย่างไม่คาดฝันเมื่อฝึกการควบคุมคลื่นสมองของตัวเอง ในปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์สามารถวัดคลื่นสมองของคนเราได้ด้วยเครื่องมือที่เรียกว่า EEG (Electro-Encephalogram) โดยต่อเรื่องมีอันเข้ากับศีรษะของคนและเครื่องมือนี้ได้แสดงคลื่นสมองต่าง ๆ ออกมาในรูปของกราฟ เครื่องมือนี้เองที่ทำให้คนเป็นจำนวนมากเริ่มยอมรับความจริงเกี่ยวกับเรื่องคลื่นสมองว่ามีหลายชนิด และสามารถแปรเปลี่ยนตามอารมณ์และความรู้สึกของคนเราดังในรูปภาพข้างล่าง (เกียรตวิธรรม อมาตยกุล, 2542)

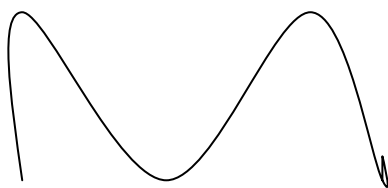
1. คลื่นเบต้า (Beta wave) เปิดคลื่นสมองที่เกิดขึ้นในสภาวะจิตสำนึกตื่นตัว มีความถี่ประมาณ 13 หรือมากกว่า 13 รอบต่อวินาที มีจังหวะที่ไม่แน่นอน ดังนั้นคลื่นเบต้าจึงเกิดจากจิตใจที่วุ่นวายสับสนของคนเรา



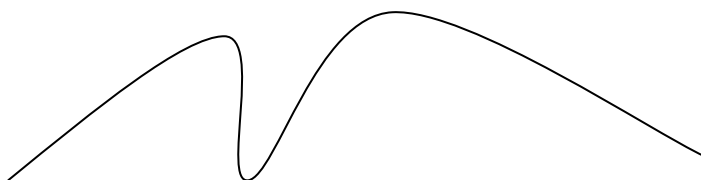
2. คลื่นอัลฟา (Alpha wave) เป็นคลื่นสมองที่เกิดในสภาพของจิตใจที่สงบและมีความตื่นตัวอยู่เสมอ มีความถี่ประมาณ 8 รอบต่อวินาที โดยคลื่นสมองนี้จะมีจังหวะที่แน่นอน มีขนาดใหญ่กว่าและมีพลังงานสูงกว่าคลื่นเบต้า ในสภาวะเช่นนี้จิตใจจะสงบและมีความสุข แต่มีความตื่นตัวพร้อมที่จะทำกิจการงานใดๆ สูง



3. คลื่นเทต้า (Theta Wave) เป็นคลื่นสมองที่มีจังหวะช้าลงๆ และมีพลังงานสูงขึ้นๆ มีความถี่ประมาณ 4 รอบต่อวินาที โดยในขณะที่สมองส่งคลื่นเทต้า คนเราจะเกิดสร้างสรรค์ เกิดความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากตัวเอง และเกิดความปิติสุขอย่างท่วมท้น

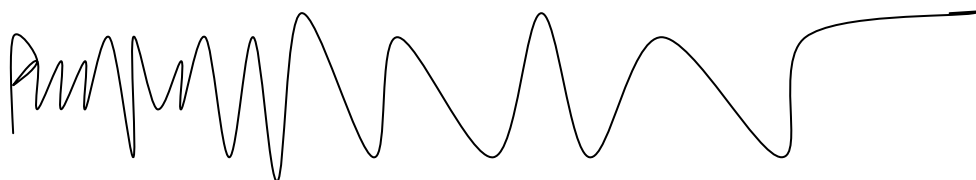


4. คลื่นเดลต้า (Delta Wave) มีความถี่ประมาณ 1 รอบต่อวินาที ในขณะที่พลังงานจะเพิ่มสูงขึ้นพร้อมกับความปิติสุขจะเกิดขึ้นอย่างท่วมท้น จนในที่สุดคลื่นสมองของเราดูเหมือนกับว่าหยุดนิ่ง ทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลดูเหมือนหยุดการเคลื่อนไหว เช่นเดียวกับจิตใจของเราดูเหมือนจะหยุดการทำงานอย่างสิ้นเชิง ความรู้สึกแบ่งแยกว่าตัวฉันหรือพวกฉันจากสรรพสิ่งทั้งหลายในจักรวาลไม่มีเหลืออยู่ต่อไปอีกแล้ว



5. คลื่นคอสมิก (Cosmic wave) หรือคลื่นของจักรวาล เป็นคลื่นสมองที่สั้นซ้ำแต่ละเอียดอ่อน มีพลังงานสูงขึ้นจนรวมตัวกันเข้ากับคลื่นของจักรวาลที่มีพลังงานมหาศาลที่สุด

คลื่นสมองของมนุษย์มีความถี่ที่แตกต่างกัน สรุปได้ดังนี้



คลื่นเบต้า

คลื่นอัลฟา

คลื่นเทต้า

คลื่นเดลต้า

คลื่นคอสมิก

ความถี่ของคลื่นสมองที่สูงที่สุดของคนเราจะอยู่ระหว่าง 13 ถึง 40 รอบต่อวินาที ระหว่างนี้สมองเราจะส่งคลื่นที่นักวิทยาศาสตร์เรียกว่าคลื่นเบต้าออกมา ส่วนความถี่ของคลื่นสมองที่ต่ำที่สุดจะอยู่ระหว่างสี่รอบต่อวินาทีจนถึงหนึ่งสงบ ระหว่างนี้สมองของคนเราจะส่งคลื่นเดลต้าหรือคลื่นคอสมิกออกมา ถ้าคลื่นสมองของคนเรามีความถี่ห้าถึงเจ็ดรอบต่อวินาที จะส่งคลื่นเดลต้าออกมาซึ่งเรามักจะอยู่ในสภาวะที่หลับลึกอย่างสบาย ถ้าความถี่ของคลื่นสมองเราอยู่ระหว่างแปดสิบถึงสิบสามรอบต่อวินาทีจะส่งคลื่นอัลฟาออกมาซึ่งเรามักจะอยู่ในสภาวะที่ง่วงหลับฝัน เราดูกันต่อไปดีกว่าคลื่นสมองที่ส่งออกมาห่างกันนี้จะมีผลต่อร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึก ความคิดสร้างสรรค์ และสติปัญญาของคนเราอย่างไรบ้าง

คนทั่วไปในเวลาปกติมักจะส่งคลื่นเบต้าออกมา ซึ่งมีความถี่ของคลื่นประมาณยี่สิบเอ็ดรอบต่อวินาที เมื่อเกิดเหตุการณ์บางอย่างขึ้นที่มีผลต่ออารมณ์และความรู้สึก เช่น โกรธ กลัว เกลียด อิจฉา ตื่นเต้น ฯลฯ คลื่นสมองก็จะมีความถี่สูงขึ้นทันที ซึ่งจะทำให้บุคคลผู้นั้นมีประสิทธิภาพในการทำงานลดลง มีความตึงเครียดสูง มีสมาธิน้อยลง มีความสามารถในการเรียนรู้ต่ำลง มีภูมิคุ้มกันโรคในร่างกายลดลง ฯลฯ ในทางตรงกันข้ามเราจะมีร่างกายที่มีภูมิคุ้มกันโรคสูง มีสมาธิดี มีอารมณ์เยือกเย็น มีความคิดที่เฉียบคม มีจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์สูง เมื่อคลื่นสมองของเรามีความถี่ต่ำกว่าสิบเก้ารอบต่อวินาที ถ้าเราปล่อยให้คลื่นสมองของเรามีความถี่สูงเกินกว่ายี่สิบเอ็ดรอบต่อวินาทีเป็นเวลานาน ๆ เราจะอยู่ในสภาวะที่แพทย์ปัจจุบันเรียกว่าโรคเครียดและวิตกกังวล ซึ่งเป็นโรคร้ายอันดับหนึ่งของโลกในปัจจุบันแพทย์ได้ยอมรับแล้วว่าสภาวะเครียดและวิตกกังวลเป็นต้นเหตุของโรคอื่น ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจได้อีกมากมายในสภาวะของความเครียดนี้ (คลื่นสมองมีความถี่สูงเกินกว่ายี่สิบเอ็ดรอบต่อวินาที) ร่างกายที่มีหน้าที่สร้างภูมิคุ้มกันโรค จะทำงานไม่

เป็นปกติ ร่างกายของคนเราจะอ่อนแอลง เชื้อโรคและไวรัสสามารถเข้าสู่ร่างกายและทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บได้มากมาย เช่น เป็นหวัดบ่อย เป็นโรคมุมิแพ่ ความดันโลหิตสูง อาการเจ็บป่วยๆ ของนักกีฬาที่มีความเครียดสูง รวมทั้งมะเร็ง (งานวิจัยเป็นจำนวนมากแสดงให้เห็นว่ามีผู้ที่เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งชนิดรุนแรงเฉียบพลันเป็นจำนวนมากที่มีการสูญเสียทางจิตใจที่ยิ่งใหญ่ในช่วง 3 - 12 เดือนก่อนเป็นโรค)

คลื่นสมองที่มีความถี่สูงๆ ของเรานอกจากจะเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้คนเรามีร่างกายอ่อนแอเป็นโรคภัยไข้เจ็บได้ง่ายแล้ว ยังทำให้คนเรามีสมาธิ (Concentration) ที่ไม่ดีอีกด้วย ความคิดต่าง ๆ มากมายที่ผ่านเข้ามาในสมองเรา จนเราไม่สามารถที่จะมีสมาธิอยู่กับเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้ ยิ่งคลื่นสมองของเรามีความถี่เกินสี่สิบรอบต่อวินาที เราแทบจะไม่สามารถควบคุมความคิดและอารมณ์ของเราได้เลย เช่น เวลาที่เราโกรธใครมากๆ) เราจะไม่สามารถอยู่นิ่งเฉยๆ ได้ ความคิดต่างๆ จะผ่านเข้ามาในสมองของเราเร็วมากจนเราแทบจำไม่ได้ว่าที่ความคิดอะไรที่ผ่านเข้ามาบ้าง คลื่นสมองที่มีความถี่สูงมากนี้ทำให้เกิดพลังส่วนเกินที่จะต้องระบายออกมาทางร่างกาย เช่น หน้าแดง มือสั่น เหงื่อไหล พฤติกรรมที่รุนแรงต่าง ๆ ฯลฯ ซึ่งการกระทำของเราในขณะที่คลื่นสมองมีความถี่สูงนี้มักจะไม่ค่อยเหมาะสมและเรามักจะรู้สึกเสียใจในภายหลัง (บางครั้งก็สายไปเสียแล้ว)

เมื่อคลื่นสมองความถี่สูง ๆ สามารถสร้างปัญหาต่าง ๆ แก่เราได้มากมายเช่นนี้ ถ้าเราสามารถควบคุมคลื่นสมองของเราให้มีความถี่ต่ำได้ ผลดีต่าง ๆ ก็จะเกิดตามมามากมาย เช่น มีร่างกายที่แข็งแรง มีภูมิคุ้มกันโรคสูง มีสมาธิสูง มีจินตภาพและความคิดสร้างสรรค์สูง มีสัมผัสที่หกสูง (Intuitive) มีพลังแห่งความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่สูง (Cosmic love) ฯลฯ จิตวิทยานีโอฮิวแมนนิสจึงมุ่งเน้นให้คนเราย้อนกลับมาศึกษาตนเอง คลื่นสมองของตัวเอง พร้อมทั้งเสนอแนวคิดและวิธีการที่จะทำให้เราสามารถควบคุมคลื่นสมองของตัวเอง เช่น การฝึกทำโยคะสำหรับการผ่อนคลาย การจูงจิตใจไปสู่สภาวะอัลฟาด้วยเสียงเพลงและคำพูด การทำสมาธิเพื่อพัฒนาคลื่นคอสมิกพลังความคิดจินตภาพและคำพูดด้านบวกที่มีผลต่อคลื่นสมอง การบริโภคอาหารที่มีพลังชีวิตสูง ฯลฯ และเมื่อเรามีความผ่อนคลายมากขึ้น ควบคุมคลื่นสมองของเราได้ดีขึ้น เราก็จะมีความสุขมากยิ่งขึ้น มีประสิทธิภาพในการทำงานสูงขึ้น และสามารถที่จะทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่มนุษย์ชาติได้มากยิ่งขึ้น

กล่าวโดยสรุปแล้วแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสนี้ จึงมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านบวกสูงด้วย ซึ่งในประเด็นดังกล่าว ได้สอดคล้องถึงความต้องการในการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดในเรือนจำกลางเชียงใหม่ ให้เห็นคุณค่าของตนเอง และมีภาพพจน์ของตนเองด้านบวกเมื่อออกสู่สังคมภายนอก เป้าหมายในการพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสนี้ ซึ่งมีเป้าหมายในการพัฒนา 4 ด้าน โดยเฉพาะการพัฒนา

จิตใจให้มีความรักความเมตตา มีร่างกายที่แข็งแรง มีความคิดจินตนาการ มีวิชาชีพเลี้ยงตนเอง จิตใจที่เปี่ยมไปด้วยความรักความเมตตาไร้ขอบเขตย่อมส่งเสริมให้เกิดความสงบสุขในโลกได้อย่างแน่นอน (ศตพร วิไลรัตน์, 2532) กระบวนการดังกล่าวนี้มีความสำคัญยิ่งต่อการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมของผู้ต้องขังที่ติดยาเสพติดเมื่อออกสู่สังคม โดยเฉพาะบุคคลที่ประสบกับปัญหาในชีวิต เช่นผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ให้มีภาพลักษณ์ใหม่ของการดำเนินชีวิต มีทักษะชีวิตในการปรับตัว มีการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวกมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ หัวใจที่สำคัญของแนวคิดนี้โออิวิแมนนิสนีอยู่ที่การปฏิบัติซ้ำ ๆ ในเรื่องต่อไปนี้คือ ต้องทำในสิ่งที่จำเป็นต้องทำ ต้องมีคลื่นสมองต่ำอยู่เสมอ ต้องมีภาพพจน์ตนเองด้านบวก ต้องคิดและทำด้านบวก และต้องมีความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ เป็นต้น (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) ดังนั้นการจะพัฒนาผู้ต้องขังชายที่ติดยาเสพติด ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ในสังคมอย่างมีประสิทธิภาพจำเป็นต้องปฏิบัติซ้ำ ๆ ในกิจกรรมแต่ละอย่างของนีโออิวิแมนนิส เช่น การอยู่ในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย การฝึกทำคลื่นสมองให้ต่ำ การสร้างภาพพจน์ตนเองด้านบวก ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งที่ฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้ผู้ต้องขังชายที่ติดยาเสพติดในเรือนจำ ก่อนที่จะออกสู่สังคมภายนอก

ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับยาเสพติด

5.1 ความหมายของยาเสพติด

ยาเสพติดนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับบุคคลหลายอาชีพ จึงมีผู้ให้ความหมายแตกต่างกันตามความเกี่ยวพันของยาเสพติด ที่มีต่อวิชาชีพของกลุ่มบุคคลหรือองค์กรนั้น ๆ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ความหมายตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของ “ยาเสพติด” ไว้ว่า เป็นคำนาม หมายถึง ยาหรือสารเคมีซึ่งเมื่อเสพหรือฉีดเข้าสู่ร่างกายติดต่อกันชั่วระยะเวลาหนึ่งก็จะติด ก่อให้เกิดพิษเรื้อรังทำให้ร่างกายจิตใจทรุดโทรม ได้แก่ฝิ่น กัญชา ยานอนหลับ สุรา เป็นต้น บางทีก็ใช้คำว่า “สารเสพติด”

ยาเสพติด ในความหมายของเภสัชกร หมายถึง สิ่งที่ทำให้เกิดพิษเรื้อรัง และปรากฏการณ์ของโรคอย่างชัดเจน ภายหลังเมื่อหยุดเสพ

ยาเสพติด ในทัศนะนักสังคมสงเคราะห์ หมายถึง สิ่งที่ทำให้เกิดความเดือดร้อนในสังคม ยาเสพติด ส่วนทัศนะนักกฎหมาย หมายถึง สิ่งที่ทำให้เกิดพิษ และพิษมันมัน เป็นต้นเหตุแห่งอาชญากรรม (เขวามาลย์ พลรักษา, 2546)

สิ่งเสพติด ตามความหมายขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization (WHO)) ให้ความหมายไว้ว่า สิ่งซึ่งเสพยาเข้าไปแล้วจะเกิดความต้องการทั้งร่างกายและจิตใจเกิดโรคภัยไข้เจ็บ

ต่อจิตใจต่อไป ในที่สุดจะทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บต่อร่างกายและจิตใจขึ้น ซึ่งผู้เสพยาเสพติดจะมีลักษณะอาการ ดังนี้คือ (เกียรติศักดิ์ คำวิเศษ, 2545)

1. มีความต้องการอย่างแรงกล้า ที่จะเสพยานั้นต่อไปเรื่อย ๆ
2. มีความโน้มเอียงที่จะเพิ่มปริมาณของยาเสพติดให้มากขึ้นทุกขณะ
3. ถ้าถึงเวลาที่เกิดความต้องการ แล้วไม่ได้เสพ จะเกิดอาการขาดยา หรืออาการอยากยา โดยแสดงออกในลักษณะต่าง ๆ เช่น หาว อาเจียน น้ำมูกน้ำตาไหล ทูรันทูราย กลุ้มคลั่งขาดสติ โมโห ฉุนเฉียว ฯลฯ
4. ยาเสพติดนั้นจะทำลายสุขภาพของผู้เสพทั้งร่างกายและจิตใจ ทำให้ร่างกายซูบผอม มีโรคแทรกซ้อน และทำให้เกิดอาการทางโรคประสาท จิตใจไม่ปกติ

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (2537) ได้ให้ความหมาย ของยาเสพติดไว้ 2 ลักษณะ คือ

1) ความหมายโดยทั่วไป ยาเสพติด หมายถึง สาร หรือยาที่อาจเป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ หรือจากการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อบุคคลใดเสพหรือได้รับเข้าไปในร่างกายซ้ำ ๆ กันแล้ว ไม่ว่าจะด้วยวิธีใดก็ตาม เป็นช่วงระยะ ๆ หรือนานติดต่อกันก็ตาม จะทำให้บุคคลนั้นต้องตกอยู่ใต้อำนาจ หรือเป็นทาสของสิ่งนั้นทางด้านร่างกายและจิตใจเพียงอย่างเดียว นอกจากนี้ยังอาจต้องเพิ่มปริมาณการเสพขึ้นเรื่อย ๆ หรือทำให้สุขภาพของผู้เสพเสื่อมโทรมลง และเมื่อถึงเวลาอยากเสพแล้ว ไม่ได้เสพ จะมีอาการผิดปกติทางด้านร่างกายและจิตใจ หรือเฉพาะทางด้านจิตใจเกิดขึ้นในผู้เสพนั้น

2) ความหมายตามกฎหมาย ยาเสพติดตามพระราชบัญญัติป้องกันและปราบปรามยาเสพติด พ.ศ. 2519 มาตรา 4 ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติม โดยฉบับที่ 2 พ.ศ. 2534 แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม

2.1) ยาเสพติดให้โทษ ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 มาตรา 4 หมายความว่า สารเคมีหรือวัตถุนิติใด ๆ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยรับประทาน ดม สูบ นิด หรือด้วยประการใด ๆ ก็ตาม ทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญ เช่น ต้องการเพิ่มขนาดการเสพขึ้นเรื่อย ๆ มีอาการนอนยามือขาชาด มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงตลอดเวลา และสุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลง นอกจากนี้ให้รวมถึงพืชหรือส่วนของพืชที่เป็น หรือให้ผลผลิตเป็นยาเสพติดให้โทษ และสารเคมีที่ใช้ในการผลิตยาเสพติดให้โทษ ดังกล่าวด้วย ทั้งนี้ตามที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข ประกาศในราชกิจจานุเบกษา แต่ไม่หมายความถึงยาสามัญประจำบ้านบางตำรับตามกฎหมายว่าด้วยยาที่มีสารเสพติดให้โทษ ผสมอยู่

2.2) วัตถุออกฤทธิ์ ตามพระราชบัญญัติวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท พ.ศ. 2518 หมายความว่า วัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ที่เป็นสิ่งธรรมชาติหรือสิ่งที่ไม่ได้จากธรรมชาติ หรือวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตประสาทที่เป็นวัตถุสังเคราะห์ ทั้งนี้ตามที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขประกาศในราชกิจจานุเบกษา

2.3) สารระเหย ตามพระราชกำหนดป้องกันการใช้สารระเหย พ.ศ. 2533 หมายความว่า สารเคมี หรือผลิตภัณฑ์ที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข และรัฐมนตรีว่าการกระทรวงอุตสาหกรรมประกาศว่าเป็นสารระเหย

อรพีญ นาควัชระ (2539) ได้ให้ความหมายของสิ่งเสพติดให้โทษไว้ ดังนี้

1) จะต้องเป็นสิ่งที่ใช้แล้วเกิดความติดทางใจ เป็นลักษณะเฉพาะที่สำคัญที่สุดของสิ่งเสพติด คือเมื่อเสพแล้วจะต้องพยายามขวนขวายให้ได้สิ่งนั้นมา มีความคิดถึงจดจ่อต่อสิ่งนั้น ทำให้ต้องหันกลับไปใช้ใหม่อีก และถือว่าสิ่งนั้นเป็นหลักในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างปกติ

2) มีอาการติดทางกาย คือต้องเพิ่มขนาดของการเสพขึ้นทุกวัน ลักษณะอันดับที่สองนี้ไม่จำเป็นต้องพบในสิ่งเสพติดทุกชนิดไป บางชนิดอาจไม่มีในลักษณะนี้ การเพิ่มขนาด สิ่งเสพติดก็มีขีดจำกัดเช่นกัน แม้แต่เฮโรอีนซึ่งมีรายงานว่าขนาดการใช้สูงสุดเคยมี 1,400 ต่อวัน ซึ่งผู้เสพก็ไม่ได้ตายทันที ยกเว้นในระยะที่เพิ่มขนาดผิดอย่างกะทันหัน คือสารเสพติดนี้เป็นภาวะทางสรีรวิทยาที่ร่างกายต้องได้รับสารนั้นมาเพื่อให้เกิดอาการถอนยา เมื่อก่อนเราเชื่อว่าเป็นลักษณะเฉพาะที่สำคัญที่สุดของการติดสารเสพติดที่แท้จริง แต่ปัจจุบันเป็นที่รู้จักกันว่าการติดสารเสพติดที่ร้ายแรงบางอย่าง เช่น พวกลโคเคนนั้น อาจไม่เกี่ยวกับการติดยาเสพติดทางกายเลย

3) ต้องมีอาการถอนยา คือการทนทุกข์ทรมานทางกายและใจเมื่อเลิกใช้สารนั้น อาการถอนยานี้เป็นดัชนีอันหนึ่งที่สามารถบอกชี้ชัดได้ว่า บุคคลนั้นติดสิ่งเสพติดหรือไม่

4) เป็นพิษต่อร่างกายและจิตใจของผู้เสพสิ่งเสพติด ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องต่อครอบครัว เกิดปัญหาด้านสังคมและเศรษฐกิจรวมทั้งความมั่นคงของชาติด้วย

เมื่อสรุปความหมายของยาเสพติดแล้ว มีความหมายหลายนัยที่แตกต่างกันออกไปตามค่านิยม แต่เมื่อรวมความแล้วพอสรุปความหมายเกี่ยวกับยาเสพติดได้ดังนี้

1) ยาหรือสารเคมีเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายแล้ว ก่อให้เกิดพิษเรื้อรังทำให้ร่างกาย และจิตใจทรุดโทรม เกิดโรคร้ายตามมา

2) สิ่งทีก่อให้เกิดความเดือดร้อนในสังคม และเป็นต้นเหตุแห่งอาชญากรรม

3. ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ หรือจากการสังเคราะห์ เมื่อบุคคลเสพเข้าไปแล้ว ทำให้ตกเป็นทาสสิ่งนั้น และเมื่อมีอาการขาดยาจะส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจในทางลบ

4) เป็นสิ่งที่ใช้แล้วเกิดการติดทางกายและใจ เป็นพิษต่อร่างกายผู้เสพ ทำให้เดือดร้อนแก่ผู้เกี่ยวข้องต่อครอบครัว และเป็นปัญหาด้านสังคม เศรษฐกิจ และความมั่นคงของประเทศ

5.2 ประเภทของยาเสพติด

ยาเสพติดให้โทษ สามารถแบ่งออกตามหลักเกณฑ์ต่างๆ ได้หลายรูปแบบ (เขาวมาลัย พลรักษา, 2546) ดังนี้

1. แบ่งตามลักษณะการออกฤทธิ์ของสิ่งเสพติดที่มีผลต่อร่างกาย คือ

1.1) ประเภทกดประสาท (Depressant) ได้แก่ ฝิ่น มอร์ฟีน เฮโรอีน เซโคนัล นาร์บิวเรต ฟิโนบาร์บิทัล โบรไมด์ พาราดีไฮด์ และเมธาโคน เป็นต้น

1.2) ประเภทกระตุ้นประสาท (Stimulant) ได้แก่ ใบกระท่อม โคลเคอิน แอมเฟตามีน เป็นต้น

1.3) ประเภทหลอนประสาท (Hallucinogen) ได้แก่ กัญชา แอล.เอส.ดี. (L.S.D.=Lysergic acid Diethylamide) ดี.เอ็ม.ที. (D.M.T.=Dimethyl Tryutamine) เอส.ที.พี. (S.T.P.=Serenity, Tranquility and Peace)

1.4) ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน (Mixed) ได้แก่ กัญชา อาจออกฤทธิ์กดประสาท กระตุ้นประสาท หรือหลอนประสาทพร้อมกันไปในช่วงเดียวกัน

2 แบ่งตามแหล่งที่เกิด คือ

2.1) ยาเสพติดธรรมชาติ (Natural Drugs) เป็นยาเสพติดที่ได้จากพืช หรือพันธุ์ไม้ บางชนิดโดยตรงขึ้นอยู่กับธรรมชาติ เช่น ฝิ่น กัญชา กระท่อม โคลเคอิน เป็นต้น และสามารถที่จะนำมาแปรสภาพเป็นลักษณะอย่างอื่นโดยกรรมวิธีต่างๆ ทางเคมี เช่น การนำฝิ่นมาทำเป็นมอร์ฟีน เฮโรอีน เป็นต้น

2.2) ยาเสพติดสังเคราะห์ (Synthetic Drugs) เป็นยาเสพติดที่ได้มาจากการปรุงขึ้น โดยกรรมวิธีทางเคมีและนำมาใช้แทนยาเสพติดธรรมชาติ เช่น เมธาโคน (Methadone) เพธิดีน (Pethidine) ไฟเซฟโคน (Physeptone) เป็นต้น

3. แบ่งตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 คือ

3.1) ประเภท 1 ยาเสพติดชนิดให้โทษร้ายแรง เช่น เฮโรอีน (Heroin)

3.2) ประเภท 2 ยาเสพติดให้โทษทั่วไป เช่น มอร์ฟีน (Morphine) โคเคน (Cocaine) โคลเคอิน (Codeine) ฝิ่นยา (Medicinal opium)

3.3) ประเภท 3 ยาเสพติดให้โทษที่มียาเสพติดให้โทษประเภท 2 เป็นส่วนผสมอยู่ด้วย ตามที่ได้ขึ้นทะเบียนตำรับยาไว้ในมาตรา 43 เช่น ยาแก้ไอผสมโคลเคอิน (Codeine Cough Syrup)

3.4) ประเภท 4 สารเคมีที่ใช้ในการผลิตยาเสพติดให้โทษประเภท 1 หรือประเภท 2 เช่น แอซีติกแอนไฮไดรด์ (Acetic Anhydride) อะซีติลคลอไรด์ (Acetyl Chloride)

3.5) ประเภท 5 ยาเสพติดให้โทษที่มีได้เข้าอยู่ในประเภท 1 ถึงประเภท 4 เช่น กัญชา พืชกระท่อม

นอกจากนี้ทางการแพทย์ ยังได้จัดให้ยาเสพติดและสารเคมีอีกหลายอย่างเป็นสิ่งเสพติดให้โทษ โดยแบ่งตามคุณสมบัติของสิ่งเสพติดได้ 7 ประการ คือ

พวกที่ 1 ผื่นหรือสารที่มีส่วนประกอบของฝิ่น เช่น มอร์ฟีน เฮโรอีน โคเคอิน เพ็คติน ไฟเซฟโตน เป็นต้น

พวกที่ 2 ยานอนหลับชนิดต่าง ๆ เช่น ฟีนobarbital เซโคนัล โบรไมด์ พาราดีไซด์ กลูติตามิค เป็นต้น

พวกที่ 3 ยากล่อมประสาท เช่น ไดอะซีแพม เมโอบรามาต เป็นต้น

พวกที่ 4 ยากระตุ้นประสาท เช่น แอมเฟตามีน โคเคอิน และใบกระท่อม

พวกที่ 5 ยาที่ทำให้ประสาทหลอน เช่น กัญชา แอล.เอส.ดี. ดี.เอ็ม.ที. เอส.ที.พี. และพวกเห็ดบางชนิด เป็นต้น

พวกที่ 6 สารระเหยต่าง ๆ เช่น เบนซิน และกาวติดเครื่องบิน

พวกที่ 7 แอลกอฮอล์ ปัจจุบันองค์การอนามัยโลกได้จัดให้แอลกอฮอล์เป็น สารเสพติดอย่างหนึ่งด้วย เพราะแอลกอฮอล์เมื่อดื่มจนติดแล้วจะมีโทษเช่นเดียวกับสิ่งเสพติด ชนิดอื่นๆ ด้วยเหมือนกัน

ต่อมามีประกาศกระทรวงสาธารณสุข ได้ลงในราชกิจจานุเบกษา ประกาศฉบับทั่วไป เล่มที่ 113 ตอนพิเศษที่ 23 เมื่อวันที่ 16 สิงหาคม 2539 มีผลบังคับใช้วันที่ 16 ตุลาคม 2539 สารสำคัญคือ เพิกถอนสารในกลุ่มแอมเฟตามีน วัตถุออกฤทธิ์ในประเภทที่ 1 และประเภทที่ 2 รวม 16 ชนิด จากพระราชบัญญัติ วัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท พ.ศ. 2518 และให้นำมาประกาศเป็นยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 1 ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 และประกาศควบคุมสาร และเคมีภัณฑ์จำเป็นที่ใช้ในการลักลอบผลิตวัตถุเสพติด จำนวน 12 ชนิด เป็นยาเสพติดประเภท 4

ยาเสพติดให้โทษ ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติม โดยฉบับที่ 2 พ.ศ. 2528 และฉบับที่ 3 พ.ศ. 2530 จัดแบ่งออกเป็น 5 ประเภท คือ

ประเภทที่ 1 ได้แก่ เฮโรอีน อาเซทอร์ฟีน อีทอร์ฟีน แอมเฟตามีน เป็นยาเสพติดให้โทษชนิดร้ายแรง

ประเภทที่ 2 ได้แก่ ฝิ่น มอร์ฟีน โคเคอิน เป็นยาเสพติดให้โทษทั่วไป

ประเภทที่ 3 ได้แก่ ยาแก้ไขที่มีฝิ่น หรือโคเคอินเป็นส่วนผสม ยาแก้ท้องเสียที่มีฝิ่น ฟีน็อกซีเลทเป็นส่วนผสม

ประเภทที่ 4 ได้แก่ อาเซติกแอนไฮไดรด์ อาเซติกคลอไรด์ เป็นสารเคมีที่ใช้ในการผลิตยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 1 หรือประเภทที่ 2

ประเภทที่ 5 ได้แก่ กัญชา กระท่อม เป็นยาเสพติดให้โทษที่มีได้เข้าข่ายอยู่ในประเภท 1 ถึงประเภท 4

5.3 ลักษณะและพฤติกรรมกาการติดยาเสพติดของผู้ติดยาเสพติด

ยาเสพติดบางชนิดก่อให้เกิดการติดได้ทั้งร่างกายและจิตใจหรือติดทางด้านจิตใจแต่เพียงอย่างเดียว ดังนั้น จึงสามารถแบ่งลักษณะการติดยาเสพติดออกเป็น 2 แบบ คือ การติดยาทางกาย และการติดยาทางใจ (เกียรติศักดิ์ คำวิเศษ, 2545)

1) การติดยาทางกาย

ผู้เรียกว่าการติดยาเสพติดให้โทษ ซึ่งหมายถึงเป็นการติดยาเสพติดที่ผู้เสพมีความต้องการเสพอย่างรุนแรงทั้งทางร่างกายและจิตใจ จะหยุดเสพไม่ได้ เมื่อถึงเวลาอยากเสพแล้วไม่ได้เสพจะเกิดอาการผิดปกติ (อาการขาดยา) อย่างมากทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น การติดฝิ่น มอร์ฟีน เฮโรอีน เมื่อขาดยาจะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน หาว น้ำมูกน้ำตาไหล นอนไม่หลับ เจ็บป่วยทั่วร่างกาย กระสับกระส่าย เป็นต้น

2) การติดยาทางใจ

อาจมีผู้เรียกว่าการติดยาเสพติดเป็นนิสัย ซึ่งหมายถึงเป็นการติดยาเสพติดที่ผู้เสพมีความต้องการเสพเพราะจิตใจคิดอยากเสพเพียงอย่างเดียว ไม่ถึงกับเป็นทางร่างกาย เมื่อถึงเวลาอยากเสพก็จะเกิดอาการทางจิตใจ ส่วนร่างกายไม่ปรากฏอาการผิดปกติ เช่น การติดแอลกอฮอล์ บุหรี่ กาแฟ ฯลฯ ดังตัวอย่างการติดบุหรี่ เมื่อขาดจะเกิดอาการหงุดหงิดหรือกระวนกระวายแต่ไม่พบอาการทางร่างกาย

ยาเสพติด คือสารเคมีชนิดหนึ่งที่เมื่อร่างกายเสพเข้าไปแล้ว จะทำให้มีความสุขในระยะแรกและหากเสพเป็นประจำก็จะเกิดอาการเสพติด เช่น ฤทธิ์เสพยาบ้า ถ้าหยุดเสพก็จะเกิดอาการอยากยาที่มีอาการอ่อนเพลีย ไม่มีแรง จิตใจห่อเหี่ยว ซึมเศร้า หรือหงุดหงิดมาก อารมณ์ร้าย ทำให้ต้องการอยากเสพอย่างต่อเนื่องและเพิ่มจำนวนมากขึ้นทุกวัน พฤติกรรมของผู้ที่ติดหรือผู้ที่สงสัยว่าติดยาเสพติด มีลักษณะดังนี้ (รัฐพล อินทวิชัย, 2540)

1) การใช้จ่ายเปลือง ยาเสพติดเป็นสิ่งที่มียาแพง เช่น ยาบ้า ราคาปัจจุบันประมาณเม็ดละ 80-120บาท ขึ้นอยู่กับความต้องการของผู้ซื้อและปริมาณที่มีของผู้ขาย หรือถ้ามีการกวดขันจับกุมมาก ยาเสพติดก็จะมีราคาแพงไปด้วย ผู้ติดยาเสพติดเกือบทุกคนจะเริ่มจากการเสพยาฟรีจากเพื่อนที่แนะนำให้ใช้เป็นครั้งแรก แต่หลังจากนั้นเมื่อมีอาการติดยาแล้วก็จะต้องใช้จ่ายเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งถ้าบุคคลในครอบครัวสามารถตรวจสอบการใช้จ่ายหรือควบคุมการใช้จ่ายให้

ชัดเจน ผู้ที่ติดยาเสพติดอาจตัดสินใจเลิกเสพยาได้ หรืออาจสารภาพว่าใช้ยาเสพติด หรือร้องขอให้พาไปบำบัดรักษาก็ได้

2) สร้างนิสัยโกหก ผู้ที่ติดยาเสพติดจะเริ่มเรียนวิธีการโกหกจากเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่พ่อแม่ไม่ค่อยสนใจ เพื่อให้ได้เงินไปซื้อยาเสพติด เช่น เสพยาเสพติดในห้องน้ำนาน แต่โกหกว่าท้องผูก เป็นต้น จนกระทั่งเรื่องที่โกหกจะมีความสำคัญมากขึ้น เช่น โกหกว่าเครื่องประดับหาย หรือโรงเรียนบังคับให้ซื้อเครื่องมือที่มีราคาแพง ๆ เป็นต้น ซึ่งพ่อแม่ที่ไม่มีเวลาตรวจสอบกับทางโรงเรียน เด็กก็ตัดสินใจโกหกตลอดไป จนไม่รู้สึกรู้ว่าการโกหกเป็นความผิดที่น่าเกลียดน่าชัง กลับสร้างค่านิยมใหม่ว่าคนไม่โกหกหรือโกหกไม่เป็นนั่น คือ คนโง่ เป็นต้น

3) การสร้างนิสัยลักขโมย ฉกฉวยโอกาส โดยเริ่มจากการเก็บเงินจำนวนน้อยของพ่อแม่ เช่น เงินทอง หรือเศษเงินในกระเป๋าสตางค์ หรือของใช้เล็กๆ น้อย ๆ ของเพื่อน จนกระทั่งทรัพย์สินที่มีขนาดเล็กภายในบ้าน จากมีค่าน้อยไปถึงมีค่ามาก เพื่อนำไปแลกเป็นเงินหรือแลกซื้อยาเสพติดโดยตรงเลยก็ได้ การสร้างนิสัยขโมย และฉกฉวยโอกาสนี้จะเกิดร่วมกับการสร้างนิสัยโกหกนั่นเอง

4) การสร้างนิสัยเกียจคร้านและไม่รับผิดชอบ ผู้ที่เสพยาเสพติดหลังจากที่เสพแล้ว โดยเฉพาะยาบ้า ร่างกายและจิตใจจะอยู่ในภาวะที่กระสับกระส่าย ชอบสนุก แต่เมื่อเสพไปนาน ๆ จะเปลี่ยนเป็นซึมเศร้า ลดความตั้งใจ ลดพฤติกรรมต่าง ๆ ในขณะที่อยากยาเสพติดหรือกำลังเมายาเสพติดจะไม่สนใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว ทำให้ไม่สนใจการเรียน บทพร่องในหน้าที่การงาน หรือเรียนไม่ทันเพื่อน เกียจคร้านการเรียนกระทั่งต้องออกจากโรงเรียน เป็นต้น

5) ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลง ผู้ติดยาเสพติดส่วนมากมีร่างกายไม่แข็งแรง ผอม เพราะผู้ที่เสพยาติดยาเข้าไปแล้ว จะมีอาการไม่อยากรับประทานอาหาร เพราะอยู่ในอาการเมายาหรือต้องพยายามเก็บเงินไว้เพื่อนำไปซื้อยาเสพติดในครั้งต่อไป โดยไม่ยอมรับประทานอาหารเพราะเสียดายเงิน ในขณะที่ร่างกายต้องทำงานหนัก เพื่อให้ได้มาซึ่งเงินที่จะนำไปซื้อยาเสพติดให้เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย

6) หลังจากใช้ยาเสพติดแล้ว กรณีเสพเฮโรอีน จะมีอาการตีขี้มง่าย ครั่นแกรง ชอบกินของหวาน ถ้าใช้มากอาจนั่งสัปหงก หรือนั่งหลับในห้องน้ำ และถ้าไม่ได้ใช้จะมีอาการทรมาณร่างกาย ส่วนยาบ้า จะมีอาการคึกคัก ไม่่วงนอน ขยันทำงาน อารมณ์ก้าวร้าว แต่ไม่ได้ใช้ยาบ้า จะรู้สึกอ่อนเพลีย นอนหลับเป็นเวลานานและเก็บตัว เป็นต้น

7) ขาดความเป็นระเบียบเรียบร้อย สกปรก ด้วยเหตุจากความเกียจคร้านและไม่ค่อยคิดถึงสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวเอง สร้างนิสัยมั่งง่าย ขอให้มียาเสพติดไปวัน ๆ เป็นการแก้ปัญหาระยะสั้น เพียงให้ผ่านเท่านั้นเอง

8) เมื่อมีอาการเสพยาเสพติดไประยะหนึ่งแล้ว ร่างกายจะมีความต้องการยาเสพติดทุกวัน อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง หรือทุก 4-6 ชั่วโมง ทั้งนี้แล้วแต่ความรุนแรงของการติดยา หรือชนิดของยาเสพติด เช่น ยาบ้า หากไม่ได้รับยาเสพติดตามระยะเวลาที่เคยได้รับ ผู้ติดยาจะเริ่มมีอาการกระวนกระวายใจ อารมณ์หงุดหงิด ฉุนเฉียว เหนื่อย ไม่มีแรง ง่วงนอน แต่อาการทรมานทั้งหมดจะหายทันทีเมื่อมีการเสพยาเสพติด

9) มักเป็นผู้มีปัญหาด้านอารมณ์ คือ หงุดหงิดง่าย เอาแต่ใจตัวเอง ไม่ยอมมองข้อบกพร่องของตนเอง เลือกลงแต่จะมองข้อบกพร่องของผู้อื่น ไม่ยอมรับความจริง ในการสังเกตหัวข้อนี้ ผู้สังเกตจะต้องมีความหนักแน่น มีเหตุผล และตั้งอยู่บนพื้นฐานความรักและความเข้าใจให้มาก เพราะมักจะเกิดการกระทบกระทั่งกันเสมอ

10) มักเก็บตัว หนีปัญหา ไม่ชอบยุ่งเกี่ยวกับคนอื่น ชอบเก็บตัวอยู่ตามมุมห้อง ชอบอยู่คนเดียว ไม่รับรู้ปัญหาภายนอก เหม่อลอย ขาดสมาธิ ใช้ห้องน้ำนาน (อ้างว่าต้องผูกประจำ)

11) ถ้าผู้เสพยาสูบบุหรี่อยู่ก่อน ให้สังเกตที่มวนบุหรี่จะเห็นรอยยับไม่เรียบ เพราะผู้ติดยาได้ผสมกัญชา หรือเฮโรอีน ในบุหรี่ยั้นและมักจะแยกเก็บไว้เป็นม้วนๆ ไม่ใส่ซองรวมไว้กับบุหรี่ทั่วไป เพราะกลัวผู้อื่นรู้ว่าเสพยาเสพติด ส่วนผู้ที่เสพยาบ้าจะตรวจพบอุปกรณ์การเสพได้แก่ กระจายตะกั่วหรือกระจายฟรอย ที่พับเป็นกรวยหรือกระถงเพื่อเผายาบ้าพร้อมกับเทียนหรือไฟแช็ค และหลอดที่ใช้ดูดควัน

สรุปได้ว่า ลักษณะ และพฤติกรรมการติดยาเสพติดของผู้เสพ มีลักษณะการติด 2 แบบ คือ การติดทางกาย และการติดทางใจ ในการติดทางกายนั้นสังเกตได้จาก มีความต้องการเสพยาอย่างรุนแรงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เมื่อเกิดอาการขาดยาแล้วจะเกิดปฏิกิริยาต่อร่างกาย เช่น อาเจียน นอนไม่หลับ น้ำมูกน้ำตาไหล เป็นต้น ส่วนการติดทางใจ เรียกว่าการติดเป็นนิสัย เพราะจิตใจยังคิดอยากเสพอยู่ เมื่อเกิดอาการขาดยาจะมีลักษณะหงุดหงิด หรือกระวนกระวายใจ แต่ไม่เกี่ยวข้องกับทางร่างกาย

5.4 สาเหตุของการติดยาเสพติด

สาเหตุของการติดสารเสพติดมีหลายลักษณะด้วยกัน ซึ่งผู้เสพยาเสพติดได้หันมาเสพยาจนกระทั่งกลายเป็นผู้ติดยาเสพติดให้โทษในเวลาต่อมาซึ่งวิเคราะห์ในแง่ทฤษฎีทางด้านสังคมศาสตร์ มี 3 สาเหตุใหญ่ด้วยกัน ดังต่อไปนี้ (อัญปิยา บุรินทรภิบาล, 2537)

1) สาเหตุทางบุคลิกภาพ (Personality Factor) คือ ตัวผู้ติดยาเสพติดเองเป็นผู้ที่ไม่มี ความมั่นคงทางด้านอารมณ์และจิตใจ มีอารมณ์อ่อนไหวถูกชักจูงง่าย ซึ่งอาจสืบเนื่องมาจากการขาดความอบอุ่นในชีวิต เหวง ว้าเหว่ และขาดความเชื่อมั่นในตนเอง สาเหตุข้อนี้ส่วนใหญ่จะสืบ

เนื่องมาจากพื้นที่ไม่มั่นคงทางด้านจิตวิทยา โดยเฉพาะอย่างยิ่งประสบการณ์ที่เข้มข้นหรือไม่สมหวังต่างๆ ในวัยเด็กรวมทั้งอิทธิพลของการอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็กด้วย

2) สาเหตุทางด้านสังคม (Social Conditions) ซึ่งหมายถึงสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ผู้ติดยาเสพติดต้องเผชิญอยู่เป็นประจำ นับตั้งแต่ครอบครัวญาติมิตร เพื่อนเล่น เพื่อนบ้าน ถิ่นกำเนิด ชุมชนที่อยู่อาศัยและเพื่อนร่วมงาน เป็นต้น อิทธิพลของภาวะสังคมรอบตัวมีส่วนสำคัญที่ส่งเสริมให้ผู้ต้องขังติดยาเสพติดหาได้ง่ายและบุคคลใกล้ชิดเสพยาให้เห็นอยู่บ่อย ๆ เป็นต้น

3) สาเหตุทางด้านเศรษฐกิจ (Economic Factor) ซึ่งหมายถึงการทำงานหรืออาชีพบางประเภทที่เอื้อต่อการติดยาเสพติด การว่างงาน การมีรายได้น้อยหรือมากเกินไป ภาวะหรือความจำเป็นทางด้านเศรษฐกิจ อาจเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่ง ที่ทำให้ผู้ต้องขังหันไปหายาเสพติด เพื่อหาทางออกหรือเพิ่มพลังจิตความสามารถในงานอาชีพที่ทำอยู่ก็อาจเป็นไปได้

5.5 การเสพยาเสพติดซ้ำ (relapse)

การเสพยาเสพติดซ้ำ มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้ (สุพจน์ ชุตติสาร, 2545)

Webster (1983) ได้กล่าวถึงการเสพยาซ้ำว่า หมายถึงการกำเริบของโรคหลังจากที่มีอาการดีขึ้นแล้ว และเป็นการกระทำ หรือเหตุการณ์ที่ถอยหลังเลวลง หรือทรุดลง

Marlatt & Gordom (1985) กล่าวว่า การติดยาเสพติดซ้ำ จะเกิดขึ้นเป็นกระบวนการ ซึ่งมีได้เริ่มจากการใช้ยาครั้งแรกหลังจากที่ผู้ป่วยผ่านการบำบัดรักษา และหยุดเสพยาได้ระยะหนึ่ง แต่เริ่มจากการที่ผู้เสพยาผิดกรรมเบี่ยงเบนไปจากสังคมปกติ และเสพยาเสพติดในที่สุด

Daley (1998) ได้กล่าวถึงการเสพยาซ้ำว่า การติดยาซ้ำเป็นเหตุการณ์ของการใช้ยาเสพติด ที่เป็นกระบวนการของการถอยหลังไปสู่พฤติกรรม หรือทัศนคติที่เบี่ยงเบน และอาจนำไปสู่การใช้ยาเสพติดในระยะที่อดยาได้แล้ว

Gorski (1999) กล่าวถึงกระบวนการติดสารเสพติดซ้ำว่า เกิดจากการติดขัดในการฟื้นฟูสภาพ การปฏิเสธว่าตนเองติดขัดในการฟื้นฟูสภาพ ใช้พฤติกรรมอื่น ๆ มากลบเคลื่อนความรู้สึกผสมผสานกับเหตุกระตุ้นจนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ เกิดปัญหาภายในจิตใจ เกิดปัญหาพฤติกรรมภายนอก ขาดการควบคุมตนเอง ทำให้บุคคลกลับไปสู่กลุ่มผู้ติดสารเสพติด สถานที่เสพยาเสพติด หรือสิ่งที่ทำให้เสพยา และใช้สารเสพติดในที่สุด และไม่สามารถควบคุมการใช้สารเสพติดที่มากเกินไปได้

นอกจากนี้ สำนักงานแผนโคลัมโบ (Colombo, 1999) ได้กล่าววาระยะที่แสดงถึงการเริ่มติดยาเสพติดซ้ำมี 4 ระยะ เป็นตาราง ต่อไปนี้

1. **ระยะการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ** ผู้ฟื้นฟูสภาพ(ผู้ป่วย) จากการติดยาเริ่มปล่อยตัว และหยุดโปรแกรมการฟื้นฟูสภาพไม่สนใจที่จะปลอดจากสิ่งมั่วเมา เริ่มมีชีวิตในทางลบ เป็นต้น

2. **ระยะเปลี่ยนแปลงด้านความคิด** มีทัศนคติ ค่านิยม กระบวนการคิดในรูปแบบการคิดซ้ำ (Relapse Patterns) ของแต่ละบุคคล ซึ่งกระบวนการดังกล่าวจะเกิดขึ้นภายในจิตใจของผู้ป่วยเอง และบุคคลที่ฟื้นฟูสภาพจะหันกลับไปใช้รูปแบบความคิดเก่า ๆ นั้น คิดว่าสามารถใช้ยาตัวอื่นแทน เช่น เหล้า หรือกัญชา เห็นว่าปัญหาของตนเองหายขาดแล้ว หลังจากหยุดมาได้ระยะหนึ่ง รวมถึงการปฏิเสธ และต่อต้านการเปลี่ยนแปลง

3. **ระยะการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึก** ผู้ฟื้นฟูสภาพเริ่มจะตอบสนองต่อสถานการณ์ในทางที่ผิด อารมณ์เสีย และซึมเศร้าบ่อย ๆ

4. **ระยะการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม** ผู้ฟื้นฟูสภาพสามารถสังเกตกระบวนการคิดของผู้ติดยาเสพติดได้จากการตอบสนองของเขา ซึ่งแสดงให้เห็นชัดจากวิธีการที่บุคคลแสดงออก ตอบโต้ และตอบสนองว่าเป็นบุคคลที่เริ่มเกี่ยวข้องกับคน สถานที่ และกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้สารเสพติด รู้สึกโกรธและไม่พอใจอย่างรุนแรงเมื่อมีเหตุการณ์กระทบจิตใจ รู้สึกเบื่อ และโดดเดี่ยวเพิ่มขึ้น

ดังนั้นสามารถสรุปได้ว่า ภาวะการติดยาเสพติดซ้ำของผู้ติดยาเสพติดนั้น เริ่มจากการที่ผู้ป่วยที่ติดยา มีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และวิถีชีวิตจากสังคมปกติ และจบลงด้วยการที่ผู้ป่วยหวนกลับไปใช้ยาหรือสารเสพติดที่เคยใช้ก่อนการบำบัดรักษาอีก

5.6 การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในสถานการณ์ปัจจุบัน

การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ได้มีการพัฒนารูปแบบต่าง ๆ ในการบำบัดรักษาเพื่อให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาที่ปรากฏ ปัจจุบันการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทยแบ่งออกเป็น 3 ระบบ คือ ระบบสมัครใจ ระบบต้องโทษ และระบบบังคับ โดยที่การบำบัดรักษาในระบบสมัครใจจะมีหลายวิธี เช่น การรักษาโดยการให้เมธาโดนทดแทนยาเสพติดในระยะยาว (methadone maintenance therapy) การถอนพิษด้วยเมธาโดน ซึ่งในประเทศไทยนิยมใช้วิธีนี้เป็นหลักในการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด โดยในระยะแรกจะจ่ายเมธาโดนในขนาด 40-80 มิลลิกรัม แล้วค่อย ๆ ลดลงจนสามารถเลิกยาได้ในที่สุด การใช้ยาต้านฤทธิ์ยาเสพติด (narcotics antagonists) ได้แก่ ซาโอลาซิน นาโลโซน นัลทรีโซน นาโลฟิน และเมทราดาโคน (cyolacine nalozone naltrexone nalophin methadol) ซึ่งยาเหล่านี้จะเข้าไปมีปฏิกริยาในร่างกายในทางลบล้างฤทธิ์ที่เกิดจากยาเสพติด ในบางประเทศ เช่น สหรัฐอเมริกา นิยมใช้ชุมชนบำบัด (therapeutic therapy) แต่ไม่เป็นที่นิยม เนื่องจากไม่ถูกต้องตามหลักการบำบัดรักษาของแพทย์ บางประเทศมีการรักษาแบบศรัทธาทางศาสนา และสมุนไพร โดยใช้หลักศาสนาและสมุนไพร โดยให้ศาสนา

เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจให้กลับตัวกลับใจเป็นคนดี วิธีนี้คิดค้นโดยคนไทย ดำเนินการโดยพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนา เช่น สถานบำบัดวัดป่าแพ่ง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมี การบำบัดรักษาด้วยวิธีฝังเข็ม (electro acupuncture) โดยใช้เข็มฝังเข้าบริเวณตึงหูทั้ง 2 ข้าง เพื่อให้เกิดความรู้สึกง่วงงุน ได้ผลในการระงับอาการกระวนกระวายจากการเลิกยาเสพติด (กัญญารัตน์ พรรณโส, 2542)

การบำบัดรักษา โดยระบบสมัครใจส่วนใหญ่จะใช้การบำบัดรักษาสมบูรณ์แบบ (classical method) คือ แบ่งการบำบัดรักษาออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ ขั้นเตรียมการ ก่อนรักษาขั้น ถอนพิษยาเสพติด ขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ และขั้นติดตามดูแลหลังรักษาการบำบัดรักษาในระบบ ต้องโทษนั้นหน่วยงานที่รับผิดชอบโดยตรง คือ กระทรวงมหาดไทย และกระทรวงยุติธรรม (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2537) ผู้ที่ศาลมีคำพิพากษาให้จำคุก ก็ ต้องเลิกยาเสพติดด้วยตนเองโดยวิธีหักดิบ ส่วนพวกที่ได้รับการรอลงโทษ หากศาลกำหนดเงื่อนไข คুমประพฤติ และปรากฏยังคงเสพยาเสพติด พนักงานคุมประพฤติก็จะส่งไปรับการบำบัดรักษาตาม สถานพยาบาลที่มีอยู่ในระบบสมัครใจ (กนก กัลยาณสูตร, 2532)

สำหรับการบำบัดรักษาในระบบบังคับนั้นดำเนินการ โดยกระทรวงยุติธรรมในการบังคับ บำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดนี้ จะต้องมีกรำจัดเสรีภาพผู้ถูกบังคับให้เข้ารับการบำบัดรักษาไว้ตลอด กระบวนการของการบำบัดรักษา (treatment process) ซึ่งมีอยู่ 4 ขั้น คือ ขั้นเตรียมการก่อนรักษา ขั้นถอนพิษยาเสพติดหรือบำบัดอาการ ขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ หรือขั้นแก้ไขฟื้นฟู และขั้นติดตาม ดูแลหลังรักษาและสงเคราะห์ ซึ่งในแต่ละขั้นตอนนี้จะต้องมีการปฏิบัติโดยตรงต่อร่างกายและ จิตใจของผู้ถูกบังคับให้เข้ารับการบังคับบำบัดรักษา ในการบำบัดอาการหรือถอนพิษยาเสพติดนั้น ผู้มีวิชาชีพ (แพทย์หรือพยาบาล) จะต้องเข้ากระทำแก่ร่างกายและจิตของผู้เข้ารับการบำบัดรักษา โดยตรง เช่น การฉีดยาเพื่อบำบัดโรค การเก็บปัสสาวะเพื่อตรวจหาสารเสพติด ฯลฯ

ในการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดโดยหลักสากลทั่ว ๆ ไป จะมีหลักการหรือวิธีการบำบัดผู้ ติดยาเสพติดที่คล้ายคลึงกัน จะแตกต่างกันบ้างก็เฉพาะในข้อปลีกย่อยในการปฏิบัติงานของ สถานพยาบาลต่าง ๆ (สุวิทย์ เสวตสุนทร, 2536)

หลักการบำบัดรักษาโดยทั่ว ๆ ไป มีพื้นฐาน ดังนี้ (สุพัฒน์ ธีรเวชเจริญชัย, 2540)

- 1) การเตรียมผู้ป่วยให้พร้อมที่จะรับการรักษา
- 2) การหยุดยาเสพติด
- 3) การบำบัดอาการหรือพิษที่เกิดขึ้นเมื่อหยุดยา
- 4) ถ้ามีโรคแทรกซ้อนก็ให้การบำบัดรักษาควบคู่ไปด้วย

- 5) การปรับสภาพฟื้นฟูจิตใจ เสริมสร้างกำลังใจ และบำรุงร่างกาย
- 6) แนะนำแนวทางการกลับไปดำรงชีวิตในสังคม และการประกอบอาชีพด้วยตนเอง
- 7) การติดตามผล และดูแลภายหลังการบำบัดรักษาครบทุกขั้นตอนแล้ว

หลักการบำบัดรักษานี้เป็นหลักการโดยทั่วไป ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อทำลายล้างพิษของยาเสพติดออกจากร่างกาย ฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ ให้ผู้ป่วยกลับไปอยู่สังคมได้อย่างมีความสุขนั่นเอง ส่วนในรายละเอียด และวิธีการบำบัดรักษานั้น ต้องมีการประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับผู้ป่วย สถานการณ์ และสิ่งแวดล้อมของชุมชนนั้นเป็นสิ่งสำคัญ (สุรสิทธิ์ อินอุ้นโชติ, 2544)

สำหรับประเทศไทยมีการบำบัดรักษาที่สมบูรณ์แบบ ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 6 พ.ศ. 2533 เรื่อง ระเบียบข้อบังคับเพื่อควบคุมการบำบัดรักษา และระเบียบวินัยสำหรับสถานบริการ กำหนดให้การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ (วารกรณ์ สยนาพันธ์, 2530)

1. ขั้นเตรียมการรักษา ขั้นนี้เป็นการเตรียมผู้ติดยาเสพติด ให้พร้อมจะเข้ารับการรักษารวมทั้งให้ญาติ ครอบครัว และผู้ใกล้ชิด ได้ทราบและเข้าใจ วิธีการรักษา ข้อสำคัญ ทั้งผู้ติดยาเสพติด และญาติจะต้องให้ความร่วมมือในการรักษาเป็นอย่างดี ไม่ควรปล่อยให้เป็นที่ของสถานพยาบาลคอยดูแลผู้ติดยาเสพติดอย่างเดียว ความไม่เข้าใจในเรื่องการรักษา และความตั้งใจในเบื้องต้นนี้จะช่วยให้การรักษาขั้นตอนต่อไปประสบความสำเร็จได้อย่างมาก การดำเนินงานในขั้นนี้จะต้องทำให้แล้วเสร็จภายใน 7 วัน สำหรับวิธีการดำเนินงานในขั้นนี้ ผู้ติดยาเสพติดจะต้องมาลงทะเบียนขอเข้ารับการบำบัดรักษา ส่งเอกสารเรียบร้อย ตรวจสอบประวัติ ตรวจปัสสาวะ ถ่ายรูป สัมภาษณ์ประวัติ เพื่อวินิจฉัยทุกด้าน วางแผนการรักษา ปฐมนิเทศวิธีและขั้นตอนการรักษา ชักจูงแนะนำผู้ป่วย เตรียมตัวให้พร้อมทั้งกายและใจเพื่อเข้ารับการบำบัดรักษา แนะนำปัญหาครอบครัว สุขภาพจิต เข้ารับการปรึกษา และนัดกำหนดวันเริ่มรักษา แนะนำให้อดยาเสพติดชั่วคราวก่อนเข้ารับรักษา และตรวจค้นผู้ป่วยเมื่อตรวจรับเข้ารับการปรึกษาเรียบร้อยแล้ว โดยอาศัยความร่วมมือจากบุคคลหลายฝ่าย ดังนี้

- 1.1) ในด้านผู้ปกครองหรือครอบครัวผู้ติดยาเสพติด นักสังคมสงเคราะห์จะต้องดำเนินการให้ผู้ปกครอง หรือครอบครัวของผู้ติดยาเสพติดให้ทราบว่า จะต้องให้ความช่วยเหลือให้กำลังใจ และรับภาระแทนที่บ้าน ในกรณีที่ผู้ติดยาเสพติดเป็นหัวหน้าครอบครัว เพื่อผู้ติดยาเสพติดจะได้คลายกังวลใจ จะได้รับการบำบัดรักษาได้อย่างเต็มที่ ถ้าผู้เสพยาเสพติดศึกษาเล่าเรียนอยู่ก็ต้องเป็นสื่อในการช่วยติดต่อครูอาจารย์ให้เห็นอกเห็นใจ ที่จะให้กำลังใจในการบำบัดรักษา

โดยไม่มี ความกังวลใจ ให้ผู้ป่วยทราบถึงระยะเวลาที่จะต้องรับการบำบัดรักษา และความมุ่งหมายของการรักษา

1.2) ในด้านตัวผู้ติดเชื้อยาเสพติดเอง จะต้องให้ผู้ติดเชื้อยาเสพติด ได้ทราบถึงระยะเวลาตลอดจนถึงวิธีการรักษาตามขั้นตอนของแพทย์ ซึ่งจะต้องทราบว่าในระยะแรก ๆ ก็จะต้องมีอาการทรมานทรมาย นักสังคมสงเคราะห์จะคอยให้กำลังใจผู้ติดเชื้อยาเสพติดให้มีความอดทน เป็นผู้ให้คำแนะนำ สนับสนุนให้กำลังใจ และช่วยแก้ไขปัญหากับผู้ติดเชื้อยาเสพติดโดยตลอด เพื่อการรักษาพยาบาลจะได้ประสบความสำเร็จ

1.3) ด้านทีมงานที่จะให้การบำบัดรักษา ได้แก่ แพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ จะต้องประสานงานกันอยู่เสมอ มีการวางแผนในการบำบัดรักษาร่วมกันโดยนักสังคมสงเคราะห์ซึ่งเป็นผู้สัมภาษณ์ เยี่ยมบ้านติดตามผลผู้ติดเชื้อยาเสพติด จะต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับตัวผู้ติดเชื้อยาเสพติดแก่ทีมงานที่จะรักษาพยาบาล เพื่อที่จะได้ดำเนินการรักษาพยาบาลได้เต็มที่ เพราะผู้ให้การบำบัดรักษา ซึ่งได้แก่ แพทย์ พยาบาล จะได้ไม่ประสบกับการไม่ร่วมมือที่จะรับการบำบัดรักษาจากผู้ติดเชื้อยาเสพติด

2. ขั้นตอนพิชยาเสพติด การรักษาขั้นตอนพิชยาเสพติด ปัจจุบันทำกันอยู่ 2 แบบ คือ การรักษาผู้ป่วยนอก และการรักษาผู้ป่วยใน การดำเนินงานในขั้นนี้ใช้เวลาไม่เกิน 45 วัน

- การถอนพิษแบบผู้ป่วยนอก ผู้เข้ารับการบำบัดรักษาไม่ต้องค้างคืนในสถานพยาบาลผู้ป่วย มารับประทานยาในสถานพยาบาลตามระยะเวลา และขนาดที่สถานพยาบาลกำหนดการรักษาแบบนี้ อาจจะต้องทำการรักษาโรคแทรกซ้อน และนิยมทำกิจกรรมกลุ่มไปพร้อมๆ กันด้วย

- การถอนพิษแบบผู้ป่วยใน ผู้เข้ารับการรักษา จะต้องค้างคืนในสถานพยาบาลในทางปฏิบัติทั่วไป อาจจำเป็นต้องรักษาอาการโรคแทรกซ้อน ปฐมนิเทศซักจง แนะนำให้ตั้งใจรักษา การปรับสภาพจิต ทั้งการทำจิตบำบัดเป็นกลุ่มและรายบุคคล จัดสวัสดิการ นันทนาการ วิเคราะห์สภาพจิตหลังถอนพิษยา แนะนำให้ญาติให้ความร่วมมือสนับสนุนการรักษา และประเมินผลการรักษาในขั้นตอนพิชยา แนะนำให้ญาติให้ความร่วมมือ สนับสนุนการรักษา และประเมินผลการรักษาในขั้นตอนพิชยา การรักษาในขั้นนี้ประกอบด้วย

2.1) ให้หยุดยาทันที เมื่อผู้ติดเชื้อยาเสพติดพร้อมที่จะรับการักษาพยาบาลแล้ว ต้องให้หยุดยาเสพติดโดยเด็ดขาด ระวังจะเกิดมีอาการอยากยาขึ้น ผู้ป่วยจะมีอาการกระวนกระวาย หงุดหงิด หาวนอน น้ำมูกน้ำตาไหล เหงื่อออกมาก ม่านตาขยายกว่าธรรมดา กล้ามเนื้อกระตุกปวดหลังและขาเมาก ร้อนและหนาวสลับกัน อาจมีอาการอาเจียน ท้องเดิน หายใจถี่ขึ้น หลังจากที่

ได้ยากครั้งสุดท้าย 6 ชั่วโมง ดังนั้น นักสังคมสงเคราะห์จะต้องช่วยเหลือ ให้กำลังใจ และดูแลอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เอาชนะอาการเหล่านี้

2.2) การตรวจร่างกายโดยสมบูรณ์ เมื่อได้งดยาเสพติดแล้ว ก็ต้องตรวจร่างกายทุกระบบ รวมทั้งการตรวจพิสูจน์ต่าง ๆ เช่น เอกซเรย์ ตรวจเลือด น้ำเหลือง อุจจาระ ปัสสาวะ เพื่อหาข้อมูลการเจ็บป่วยซึ่งจะตามมาในผู้ติดยาเสพติดอยู่เสมอ เช่น วัณโรคปอด โรคหัวใจ อันเกิดจากสุขภาพเสื่อมโทรม

2.3) การบำบัดรักษาโรคแทรกซ้อน เมื่อการตรวจระบบต่าง ๆ พบว่ามีโรคแทรกซ้อนก็ต้องให้การบำบัดรักษาอย่างถี่ถ้วนจนหมดอันตราย

2.4) การบำบัดรักษาอาการอยากยา ขณะเมื่อคนไข้หยุดยาโดยทันทีมักจะมีอาการอยากยา ผู้ติดยาเสพติดเรียกอาการนี้ว่า “เสียนยา” เกิดขึ้น ซึ่งระยะนี้ผู้ติดยาเสพติดมักจะเกิดความกลัว และหมดความอดทน อาการถอนยานี้อาจจะมีอาการรุนแรงมากขึ้นตามลำดับจากน้อยไปหามาก อาการจะเริ่มจากมีน้ำมูก น้ำตาไหล จาม เหงื่อออกมาก ขนลุก ต่อไปจะปวดกล้ามเนื้อ ปวดกระดูก สั่นกระตุกหายใจถี่ กระสับกระส่าย ม่านตาขยาย ตัวร้อน เบื่ออาหาร นอนไม่หลับ จนถึงขั้นรุนแรง คลื่นไส้อาเจียน เป็นตะคริว ท้องร่วง ถ่ายออกมาเป็นเลือดที่เรียกว่า “ลงแดง”

ในการรักษาแบบสมบูรณ์ที่ปฏิบัติโดยทั่วไป ทางกรมแพทย์ปัจจุบันมักจะทำให้ความช่วยเหลืออาการของผู้อยากยาคด้วยยาทดแทน เพื่อช่วยระงับอาการต่าง ๆ ในการใช้ยาสังเคราะห์เพื่อเข้าไปประงับอาการถอนยาโดยไม่มีพิษ ไม่ทำให้ติดยาต่อไป และลดจำนวนการใช้ยาทดแทนลงเรื่อย ๆ ยาสังเคราะห์ที่พิสูจน์ฤทธิ์ได้ผลดีของการใช้มามากแล้วก็ได้แก่ ยาสังเคราะห์พวกเมธาโดน และยารวมๆที่เข้าทางเจอร์ซีน ยาระงับประสาท ยานอนหลับชนิดอ่อน ๆ ทางกรมแพทย์จะใช้ยาเหล่านี้ตามความรุนแรงของอาการผู้ติดยาเสพติด การควบคุมอาการจะสังเกตจากม่านตาของผู้ติดยาเสพติด ทำให้ร่างกายของผู้ติดยาเสพติดสงบสบายไม่ทุกข์ทรมาน แล้วจึงค่อย ๆ ลดขนาดของยาตามลำดับ จนไม่มีอาการแล้วหยุดยารักษาได้

2.5) การบำรุงร่างกาย ในทุกขั้นตอนตั้งแต่แรกเริ่มเข้ามารับการบำบัดรักษา จะต้องบำรุงร่างกายของผู้ติดยาเสพติดให้สมบูรณ์ ด้วยวิตามิน เกลือแร่ ธาตุต่าง ๆ บางรายต้องให้น้ำตาล เกลือ เพิ่มเติมหากร่างกายทรุดโทรม

2.6) การให้กำลังใจ เป็นเรื่องสำคัญที่ผู้ให้การบำบัดรักษา ซึ่งได้แก่ แพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยา และเจ้าหน้าที่ซึ่งได้ให้การดูแลรักษา จะต้องให้กำลังใจ ทำให้ผู้ติดยาเสพติดเกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นกันเอง จะได้มีกำลังใจในการรักษาพยาบาลอย่างเต็มที่

3. ขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ การรักษาขั้นนี้เป็นกระบวนการต่อเนื่องหรือคาบเกี่ยวกับ การรักษาขั้นถอนพิษยาเสพติด เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดฟื้นฟูสภาพจากอาการป่วยทั้งทางร่างกายและ

จิตใจ และสามารถเข้าสู่สังคมแบบปกติได้ ในขั้นนี้ใช้ระยะเวลาไม่เกิน 180 วัน ซึ่งวิธีการทำ จะต้อง เริ่มตั้งแต่ปฐมนิเทศ ขึ้นตอนการดำเนินงาน ชักจูงแนะนำให้ตั้งใจรักษาสภาพจิต ทั้งจิต บำบัดเป็นกลุ่มและรายบุคคล ฝึกอาชีพ อาชีวะบำบัด ฝึกอบรมจิตใจ ศีลธรรม วิปัสสนา โยคะ นันทนาการ สวัสดิการกายภาพบำบัด แนะนำให้ญาติให้ความร่วมมือ สนับสนุนการศึกษา และ ประเมินผลการรักษาในขั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ

4. การฟื้นฟูสภาพจิตใจและร่างกายของผู้ติดยาเสพติดนี้ เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด ของการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด เพราะผู้ติดยาเสพติดมักมีลักษณะนิสัย ความประพฤติเบี่ยงเบน จากปกติเนื่องจากฤทธิ์ของยาเสพติด ดังนั้น จะต้องอาศัยบุคลากร ซึ่งได้แก่ แพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยาสังคมสงเคราะห์ ครู นักอาชีวะบำบัด พระภิกษุสงฆ์ เพื่อทำหน้าที่ในการฟื้นฟู สมรรถภาพ ในการฟื้นฟูนี้ นักสังคมสงเคราะห์ จะต้องทำการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเบื้องต้น เกี่ยวกับผู้ติดยาเสพติดโดยละเอียดแล้วนำมาวางแผนในการบำบัดรักษา โดยคำนึงถึง แต่ละรายที่มี ระยะเวลาการติดยาเสพติดมาเป็นเวลานานเท่าใด เมื่อวางหลักเกณฑ์การบำบัดรักษาแล้ว ต้องให้ การบำบัดทางจิตด้วย (Psychotherapy) ซึ่งเป็นหลักสำคัญที่จะทำให้ผู้ติดยาเสพติดมีกำลังใจที่จะรับ การบำบัดรักษา อาจรักษาเป็นรายบุคคล (individual psychotherapy) หรืออาจรักษาเป็นกลุ่มก็ได้ (grouptherapy) โดยให้ผู้ติดยาเสพติดได้อภิปราย เพื่อให้สามารถโต้เถียงหาข้อบกพร่อง แต่ละคน ทำให้เกิดการยอมรับและพยายามแก้ไขตัวเอง

นอกจากนั้นแล้วการฝึกอบรมศีลธรรมความประพฤติ เช่น การฟังเทศน์จากพระภิกษุเป็น ประจำก็จะเป็นการโน้มน้าวจิตใจได้เป็นอย่างดี และขณะเดียวกันก็ให้มีการปฏิบัติในภารกิจ ประจำวัน ก็จะเป็นการโน้มน้าวจิตใจให้สมบูรณ์ขึ้น เพื่อปรับปรุงให้ผู้ติดยาเสพติด ได้เกิด ความรู้สึกรับผิดชอบในสุขภาพทั้งทางกายและใจของตน การหลับนอนให้เพียงพอเป็นเวลากการ ชำระร่างกายให้ถูกต้อง จัดทำความสะดวกที่อยู่อาศัย ที่หลับที่นอนให้มีระเบียบ มีการออกกำลังกาย ในบริเวณที่จะควบคุมได้ รวมทั้งให้ผู้ติดยาที่รักษาหายเรียบร้อยแล้วออกไปทำงานภายนอกได้ ในเวลากลางวัน แต่ต้องไปกลับ อยู่พักแรมในบ้านถึงวัดตลอดเวลา และอยู่ในระเบียบแบบแผนที่ วางไว้ เพื่อเป็นการฝึกหัดดูแลแนวการปฏิบัติตนต่อสังคมภายนอก อาจให้มีการพบปะครอบครัวเป็น กิจวัตร จะได้เป็นการเตรียมตัวให้ผู้เสพติดค่อย ๆ ปรับสภาพเผชิญชีวิตภายนอก ซึ่งจะทำอยู่ช่วง ระยะเวลาหนึ่ง ในรายที่กลับไปบ้านเข้าสู่สังคมตามปกติ ก็อาจจะช่วยเหลือจัดหางานให้ทำ โดยมี นักสังคมสงเคราะห์ และนักจิตวิทยาดูแลต่อให้เป็นการจัดหางานอาชีพ หรือให้กลับไปศึกษาเล่า เรียนในสายอาชีพต่าง ๆ ในบางกรณีอาจจัดเป็นกลุ่มเพื่อช่วยเหลือกันเองทั้งในการทำงาน และการ ดำรงชีวิต

5. ขึ้นติดตามดูแลหลังการรักษา เป็นการติดตาม และช่วยเหลือผู้ป่วยหลังจากผ่านการรักษา 3 ขั้นตอนดังกล่าวแล้ว เพื่อมิให้ผู้เสพยาเสพติดกลับไปเสพใหม่อีก การดำเนินงานขั้นนี้ใช้เวลา 1 ปี สำหรับวิธีการนั้น จะต้องแนะนำญาติให้เตรียมตัวพร้อมที่จะต้อนรับผู้ป่วยกลับ กำหนดระยะเวลาที่จะพบกันระหว่างผู้ที่เลิกยาเสพติดกับเจ้าหน้าที่ติดตามอย่างสม่ำเสมอ หากพบปัญหา ก็จะแนะนำ และช่วยแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในแต่ละราย รวมทั้งสร้างเสริมกำลังใจ และสุขภาพจิตให้เข้มแข็ง ตลอดจนทำการตรวจปัสสาวะ เพื่อประกอบการประเมินผลการบำบัดรักษาขึ้นติดตามผล ครั้งคราวเพื่อสอบถามความเป็นอยู่ และปัญหาต่าง ๆ ที่อาจจะช่วยแก้ไขได้ ในรายที่ไม่สามารถพบปะกันได้ ก็อาจจะมีการติดต่อโดยวิธีสื่อสาร หรือจดหมายติดต่อข่าวคราวเป็นระยะไป เพื่อให้คำแนะนำช่วยเหลือแก่ครอบครัวของผู้ติดยา เพื่อให้หลีกเลี่ยงปัญหาทางจิตใจและทางกายต่าง ๆ ที่จะก่อให้เกิดเป็นสาเหตุของการติดยาเสพติดอีก และได้อยู่ไกลจากสิ่งแวดล้อมที่จะชักนำไปสู่ติดยาเสพติดอีกครั้ง

สรุปการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในสถานการณ์ปัจจุบัน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระบบ คือ ระบบสมัครใจ ระบบต้องโทษ และระบบบังคับ ซึ่งในการบำบัดรักษามีทั้งการให้ยา การใช้ชุมชนบำบัด การใช้ความศรัทธาในทางศาสนาและสมุนไพร สำหรับประเทศไทยนั้น มีการรักษาที่สมบูรณ์แบบที่ใช้บำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด ซึ่งแบ่งเป็น 4 ขั้นตอนด้วยกันคือ ขึ้นเตรียมการรักษา ขึ้นถอนพิษยาเสพติด ขึ้นฟื้นฟูสมรรถภาพ และขึ้นติดตามดูแลหลังการรักษา

ตอนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

6.1 งานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติดในไทย

ประจัน มณีนิล (2539) ได้ทำการศึกษา “ปัจจัยที่มีต่อการกระทำความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษของผู้กระทำความผิดที่เป็นชาวไทยมุสลิมในสี่จังหวัดชายแดนภาคใต้” จากกลุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดปัตตานี ยะลา นราธิวาส และสตูล จำนวน 257 ราย พบว่า ผู้เสพยาเสพติดมีความเชื่อหรือมีความรู้สึกเกรงกลัวต่อบาป และไม่เกรงกลัวต่อบาป สำหรับกลุ่มที่ไม่เกรงกลัวต่อบาป และเชื่อว่าไม่ผิดศีล ให้เหตุผลว่า การเสพยาเสพติดที่ใช้เสพเป็นประจำนั้น คือ เฮโรอีน ไม่ผิดศีลไม่เป็นบาปตามหลักศาสนา เพราะเฮโรอีน ไม่มีบัญญัติไว้ในคัมภีร์ อัล-กุรอาน มีห้ามไว้แต่เฉพาะเรื่องการดื่มสุรานั้น และอีกกลุ่มหนึ่งที่เชื่อว่าการเสพเป็นบาป ผิดศีล เพราะการเสพยาเสพติดถือว่าเป็นบาปทั้งสิ้น แต่ก็ไม่สามารถหักห้ามหรือยับยั้งใจไว้ได้ จึงต้องเสพยาทั้งๆ ที่กลัวบาป และพบว่าผู้เสพยาเสพติดดังกล่าวนี้ไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาหรือปฏิบัติศาสนกิจ เช่น การทำละหมาด การถือศีลอด และการจ่ายซะกาตเลย

สำนักวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ (2530) ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมและทัศนคติเกี่ยวกับยาเสพติดของคนหนุ่มสาวไทย ในทัศนสถานบำบัดพิเศษและสถานบำบัดรักษา จำนวน 1,033 ราย พบว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวไม่ดี มูลเหตุจูงใจ คือ อยากลอง เพื่อนชวน บุคลิกภาพอ่อนแอ อ่อนไหวทั้งทางจิตและอารมณ์

โตภา ชปิลมันน์ และคณะ (2533) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การแพร่ระบาดของสารเสพติดในเด็กและเยาวชนย่านชุมชนแออัด : ศึกษาเฉพาะกรณีในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กและเยาวชนที่ติดสารเสพติดส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีการศึกษาค่ำ อายุเฉลี่ย 16 ปี อาศัยอยู่กับบิดามารดา บิดามารดาส่วนใหญ่สมรสและอยู่ด้วยกัน เด็กและเยาวชนจะไว้ใจใจมารดามากที่สุด เมื่อมีปัญหาจะนึกถึงมารดาและอยากระบายปัญหาด้วย ปัญหาส่วนใหญ่ที่เผชิญจะเป็นปัญหาส่วนตัว ส่วนใหญ่จะใช้บุหรี่ สารเสพติดหลายชนิดรวมกัน และสารระเหยเป็นเครื่องผ่อนคลายความเครียด เด็กและเยาวชนจะเริ่มใช้สารเสพติดเมื่ออายุระหว่าง 11- 14 ปี การใช้สารเสพติดในครั้งแรกมาจากถูกเพื่อนชักชวนจึงเป็นเหตุให้อยากลอง แหล่งแพร่ระบาดของสารเสพติดที่สำคัญคือ ย่านชุมชนแออัด การถูกชักชวนจากเพื่อนหรือผู้ใกล้ชิดเป็นวิธีการแพร่ระบาดที่สูงที่สุด ความอยากรู้ อยากเห็น การถูกหลอกให้หลงเชื่อว่าเป็นสิ่งที่ดี เป็นลำดับที่สอง และที่สาม ส่วนแรงจูงใจที่มีผลต่อการใช้สารเสพติดของเด็กและเยาวชน คือ ทำตามเพื่อนหรือผู้ใกล้ชิด ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่สำคัญซึ่งมีผลต่อการแพร่ระบาดของสารเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชน คือ ความประทับใจจากภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับยาเสพติด รองลงมา คือ การเป็นผู้ขายยาเสพติดรายย่อย จึงทำให้มีโอกาสใช้ไปด้วย

อรอนงค์ หงษ์ขุมแพ (2538) ศึกษาความรู้เกี่ยวกับยาบ้าและการป้องกันตนเองจากการเสพยาบ้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า ส่วนใหญ่นักเรียนมีความรู้เรื่องยาบ้าในระดับดีมาก โดยมีความต้องการผ่านสื่อทางโทรทัศน์มากที่สุด ส่วนความต้องการผ่านบุคคลต่าง ๆ นั้น ต้องการจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมากที่สุด การป้องกันตนเองจากการเสพยาบ้า กลุ่มเยาวชนใช้การตัดสินใจที่จะมีพฤติกรรมใด ๆ บนพื้นฐานของความรู้เกี่ยวกับยาบ้า การคบเพื่อนที่ดี สัมพันธภาพในครอบครัว และความมุ่งมั่นในชีวิตที่ดี

สารทิ ศิลา (2534) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การแพร่ระบาดของสารเสพติดที่ไม่ใช้ฝิ่นในชุมชนชาวเขา กรณีศึกษา: การใช้สารเสพติดประเภทยาบ้าในชุมชนกะเหรี่ยงเขตพื้นที่สวรรค์น้อย ต.แม่เหาะ อ.แม่สะเรียง จ.แม่ฮ่องสอน” ผลการศึกษา พบว่า โดยเริ่มแรกเป็นการแนะนำให้ใช้เพื่อกระตุ้นการทำงานให้ได้มาก จนกระทั่งชาวเขาที่เป็นลูกจ้างรู้จักคุ้นเคยในเวลาต่อมา จากที่เคยได้รับฟรีก็เป็นการใช้เงินซื้อกินเอง ซึ่งพอมีแบ่งขายจากคนขับรถบรรทุกที่มักจะซื้อยาบ้าจากแหล่งขายทางภาคกลาง (บริเวณป้ามน้ำตามรายทางหรือแถบร้านขายยา) มาขายต่อให้ชาวเขา

ที่ขายแรงงานหรือไม่ก็สามารถหาซื้อยาบ้าได้จากร้านค้าภายในหมู่บ้าน (แม่โถ) นอกจากจะได้รับการแนะนำจากนายจ้างและจากคนภายนอกแล้ว ชาวเขาถูกจ้างยังได้รับการยัดเยียดยาบ้าให้เสพแบบมั่วๆ จากกลุ่มนายจ้างด้วย ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ชาวเขาติดยาบ้าโดยทางอ้อม โดยนายจ้างจะแอบเอายาบ้าผสมละลายกับน้ำให้ลูกจ้างดื่มในระหว่างทำงาน ปัจจัยต่างๆ ที่เป็นสาเหตุอันเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกาเสพติดของชาวเขา คือ ปัจจัยทางด้านความสมัครใจของผู้เสพยาบ้าที่บ่งชี้ถึงความสมัครใจที่จะเสพยาบ้าของชาวเขาโดยเป็นผลมาจากความรู้ที่ยังไม่ถูกต้องเกี่ยวกับผลหรืออันตรายของยาบ้าในหมู่บ้านชาวเขาเหล่านั้น ดังนั้นเมื่อชาวเขามีความรู้ไม่พองถึงผลร้ายที่ตามมา จึงทำให้ชาวเขาในกลุ่มทั้งหมดที่เสพ กับคนที่ไม่ได้เสพ (เช่น ลูกเมีย เพื่อน ญาติ ที่อยู่ในกลุ่มเดียวกัน) ต่างมีทัศนคติที่ดีต่อยาบ้า ไม่มีปฏิกิริยาต่อต้านแต่อย่างใด จากการสัมภาษณ์เชิงลึกชาวบ้านบอกว่า “ใช้ยาบ้าแล้วดี ทำงานได้มาก ได้เงินมาก และการขับรถถ้าไม่ใช้ยาบ้าจะทำให้เกิดอันตรายขึ้นได้” นอกจากนี้แล้วยังพบว่า ปัจจัยทางด้านความสามารถในการหาได้ง่ายของยาบ้าและการเข้าถึงชาวเขาชาวเขาของยาบ้าด้วยว่า ในหมู่บ้านแม่โถมีแหล่งยาบ้าอยู่หลายแห่ง จากการทำงานภาคสนามในช่วงฤดูเก็บกะหล่ำปลีที่ต้องอาศัยแรงงานมากขึ้น ร้านขายยาสามารถขายยาบ้าได้เป็นร้อยๆ เม็ด ใหม่ๆ ที่ราคาขาดเม็ดละ 20 บาทกว่าขึ้นไป และบางครั้งสูงถึง 30 บาท นอกจากนั้นยังสามารถขอแบ่งซื้อจากคนขับรถบรรทุกกะหล่ำปลีหรือขอจากนายจ้างของตนก็ได้เช่นกัน

กองป้องกันยาเสพติด สำนักงาน ป.ป.ส. (2544) ได้ทำการศึกษาวิจัย เรื่อง “การศึกษาสภาพปัญหาเสพติดในกลุ่มผู้ใช้แรงงานในสถานประกอบการอุตสาหกรรม” โดยศึกษาจากผู้ใช้แรงงาน จำนวน 300 คน จากสถานประกอบการขนาดกลางและขนาดเล็ก ในเขตพื้นที่บางขุนเทียน กรุงเทพฯ และอำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างผู้ใช้แรงงานที่ใช้ยาเสพติด จำนวนร้อยละ 12 ของยาเสพติดที่ใช้ได้แก่ยาบ้าและกัญชา โดยมีจำนวนผู้ใช้ในแต่ละชนิดใกล้เคียงกัน สถานประกอบการประเภทผลิตไม้ประเภทผลิตโลหะ และประเภทอโลหะ มีผู้ใช้ยาเสพติดมากกว่าสถานประกอบการประเภทอื่นๆ สำหรับสาเหตุการใ้ยาบ้า คือ เพื่อให้มีแรงงานทำ และกัญชา คือ ความอยากลอง เพื่อนชวน
2. ผู้ใช้แรงงานส่วนใหญ่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติด อยู่ในระดับปานกลาง และได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับยาเสพติดจากทางโทรทัศน์มากที่สุด รองลงมา คือ วิทยุ และหนังสือพิมพ์นิตยสารบันเทิง
3. ผู้ใช้แรงงานที่ใช้ยาเสพติดส่วนใหญ่มีทัศนคติในทางที่ผิด เกี่ยวกับโทษภัยของการใช้ยาเสพติด โดยกลุ่มผู้ใช้กัญชา มีทัศนคติว่ากัญชาช่วยลดความทุกข์ได้ ใช้แล้วไม่ทำให้เกิด

อุบัติเหตุในการทำงาน การทดลองใช้ก็ไม่ทำให้เกิดยา ส่วนกลุ่มผู้ขายยาบ้ำมีทัศนคติว่า ยาบ้ำมีความจำเป็นต่อการประกอบอาชีพมีประโยชน์มากกว่าโทษ ใช้แล้วไม่ทำให้เกิดอุบัติเหตุในการทำงาน

4. ผู้ใช้แรงงานส่วนใหญ่ มีความพึงพอใจต่อสภาพการทำงานอยู่ในระดับมาก
5. มีสถานประกอบการที่มีการกำหนดกฎ/ระเบียบ ห้ามใช้ยาเสพติด จะมีผู้ใช้งานที่ใช้ยาเสพติดที่น้อยกว่าสถานประกอบการที่ไม่มีการกำหนดกฎ/ระเบียบดังกล่าว
6. เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร โดยการทดสอบไคสแควร์ พบว่า เพศ อายุ สถานภาพการสมรส รายได้ ที่อยู่อาศัย ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติด และการกำหนดกฎ/ระเบียบห้ามใช้ยาเสพติด ระดับความมีนัยสำคัญที่ 0.5

ประทีป กิจจะวัฒนะ (2538) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการกระทำ ความผิดของเด็กและเยาวชนด้านยาเสพติดให้โทษในเขตอำเภอเมืองศรีสะเกษ ผลการศึกษา พบว่า เด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดฐานเสพยาเสพติด พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา บิดามารดายังมีชีวิตอยู่และอยู่ร่วมกัน ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาส่วนมากดี ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็ก แบบปล่อยปละละเลย และได้รับความสุขจากครอบครัวน้อย บิดามารดาหรือผู้ปกครองมีฐานะปานกลาง ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำความผิด คือ การอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็ก สถานภาพความเป็นอยู่ในบ้าน และสภาพแวดล้อมภายในชุมชน

มนตรี บุญนาค (2542) ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์สาเหตุการกระทำผิดซ้ำ ในคดีเสพยาบ้ำ : ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังในทัณฑสถานบำบัดพิเศษกลาง พบว่า ผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำในคดีเสพยาบ้ำส่วนใหญ่เป็นโสด อายุไม่เกิน 30 ปี มีการศึกษาต่ำไม่เกินชั้น ป.6 ประกอบอาชีพรับจ้าง มีรายได้ต่ำกว่า 4,500 บาท/เดือน มีลักษณะสภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัยที่มีแนวโน้มจะทำให้มีพฤติกรรมเสพยาบ้ำ ผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำมากมีความสัมพันธ์ภายในครอบครัวของบิดามารดาไม่ดี มีการคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเกี่ยวข้องกับยาบ้ำ มีความรู้เรื่องพิษภัยของยาบ้ำต่อร่างกายน้อย มีความรู้เรื่องการรับโทษตามกฎหมายน้อย

นัทธี จิตสว่าง และสุมน ใจเหล็ก (2543) ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง เส้นทางชีวิตของผู้ต้องขัง ในคดียาเสพติด พบว่า มูลเหตุจูงใจในการเข้าสู่ขบวนการเป็นผู้เสพและความหวังจากการใช้ยาเสพติด คือ ความอยากรู้อยากลอง เพื่อนชักชวน การเสพยาเสพติดเพื่อช่วยในการทำงาน การประสบปัญหาด้านสุขภาพและความเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติดที่ไม่ถูกต้อง คิดว่ายาเสพติดสามารถรักษาโรคและช่วยในการทำงานได้ รวมทั้งสภาพแวดล้อม อาทิ ชุมชนที่อยู่อาศัย หรือเพื่อนบ้าน และสภาพครอบครัวเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการเสพยาเสพติด ผู้เสพกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะเสพยา

เสพติดประเภท ยาบ้า รongลงมา คือ เฮโรอีน นอกจากนี้มีผู้เสพยาเสพติดอย่างส่วนหนึ่งที่เสพยาเสพติดมากกว่า 1 ชนิด โดยเฉพาะยาบ้าร่วมกับเฮโรอีน หรือ ผีน กัญชา

กัญญา ภูระหงษ์ (2545) ศึกษาการใช้วิธีเจริญสติตามหลักพระพุทธศาสนาในผู้ป่วยหญิงติดสารแอมเฟตามีน โรงพยาบาลธัญญารักษ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเปลี่ยนแปลงความฉลาดทางอารมณ์หลังจากเข้ารับการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพในโรงพยาบาลธัญญารักษ์ด้วยวิธีเจริญสติตามหลักพระพุทธศาสนา ซึ่งดำเนินการทดลอง 12 ครั้ง โดยมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เป็นกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิตและสร้างขึ้นเอง เก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์ดีขึ้น และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การปฏิบัติตนขณะอยู่รับการบำบัดรักษาดีขึ้น

สุจิตรา นิมสุวรรณ (2547) นำเสนอรูปแบบการฟื้นฟูสภาพจิตใจของมารดาต่อการยอมรับบุตรที่ติดยาเสพติด ผู้วิจัยได้ประยุกต์ทฤษฎีว่าด้วยการพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ การเจริญสติ และทักษะการจัดการกับความเครียดในการพัฒนารูปแบบดังกล่าว ซึ่งมีกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการฟื้นฟูสภาพจิตใจเป็นมารดาของผู้ป่วยยาเสพติดที่เข้ารับการฟื้นฟูสภาพจิตใจ มีการยอมรับต่อภาวะบุตรติดยาเสพติดได้ดีขึ้นกว่าก่อนที่ไม่ได้รับการฟื้นฟูสภาพจิตใจตามรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

จากรายงานการวิจัยที่กล่าวมา สรุปได้ว่างานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติดในประเทศไทย พบว่า ได้มีการทำวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติดในไทยหลายมิติด้วยกันเพื่อหาแนวทาง และมาตรการในการแก้ไขเยียวยา และการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด งานวิจัยบางชิ้นศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่เป็นสาเหตุแห่งการเสพยาเสพติด การแพร่ระบาดของยาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชน การศึกษาสภาพปัญหา ยาเสพติดในกลุ่มผู้ใช้แรงงาน รวมถึงพฤติกรรม การใช้ยาเสพติด ในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งมีสาเหตุมาจากปัจจัยทางด้านสังคม ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่เข้ามาเกี่ยวข้อง เป็นต้น

6.2 งานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติดต่างประเทศ

โบทวิน และคณะ (Botvin, et al 1984) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาบุคลิกภาพและความสามารถทางสังคม เพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์” (Prevention of alcohol misuse through the development of personal and social competence : A pilot study) กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาระดับเกรด 7 จำนวน 239 คน กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการพัฒนาบุคลิกภาพและความสามารถทางสังคม มีจำนวน 20 บทเรียน ๆ ละ 45 นาที นอกจากนั้น ได้เข้าร่วม

กิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจเผชิญกับความเครียดทักษะทางสังคมรวมถึงการฝึกเทคนิคการปฏิเสธต่อการดื่ม เป็นการฝึกฝนจนเกิดความชำนาญเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ดีขึ้น พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ น้อยกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value}<0.01$)

วอลเลซ (Wallace, 1989) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การป้องกันการติดยาในกลุ่มให้ความรู้เกี่ยวกับจิตวิทยาสำหรับผู้ติดโคเคน มีจุดหมายเพื่อนำเสนอรูปแบบของการป้องกันการติดยา โดยมีวิธีการศึกษาในเรื่องพลวัตของจิต (Psychodynamic) และหลักการของพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive-behavioral principles) ให้ความรู้เกี่ยวกับจิตวิทยาให้สำหรับกลุ่มผู้ติดโคเคนที่มารับการรักษาอาการถอนพิษยาแบบผู้ป่วยใน ซึ่งการป้องกันการติดยานี้ จะสอนในเรื่องการทำสัญญาพฤติกรรมของตนที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากเข้ารับการรักษา มีการช่วยเหลือในเรื่องของบาดแผลทางจิตใจ และมีการติดตามดูแลหลังการรักษาด้วยการช่วยเหลือให้มีการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติด ผลของการวิจัย พบว่า รูปแบบนี้มีข้อดีคือ การอธิบายถึงอารมณ์ พฤติกรรม การคิด และการป้องกันตนเองของผู้เข้ารับบริการในระดับที่ผู้ป่วยสามารถเข้าใจได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้การศึกษาที่คำนึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้ความรู้แตกต่างตามระดับความเข้าใจของผู้เข้ารับบริการ แต่มีข้อจำกัดในประการหนึ่ง คือ การวิจัยครั้งนี้ขาดการประเมินผลที่เกิดขึ้นจากการวิจัย

มาทีส (Matest, 1994) ได้ศึกษาเรื่อง การฝึกทักษะเพื่อลดความสูญเสียจากการให้การรักษาหลังการรักษาแก้วัยรุ่นที่ติดยาเสพติด จุดมุ่งหมายของการวิจัยครั้งนี้ก็เพื่อลดความสูญเสียจากการให้บริการหลังการรักษาของผู้ป่วยนอกกับวัยรุ่นที่ติดยาเสพติด โดยใช้วิธีการฝึกทักษะต่าง ๆ ประกอบด้วย การให้ความรู้ การใช้ตัวแบบ การฝึกบทบาทสมมติ และการฝึกทำพฤติกรรมซ้ำ ๆ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ วัยรุ่นติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาที่ The Residential Chemically Dependency Treatment Program (RCDTP) แบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง (กลุ่มฝึกทักษะ) และกลุ่มควบคุม (กลุ่มอภิปราย) ผลศึกษาสรุปได้ว่า วัยรุ่นติดยาเสพติดที่ได้รับการฝึกทักษะป้องกันการติดยามีการเตรียมความพร้อมที่จะมีพฤติกรรมบางอย่างที่แสดงถึงความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมบริการหลังการรักษาดีกว่า และทั้งสองกลุ่มมีการปรับปรุงความสามารถในการต้านทานต่อสิ่งยั่วยุทั้งหลาย และเลือกที่จะมีพฤติกรรมที่เหมาะสมไม่เป็นปัญหาต่อการติดยาดีขึ้นสำหรับด้านความคิด พบว่า มีเพียงกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงเท่านั้นที่มีการปรับเปลี่ยนแนวคิดไปในทิศทางที่ต้องการเป็นตัวของตัวเอง ส่วนการติดตามผลพบว่า การฝึกทักษะป้องกันการติดยาครั้งนี้ยังไม่มีประสิทธิผลมากพอที่จะปรับปรุงกลุ่มตัวอย่างในการติดตามผลเรื่องต่าง ๆ ได้

มอตเลย์ แอบบอต (Motley-Abbott, 2007) ทำการศึกษาเรื่องความแตกต่างของการเข้าถึงความรู้ของสตรีที่เข้าร่วม โปรแกรมสนับสนุนการเลิกติดยาเสพติด โดยผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมการศึกษาสำหรับสตรีผู้ติดยาเสพติดตามแนวคิดของการเข้าถึงความรู้ขึ้น ที่เรียกว่าโปรแกรม SHAPE พบว่า การจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นการเรียนรู้ที่ส่งเสริมความเข้าใจและการเปลี่ยนแปลงส่งผลให้สตรีมีความก้าวหน้าในโปรแกรมเลิกยาเสพติดมากกว่าการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการให้ข้อมูลหรือเน้นความจำเท่านั้น ซึ่งโปรแกรมการศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีลักษณะพิเศษที่สนับสนุนให้โปรแกรมประสบความสำเร็จ นั่นคือ การลดกฎเกณฑ์ การระมัดระวังต่อการใช้ภาษา ตลอดจนใส่ใจกับอารมณ์และสุขภาพจิต นอกจากนี้ผู้ทำหน้าที่จัดการศึกษาก็ควรทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกด้วย

จากการวิจัยที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ผู้ติดยาเสพติดส่วนใหญ่ ได้รับโปรแกรมการพัฒนาบุคลิกภาพและความสามารถทางสังคม ได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะการตัดสินใจเผชิญกับความเครียดทักษะทางสังคมรวมถึงการฝึกเทคนิคการปฏิเสธ นอกจากนี้มีการช่วยเหลือในเรื่องของจิตใจ ติดตามดูแลหลังการรักษาด้วยการช่วยเหลือให้มีการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการติดยาเสพติด และการป้องกันตนเองของผู้เข้ารับบริการในระดับที่ผู้ป่วยสามารถเข้าใจได้ คำนี้ ความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้ความรู้ตามระดับความเข้าใจของกลุ่มผู้รับบริการ ฝึกทักษะต่างๆ การให้ความรู้ การใช้ตัวแบบ การฝึกบทบาทสมมติ และการฝึกทำพฤติกรรมซ้ำๆ กับกลุ่มตัวอย่าง นอกจากนี้การจัดกิจกรรมจะส่งเสริมความเข้าใจและการเปลี่ยนแปลงให้เลิกยาเสพติด โปรแกรมการศึกษาที่พัฒนาขึ้นสนับสนุนลดกฎเกณฑ์ การระมัดระวังต่อการใช้ภาษา ตลอดจนใส่ใจกับอารมณ์และสุขภาพจิต และทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวก

6.3 งานวิจัยเกี่ยวกับจิตวิทยานีโอฮิวแมนนิส

ศตพร วิไลรัตน์ (2532) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเด็กก่อนวัยเรียนโดยวิธีการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองเด็กก่อนวัยเรียนโดยวิธีสอนตามแนวคิดแบบนีโอฮิวแมนนิส มีพัฒนาการทางด้านความคิดสร้างสรรค์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และสูงขึ้นกว่ากลุ่มที่เรียนโดยกิจกรรมการสอนตามปกติของทางศูนย์เด็กก่อนเกณฑ์ในวัด

ชาญวุฒิ วงศ์เพ็ง (2536) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กบ้านเบธานีโดยการฝึกจิตใต้สำนึกตามทฤษฎีนีโอฮิวแมนนิส โดยการทดสอบคะแนนเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กก่อนและหลังการฝึกกิจกรรมโดยการทดสอบ t-test ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่ผ่านการฝึกจิตใต้สำนึกตามทฤษฎีนีโอฮิวแมนนิส มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้นทั้ง

4 ด้าน คือ ด้านทั่วไป ด้านสังคม ด้านโรงเรียน ด้านตนเองและครูผู้ปกครอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อุไรวรรณ ชมวัฒนา (2539) ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ที่มีต่อการพัฒนาทักษะยิมนาสติกลีลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า หลังฝึกเป็นเวลา 10 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่มที่ถูกสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีคะแนนเฉลี่ยของทักษะยิมนาสติกสูงขึ้นกว่าก่อนการฝึก และสูงขึ้นกว่ากลุ่มที่ถูกสอนโดยวิธีปกติ

เยาวลักษณ์ โปธิสุทธิ (2540) ได้ทำการวิจัยเรื่อง เจตคติต่อกิจกรรมการพัฒนาร่างกายของผู้ผ่านการอบรมหลักสูตรเสริมสร้างพลังและความสำเร็จของชีวิตด้วยจิตวิทยา นีโอฮิวแมนนิส ของสำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ประชากรที่ทำการศึกษา คือ ผู้ที่ผ่านการอบรมฯ รุ่นที่ 33-42 ผลการวิจัยพบว่า ผู้ผ่านการอบรมมีเจตคติที่ดีต่อกิจกรรมการพัฒนาร่างกาย และผู้ที่ผ่านการอบรมส่วนใหญ่มีการปฏิบัติตามกิจกรรมการพัฒนาร่างกายบ้างในเวลาที่มีโอกาส โดยเฉพาะการฝึกโยคะอาสนะ การจงใจได้สำนึก การออกกำลังกาย โดยการเดินแกว่ง และการรับประทานอาหารเช้าที่มีคุณค่า สำหรับการฝึกสมาธิส่วนใหญ่ไม่เคยปฏิบัติเลย ส่วนการสร้างความรู้สึกที่ดีให้กับตนเองและผู้อื่น พบว่า ผู้ผ่านการอบรมส่วนใหญ่ปฏิบัติสม่ำเสมอทุกเวลาที่มีโอกาส

วัชรยุทธ บุญมา (2542) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การจัดการศึกษาแนวปรัชญามนุษยนิยมแนวใหม่ ผลการวิจัย พบว่า จุดมุ่งหมายทางการศึกษาตามแนวปรัชญามนุษยนิยมแนวใหม่มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความสมบูรณ์ในทุกๆ ด้าน อย่างพร้อมเพรียงกันคือ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แล้วสามารถมุ่งกระจายความรักความเมตตาออกสู่สรรพสิ่งทั้งมวล โดยด้านกิจกรรมการเรียนการสอน ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เน้นการมีปฏิริยาโต้ตอบซึ่งกันและกัน ฝึกกระบวนการคิดวิเคราะห์ แสดงความเห็น บรรยายการเรียนเน้นความสนุกสนาน กิจกรรมหลักได้แก่ การฝึกสมาธิ การฝึกโยคะอาสนะ การรับประทานอาหารเช้าที่มีคุณค่า และการสร้างความรู้สึกที่ดีให้กับตนเอง และสังคม

สมศักดิ์ เจริญศรี.2543. การการวิจัยเรื่อง ผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนนอกโรงเรียนแบบทางไกล ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาที่ผ่านการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่มีการเรียนการสอนตามแบบปกติ

วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา (2545) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสติเฟ้น อาร์ โควี สำหรับเยาวชนตอนปลาย โดยใช้หลักการของนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยทดลองกับกลุ่มเยาวชน จำนวน 36 คน โดยแบ่งเป็นสองกลุ่มผลการวิจัย พบว่า

(1) รูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสติเฟ้น อาร์ โควี มีกระบวนการได้แก่ (1) การกำหนดวัตถุประสงค์ทางการศึกษา (2) การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ (3) การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ได้แก่ การสร้างบรรยากาศ การเรียนรู้ที่ผ่อนคลาย การเสริมสร้างภาพพจน์ที่ดีต่อตนเอง การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจริง และการฝึกฝนทั้งรายบุคคลและเป็นกลุ่ม การจูงใจเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ (4) การประเมินผลการเรียนรู้ พบว่า ความคิดเห็นต่อรูปแบบอยู่ในระดับมากที่สุด

(2) ผลการทดลองใช้รูปแบบ พบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองมีอุปนิสัย 7 ประการหลังการทดลองสูงกว่าเยาวชนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงอุปนิสัย 7 ประการ หลังการทดลองมากกว่าร้อยละ 80

วรัรัตน์ อภินันท์กุล (2548) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน ฮิลล์ โดยทดลองกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สองกลุ่ม จำนวน 40 คน ผลการวิจัยพบว่า (1) กระบวนการของรูปแบบได้แก่ – การกำหนดวัตถุประสงค์การศึกษา -การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ -การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ -การประเมินผลการเรียนรู้ (2) ผลการทดลองใช้รูปแบบพบว่า กลุ่มทดลองมีการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปงานวิจัยเกี่ยวกับนีโอฮิวแมนนิสพบว่า ได้มีการนำแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสไปเป็นกระบวนการพัฒนากลุ่มเป้าหมายทั้งที่เป็นเยาวชน ตั้งแต่ระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และระดับอุดมศึกษาที่เป็นผู้ใหญ่ เพื่อศึกษาดูผลการวิจัยตามลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย และตัวแปรที่ศึกษาที่แตกต่างกัน นอกจากนี้ในสาขาการศึกษานอกระบบโรงเรียน พบว่า ได้มีการนำแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสไปเสริมสร้างลักษณะนิสัยหรือพฤติกรรมของบุคคล และทัศนคติ โดยการนำกระบวนการของนีโอฮิวแมนนิสที่มีเนื้อหาสาระด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง การเสริมสร้างภาพพจน์ด้านบวก การสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย เป็นต้น มาปรับประยุกต์ใช้กับการวิจัยทางการศึกษา

6.4 งานวิจัย และเนื้อหาเกี่ยวกับทักษะชีวิต

(1) งานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิต

สมศักดิ์ นุกุลอุดมพานิชย์ และคณะ (2540) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุโขทัย เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 84 คน เป็นนักเรียนกลุ่มทดลอง 45 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 39 คน ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าสามารถทำให้นักเรียนมัธยมศึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลง การเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการจัดการกับความเครียด ทักษะการปฏิเสธและพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้าถูกต้องมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการจัดการกับความเครียด ทักษะการปฏิเสธ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ชลชัย ทศกุลณี (2542) ได้ทำวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคเชิงรายเขตการศึกษา 6 ทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้ปกครองเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคชาย เขตการศึกษา 6 เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ ของการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความตระหนักในตนเอง ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้า และไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะปฏิเสธ กับพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้า

จรรยา ลากศิริอนันต์กุล (2542) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมชนนักเรียน อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี” เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 46 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาทักษะชีวิต โดยผู้นำชุมชนนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับยาบ้า การรู้จักตนเอง การเข้าใจตนเองและเห็นคุณค่าของตนเอง การแก้ปัญหาเมื่อเผชิญความกดดัน การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับความเครียดดีขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมควร สีทาพา (2543) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลการอบรมครูสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันเอดส์และสารเสพติดในนักเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดขอนแก่น เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ผลการวิจัยพบว่า มีครูที่ผ่านการอบรมนำทักษะชีวิตไปใช้สอนในนักเรียนอย่างต่อเนื่อง 7 คน การเปลี่ยนแปลงเจตคติก่อนและหลังการทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปกับพฤติกรรมการใช้สารเสพติด พบว่า ก่อนทดลองไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .05 หลังทดลองมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปิยะนุช ชุมมาร (2545) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการติดสารเสพติดที่มีต่อนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเมืองสมุทรสงคราม จังหวัดสมุทรสงคราม” เป็นการวิจัยกึ่งทดลองกับกลุ่มจำนวน 24 คน ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันสารเสพติดสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันสารเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พจนารถ องอาจ (2545) ศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้น ปวช.ปีที่1 วิทยาลัยเทคนิคสุพรรณบุรี” ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะการตัดสินใจไม่เสพยาบ้า มากกว่าก่อนการทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยของทักษะการจัดการกับความเครียด และทักษะการปฏิเสธของกลุ่มทดลอง สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองและคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้า พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้แล้วยังพบว่า ทักษะการเห็นคุณค่าในตนเองและทักษะการปฏิเสธ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันการเสพยาบ้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากรายงานการวิจัย สรุปได้ว่า มีการนำแนวคิดทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้ในการทำวิจัย โดยเฉพาะการวิจัยกึ่งทดลองที่ทำการทดลองกับกลุ่มสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม เพื่อศึกษาดูผลการทดลอง และเปรียบเทียบผลที่ได้ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(2) เนื้อหาเกี่ยวกับทักษะชีวิต

2.1 การสอนเนื้อหาทักษะชีวิตในต่างประเทศ

มหาวิทยาลัยแห่งรัฐไอโอวา (Iowa State University) ในประเทศสหรัฐอเมริกาได้มีการตระหนักและตื่นตัวในวิธีการสอนให้เกิดทักษะชีวิต โดยในเนื้อหาจะเน้นทักษะชีวิต ในการคิดแบบต่าง ๆ (Thinking skills) ทักษะในการแก้ปัญหา (Problem-solving skills) โดยบูรณาการอยู่ในเนื้อหาของแต่ละวิชา นอกจากนี้ในการพัฒนานิสิตนักศึกษาที่มุ่งเฉพาะด้านจะเลือกใช้ทักษะชีวิตแต่ละอย่างตามความเหมาะสม เช่น โครงการพัฒนาบุคลิกภาพ มีเนื้อหาที่สอน คือ ความพึงพอใจในชีวิต การให้ คุณค่าต่อสิ่งต่าง ๆ ความเชื่อตามศรัทธา การควบคุมตนเอง การพูดที่มีพลัง และการแข่งขันในอนาคต (Richard, 1995; Kenny and Rice 1995) หรือโครงการเรียนรู้ทักษะชีวิตในการเป็นพ่อแม่ มีเนื้อหาที่สอน คือ พัฒนาการเด็กทั้งร่างกายและจิตใจ ความกลัวของเด็ก การสื่อสารกับคูครองและลูก การเพิ่มคุณค่าในตนเอง และความสำคัญของการทำงานร่วมกัน (Anderson and McCorkle, 1999)

มหาวิทยาลัยนอเทอร์ดีม (University of Notre Dame) ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยบรรจุทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาสาขากรีฑาเพื่อการพัฒนาไว้จำนวน 5 ด้าน คือ ด้านวิชาการ (Academics) ด้านการพัฒนาบุคลิกภาพ (Personal development) ด้านการให้บริการชุมชน (Community service) ด้านการพัฒนาอาชีพ (Career development) และด้านกรีฑา (Athletics) โดยบูรณาการเนื้อหาที่สอนประกอบด้วย สุขภาพของคน (Personal health) การวางแผนด้านการใช้เงิน (Financial planning) จริยธรรม (Ethics) การบูรณาการ (Integrity) การพูดในที่สาธารณะ (Public speaking) การทำงานเป็นทีม (Teams working) การต่อต้านยาเสพติด (Against drugs) และความกดดันจากเพื่อน (Peer pressure) โดยให้มีการเรียนรู้ตั้งแต่ปีแรก และจัดเป็นโครงการอบรมเฉพาะแต่ละด้านเสริมตลอดหลักสูตร (University of Notre Dame, 1999)

วิทยาลัยฮอลแลนด์ (Holland College) ประเทศฮอลแลนด์ สอนทักษะชีวิตโดยจัดเป็นโครงการพัฒนานักศึกษา แบ่งเป็น 2 ชั้น ชั้นแรกอบรม 50 ชั่วโมง และชั้น 2 อบรม 50 ชั่วโมง เนื้อหาเกี่ยวกับชีวิตในครอบครัวและในชุมชน การสื่อสาร และการมีมนุษยสัมพันธ์ การแก้ไขปัญหา การทำงานร่วมกัน ความพึงพอใจในชีวิต การวางแผนและการบูรณาการสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตส่วนตัว (Holland College, 1999)

วิทยาลัยวิลเลียม ไรนีย์ ฮาร์เปอร์ (William Rainey Harper College) ประเทศสหรัฐอเมริกาบูรณาการทักษะชีวิตอยู่ในวิชา Psy 106-Practical Psychology (3-0)3 hours โดยมีเนื้อหาที่สอนคือ การตั้งเป้าหมายในชีวิต การจัดการเกี่ยวกับเวลา ความจำ การมีสมาธิ แรงจูงใจ การสื่อสาร และทัศนคติเกี่ยวกับยาเสพติดและเพศสัมพันธ์ (William Rainey Harper College,1999)

2.2 การสอนเนื้อหาทักษะชีวิตในประเทศไทย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ดำเนินการสอนทักษะชีวิต โดยบูรณาการในหลายวิชาที่อยู่ในกลุ่มโครงการศึกษาทั่วไป เช่น วิชาบัณฑิตอุดมคติ 1,2,3,4 และ 5 ซึ่งส่วนใหญ่จะสอนทักษะชีวิตเกี่ยวกับการคิดวิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ ตระหนักในตนเอง และการแก้ไขปัญหา ดังเช่น วิชาบัณฑิต อุดมคติ 1 มีเนื้อหาดังนี้ แนวคิดหลักของมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี การประยุกต์คุณธรรม การวิเคราะห์กรณีศึกษา การสังเคราะห์กรณีตัวอย่างจากประสบการณ์ การประเมินและการบูรณาการแนวคิดหลักเกี่ยวกับบัณฑิตที่มีคุณภาพในเชิงคุณธรรมและจริยธรรม และวิชาบัณฑิตอุดมคติ 5 มีเนื้อหา คือ ปรากฏการณ์ทางสังคม ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม การใช้เหตุผล และความรับผิดชอบ

นอกจากนี้วิชา การสื่อสารของมนุษย์ จะสอนทักษะการสื่อสาร เนื้อหาที่สอน คือ การสื่อสารกับตนเอง การสื่อสารระหว่างบุคคล การสื่อสารในกลุ่ม และการสื่อสารสาธารณะ (จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539)

มหาวิทยาลัยขอนแก่น มีการสอนทักษะชีวิต คือ การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น จากวิชา 414241 มนุษยสัมพันธ์ เนื้อหาที่สอนคือ ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ การติดต่อกัน อยู่ร่วมกัน การทำงานร่วมกัน พฤติกรรมของสุขภาพจิต วิธีแก้ปมด้อย กลวิธีในการแก้ไขผู้กระทำผิด และเทคนิคในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ นอกจากนี้ยังสอนทักษะการแก้ไขปัญหา จากวิชา 213421 พัฒนาการด้านจริยธรรม เนื้อหาที่สอนคือ วิธีแก้ปัญหาทางจริยธรรม วิธีปลูกฝังเสริมสร้างและส่งเสริมจริยธรรม วิชา 213450 สุขภาพจิตทางการศึกษาจะสอนทักษะการวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาที่ก่อให้เกิดสุขภาพจิตและบทบาทของโรงเรียนในการส่งเสริมสุขภาพจิต วิชาที่สอนเกี่ยวกับทักษะชีวิตเกือบครบคลุมคือ วิชา 213250 จิตวิทยาการปรับตัว การพัฒนาคน มนุษยสัมพันธ์ การคิด การแก้ปัญหาและการตัดสินใจ การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม และการบำรุงรักษาสุขภาพกายสุขภาพจิต (มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2539)

มหาวิทยาลัยบูรพา มีการสอนทักษะชีวิต คือ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ในวิชา 204100 จริยธรรมในชีวิตประจำวัน เนื้อหาที่สอนคือ เหตุผลและจริยธรรม ความจริงกับคุณธรรม การตัดสินใจทางจริยธรรม แต่วิชาที่มีการสอนด้านทักษะชีวิตจะเป็นวิชาเลือกของภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ ชื่อวิชา 415 303 จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน วิชา 415 413 บุคลิกภาพกับการปรับตัว (มหาวิทยาลัยบูรพา, 2540)

จากเนื้อหาที่ปรากฏ สรุปได้ว่า การเรียนการสอนทักษะชีวิตในระดับมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่จะมีการสอนทักษะชีวิตให้กับนิสิตนักศึกษาของมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นวิชาเลือกหรือวิชาพื้นฐานที่นักศึกษาทุกคนต้องเรียนรู้ในเบื้องต้น เพื่อการปรับตัว การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การมีคุณธรรมจริยธรรม การรักษาสุขภาพกายกับจิตใจ และการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการปรับตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมทางสังคม สิ่งแวดล้อมรอบตัว และบุคคลรอบด้าน

6.5 งานวิจัยเกี่ยวกับการสอนแก้ปัญหาแนวอริยสัจสี่

อาภรณ์ ชุนดี (2525) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างวิธีการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่กับทักษะภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจาก 10 โรงเรียน สังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดนครปฐม จำนวน 300 คน ชาย 150 คน หญิง 150 คน เขียนเรียงความแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องราวที่สร้างขึ้นมาเป็นกรณีปัญหา และให้ทำข้อสอบวัดผลสัมฤทธิ์วิชาภาษาไทยชั้น ป. 4-6 แล้วนำข้อสอบของนักเรียนมาวิเคราะห์ขั้นตอนการแก้ปัญหาตามเกณฑ์วิเคราะห์ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่แล้วนำคะแนนทักษะภาษาไทยกับคะแนนขั้นตอนการแก้ปัญหามาหาค่าสัมฤทธิ์สัมพัทธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนวิเคราะห์ขั้นตอนการแก้ปัญหา ตามหลักอริยสัจสี่กับคะแนนทักษะภาษาไทยของกลุ่มตัวอย่างประชากรทั้งหมดของกลุ่มนักเรียนชายและกลุ่มของนักเรียนหญิง สัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญในทางที่ตามกันมา แต่ค่าของความสัมพันธ์ค่อนข้างน้อย เท่ากับ 0.365 และ 0.282 ตามลำดับ

2. นักเรียนที่แก้ปัญหาได้ครบขั้นตอนการแก้ปัญหของอริยสัจทั้ง 4 ขั้นตอน คือ ชั้น ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มีเพียงร้อยละ 11 นักเรียนส่วนใหญ่ใช้วิธีการแก้ปัญหาในชั้นมรรคและนักเรียนหญิงใช้ขั้นตอนในการแก้ปัญหามากกว่านักเรียนชาย

วีระพงษ์ คุณมณี (2526) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในเรื่องจริยธรรมทัศนคติต่อวิธีสอนโดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักเรียน โดยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจกับกลุ่มนักเรียนที่เรียนโดยวิธีสอนตามขั้นที่สี่ของอริยสัจกับกลุ่มนักเรียนที่เรียนโดยวิธีสอนตามคู่มือแนวการสอน หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษากลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 60 คน เป็นนักเรียนชั้น

มัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนวัดรางบัว กรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ให้กลุ่มทดลองเรียน โดยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจ กลุ่มควบคุมเรียน โดยวิธีสอนตามคู่มือครู ใช้เวลาในการทดลองกลุ่มละ 16 คาบ คาบละ 50 นาที ใช้เนื้อหาในการทดลองอย่างเดียวกัน ผลการทดลองพบว่า ผลการทดลองพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในเรื่องจริยธรรมของทั้งสองกลุ่มหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และทัศนคติต่อวิธีสอนของกลุ่มควบคุมทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศิวพร เสนีย์วงศ์ ณ อยุธยา (2529) ได้ทำการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการคิดแก้ปัญหาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาระหว่างนักเรียนที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจกับการสอนตามคู่มือครู โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 90 คน เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนมัธยมวัดหนองแขม กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองเรียนด้วยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจ กลุ่มควบคุมเรียนตามคู่มือครู ผลการทดลองพบว่า ความสามารถในการคิดแก้ปัญหาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความสามารถในการคิดแก้ปัญหาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองสูงกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทำให้ทราบว่าวิธีการสอนแบบอริยสัจสี่มีข้อดีพอสรุปได้ดังนี้

วิธีสอนแบบอริยสัจสี่มีกระบวนการสอนต่อเนื่องกันเป็นขั้นๆ คือ ขั้นทุกข์ ขั้นสมุทัย ขั้นนิโรธ และขั้นมรรค ช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดค้นคว้า เพื่อเสนอวิธีแก้ปัญหาให้สำเร็จ และผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ทั้งเป็นการฝึกการพูดการแสดงออกต่อหน้าชุมชน การเรียนด้วยวิธีสอนแบบอริยสัจสี่มีทัศนคติที่ดีต่อวิธีสอนแบบนี้ และผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียน มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนอย่างทั่วถึง ทำให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนและเรียนอย่างมีชีวิตชีวาเป็นการสอนที่เน้นให้ผู้เรียน แก้ปัญหาอย่างมีขั้นตอนและเป็นระบบ และช่วยพัฒนาด้านสติปัญญาและส่งเสริมขบวนการคิดแก้ปัญหา

ตอนที่ 7 กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องการพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรม การศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ สามารถสังเคราะห์เป็นกรอบแนวคิดได้ดังนี้

1. ปัจจัยนำเข้า (Input) โดยการศึกษารวบรวมข้อมูล แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องจาก เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องดังกล่าวข้างต้น เพื่อกำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย และรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ได้ดังนี้

1.1 ในระยะแรก ได้ศึกษาวิเคราะห์และทำความเข้าใจในบริบทของกรณีศึกษา ซึ่งได้ กำหนดไว้ 3 แห่ง เพื่อศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบแนวทาง วิธีการจัดกิจกรรม ลักษณะของ กลุ่มเป้าหมาย เช่น อายุ เพศ อาชีพสถานภาพสมรส ประเภทยาเสพติดที่ใช้เสพ ปัจจัยที่เป็นสาเหตุ ของการติดยาเสพติด ลักษณะและพฤติกรรม การติดยาเสพติด สภาพภูมิหลังของผู้ใช้ยาเสพติด และบทบาทของเจ้าหน้าที่ฝึกอบรมของหน่วยงานสถาบันบำบัดที่จัดบำบัดรักษาให้กับผู้ติดยาเสพติด

1.2 หลักการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยการใช้กระบวนการ และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ ร่วมกันในสังคม ซึ่งมีขั้นตอนของริยสัจสี่ ดังนี้

ขั้นที่ 1 : การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

ในขั้นนี้ผู้เรียนจะได้มีการวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับช่วงชีวิตที่ผ่านมา การมีโอกาสได้เล่า ประสบการณ์ซึ่งกันและกันให้ฟัง รวมถึงการกำหนดรู้ถึงสภาพปัญหาที่เป็นปัจจุบันว่าเป็นความ ทุกข์อย่างไร ซึ่งในประเด็นนี้ ผู้สอนกำหนดและเสนอปัญหาอย่างละเอียด พยายามทำให้ผู้เรียน เข้าใจปัญหานั้น เราควารู้สึกผู้เรียนให้เกิดความตระหนักว่า คนทุกคนเกิดมาย่อมประสบกับปัญหา ที่แตกต่างกันไป และทุกคนจะต้องช่วยกันร่วมมือในการแก้ปัญหาเพื่อความสุขของทุกคน นอกนั้น ผู้สอนพยายามกำหนดขอบเขตของปัญหาซึ่งผู้เรียนจะต้องคิดแก้ไขให้ได้

ขั้นที่ 2 : การประเมินสมมติฐานของสาเหตุ/ปัจจัย (ขั้นสมุทัย)

ในขั้นนี้ เป็นการประเมินสมมติฐานของสภาพปัญหาแต่ละอย่างแบบมีเหตุผล ซึ่งอาจจะใช้ การอภิปรายร่วมกัน รวมถึงการใช้ชุดคำถามที่เตรียมมา กระตุ้นให้ผู้เรียนให้เกิดความคิดอย่างพินิจ พิเคราะห์ ซึ่งผู้สอนพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาที่ยกขึ้นมากลานั้น มีอะไรบ้าง และสร้างความ ตระหนักว่าการแก้ปัญหาใด ๆ นั้นจะต้องกำจัดหรือดับอย่างไรที่เป็นสาเหตุต้นตอของปัญหานั้น

ขั้นที่ 3 : เป้าหมาย/หลักวิธีการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ)

ขั้นตอนนี้ เป็น ผลลัพธ์หรือเป้าหมายที่วางไว้ การจะดับซึ่งปัญหาใดๆ นั้นจะต้องเข้าใจหลักการหรือวิธีการแก้ของปัญหาเรื่องนั้นก่อน ซึ่งในกระบวนการนี้จำเป็นต้องมีวิธีการในการแก้ปัญหาที่วางไว้เป็นหลักการใหญ่ไว้ รวมถึงมีเทคนิคสำคัญในการแก้ไขก็มีความจำเป็น เช่น เทคนิคการแบ่งงาน การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม วิธีการจดบันทึกข้อมูล เป็นต้น นอกจากนี้การกำหนดกิจกรรมแต่ละอย่างเพื่อแก้ปัญหาแต่ละประเภทควรมีหลักการจัดกิจกรรมที่ชัดเจนรวมถึงวิธีการพัฒนาตนเองอย่างเหมาะสมด้วย

ขั้นที่ 4 : กระบวนการ/แนวทางให้บรรลุเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นมรรค)

ในขั้นตอนนี้ เป็นการกำหนดแนวทางหรือมรรควิธีในการใช้แก้ปัญหา ซึ่งอาจกำหนดแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจน และวิธีการลงมือทำอย่างเป็นขั้นตอน จำเป็นต้องวางแนวทางการพัฒนาฝึกฝนใช้วิธีการที่สร้างขึ้นมาใหม่ให้มีความรู้ความชำนาญการแก้ไขปัญหาลงมืออย่างเป็นระบบ รวมถึงการสร้างวิธีการประเมินเพื่อตรวจสอบกิจกรรมแต่ละอย่างไว้ในการแก้ปัญหานั้นด้วย

ดังนั้นการวิจัยในครั้งนี้จึงเลือกใช้แนวคิดการพัฒนารูปแบบการจัดการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามขั้นตอนของอริยสัจสี่ เนื่องจากการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามอริยสัจสี่นี้ มีความเหมาะสม และสอดคล้องกับแนวทางการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ เพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับการนำมาใช้กับกระบวนการพัฒนาศักยภาพ และเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ โดยผ่านเนื้อหาทักษะชีวิต ได้แก่ ความคิดวิเคราะห์อย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น ความภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อดังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ภายใต้กรอบแนวทางอริยสัจสี่ประการในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ เนื่องจากการจัดกิจกรรมภายใต้กรอบแนวอริยสัจสี่ดังกล่าวมีความชัดเจนและสรุปขั้นตอนไว้ไม่ซับซ้อน เนื้อหาที่มีความสอดคล้องและเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ต้องขังชายเป็นอย่างดีที่ประสบกับปัญหาซึ่งเป็นเรื่องของทุกข์ โดยเฉพาะการทุกข์ทั้งใจและกาย และมีความสะดวกและง่ายต่อการประเมินและตรวจสอบในขั้นตอนสุดท้าย ดังนั้นจึงได้ดำเนินการวิจัยโดยใช้รูปแบบตามขั้นตอนของอริยสัจสี่ประการ เป็นกรอบแนวทางดำเนินการวิจัย

1.3 แนวคิดนิโอสิวแมนนิส เป็นส่วนเสริมสร้างทักษะชีวิตให้มีทัศนคติด้านบวก และการมีพฤติกรรมอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย โดยเบื้องต้นมีกระบวนการ โดยสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย การเสริมสร้างภาพพจน์ที่ดีต่อตนเองในด้านบวก การเรียนรู้จากการปฏิบัติ

และฝึกฝนทั้งในส่วนบุคคลและเป็นกลุ่ม รวมถึงการจูงใจเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ เพื่อนำไปสู่ทักษะชีวิตที่พึงประสงค์ของกลุ่มเป้าหมายต่อไป

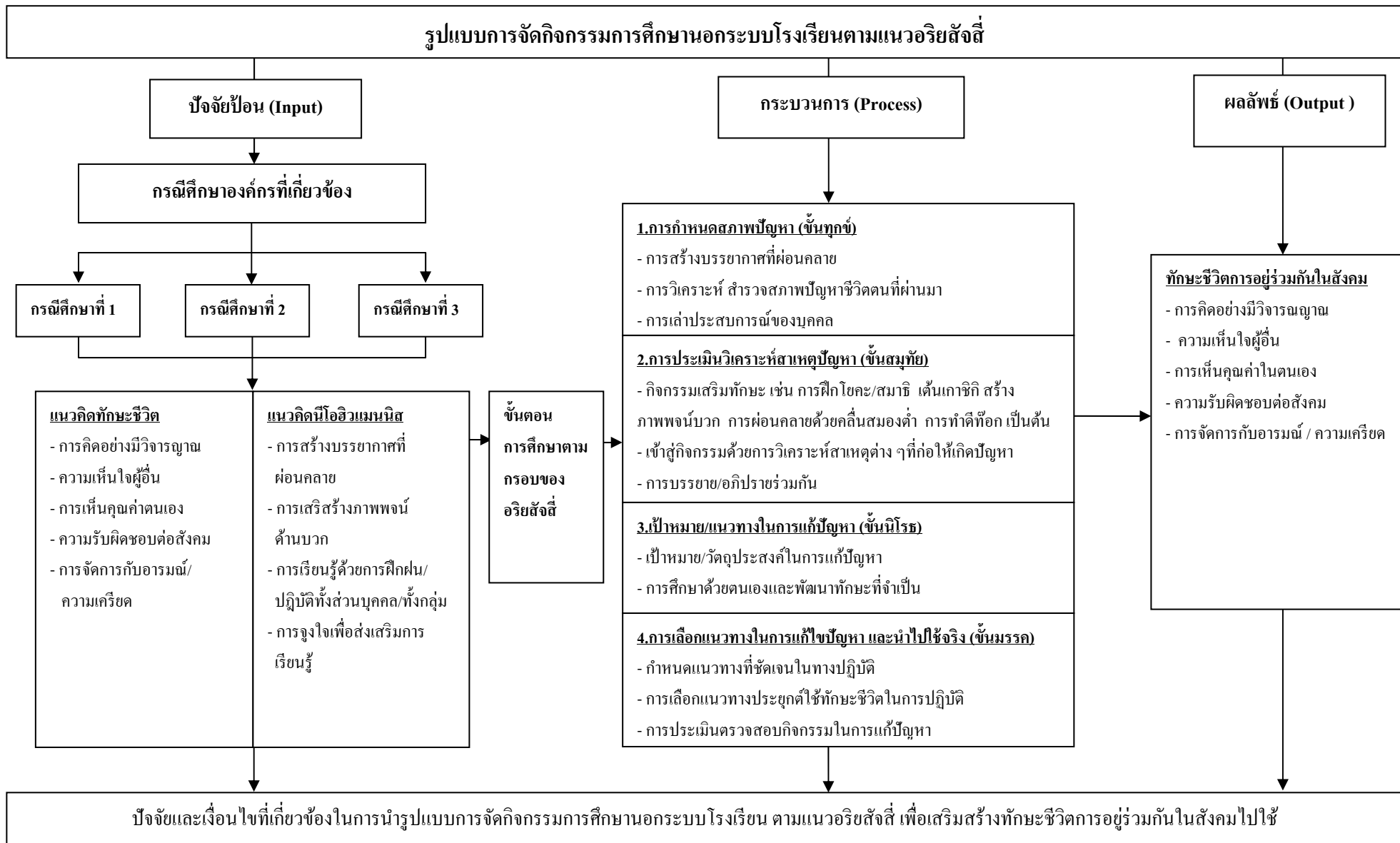
2. กระบวนการ (Process) เป็นขั้นตอนหรือการพัฒนารูปแบบที่ได้จากการข้อที่ 1 จากปัจจัยนำเข้าเพื่อพัฒนาการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน และเนื้อหาการเรียนรู้ ได้ดังนี้

2.1 หลักการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน พบว่า เมื่อวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนากิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนแล้วรูปแบบการดำเนินการวิจัยตามแนววิจัยสังคีมีความเหมาะสมในการนำมากำหนดเป็นกรอบการพัฒนากิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนได้ชัดเจนและครอบคลุมปัญหาการวิจัย และลดขั้นตอนต่าง ๆ ที่ซับซ้อนลงได้ให้เหลือเพียง 4 ขั้นตอน และขั้นตอนดังกล่าวสามารถนำมาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ต้องขังที่เป็นกลุ่มเป้าหมายการวิจัยให้มีการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีคุณภาพ และสามารถประเมินและตรวจสอบพฤติกรรมได้ตามที่ต้องการ ดังนั้นการวิจัยนี้จึงได้นำกรอบรูปแบบการดำเนินกิจกรรมตามแนววิจัยสังคี มาใช้ในการดำเนินการวิจัย

2.2 ส่วนเนื้อหาสาระของกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนจะเน้นเนื้อหาสาระทางทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งผู้วิจัยได้นำทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO,1993)ซึ่งจัดองค์ประกอบไว้ 10 องค์ประกอบ แบ่งเป็น 5 กลุ่ม สำหรับประเทศไทย โดยกรมสุขภาพจิตได้เพิ่มไว้อีก 2 ทักษะ คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม ดังนั้นทักษะชีวิตจึงมี 12 องค์ประกอบ แต่ได้นำมาประยุกต์ใช้เท่าที่จำเป็นสำหรับผู้ต้องขังที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ในสังคมอย่างมีคุณภาพ ซึ่งเนื้อหาที่กล่าวนี้ คือ ความคิดวิเคราะห์อย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น ความภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด รวมถึงการเน้นกระบวนการพัฒนาศักยภาพบุคคล ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสในการปรับประยุกต์ใช้ร่วมกัน โดยเริ่มต้นจากการสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายเป็นเบื้องต้น ทำให้บรรยากาศในการเรียนรู้ลดความตึงเครียดลงได้ นอกจากนั้นแล้วก็นำกระบวนการของนีโอฮิวแมนนิสมาใช้ฝึกฝนทักษะชีวิตในการปฏิบัติทั้งส่วนบุคคลและเป็นรายกลุ่มตามแต่สถานการณ์ และบริบทของการเรียนรู้ เพื่อเสริมสร้างความรู้ ทักษะ และอุปนิสัยใหม่ให้เป็นบุคคลที่เห็นคุณค่าของตนเอง รวมถึงการพัฒนาทักษะชีวิตตามองค์ประกอบข้างต้น และการเสริมแรงให้กำลังใจตลอดกิจกรรม

3. ผลลัพธ์ที่ได้ (Output) หลังจากกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามรูปแบบที่ได้สร้างและพัฒนาขึ้นเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ จะมีการทดสอบ และวัดคุณลักษณะ การสังเกต และการสัมภาษณ์ถึงกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อให้ทราบถึงผลของกิจกรรมที่ได้จัดขึ้น รวมทั้งการประเมินผล และการประเมินรูปแบบ เพื่อให้ได้มาซึ่งรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามระบุไว้ตามวัตถุประสงค์การวิจัยในเบื้องต้น

นอกจากนี้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมที่พัฒนาขึ้น เพื่อให้บุคคล องค์กรหรือหน่วยงานจะนำไปใช้ในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติด รวมถึงปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบที่ประสบผลสำเร็จไปปรับใช้ ดังนั้นจึงอาจสรุปกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ในลักษณะดังนี้



แผนภูมิที่ 4 กรอบแนวคิดการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์การวิจัยที่ตั้งไว้ และได้ข้อมูลที่แท้จริง จึงเป็นการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจปรากฏการณ์ทางสังคม (phenomena) ของกรณีศึกษาแนวทางการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติดขององค์กรที่ดำเนินการได้ประสบความสำเร็จ เพื่อมุ่งหาคำตอบเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ด้วยการประยุกต์ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และศึกษาผลการใช้รูปแบบกับกลุ่มตัวอย่างด้วยระเบียบวิธีวิจัยกึ่งทดลองกลุ่มเดียว (One Shot Case Study) และศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปใช้ จึงได้กำหนดขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน
2. การกำหนดรูปแบบการวิจัย
3. การพัฒนาเครื่องมือการวิจัย
4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
5. การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

1.1 ศึกษาแนวคิด หลักการ และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน การจัดการเรียนการสอนตามแนวอริยสัจสี่ จากตำรา เอกสาร บทความงานวิจัยต่าง ๆ และการสืบค้นทางอินเทอร์เน็ต

1.2 ศึกษาแนวคิด หลักการเกี่ยวกับทักษะชีวิต การจัดกิจกรรมเกี่ยวกับแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสในรูปแบบต่าง ๆ จากเอกสาร ตำรา บทความ งานวิจัยต่าง ๆ และการสืบค้นทางอินเทอร์เน็ต

1.3 นำข้อมูลพื้นฐานที่ศึกษามากำหนดเป็นกรอบแนวคิด และแนวทางในการทำวิจัย ซึ่งกำหนดเป็นขั้นตอนการดำเนินการในแต่ละขั้นตอน

2. การกำหนดรูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสม (Mixed Methodology) ระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) คือการศึกษากรณีศึกษา และการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ที่มีรูปแบบการวิจัยเป็นกลุ่มเดียว (One Shot Case Study) คือมีกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียว (The One-Group Pretest-Posttest Design) หมายถึง กลุ่มทดลองที่เรียนรู้ด้วยแผนการสอนทักษะชีวิต ตามแนวริยสัจสี่ประการ มีการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง และการประยุกต์ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) การสัมภาษณ์เชิงลึก (Indept Interview) การบันทึกการสังเกต พฤติกรรมระหว่างทำกิจกรรม การสนทนากลุ่มย่อย (Focus group) กับผู้บริหารและเจ้าหน้าที่เรือนจำ เพื่อศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การคัดเลือกองค์กรที่เป็นกรณีศึกษาเพื่อศึกษาวิเคราะห์การบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติด และทำความเข้าใจในกรณีศึกษาได้คัดเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ จำนวน 3 กรณีศึกษา ได้แก่

- 1) สำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก ตำบลขุนโขลน อำเภอพระพุทธรบาท จังหวัดสระบุรี
- 2) โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพอากาศ ดอนเมือง กรุงเทพฯ
- 3) เรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น

เหตุผลในการเลือกกรณีศึกษาทั้ง 3 แห่งเพราะสถานบำบัดดังกล่าวเป็นกรณีศึกษาขององค์กรที่ประสบความสำเร็จในการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด มีการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง และเป็นองค์กรที่บริการช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดซึ่งได้รับการยอมรับจากสังคม รวมถึงมีภารกิจที่สอดคล้องตามนโยบายการป้องกัน ปราบปรามและบำบัดผู้ติดยาเสพติดของรัฐจึงได้คัดเลือกมาเป็นกรณีศึกษา ซึ่งแต่ละกรณีศึกษาหรือแต่ละแห่งมีอัตลักษณ์ในการบำบัดฟื้นฟูที่แตกต่างกันออกไป และมีบริบทไม่เหมือนกัน กล่าวคือ เป็นทั้งองค์กรสงฆ์ เป็นส่วนราชการของทหาร และส่วนกรมราชทัณฑ์หรือเรือนจำ ซึ่งผู้วิจัยได้นำเสนอแต่ละกรณีศึกษาที่เด่น ๆ ที่สรุปเป็นภาพรวมของการวิจัยต่อไป

กรณีศึกษา ได้ทำการศึกษาของกรณีศึกษาทั้ง 3 แห่ง ดังนี้

(1) การศึกษาสาระความรู้ที่มีการบันทึกไว้เป็นเอกสาร วารสาร บทความ งานวิจัย ด้วยวิธีการศึกษาเอกสาร (Documentary Study) และสื่อเทคโนโลยีทางอินเทอร์เน็ต

(2) สัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูล คนสำคัญ (Key Informant) ของผู้จัดดำเนินการและผู้เกี่ยวข้องหลักในแต่ละองค์กร ซึ่งได้แก่ เจ้าหน้าที่หรือบุคลากรในองค์กรนั้นแห่งละ 5 คน รวมทั้งสิ้น 15 คน เพื่อทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์

(3) สัมภาษณ์ผู้ป่วยยาเสพติดที่ได้รับการบำบัดฟื้นฟูในสถานบำบัดขององค์กรแต่ละแห่ง แห่งละ 10 คน รวมทั้งหมด 30 คน เพื่อทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์

(4) นำข้อมูลภาคสนาม ที่ได้ศึกษาในแต่ละพื้นที่และบริบทของแต่ละองค์กร มารวบรวมและจัดหมวดหมู่ทำการวิเคราะห์เนื้อหา และสังเคราะห์ในภาพรวม เพื่อหาข้อสรุปที่ได้ และนำมาพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบต่อไป

ประชากร ประชากรที่นำมาทำการวิจัยในครั้งนี้คือผู้ต้องขังชายที่เป็นกลุ่มผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ สังกัดกรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม จำนวน 77 คน

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นผู้ต้องขังชายที่ถือว่าผู้เสพเป็นผู้ป่วยยาเสพติดที่ต้องได้รับการบำบัดฟื้นฟู ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นนักโทษ ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522 ซึ่งใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ผู้วิจัยทำการสุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังชายเฉพาะที่เสพยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จำนวนทั้งหมด 77 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 28 คน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากเพื่อกำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้งนี้ให้เป็นไปตามความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่างเข้ารับการทดลอง

3. การพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวทฤษฎีสังคี เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือการวิจัย ให้ครอบคลุมถึงวัตถุประสงค์การวิจัย จึงดำเนินการกำหนดและพัฒนาเครื่องมือการวิจัย จำนวน 8 ชุด ดังนี้

- 1) แบบสัมภาษณ์องค์กรที่เป็นกรณีศึกษา
- 2) แบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรม
- 3) แบบวัดทักษะชีวิต
- 4) แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม
- 5) แบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม
- 6) แบบประเมินตนเอง
- 7) แบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม
- 8) แบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข

3.1 แบบสัมภาษณ์องค์กรที่เป็นกรณีศึกษา

ผู้วิจัยสร้างแบบสัมภาษณ์องค์กรที่เป็นกรณีศึกษา เพื่อสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่หรือผู้ดำเนินกิจกรรมในองค์กร และสัมภาษณ์ผู้ป่วยยาเสพติดในองค์กรนั้นตามลำดับ โดยดำเนินการ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบสัมภาษณ์ จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นการสัมภาษณ์ที่เกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบกิจกรรม

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหา คำนึงถึงกรอบแนวคิด และให้สอดคล้องกับแนวทางการแก้ปัญหาตามแนวทฤษฎีสังเคราะห์ คือ ขั้นทุกข์ การกำหนดสภาพปัญหา ขั้นสมมุติหรือสาเหตุ ปัญหา ขั้นนิโรธ ความดับทุกข์ และขั้นมรรคหรือการกำหนดวิธีการหรือแนวทางแก้ไขปัญหา

ขั้นที่ 3 สร้างแบบสัมภาษณ์องค์กรจำนวน 26 ข้อ เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพกับองค์กรที่มีพันธกิจในการบำบัดรักษา และฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด

ขั้นที่ 4 นำแบบสัมภาษณ์องค์กรที่เป็นกรณีศึกษา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา การตั้งคำถาม ความสอดคล้องเนื้อหากับข้อคำถาม พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยได้ปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 คน เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา การใช้คำถาม พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อเตรียมพร้อมในการสัมภาษณ์

ขั้นที่ 8 นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปสัมภาษณ์องค์กรบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด ซึ่งได้แก่ 1) โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพอากาศ ดอนเมือง กรุงเทพฯ 2) เรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น และ 3) สำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก ต.ขุนโขลน อ.พระพุทธรบาท จ.สระบุรี ซึ่งมีจำนวน 45 คนรวมทั้งเจ้าหน้าที่และผู้ป่วยที่รอการบำบัดรักษา

ขั้นที่ 9 นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ 3 องค์กร มาวิเคราะห์และสังเคราะห์จัดเป็นหมวดหมู่ให้เหลือสรุปเพียงชุดเดียว โดยดำเนินการดังนี้

9.1 นำข้อสัมภาษณ์ที่ได้มาสรุปวิเคราะห์เนื้อหา ซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท คือผู้ที่ถูกสัมภาษณ์ เป็นเจ้าหน้าที่ และผู้ถูกสัมภาษณ์เป็นผู้ป่วย ของแต่ละองค์กร

9.2 นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์เนื้อหาทั้ง 3 แห่ง แล้วนำมาสรุปสังเคราะห์ในภาพรวมให้สอดคล้องกับแต่ละประเด็นคำถามในแต่ละข้อ

9.3 นำลักษณะกิจกรรมเด่น ๆ และมีความสำคัญนำมาปรับพัฒนาเป็นแผนกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมต่อไป โดยคำนึงถึงเนื้อหาทักษะชีวิต

และกระบวนการจัดกิจกรรมของนิโอฮิวแมนนิสประกอบการจัดกิจกรรมในแผนการเรียนรู้ควบคู่ไปด้วย

3.2 แบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรม

ผู้วิจัยสร้างแบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรม เพื่อใช้ประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น โดยใช้แบบประเมินผลควบคู่ไปกับคู่มือหรือรูปแบบที่พัฒนาขึ้นมา เพื่อให้ผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ด้าน จำนวน 5 คนได้ประเมินรูปแบบของกิจกรรม โดยดำเนินการ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบประเมินผล จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ประเมินผลกับการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมที่สร้างขึ้น

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหา องค์ประกอบต่าง ๆ ของรูปแบบการจัดกิจกรรม เช่น วัตถุประสงค์ หัวข้อการอบรม วิทยากร เนื้อหาในแผนการจัดกิจกรรมแต่ละด้าน และการประเมินผล เป็นต้นให้สอดคล้องกับแนวทางการแก้ปัญหาตามแนวริยสัจสี่ประการ

ขั้นที่ 3 สร้างแบบประเมินผลรูปแบบขึ้นมา ได้จำนวน 16 ข้อ เพื่อใช้ประเมินผลรูปแบบกิจกรรมที่สร้างขึ้น เพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ด้าน จำนวน 5 คนได้ประเมินตามรูปแบบที่พัฒนาแล้ว

ขั้นที่ 4 นำแบบประเมินผลรูปแบบที่ได้พัฒนาแล้ว เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา การตั้งคำถาม ความสอดคล้องเนื้อหากับข้อคำถาม พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบประเมินผลรูปแบบ ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบประเมินผลรูปแบบที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 คน เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา การใช้คำถาม พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแบบประเมินผลรูปแบบตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อเตรียมพร้อมในการใช้ประเมินต่อไป

ขั้นที่ 8 นำแบบประเมินผลรูปแบบที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว แนบประกอบกับคู่มือการจัดกิจกรรมตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ที่พัฒนาขึ้น เพื่อให้ผู้ผู้เชี่ยวชาญได้ประเมินผล หลังจากที่ได้ตรวจสอบต้นร่างของรูปแบบการจัดกิจกรรมที่ได้พัฒนาแล้ว

ขั้นที่ 9 ปรับปรุงเนื้อหา รูปแบบการจัดกิจกรรมทั้งหมด ตามผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ด้านได้แนะนำ และนำไปปรับปรุงแก้ไขให้ต้นร่างของรูปแบบให้สมบูรณ์ เพื่อเตรียมพร้อมใช้กับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มทดลองในการอบรมต่อไป

3.3 แบบวัดทักษะชีวิต

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบวัดทักษะชีวิต จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในประเด็นของการสร้างแบบวัดทักษะชีวิตในแต่ละด้าน

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหา องค์ประกอบของทักษะชีวิต กรอบแนวคิดการวิจัย ขอบเขตการวิจัย นิยามศัพท์การวิจัย และวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อเตรียมสร้างข้อคำถามในแต่ละด้านของทักษะชีวิตที่นำมาใช้วัดทักษะชีวิต

ขั้นที่ 3 สร้างแบบวัดทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ซึ่งประกอบไปด้วย 1. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ 2. ความเห็นใจผู้อื่น 3. การเห็นคุณค่าในตนเอง 4. ความรับผิดชอบต่อสังคม และ 5. การจัดการกับอารมณ์และความเครียด โดยมีข้อคำถามในแต่ละด้าน ๆ ละ 20 ข้อ รวมทั้งหมด 100 ข้อ โดยกำหนดมาตรวัดเป็น 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วยเกือบทั้งหมด ไม่เห็นด้วยเกือบทั้งหมด และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง พร้อมทั้งกำหนดคะแนนไว้เป็น 4, 3, 2, และ 1

ขั้นที่ 4 นำแบบวัดทักษะชีวิตทั้ง 5 ด้าน ที่ได้พัฒนาขึ้นมา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ข้อคำถามแต่ละข้อ ความสอดคล้องเนื้อหาข้อคำถาม พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบวัดทักษะชีวิตทั้ง 5 ด้าน ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบวัดทักษะชีวิตทั้ง 5 ด้าน ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ข้อคำถามแต่ละข้อ และความสอดคล้องของข้อคำถามกับเนื้อหา ซึ่งมีค่าต่ำกว่าหรือเท่ากับ .50 ก็ได้นำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ต่อไป (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแก้ไขแบบวัดทักษะชีวิตทั้ง 5 ด้าน ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ข้อคำถามที่ผ่านการพิจารณาแล้วด้านละ 20 ข้อ รวมทักษะชีวิต 5 ด้านเป็น 100 ข้อ เพื่อเตรียมพร้อมในการใช้ทดลองกับกลุ่มเป้าหมาย

ขั้นที่ 8 นำแบบวัดทักษะชีวิตทั้ง 5 ด้าน ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่กลุ่มอื่นที่ไม่ใช่กลุ่มทดลอง ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

ขั้นที่ 9 นำแบบวัดทักษะชีวิต 5 ด้าน มาวิเคราะห์ เพื่อประเมินความเข้าใจในภาษาที่ใช้ในการตั้งข้อคำถามแต่ละข้อพร้อมทั้งหาความเที่ยง (Reliability) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.9133

ขั้นที่ 10 นำแบบวัดทักษะชีวิตทั้ง 5 ด้าน มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องชัดเจน ของการใช้ภาษา

และข้อความ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่ง ก่อนนำไปใช้จริงกับกลุ่มทดลองในการวิจัย

การประเมิน ระดับความคิด ความรู้สึทงของแบบวัดทักษะชีวิต ใช้เกณฑ์กำหนด ดังนี้
ค่าเฉลี่ย 3.28 – 4.00 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง (75 – 100%)
ค่าเฉลี่ย 2.52 – 3.27 หมายถึง เห็นด้วยมาก (50 – 74%)
ค่าเฉลี่ย 1.76 – 2.51 หมายถึง ไม่เห็นด้วยบ้าง (25 – 49%)
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.75 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (0 – 24%)

3.4 แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม

ผู้วิจัยสร้างแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม ซึ่งเป็นการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม เพื่อใช้สังเกตพฤติกรรมกับกลุ่มทดลองในการดำเนินการจัดกิจกรรมในเรือนจำ ในระหว่างและหลังการจัดกิจกรรม เพื่อบันทึกสิ่งที่ได้สังเกต โดยจำแนกการสังเกตเป็นแบบสังเกตทักษะชีวิตใน 5 ด้าน ซึ่งได้ดำเนินการ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบสังเกตพฤติกรรม ซึ่งเป็นวิธีการรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ จากเอกสาร ตำรา อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ขั้นที่ 2 ศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาการสังเกตพฤติกรรมตามเนื้อหาของทักษะชีวิตใน 5 ด้าน และสิ่งที่พึงพิจารณาในการสังเกตหรือประเด็นที่ควรสังเกต

ขั้นที่ 3 สร้างแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมของทักษะชีวิตใน 5 ด้าน รวมจำนวน 30 ประเด็นในสิ่งที่สังเกต เพื่เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพในระหว่างการดำเนินการทดลองและหลังการจัดกิจกรรมกับกลุ่มทดลอง

ขั้นที่ 4 นำแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา การตั้งประเด็นการสังเกต ความสอดคล้องเนื้อหากับสิ่งที่สังเกต พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา การตั้งประเด็นในการสังเกต พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแก้ไข แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อเตรียมพร้อมในการใช้กับกลุ่มทดลอง

ขั้นที่ 8 นำแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้สังเกตกับกลุ่มผู้ป่วยเสพติด ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง ในเรือนจำจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อประเมินสิ่งที่จะสังเกตในภาพรวม

ขั้นที่ 9 นำแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบแบบบันทึกการสังเกต พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

3.5 แบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสำรวจความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม เพื่อใช้กับกลุ่มเป้าหมายหลังที่ทำการทดลองกิจกรรมแล้ว เพื่อสำรวจความพึงพอใจของรูปแบบ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม จากเอกสาร ตำรา อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในประเด็นการสร้างแบบสำรวจความพึงพอใจในแต่ละด้าน

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหา องค์ประกอบของรูปแบบการจัดกิจกรรมในแต่ละด้าน ขอบเขตเนื้อหา นิยามศัพท์การวิจัย และวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อเตรียมแนวทางการสำรวจในแต่ละด้านของแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม

ขั้นที่ 3 สร้างแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรมในแต่ละด้าน ซึ่งประกอบด้วยด้านเนื้อหาสาระ ด้านแผนการจัดกิจกรรม ด้านการฝึกปฏิบัติ รวมถึงสิ่งที่ควรปรับปรุง และข้อเสนอแนะอื่น ๆ เพื่อให้กลุ่มทดลองได้ตอบตามความเป็นจริง

ขั้นที่ 4 นำแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรมที่ได้พัฒนาขึ้นมา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหาความพึงพอใจแต่ละด้าน ความครอบคลุมขององค์ประกอบในรูปแบบ การใช้ภาษา ข้อคำถามแต่ละข้อ ความสอดคล้องเนื้อหากับความพึงพอใจ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรมแต่ละด้าน ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ข้อคำถามแต่ละข้อ และความสอดคล้องเนื้อหากับระดับความพึงพอใจ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ต่อไป (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแก้ไขแบบสำรวจความพึงพอใจในเนื้อหาสาระ และกิจกรรมแต่ละด้าน ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ประเด็นความพึงพอใจ 3 ด้าน ข้อคำถามที่ผ่านการ

พิจารณาแล้ว 12 ข้อ รวมถึงข้อเสนอแนะ และสิ่งที่ควรปรับปรุงในภาพรวมอีก 1 ข้อ เพื่อเตรียมพร้อมใช้ในการทดลองกับกลุ่มทดลอง เพื่อสำรวจความพึงพอใจหลังการจัดกิจกรรมเสร็จสิ้นแล้ว

ขั้นที่ 8 นำแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อประเมินความเข้าใจในภาษาที่ใช้ในการตั้งข้อความแต่ละข้อ

ขั้นที่ 9 นำแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม มาวิเคราะห์ เพื่อประเมินความเข้าใจในภาษาที่ใช้ในการตั้งข้อความแต่ละข้อพร้อมทั้งหาความเที่ยง (Reliability) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.8422

ขั้นที่ 10 นำแบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องชัดเจน ของการใช้ภาษา และข้อความ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่ง ก่อนนำไปใช้จริงกับกลุ่มทดลองในการวิจัย

การประเมิน ระดับความพึงพอใจในกิจกรรม ใช้เกณฑ์กำหนด ดังนี้

ระดับความพึงพอใจ 5	หมายถึง	พึงพอใจมากที่สุด	(81 – 100%)
ระดับความพึงพอใจ 4	หมายถึง	พึงพอใจมาก	(61 – 80%)
ระดับความพึงพอใจ 3	หมายถึง	พึงพอใจปานกลาง	(41 – 60%)
ระดับความพึงพอใจ 2	หมายถึง	พึงพอใจน้อย	(21 – 40%)
ระดับความพึงพอใจ 1	หมายถึง	พึงพอใจน้อยที่สุด	(1 - 20%)

ส่วนในการแปลผลนั้น ได้กำหนดค่าเฉลี่ย ไว้เป็น 3 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระหว่าง	1.00 – 2.33	หมายถึง	พอใจน้อย
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	2.34 – 3.67	หมายถึง	พอใจปานกลาง
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	3.68 – 5.00	หมายถึง	พอใจมาก

3.6 แบบประเมินตนเอง

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบประเมินตนเอง เพื่อใช้กับกลุ่มเป้าหมายหลังที่ทำการทดลองกิจกรรมแล้ว เพื่อให้กลุ่มทดลองได้ประเมินตนเองว่าได้ปฏิบัติตามกิจกรรมที่กำหนดให้ทำในแต่ละวันหลังการอบรมในแต่ละครั้งเพื่อทบทวนความรู้ การฝึกปฏิบัติตน และปฏิบัติงานตามที่มอบหมายดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบประเมินตนเอง จากเอกสาร ตำรา อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อทบทวนแนวทางการสร้างเครื่องมือในการประเมินตนเอง

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหาสาระ กิจกรรมในภาคปฏิบัติ แนวคิดในการฝึกปฏิบัติตนเอง เพื่อพัฒนาร่างกายให้เข้มแข็ง การจัดกิจกรรมที่สำคัญ และวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อเตรียมแนวทางในการสร้างแบบประเมินตนเอง

ขั้นที่ 3 สร้างแบบประเมินตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วย กิจกรรมพัฒนาตนเองตาม แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เช่น การฝึกโยคะ การทำสมาธิ การผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองต่ำ การสร้าง ภาพพจน์ด้านบวก การทบทวนเนื้อหาบทเรียน การปฏิบัติงานตามที่มอบหมาย เพื่อให้กลุ่ม ทดลองได้ตอบตามความเป็นจริงว่าระดับการปฏิบัติเป็นอย่างไร

ขั้นที่ 4 นำแบบประเมินตนเองที่ได้พัฒนาขึ้นมา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อ พิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ประเด็นข้อความในแบบประเมิน ความสอดคล้องเนื้อหา กับระดับการปฏิบัติตนในแต่ละประเด็น พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบประเมินตนเอง ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบประเมินตนเอง ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อ พิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ประเด็นข้อความในแบบประเมิน และความสอดคล้อง เนื้อหากับระดับการปฏิบัติตนเอง พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ ต่อไป (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแก้ไขแบบประเมินตนเอง ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ ประเด็นที่ผ่านการพิจารณาแล้ว เป็นการประเมินตนเองใน 7 ข้อคำถาม เพื่อประเมินตนเองของ กลุ่มทดลองหลังการจัดกิจกรรมเสร็จสิ้นแล้ว

ขั้นที่ 8 นำแบบประเมินตนเอง ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ติดยา เสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อ ประเมินความเข้าใจในภาษาที่ใช้ในการตั้งข้อคำถามแต่ละข้อ

ขั้นที่ 9 นำแบบประเมินตนเอง มาวิเคราะห์ เพื่อประเมินความเข้าใจในภาษาที่ใช้ใน การตั้งข้อคำถามแต่ละข้อ

ขั้นที่ 10 นำแบบประเมินตนเอง มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไป เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องชัดเจน ของการใช้ภาษา และประเด็น คำถาม พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่ง ก่อนนำไปใช้จริงกับกลุ่มทดลอง ในการวิจัย

3.7 แบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม เพื่อใช้กับกลุ่มเจ้าหน้าที่เรือนจำหลังที่ทำการจัดกิจกรรมแล้ว เพื่อให้กลุ่มเจ้าหน้าที่เรือนจำได้ตอบแบบสัมภาษณ์ ที่มีการเรียนรู้ด้วยตนเองของกลุ่มทดลองในการปฏิบัติกิจกรรมตามคู่มือที่กำหนดไว้ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อทบทวนการสร้างแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหาสาระ การจัดกิจกรรมในคู่มือ การเรียนรู้ด้วยตนเองตามอรรถาธิบาย เนื้อหาสาระในภาพรวมของคู่มือ เช่น กำหนดการ แผนการเรียนรู้ในแต่ละด้าน ความรู้สึกที่มีต่อการจัดกิจกรรม เป็นต้น เพื่อเตรียมแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม

ขั้นที่ 3 สร้างแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม ซึ่งประกอบไปด้วย การเรียนรู้ด้วยตนเองความรู้สึกต่อการจัดกิจกรรม การปฏิบัติตามคู่มือ ปัญหาอุปสรรคที่พบในคู่มือ กิจกรรมที่ส่งผลต่อตนเอง ข้อเสนอแนะอื่น ๆ เพื่อให้กลุ่มเจ้าหน้าที่เรือนจำได้ตอบแบบสัมภาษณ์ตามความเป็นจริงว่าผู้ต้องขังชายได้ปฏิบัติตามคู่มืออย่างไรบ้าง

ขั้นที่ 4 นำแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรมที่ได้พัฒนาขึ้นมา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ประเด็นข้อความในแบบสัมภาษณ์ ความสอดคล้องเนื้อหากับการปฏิบัติในคู่มือ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ประเด็นข้อความในแบบสัมภาษณ์ และความสอดคล้องเนื้อหากับการปฏิบัติในคู่มือ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ต่อไป (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแก้ไขแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งได้ประเด็นที่ผ่านการพิจารณาแล้ว เป็นการสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรมใน 6 ข้อคำถาม เพื่อสัมภาษณ์กลุ่มเจ้าหน้าที่เรือนจำหลังการจัดกิจกรรมเสร็จสิ้นแล้ว

ขั้นที่ 8 นำแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้สัมภาษณ์กับกลุ่มเจ้าหน้าที่เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อประเมินความเข้าใจในภาษาที่ใช้ในการตั้งข้อคำถามแต่ละข้อ

ขั้นที่ 9 นำแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม มาวิเคราะห์ เพื่อประเมินความเข้าใจในภาษาที่ใช้ในการตั้งข้อคำถามแต่ละข้อ

ขั้นที่ 10 นำแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความสมบูรณ์ และนำไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องชัดเจน ของการสัมภาษณ์และการใช้ภาษา และประเด็นคำถาม พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่ง ก่อนนำไปใช้จริงกับกลุ่มเจ้าหน้าที่เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

3.8 แบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข

ผู้วิจัยสร้างแบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปใช้ เพื่อนำไปสัมภาษณ์ใน 2 ประเด็น คือ ใช้สัมภาษณ์ และใช้สนทนากลุ่มย่อย โดยสัมภาษณ์กับกลุ่มผู้บริหารเรือนจำ และสนทนากลุ่มย่อยกับเจ้าหน้าที่หรือผู้ควบคุมประพฤติผู้ต้องขังในเรือนจำนั้น โดยดำเนินการ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบสัมภาษณ์ จากเอกสาร ตำรา อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในประเด็นการสัมภาษณ์ที่เกี่ยวกับการนำรูปแบบไปปรับใช้ที่สถานที่อื่น ๆ

ขั้นที่ 2 การสังเคราะห์ผลการวิจัยขั้นตอนที่ 1-4 เพื่อกำหนดปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมไปปรับใช้

ขั้นที่ 3 สร้างแบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปใช้ โดยได้ประเด็นการสัมภาษณ์ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งออกเป็น 7 ประเด็น มีข้อความสัมภาษณ์จำนวน 14 ข้อความสัมภาษณ์ และสัมภาษณ์เงื่อนไข ซึ่งเป็นข้อกำหนดที่ส่งผลให้การนำรูปแบบไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล จำนวน 5 ข้อความ เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพกับกลุ่มผู้บริหารและเจ้าหน้าที่เรือนจำ

ขั้นที่ 4 นำแบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปใช้ เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา การวางแผนทางการสัมภาษณ์ ความสอดคล้องเนื้อหา กับสิ่งที่สัมภาษณ์ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 5 ปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ ตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

ขั้นที่ 6 นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ประเด็นการสัมภาษณ์ ความสอดคล้องเนื้อหา กับสิ่งที่สัมภาษณ์ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิแสดงไว้ในภาคผนวก)

ขั้นที่ 7 ปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อเตรียมพร้อมในการสัมภาษณ์ในขั้นตอนสุดท้ายก่อนเสร็จสิ้น โครงการอบรม

ขั้นที่ 8 นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปสัมภาษณ์กับกลุ่มผู้บริหารเรือนจำ ซึ่งประกอบไปด้วย ผู้บัญชาการเรือนจำ ผู้อำนวยการเรือนจำ หัวหน้าส่วนชุมชนบำบัด และจัดสนทนากลุ่มย่อยกับเจ้าหน้าที่ควบคุมความประพฤติผู้ต้องขังชายในเรือนจำ จำนวน 5 คน

ขั้นที่ 9 นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ทั้งผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ โดยจัดเป็นหมวดหมู่ เพื่อสะดวกในการจัดลำดับเนื้อหาที่ได้จากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มย่อย มาวิเคราะห์และสังเคราะห์เพื่อบรรยายเนื้อหาโดยสรุปในภาพรวมต่อไป

การพัฒนาเครื่องมือการวิจัยทั้ง 8 ชุด เพื่อตอบสนองและสัมพันธ์กับวัตถุประสงค์การทำวิจัยทั้ง 4 ข้อ สรุปได้ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

วัตถุประสงค์	เครื่องมือวิจัยที่ใช้	ผู้เกี่ยวข้อง
1. วิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กร	1. แบบสัมภาษณ์องค์กร	- เจ้าหน้าที่ขององค์กร กรณีศึกษา - ผู้ป่วยที่เสพยาเสพติดใน องค์กรกรณีศึกษา
2. พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรม	2. แบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรม	- ผู้ทรงคุณวุฒิ 5 คน
3. ศึกษาผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรม	3. แบบวัดทักษะชีวิต 4. แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม 5. แบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม 6. แบบประเมินตนเอง	- กลุ่มผู้ต้องขังชายที่เป็น ผู้ป่วยที่ได้รับการทดลอง
4. ศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปใช้	7. แบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม 8. แบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข หมายเหตุ แบบสัมภาษณ์ตามข้อ 7 และ ข้อ 8 นี้ ใช้ สัมภาษณ์ผู้บริหาร 3 คน และเจ้าหน้าที่ 5 คน รวม 8 คน ในวันที่ 30 พฤศจิกายน 2553	- ผู้บริหารเรือนจำ 3 คน - เจ้าหน้าที่ควบคุม ประพฤติ 5 คน

4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

4.1 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย ในการสร้างเครื่องมือวิจัยได้ทำการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือไว้เพื่อให้ได้ความชัดเจน ซึ่งได้ดำเนินการเพื่อให้เกิดความตรงของเนื้อหา (Content Validity) และมีความเที่ยง (Reliability) ได้มาตรฐานตามลักษณะคุณภาพของเครื่องมือวิจัย แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบคุณภาพความตรงและความเที่ยงของเครื่องมือ ดังนี้

4.1.1 ความตรง (Content Validity) ของแบบสอบถาม โดยเน้นการวัดในสิ่งที่ต้องการ วัด เพื่อให้ได้ความถูกต้องสมบูรณ์ตามเนื้อหา และตรงประเด็นทุกประการ การสร้างเครื่องมือให้ครอบคลุมเนื้อหา ได้ขอความอนุเคราะห์ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือตามหลักวิชา จำนวน 5 คน จากนั้นได้หาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Item Objective Congruence Index : IOC) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเนื้อหาและภาษาที่ใช้แต่ละข้อคำถามว่า เหมาะสม-แน่ใจ-ไม่เหมาะสม แล้วนำมาคำนวณ โดยใช้สูตร คำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องของ ข้อคำถามแต่ละข้อกับวัตถุประสงค์ หรือค่า (IOC) ดังนี้

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

เมื่อ $\sum R$ = ผลรวมคะแนนของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

ถ้าค่า IOC ที่คำนวณได้น้อยกว่าหรือเท่ากับ .05 จะต้องได้รับการปรับปรุงแก้ไข ในการคำนวณได้คิดคำนวณเป็นรายชื่อ

4.1.2 ความเที่ยง (Reliability) ของเครื่องมือ ซึ่งหมายถึงเครื่องมือที่ได้สร้างขึ้นมานั้น นำไปวัดหลายครั้งจะได้รับความตอบคงที่ กล่าวคือ วัดซ้ำกี่ครั้งก็ได้ผลลัพธ์เท่าเดิมไม่เปลี่ยนแปลง หลังจากหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือแล้ว ผู้วิจัยได้นำแบบวัดทักษะชีวิตไปหาค่าความเที่ยงแบบ สัมประสิทธิ์แอลฟา ซึ่งได้ตั้งค่าคำนวณ เท่ากับ .9133 และแบบสำรวจความพึงพอใจได้ค่าความ เที่ยงสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .8422

5. การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางการพัฒนาออกเป็น 4 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้ คือ

ขั้นตอนที่ 1 : การวิเคราะห์กรณีศึกษาแนวทางการบำบัดฟื้นฟู สมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติดขององค์กรที่ประสบความสำเร็จ

1. กำหนดเกณฑ์การคัดเลือกองค์กรเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ที่มีคุณสมบัติดังนี้

1.1 องค์กรที่ประสบความสำเร็จในการให้การบำบัดฟื้นฟู สมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติด และกำลังดำเนินการกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

- 1.2 องค์กรที่ดำเนินการโดยไม่หวังผลกำไร
- 1.3 องค์กรที่ดำเนินการดูแลผู้ติดยาเสพติดประมาณ 300-1,000 คน และสามารถควบคุมกลไกการดำเนินงานได้เป็นอย่างดี
- 1.4 องค์กรที่บริการช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดซึ่งได้รับการยอมรับจากสังคม
- 1.5 องค์กรมีภารกิจที่สอดคล้องตามนโยบายการป้องกันปราบปรามและบำบัดผู้ติดยาเสพติดของรัฐ

2. การคัดเลือกกรณีศึกษา

ศึกษาวิเคราะห์และทำความเข้าใจในบริบทของกรณีศึกษาและทำการคัดเลือกกรณีศึกษาตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้จำนวน 3 กรณีศึกษา ได้แก่

- 1) สำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก ตำบลขุนโขลน อำเภอพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี
- 2) โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพอากาศ ดอนเมือง กรุงเทพฯ
- 3) เรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น

3. กรณีศึกษา ได้ทำการศึกษาของกรณีศึกษาทั้ง 3 แห่ง ดังนี้

3.1 การศึกษาสาระความรู้ที่มีการบันทึกไว้เป็นเอกสาร วารสาร บทความ งานวิจัย ด้วยวิธีการศึกษาเอกสาร (Documentary Study) และสื่อเทคโนโลยีทางอินเทอร์เน็ต

3.2 สัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูล คนสำคัญ (Key Informant) ของผู้ดำเนินการและผู้เกี่ยวข้องหลักในแต่ละองค์กร ซึ่งได้แก่ เจ้าหน้าที่หรือบุคลากรในหน่วยงานนั้นแห่งละ 5 คน รวมทั้งสิ้น 15 คน เพื่อทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์

3.3 สัมภาษณ์ผู้ป่วยยาเสพติดที่ได้รับการบำบัดฟื้นฟูในสถานบำบัดแต่ละแห่ง แห่งละ 10 คน รวมทั้งหมด 30 คน เพื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูล

3.4 นำข้อมูลภาคสนาม ที่ได้ศึกษาในแต่ละพื้นที่และบริบทของแต่ละองค์กร มารวบรวมและจัดหมวดหมู่ทำการวิเคราะห์เนื้อหา และสังเคราะห์ในภาพรวม เพื่อหาข้อสรุปที่ได้และนำมาพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบต่อไป

ขั้นตอนที่ 2 : การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนววิจัยที่ดี เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัด เชียงใหม่

จากการศึกษาบริบทและสถานการณ์ของผู้ต้องขังที่ติดยาเสพติด ซึ่งถือว่าเป็นผู้ป่วยในสถานบำบัดฟื้นฟู อยู่ในช่วงฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยที่ได้รับการบำบัดในแต่ละองค์กรกรณีศึกษาได้ดำเนินการพัฒนารูปแบบตามขั้นตอนและกระบวนการต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยร่างรูปแบบการพัฒนาการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนว อริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัด เชียงใหม่ โดยการประมวลองค์ความรู้ที่ได้ จากผลการศึกษาตามขั้นตอนที่ 1 ซึ่งได้แก่ การ วิเคราะห์และสังเคราะห์ห้วงค์ประกอบ แนวทางการบำบัด วิธีการจัดกิจกรรม ลักษณะของ กลุ่มเป้าหมายที่รับการบำบัด เช่น อายุ อาชีพ สถานภาพสมรส ลักษณะทางครอบครัว และสังคม ชุมชนที่อาศัย ปัจจัยที่เป็นสาเหตุการติดยา ลักษณะและพฤติกรรมการติดยา สภาพภูมิหลัง และ ทักษะชีวิตในสังคม รวมถึงบทบาทของเจ้าหน้าที่ฝึกอบรมผู้ป่วยของหน่วยงานสถานบำบัดที่จัด บำบัดรักษาให้กับผู้ติดยาเสพติด

2.2 หลังจากได้วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลตามกรอบการสัมภาษณ์ ศึกษาทำความเข้าใจบริบทของกรณีศึกษาทั้ง 3 แห่ง ตามขั้นตอนที่ 1 แล้วจะนำมาพัฒนารูปแบบในการพัฒนา กิจกรรมต่าง ๆ ในลักษณะแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่กำหนดกิจกรรมสำหรับกลุ่มเป้าหมายที่ เป็นผู้ป่วยในการทดลองซึ่งเป็นผู้ต้องขังชาย ที่ติดยาเสพติดในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

2.3 การสรุปวิเคราะห์แนวคิดทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ตามเอกสารและงานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาแบบแผนการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ป่วยยาเสพติดที่ผู้ต้องขัง ชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ การประยุกต์ใช้กระบวนการของแนวคิดนิโอสแมนนิส เช่น การมีคลื่นสมองต่ำ การสร้างภาพพจน์ด้านบวก ตลอดจนการเสริมสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย เป็น ต้นต่อผู้ต้องขังชาย ทั้งนี้ได้ศึกษาความจำเป็นในการเข้ารับการฝึกอบรมพัฒนาตนเองของผู้ต้องขังชาย โดยการเข้าฝึกอบรมอย่างสมัครใจไม่มีการบังคับ และคำนึงถึงการจัดกิจกรรมที่มีความหลากหลาย การใช้วิธีการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ การวิเคราะห์ และการประยุกต์เชื่อมโยง การเล่า ประสบการณ์บุคคล การตรงถึงสภาพปัญหาปัจจุบันที่เป็นทุกข์ การค้นหาสาเหตุปัญหา การดับ ปัญหาอย่างมีจุดหมาย ตลอดจนแนวทางวิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหานั้น เป็นต้น โดย คำนึงถึงวัตถุประสงค์ กรอบแนวคิดการวิจัย และเป้าหมายในการอบรมเป็นผลลัพธ์

2.4 การกำหนดเนื้อหา และการเชื่อมโยงประสบการณ์เรียนรู้ให้สอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ของการศึกษาตามขั้นตอนแรก กำหนดรูปแบบกิจกรรม ตารางโปรแกรมการฝึกอบรม เนื้อหาที่เป็นทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม รวมถึงใช้กระบวนการของนิโอสแมนนิส ในส่วน ของการทำคลื่นสมองให้ต่ำเป็นกิจกรรมแรกในการพัฒนาผู้ต้องขังชาย เพื่อให้สภาพจิตใจมีความ ปลอดภัย มีสมาธิดี สามารถรับรู้ข้อมูลหรือกิจกรรมอื่น ๆ ตามมาได้มากขึ้น การสอดแทรกกิจกรรม การสร้างภาพพจน์ด้านบวกให้กับตนเองในบางเวลา นอกจากนั้นจัดกิจกรรมเสริม เช่น ฝึกโยคะ สมาธิ การให้ความรู้เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นต้น สอดแทรกกระบวนการของนิโอสแมนนิ สเป็นระยะในช่วงทำกิจกรรมแต่ละอย่าง เพื่อเสริมสร้างความรู้ การเห็นคุณค่าตนเอง การปลูกฝัง ค่านิยมใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม กำหนดรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย และสื่อการเรียนรู้เพื่อเข้าถึง

สภาพจิตใจของผู้ต้องขังชายที่เข้ารับการพัฒนา เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ทักษะชีวิต และพฤติกรรมใหม่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างปกติสุข สามารถนำไปปรับใช้ในชีวิต ให้เกิดการตระหนักและเห็นคุณค่าในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

2.5 พัฒนาทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย โดยใช้หลักการและการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนในรูปแบบภายใต้กระบวนการตามขั้นตอนของอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เกิดกระบวนการเรียนรู้เต็มตามศักยภาพ

2.6 การกำหนดรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ประกอบด้วยรายละเอียด ดังต่อไปนี้

- 1) หลักการและเหตุผล
- 2) วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรม
- 3) หัวข้อการเรียนรู้ของกิจกรรม
- 4) คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
- 5) ขั้นตอนการดำเนินงาน
- 6) เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรม
- 7) วิทยากร
- 8) ระยะเวลา
- 9) สถานที่จัดกิจกรรม
- 10) โครงสร้างและแผนกิจกรรมการเรียนรู้
- 11) กำหนดการของกิจกรรม
- 12) การประเมินผลหลังการทดลองกิจกรรม
- 13) ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากกิจกรรม
- 14) ผู้รับผิดชอบโครงการจัดกิจกรรม

2.7 การตรวจสอบรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ โดยได้ดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึก ซึ่งได้กำหนดผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 คนตามเกณฑ์การคัดเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ ดังต่อไปนี้

- 1) ผู้ทรงคุณวุฒิทางการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด
- 2) ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์
- 3) ผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน

4) ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านพุทธศาสนา

5) ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพัฒนาสังคมและชุมชน

2.8 การตรวจสอบรูปแบบกิจกรรม จากผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ด้าน ดำเนินการ ดังนี้

(1) ประมวลข้อมูลที่ได้จากรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งเป็นต้นร่างรูปแบบการจัดกิจกรรมที่มีหัวข้อโครงสร้างของรูปแบบ 14 หัวข้อ ตามข้อ 2.6

(2) นำต้นร่างของรูปแบบการจัดกิจกรรม เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อพิจารณาตรวจสอบโครงสร้างของรูปแบบการจัดกิจกรรมทั้งหมด พร้อมทั้งข้อเสนอแนะเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา

(3) ประสานขอความร่วมมือจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ด้าน พร้อมทั้งจดหมายขอความร่วมมือจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยถึงผู้ทรงคุณวุฒิ และได้แนบคู่มือที่เป็นต้นร่างรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ และแบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรมให้ผู้ทรงคุณวุฒิประเมิน โดยส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิได้ตรวจสอบ และประเมินล่วงหน้า 1 อาทิตย์

(4) นัดสัมภาษณ์ ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อรับทราบผลการตรวจสอบและประเมิน ตามวัน เวลา ดังนี้

4.1) วันที่ 4 พฤศจิกายน 2553 เวลา 13.00 น. – 15.00 น.

ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียน

4.2) วันที่ 5 พฤศจิกายน 2553 เวลา 14.00 น. – 16.00 น.

ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพัฒนาสังคมและชุมชน

4.3) วันที่ 8 พฤศจิกายน 2553 เวลา 09.00 น. – 11.00 น.

ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านพระพุทธศาสนา

4.4) วันที่ 10 พฤศจิกายน 2553 เวลา 10.00 น. – 12.00 น.

ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์

4.5) วันที่ 12 พฤศจิกายน 2553 เวลา 09.00 น. – 11.00 น.

ผู้ทรงคุณวุฒิทางการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด

(5) นำผลการพิจารณา ตรวจสอบรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ มา

ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ (รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบต้นร่างรูปแบบการจัดกิจกรรมแสดงไว้ในภาคผนวก)

(6) นำผลการปรับปรุงแก้ไขรูปแบบการจัดกิจกรรมตามข้อ (5) จากผู้ทรงคุณวุฒิเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาตรวจสอบความสมบูรณ์อีกครั้ง

(7) นำผลการพิจารณา ตรวจสอบที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวริชส์จีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อเตรียมความพร้อมในการนำไปใช้ทดลองกับกลุ่มผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยติดยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ต่อไป

สาระการเรียนรู้	เวลา
1. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับอริชส์จีและทักษะชีวิต แนวคิด ความสำคัญ และองค์ประกอบพื้นฐาน	
1.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องอริชส์จี	3 ชั่วโมง
1.2 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียน คุณลักษณะของผู้ป่วย และทักษะชีวิตที่จำเป็น	3 ชั่วโมง
2. การใช้ทักษะชีวิตด้าน การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าของตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การจัดการกับอารมณ์และความเครียดในสถานการณ์ต่าง ๆ	
2.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง จริยธรรมพื้นฐานมนุษย์	3 ชั่วโมง
2.2 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ความทรงจำของข้าพเจ้า	3 ชั่วโมง
2.3 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง จดหมายสื่อใจ	3 ชั่วโมง
2.4 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง หน้าที่พลเมืองที่ดี	3 ชั่วโมง
2.5 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ผูกเชือกแก้ปมใจ	3 ชั่วโมง
2.6 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การผ่อนคลายความเครียด ด้วยคลื่นสมองต่ำ	3 ชั่วโมง
3. แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงบูรณาการทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม	
3.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องพลังชีวิตใหม่: อัลกอซอล์ และสารเสพติด ความรู้ความเข้าใจ เจตคติ ความตระหนัก และการป้องกันปัญหา	3 ชั่วโมง
3.2 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ชีวิตที่เลือกได้: ความเชื่อมั่น การเห็นคุณค่าต่อสิ่งต่าง ๆ การควบคุมตนเอง การมองอนาคต ความคาดหวัง และการวางแผนการณืของชีวิต	3 ชั่วโมง

แผนการสอนที่ 1 ความรู้พื้นฐาน เกี่ยวกับอริยสัจสี่และทักษะชีวิต

แผนการสอน 1.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องอริยสัจสี่

แผนการสอน 1.2 การวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียน คุณลักษณะของผู้ป่วยและทักษะชีวิตที่จำเป็น

แผนการสอน 1.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องอริยสัจสี่

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนบอกถึงองค์ประกอบ และความสำคัญของอริยสัจสี่ ในการแก้ปัญหา
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถจำแนก อธิบายขั้นตอนของอริยสัจสี่ในการแก้ไขปัญหาได้

อุปกรณ์การเรียนรู้

กระดาษ A 4

ปากกาสี

ภาพหนังสือพิมพ์ของคนที่มาตัวตายเพราะแก้ปัญหาชีวิตตนเองไม่ได้

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

อริยสัจสี่เป็นคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่ใช้อธิบายในการแก้ปัญหาทางสังคมของผู้รู้ในทุกระดับทุกสมัย ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เพราะสถานการณ์ในชีวิตของคนเราทุกคนย่อมประสบปัญหาด้วยกันทุกคนไม่มากก็น้อย ซึ่งปัญหาที่ว่านี้ก็คือ “ความทุกข์” ซึ่งเป็นปัญหาที่ติดมากับชีวิตของคนเราตั้งแต่เกิด เรียนหนังสือ การทำงาน การใช้ชีวิตคู่ เป็นต้น ย่อมประสบปัญหาหรือความทุกข์นี้ ในขณะเดียวกันเมื่อมีปัญหาก็ต้องมีเหตุหรือสาเหตุที่มาของปัญหานั้นเรียกว่า “สมุทัย” ซึ่งแต่ละปัญหาอาจมีหลายสาเหตุด้วยกันจำเป็นต้องรู้วิธีดับของแต่ละอย่างไป เรียกว่า “นิโรธ” และกระบวนการแก้ไขปัญหาที่เรียกว่า “มรรค” หรือหนทางวิธีการในการดับหรือแก้ไขเช่นเดียวกัน ซึ่งรวมเรียกว่า “การแก้ไขปัญหาตามแนวอริยสัจสี่” ซึ่งเป็นคำสอนที่พระพุทธเจ้า

ค้นพบความจริงอันประเสริฐนี้และประสบความสำเร็จมาแล้วในการแก้ไขปัญหาของตนเอง จนเป็นที่มาของคำว่า “พระพุทธศาสนา”

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. การสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย เปิดบรรเลงทำนองเพลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนหลับตาเพื่อผ่อนคลายในท่าทำสมาธิประมาณ 5 นาที และให้ผู้เรียนลองนึกถึงปัญหาตนเองขึ้นมา 1 ปัญหาที่ประสบมาในชีวิต และไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยตนเอง และเขียนบันทึกไว้ในกระดาษที่ให้
2. กลุ่มตัวอย่างผู้เรียนซัก 3 คน มาเล่าประสบการณ์ปัญหาตนเองที่หนักหน่วงไม่สามารถแก้ไขหรือแก้ไขได้ยากยิ่งในหน้าห้อง คนละ 5 นาที และในขณะนั้นใช้วิธีการอย่างไรในการระงับปัญหานั้นหรือไม่อย่างไร
3. ให้ความรู้เบื้องต้น โดยให้ผู้เรียนเข้าใจความหมายของคำว่า “อริยสัจสี่” คืออะไรและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องแต่ละอย่าง และความหมายที่ถูกต้อง โดยสนทนากับผู้เรียนว่า การแก้ไขปัญหตามอริยสัจสี่ที่ว่านี้สามารถที่จะแก้ไขปัญหาทุกปัญหาได้จริงหรือไม่อย่างไร
4. ขึ้นรายการกิจกรรม โดยการฝึกเดินแกวชกิ บาบานัม 15 นาที เพื่อปรับเปลี่ยนอริยาบท
5. จัดกิจกรรม ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 5 คน กำหนดปัญหาขึ้นมากลุ่มละ 1 ปัญหาที่คิดว่าจะแก้ไขได้ด้วยวิธีการของกลุ่ม แล้วระบุนุสาเหตุของปัญหานั้นว่ามีอะไรบ้าง มีหลักการอะไรที่จะดับปัญหานั้น พร้อมทั้งมีวิธีการที่เห็นว่าถูกต้องในการแก้ไขปัญหานั้นอย่างไรลงในกระดาษที่แจกให้
6. ให้แต่ละกลุ่มเลือกตัวแทนกลุ่มละ 1 คน ขึ้นมาอภิปราย พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน และสรุปข้อคิดเห็นว่าได้อะไรจากกิจกรรมนี้
7. ในระหว่างทำกิจกรรมให้ผู้สอนเฝ้าสังเกตผู้เรียน พร้อมให้คำปรึกษา

การประเมินผล

1. จากการสังเกต การอภิปราย การมีส่วนร่วม
2. ดูจากใบงานกลุ่ม
3. การบรรยาย การแสดงออก และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่ม

แผนการสอน 1.2 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียน คุณลักษณะของผู้ป่วยและทักษะชีวิตที่จำเป็น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์ความต้องการของตนเองในการวางแผนชีวิต
2. เพื่อให้ผู้เรียนเห็นถึงจุดแข็ง จุดอ่อน ความเสี่ยง และ โอกาสของตนเองได้

อุปกรณ์การเรียนรู้

ใบงานความรู้
กระดาษโปสเตอร์แผ่นใหญ่
ปากกาสี

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

การวิเคราะห์ความต้องการ หมายถึง การกำหนดเป้าหมายของตนเองที่แน่นอน โดยคำนึงถึงจุดแข็ง จุดอ่อน ความเสี่ยง และ โอกาสของตนเองได้ว่าจะไปทิศทางไหน เพื่อที่จะเห็นภาพรวมของตนเองได้ทุกมิติ ซึ่งจะได้นำมาวางแผนงาน กิจกรรมที่พึงประสงค์ที่เห็นว่าจำเป็นต่อการดำเนินชีวิต

การกำหนดกิจกรรมที่พึงประสงค์สำหรับผู้เรียน มีความสำคัญยิ่งหลังการวิเคราะห์ความต้องการของตนแล้ว ทำให้ทราบถึงทิศทางพัฒนาตนของผู้เรียน ซึ่งในที่นี่ เห็นว่าทักษะชีวิตที่นำมาที่จำเป็นบางอย่างอันมีความสำคัญต่อการดำรงตนในสังคมของผู้เรียนได้เมื่ออยู่ร่วมกันกับผู้อื่น

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ก่อนเข้าสู่กิจกรรม เปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนหลับตา และทำสมาธิ ประมาณ 5 นาที เพื่อสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ต่อจากนั้น
2. เกริ่นเล่าเรื่อง ประวัตินุคคลสำคัญ ที่เป็นที่รู้จักดี มีชื่อเสียงให้ผู้เรียนฟังว่า ในอดีต ท่านได้ทำอะไรที่มีประโยชน์ต่อบ้านเมือง ประเทศชาติบ้าง และพูดถึงความสำเร็จของท่านว่า เรื่องของท่านประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างไรมาบ้าง ท่านได้ดำเนินชีวิตที่ผ่านการฝึกฝนต่าง ๆ และมีความชำนาญ มีประสบการณ์ มีทักษะในการบริหารจัดการชีวิตตนเองอย่างไร และใช้ทักษะชีวิตใน

การปรับตัวเข้ากับปัญหาชีวิตที่เกิดขึ้นอย่างไร เมื่อเราได้ฟังเรื่องของท่านมีความภาคภูมิใจแทน และให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องที่ได้ฟัง

3. ผู้สอนกำหนดหัวข้อเพื่อให้ผู้เรียนช่วยกันวิเคราะห์ความต้องการของตนเองในอนาคต โดยคำนึงถึงจุดแข็ง จุดอ่อน ความเสี่ยง และโอกาสของคนที่พึงมีในใบงานที่เตรียมให้

4. ขึ้นรายการกิจกรรม ให้ผู้เรียนฝึกโยคะในท่าต่าง ๆ ประมาณ 3 ท่าที่สำคัญต่อสมรรถนะทางร่างกาย ประมาณ 15 นาที

5. ต่อจากนั้นให้ผู้เรียนทำกิจกรรมนอนตายในท่าหงายประมาณ 10 นาที แล้วกำหนดให้ผู้เรียนลองจินตนาการ สร้างภาพเป้าหมายชีวิตที่งดงาม พร้อมทั้งบรรเลงเพลงเบาๆ บรรยายให้ผู้เรียนเห็นภาพตามจินตนาการตนเอง และลองคิดต่อไปว่า ทักษะชีวิตใดที่จำเป็นต่อตนเองในการดำรงชีวิต

6. สุ่มตัวอย่างผู้เรียนประมาณ 5 คน ให้แสดงความคิดเห็นว่า ถ้าผู้เรียนจะประสบความสำเร็จในชีวิตทักษะใดที่ผู้เรียนให้ความสำคัญมากที่สุดตามลำดับ และจัดลำดับความสำคัญของทักษะที่ว่านี้มา พร้อมให้เหตุผลอธิบายประกอบ

7. ให้ผู้เรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และผู้สอนสรุปอีกครั้ง

การประเมินผล

1. สังเกตการแสดงความคิดเห็นร่วมกัน
2. การสรุปประเด็นที่เข้ากับเนื้อหาวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียน

แผนการสอน เรื่อง : การเสริมสร้างทักษะชีวิต ในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

ชื่อกิจกรรม : จริยธรรมพื้นฐานของมนุษย์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียน ได้ฝึกและเรียนรู้วิธีการคิดอย่างตระหนักรู้ สามารถวิเคราะห์แยกแยะ ข้อมูลองค์ประกอบและหลักการของศีลที่เกี่ยวข้อง และส่งผลต่อวิถีชีวิตในด้านต่าง ๆ
2. เพื่อให้ผู้เรียน ใช้วิจารณญาณในการวิเคราะห์เหตุและความสำคัญของศีลในการ เชื่อมโยง ที่จะนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง

อุปกรณ์การเรียนรู้

เพลงเพลงบรรเลง

ใบงาน/แบบบันทึก

ใบความรู้ เรื่อง ศีล 5

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

ศีล 5 หมายถึง ความปกติของการประพฤติปฏิบัติสำหรับฆราวาสที่ใช้ชีวิตอย่างปกติสุขใน สังคม และเป็นจริยธรรมขั้นพื้นฐานสำหรับมนุษย์ทุกคน ดังนั้นผู้มีศีลจึงเป็นผู้มีจริยธรรมพื้นฐาน ที่ ดำเนินชีวิตไปตามปกติของสังคม ไม่สร้างความเดือดร้อนทุกข์ใจให้บุคคลอื่น เพราะอยู่ในครรลอง แห่งความดีงาม หากเปรียบเทียบผู้มีศีลจึงอุปมาได้ดังการร้อยดอกนาขนิดเป็นมาลัยให้อยู่ใน พวงเดียวกัน ให้เป็นระเบียบเรียบร้อยดูสวยงามควรค่าแก่การนำไปสักการบูชา

เหตุผลที่ศีลถูกกำหนด ให้เป็นความประพฤติ เพราะต้องการให้คนมีเหตุมีผล สามารถ วิเคราะห์แยกแยะสิ่งที่ถูกต้อง และสิ่งที่ควรละเว้น ในบางอย่างที่เป็นปัญหาสังคม นอกเหนือการคิด วิเคราะห์บนพื้นฐานของผู้มีศีล สามารถนำไปสู่พฤติกรรมและกิจกรรมที่มีประโยชน์ต่อตนเองและ ผู้อื่น เป็นพลังกระตุ้นนำไปสู่เป้าหมายในชีวิตที่ดีงาม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

ก่อนเข้าสู่กิจกรรม เปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนนอนในท่าศพอาสนะ หลังตาประมาณ 5 นาที เพื่อสร้างบรรยากาศผ่อนคลาย ต่อจากนั้นจึงเข้าสู่กิจกรรม ดังนี้

ขั้นทบทวน (กำหนดสภาพปัญหา)

1. ผู้สอนกล่าวนำเปรียบเทียบถึงบุคคลที่มีสติกับบุคคลที่ขาดสติให้ผู้เรียนได้ตรึงตรองสภาพความเป็นจริงว่ามีผลต่อบุคคลอย่างไรระหว่างบุคคลที่มีสติกับไม่มีสติ บุคคลประเภทใดจะประสบกับปัญหาในการดำเนินชีวิตมากกว่ากัน เพราะอะไร

2. แบ่งกลุ่ม โดยมีกลุ่มละ 5 คน ตั้งชื่อกลุ่มของตนเองตามลักษณะข้อแห่งสติ และให้สมาชิกในกลุ่มร่วมกันศึกษาวิเคราะห์ประวัติของบุคคลที่ประสบปัญหาต่าง ๆ ตามข่าวสารหนังสือพิมพ์ที่เกิดจากการขาดสติ เช่น ข่าวกว่ากันตาย ถูกจับเพราะลักทรัพย์บ้าง ยิงกันเพราะหึงหวงบ้าง ยาเสพติดอบายมุขต่าง ๆ เป็นต้น ตามใบงานที่แจกให้ แล้วผู้สอนตั้งคำถาม ดังนี้

คำถาม

- ก. ภาพเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในข่าวสารที่ผู้ปวยเห็นเกี่ยวข้องกับอะไรบ้าง
 - ข. ปัญหาที่เกิดในข่าวเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อใครบ้าง
 - ค. ปัญหาต่าง ๆ นี้สามารถเกิดขึ้นได้กับผู้ปวยได้บ้างหรือไม่ เพราะเหตุใด
 - ง. หากปัญหานี้เกิดขึ้นจริงกับผู้ปวย จะมีผลอย่างไรต่อชีวิตของผู้ปวย
3. ผู้สอนให้กลุ่มร่วมกับอภิปรายและวิเคราะห์ถึงปัญหาจากภาพข่าวและเหตุการณ์ โดยมีประธานเป็นผู้ดำเนินการ และเลขานุการกลุ่มจดบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามแนววิธีที่ดีที่แจกให้
4. ผู้สอนสุ่มตัวอย่าง 1 กลุ่ม สรุปคำตอบให้เพื่อน ๆ ฟัง
 5. ขึ้นรายการโดยการฝึกโยคะและเดินแกว่งกี ประมาณ 15 นาที และทำผ่อนคลาย 5 นาที

ขั้นสรุป (วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา)

6. ต่อจากนั้น ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาอาชญากรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามข่าวสาร ว่ามีสาเหตุมาจากอะไร เช่น ข่าวกว่ากันตาย การปล้นจี้ลักขโมย การเสพสารที่มีโทษต่อร่างกาย เป็นต้น โดยให้กลุ่มแต่ละกลุ่มอภิปรายร่วมกัน ดังนี้

- ก. อะไรคือสาเหตุของปัญหานี้
 - ข. สาเหตุต่าง ๆ นี้ ทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้อย่างไร
 - ค. หากปัญหาเกิดกับผู้เรียน จะมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง
7. ผู้สอนอาสาจากกลุ่มผู้เรียน 1 กลุ่ม ตอบปัญหาให้เพื่อน ๆ ฟัง

ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุ)

8. ผู้สอนให้ผู้เรียนศึกษาใบงานความรู้เรื่อง ศิล 5 และสนทนาร่วมกันในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับศิลป 5 ในการป้องกันปัญหาชีวิต รวมถึงการรักษาศิลป 5 มีผลต่อตนเองและสังคมอย่างไร

9. ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหาที่ปรากฏตามข่าวสารที่กำหนดให้ดู โดยตั้งคำถาม ดังต่อไปนี้

ก. การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออะไร

ข. ปัญหานี้ ผู้เรียนควรจะแก้ไขปัญหที่ต้นเหตุ หรือปลายเหตุ

ค. ผู้เรียนมีแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหาอย่างไร

ง. ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับผู้เรียน ผู้เรียนจะมีแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้ โดยวางแผนอย่างไร

10. ให้สมาชิกกลุ่มใช้เวลาในการช่วยกันศึกษาค้นคว้าแหล่งการเรียนรู้ที่จัดให้ เช่น วารสาร คู่มือ แผ่นพับ บทความ ฯลฯ แล้วช่วยกันสรุปลงในใบงานกิจกรรม

ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญห และการนำไปประยุกต์ใช้ปฏิบัติจริง)

11. ให้ผู้เรียนช่วยกันวิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขปัญหต่าง ๆ ที่เหมาะสมที่สุด โดยเปรียบเทียบแนวทางการแก้ไขในแต่ละวิธี และให้กลุ่มสรุปเลือกแนวทางที่เหมาะสมที่สุด และบันทึกลงในแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหตามแนววิธีตัดสินที่แจกให้ โดยตั้งกรอบคำถาม คือ

ก. แนวทางแก้ไขปัญหที่ผู้เรียนเห็นว่าสามารถนำไปใช้ได้จริง

ข. วิธีการนำแนวทางที่สามารถประยุกต์ใช้ได้จริง ไปพัฒนาฝึกฝนให้เกิดความ

ชำนาญ

ขั้นสรุป

12. ผู้สอนและผู้เรียนช่วยกันสรุปเนื้อหาและแนวคิดที่ได้จากกลุ่มอีกครั้ง

13. ปิดท้ายกิจกรรมโดยให้ผู้เรียนสมทานศิลป 5 จากวิทยากรที่เป็นพระสงฆ์ และพระสงฆ์ให้ศิลป 5 เพื่อสร้างความตระหนักในการรักษาศิลปอีกครั้งหนึ่ง (ข้อนี้เฉพาะวิทยากรที่เป็นพระภิกษุเท่านั้น)

การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ตรวจสอบผลงานจากแบบบันทึกกระบวนการแก้ปัญหาตามแนววิธีสำคัญ
3. ตรวจสอบประเมินผล

แผนการสอน เรื่อง : การเสริมสร้างทักษะชีวิต ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง

ชื่อกิจกรรม : ความทรงจำของข้าพเจ้า

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนทบทวนความทรงจำที่เกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองในช่วงชีวิตที่ผ่านมา
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถถ่ายทอดความทรงจำที่ดีเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองในช่วงชีวิตที่ผ่านมา

อุปกรณ์การเรียนรู้

เทปเพลง/ใบงานความทรงจำ

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

การเห็นคุณค่าตนเอง เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ค้นพบ และภูมิใจในความสามารถต่าง ๆ ของตน โดยไม่มุ่งสนใจที่รูปร่าง หน้าตา หรือเพศ การใช้ชีวิตของผู้ป่วยที่ผ่านมาทั้งความทุกข์และความสุข แต่ทั้งนี้ทุกคนปรารถนาความสุขและต้องการให้ผู้อื่นเห็นคุณค่าของตน ดังนั้นคนเรามากจะระลึกถึงสิ่งที่ตนเองได้ทำแล้วเกิดความสุข เพื่อความภาคภูมิใจหรือรู้สึกตนเองมีคุณค่า หากที่ผ่านมาเราได้กระทำแต่สิ่งดีงามแล้ว เราก็จะเกิดมีพลังใจในการต่อสู้ไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้น

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

ก่อนเข้าสู่กิจกรรม เปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนหลับตา และทำสมาธิประมาณ 5 นาที เพื่อสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ต่อจากนั้น

ขั้นทบทวน (กำหนดสภาพปัญหา)

1. สุ่มตัวอย่างผู้เรียนตามบัญชีรายชื่อที่มีอยู่ แล้วเลือกมา 2 คน จากนั้นให้ทั้งสองได้วิเคราะห์ชีวิตของตนเองที่ผ่านมาว่ารู้สึกประทับใจหรือภาคภูมิใจอะไรในชีวิตที่ผ่านมา (คนละไม่เกิน 5 นาที) โดยให้เล่าประสบการณ์ของตนให้เพื่อน ๆ ฟังหน้าชั้นเรียน
2. ให้เพื่อน ๆ ที่ฟังได้ร่วมกันอภิปรายประเมินสมมติฐานที่อยู่เบื้องหลังว่า สาเหตุที่ทำให้เราภาคภูมิใจในตนเองที่ผ่านมานั้น เพราะเราได้กระทำอะไรที่เป็นสิ่งดีงามไว้ใช่หรือไม่ ทั้งนี้ผู้สอนได้กระตุ้นคำถามให้เพื่อน ๆ ในชั้นเรียนเกิดการวิพากษ์อย่างกว้างขวาง จากนั้นก็สรุปข้อคิดเห็นร่วมกันในชั้นเรียน
3. ผู้สอนอภิปรายให้ผู้เรียนได้เข้าใจความหมายของคำว่า “การเห็นคุณค่าตนเอง” นั้นมีความหมายเป็นอย่างไร และคนเช่นใดคือบุคคลที่เห็นคุณค่าของตนพร้อมยกตัวอย่างประกอบการบรรยายให้ผู้เรียนได้เข้าใจ
4. ให้ผู้เรียนนอนลงและหลับตา และให้ผู้เรียนได้ลองนึกจินตนาการถึงความทรงจำในอดีตที่ตนเองรู้สึกมีความภาคภูมิใจ

ขั้นสมมุติ (วิเคราะห์สาเหตุ)

5. ต่อจากนั้นแจกใบงานให้ผู้เรียนทุกคนได้บันทึกเรื่องราวของตนเองที่รู้สึกประทับใจ และได้บันทึกถึงสาเหตุเรื่องราวต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดความภาคภูมิใจนั้นมีสาเหตุมาจากการที่ตนเองได้ทำอะไรไว้

ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทาง)

6. ผู้สอนแบ่งผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 6 คน พร้อมทั้งตั้งชื่อกลุ่มของตนในด้านบวก แจกใบงานให้ผู้เรียนให้ช่วยกันเลือกประธานและเลขากลุ่ม โดยทำกิจกรรม ตามคำถามดังนี้

- ก. ศึกษาใบงานความรู้ เรื่อง การเห็นคุณค่าตนเอง และเกิดความภาคภูมิใจ
- ข. ตั้งคำถามบุคคลที่เห็นคุณค่าตนเองนั้น ควรมีลักษณะอย่างไร
- ค. หากผู้เรียนจะพัฒนาตนเองให้เป็นผู้เห็นคุณค่าตนเองได้นั้น ต้องกำหนดเป้าหมายหรือวางแผนชีวิตตนอย่างไรบ้าง

7. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันสรุปเรื่องจากการค้นคว้าในคู่มือ เอกสารเพิ่มเติมที่กำหนดให้แล้วบันทึกลงในใบงานที่แจกให้

ขั้นบรรค (การเลือกแนวทางที่เหมาะสม และนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง)

8. ให้ผู้เรียนส่งตัวแทนของแต่ละกลุ่มออกมาอภิปรายผลการศึกษาของแต่ละกลุ่ม โดยสรุปในประเด็นที่ว่า หากผู้เรียนจะพัฒนาตนเองให้รู้สึกถึงการเห็นคุณค่าในตนเองได้นั้น ต้องปฏิบัติตนอย่างไรที่เห็นว่าเหมาะสมที่สุดสำหรับการเห็นคุณค่าในตนเอง

9. ผู้เรียนร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรม

10. ผู้สอนช่วยสรุปเนื้อหาอีกครั้ง

11. มอบหมายชิ้นงาน ให้กับผู้เรียน โดยให้นำความภาคภูมิใจในตนเองที่ได้เรียนรู้ในวันนี้ว่าส่งผลต่อวิถีชีวิตจริงของผู้เรียนอย่างไรบ้างมา จำนวน 5 ข้อ ซึ่งผู้สอนจะนำไปรวบรวมในแฟ้มงานด้านกิจกรรมเรื่องการเห็นคุณค่าตนเองต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ตรวจสอบผลงานจากการเขียนใบงาน และการแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน

แผนการสอน เรื่อง : การเสริมสร้างทักษะชีวิต ด้านความเห็นใจผู้อื่น

ชื่อกิจกรรม : จดหมายสื่อใจ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ได้บททวนถึงความคิดและความรู้สึกที่มีต่อตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ได้ตระหนักและเกิดความเข้าใจ เห็นใจ ในความคิด ความรู้สึกของผู้อื่น

อุปกรณ์การเรียนรู้

เทปเพลงบรรเลง

ใบงาน

กระดาษสำหรับเขียนจดหมาย / ปากกา

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

ความเห็นใจผู้อื่น เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง โดยยอมรับอย่างที่เขาเป็น ที่เขารู้สึก โดยปราศจากเงื่อนไขใด ๆ ทั้งสิ้น การเข้าใจและเห็นใจผู้อื่นเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงปรารถนา ซึ่งการที่จะมีความสุขได้ในสังคมเป็นผลมาจากสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างตัวเองและผู้อื่น ไม่ว่าจะกับคนในครอบครัว เพื่อนฝูง เพื่อนร่วมงาน ซึ่งการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขนี้นับเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ การเข้าใจและเห็นใจผู้อื่นเป็นเจตคติสำคัญในการที่จะทำให้การดำรงชีวิตร่วมกันมีความราบรื่นและมีความสุข

การเข้าใจและเห็นใจผู้อื่นได้อย่างลึกซึ้งเกิดจากการเอาใจเขามาใส่ใจเรา การสมมติให้ตัวเองได้เข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้น ๆ การได้มองโลกในสายตาของผู้อื่นหรือเปลี่ยนแ่งมุมมองของตน จะทำให้มีความเห็นใจและความเข้าใจ ถึงความรู้สึก ความคิดเห็น และยอมรับผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

ก่อนเข้าสู่กิจกรรม เปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนนั่งในท่าที่สบาย หลังคานั่งสมาธิ ประมาณ 5 นาที เพื่อสร้างบรรยากาศผ่อนคลาย ต่อจากนั้นจึงเข้าสู่กิจกรรม ดังนี้

ขั้นทู่ข้ (การกำหนดสภาพปัญหา)

1. แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ให้ตั้งชื่อกลุ่ม แจกใบงานที่ 1 ซึ่งเป็นการสมมติให้ทุกคนเป็นลูกที่ต้อง “เขียนจดหมาย” ไปบอกพ่อแม่ซึ่งอยู่ต่างจังหวัดว่า ตนเองสอบตก ต้องขอเงินมาลงทะเลเบียนเรียนซ้ำชั้นอีกปีหนึ่ง ให้ทุกคนช่วยกันเขียนเหตุผลและอธิบายให้สมเหตุสมผลเพื่อให้พ่อแม่ ผู้ปกครองส่งเงินมาให้ได้
2. เมื่อเขียนจดหมายจบแล้ว ให้ทุกคนพับเก็บ เขียนชื่อกลุ่ม และนำมาส่งไว้ที่ผู้สอน
3. ให้ผู้เรียนนั่งในท่าที่สบาย หลับตา โดยเปิดเพลงเบา ๆ ประมาณ 2-3 นาที (1 เพลง) เพื่อสร้างความผ่อนคลาย จากนั้นให้กลับเข้าสู่กลุ่มอีกครั้งหนึ่ง

ขั้นสมมุติ (การวิเคราะห์สาเหตุปัญหา)

4. คราวนี้ให้สมมติว่าผู้เรียนเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครองที่มีบุตรหลานเขียนจดหมายมาบอกว่าสอบตก ต้องขอให้ส่งเงินเพิ่ม เพื่อลงทะเลเบียนเรียนซ้ำชั้นอีกปีหนึ่ง ให้กลุ่มร่วมกันคิดวิเคราะห์ ตัดสินว่าจะส่งเงินให้หรือไม่ให้ และตอบจดหมายของบุตรหลานนั้น
5. ให้แต่ละกลุ่มมารับจดหมายฉบับแรกกลับ และเปิดโอกาสให้กลุ่มร่วมกันอ่านและวิเคราะห์ ให้ข้อคิดเห็นร่วมกันภายในกลุ่ม ใน 2 ประเด็น คือ
 - 5.1 ถ้าเป็นพ่อแม่ผู้ปกครองเมื่อได้รับจดหมายขอเงินจากบุตรหลานแล้ว จะรู้สึกอย่างไร จะตัดสินใจทำอะไร ส่งเงินให้ตามที่ขอหรือไม่
 - 5.2 ถ้าเป็นลูกเมื่อได้รับจดหมายตอบจากพ่อแม่ผู้ปกครองแล้ว จะรู้สึกอย่างไร และทำอะไรกับคำตอบที่ได้จากผู้ปกครอง

ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุ)

6. ให้กลุ่มกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุว่า ถ้าตัดสินใจแบบไหน ด้วยวัตถุประสงค์อะไรและมีเป้าหมายอย่างไร จึงตัดสินใจเลือกวิธีนั้น

ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุ และนำไปประยุกต์ใช้จริง)

7. ให้กลุ่มช่วยกันวิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขปัญหต่าง ๆ ที่เห็นว่าเป็นทางออกที่เหมาะสมที่สุด โดยเปรียบเทียบวิธีอื่น ๆ แล้วเลือกวิธีที่กลุ่มเห็นว่าดีที่สุด แล้วบันทึกลงในใบงานที่แจกให้ พร้อมส่งตัวแทนออกมานำเสนอ ความคิดเห็นของกลุ่ม คนละ 5 นาที
8. ให้ผู้เรียนร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับการเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น
9. ผู้สอนช่วยสรุปและสะท้อนประเด็นสำคัญอีกครั้ง

การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ตรวจสอบผลงานจากการเขียนใบงานและการแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน
3. ตรวจสอบประเมินผล

แผนการสอน เรื่อง : การเสริมสร้างทักษะชีวิต ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม

ชื่อกิจกรรม : หน้าที่พักเมืองที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์และรับรู้ถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจากการไม่รับผิดชอบต่อสังคม
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถสร้างสรรค์และนำเสนอแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสังคมได้อย่างเหมาะสมและรู้สึกภาคภูมิใจในการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

อุปกรณ์การเรียนรู้

- เทปเพลงบรรเลง
- ใบงาน
- ข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้อง

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ ที่อยู่รวมกันเป็นสังคม การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข นอกจากการเข้าใจและเห็นใจ ขอมรับในผู้อื่นแล้ว ยังจะต้องเกิดจากการที่สมาชิกมีความเคารพในสิทธิส่วนตัวของผู้อื่น และที่สำคัญคือ การมีความรับผิดชอบต่อสังคมที่เราเป็นสมาชิกอยู่

การเข้าใจและตระหนักรู้ในปัญหาของส่วนรวม และสร้างกิจกรรมที่จะช่วยป้องกัน แก้ไขปัญหาได้ จะทำให้สังคมมีความสุขและยังสามารถสร้างเสริมความรู้สึกภาคภูมิใจและการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมได้

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

ก่อนเข้าสู่กิจกรรม เปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนนั่งในท่าที่สบาย หลังคานั่งสมาธิ ประมาณ 5 นาที เพื่อสร้างบรรยากาศผ่อนคลาย ต่อจากนั้นจึงเข้าสู่กิจกรรม ดังนี้

ขั้นทบทวน (การกำหนดสภาพปัญหา)

1. เกริ่นนำปัญหาสังคมที่เกี่ยวข้องกับการเมืองที่ประเทศไทยถูกจัดอันดับให้เป็นประเทศที่มีการคอร์รัปชันมากที่สุดเป็นอันดับต้น ๆ เพราะอะไร โดยสรุปข้อมูลที่ปรากฏทางเอกสาร และผลการวิจัยให้คุณ แล้วให้ผู้เรียนช่วยกันขบคิดปัญหา

2. แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม โดยผู้สอนตั้งคำถาม ให้สำรวจสภาพปัญหาดังต่อไปนี้

- ปัญหาที่เกิดจากการคอร์รัปชัน คิดว่าน่าจะมีอะไรบ้าง
- ปัญหานี้สามารถเกิดขึ้นได้อย่างไร เพราะเหตุใด
- หากปัญหานี้เกิดขึ้นต่อไปเรื่อย ๆ จะส่งผลกระทบต่อประเทศอย่างไร

3. สุ่มตัวอย่าง 1 กลุ่ม สรุปปัญหาให้เพื่อน ๆ ฟัง และร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความเห็น

4. ขึ้นรายการกิจกรรม โดยการเสริมสร้างภาพพจน์ด้านบวกให้กับตนเอง ผู้สอนอภิปรายถึงภาพพจน์ตัวเอง คืออะไร ภาพพจน์ด้านบวกกับด้านลบเป็นอย่างไร จากนั้น เป็นการฝึกใช้คำพูดด้านบวกให้กับผู้เรียนโดยจับคู่กัน โดยการสัมผัส สวัสดิ์ สบตา ยิ้ม และกล่าวชมกันคนละ 1 ประโยค และทำเป็นประจำระหว่างการทำกิจกรรม เพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าตนเอง

ขั้นสมมุติ (สาเหตุให้เกิดทุกข์)

5. ผู้สอนให้กลุ่มเดิมจับฉลากหัวข้อเรื่อง หน้าที่ของพลเมือง ที่ได้กำหนดขึ้นมาดังนี้

- การเลือกตั้งตามระบอบประชาธิปไตย
- การปฏิบัติหน้าที่ตามกฎหมาย
- การมีจริยธรรมและคุณธรรม
- การทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม
- การรักษาทรัพยากร หรือสมบัติส่วนรวม

6. ให้กลุ่มแต่ละกลุ่มที่ได้รับเลือกหัวข้อแต่ละประเด็น กระทำดังนี้ ให้วิเคราะห์สาเหตุในแต่ละประเด็นที่พบว่า เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมไทยเสมอ จนทำให้เกิดความวุ่นวาย แยกแยะ และคนมักทำผิดเป็นประจำเสมอ จนส่งผลให้สังคมเกิดความไม่สมดุลในหลาย ๆ ด้าน โดยวิเคราะห์หาสาเหตุ

- อะไรคือสาเหตุของปัญหาในแต่ละข้อ และปัญหานี้มีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง

ขั้นนิโรธ (กำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุ)

7. ให้แต่ละกลุ่ม กำหนดแนวทางในการแก้ไขปัญหตามสาเหตุ โดย

- กำหนดวัตถุประสงค์ในการแก้ไขปัญหของตน ว่าถ้าจะแก้ไขปัญหานี้ต้องกำหนดวัตถุประสงค์เป็นข้อ ๆ อย่างไรบ้าง
- ปัญหานี้ ควรจะแก้ไขที่ต้นเหตุ หรือ ปลายเหตุ เพราะอะไร
- มีแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุของปัญหานี้อย่างไร

ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญห และนำไปปฏิบัติใช้จริง)

8. ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขปัญหต่างๆที่เหมาะสมที่สุด โดยเปรียบเทียบแนวทางแต่ละวิธี แล้วเลือกแนวทางที่เหมาะสมที่สุด แล้วบันทึกลงในใบงานดังนี้

- แนวทางแก้ไขปัญหที่เห็นว่า สามารถนำไปใช้ได้จริงจัดลำดับความสำคัญ
- วิธีการนำแนวทางที่สามารถประยุกต์ใช้จริง โดยพัฒนาฝึกฝนให้ชำนาญจนเกิดทักษะชีวิต

การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ตรวจสอบผลงาน และการแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน
3. ตรวจสอบแบบประเมินผล

แผนการสอน เรื่อง : การเสริมสร้างทักษะชีวิต ในการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ชื่อกิจกรรม : ผูกเชือกแก้ปมใจ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์และ ตระหนักถึงผลกระทบจากอารมณ์และความเครียด
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้อย่างเหมาะสม

อุปกรณ์การเรียนรู้

เทปเพลงบรรเลง

ใบงาน

ไหมพรมหลายสี ความยาวเส้นละเท่า ๆ กัน ประมาณ 5-10 นิ้ว

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

ยกตัวอย่างสถานการณ์ไม่พึงประสงค์ ที่เกิดจากการไม่สามารถควบคุมอารมณ์และความเครียดจากข่าวในหนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ วิทยุ และสื่อโฆษณาต่าง ๆ ที่เปรียบเสมือนการผูกมัดเชือกไหมพรมเข้าด้วยกันจนเป็นปมแน่น แต่เมื่อเวลาผ่านไปผลจากการไม่สามารถควบคุมอารมณ์และความเครียดย่อมทำให้เกิดความยุ่งยากและใช้เวลานานในการแก้ผลที่เกิดจากอารมณ์ไม่พึงประสงค์และความเครียดเหมือนการใช้เวลาในการแก้ปมไหมพรม

อารมณ์ไม่พึงประสงค์และความเครียดมีผลจากสิ่งเร้าทั้งจากภายในและภายนอก ที่มากระทบเรา ทั้งด้านลบและด้านบวกตลอดเวลา บุคคลจึงควรระมัดระวังและฝึกควบคุมอารมณ์ ความเครียดและหาวิธีการจัดการ รวมทั้งมีการแสดงออกต่อสิ่งมากระทบอย่างเหมาะสม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

ก่อนเข้าสู่กิจกรรม เปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนนอนในท่าศพอาสนะ หลังตาประมาณ 5 นาที เพื่อสร้างบรรยากาศผ่อนคลาย ต่อจากนั้นจึงเข้าสู่กิจกรรม ดังนี้

ขั้นทบทวน (การกำหนดสภาพปัญหา)

1. ยกตัวอย่างสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์จากการควบคุมอารมณ์/ความเครียดไม่ได้ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นต่อพฤติกรรมและผลที่เกิดจากการควบคุมอารมณ์/ความเครียดไม่ได้นั้น ว่าเกิดจากอะไร ควรมียุทธศาสตร์การจัดการที่เหมาะสมอย่างไร
2. แจกใบหมพรมาให้ทุกคน คนละ 5 เส้น ซึ่งมีสีแตกต่างกัน ให้ผู้เรียนใช้ใบหมพรแต่ละสีเป็นตัวแทนที่แสดงถึงอารมณ์/ความเครียดที่มี นำมามัดกันให้แน่นหนาที่สุด ตามที่ต้องการ
3. ขึ้นรายการกิจกรรม ทำสมาธิเพื่อการผ่อนคลาย 5 นาที จากนั้นอภิปรายสรุปเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ ชีวิตที่เลือกได้ ธรรมชาติบำบัด และให้รับประทานโยเกิร์ตที่เตรียมมา

ขั้นสมมุติ (วิเคราะห์สาเหตุของปัญหา)

4. แจกใบงานที่ 1 ให้ผู้เรียนเขียนเรียบเรียงความรู้สึกถึงความเครียดและอารมณ์ไม่พึงประสงค์ที่มี (ตามจำนวนสีของใบหมพรที่มัด)
5. ให้ผู้เรียนแกะใบหมพรที่มัดไว้จากกันออกทุกเส้น
6. ผู้จัดกิจกรรมถามถึงความรู้สึกและอธิบายถึง อารมณ์ไม่พึงประสงค์ / ความเครียดที่เปรียบเสมือนใบหมพรแต่ละสี ที่ผูกกันจนแน่น

ขั้นนิโรธ (กำหนดแนวทางแก้ไขปัญหา)

7. กำหนดให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มออกตามความเหมาะสม กลุ่มละ 4-5 คน แจกใบงานที่ 2 ให้สมาชิกในกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นและวิเคราะห์ เกี่ยวกับความรู้สึกในการจัดการกับอารมณ์ไม่พึงประสงค์/ความเครียด ผ่านการ “แกะใบหมพร”
8. ร่วมกันวางแผนกำหนดเป้าหมายในการขจัดความรู้สึกไม่พึงประสงค์ของอารมณ์และความเครียดออกเป็นข้อ ๆ ตามที่ได้จากการวิเคราะห์แล้วบันทึกลงในใบงาน
9. แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอความคิดเห็นและแนวทางแก้ไขปัญหา

ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และนำไปประยุกต์ใช้จริง)

10. ผู้เรียนร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดเห็นที่เป็นทางออกที่ดีที่สุด และเห็นว่าเหมาะสมที่ได้จากการร่วมกิจกรรมและให้แนวทางแก้ไขปัญหาดตามสาเหตุที่เกิดจากอารมณ์ไม่พึงประสงค์ / ความเครียดที่มีผลกระทบต่อตัวเองและผู้อื่น
11. ผู้สอนช่วยสรุปเนื้อหาอีกครั้ง

การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ตรวจสอบผลงานจากการเขียนใบงานและการแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน
3. ตรวจสอบแบบประเมินผล

แผนการสอน เรื่อง : การเสริมสร้างทักษะชีวิต ในการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ชื่อกิจกรรม : การผ่อนคลายความเครียด ด้วยคลื่นสมองต่ำ

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถบอกลักษณะของคลื่นสมองและสาเหตุที่ทำให้คลื่นสมองแปรเปลี่ยนได้
2. ผู้เรียนสามารถใช้วิธีการที่ทำให้คลื่นสมองต่ำในการผ่อนคลายความเครียดได้

อุปกรณ์การเรียนรู้

แผ่นภาพลักษณะของคลื่นสมอง
 ใบงานความรู้เรื่อง ระดับคลื่นต่าง ๆ
 รูปภาพสิทธรมชาติต่าง ๆ

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

คลื่นสมองมนุษย์ จะแปรเปลี่ยนไปตามอารมณ์ที่เกิดจากความคิด คำพูด เมื่อตกอยู่ในอารมณ์ หวาดกลัว เครียดวิตกกังวล สมองจะส่งคลื่นเบต้าที่มีความถี่ประมาณ 13-20 รอบต่อวินาที ในภาวะเช่นนี้ จะไม่เกิดการเรียนรู้ใด ๆ และถ้าอยู่ในภาวะเช่นนี้บ่อย ๆ สมองจะเครียด การทำคลื่นสมองต่ำสู่คลื่นอัลฟา มีความถี่ 8-13 รอบต่อวินาทีส่งผลให้จิตใจเยือกเย็น สงบ เกิดอารมณ์ด้านบวก มีภูมิคุ้มกันในร่างกายสูง มีสมาธิสูงและความจำดี มีความคิดสร้างสรรค์ และมีการผ่อนคลาย โดยลดความเครียดสูง การควบคุมคลื่นสมองของตนเองได้ ถือเป็นหัวใจของจิตวิทยานีโอฮิวแมนนิสในการพัฒนามนุษย์

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. สร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายด้วยการเปิดเพลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนหลับตาผ่อนคลายในที่สมาธิประมาณ 5 นาที

ขั้นทบทวน (การกำหนดสภาพปัญหา)

2. ผู้สอนตั้งคำถามผู้เรียนว่า เคยประสบกับความเครียดในชีวิตหรือไม่ จากนั้นสุ่มตัวอย่างผู้เรียน 3 คน ให้มาเล่าอดีตของตนเองที่เคยประสบภาวะความเครียดมากที่สุดมา และเพราะอะไร

3. ผู้สอนแสดงภาพ และอภิปรายเพิ่มเติมถึง การที่คนเราเครียดเพราะมีสิ่งที่มากระทบอารมณ์ ซึ่งเป็นอารมณ์ที่ไม่ปรารถนาเช่น การพุด้านลบ การด่าด้วยคำไม่สุภาพหรือหยาบคาย การถูกเหยียดหยาม การเปรียบเทียบ การใช้ความรุนแรง ฯลฯ จึงทำให้เราเครียดและส่งผลถึงคลื่นสมองสูงผิดปกติ

4. จัดกิจกรรมเสริม การเติมความรัก โดยแบ่งผู้เรียนให้นั่งจับคู่กัน 2 คน หันหน้าเข้าหากัน ใช้มือสัมผัสในลักษณะสวัสดีทักทายกัน โดยสบตา และยิ้มสร้างบรรยากาศที่ดีแก่กันและกัน จากนั้นให้ทั้งคู่กล่าวชมกันคนละ 1 ประโยค

ขั้นสมมุติ (การวิเคราะห์หาสาเหตุ)

5. ผู้สอนแจกใบงาน และกำหนดหัวข้อที่มีลักษณะของความเครียดประมาณ 5 ข้อ แล้วแบ่งกลุ่มออกเป็น 5 กลุ่ม โดยตั้งคำถามตามกระบวนการแก้ปัญหาแนวอริยสัจสี่ ดังนี้

- ก. ปัญหาความเครียดนี้เกิดจากอะไร สามารถเกิดกับผู้เรียนได้หรือไม่ และหากเกิดปัญหานี้กับผู้เรียน จะมีผลอย่างไรต่อผู้เรียน
- ข. สาเหตุของปัญหาความเครียดนี้ เกิดขึ้นได้อย่างไร และมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง
- ค. กำหนดแนวทางแก้ไขปัญหาความเครียดนี้ โดยตั้งวัตถุประสงค์เป็นข้อ ๆ
- ง. ให้วิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขปัญหานั้นที่เห็นว่าเหมาะสมที่สุด แล้วบันทึกลงในใบงานส่ง

ขั้นนิโรธ (การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหา)

6. ผู้สอนให้ผู้เรียนดูภาพธรรมชาติ อธิบายสาระสำคัญที่ได้จากภาพ เช่น ดวงอาทิตย์ลับขอบฟ้า น้ำตก ทะเล ดอกไม้ คนนั่งสมาธิ แล้วจินตนาการภาพที่เห็นเข้าสู่บรรยากาศของคลื่นต่ำ

7. อธิบายเทคนิคจูงใจไปสู่สภาวะการทำคลื่นสมองให้ต่ำ ตามคลื่นอัลฟา

ขั้นบรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และนำไปประยุกต์ใช้จริง)

8. ให้ผู้เรียนหลับตาอยู่ในท่านอนตาย โดยผู้สอนฝึกปฏิบัติให้ปรับลมหายใจให้ถูกต้อง และจินตนาการตามคำพูดของผู้สอนเพื่อให้คลื่นสมองต่ำและผ่อนคลาย โดยการเปิดเพลงเบาๆ
9. ผู้เรียนสะท้อนความรู้สึกตามจินตนาการจากการเห็นรูปภาพ และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองเพื่อนำไปสู่การผ่อนคลายสูงสุด แล้วค่อย ๆ ปรับลมหายใจกลับมาขึ้นกลับสู่ภาวะปกติ
10. ผู้สอนสรุปความสำคัญและประโยชน์การทำคลื่นสมองให้ต่ำอีกครั้ง

การประเมินผล

ตรวจใบงานกิจกรรม

การฝึกปฏิบัติจริง และการมีส่วนร่วม

3. แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงบูรณาการทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม

3.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง พลังชีวิตใหม่ : อัลกอซอล์ และสารเสพติด
ความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ ความตระหนัก และการป้องกันปัญหา

ชื่อกิจกรรม พลังแห่งชีวิตใหม่

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์ตระหนักรู้ และเข้าใจ ปัญหาและสถานการณ์เกี่ยวกับยาเสพติด อย่างมีจุดหมาย
2. ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีค้นพบและภูมิใจในตนเอง และตระหนักถึงการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม
3. ผู้เรียนสามารถผ่อนคลายอารมณ์ และมีเทคนิคในการคลายเครียด

อุปกรณ์การเรียนรู้

สื่อวีดิทัศน์เกี่ยวกับโทษยาเสพติด

ใบงาน

บัตร

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

การค้นพบพลังชีวิตใหม่ เป็นสิ่งที่กระตุ้นให้คนเราได้วางแผนการณ้อย่างมีเป้าหมาย ช่วยให้เราได้วิเคราะห์ข้อดีจากประสบการณ์เก่าและสร้างความเข้าใจใหม่บนพื้นฐานข้อมูลที่มีอยู่ และเมื่อได้รับข้อมูลใหม่มีความพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงในทางที่ถูกต้องเหมาะสม สามารถบูรณาการทั้งประสบการณ์เก่าและใหม่เข้าด้วยกันในการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และตระหนักถึงบทบาทตนเองในการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและปฏิบัติหน้าที่เพื่อประโยชน์ส่วนรวม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. สร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายด้วยการเปิดเพลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนหลับตาผ่อนคลายในท่าสมาธิประมาณ 5 นาที จากนั้นให้ผู้เรียนที่นั่งใกล้กันกล่าวชมกันคนละ 1 ประโยค

ขั้นทบทวน (การกำหนดสภาพปัญหา)

2. ผู้สอนเปิดสื่อวีดิทัศน์เกี่ยวกับหมันตภัยยาเสพติดให้ผู้เรียนชม เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงโทษภัยยาเสพติด แล้วสะท้อนถึงปัญหาของตน ประมาณ 15 นาที
3. สุ่มตัวอย่างผู้เรียนมา 3 คน แสดงข้อคิดเห็นจากการชมวีดิทัศน์
4. ขึ้นรายการกิจกรรม ให้ผู้เรียนฝึกโยคะและเต้นเกาซิกิ

ขั้นสมมุติ (วิเคราะห์หาสาเหตุปัญหา)

5. หลังชมวีดิทัศน์แล้ว แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 5 กลุ่ม แจกใบงาน และกระดาษแล้วให้ทุกคนในกลุ่มกระทำดังนี้
 - เขียนความชั่วหรือสิ่งไม่ดีของตนเองลงในกระดาษพร้อมระบุสาเหตุแห่งการทำผิดของตนที่กระทำ ความชั่วนั้นเกิดขึ้นเพราะอะไรเป็นความลับ พร้อมปิดผนึกไม่ลงชื่อใดๆ
 - ผู้สอนบิณฑบาตความชั่วนั้น โดยให้ผู้เรียนใส่ลงในบาตรจนครบทุกกลุ่ม
6. ให้แต่ละกลุ่มสรุปภาพรวมสาเหตุของการทำผิดพลาดที่ผ่านมากลุ่มละ 5 ข้อ บันทึก ลงในใบงาน

ขั้นนิโรธ (กำหนดแนวทางแก้ไขปัญหามาตามสาเหตุ)

7. ผู้สอนสุ่มตัวอย่างการเขียนความชั่วลงในบาตรมาอ่านให้ผู้เรียนฟังประมาณ 5 ข้อ
8. ผู้สอนนำบาตรมาพิจารณาถึงสกุลความชั่วต่อหน้าผู้เรียน และจุดไฟเผากระดาษที่ผู้เรียนเขียนใส่ลงในบาตร พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์ของการบิณฑบาตในครั้งนี้ให้ผู้เรียนฟัง

9. ผู้สอนให้ผู้เรียนตั้งปฏิญาณตนรับสั่งจะต่อหน้าพระรัตนตรัย เมื่อผ่านพ้นความทุกข์นี้แล้วออกคืนสู่สังคมจะเป็นคนดีของครอบครัว/สังคมชุมชน และจะไม่ทำความผิดซ้ำร้ายอีก

10. ขึ้นกิจกรรม โดยให้ผู้เรียนนั่งทำสมาธิประมาณ 10 นาที แล้วเปิดเพลงค่าน้ำนมให้ฟังพร้อมทั้งอธิบายความลำบากของแม่ที่อุ้มท้องเรามาและเลี้ยงดูเพื่อให้เป็นคนดีของสังคม

ขั้นบรรด (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา และนำไปปฏิบัติใช้จริง)

11. ให้ทุกกลุ่มเขียนแนวทางแห่งการทำมาดีในสังคม กลุ่มละ 5 ข้อ และจัดลำดับความสำคัญใหม่จากข้อที่สำคัญที่สุดไปสู่สำคัญน้อยที่สุด แล้วบันทึกลงในใบงาน

12. ให้ตัวแทนกลุ่มรายงานผลการทพำความดีในสังคมตามที่ได้จัดลำดับความสำคัญแล้ว

13. ให้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่าได้อะไรจากการจัดกิจกรรมในเรื่องนี้

การประเมินผล

จากใบงาน

สังเกตการมีส่วนร่วม

3.2 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ชีวิตที่เลือกได้ : ความเชื่อมั่น การเห็นคุณค่าต่อสิ่งต่าง ๆ การควบคุมตนเอง การมองอนาคต ความคาดหวัง และการวางแผนการณของชีวิต

ชื่อกิจกรรม ชีวิตที่เลือกได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถควบคุมตนเอง เกิดความเชื่อมั่น และมีความภาคภูมิใจในตนเอง ในการดำรงชีวิต

2. เพื่อให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์วางแผนชีวิตตนเอง ความคาดหวัง การมองอนาคต และพิจารณาถึงบทบาทหน้าที่ตนที่พึงมีต่อสังคม

อุปกรณ์การเรียนรู้

ใบงานความรู้

อุปกรณ์และผลไม้มักเกี่ยวกับการดีที่ออกซ์เพื่อสุขภาพ

เวลาที่ใช้ 3 ชั่วโมง

เนื้อหา

การมองตนเองเป็นการสำรวจคุณลักษณะ และบุคลิกภาพที่อยู่ในตน ทำให้รู้จักและเข้าใจตนทั้งในส่วนที่เป็นพฤติกรรมในส่วนตัวและส่วนที่ต้องปรับปรุงแก้ไข เพื่อที่จะทำให้รู้จักตนเองมากขึ้น นำไปสู่การวางแผนการณในชีวิต ความคาดหวัง และอนาคต ทำให้เกิดความเชื่อมั่น ความรับผิดชอบของตนในด้านต่าง ๆ ของสังคม นำไปสู่ชีวิตที่มีคุณค่าและเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. สร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายด้วยการเปิดเพลงเบา ๆ ให้ผู้เรียนหลับตาผ่อนคลายในท่าสมาธิประมาณ 5 นาที จากนั้นให้ผู้เรียนที่นั่งใกล้กันกล่าวชมกันคนละ 1 ประโยค

ขั้นทบทวน (การกำหนดสภาพปัญหา)

2. เกริ่นเล่าเรื่อง ประสบการณ์บุคคลที่มีบุคลิกภาพบกพร่อง ขาดความมั่นใจในตนเอง และไม่สามารถควบคุมตนเองได้ พร้อมยกตัวอย่างให้ผู้เรียนฟัง และให้ร่วมกันแสดงความคิดเห็น

3. ให้ผู้เรียนได้ตรึงตรองสภาพปัญหาตนเอง โดยแจกใบงานที่ 1 ให้ผู้เรียนเติมข้อความเกี่ยวกับลักษณะของตน หรืออุปนิสัย พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่ผ่านมาเห็นว่าควรแก้ไขคนละ 3 ข้อ

4. สุ่มตัวอย่างผู้เรียน 3 คน มาเล่าประสบการณ์ตนเองในเรื่องอยากปรับปรุงแก้ไขแต่ไม่มีโอกาส

ขั้นสรุป (การวิเคราะห์สาเหตุ)

5. ขึ้นรายการกิจกรรม โดยให้ผู้เรียนทำดีที่ออกซ์ ซึ่งผู้สอนได้เตรียมเครื่องปรุงและอุปกรณ์มาแล้วโดยให้ช่วยกันทำ และแจกกันดื่มคนละ 1 แก้ว พร้อมบอกวิธีการทำ และประโยชน์ของการทำดีที่ออกซ์ว่ามีความสำคัญต่อสุขภาพเราอย่างไร ประมาณ 20 นาที

6. จากนั้นเข้ามานั่งที่เดิมและฝึกโยคะพร้อมเดินเกาจิประมาณ 15 นาที

7. แจกใบงานที่ 2 ที่มีข้อความเกี่ยวกับลักษณะ ดังต่อไปนี้ แล้วให้ผู้เรียนวิเคราะห์สาเหตุว่าจะทำอย่างไรให้ตนเองจึงจะมีบุคลิกภาพ ดังต่อไปนี้

- (1) ความคิดสร้างสรรค์ในตัวข้าพเจ้า
- (2) ความภูมิใจในตัวเอง
- (3) สิ่งที่ข้าพเจ้าควรรับผิดชอบต่อผู้อื่น
- (4) การควบคุมตนเองไม่ให้เครียดและกังวล
- (5) สิ่งที่ข้าพเจ้าอยากปรับปรุงตนเองมากที่สุด

ขั้นนิโรธ (กำหนดแนวทางแก้ไขปัญหตามสาเหตุ)

8. ให้ผู้เรียนตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเองว่า หลังจากพ้นสถานการณ์ดังกล่าวในปัจจุบันแล้ว จะวางเป้าหมายในการดำเนินชีวิตอย่างไร โดยพิจารณาจากข้อความในข้อที่ 7 มาประยุกต์ใช้

9. ให้ผู้เรียนสรุปทั้งข้อที่ 7 และ 8 ลงในใบงานที่มอบให้แล้วบันทึก

ขั้นมรรค (การเลือกแนวทางแก้ไขปัญห และนำไปปฏิบัติใช้จริง)

10. สุ่มผู้เรียนมาประมาณ 5 คน มาสรุปสิ่งที่ตนควรปรับปรุงคนละ 1 ข้อ พร้อมบอกแนวทางแก้ไข และเห็นว่าแนวทางนี้ดีที่สุด ผู้เรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น

11. บันทึกแนวทางแก้ไขปัญหในสิ่งที่ผู้เรียนอยากปรับปรุงมากที่สุด จากการสรุปในชั้นเรียนร่วมกันระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน

การประเมินผล

1. จากการแสดงความคิดเห็น
2. จากใบงานความรู้
3. การมีส่วนร่วมในกิจกรรม

กำหนดการของกิจกรรม

วัน/เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
วันที่ 1 ของการจัดกิจกรรม (20 พฤศจิกายน 2553)		
09.00-09.30 น.	- ผู้วิจัยและเจ้าหน้าที่เตรียมความพร้อมที่ห้องอบรมเรือนจำ	
09.30-10.30 น.	- รวมกลุ่มผู้ป่วยเสพติดที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรม	- ตามเกณฑ์/และความสมัครใจ
10.30-11.30 น.	- จัดทำบัญชีผู้ป่วยพร้อมป้ายชื่อสื่อ/อุปกรณ์การบรรยาย	- หลังจากได้กลุ่มเป้าหมายผู้เข้าร่วมกิจกรรมแล้ว
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	
13.00-14.00 น.	- ทำพิธีเปิดกิจกรรม/ปฐมนิเทศ	- ผู้บัญชาการเรือนจำ/ตัวแทน
	- ชี้แจงกำหนดการจัดกิจกรรม	- วิทยากร
14.00-16.00 น.	- กิจกรรม การเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่	

วันที่ 2 ของการจัดกิจกรรม (21 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงวัตถุประสงค์/อธิบายเนื้อหา	
	- กำหนดเป้าหมายชีวิตโดยทำ SWOT	
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	
11.00-11.30 น.	- การวิเคราะห์ความต้องการ	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 3 ของการจัดกิจกรรม (22 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม จริยธรรมพื้นฐานของมนุษย์	- ทักษะชีวิตการคิดอย่างมี
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	วิจารณ์ญาณ
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม จริยธรรมพื้นฐานของมนุษย์	
	ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 4 ของการจัดกิจกรรม (23 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม ความทรงจำของข้าพเจ้า	- ทักษะชีวิตการเห็นคุณค่า
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	ในตนเอง
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม ความทรงจำของข้าพเจ้า	
	ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 5 ของการจัดกิจกรรม (24 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม จดหมายสื่อใจ	- ทักษะชีวิตความเห็นใจ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	ผู้อื่น
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม จดหมายสื่อใจ	
	ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 6 ของการจัดกิจกรรม (25 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม หน้าที่พลเมืองที่ดี	- ทักษะชีวิตความรับผิดชอบ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	ชอบต่อสังคม
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม หน้าที่พลเมืองที่ดี ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 7 ของการจัดกิจกรรม (26 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม ผูกเชือกแก้ปมใจ	- ทักษะชีวิตการจัดการกับ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	อารมณ์และความเครียด
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม ผูกเชือกแก้ปมใจ ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 8 ของการจัดกิจกรรม (27 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม การผ่อนคลายความเครียด	- ทักษะชีวิตการจัดการกับ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	อารมณ์และความเครียด
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม การผ่อนคลายความเครียด ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 9 ของการจัดกิจกรรม (28 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม พลังแห่งชีวิตใหม่	- ทักษะชีวิตแบบบูรณาการ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม พลังแห่งชีวิตใหม่ ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 10 ของการจัดกิจกรรม (29 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม ชีวิตที่เลือกได้	- ทักษะชีวิตแบบบูรณาการ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม ชีวิตที่เลือกได้	
	ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 11 ของการจัดกิจกรรม (30 พฤศจิกายน 2553)

09.00-10.00 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	
10.00-11.00 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- ความรู้เรื่องอาหารธรรมชาติ	- เสริมสร้างทักษะชีวิต
11.00-11.30 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	การดูแลสุขภาพตนเอง
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	
13.00-16.00 น.	- วิธีการทำดีท็อกซ์เพื่อล้างสารพิษในร่างกาย	

วันที่ 12 ของการจัดกิจกรรม (1 ธันวาคม 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ	
09.30-10.00 น.	- เสวนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทั่ว ๆ ไป	
10.00-11.00 น.	- ประเมินผลด้วยแบบทดสอบ Post-test	
11.00-11.30 น.	- ปิดโครงการจัดกิจกรรม	- ผู้อำนวยการเรือนจำ
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

ขั้นตอนที่ 3 : ศึกษาผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้เตรียมดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล โดยขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล ตามลำดับขั้นตอน ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ประสานและทำหนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยไปยังเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อขอตกลง และเก็บรวบรวมข้อมูล โดยศึกษากลุ่มตัวอย่าง (Sample) ที่เป็นผู้ต้องขังชาย สร้างความตระหนักและให้เห็นคุณค่าของการเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต การอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

2. การเตรียมการ ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

3. ดำเนินการทดลองรูปแบบการพัฒนากิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้กับกลุ่มทดลอง ซึ่งเป็นผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดที่รับสมัครเข้าในการอบรม และรับการทดลองตามแบบแผนกิจกรรมการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการบนพื้นฐานของการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 คือการนำรูปแบบที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้ทดลองกับกลุ่มเป้าหมายซึ่งเป็นผู้ป่วยที่เป็นผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำ

4. ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง มีดังนี้

4.1 การบรรยายให้ความรู้และฝึกฝนปฏิบัติ ใช้เวลา 10 วัน ตั้งแต่วันที่ 20 พฤศจิกายน – 29 พฤศจิกายน 2553 โดยใช้เวลาภาคเช้าของเรือนจำตั้งแต่เวลา 09.00-12.00 น. โดยจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เว้นเฉพาะวันเสาร์และวันอาทิตย์เนื่องจากเป็นวันหยุดราชการ

4.2 การฝึกปฏิบัติเข้มข้น 1 วัน คือ วันที่ 30 พฤศจิกายน 2553 เวลา 09.00-16.00 น. (นิโอมินนิส+ธรรมชาติดำบัด) การทำดีเพื่อล้างพิษ ความรู้อาหารธรรมชาติ

4.3 การสนทนาภายในกลุ่มตามภาระงานกลุ่มวันละ 3 ชั่วโมง และการมอบหมายใบงานบุคคลให้ทำ วันละ 3 ชั่วโมง หลังการจัดกิจกรรมในแต่ละวัน ตั้งแต่ภาคบ่าย เวลา 13.00 เป็นต้นไป

4.4 การเรียนรู้ด้วยตนเอง และศึกษาตามอรรถาธิบายในห้องสมุดเรือนจำ เพื่อให้ครบกำหนดเวลา 100 ชั่วโมง

5. ดำเนินการรวบรวมข้อมูลในวันที่ 1 ธันวาคม 2553 โดยการใช้เครื่องมือวิจัยที่เป็นแบบวัดต่างๆ สำหรับกลุ่มทดลอง (Post-test) เพื่อรวบรวมข้อมูลผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติด ในวันสุดท้าย พร้อมทั้งปิดโครงการจัดกิจกรรมนอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

ตารางที่ 5 แสดง สรุปจำนวนวัน และเวลาในการทดลองกิจกรรมตามแนววิจัยสัจสีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย

ลำดับ	รายละเอียดกิจกรรม	จำนวน (วัน)	เวลา (ชม./วัน)	รวม(ชม.)
1	บรรยายให้ความรู้และฝึกฝนปฏิบัติตามแผนกิจกรรมการเรียนรู้ทั้ง 10 แผน จัดวันละ 1 แผน ๆ ละ 3 ชั่วโมงในภาคเช้าของแต่ละวัน รวมจำนวน 10 วัน เป็นเวลา 30 ชั่วโมง ดังตารางขวามือ	10	3	30
2	ฝึกปฏิบัติเข้มข้นเรื่องความรู้อาหารธรรมชาติ+กิจกรรมนีโอ+การทำดีที่อกข้างพิช (ภาคเช้าและบ่าย) จำนวน 1 วัน รวม 6 ชั่วโมง	1	6	6
3	การมอบหมายงานกลุ่มให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำในภาคบ่ายของแต่ละวันๆละ 3 ชั่วโมง ทั้ง 10 วัน รวมจำนวน 30 ชั่วโมง	10	3	30
4	การมอบหมายงานเดี่ยวจากใบงานให้ทำเป็นรายบุคคลในช่วงนอกเหนือเวลากิจกรรม	10	3	30
5	การเรียนรู้ด้วยตนเองและตามอรรถาสัยในห้องสมุดเรือนจำวันละ 2 ชั่วโมงเป็นเวลา 10 วัน รวม 20 ชั่วโมง	10	2	20
	รวมวัน/เวลาในการจัดกิจกรรม	11		116

สรุป รายละเอียดของการจัดกิจกรรมใช้ระยะเวลา 11 วัน กิจกรรมตามลำดับข้อ 1,3 และ4 จัดอยู่ในวันเดียวกัน 10 วัน ส่วนลำดับ 2 จัดกิจกรรมภาคเช้า และภาคบ่าย 1 วัน และลำดับ 5 เป็นการเรียนรู้ด้วยตนเอง และตามอรรถาสัย รวมทั้งสิ้นใช้เวลา 116 ชั่วโมง

ขั้นตอนที่ 4 : ปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำไปใช้ของรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนววิจัยสัจสี เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ที่ได้พัฒนาขึ้น

4.1 การสังเคราะห์ผลการวิจัยขั้นตอนที่ 1-4 เพื่อกำหนดปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนววิจัยสัจสีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

4.2 สัมภาษณ์เชิงลึก (Indept Interview) ผู้เกี่ยวข้องในการบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ต้องขังชายคดียาเสพติด เพื่อกำหนดปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบการจัดกิจกรรม

การศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ โดยสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เรือนจำกลางเชียงใหม่ ที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมผู้ต้องขังชาย ดังกล่าวซึ่งได้แก่ผู้บัญชาการเรือนจำ ผู้อำนวยการเรือนจำ และหัวหน้าส่วนชุมชนบำบัด จำนวน 3 คน เป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informant) เพื่อศึกษาปัจจัยและเงื่อนไข

4.3 ดำเนินการสนทนากลุ่มย่อย (Focus group) กับกลุ่มเจ้าหน้าที่เรือนจำที่ควบคุมความประพฤติผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติด จำนวน 5 คน เพื่อศึกษาถึงปัจจัยและเงื่อนไขที่ส่งผลต่อการดำเนินการในการนำรูปแบบกิจกรรมไปปรับใช้

4.4 ข้อมูลที่ได้ทั้งหมดนำมาสรุปปัจจัยและเงื่อนไขเกี่ยวข้องต่อการนำรูปแบบปรับใช้มาสังเคราะห์เนื้อหา และเขียนบรรยายโดยภาพรวม เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินการการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนให้มีความสมบูรณ์และชัดเจนยิ่งขึ้นต่อไป

6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

6.1 การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เกี่ยวกับบริบทขององค์กรที่เป็นกรณีศึกษาในสถานบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย เป็นองค์กรที่ประสบผลสำเร็จในการจัดกิจกรรม โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อนำข้อมูลไปพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายในการวิจัย

6.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยแบบทดสอบทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติทดสอบที (t-test Dependent) โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

6.3 การหาร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบวัดทักษะชีวิต

6.4 การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ของพฤติกรรมการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม

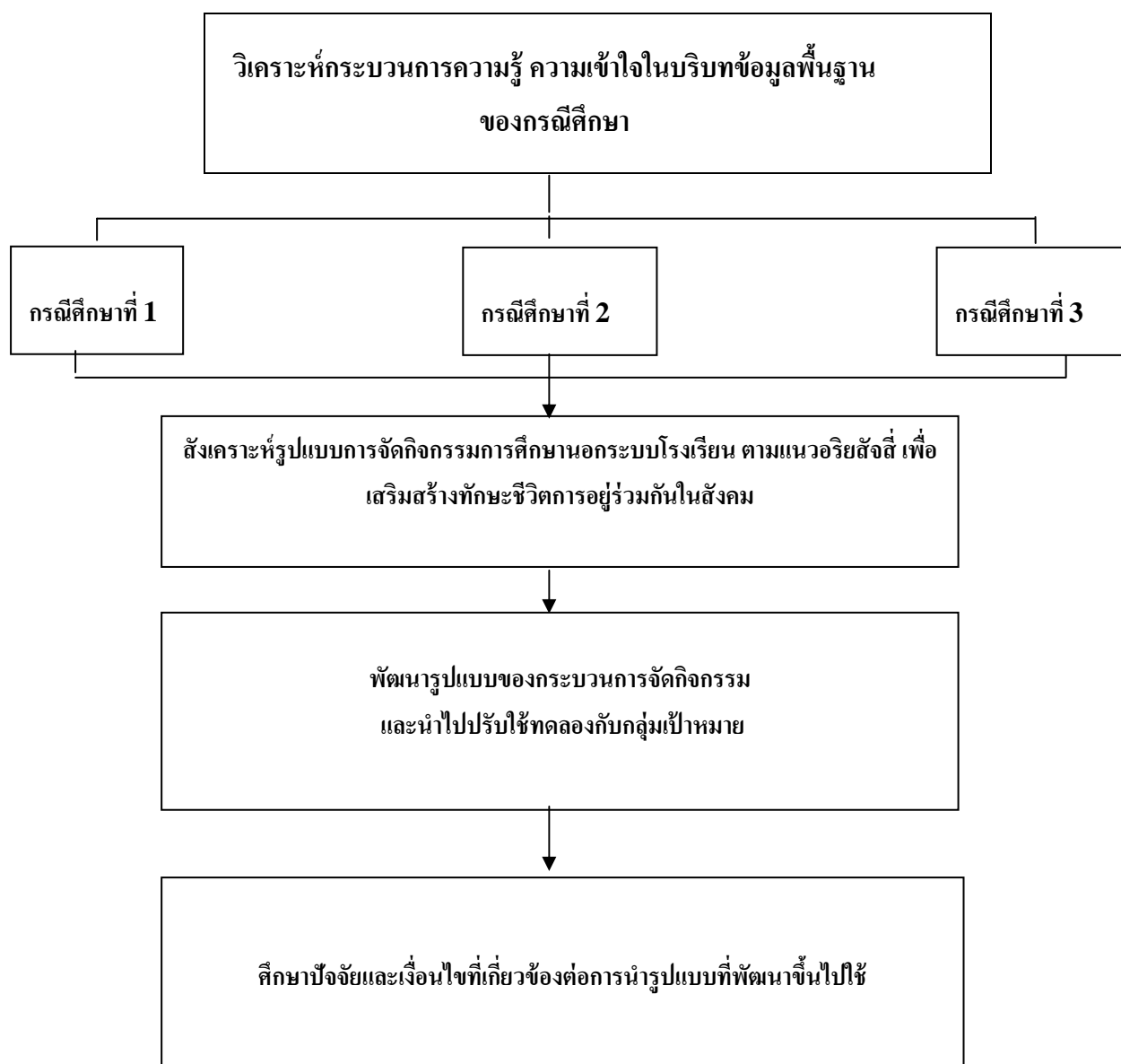
6.5 การหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบสำรวจความพึงพอใจ

6.6 การหาร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินตนเอง ในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบประเมินตนเอง

6.7 การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม

6.8 การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ของปัจจัยและเงื่อนไขที่มีความเกี่ยวข้องต่อการนำรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นไปปรับใช้ จากแบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข

แผนภูมิที่ 5 สรุปขั้นตอนการวิจัย



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัย เรื่องการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย โดยแบ่งเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาวิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กรการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

ตอนที่ 2 ผลการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต

ตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

ตอนที่ 4 ผลการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปปรับใช้

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาวิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กรการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

จากการศึกษาวิเคราะห์กรณีศึกษาแนวทางการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดขององค์กรที่ประสบความสำเร็จ โดยศึกษาวิเคราะห์ และทำความเข้าใจในบริบทของกรณีศึกษาข้อมูลภาคสนาม และสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งเจ้าหน้าที่สถานบำบัด และผู้รับการบำบัดฟื้นฟูของกรณีศึกษา 3 แห่ง ซึ่งได้แก่ 1) สำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก ตำบลขุนโขลน อำเภอพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี 2) โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพอากาศ ดอนเมือง กรุงเทพฯ 3) เรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น

เหตุผลในการเลือกกรณีศึกษาทั้ง 3 แห่งเพราะสถานบำบัดดังกล่าวเป็นกรณีศึกษาขององค์กรที่ประสบความสำเร็จในการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด มีการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง และเป็นองค์กรที่บริการช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดซึ่งได้รับการยอมรับจากสังคม รวมถึงมีภารกิจที่สอดคล้องตามนโยบายการป้องกันปราบปรามและบำบัดผู้ติดยาเสพติดของรัฐจึงได้คัดเลือกมาเป็นกรณีศึกษา และการสัมภาษณ์นั้นได้สัมภาษณ์ตามกรอบแนวอริยสัจสี่ ที่กำหนดไว้ 4 ขั้นตอน คือทุกข์หรือสภาพปัญหา สมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์หรือปัญหา นิโรธความดับทุกข์อย่างมีเป้าหมาย และมรรคแนวทางแก้ไขปัญหามาตามเป้าหมาย นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เนื้อหา และบรรยายให้เห็นภาพตามกรณีศึกษาทั้ง 3 แห่ง ซึ่งแต่ละแห่งมีอัตลักษณ์ในการบำบัดฟื้นฟูที่แตกต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยได้นำเสนอแต่ละกรณีศึกษาที่เด่น ๆ ที่สรุปเป็นภาพรวมของแต่ละแห่ง ดังต่อไปนี้

1. กรณีศึกษาสำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก ตำบลขุนโขลน อำเภอพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี

กรณีศึกษาสำนักสงฆ์ถ้ำกระบอกนี้ เนื่องจากเป็นองค์กรบำบัตร์กษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดที่สังคมให้การยอมรับทั้งชาวไทยและต่างประเทศ และพระสงฆ์เป็นผู้ดำเนินการ ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาทำความเข้าใจในวิธีการ แนวทางการบำบัดตามกรอบขั้นตอนของอริยสัจสี่ ซึ่งได้กำหนดขั้นตอนเป็น 4 ขั้นตอน ตามการศึกษา ดังนี้

1.1 การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

1.1.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

การกำหนดสภาพปัญหาขั้นทุกข์ เรื่องวิธีการที่ให้ผู้ป่วยวิเคราะห์ปัญหาชีวิตตนพบว่า ให้ผู้ป่วยมีสมาธิได้พิจารณาการกระทำต่างๆที่ผ่านมาจากอดีตจนถึงปัจจุบัน อะไรที่เป็นปัญหาชีวิต และมีลักษณะเป็นอย่างไร สภาพปัญหาของผู้ป่วยนั้นเกิดจากสภาพจิตใจที่ผิดปกติ การเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมเลียนแบบตะวันตก ค่านิยมของวัยรุ่นเปลี่ยนไปมีการหลงกลวงให้เสพติดได้ง่าย นอกจากนี้ความเป็นทุกข์ในชีวิต เกิดจากตัวผู้ป่วยที่มีความยินดี มีความอยากหรือเสียนยาจนกลายเป็นนิสัย เจ้าอาวาสสำนักสงฆ์ได้กล่าวว่า “...จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีสัจจะความจริงใจ เป็นหลักในการพิจารณาปัญหาชีวิตตน การรู้เท่าไม่ถึงการณ์เป็นปัญหาชีวิตที่ต้องเข้ามาบำบัดรักษาในที่นี้ ดังนั้นคุณค่าการใช้ชีวิต เป็นสิ่งสำคัญที่ต้องนำมาวิเคราะห์เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องของสังคม...” นอกจากนี้การให้ผู้ป่วยเล่าประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ในประเด็นนี้มีความสำคัญ เพราะได้ทบทวนความทุกข์หรือปัญหาที่ผ่านมาเป็นอย่างไร จากการสัมภาษณ์พบว่า ทางสำนักสงฆ์ มีความพยายามให้ผู้ป่วยพูดถึงประโยชน์ในการบอกเล่าประสบการณ์ชีวิตให้แก่สังคม และเยาวชนที่กำลังเดินทางผิด ซึ่งที่ผ่านมาการเสพยาเป็นสิ่งที่ไม่ดีและมีโทษมาก ซึ่งทางพระภิกษุที่เป็นวิทยากรได้ถามผู้ป่วย และผู้ป่วยเคยเล่าว่า “...ได้เจอกับตนเองถึงกับล้มเหลวตลอดชีวิต และเสียใจมาก...” นอกจากนี้ พระเป็นผู้สนทนากับผู้ป่วย และให้ผู้ป่วยพูดถึงปัญหาตัวเองที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับการใช้ยา ปัญหารอบๆด้านของผู้ป่วย ปัญหาครอบครัว ปัญหาที่มาจากการชักจูงของเพื่อนฝูง สิ่งแวดล้อมทางสังคม ซึ่งทางพระวิทยากรรับฟังปัญหาและนำไปจัดเป็นแฟ้มประวัติบุคคลต่อไป ส่วนการปรับตัวในสถานบำบัดฟื้นฟู พบว่าทางสถานบำบัดในสำนักสงฆ์โดยเจ้าอาวาสกล่าวว่า “... ได้ชี้แนะให้ผู้ป่วยเข้าใจการมาอยู่อาศัยที่นี่ เพราะเราต้องทำเพื่อตนเอง เพื่ออนาคต ครอบครัวของผู้ป่วยเอง ดังนั้นต้องปรับตัวเพื่อความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ และให้ผู้ป่วยได้เข้าใจถึงหลักการอยู่ร่วมกัน...” นอกจากนี้การบำบัดรักษาผู้ป่วยทางสำนักสงฆ์ให้พระเป็นผู้นำและค่อยๆ ให้ผู้ป่วยปรับตัว เข้ากับเพื่อน รวมทั้งการเข้ามาอยู่ ณ แห่งนี้ ต้องมีความ

เข้าใจในการรักษาผู้ป่วยจึงรับไว้ในสถานฟื้นฟู และยึดความสมัครใจของผู้ป่วยและครอบครัวเป็นสำคัญ

1.1.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

สภาพปัญหาชีวิตของผู้ป่วยก่อนและหลังเสพ ที่ส่งผลต่อชีวิต พบว่า สามารถแบ่งได้เป็น 3 ประการคือ ด้านร่างกายและจิตใจ ปัญหาด้านครอบครัวและปัญหาด้านสังคม ในด้านร่างกายและจิตใจ พบว่า เมื่อเสพยาแล้วร่างกายอ่อนเพลีย มองงานซ้ำ เมื่อยามดึกก็ห่มดกกำลังและไม่อยากทำอะไร ร่างกายทรุดโทรมและพอมลง หน้าตาซูบผอม ส่วนจิตใจกระวนกระวายเกิดการหลอน จิตหดหู่ เมื่อหมดฤทธิ์ยาแล้ว ส่วนปัญหาด้านครอบครัว เกิดปัญหาภายในครอบครัวขาดความสนใจในครอบครัว ห่างเหินจากความผูกพันทั้งการเงิน คู่สมรสและนิสัยก็เปลี่ยนไป ไม่เหมือนเดิม มีการใช้เงินฟุ่มเฟือย เสียทรัพย์สินโดยใช่เหตุ นอกจากนี้แล้วเวลาเสพยาเข้าไปไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ไม่สามารถทำงานได้ดีเหมือนแต่เดิม ส่วนปัญหาด้านสังคม ก่อนมีใครรู้ว่าผู้ป่วยเสพยา ในที่ทำงานให้ความเคารพความคิดในการทำงาน แต่เมื่อเสพยาทุกคนขาดความเคารพ และไม่มีใครรับฟังความเห็นและยอมรับ ซึ่งในประเด็นนี้จากการบอกเล่าผู้ป่วยในสำนักสงฆ์กล่าวว่า “...เมื่อเริ่มเสพยารู้สึกตนเองว่าแย่งลง ทั้งในด้านร่างกายและจิตใจแต่เมื่อเข้ารับการบำบัดเพื่อเลิกเสพยาแล้วรู้สึกว่ามีกำลังใจขึ้นทั้งสังคมรอบข้างและตนเอง...” ส่วนความสัมพันธ์ภายในครอบครัวหรือคู่สมรสที่ประสบความทุกข์ที่ผ่านมา พบว่า ตั้งแต่ผู้ป่วยเสพยาทำให้ครอบครัวมีปัญหา เช่น ผู้ป่วยหมกมุ่นกับสิ่งเสพติดไม่มีเวลาให้ครอบครัว อารมณ์รุนแรงกับครอบครัว เช่น ใช้วาจารุนแรงกับพ่อแม่ ทะเลาะกันบ่อยภายในครอบครัว มีความรู้สึกแย้มไม่ค่อยพูดคุยกับพี่น้อง คิดเพื่อนฝูง ผู้อื่นดูถูกว่าเป็นจ๊าย ทำงานอะไรไม่มีใครไว้วางใจ ในขณะที่เดียวกันครอบครัวหลายรายมีความรักใคร่ปรองดองกันดี ความสัมพันธ์ยังเหมือนเดิม เพียงแต่สิ่งที่ครอบครัวอยากได้คือ ให้ผู้ป่วยบำบัดและเลิกยาเสพติดให้ได้ ซึ่งทุกคนคอยให้กำลังใจอยู่ และมีชาวต่างชาติที่เป็นชาวยุโรปที่เข้ารับการบำบัดรักษาในสำนักสงฆ์ถ้ากระบอกเล่าว่า “...ได้สูญเสียเพื่อนหญิงที่น่ารัก 2 คน โดยการที่ได้ทุบตีประทุษร้ายร่างกาย โดยฤทธิ์ของยาดังกล่าวทั้งที่ยังรักกันอยู่ จึงรู้สึกเสียใจในการกระทำของตนและสัญญาว่าจะไม่ให้เกิดขึ้นอีก ถ้ามีโอกาสจะแก้ไขตนเอง...” นอกจากนี้การประสบปัญหาต่างๆ และปัญหาเกี่ยวกับคนในครอบครัว ส่วนใหญ่ที่พบจากการสัมภาษณ์ คือ ผู้ป่วยมีภาวะหนี้สินมากขึ้นทั้งในหมู่บ้านและที่ทำงาน ค่าใช้จ่ายของผู้ป่วยส่วนใหญ่ใช้กับยาเสพติด ส่งผลต่อครอบครัวและค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว ซึ่งผู้ป่วยคนหนึ่งเล่าว่า “...ครอบครัวตนเกิดเครียดและหันมาพึ่งยาเสพติด สุขภาพร่างกายแย่งลงร่างกายทรุดโทรมผ่ายผอม มีอารมณ์รุนแรง จิตใจหงุดหงิดง่าย มีความก้าวร้าว และเริ่มโกหกกับพ่อแม่เพื่อต้องการใช้เงิน...” และเมื่อเข้ารับการบำบัดในสำนักสงฆ์แห่งนี้

ในสัปดาห์แรก ผู้ป่วยรู้สึกลำบากใจ มากทั้งเรื่องกฎระเบียบต่างๆ บ้าง เพื่อนร่วมสถานบำบัดบ้าง แต่ผู้ป่วยต้องทนทรมานต่อการบำบัดอยู่เพื่อตนเอง และครอบครัว ผู้ป่วยมีความพยายามปรับตัว พุดคุยกับเพื่อนให้มากและทำงานที่ได้รับมอบหมายให้ดีที่สุด ซึ่งประเด็นนี้ผู้ป่วยที่เป็นชาวต่างชาติ มาใหม่เพื่อรับการบำบัดคนหนึ่ง เล่าว่า “..... ก็รู้สึกอยากเสพยาและเมื่อกินยาตัด แล้วรู้สึกอ่อนเพลีย เหมือนคนใกล้ตาย แต่ต้องกินยาเพื่อบำบัดความรู้สึกรทรมาน แต่นานๆ ก็รู้สึกดีขึ้น ไปเอง และรู้สึกว่าที่แห่งนี้ให้ชีวิตใหม่กับผู้ป่วยบางรายเลิกใช้ยา และพยายามปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนๆ ในการทำกิจกรรมร่วมกัน เพราะไม่ทำให้ผู้ป่วยจิตใจฟุ้งซ่าน.....” นอกจากนี้ ยังพบว่า เมื่อผู้ป่วยรู้สึกมีความกดดันต่อสภาพที่เป็นอยู่ ยังแอบมีการใช้ยาเสพติดอยู่บ้างในเบื้องต้นในการลดความกดดันต่อสภาพที่อยู่ เพราะยังหลงผิดคิดว่าเป็นหนทางเดียวที่เป็นทางออก

1.2 การประเมินสมมติฐานของเหตุปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมมุติ คือ เหตุให้เกิดทุกข์)

1.2.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมมุติ คือ เหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

การวิเคราะห์สถานการณ์ที่เป็นสาเหตุการใช้สารเสพติดในผู้ป่วย พบว่า สาเหตุมาจากสภาพจิตใจ จากปัญหาครอบครัวขาดความรักความอบอุ่นหรือถูกชักจูงจากเพื่อนฝูง และสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี ซึ่งทางพระวิทยากรท่านหนึ่ง กล่าวว่า “.....คนที่ติดยาเสพติด เพราะขาดความปีติ หรือความอิมใจในตนเอง ไม่สามารถเป็นที่พึ่งของตนเองได้จึงคิดใช้ยาเสพติดเป็นที่พึ่ง ปัจจัยแห่งทุกข์ พระท่านว่า เกิดจากตัวเราเองทั้งสิ้น ดังนั้นการขาดหลักสัจจะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ผู้ป่วยจึงต้องใช้ยาเสพติดเพราะขาดหลักใจยึดเหนี่ยวไว้....” นอกจากนี้ข้อผิดพลาดผู้ป่วยที่ผ่านมาต้องให้ผู้ป่วยทราบถึงสาเหตุและปัจจัยเงื่อนไขให้เกิดจากการเข้าไปเสพยาเสพติด การปรับเปลี่ยนนิสัย การกระทำ ผู้ป่วยต้องมีผู้ร่วมกำหนดวิถีชีวิตใหม่ และการฝึกฝนตนเอง รวมถึงตั้งเป้าหมายของสัจจะความจริงใจพูดสิ่งไหนก็ทำสิ่งนั้นเป็นเงื่อนไขหนึ่งที่เป็นกติการิยธรรมร่วมกัน ส่วน หลักในการให้ผู้ป่วยคิดอย่างมีวิจารณญาณเพื่อพิจารณาให้ผู้ป่วยมีแนวทางแก้ไขปัญหาดน และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ ต้องให้รู้ถึงสาเหตุที่เสพยาว่ามีปัจจัยที่เป็นสาเหตุอย่างไรบ้าง ซึ่งทางวิทยากรที่เป็นพระสงฆ์ กล่าวว่า “....หลักเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้เสพยาเสพติด รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ปฏิเสธความเสี่ยงเมื่อประเมินแล้วคิดว่าไม่ดีแน่นอนและ เมื่อพลาดพลั้งเสพยาแล้วควรรับการรักษาทันที.....” นอกจากนี้มีการให้ผู้ป่วยไตร่ตรองนึกถึงครอบครัวที่เป็นสังคมเล็กๆ ที่เอื้อประโยชน์ต่อกัน หากผู้ป่วยติดยา ครอบครัวทั้งครอบครัวก็จะเกิดปัญหาและปราศจากความเข้าใจ และเห็นใจกันอีก ดังนั้นผู้ป่วยควรมีเวลาคิดทบทวนตนเองที่ทำให้จิตใจสงบสุข อยู่ในระเบียบและมีการเคลื่อนไหวทางความคิดเสมอ ซึ่งประเด็นนี้พระสงฆ์ที่เป็นวิทยากร กล่าวภาษาธรรมะไว้ว่า

“ความทุกข์ที่จะแก้ปัญหาคือตัวเราเองทั้งสิ้น ถูกผิดก็อยู่ที่เรามีใช้ผู้อื่น ความสุขในสังคม จึงตัดแก้ที่ตนเองก่อน....”

1.2.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ชั้นสมุทัย คือ เหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

สาเหตุการใช้ยาเสพติดเบื้องต้นในผู้ป่วย พบว่า ผู้ป่วยเกิดจากความอยากรู้อยากลอง อยากเท่ เอาแต่ใจตนเอง รักสนุก ในทัศนะของชาวต่างชาติที่เข้ารับการบำบัดรักษา บอกเป็นลำนวนว่า “... เพราะตนเองมีความเคารพในตนเองต่ำ จึงเป็นปัญหาในการใช้ยา และเชื่อว่ายาเสพติดทำให้ผู้เสพมีความมั่นใจใหม่....” นอกจากนี้ส่วนใหญ่ปัจจัยที่เสพยานอกจากตนเองแล้วเกิดจากเพื่อนฝูงชักชวนให้ลองเสพดู จากนั้นเมื่อมีจังหวะโอกาสหามาเสพเอง ซึ่งเมื่อผู้ป่วยทดลองเสพยาแล้วรู้สึกดีและเกิดจิตใจในรสชาติ ซึ่งประเด็นนี้ผู้ป่วยคนหนึ่งในสำนักสงฆ์ถ้ากระบอกกล่าวถึงต้นเหตุที่เสพว่า “.....อยากลองดูว่าเป็นอย่างไร เพราะรู้สึกเครียด และสภาพแวดล้อมมีแต่สิ่งเสพติดหากใจแข็งไม่พอหรือควบคุมความรู้สึกอารมณ์ไม่ไหวก็ห้วนไหวได้ง่าย....” นอกจากนี้ พบว่า หากผู้ป่วยไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด จะส่งผลดีต่อครอบครัว ซึ่งญาติทางบ้านใส่ใจและให้ความสนใจมากขึ้น ชุมชนดีปราศจากยาเสพติด ชุมชนน่าอยู่อาศัยขึ้น คนรอบข้างและสังคมยอมรับและมีทัศนคติต่อผู้ป่วยไปในทางที่ดีขึ้น ทำให้ครอบครัวมีความสุขมีเงินเก็บ ส่วนสาเหตุเข้ารับการบำบัดรักษาในสถานที่ถ้ากระบอกนี้ พบว่า ส่วนใหญ่มาด้วยความสมัครใจในการที่จะเลิกยาเสพติดให้ได้และให้หายขาด เนื่องจากไม่อยากกลับไปเสพและรับโทษภัยของยาอีกแล้วเพราะไม่ทำอะไรดีขึ้นนอกจากสภาพที่เลวลง แม้ผู้ป่วยชาวต่างชาติมา ณ สถานธรรมถ้ากระบอกแห่งนี้ มาด้วยเจตจำนงเสรี พร้อมคำเสนอแนะของเพื่อนที่มาอยู่ก่อนเพื่อต้องการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองจากยาเสพติด นอกจากนี้ยังพบว่า ผลกระทบยาเสพติดที่มีผลต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม ผู้ป่วยส่วนใหญ่ให้ความเห็นคล้ายกันว่า โทษของยาเสพติด มีผลกระทบหลายอย่างตามมา คือ ทางด้านครอบครัว เกิดแตกแยกขาดความสุขในครอบครัว ครอบครัวห่างเหินกับผู้ป่วย ในด้านสังคม ทั้งในที่ทำงาน คู่สมรส การเงิน แย่ลงเรื่อยๆ นำไปสู่ความพินาศ และสังคมไม่ยอมรับผู้ที่ติดยาเสพติดซึ่งถือว่าเป็นสนิมของสังคม ในประเด็นนี้ผู้ป่วยคนหนึ่งในสำนักสงฆ์กล่าวไว้ว่า “...ร่างกายสุขภาพแยกลง ร่างกายทรุดโทรม อ่อนเพลีย มองไม่เห็น จิตใจแปรปรวนไม่มีความสุข อารมณ์ร้อนไม่ฟังใคร เพราะมาจากสาเหตุที่เข้าไปเสพยาเสพติดและไม่ยอมถอนตัว....”

1.3 เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์)

1.3.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

เป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยกำหนดกรอบการกระทำของตนเองเป็นหลัก โดยให้ผู้ป่วยนำสิ่งที่ได้ตั้งปณิญาไว้ครั้งแรกต่อหน้าพระรัตนตรัยเมื่อมาอยู่สถานบำบัดถ้ากระบอกนี้ไปใช้ในการดำเนินชีวิต และมีขั้นตอนความอดทนในการกระทำของตนเองที่วางไว้ เช่นผู้ป่วยได้ให้สัญญากับตนว่าจะไม่สูบบุหรี่ไม่เสพยาเสพติดตลอดชีวิต ตั้งใจให้ทำได้ ดังนั้นการตั้งสัญญานี้ไว้ มีผลต่อวิถีชีวิตของผู้ป่วยตลอดไป ส่วนหลักและวิธีคิดด้านบวกสำหรับผู้ป่วยให้เห็นคุณค่าตนเอง พบว่า ทางสำนักสงฆ์ถ้ากระบอกโดยพระวิทยากรให้ข้อคิดเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่า “.....ถ้าผู้ป่วยสามารถที่จะเลิกยาเสพติด ได้ก่อนแล้วตามสัญญที่ตั้งใจไว้ เขาก็สามารถสอนคนอื่น ได้จากประสบการณ์เขาเองเป็นตัวอย่าง จากการทำที่เคยเป็นผู้เสพยา ก็จะกลับกลายเป็นผู้สอนและให้คำแนะนำผู้อื่นได้.....” นอกจากนี้ผู้ป่วยต้องมีกำลังใจต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติด เพราะว่ายาเสพติดนั้นไม่ได้คิดที่ทางกายแต่คิดที่ใจ เพราะฉะนั้นถ้าทำจิตใจให้เข้มแข็งและพร้อมที่จะสู้คือสิ่งสำคัญที่สุด และควรหมั่นดูแลสุขภาพความสะอาดร่างกายของตนเองเป็นประจำ เป็นส่วนหนึ่งในคนเลิกยาเสพติดได้เพราะยาเสพติดเป็นเรื่องสกปรกไม่สะอาด นอกนั้นก็ฝึกให้รักษาสัญญะตัวเอง การมีสติปัญญา พิจารณาให้สิ่งทั้งหลายไม่ให้ความทะยานอยากครอบงำใจตนเอง จนเป็นเหตุควบคุมไม่ได้ ก็ควรหาวิธีการดับของความอยากทั้งหลายได้ สามารถพบคุณค่าชีวิตใหม่ที่ดี ปราศจากและห่างไกลยาเสพติด นอกจากนี้การส่งเสริมกิจกรรมสำหรับผู้ป่วยต้องสอดคล้องกับความสามารถของผู้ป่วยแต่ละคน ซึ่งพระสงฆ์ในวัดถ้ากระบอกได้กล่าวว่า “...มีกิจกรรมให้กับผู้ป่วยหลายด้าน เช่น การทำเชรามิค การวาดรูป การทำอาหาร ทำสวน และทำงานก่อสร้าง เป็นต้น เพื่อเสริมสร้างให้ร่างกายผู้ป่วยแข็งแรงขึ้น และสามารถนำกลับไปทำเป็นอาชีพได้ นอกจากนี้กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเปลี่ยนแปลงตนเอง ต้องฝึกให้มีสัญญะนำชีวิต ให้ฝึกจิตภาวนา นั่งสมาธิและออกกำลังกาย....” ส่วนการวางแผนดำเนินงานตลอดกิจกรรมสำหรับผู้ป่วย ได้จัดให้มีการประชุมในกลุ่มของผู้ป่วย เพื่อให้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ฝึกให้ผู้ป่วยมีความรับผิดชอบตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายและการมีจิตใจที่เอื้อเฟื้อต่อบุคคลอื่น นอกจากนี้แบบแผนกิจกรรมที่ต่อเนื่องสำหรับผู้ป่วยนั้นต้องได้รับการร่วมมือจากครอบครัวของผู้ป่วยเป็นหลักด้วย ซึ่งประเด็นนี้พระสงฆ์กล่าวว่า “.....ทางสำนักสงฆ์ เป็นเพียงผู้ส่งต่อและบอกถึงว่าผู้ป่วยควรได้รับการดูแลแบบไหนจึงจะสอดคล้องกับความต้องการของทุกฝ่าย และกิจกรรมทางสถานบำบัดนี้ ถ้าหากผู้ป่วยต้องการอยู่ เพื่อทำกิจกรรมต่อเนื่องกับทางโครงการก็สามารถร่วมกันแก้ไขปัญหาระยะยาวได้.....” นอกจากนี้การกำหนดวัตถุประสงค์และแนวทางในการบำบัดฟื้นฟูสำหรับผู้ป่วย ทางสำนักสงฆ์ถ้ากระบอก กล่าวว่า “.....เป็นความสัมพันธ์ของทุกฝ่ายร่วมกัน คือ ผู้ป่วย สถานบำบัด

ครอบครัว สังคมชุมชน จะต้องประสานทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบจึงจะบรรลุเป้าหมาย....” ส่วนการสานต่อจากสถานบำบัด เป็นการอยู่ร่วมกับครอบครัว การได้กำลังใจจากครอบครัวการดูแลใกล้ชิดในการกลับไปใช้ชีวิตใหม่ รวมถึงการที่ผู้ป่วยควรรู้จักการวางแผนชีวิต แบ่งเวลาให้เหมาะสมในการใช้ชีวิต สามารถพบกับแนวทางดับทุกข์เวทนาและฟื้นฟูตัวผู้ป่วยให้หายขาดได้ และสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างปกติสุข พระวิทยากรกล่าวเพิ่มเติมเรื่องนี้ว่า “...ในการกำหนดวางเป้าหมายว่าก่อนอื่นใด ต้องให้ผู้ป่วยเอาชนะใจตนเองก่อนให้ได้ และผู้ป่วยจะเกิดทักษะในการดำเนินชีวิตและตนเองได้...” นอกจากนี้ยังให้ผู้ป่วยรับผิดชอบต่อหน้าที่ตนเอง และปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อเปลี่ยนแปลงอุปนิสัยของผู้ป่วย เช่น ให้ผู้ป่วยใช้หลักธรรมอิทธิบาท คือ ฉันทะ มีความพอใจในสิ่งที่ตนกระทำ วิริยะ เพียรประกอบในสิ่งนั้นๆ จิตตะ เอาใจฝึกใฝ่ในธรรมของตน และวิมังสา หมั่นพิจารณาใคร่ครวญตรวจสอบอยู่เสมอ เป็นต้น นอกจากนี้ได้จัดให้มีการพูดคุยโดยให้ผู้ป่วยเป็นผู้ให้ความรู้กับเด็กหรือเยาวชน รวมทั้งหน่วยงานต่างๆ ที่มาศึกษาดูงาน ผู้ป่วยเป็นส่วนหนึ่งในการให้ความรู้วิชาการ เพื่อให้ผู้ป่วยเห็นความสำคัญของตนเอง และตระหนักถึงในเรื่องยาเสพติด นอกจากนี้ผู้ป่วยได้รับการฟังธรรมจากพระพี่เลี้ยงในการให้กำลังใจผู้ป่วยเป็นระยะในช่วงเวลาการบำบัดรักษาและศึกษาตนเองในสำนักสงฆ์แห่งนี้

1.3.2 ผลการสัมฤทธิ์ของผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

เป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับตนเอง ในประเด็นนี้ ผู้ป่วยกล่าวว่า “...ต้องมีจิตใจที่เข้มแข็ง ตั้งใจแน่วแน่ในการพยายามไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก ไม่ว่าจะเพื่อนที่เสพยาที่เลิกติดต่อ รวมถึงสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี...” นอกจากนี้ผู้ป่วยควรหมั่นเล่นกีฬา มีเวลาให้กับครอบครัวมากขึ้น หากิจกรรมทำร่วมกับครอบครัว เป็นคนดีของสังคม และให้ความรู้กับเพื่อนบ้านพี่น้องให้ห่างไกลยาเสพติดและผู้ป่วยมีวิธีการและวิถีคิดใหม่ๆ ให้กับตนเอง และนำพาชีวิตใหม่มาสู่ตนเองและครอบครัว ส่วนกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกายจิตใจและความรู้ เช่น การเข้าหาหรือมีความใกล้ชิดกับครอบครัวมากขึ้น หากิจกรรมที่ตนเองถนัดทำ การได้กำลังใจที่ดีจากพ่อแม่ ครอบครัว การฟื้นฟูร่างกาย จิตใจและสภาพสมอง การเข้าอบตัวด้วยสมุนไพรเป็นประจำเพื่อการบำบัด การอ่านหนังสือที่ให้ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติด การทำตามพระพี่เลี้ยงที่แนะนำ ซึ่งผู้ป่วยตั้งใจทำอย่างตั้งใจ ฝึกควบคุมจิตใจตนเองให้ได้ และผู้ป่วยได้ออกกำลังกายกลางแจ้งเล่นโยคะ นั่งสมาธิ ในด้านการวางเป้าหมายชีวิต ผู้ป่วยมีสัจจะชีวิต สอนตนเองให้เข้มแข็ง ไม่พึ่งพาเสพติดและอัลกอฮอล์ สร้างกำลังใจให้ตนเองและเพื่อนๆ ทำชีวิตให้มีคุณค่ามองเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น ส่วนความพร้อมในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ผู้ป่วยยอมเปิดใจกว้างในการยอมรับสิ่งใหม่ๆ และไม่เอาความคิดตนเองเป็นใหญ่ใช้สติปัญญาคิดให้รอบครอบก่อน

ตัดสินใจทำอะไรลงไปในชีวิต ฝึกจิตใจให้มีความสงบตรึงตรองพิจารณาใคร่ครวญในสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาและการมีชีวิตใหม่โดยปราศจากยาเสพติด การเตรียมตัวเตรียมใจในการรับมือกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นตลอดเวลาและหาแนวทางแก้ไข

1.4 แนวทางการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค)

1.4.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านแนวทางการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

ทางสำนักสงฆ์ถ้ากระบอก ได้จัดให้มีการทำประวัติบุคคล และจัดให้มีกิจกรรมต่างๆ นอกจากนี้มีการสอนให้ความรู้กับผู้ปกครองในการดูแลผู้ป่วยต่อเนื่องจากสถานบำบัด ทั้งนี้ได้เน้นการให้ผู้ป่วยถือศีลจะซึ่งแปลว่าความจริงใจในการปฏิบัติ เป็นหัวใจของการดำเนินชีวิต สร้างความศรัทธาต่อตนเอง และไม่ใช้อารมณ์ในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น และชี้ให้เห็นถึงผลกระทบที่มาจากสาเหตุใดก็จะได้รับผลนั้นไม่ช้าก็เร็ว นอกจากนี้พระวิทยากรกล่าวว่า “.....มีการจัดบอร์ดเสนอความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดให้ผู้ป่วยได้วาดภาพ แสดงความรู้สึกต่างๆ ออกมาจากภาพที่วาดไว้ เขียนความรู้สึกนึกคิดและความเห็นต่างๆ ออกมาและให้มาพูดในที่ประชุมกลุ่มสำหรับชาวต่างประเทศที่เข้ามาบำบัดรักษาใช้สื่อทางอินเทอร์เน็ต ในการพูดคุยตอบคำถามกัน และสำหรับชาวไทยก็สามารถใช้สื่อนี้ได้ผู้ปกครองสามารถใช้โทรศัพท์สื่อสารปรึกษาหารือกับเจ้าหน้าที่ได้...” นอกจากนี้สื่อที่เพิ่มเติมการเรียนรู้ให้กับผู้ป่วยยังมี VCD ซึ่งเป็นสื่อการฝึกอาชีพ สื่อวิธีการบำบัดรักษาที่ได้ผล สื่อการอบรมทางด้านจิตใจ เพื่อให้ผู้ป่วยไว้เป็นแนวทางในการนำมาปรับใช้ในชีวิตได้ และได้ให้ผู้ป่วยฝึกฝนการทำงานให้เป็น โดยมีกิจกรรมทุกวันให้ผู้ป่วยได้ทำ ซึ่งแล้วแต่ผู้ป่วยแต่ละรายมีความสมัครใจหรือความสนใจในทางด้านไหนเรียนรู้ฝึกฝนให้เกิดความชำนาญ ซึ่งสถานที่แห่งนี้ส่งเสริมการสร้างอาชีพให้กับผู้ป่วยตามความถนัด โดยสนับสนุนแหล่งความรู้ให้ทั้งในระยะยาวเพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ป่วยได้ประกอบสัมมาชีพในเวลาออกไป นอกจากนี้ให้มีการฝึกคิดต่อยอดจากการทำงานที่ทำอยู่ โดยทำต่อเนื่องและปฏิบัติให้เกิดผลในชีวิตประจำวัน การฝึกจิตเจ้านั้นพระสงฆ์ฝึกฝนผู้ป่วยให้มีขันติความอดทนในตนเองในการพัฒนาความรู้ความสามารถ ผลักดันให้ผู้ป่วยประยุกต์ใช้ความรู้ทั้งอาชีพและด้านจิตใจเป็นทักษะพื้นฐานสำหรับผู้ป่วยนำไปใช้ในชีวิต ส่วนกิจกรรมที่เสริมสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย โดยมีกิจกรรมการเล่นการบันเทิง การเล่นดนตรี กิจกรรมประกอบจังหวะ จัดฉาย VDO คู่มือคดี แสดงละครสั้น การเล่นเกม และการอ่านหนังสือในห้องสมุด นอกจากนี้พระวิทยากรได้กล่าวเพิ่มเติมว่า “....ยังมีกิจกรรมหนึ่งที่ทางสำนักสงฆ์ได้ใช้ประกอบการผ่อนคลายสำหรับผู้ป่วยคือ การใช้ดนตรีบำบัดเข้าช่วยในการสร้างบรรยากาศในขณะที่ฝึกอาชีพหรือทำกิจกรรมต่างๆ.....” ในทางธรรมะ การไม่ติดยาเสพติดว่ากล่าวผู้อื่นช่วยเสริมสร้างทางผ่อนคลายได้เช่นกัน คือใช้วิธีการพูดในเชิงบวก พูดแต่สิ่งที่ดีต่อกันหรือ

ใช้ระยะเวลาในการสนทนากับบุคคลอื่น ในส่วนการสร้างเชื่อมั่นให้ผู้ป่วยเลิกยาเสพติด ส่วนการประเมินผลที่เป็นตัวชี้วัดผลการดำเนินงาน ได้ใช้วิธีให้ผู้ป่วยตอบแบบสอบถามที่กำหนดไว้และให้เขียนระบายความรู้สึกออกมา ในบางครั้ง กำหนดโดยการแจกแบบประเมินไปทางไปรษณีย์เพื่อตอบกลับให้กับผู้ปกครอง ได้รายงานถึงความเป็นไปของผู้ป่วยที่มารับการบำบัดที่แห่งนี้

1.4.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านแนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรล) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

การกำหนดแนวทางในการแก้ไขปัญหาเพื่อนำมาปรับใช้ในชีวิตสำหรับผู้ป่วยพบว่า ครอบครัวของผู้ป่วยเป็นกำลังใจโดยไม่ให้ผู้ป่วยเครียดในการดำเนินชีวิตประจำวันและแนะนำให้ผู้ป่วยไม่ให้หนีปัญหาเพราะทุกปัญหามีแนวทางแก้ไขได้ ให้ผู้ป่วยตรงคิดหาเหตุของปัญหาให้เจอและวิธีการแก้ไขปัญหาเป็นคำตอบสำหรับทางออกของปัญหา พยายามเรียนรู้และรับฟังผู้อื่น แล้วนำมาปรับใช้กับชีวิตตนเอง นอกจากนี้มีการใช้สื่อเพื่อการเรียนรู้กิจกรรม เช่น การใช้อินเตอร์เน็ตติดต่อสื่อสาร การค้นคว้าจากหนังสือ การดูโทรทัศน์ดูข่าวมากขึ้น เพื่อได้รับบทเรียนของยาเสพติด แล้วคิดตรงข้อดีข้อเสียของยาเสพติด มีการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้เห็นและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับกลุ่มเพื่อนด้วยกัน การให้ความรู้และทางออกเกี่ยวกับยาเสพติดของหน่วยงาน NGO นอกจากนี้มีการสร้างให้ผู้ป่วยรับผิดชอบต่อสังคม โดยการเป็นคนดีของสังคม คิดและทำแต่สิ่งดี ๆ พยายามทำให้สังคมยอมรับในตัวผู้ป่วยก่อน แล้วค่อยแสดงให้ผู้อื่นเห็นถึงความสามารถผู้ป่วยว่าสามารถช่วยเหลือสังคมได้อย่างไร รวมถึงใช้ประสบการณ์ที่ได้รับให้ความรู้แก่เยาวชนในฐานะที่ผู้ป่วยเคยผ่านและมีประสบการณ์เรื่องยาเสพติดมาแล้วพร้อมเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น นอกจากนี้ผู้ป่วยได้กล่าวว่า “.....มีกิจกรรมเข้าร่วม โครงการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการต่อต้านยาเสพติด ใช้โรงเรียนเป็นเวทีการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนและพร้อมรับเชิญทุกฝ่ายที่มาและเข้าร่วมด้วยความเต็มใจ ปลุกจิตสำนึกให้กับเยาวชนและสังคมเกี่ยวกับยาเสพติดถ้าหากมีโอกาสและคิดแต่สิ่งดี ๆ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้คนรอบข้าง.....” ส่วนการเสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลาย คือ ใช้วิธีพูดคุยกับเพื่อนๆ น้องๆ พี่ๆ หรืออ่านหนังสือและเล่นดนตรี หากงานอดิเรกทำพยายามไม่คิดมากทำให้เบื่อกับงาน หากิจกรรมที่ทำให้มีความสุขสนุกสนานในชีวิต ฝึกสมาธิไปวัดหรือไปหาพระสงฆ์พูดคุยธรรมะรวมถึงการฝึกภาวนากำหนดลมหายใจของตนเองอย่างมีสติ และตัดความกังวลความเครียดออกไป ในบางรายปรึกษาครอบครัวพ่อแม่ หรือพูดคุยสนทนากันเป็นประจำให้มาก เพื่อลดช่องว่างและความเครียด บางรายฟังเพลงหรือหาสิ่งดี ๆ ทำโดยไม่คิดถึงยาเสพติด ในการประเมินตนเองเพื่อหาข้อดี-ข้อเสีย แล้วนำมาปรับปรุงคุณภาพชีวิต ในประเด็นนี้ มีผู้ป่วยได้เล่าให้ฟังว่า “...หาข้อเสียของคนที่เกิดขึ้นเมื่ออดีตมาเปรียบเทียบกับปัจจุบัน ใช้สติปัญญาให้มากทบทวนตนเอง โดยฟังจากผู้อื่นช่วยวิจารณ์และสำรวจตนเองสม่ำเสมอ.....”

นอกจากนี้การสร้างเชื่อมั่น เพื่อการเลิกยาเสพติดอย่างถาวร ในประเด็นนี้พบว่า ผู้ป่วยท่านหนึ่งในสำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก กล่าวว่า “.....ต้องมีจิตใจที่ตั้งมั่นว่าจะเลิกยาเสพติดให้ได้ และรักษาสัจจะว่าจะเลิก การตั้งใจมาที่แห่งนี้ ก็เพื่อเลิกยาที่มาเลิกถ้าไม่ตั้งใจเลิกก็อย่าทำลายสัจจะตนเองที่ตั้งไว้ ดังนั้นในการเลิกยาจึงอยู่ที่ใจถ้าใจเลิกได้ จำเป็นต้องฝึกให้ตนเองมีความเข้มแข็งไม่กลับไปหมกมุ่นกับยาเสพติด.....”

2. กรณีศึกษาโรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพอากาศ ดอนเมือง กรุงเทพฯ

เนื่องจากโรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพอากาศ เป็นองค์กรบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดที่ให้การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดที่มีชื่อเสียง และได้รับการยอมรับทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้รับการบำบัดรักษานั้น ส่วนใหญ่เป็นทหารเกณฑ์ที่เข้ากองประจำการ หรือเป็นลูกหลานเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานของกองทัพอากาศและอื่น ๆ บ้าง ซึ่งทางสถานบำบัดได้เน้นระเบียบที่เคร่งครัดของระบบทหารเข้ามาช่วยเสริมสร้างวินัยให้กับผู้รับการบำบัดรักษาเป็นพิเศษ ทำให้มีอัตลักษณ์ที่โดดเด่นและแตกต่างจากที่อื่น ๆ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษา และทำความเข้าใจ โดยกำหนดการศึกษาตามกรอบขั้นตอนของอริยสัจสี่ เพื่อทำการสัมภาษณ์ ได้ผลการศึกษาดังต่อไปนี้

2.1 การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

2.1.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

วิธีการให้ผู้ป่วยได้วิเคราะห์การดำเนินชีวิตของตนที่ผ่านมาให้ผู้ป่วยได้เล่าให้เจ้าหน้าที่รับผิดชอบประจำกลุ่มฟังโดยตรงอย่างใกล้ชิดว่าทำไมชีวิตของตนจึงมีปัญหา จากนั้นได้ชี้แจงข้อขัดข้องที่พบในผู้ป่วยที่เขาเล่า และได้เสนอข้อคิดเห็นเพิ่มเติมว่าที่เขารับความทุกข์เช่นมาเพราะอะไร โดยให้ผู้ป่วยตรงตามสภาพความเป็นจริงด้วยเหตุและผล นอกจากนี้ให้ผู้ป่วยรู้จักโทษของยาเสพติดว่ามีความทุกข์ทรมานเพียงใดเมื่อเข้าไปเกี่ยวข้องกับและเสพติด ทั้งนี้โดยผ่านการอบรมในฐานเรียนของกลุ่มที่มีอยู่ ส่วนการให้ผู้ป่วยเล่าประสบการณ์ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด จากการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ ท่านหนึ่งของสถานบำบัดได้กล่าวว่า “....มีการยกตัวอย่างประสบการณ์ของวิทยากรหรือเจ้าหน้าที่ ที่เคยประสบมากับผู้ป่วยอื่นๆ เล่าให้ผู้ป่วยฟังแล้วผู้ป่วยเหล่านั้นก็จะเล่าให้เจ้าหน้าที่ฟังเอง นอกจากนี้การให้ความสนิทสนมความคุ้นเคย เป็นกันเองกับผู้ช่วยเพื่อให้ผู้ป่วยเล่าประสบการณ์ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด โดยไม่มีความหวาดระแวงพูดคุยให้ความเป็นกันเอง การสัมผัส จับมือ จับไหล่ เป็นต้น....” ในด้านการปรับตัวในสถานบำบัดฟื้นฟู พบว่า เนื่องจากเป็นเรื่องที่ต้องไม่สบายใจในการมาอยู่ครั้งแรกในสถานบำบัดฯแห่งนี้ ดังนั้นผู้ป่วยต้องใช้เวลาในการปรับตัวและให้เพื่อน ๆ ที่เข้ามาอยู่ก่อนช่วยกันดูแลผู้ป่วยใหม่ และให้คำชี้แนะพร้อมทั้งให้

กำลังใจในการบำบัดฟื้นฟู สร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วยให้คุ้นเคยแล้วปรับตัวได้ รวมถึงได้อธิบายถึงกฎระเบียบกติกาต่าง ๆ ของสถานบำบัด และบอกถึงวิธีการปรับตนให้เข้ากับบุคคลอาคารสถานที่ และการปฏิบัติตนในกิจกรรมต่าง ๆ ในแต่ละอย่าง ขอบเขตของกฎระเบียบ ซึ่งสถานบำบัดของกองทัพอากาศโดยระบบแล้ว เป็นระบบบังคับบำบัด ดังนั้นในบางครั้งผู้ป่วยอาจรู้สึกไม่สบายใจ และอึดอัดใจบ้าง

2.1.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

สภาพปัญหาชีวิตซึ่งเป็นความทุกข์ของผู้ป่วยที่ส่งผลต่อชีวิต พบว่า ครอบครัวของผู้ป่วยมีปัญหาแตกแยก ประสบความเดือดร้อน และผู้ป่วยถูกตำรวจจับได้ก่อนมาอยู่ที่แห่งนี้ ในผู้ป่วยบางรายมีความกระวนกระวายใจ มีความทุกข์หลังเสพยาแล้วรู้สึกดีขึ้นแล้วสบายตัว แต่เมื่อเสพยาไปเรื่อย ๆ พบว่า เริ่มมีอาการคิดมาก อารมณ์หงุดหงิด แปรปรวนง่ายทำให้ตนเองไม่มีความสุข นอกจากนี้สังคมยังรังเกียจ เข้ากับเพื่อนไม่ได้ ปัญหาชีวิตแย่ง เป็นเหตุทำให้ผู้ป่วยเรียนไม่จบการศึกษาตามที่ตั้งใจไว้ พ่อแม่เสียใจ ส่วนการเงินก็มีปัญหามากขึ้น ส่วนความสัมพันธ์ภายในครอบครัวหรือคู่สมรสที่ผ่านมา เมื่อเสพยาแล้วครอบครัวของผู้ป่วยไม่เอาใจใส่ ผู้ป่วยเกิดความกระวนกระวายใจ เป็นทุกข์มาก และทำให้ตนเองไม่มีความสุข ญาติพี่น้องไม่พูดคุย พ่อแม่ตำหนิว่าผู้ป่วยเสมอ และพ่อแม่ชอบทะเลาะกัน ผู้นำครอบครัวขาดความรับผิดชอบและเป็นเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยหันมาเสพยาเพื่อประชดครอบครัว ปัญหากับคนในครอบครัว พบว่า ผู้ป่วยคนหนึ่งได้เล่าการประสบปัญหาชีวิตตนเองไว้ว่า “...ในด้านร่างกายมีร่างกายทรุดโทรม ร่างกายไม่แข็งแรง ส่วนจิตใจอ่อนแอ อ่อนไหว หงุดหงิดง่าย กระวนกระวายใจ เกิดความกังวล และหวาดกลัว ส่วนด้านครอบครัวเกิดความแตกแยก มีค่าใช้จ่ายมากขึ้น ผู้ป่วยไม่มีเงินเที่ยวและซื้อเสื้อผ้า และชอบหนีเที่ยวทะเลาะกับพี่น้องเป็นประจำ...” นอกจากนี้เมื่อมาอยู่สถานบำบัดรักษา รู้สึกเครียดและกดดันต่อสภาพที่เป็นอยู่ เพราะขาดความสะดวกสบายไม่เหมือนอาศัยอยู่ที่บ้าน

2.2 การประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมุทัย คือ เหตุให้เกิดทุกข์)

2.2.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมุทัย คือ เหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

การวิเคราะห์สถานการณ์ที่เป็นสาเหตุการใช้สารเสพติด พบว่า ในด้านครอบครัวของผู้ป่วยที่ทำให้ผู้ป่วยหันมาเสพยา มีสาเหตุปัญหาจากการหย่าร้างของครอบครัวหรือพ่อแม่ ผู้ป่วยขาดความรัก ความอบอุ่น พ่อแม่ทอดทิ้งผู้ป่วยหรือทะเลาะกันบ่อย ๆ ภายในครอบครัว ทำให้

เด็กเมื่อ ด้านสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของผู้ป่วยในชุมชนก็เป็นสาเหตุหนึ่งของผู้ป่วยใช้สารเสพติด เพราะเป็นแหล่งเสื่อมโทรม ชุมชนแออัดสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการเสพยา ด้านการศึกษาเป็นสาเหตุหนึ่งได้เหมือนกัน เพราะไม่ได้เรียนหนังสือมีเวลาว่างมากก็จะใช้เวลาไปทำผิดหรือติดยาขายยาได้ง่าย ทำให้เป็นปัญหาสังคม เมื่อผู้ป่วยได้เล่าประสบการณ์ แล้วทางเจ้าหน้าที่จะนำข้อมูลมาพิจารณา วิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ ในประเด็นนี้เจ้าหน้าที่สถานบำบัดได้กล่าวว่า “...ครอบครัวของผู้ป่วยมี ปัญหาการหย่าร้าง ทะเลาะกันบ่อย ๆ ทำให้เด็กเมื่อ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัยก็เป็นส่วนหนึ่งที่เอื้อต่อการเสพยาของเด็ก รวมถึงการขาดการศึกษาก็เป็นสาเหตุหันมาพึ่งยาเสพติดได้เช่นกัน...”

2.2.2 ผลสัมฤทธิ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมุทัย คือ เหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

สาเหตุการใช้สารเสพติดในผู้ป่วยเบื้องต้น พบว่า มาจากอยากรู้อยากลองซึ่งเกิดจากตัวผู้ป่วยเอง อยากมีเงิน อยากเท่ เพื่อนชวน หาซื้อยาได้ง่าย และอยากรู้รสชาติของยาเสพติดว่าเป็นอย่างไร ครอบครัวมีปัญหาพ่อแม่แยกทางกัน คนรอบข้างไม่เอาใจใส่ นอกจากนี้ยังมีสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี เช่นที่ละแวกบ้านมีแต่คนเสพยา และเต็มไปด้วยการซื้อการขายยาเสพติด ซึ่งในประเด็นนี้ผู้ป่วยคนหนึ่งเล่าให้ฟังถึงสาเหตุการเสพยาว่า “.....สาเหตุที่ติดยานั้นเพราะความอยากรู้อยากลอง อยากรู้รสชาติยาเสพติดเป็นอย่างไร สิ่งแวดล้อมที่บ้านมีแต่คนเสพยา รวมถึงเพื่อนชักชวน เพราะยาเสพติดหาซื้อได้ง่าย...” นอกจากนี้สาเหตุเข้ารับการบำบัด พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ได้สมัครใจมาอยู่ที่บำบัดแห่งนี้ เพราะจะถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจจับในข้อหาเสพยาแล้วถูกส่งตัวมาสถานบำบัด ผู้ป่วยบางรายเมื่อเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาครั้งแรกถูกจับเลย บางรายมีชื่อเสียงโด่งดังเรื่องยาเสพติดมาก่อน บางรายไม่ยอมเลิกเลยถูกส่งมาบำบัดที่แห่งนี้

2.3 เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์)

2.3.1 ผลสัมฤทธิ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

เป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับผู้ป่วย เจ้าหน้าที่กล่าวว่า ทางสถานบำบัดฯ มีเป้าหมายในการฝึกอบรมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็ง มีอาชีพสุจริต การเรียนรู้ความเป็นอยู่ในสังคม และมีสติ ความระลึกได้เป็นเครื่องเตือนใจ ให้รู้ตัวตลอดเวลาในการกระทำอะไรลงไปผิดหรือถูกอย่างไร นอกจากนี้ยังให้คำชี้แนะ นำ อบรมสั่งสอน ให้เป็นคนดีในสังคม มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ การปรับเปลี่ยนแก้ไขอารมณ์รู้จักหลักการปฏิเสธยาเสพติด ส่วนหลักและวิธีคิดด้านบวกสำหรับผู้ป่วยให้เห็นคุณค่าตนเอง เจ้าหน้าที่กล่าวว่า “...ได้ ให้ผู้ป่วยรู้ถึง

ว่าตัวเองเป็นประโยชน์ มีคุณค่าแก่ครอบครัว แก่ตนเอง และประเทศชาติ โดยให้ทำในสิ่งที่ดี ให้สังคมยอมรับโดยทำความดีให้ปรากฏเท่านั้นจึงจะมีความสุข ประกอบอาชีพถูกต้องตามกฎหมาย รู้ถึงคุณค่าของการเกิดมาเป็นมนุษย์นั้นแสนยาก ควรดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง และชอบธรรม ทำเพื่อตนเองและคนที่เรารักและเคารพ...” นอกจากนี้ กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกายจิตใจ และวิชาการ ทางสถานบำบัด กำหนดให้มีกิจกรรมการเรียนการสอน โดยกำหนดฐานเรียนที่ 1 ถึงฐานเรียนที่ 4 การฝึกวิชาทหารให้กับผู้ป่วยให้ร่างกายเข้มแข็ง อยู่ในระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย และเจ้าหน้าที่บ้านเมือง นอกจากนี้ยังส่งเสริมการฝึกวิชาชีพ พัฒนาการทำงานในสถานบำบัดฟื้นฟู การให้ผู้ป่วยเล่นกีฬาและกิจกรรมนันทนาการ รวมถึงวางแผนดำเนินงานตลอดกิจกรรมสำหรับผู้ป่วย คือ กำหนดแนวทางการปฏิบัติงานของกิจกรรมประจำวันและใช้เป็นแนวทางปฏิบัติต่อไปจนครบกำหนดในการบำบัดฟื้นฟู มีการแบ่งการเรียนเป็นฐานเรียนรู้ ส่วนการวางแผนปฏิบัติงานต้องเข้าใจงานนั้น ๆ และทำแต่ละขั้นตอนได้ถูกต้อง รวมถึงเข้าใจประโยชน์ของงานแต่ละขั้นตอนว่าให้ผลเป็นอย่างไร มีการกำหนดวัตถุประสงค์ และแนวทางในการบำบัดฟื้นฟูสำหรับผู้ป่วย เพื่อให้เข้าใจโทษของยาเสพติดในภาพรวม ที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ สังคม และทำให้ครอบครัวแตกแยกสังคมไม่ยอมรับ เจ้าหน้าที่ท่านหนึ่งได้กล่าวเพิ่มเติมว่า “...ได้ให้ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการบำบัดฟื้นฟู และให้ผู้ป่วยลด,และเลิกเสพยาเสพติด โดยเด็ดขาด ตลอดระยะเวลาที่เข้ารับการบำบัดฟื้นฟู...” นอกจากนี้แล้วยังได้กำหนดเป้าหมายเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับผู้ป่วยในอนาคต มีการให้ผู้ป่วยศึกษาค้นคว้า ตำราวิชาการที่เกี่ยวข้องกับผู้ป่วยยาเสพติด ให้เรียนรู้และทำความเข้าใจถึงโทษภัยของยาเสพติด เพื่อพิชิตเอาชนะ แนะนำวิธี ไม่ให้ผู้ป่วยถูกล่อลวง ถูกชักชวน และชักจูงได้ง่าย ให้รู้จักปฏิเสธที่เพื่อนชักชวนให้เสพ มีสติในการคบเพื่อน เจ้าหน้าที่ของสถานบำบัดท่านหนึ่งกล่าวว่า “... ได้ใช้วิธีการให้ผู้ป่วยทำซ้ำ ๆ เพื่อความเคยชินให้รู้จักคิด วิเคราะห์ แยกแยะ และมีเหตุผลในการตัดสินใจ นอกจากนี้ การกระตุ้นเสริมแรงจะทำในฐานการเรียนรู้ที่กำหนด เพื่อเห็นถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเลิกยาเสพติด สร้างความภาคภูมิใจให้กับผู้ป่วย และสังคมได้ยอมรับเมื่อรู้ว่าผู้ป่วยเห็นคุณค่าของคนที่อยู่ในสังคมได้แล้ว ก็จะเกิดความภาคภูมิใจและมีกำลังใจต่อสู้เพื่อให้ตนเองอยู่ได้ในสังคมอย่างปกติ...”

2.3.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

เป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับตนเอง พบว่า ผู้ป่วยมีเป้าหมายโดยให้ความสำคัญพ่อแม่และครอบครัว ไม่อยากทำให้ท่านต้องเสียใจ และครอบครัวต้องเดือดร้อน ไม่ยุ่งกับยาเสพติดอีกและทำให้ชีวิตให้มีความสุข นอกจากนี้มีความพยายามเรียน

ศึกษาต่อให้จบปริญญา และหางานทำที่สุจริต มีอนาคตที่ดีต่อไปตามที่ครอบครัวและตนเองต้องการ นอกจากนี้กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกายจิตใจและความรู้ พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ได้เรียนรู้วิชาทหารทำให้มีระเบียบวินัย ทำให้ร่างกายแข็งแรง มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ มีความอดทน ได้เรียนรู้การดูแลตนเองเกี่ยวกับยาเสพติด ได้เรียนรู้ทักษะการทำงานในหลาย ๆ ด้าน เช่น วิชาชีพในการเย็บผ้า นอกจากนี้ก็มีการฝึกสมาธิ ฝึกจิตใจให้สงบ มีการเล่นกีฬา ได้พูดคุยกับเพื่อน ๆ และหางานอดิเรกทำ เป็นต้น ในด้านการวางแผนเป้าหมายชีวิต พบว่า ผู้ป่วยท่านหนึ่งได้ตั้งใจแน่วแน่ และปฏิญาณตนว่า “...มีเป้าหมายต้องการศึกษาต่อ ต้องการเรียนหนังสือ หางานทำเป็นหลักแหล่ง และประกอบอาชีพสุจริต ทำตัวให้เป็นคนดี ไม่ให้ครอบครัวและครอบครัวข้างต้องเดือดร้อน และปฏิญาณตนว่าจะไม่เสพ ไม่ขาย และเลิกยาเสพติด ซึ่งจะทำให้ชีวิตดีขึ้น....” ในบางรายคิดว่าจะเปิดแหล่งการเรียนรู้เรื่องยาเสพติดให้ผู้อื่นได้ศึกษาโทษภัยของยาเสพติดว่ามีความร้ายแรงอย่างไรบ้าง มีการวางแผนชีวิตเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองในการพัฒนาทักษะที่จำเป็น โดยต้องการเรียนศึกษาต่อให้จบและมีงานดี ๆ ทำ ซึ่งมีรายได้ช่วยเหลือครอบครัวอีกทางหนึ่ง และไม่หันไปพึ่งพายาเสพติด ส่งเสริมให้ตนเองมีความรู้มากขึ้น เพื่อนำไปพัฒนาชุมชนที่พักอาศัย รวมถึงการสร้างความพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และการเห็นคุณค่าสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง โดยผู้ป่วยให้ความสนใจต่อสิ่งต่าง ๆ ที่ได้รับเข้ามา และตั้งใจศึกษาสิ่งเหล่านั้นเพื่อนำไปปฏิบัติใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ได้เรียนรู้เรื่องการทำงาน วิชาชีพต่าง ๆ เช่น การเย็บผ้า เลี้ยงสัตว์ต่าง ๆ การเลี้ยงปลาตุ๊ก การขุดดิน ได้เรียนรู้เรื่องยาเสพติดชนิดต่าง ๆ

2.4 แนวทางการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค)

2.4.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านแนวทางการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

ทางสถานบำบัดฟื้นฟู ได้ปลูกสร้างจิตสำนึกที่ดีสำหรับผู้ป่วย ให้มีการดำเนินชีวิตด้วยความพอเพียงตามแนวพระราชดำริส และตามหลักธรรมมรรคมีองค์ 8 เจริญประยุกต์เพื่อใช้เป็นแนวทางดำเนินชีวิตที่ถูกต้องชัดเจนให้ตนเองดำรงชีวิตอยู่ได้ในสังคม นอกจากนี้การชี้ให้เห็นประโยชน์จากการที่ไม่ทำความผิด, การกำหนดโทษตามกฎหมายอาญาบ้านเมือง, การมีกฎระเบียบในสังคม ในด้านสื่อการเรียนรู้ที่ทางสถานบำบัดฯ ให้ผู้ป่วยได้ศึกษาจากห้องสมุด หนังสือสำหรับอ่านต่าง ๆ เอกสารแนะนำสำหรับผู้ป่วย VCD , วีดีโอหรือเครื่องฉายอื่น ๆ เจ้าหน้าที่ท่านหนึ่งของสถานบำบัดฯ ได้เล่าให้ฟังว่า “...ทางสถานบำบัดฯ ได้จัดความพร้อมสำหรับผู้ป่วยยาเสพติด โดยได้จัดให้มีการฝึกงานด้านการเกษตร ฝึกงานด้านช่างฝีมือ ทำอิฐบล็อก ช่างตัดผม ช่างซ่อมเครื่องยนต์ โดยมีการเรียนรู้ในฐานวิชาชีพเพื่อให้เกิดประโยชน์ในการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน...” นอกจากนี้ทางสถานบำบัดฟื้นฟูจัดให้มีกลุ่มสัมพันธ์ มีการประชุมกลุ่มในเวลาช่วงเช้า เพื่อพูดคุย

แลกเปลี่ยนความรู้สึกและรับรู้ปัญหาของแต่ละคน เป็นกิจกรรมกลุ่ม มีการบอกกล่าวให้ทุกคนเปิดใจกว้างรับฟังผู้อื่นให้มาก บางครั้งความคิดไม่ตรงกัน อาจทำให้เกิดความขัดแย้งทางความคิดได้ และมีกิจกรรมที่เสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลาย ในประเด็นนี้เจ้าหน้าที่กล่าวว่า “.....จัดให้มี กิจกรรมกลุ่มบันเทิง กิจกรรมดนตรี ตีกลองร้องเพลง คาราโอเกะ กิจกรรมเข้าจังหวะ เต้นรำ, กิจกรรมคูหนังฟังเพลง ดู VCD ตลกขำขัน และแสดงออกโดยไม่มีการบังคับความรู้สึก การมีกิจกรรมร่วมกันฝึกทำงานเป็นกลุ่ม การแนะนำตนเอง และเพื่อนให้รู้จักกันเพื่อให้มีความสนิทสนมกว่าเดิม จนเกิดความเป็นเพื่อนกันในที่สุด....”

ในด้านการส่งเสริมให้ผู้ป่วยเกิดความรับผิดชอบต่อสังคม ทางสถานบำบัดฯ ส่งเสริมให้ผู้ป่วยรู้จักความรับผิดชอบต่อตนเองก่อน ทำดีให้กับตนเองก่อนแล้วค่อยแผ่ให้กับสังคม ไม่ทำความเดือดร้อนให้คนอื่น สร้างจิตสำนึกในการเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม โดยไม่ทำผิดกฎหมาย ผิดศีลธรรม ก่ออาชญากรรม ประกอบอาชีพสุจริต ไม่ทำให้ผู้อื่นเสียหาย สร้างประโยชน์ให้กับตนเอง และผู้อื่น และสร้างความสุขสงบให้แก่สังคม ส่วนการสร้างเชื่อมั่นให้ผู้ป่วยเลิกยาเสพติด ทางเจ้าหน้าที่สถานบำบัดฯ ได้กล่าวถึงแนวทางเรื่องนี้ไว้ว่า “...ได้สร้างความตระหนักให้ผู้ป่วยเห็นถึงคุณค่าชีวิตของตนเองนั้นมีค่ายิ่งนัก การพึ่งตนเองเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เมื่อรู้มีสติปัญญาในการแก้ไขปัญหาแล้วยอมเลิกยาได้ในที่สุด....”

นอกจากนี้แล้วควรสร้างความเข้มแข็ง และแข็งแกร่งทั้งด้านร่างกาย ทางด้านจิตใจ และทางด้านอารมณ์ ให้รู้จักปรับตัวให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุขโดยไม่มัวยาเสพติด นอกจากนี้คนรอบข้าง ควรให้กำลังใจแนะนำอบรมเพื่อกลับไปเป็นคนดีของสังคม ส่วนการกำหนดรูปแบบการประเมินผลที่เป็นตัวชี้วัดผลการดำเนินงาน พบว่า ได้ใช้แบบฟอร์มการประเมินพฤติกรรมของกรมคุมประพฤติ กระทรวงยุติธรรมโดยการให้คะแนนในแต่ละหัวข้อตามที่กำหนด นอกจากนี้ ดูจากพฤติกรรมความดีที่เขาแสดงออก งานที่ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบเกิดผลสำเร็จ และอยู่ครบตามกำหนดของศูนย์ฟื้นฟู โดยไม่มีกรหลบหนี

2.4.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านแนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

การกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหาเพื่อนำมาปรับใช้ในชีวิต พบว่า ผู้ป่วยได้กำหนดแนวทางเพื่อทำตนเองให้มีคุณค่าโดยใช้เวลาที่มีอยู่ให้คุ้มค่าแก่ชีวิตมีทักษะในการปฏิเสธยาสร้างชีวิตใหม่ไม่ไปข้องแวะหรือเกี่ยวข้องกับยาเสพติดอีก ไม่ใช้ยาเสพติดในการแก้ปัญหาชีวิต แต่ใช้สติความคิดของตนเองในการแก้ปัญหา นอกจากนี้หากิจกรรมทำในสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ไม่คิดเสพยาอีกโดยปลูกต้นไม้รอบบริเวณที่อาศัย เลี้ยงไก่ เรียนหนังสือ ทำงานอยู่กับพ่อแม่ ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน และห่างไกลจากชุมชนยาเสพติด สามารถติดต่อสื่อสารและพูดคุยกับผู้อื่นได้อย่างเข้าใจซึ่งกันและกัน นอกจากนี้การใช้สื่อเพื่อเสริมสร้างให้ผู้ป่วยเป็นแนวทางการ

เรียนรู้กิจกรรม ซึ่งผู้ป่วยที่รับการบำบัดฯ ได้เล่าให้ฟังว่า “.....ได้ความรู้เพิ่มเติมจากสื่อต่าง ๆ เช่น หนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ วิทยุสื่อสาร ซึ่งสื่อเหล่านี้ให้ความรู้ด้านต่าง ๆ รวมถึงโทษภัยของยาเสพติด ความรู้อื่น ๆ ที่สามารถพัฒนาตัวเองได้การนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน....” ส่วนการพัฒนา ฝึกฝนและประยุกต์ใช้ทักษะ พบว่า ได้เรียนรู้และฝึกทักษะในการประกอบอาชีพหลากหลาย อาทิ เช่น การทำอิฐบล็อก การทำขนม การเพาะปลูกต้นไม้ ซึ่งสามารถนำไปประกอบอาชีพเสริมหารายได้ให้กับครอบครัวได้ นอกจากนี้บางรายอาจกลับไปทำสวน ทำนา และปลูกสวนผลไม้ขาย ในด้านการสร้างให้ผู้ป่วยรับผิดชอบต่อสังคม พบว่า ผู้ป่วยมีความคิดในการที่จะร่วมกันป้องกันต่อต้านไม่ให้ยาเสพติดเข้ามาในครอบครัวและสังคม ไม่ให้ลูกหลานเข้าไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติดอีก และให้เห็นโทษภัยว่ายาเสพติดนั้นมีโทษร้ายแรงเพียงไร ผู้ป่วยพยายามจดจำสิ่งต่าง ๆ ที่ได้รับจากการอยู่สถานบำบัด มีระเบียบวินัยในการที่ได้รับผิดชอบตามที่ได้รับมอบหมายในหน้าที่ นอกจากนี้กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น พบว่า ผู้ป่วยมีการพูดคุยอย่างเป็นกันเอง ไม่ขัดแย้งไม่ใช้อารมณ์ในการสนทนา มีการระบายความเครียดต่าง ๆ ที่มีอยู่ให้เพื่อน ๆ รับฟังซึ่งกันและกันอย่างเข้าใจ สร้างความสุขต่าง ๆ ให้กับตนเองเพื่อเสริมสร้างจิตใจและร่างกายให้เข้มแข็ง ส่วนการเสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลายในการเรียนรู้ พบว่า มีหลากหลายกิจกรรมสำหรับผู้ป่วยได้ระบายออกมา ซึ่งผู้ป่วยในสถานบำบัดฟื้นฟูได้เล่าให้ฟังว่า “.....มีกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลายหลายประการ เช่น การวาดรูป การร้องเพลง การเล่นเกมกีฬา การปล่อยอารมณ์ให้สบายมองท้องฟ้าเพื่อระบายความเครียด มองสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ คนเองที่มีบรรยากาศที่ดี ๆ บางรายก็เขียนกลอน เขียนบทเพลง การออกกำลังกายเพื่อลดความตึงเครียด การสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้เองโดยหาอะไรทำเพื่อการผ่อนคลายทำให้ตนเองมีคุณค่าและสร้างแต่พฤติกรรมที่ดีให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน.....” ในประเด็นเกี่ยวกับการศึกษาข้อดี-ข้อเสีย คือ ต้องปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น มีวินัยในการดำรงชีวิตมากขึ้น นอกจากนี้การสร้างเชื่อมั่นเพื่อเลิกยาเสพติดอย่างถาวร พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีความตั้งใจจริงและเชื่อมั่นอย่างเด็ดเดี่ยวในการที่จะเลิกยาเสพติดให้ได้ และไม่กลับไปเสพยาซ้ำอีก เพราะว่าได้ทราบวิบากหรือผลที่ได้รับจากยาเสพติดแล้วว่าเป็นอย่างไร และผู้ป่วยได้ทำเพื่อครอบครัวพ่อแม่ คนที่ตนเองรักโดยไม่ทำให้บุคคลเหล่านั้นต้องเสียใจอีก ซึ่งในประเด็นนี้ผู้ป่วยในสถานบำบัดฟื้นฟูคนหนึ่งกล่าวว่า “.....ผลของการเป็นทาสยาเสพติดนั้นมีความทรมานมากทั้งร่างกายและจิตใจจึงอยากเลิกเด็ดขาด....” บางรายเมื่อเลิกได้แล้วมีความตั้งใจเรียนต่อให้จบปริญญาเพื่อพ่อแม่และครอบครัว รวมทั้งอนาคตของตนเองด้วย นอกจากนี้ในบางรายมีความมั่นใจในการหางานที่สุจริตทำ เพื่อเสริมสร้างรายได้ให้ครอบครัวชดเชยความผิดพลาดที่ผ่านมา

3. กรณีศึกษาเรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น อ.เมือง จ.ขอนแก่น

เนื่องจากกรณีศึกษาเรือนจำขอนแก่นมีลักษณะเฉพาะคือเป็นเรือนจำซึ่งเป็นทีมนักโทษ โดยเฉพาะผู้ต้องขังที่เสพยาเสพติดที่เข้ามาอยู่ที่นี่เพราะถูกจับและถูกศาลพิพากษาโทษเมื่อมาอยู่ที่เรือนจำแห่งนี้ ได้เข้ารับการบำบัดรักษาในชุมชนบำบัดของเรือนจำ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์และทำความเข้าใจในบริบทของหน่วยงาน ในกรณีศึกษาได้สัมภาษณ์ตามกรอบขั้นตอนของอริยสัจสี่ ซึ่งได้ผลการศึกษา ดังนี้

3.1 การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

3.1.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

ทางเจ้าหน้าที่ได้ให้ผู้ช่วยวิเคราะห์ปัญหา ซึ่งเป็นสภาพทุกข์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วย พบว่าด้านครอบครัวของผู้ป่วยขาดความอบอุ่น ขาดการดูแลเอาใจใส่ ประสพภาวะด้านจิตใจ ผู้ป่วยมีพฤติกรรมการคบเพื่อนและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ผู้ป่วยรับรู้ข้อผิดพลาดของตนในการอยากสู้อากลองยาเสพติด เป็นความผิดพลาดที่ผ่านมามีเกี่ยวกับยาเสพติด รวมถึงความทุกข์ของผู้ป่วยที่เกิดจากปัญหาการศึกษา การเศรษฐกิจ และสังคม นอกจากนี้เจ้าหน้าที่กล่าวว่าได้ให้ผู้ป่วยเล่าประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ประสบการณ์เกี่ยวกับยาเสพติดเป็นเรื่องความทุกข์ของผู้ป่วยในระยะเวลาที่ผ่านมา ซึ่งเจ้าหน้าที่ได้มีเทคนิคในการที่จะให้ผู้ป่วยยอมรับความเป็นจริงที่ผ่านมา โดยทางเจ้าหน้าที่ได้ใช้เทคนิคการเล่าประวัติและประสบการณ์ตนเองของเจ้าหน้าที่ให้ฟังก่อนว่าเป็นอย่างไร เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความคุ้นเคย และได้เล่าประสบการณ์ตนเองบ้างอย่างเปิดเผยและไว้วางใจ ซึ่งเจ้าหน้าที่ท่านหนึ่งในเรือนจำกล่าวว่า “ต้องให้ผู้ป่วยยอมรับความเป็นจริงในเรื่องที่ผ่านมา และยอมรับคนอื่น ยกตัวอย่างปัญหาที่ตามมาจากการเกี่ยวข้องยาเสพติด รวมถึงควรสร้างความคุ้นเคยในตัวผู้ป่วยด้วย....” นอกจากนี้ได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยยอมรับสภาพปัญหาความทุกข์ที่ประสบมาตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเพื่อหาแนวทางแก้ไข นอกจากนี้สถานบำบัดฟื้นฟูของเรือนจำเป็นสถานที่รองรับความทุกข์ทั้งหลายของผู้ป่วยที่ใช้สารเสพติดและมาอยู่อาศัยที่นี่ร่วมกัน มีวัตถุประสงค์ให้ผู้ป่วยได้บำบัดรักษาตนเองในการปลดปล่อยทุกข์ที่ประสบมาก่อนปล่อยตัวสู่สังคม การสมัครใจเข้ารับการบำบัดรักษาฟื้นฟูของผู้ป่วยเจ้าหน้าที่ชี้ให้ผู้ป่วยเห็นปัญหาจากการใช้ยาที่จะเกิดขึ้น โทษภัยของยาเสพติด ผลกระทบที่ตามมาต่อตนเองและครอบครัว การสร้างกำลังใจให้ผู้ป่วยรู้สึกดีที่ยอมรับตนเองในการเข้ารับการบำบัดเพื่อปลดปล่อยความทุกข์ให้หายไป และการยอมรับแนวทางจากการปฏิบัติอย่างจริงจัง แนะนำข้อดีข้อเสีย และประโยชน์ต่างๆ ของการเข้ารับการบำบัดฟื้นฟูภายในเรือนจำ ในประเด็นนี้เจ้าหน้าที่ท่านหนึ่งกล่าวว่า “ได้ให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน มอบหมายหน้าที่ให้ทำ รวมถึงแบ่งกลุ่มให้ปรึกษากัน เป็นต้น....”

3.1.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

สภาพปัญหาชีวิตของผู้ป่วยเป็นความทุกข์ที่เกิดกับผู้ป่วยโดยตรง ซึ่งในประเด็นนี้พบว่า ผู้ป่วยเมื่อได้เสพยาแล้วในบางครั้งรู้สึกอารมณ์ดี พอไม่ได้เสพรู้สึกหงุดหงิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงและอารมณ์เสีย กระวนกระวายใจ และคิดฟุ้งซ่าน ด้านร่างกายมีความอ่อนล้า เวียนศีรษะสุขภาพไม่ปกติ ร่างกายเสื่อมโทรมชุ่มพอม ไม่แข็งแรง ทางด้านครอบครัวประสบปัญหากับความแตกแยกและการทะเลาะวิวาท สภาพการเงินบกพร่องไม่มีเงินใช้จ่ายต่างๆ ด้านสังคมไม่ยอมรับในตัวผู้ป่วย และส่งผลให้สังคมเดือดร้อนนอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ป่วยที่ประสบปัญหาต่างๆ เกิดความทุกข์หลายประการด้วยกัน อาทิเช่น ค่าใช้จ่ายไม่เพียงพอ หนี้สินเพิ่มมากขึ้น สุขภาพร่างกายทรุดโทรมไม่แข็งแรง จิตใจหดหู่และท้อแท้ ทางด้านครอบครัว ไม่มีความสุข ครอบครัวขาดความอบอุ่นและแตกความสามัคคี ขาดการเอาใจใส่จากญาติพี่น้อง บางคนมีปัญหาหารูมรื้อทุกด้านมากมาย ทั้งโรคภัยไข้เจ็บและจิตใจที่หมดหวัง ทำให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งในประเด็นนี้ผู้ป่วยในเรือนจำคนหนึ่งเล่าว่า “ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผมคือ ร่างกายจะไม่แข็งแรง จิตใจท้อแท้ต่ออุปสรรคง่าย ค่าใช้จ่ายในครอบครัวไม่เพียงพอ และมีภาระหนี้สินมากขึ้น และเกิดปัญหาต่าง ๆ ในครอบครัวมากมาย รวมถึงญาติพี่น้องด้วย.....” นอกจากนี้เมื่อผู้ป่วยเมื่อเข้ามาอยู่ในเรือนจำ พบว่า เกิดความขัดข้องใจ และทุกข์ใจต่อสถานที่ที่ยังไม่คุ้นเคย และพยายามปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นให้ได้ และยอมรับกับสภาพที่เป็นอยู่ตามเป็นจริงแม้ลำบากใจ มีการปฏิบัติตนเหมือนกับบุคคลอื่นที่เข้ามาอยู่ก่อนหน้าแล้วทำตามกันในสิ่งที่ดี และเรียนรู้การทำกิจกรรมร่วมกันในแต่ละวัน มีการพูดคุยกับบุคคลอื่นในสถานบำบัดที่มีความทุกข์ร่วมกัน อยู่ในระเบียบวินัยเคร่งครัดของสถานที่ นอกจากนี้ยังมีการเลือกคบเพื่อนที่อุปนิสัยเข้ากันได้ ผู้ป่วยคนหนึ่งใเรือนจำกล่าวว่า “ต้องแก้ปัญหาลเฉพาะหน้า การเอาตัวรอดจากเหตุการณ์ในปัจจุบันที่ประสบ เพราะมีเวลาจำกัดในเรื่องของการกินและการพักผ่อน รวมทั้งต้องพยายามสร้างความคุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมที่ยังไม่คุ้นเคยภายในเรือนจำ”

3.2 การประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมุทัย คือ เหตุให้เกิดทุกข์)

3.2.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมุทัยคือเหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

การวิเคราะห์สถานการณ์ที่เป็นสาเหตุการใช้สารเสพติดจากเจ้าหน้าที่ พบว่า มีการศึกษาให้รู้ถึงภูมิหลังหรือประวัติความเป็นมาของผู้ป่วยแต่ละรายในด้านต่างๆ ที่เป็นสาเหตุของการใช้สารเสพติดในผู้ป่วย เช่น ปัญหาด้านครอบครัว เช่น ครอบครัวแตกแยก การหย่าร้างกัน การ

ขาดความอบอุ่นในครอบครัว ด้านเศรษฐกิจ ไม่มีเงิน ด้านสังคมมีการคบเพื่อนที่ใช้สารเสพติด การชักจูงจากเพื่อนที่ไม่ดี รวมทั้งความอยากรู้อยากลองของผู้ป่วยเองที่เป็นสาเหตุให้ผู้ป่วยต้องใช้สารเสพติด ซึ่งในประเด็นนี้เจ้าหน้าที่ท่านหนึ่งในเรือนจำกล่าวว่า “สาเหตุการใช้สารเสพติดนั้นเกิดจากความอยากรู้อยากลองของผู้ป่วยเอง ครอบครัวขาดความอบอุ่น และพ่อแม่เกิดการหย่าร้าง รวมถึงการชักจูงจากเพื่อนและการคบเพื่อนที่ไม่ดี.....” นอกจากนี้การให้ผู้ป่วยคิดทบทวนเรื่องราวต่างๆที่ผ่านมาที่เป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาของตนเอง เมื่อทราบสาเหตุแล้วจะได้หาหนทางแก้ไข ปัญหา และศึกษาถึงสาเหตุของปัญหาที่เกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น และการให้ผู้ป่วยตระหนักถึงศักยภาพของตนและแลกเปลี่ยนทัศนคติในการแก้ไขปัญหายาเสพติด ให้ผู้ป่วยมีการแสดงออกทางกาย วาจา และความคิดในกลุ่มของผู้ป่วยเอง เพื่อเป็นสาเหตุให้ผู้ป่วยนั้นได้เปลี่ยนแปลงความคิดเพื่อให้ผู้ป่วยเข้าใจว่าไม่ต้องใช้ยาเสพติดสามารถทำงานได้ ไม่ต้องค้าขาย สามารถมีเงินได้ สร้างความมั่นใจให้กับผู้ป่วยเพื่อไปสู่การแก้ไขปัญหา เปลี่ยนแปลงทัศนคติของผู้ป่วยชี้ให้เห็นโทษภัยของการเสพและโทษภัยของการค้าที่นำไปสู่คุกตารางและการเสียชีวิตหรือการได้มาอยู่ในเรือนจำนี้ด้วยเหตุผลเดียวกัน

3.2.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมมุติ คือ เหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

จากการวิเคราะห์โดยภาพรวมถึงสาเหตุการใช้สารเสพติดในเบื้องต้นที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยนั้น พบว่า เบื้องต้นนั้นเกิดขึ้นจากความอยากรู้อยากลอง ความคึกคะนองของตนเอง การชักจูงจากเพื่อนฝูง ปัญหาภายในครอบครัว การรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และสิ่งแวดล้อมในชุมชนที่มีการจำหน่ายยาบ้า ความโลภอยากมีเงินใช้จ่ายจึงมีทั้งเสพและขายพร้อมด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่มาจากปัจจัยภายในคือ เกิดจากตัวเองเป็นสาเหตุหลัก รวมถึงการกระตุ้นจูงใจจากปัจจัยภายนอก เป็นสาเหตุประกอบ ซึ่งในประเด็นนี้ผู้ป่วยคนหนึ่งที่ได้รับการบำบัดในเรือนจำ กล่าวว่า “...สาเหตุที่ใช้สารเสพติดของตนเองนั้น เกิดจากเพื่อนฝูง และปัญหาในครอบครัว และตัวเราเองเพราะความอยากรู้อยากลอง ความคึกคะนอง ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ รวมถึงสิ่งแวดล้อมในชุมชนมีการจำหน่ายยาบ้า” นอกจากนี้ สาเหตุเข้ารับการบำบัดของผู้ป่วย เนื่องด้วยเรือนจำขอนแก่นเป็นระบบบังคับบำบัด เพราะว่าผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดมาอยู่ที่นี่เพราะถูกคำพิพากษาจากศาลให้จำคุกและถูกกักขังในเรือนจำ แต่อย่างไรก็ตามในการบำบัดรักษาฟื้นฟูยาเสพติดนั้นเกิดจากผู้ป่วยมีความพอใจและเป็นไปด้วยความสมัครใจ ซึ่งผู้ป่วยในเรือนจำคนหนึ่งกล่าวว่า “...ถ้าสาเหตุการติดคุกทำให้เห็นว่า เป็นสิ่งที่ดีต่อตนเองและครอบครัว เพราะความผิดพลาดในการใช้ชีวิตที่ผ่านมา แต่เมื่อมีโอกาสในชุมชนบำบัดของเรือนจำ จึงต้องการเข้าร่วมโครงการเพราะอยากเลิกยาเสพติดและต้องการแก้ไข

ตนเองโดยการเลิกให้ได้...” นอกจากนี้พบว่า ครอบครัวมีส่วนผลักดันให้ผู้ป่วยซึ่งเป็นผู้ต้องขังยาเสพติดเข้ารับการบำบัดเพื่อผลดีภายหลังต่อครอบครัว ชุมชนสังคมภายใน เป็นการตัดความเชื่อมโยงไม่ให้ยาเสพติดมีผลกระทบที่เป็นสาเหตุให้ครอบครัวขาดความอบอุ่น มีปัญหาแตกแยก รวมถึงสังคมประณามไม่ให้การยอมรับ และเกิดความวุ่นวายในสังคม รวมถึงการสูญเสียอิสรภาพของผู้ป่วยยาเสพติดในภายหลัง ซึ่งในประเด็นนี้มีผู้ป่วยหลายคนได้ให้ความเห็น เช่น ผู้ป่วยคนหนึ่งในเรื่องจำ กล่าวว่า “...ผลกระทบที่เกิดขึ้นทำให้ตนเองไม่เป็นที่ยอมรับ เป็นที่รังเกียจของสังคม การอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมเป็นไปได้ด้วยความลำบาก...” ส่วนผู้ป่วยอีกท่านหนึ่งที่ได้รับการบำบัดรักษา กล่าวว่า “...สูญเสียอิสรภาพทุกอย่าง ทะเลาะเบาะแว้งกับคนรอบข้าง ร่างกายทรุดโทรม สังคมไม่น่าอยู่...”

3.3 เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์)

3.3.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

จากการสรุปเกี่ยวกับเป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับผู้ป่วย พบว่า เป้าหมายวัตถุประสงค์เพื่อเสริมทักษะให้กับผู้ป่วยมีหลายด้านด้วยกัน คือ 1. ด้านอาชีพ มีการฝึกอาชีพต่างๆ ให้กับผู้ป่วยเพื่อนำไปประกอบอาชีพในภายหน้าเพื่อเป็นหลักความมั่นคงโดยจัดวิชาชีพต่างๆ ที่สอดคล้องกับความถนัดและความต้องการของผู้ป่วยให้มีความทำที่ดี 2. ด้านสุขภาพ ทั้งสุขภาพกายและใจ สุขภาพใจให้มีจิตใจเบิกบานและจิตใจดีงามมีความร่าเริง ส่วนสุขภาพร่างกายให้มีความแข็งแรงอดทน 3. ด้านการเรียนรู้ เพื่อวางแผนชีวิตในด้านอาชีพ การตลาดวิธีการทำงานต่างๆ มีการจัดกิจกรรมให้ผู้ป่วยได้คิดเกี่ยวกับปัญหาของตนเองอย่างต่อเนื่อง ให้ผู้ป่วยมีความหวัง มีครอบครัวที่รออยู่ วิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติที่เป็นทางออกและสู่สังคมปกติ ซึ่งในประเด็นนี้เจ้าหน้าที่ในเรื่องจำท่านหนึ่งกล่าวว่า “...สร้างหลักการให้ผู้ป่วยมีสุขภาพจิตเบิกบาน ร่างกายแข็งแรง จัดสร้างวิชาชีพด้านต่าง ๆ ฝึกให้เกิดการวิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติของการเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม...” นอกจากนี้หัวหน้าเรือนจำที่ดูแลเรื่องการบำบัดฟื้นฟูผู้ป่วยยาเสพติดได้กล่าวในประเด็นนี้ว่า “เกี่ยวกับเป้าหมายนี้ มีการจัดกิจกรรม ให้ผู้ป่วยได้คิดเกี่ยวกับปัญหาของตนเองอยู่เนือง ๆ และจัดให้มีการฝึกอาชีพให้ผู้ป่วยนำไปประกอบอาชีพในภายหน้า รวมถึงจัดการเรียนรู้กับการวางแผนของอาชีพ ตลาด วิธีทำงานต่าง ๆ ...” ส่วนหลักและวิธีคิดด้านบวกสำหรับผู้ป่วยให้เห็นคุณค่าและความสำคัญของตนเองว่ามีความสำคัญต่อครอบครัวและมีประโยชน์ต่อสังคมเสมอ รวมถึงชี้ให้เห็นว่าชีวิตของผู้ป่วยยังมีค่าไม่ควรกำหนดชีวิตตนเองอย่างเลื่อนลอย ทำเพื่อคนข้างหลังที่รออยู่ และเพื่ออนาคตของตัวเองส่วนกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย จิตใจและวิชาการ คือ กิจกรรมด้านการออกกำลังกาย การฝึกทำสมาธิ ทำจิตใจให้สงบไม่

ฟุ้งซ่าน กิจกรรมฝึกอาชีพที่หลากหลายให้เรียนรู้ กิจกรรมที่ให้ผู้ป่วยทำร่วมกัน ฝึกอบรมต่างๆ ฝึกฝนวิธีคิดต่างๆ นอกจากนี้ฝึกให้มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม และเปิดโอกาสให้ครอบครัวให้กำลังใจแก่ผู้ป่วย ส่วนการวางแผนดำเนินงานตลอดกิจกรรมสำหรับผู้ป่วย มีการจัดกิจกรรมต่างๆ หลายอย่าง เช่น กำหนดตารางเวลาทำกิจกรรมต่างๆ เช่น ตอนเช้าออกกำลังกายพักผ่อน ทำงาน และฝึกให้มีความรับผิดชอบต่องานตามที่ได้รับมอบหมาย มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการมีความเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น ซึ่งในประเด็นนี้ทางเจ้าหน้าที่เรือนจำท่านหนึ่งที่ดูแลผู้ป่วยในชุมชนบำบัด ได้กล่าวว่า “...ให้ผู้ป่วยได้ปฏิบัติกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง รู้จักวางแผนชีวิตและแบ่งเวลาให้เหมาะสมตามกิจกรรมต่าง ๆ ให้รู้จักมีส่วนร่วมในสังคม รู้จักและรับทราบถึงปัญหาของตนเอง และหาวิธีการแก้ไขปัญหานั้น รู้จักศึกษาเพิ่มเติมจากบุคคลรอบข้าง และจากสื่อต่างๆ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น มีการจัดกิจกรรมหรืองานต่างๆ ที่ได้รับนิชอบและมอบหมายงานที่ตนทำอยู่...” นอกจากนี้ยังพบว่าทางเรือนจำได้การกระตุ้นเสริมแรงเป็นระยะเพื่อให้ผู้ป่วยยอมรับตนเองตามหลักการใหม่ เช่น การเป็นหัวหน้ากลุ่ม มอบหมายให้ได้รับนิชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมีความตั้งใจทำงานอย่างจริงจัง มีการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง ให้ความสำคัญกับผู้ป่วยและส่งเสริมนำความรู้ที่เรียนมาไปใช้ปฏิบัติจริง และให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนสิ่งที่เขาทำอยู่ไปปฏิบัติ ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเป็นผู้นำและมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ปฏิบัติ

3.3.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

เป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับตนเอง พบว่า ผู้ป่วยเมื่อพ้นสภาพจากการไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดแล้วจะนำความรู้ และนำประสบการณ์ที่ตนได้เรียนรู้จากสถานบำบัดไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และจะตั้งใจทำงานบริการสังคม สร้างครอบครัวให้มีความอบอุ่น สร้างรายได้ให้กับตนเอง ทำอาชีพอยู่บนความพอเพียง มีความขยันหมั่นเพียรและกระทำด้วยความสุจริต นอกจากนี้จะไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดทุกชนิดไม่เที่ยวกลางคืน นำเอาประสบการณ์ของตนไปพูดคุยและเป็นเครื่องเตือนใจคนรอบข้าง ไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก เพราะยาเสพติดมีแต่ให้โทษและไม่มีคุณประโยชน์เลย ในส่วนกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกาย จิตใจความรู้ ผู้ป่วยในเรือนจำคนหนึ่งได้กล่าวว่า “...ได้ปฏิบัติกิจกรรมในเรือนจำ คือ การออกกำลังกาย การรักษาสุขภาพตนเอง การเล่นกีฬา คนตรี ศึกษาโทษภัยของยาเสพติด อ่านหนังสือ การทำสมาธิ การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเสมอ การทำบุญและทำจิตใจให้แจ่มใส เป็นต้น...” การปฏิบัติตามกิจกรรมที่ได้เรียนรู้มาแล้วนี้มีประโยชน์ทั้งสิ้น และมีโอกาสได้เข้าร่วมโครงการกิจกรรมที่จัดขึ้นโดยสถานบำบัดที่จัดขึ้น ส่วนการวางแผนชีวิตและการมีส่วนร่วมกับผู้อื่นเพื่อดำเนินกิจกรรมสำหรับตนเอง พบว่า ผู้ป่วยได้มี

การวางแผนตนเองทำอะไรให้กับหมู่คณะร่วมทำกิจกรรมอย่างเต็มที่และเต็มใจและทำด้วยความสนุก มีการวางแผนและศึกษางานที่สุจริต แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในการประกอบอาชีพสุจริต ร่วมกันทำแต่สิ่งที่ดีและไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีกทำบุคคลและชุมชนให้ยอมรับในตนเอง มีความตั้งใจทำในสิ่งที่ตั้งใจไว้และจะทำให้ดีที่สุด นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ป่วยในชุมชนบำบัดเรือนจำคนหนึ่งกล่าวถึงการวางแผนอนาคตไว้ว่า “...ผมได้วางแผนอนาคตของตนเอง โดยการศึกษาชีวิตคนรอบข้างอย่างละเอียด และตั้งใจศึกษาเล่าเรียนให้จนสูงยิ่งขึ้นไปกว่าที่เป็นอยู่ อบรมหาความรู้จากที่ต่างๆอยู่เสมอ....” นอกจากนี้มีการฝึกวิชาชีพในสถานที่และฝึกพัฒนาฝีมือ เพื่อนำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในอนาคต สร้างความเชื่อมั่นให้ตนเอง ทำอาชีพสุจริตทำให้สังคมยอมรับและเป็นคนดีทำตัวให้เป็นตัวอย่างที่ดีของเด็กลูกหลานและครอบครัว ส่วนเรื่องของความพร้อมในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และการเห็นคุณค่าสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง ในกรณีศึกษาประเด็นนี้ พบว่า ผู้ป่วยในเรือนจำคนหนึ่งกล่าวว่า “...ได้ทำร่างกายและจิตใจให้สบายไม่คิดมากมีความตื่นตัวมีสติและพร้อมที่เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ หมั่นหาความรู้เพิ่มเติม และทำให้เกิดความชำนาญ สร้างความเข้าใจและเล็งเห็นความรู้นั้นและปฏิบัติตามจากการเรียนรู้ให้ความร่วมมืออยู่เสมอ และมีการปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เป็นอยู่....”

3.4 แนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค)

3.4.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านแนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

ในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องนี้ พบว่า ได้มีการจัดทำทะเบียนประวัติของแต่ละบุคคล แบ่งกลุ่มให้ดูแลซึ่งกันและกัน ดูแลพฤติกรรม และสามารถเตือนกันได้ ในด้านสื่อเพื่อให้ผู้ป่วยเป็นแนวทางในการเรียนรู้กิจกรรม มีการจัดทำบอร์ด ให้วาดภาพแสดงออกและระบายความรู้สึก โดยให้เขียนแสดงความคิดเห็นของแต่ละบุคคลลงในบอร์ดและให้มาพูดในที่ประชุมกลุ่ม วิธีการแก้ไขปัญหาของตนเองเป็นอย่างไรในแต่ละคน ซึ่งในประเด็นนี้เจ้าหน้าที่เรือนจำท่านหนึ่งกล่าวว่า “... ได้ให้ผู้ป่วยเขียนถึงความรู้สึกคับข้องใจเป็นอย่างไร และบรรยายความรู้สึกออกมา และจัดประชุมกลุ่มเพื่อแสดงความคิดเห็น โดยที่ทุกคนได้มีโอกาสได้พูดความรู้สึกตนเอง....” นอกจากนี้ทางเรือนจำได้พัฒนาฝึกฝนและประยุกต์ใช้ทักษะที่จำเป็นสำหรับผู้ป่วย โดยมีการให้ผู้ป่วยฝึกทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความชำนาญ มีการฝึกคิดอย่างต่อเนื่อง เพื่อหาแนวทางในสูตรความสำเร็จ รู้จักคิดต่อยอดในการวางแผน นอกจากนี้ให้มีการกล้าแสดงออกถึงความคิดเห็นนั้น ในส่วนของกิจกรรมส่งเสริมเวทีการเรียนรู้สนับสนุนความสามารถการอภิปรายแลกเปลี่ยนร่วมกับผู้อื่น โดยให้มีการจัดประชุมร่วมกัน การจัดโต๊ะที่ ในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การจัดบอร์ดกิจกรรมผลงาน การจัดกิจกรรมกลุ่มร่วมกันเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เป็นต้น นอกจากนี้มีกิจกรรมเสริมสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เรือนจำได้กล่าวว่า “..ได้ให้

ผู้ป่วยผ่อนคลายในเวลาว่างโดยการเล่นดนตรี การทำกิจกรรมประกอบจังหวะ การดู VCD สารคดีต่าง ๆ และการแสดงละครสั้น....” นอกจากนี้ยังมีการมอบหมายงานให้รับผิดชอบสามารถดำเนินชีวิตได้ยืนเมื่อกระทำความผิดและการใช้ระบบกลุ่มดำเนินกิจกรรม ฝึกดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง รู้จักแยกแยะรับผิดชอบชั่วดี ศึกษาผลกระทบเมื่อไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ส่วนการประเมินผลที่เป็นตัวชี้วัดผลการดำเนินงาน คือ ให้ผู้ป่วยได้ตอบแบบสอบถาม การให้เขียนแสดงความรู้สึกออกมา และการแสดงออกต่อหน้าชุมชนและออกค่ายร่วมกับชุมชน

3.4.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านแนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรเทา) ได้ผลการศึกษา ดังนี้

การกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหาเพื่อนำมาปรับใช้ในชีวิต ผู้ป่วยเมื่อมีโอกาสได้ออกไปจากสถานบำบัดหรือเรือนจำแล้ว จำเป็นต้องปรับตัวให้ดีที่สุด และสามารถเป็นตัวอย่งให้ผู้อื่นได้เรียนรู้ว่ายาเสพติดเป็นสิ่งที่ไม่ดี และพร้อมที่จะไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งไม่ดีทั้งหลายอีก ซึ่งตามหลักความเป็นจริงในเรื่องนี้ ผู้ป่วยท่านหนึ่งในเรือนจำกล่าวถึงแนวทางที่ตนเองทำไว้ว่า “...ได้มีการฝึกมีสติอยู่เสมอไม่พอสั่งเปลื้องตัวเองก็จะรู้ตนเองตลอดเวลาว่าทำอะไรลงไปอยู่ นำปัญหาที่ตนเองปรึกษากับครอบครัว เพื่อน ๆ เพื่อหาทางแก้ไข และการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม เพื่อให้สังคมยอมรับในตัวผม...” ส่วนแนวทางการเรียนรู้กิจกรรมเพิ่มเติม พบว่า มีการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมด้วยตนเอง จากสื่อประเภท หนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ วิทยุ เพื่อเป็นแนวทางในการเรียนรู้และนำข่าวสารต่าง ๆ มาเปรียบเทียบและนำไปวิเคราะห์ นอกจากนี้ก็มีสื่อโฆษณา การตีพิมพ์การให้รู้ถึงพิษภัยของยาเสพติดและฝึกอบรมกิจกรรมที่เรียนรู้มา ในด้านการพัฒนาฝึกฝนและประยุกต์ใช้ทักษะที่จำเป็น พบว่า ผู้ป่วยให้ความสำคัญกับการฝึกฝนพัฒนาอาชีพฝีมือ ตั้งใจและเอาใจใส่กับการงานที่ได้รับมอบหมาย ฝึกจิตใจให้สงบนิ่ง อดทนอดกลั้น มีความจริงใจและตั้งใจในการเลิกเสพยาให้ได้ นอกจากนี้ ยังต้องการหาสิ่งใหม่ ๆ ในการปฏิบัติและสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ในการสร้างตนเองให้รับผิดชอบต่อสังคมนั้น ผู้ป่วยในเรือนจำที่รับการบำบัดยาเสพติดคนหนึ่งกล่าวว่า “...ผมนั้นยังมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบต่อผู้อื่นอยู่ ผมอาจใช้ประสบการณ์ที่ได้รับไปบอกกล่าวผู้อื่นถึงโทษภัยยาเสพติดว่าไม่ดีอย่างไร และพยายามเป็นตัวอย่งที่ดีให้คนรอบข้างนับถือและเรียกศรัทธาในตนเองกลับมา นำประสบการณ์จากการที่ได้รับ การอบรมมาถ่ายทอดต่อเด็กและลูกหลาน....” ส่วนกิจกรรมส่งเสริมเวทีการเรียนรู้สำหรับผู้ป่วยนี้ พบว่า มีการร่วมกลุ่มปรึกษารื้อฟื้น มีการจัดเวทีแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น การใช้หลักความคิดที่ถูกต้อง การพูดคุย ความเข้าใจ และการสื่อสารที่ดี การระบายความเครียด การได้รับความสนุกสนานและได้ความรู้ ในด้านกิจกรรมสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายในตัวผู้ป่วยนั้น พบว่า ผู้ป่วยคนหนึ่งเรือนจำได้ปฏิบัติตนไม่ให้เครียดมาก

กล่าวว่า “...ผมได้ทำสมาธิกำหนดลมหายใจเพื่อให้มีสติ เวลาว่างก็ออกกำลังกายบ้าง อ่านหนังสือ บ้าง เพื่อน ๆ ผมหลายคนก็จะดูหนังฟังเพลง เล่นดนตรี ทำกิจกรรมร่วมกัน พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น บางคนอยากแต่งเพลง และร้องเพลงดัง ๆ ให้เพื่อนฟัง....” ส่วนการประเมินตนเอง เพื่อหาข้อดี-ข้อเสีย แล้วนำมาปรับปรุงคุณภาพชีวิต พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ได้เกิดความสำนึกข้อผิดพลาดที่ผ่านมา เมื่อย้อนคิดถึงอดีต ดังนั้นจึงพยายามแก้ไขในปัจจุบันให้ดีเพื่อผลในอนาคต บางรายพยายามหาข้อดี-เสีย ของตนเองเพื่อแก้ไขและนำข้อดีของตนเองให้คนอื่นทราบด้วย และนำส่วนที่ดีนั้นไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ส่วนที่ไม่ดีนำมาปรับปรุงแก้ไข และในบางรายรู้สึกดีใจและภูมิใจที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ในชาตินี้ ด้านการสร้างเชื่อมั่นเพื่อการเลิกยาเสพติดอย่างถาวร จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยในเรือนจำท่านหนึ่งได้ใช้วิธีการนี้ โดยกล่าวว่า “...มีความยึดถือความมั่นใจในตนเอง มีความรักความอบอุ่นให้กับครอบครัว นึกถึงคนที่ตนเองรัก เช่น พ่อ แม่ และนึกถึงผลกระทบที่ตามมาภายหลังเมื่อไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก และทำวันนี้ให้ดีที่สุดที่ผ่านมาก็อาการหนักแล้วต้องเลิกให้ได้ เพราะโทษภัยยาเสพติดนั้นมีผลต่อครอบครัว คนรอบข้าง สังคมและประเทศชาติและเมื่อเลิกได้แล้วก็ไม่ควรกลับไปเสพอีก.....”

ผลการสังเคราะห์กรณีศึกษาขององค์กรที่ประสบความสำเร็จในการบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในภาพรวมทั้ง 3 แห่ง

จากการนำเสนอผลการศึกษาขององค์กรที่ประสบความสำเร็จในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดทั้ง 3 แห่ง ผู้วิจัยได้นำผลการศึกษาทั้ง 3 แห่ง มาวิเคราะห์และสังเคราะห์บรรยายสรุปตามกรอบประเด็นการสัมภาษณ์ทั้งเจ้าหน้าที่และผู้ป่วยที่รับการบำบัดรักษาในองค์กรนั้น ในลักษณะกำหนดเป็นประเด็นหัวข้อย่อยตามกรอบหรือแบบการสัมภาษณ์ที่ได้สัมภาษณ์มา เพื่อให้เห็นประเด็นต่าง ๆ ที่ชัดเจนยิ่งขึ้น ในการนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนต่อไป ในการสังเคราะห์ยังคงยึดกรอบตามขั้นตอนอริยสัจสี่ และหัวข้อย่อยตามกรอบการสัมภาษณ์ ซึ่งผลการสังเคราะห์ภาพรวมทั้ง 3 แห่ง ได้นำเสนอดังนี้

1.1 การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

1.1.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษาดังนี้

(1) วิธีการให้ผู้ป่วยวิเคราะห์ปัญหาชีวิตตน จากการประมวลข้อมูลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ ที่ได้ให้ผู้ป่วยวิเคราะห์ปัญหา ซึ่งเป็นสภาพทุกข์ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วย พบว่า ด้านครอบครัวของผู้ป่วยขาดความอบอุ่น ขาดการดูแลเอาใจใส่ ประสพภาวะด้านจิตใจ ป่วยมีปัญหาการคบเพื่อน

และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ผู้ป่วยรับรู้ข้อผิดพลาดของตนในการอยากรู้ อยากลงยาเสพติด เป็นความผิดพลาดที่ผ่านมามีเกี่ยวกับยาเสพติด รวมถึงความทุกข์ของผู้ป่วยที่เกิดจากปัญหา การศึกษา การเศรษฐกิจ และสังคม การได้ให้ผู้ป่วยมีสมาธิได้พิจารณาการกระทำต่างๆ ที่ผ่านมาจากอดีตจนถึงปัจจุบัน อะไรที่เป็นปัญหาชีวิต และมีลักษณะเป็นอย่างไร สภาพปัญหาของผู้ป่วยนั้น เกิดจากสภาพจิตใจที่ผิดปกติ การเลียนแบบตะวันตก ค่านิยมที่เปลี่ยนไป การถูกลวงให้เสพติดได้ง่าย นอกจากนี้ความเป็นทุกข์ในชีวิต เกิดจากตัวเองที่มีความยินดี มีความปรารถนาจน กลายเป็นนิสัย ดังนั้นการฝึกให้มีสติจะคือความตั้งใจจริงจัง เป็นหลักในการพิจารณาปัญหาชีวิตตน ควบคู่กันไปด้วย ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์เป็นปัญหาชีวิตของผู้ป่วยที่ต้องเข้ามารับการบำบัดรักษาใน ที่สถานฟื้นฟูแห่งนี้ ดังนั้นคุณค่าการใช้ชีวิตเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องนำมาวิเคราะห์เพื่อการดำเนินชีวิตที่ ถูกต้องในทางสังคม การที่ผู้ป่วยได้มีโอกาสวิเคราะห์ปัญหาชีวิตของตนที่ผ่านมา โดยให้ผู้ป่วยเล่า ให้เจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบได้ฟังโดยตรงอย่างใกล้ชิดว่าทำไมชีวิตของตนจึงมีปัญหาเป็นทางหนึ่ง ที่ผู้ป่วยได้ระบายความรู้สึกตนเอง การได้ชี้แจงข้อขัดข้องที่พบในผู้ป่วยตามที่ผู้ป่วยเล่า และได้เสนอ ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมว่าที่ผู้ป่วยรับความทุกข์จากประสบการณ์ที่ผ่านมา เช่นการมาบำบัดเพราะอะไร โดยให้ผู้ป่วยไตร่ตรองตามสภาพความเป็นจริงปัจจุบันด้วยเหตุและผล นอกจากนี้ให้ผู้ป่วยรู้จักโทษ ของยาเสพติดว่ามีความทุกข์ทรมานเพียงใดเมื่อเข้าไปเกี่ยวข้องกับและเสพติด

(2) การให้ผู้ป่วยเล่าประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ประสบการณ์เกี่ยวกับ ยาเสพติดเป็นเรื่องความทุกข์ของผู้ป่วยในระยะเวลาที่ผ่านมา เมื่อได้ประมวลสรุปจากการสัมภาษณ์ พบว่า กรณีของเรือนจำขอนแก่น ได้มีวิธีและเทคนิคในการที่จะให้ผู้ป่วยยอมรับความเป็นจริงที่ผ่านมา เจ้าหน้าที่ได้สร้างความสนิทสนมความคุ้นเคยกับผู้ป่วย โดยให้เจ้าหน้าที่ใช้เทคนิคการเล่าประวัติ และประสบการณ์ตนเองของเจ้าหน้าที่ให้ฟังก่อนว่าเป็นอย่างไร เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความคุ้นเคย และได้เล่าประสบการณ์ตนเองบ้างอย่างเปิดเผยและไว้วางใจ ข้อมูลของผู้ป่วยเบื้องต้นนี้จะเป็นประโยชน์ ต่อผู้ป่วยเองในการบำบัดรักษา ส่วนทางสำนักสงฆ์ถ้ากระบอกได้ให้ผู้ป่วยพูดถึงประโยชน์ในการ บอกเล่าประสบการณ์ชีวิตให้แก่สังคม และเยาวชนที่กำลังจะเดินทางผิด ซึ่งที่ผ่านมามีการเสพยาเป็น สิ่งที่ไม่ดีอย่างไร ผู้ป่วยเล่าว่าได้เจอกับตนเองถึงกับล้มเหลวตลอดชีวิต และเสียใจมาก พระสงฆ์ เป็นผู้สัมภาษณ์คนไข้หรือผู้ป่วย และให้ผู้ป่วยพูดถึงปัญหาตัวเองที่มาจากสาเหตุการใช้ยา ปัญหา รอบ ๆ ด้านของผู้ป่วย ปัญหาครอบครัวหรือสาเหตุของปัญหาที่มาจากการชักจูงของเพื่อนฝูง สิ่งแวดล้อมทางสังคม ซึ่งทางเจ้าหน้าที่รับฟังปัญหาของผู้ป่วยที่เล่าประสบการณ์ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับ ยาเสพติด กรณีของโรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง ได้ใช้วิธีการยกตัวอย่างประสบการณ์ของวิทยากรและ เจ้าหน้าที่ ที่เคยประสบมากับผู้ป่วยอื่นๆ เล่าให้ผู้ป่วยฟังแล้วผู้ป่วยเหล่านั้นเล่าให้เจ้าหน้าที่ฟังเอง นอกจากนี้การให้ความสนิทสนมความคุ้นเคย เป็นกันเองกับผู้ป่วยเพื่อให้ผู้ป่วยเล่าประสบการณ์

ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด โดยไม่มีความหวาดระแวงพูดคุยให้ความเป็นกันเอง การสัมผัส จับมือ จับไหล่ เป็นต้น

(3) การปรับตัวในสถานบำบัดฟื้นฟู สถานบำบัดฟื้นฟูเป็นสถานที่รองรับความทุกข์ทั้งหลายของผู้ป่วยที่ใช้สารเสพติดและมาอยู่อาศัยที่นี่ร่วมกัน เป็นสถานที่จัดตั้งขึ้นมาเพื่อวัตถุประสงค์ให้ผู้ป่วยได้บำบัดรักษาตนเองในการปลดปล่อยทุกข์ที่ประสบมา ดังนั้นทางสถานบำบัดหรือศูนย์บำบัดได้ให้ผู้ป่วยได้ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในสถานบำบัด เช่น ออกกำลังกาย การแสดงออกให้ผู้อื่นได้รับรู้ การให้ความคิดเห็นแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน มีการประชุมมอบหมายงานหรือหน้าที่ให้ทำเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยในสถานที่ มีการจัดกิจกรรมแบบเพื่อนช่วยเพื่อน มีกิจกรรมต่างๆ ให้ทำร่วมกัน เช่น ทำความสะอาดสถานที่ของทางราชการก็มี การให้ผู้ป่วยได้เข้าใจถึงหลักการอยู่ร่วมกัน และให้ผู้ป่วยปรับตัว เข้ากับเพื่อน รวมถึงการสร้างกิจกรรมต่างๆ ที่ทำร่วมกับผู้อื่น การแนะนำให้ผู้ป่วยทำใจให้สบาย ยอมรับสภาพความเป็นจริงให้ได้ และมีการแบ่งกลุ่มให้คำปรึกษาซึ่งกันและกัน การชี้แนะให้ผู้ป่วยเข้าใจการมาอยู่อาศัยที่นี่ เพราะเราต้องทำเพื่อตนเอง เพื่ออนาคต ครอบครัวของผู้ป่วยเอง ดังนั้นต้องปรับตัวเพื่อความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ สำหรับเพื่อนๆ ที่เข้ามาอยู่ก่อนแล้วได้ช่วยกันดูแลผู้ป่วยใหม่ และให้คำชี้แนะพร้อมทั้งให้กำลังใจในการบำบัดฟื้นฟู สร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วยให้คุ้นเคยแล้วสามารถปรับตัวได้ นอกจากนี้ ทางเจ้าหน้าที่ได้อธิบายถึงกฎระเบียบปกติต่างๆ ของศูนย์บำบัด และบอกถึงวิธีการปรับตนให้เข้ากับบุคคลอาคารสถานที่ และการปฏิบัติตนในกิจกรรมต่างๆ ในแต่ละอย่าง

(4) การสร้างความรู้สึกลึกด้านบวกให้กับผู้ป่วยและความสมัครใจเข้ารับการบำบัด เนื่องจากการเสพยาเสพติดทำให้เกิดผลในทางลบสำหรับผู้ป่วย การให้คำปรึกษาแนะนำการวางแผนชีวิตเพื่ออนาคตที่ยาวไกลการสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติด ซึ่งผู้ป่วยเห็นปัญหาจากการใช้ยาที่จะเกิดขึ้น โทษภัยของยาเสพติด ผลกระทบที่ตามมาต่อตนเองและครอบครัว การเข้าใจผิดว่าประสบความสำเร็จและมีความสุขตลอดไป โดยการพึ่งพาหรือเสพยาเสพติด ในบางครั้งการทำดีอาจต้องฝืนใจตนเองบ้าง เพราะการทำชั่วนั้นตามใจตนเองจึงง่ายกว่า ดังคำพระที่ว่า “การทำชั่วนั้นทำง่าย สบายและลำบาก อันความดีนั้นทำยาก ลำบาก และสบาย” นอกจากนี้การสร้างความผูกพันของเจ้าหน้าที่กับผู้ป่วย การสร้างกำลังใจให้ผู้ป่วยรู้สึกดีที่ยอมรับตนเองในการเข้ารับการบำบัดเพื่อปลดปล่อยความทุกข์ให้หายไป การสร้างความรู้สึกลึกด้านบวกให้กับผู้ป่วยโดยการสร้างความรักในสิ่งที่เขาทำ ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน การสร้างบรรยากาศเป็นกันเองให้กับผู้ป่วย และให้ผู้ป่วยได้แสดงออกอย่างอิสระแต่อยู่ภายใต้ขอบเขตของกฎระเบียบ และการยอมรับแนวทางจากการปฏิบัติอย่างจริงใจ แนะนำข้อดีข้อเสีย และประโยชน์ต่างๆ ของการเข้ารับการบำบัดฟื้นฟู รวมถึงเมื่อออกจากสถานบำบัดแล้วผู้สังคมภายนอกไม่มีใครรังเกียจ นอกนี้ในการเข้ามาอยู่สถานบำบัดทาง

เจ้าหน้าที่ได้สอบถาม คนไข้เพื่อความเข้าใจในการรักษาผู้ป่วยจึงรับตัวในสถานฟื้นฟูและยึดความสนใจของผู้ป่วยเป็นหลักสำคัญ ยกเว้นระบบบังคับที่มีเงื่อนไขตามกฎหมาย

1.1.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยในการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ได้ผลการศึกษาดังนี้

(1) สภาพปัญหาชีวิตของผู้ป่วยก่อนและหลังเสพยาที่ส่งผลต่อชีวิต สภาพปัญหาชีวิตของผู้ป่วยเป็นความทุกข์ที่เกิดกับผู้ป่วยโดยตรง ซึ่งในประเด็นนี้พบว่า ผู้ป่วยเมื่อได้เสพยาแล้วรู้สึกอารมณ์ดี พอไม่ได้เสพรู้สึกหงุดหงิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงและอารมณ์เสียตลอดเวลา มีความกระวนกระวายใจ และคิดฟุ้งซ่าน ด้านร่างกายมีความอ่อนล้า เวียนศีรษะสุขภาพไม่ปกติ ร่างกายเสื่อมโทรมชুবวม ไม่แข็งแรง สมองสังงานช้า เมื่อยาหมดฤทธิ์ก็หมดกำลังใจและไม่อยากทำอะไร ส่วนจิตใจกระวนกระวาย เกิดการหลอน จิตหดหู่ สภาพการเงินบกพร่องไม่มีเงินใช้จ่ายต่างๆ ด้านสังคมไม่ยอมรับในตัวผู้ป่วย และส่งผลให้สังคมเดือดร้อน ส่วนด้านครอบครัวของผู้ป่วยมีปัญหาแตกแยก ประสบความเดือดร้อน และผู้ป่วยถูกตำรวจจับได้ก่อนมาอยู่ที่แห่งนี้ ในผู้ป่วยบางรายมีความกระวนกระวายใจ มีความทุกข์หลังเสพยาแล้วรู้สึกดีขึ้น แล้วก็สบายตัว แต่เมื่อเสพไปเรื่อย ๆ พบว่า เริ่มมีอาการคิดมาก อารมณ์หงุดหงิด แปรปรวนง่ายทำให้ตนเองไม่มีความสุข บางรายไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ไม่สามารถทำงานให้ได้ดีเหมือนก่อน นอกจากนี้สังคมยังรังเกียจ เข้ากับเพื่อนไม่ได้ ขาดความเคารพจากบุคคลอื่นในที่ทำงาน ปัญหาชีวิตแย่ง ในบางรายเป็นเหตุทำให้ผู้ป่วยเรียนไม่จบการศึกษาตามที่ตั้งใจไว้ พ่อแม่เสียใจ มีปัญหาการเงินมากขึ้น

(2) ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวหรือคู่สมรสที่ผ่านมา ผลจากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยกรณีของเรือนจำขอนแก่น ส่วนใหญ่พบว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวอยู่ในเกณฑ์ดี มีความสุขและอบอุ่น และบางส่วน ครอบครัวแตกแยก เครือญาติเอือมระอา ครอบครัวรับไม่ได้เมื่อรู้ว่าผู้ป่วยเสพยา เกิดความขัดแย้งในครอบครัว และขาดความอบอุ่น ส่วนกรณีของสำนักสงฆ์ถ้ากระบอก พบว่า ตั้งแต่ผู้ป่วยเริ่มเสพยาทำให้ครอบครัวมีปัญหา เช่น ผู้ป่วยหมกมุ่นกับสิ่งเสพติดไม่มีเวลาให้ครอบครัว อารมณ์รุนแรงกับครอบครัว เช่น ใช้วาจารุนแรงกับพ่อแม่ ทะเลาะกันบ่อยภายในครอบครัว มีความรู้สึกแย่น้อยพูดคุยกับพี่น้อง ติดเพื่อนฝูง ผู้อื่นดูถูกว่าเป็นขี้ยา ทำงานอะไรก็ไม่มิใครไว้วางใจ ในขณะที่เดียวกันครอบครัวหลายรายมีความรักใคร่ปรองดองกันดี ความสัมพันธ์ยังเหมือนเดิม เพียงแต่สิ่งที่ครอบครัวอยากได้ก็คือ ให้ผู้ป่วยบำบัด และเลิกยาเสพติดให้ได้ทุกคนคอยให้กำลังใจอยู่นอกจากนี้ คู่รักบางรายได้ทบทวนปัญหาร้ายร่างกายของฝ่ายหญิงโดยฤทธิ์ของยา ส่วนกรณีของโรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง พบว่า ก่อนผู้ป่วยเสพยา ครอบครัวบิดา มารดา พี่น้องของผู้ป่วยยังรักและให้ความอบอุ่นดีมีการเอาใจใส่ดีและรู้สึกที่ตนเองไม่ก้าวร้าว แต่หลังเสพยาแล้ว

ครอบครัวของผู้ป่วยไม่เอาใจใส่ ผู้ป่วยเกิดความกระวนกระวายใจ เป็นทุกข์ และทำให้ตนเองไม่มีความสุข ญาติพี่น้องไม่ค่อยพูดคุย นอกจากนั้นพ่อแม่ชอบตำหนิว่าผู้ป่วยเสมอ และพ่อแม่ชอบทะเลาะกัน ผู้นำครอบครัวขาดความรับผิดชอบและเป็นเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยหันมาเสพยาเพื่อประชดครอบครัว อีกประเด็นหนึ่งการติดเพื่อนของผู้ป่วย และการขาดความเชื่อมั่นของพ่อแม่ในตัวผู้ป่วย เป็นสาเหตุของการเสพยาในตัวผู้ป่วย

(3) การประสบปัญหาด้านต่างๆ และปัญหากับคนในครอบครัว ผลการสัมภาษณ์พบว่า ผู้ป่วยที่ประสบปัญหาต่างๆ เกิดความทุกข์หลายประการด้วยกัน เช่น ในด้านการเงินพบว่าผู้ป่วยมีภาวะหนี้สินมากมายทั้งในหมู่บ้านและที่ทำงาน ค่าใช้จ่ายของผู้ป่วยที่ใช้กับยาเสพติด สูญเสียทรัพย์สินในครอบครัว ส่งผลต่อครอบครัวและค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว ทางด้านร่างกายพบว่าร่างกายทรุดโทรม ไม่แข็งแรง จิตใจรู้สึกแย่ และท้อแท้ อารมณ์รุนแรง จิตใจหงุดหงิดง่าย มีความก้าวร้าว และเริ่มโกหกกับพ่อแม่เพื่อต้องการใช้เงิน เพราะผู้ป่วยไม่มีเงินเที่ยวและซื้อเสื้อผ้า และชอบหนีเที่ยวทะเลาะกับพี่น้องเป็นประจำ ส่วนทางด้านครอบครัว พบว่า ครอบครัวไม่มีความสุข เกิดความแตกแยกภายในครอบครัว ครอบครัวขาดความอบอุ่น และแตกความสามัคคี การเอาใจใส่รู้สึกน้อยในญาติพี่น้อง บางคนมีปัญหาารุมเร้าทุกด้านมากมาย ทั้งโรคภัยไข้เจ็บ และจิตใจที่หมดหวัง เป็นเหตุทำให้ผู้ป่วยจิตใจโลเล และขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

(4) การปรับตัวต่อสถานบำบัดฟื้นฟูในเบื้องต้น ผู้ป่วยเมื่อเข้ามาอยู่อาศัยในสถานบำบัดฟื้นฟูในช่วงแรก พบว่า ผู้ป่วยรู้สึกลำบากใจ เกิดความขัดข้องใจ และเกิดความอึดอัดและทุกข์ใจ ไม่มีความสุขต่อสถานที่ที่ยังไม่คุ้นเคย ทั้งเรื่องกฎระเบียบต่างๆ บ้าง เพื่อนร่วมสถานบำบัด บ้าง ผู้ป่วยได้มีการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นในสถานบำบัด พูดคุยกับบุคคลอื่นให้มาก และพยายามปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นให้ได้ และยอมรับกับสภาพที่เป็นอยู่ตามเป็นจริงแม้ลำบากใจ มีการปรับตัวตามสภาพแวดล้อมของสถานบำบัดฟื้นฟู มีการปฏิบัติตนเหมือนกับบุคคลอื่นที่เข้ามาอยู่ก่อนหน้าแล้วทำตามกันในเรื่องที่ดี ไม่ทำผิดกฎกติกา ระเบียบที่สถานบำบัดฟื้นฟูตั้งไว้ และเรียนรู้การทำกิจกรรมร่วมกันในแต่ละวัน มีการพูดคุยกับบุคคลอื่นในสถานบำบัดฟื้นฟูที่มีความทุกข์ร่วมกัน อยู่ในระเบียบวินัยเคร่งครัดของสถานที่ และช่วยเหลือผู้อื่น นอกจากนี้ยังมีการเลือกคบเพื่อนที่อุปนิสัยเข้ากันได้ การแก้ปัญหาเฉพาะหน้า การเอาตัวรอดจากเหตุการณ์ในปัจจุบันที่ประสบรวมทั้งสร้างควมคุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมที่ยังไม่คุ้นเคยภายในสถานบำบัด

(5) การแก้ไขปัญหาเบื้องต้นเมื่อรู้สึกเครียดและกดดันต่อสภาพที่เป็นอยู่ สำหรับผู้ป่วยเมื่อรู้สึกเครียดและกดดันต่อสถานการณ์ที่เป็นอยู่ เพื่อลดความทุกข์ในเบื้องต้นนี้ ผู้ป่วยมีการพูดคุยกับเพื่อนๆในกลุ่ม ปรึกษาครูเจ้าหน้าที่ ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีกิจกรรมให้ทำเพื่อลด

ความตึงเครียด เช่น เล่นดนตรี ร้องเพลง ออกกำลังกาย เล่นกีฬา และคู่มือที่รวมทั้งตะโกนออกมาดังๆ โดยเชื่อว่าสิ่งเหล่านั้นจะหายไป ทำความสะอาดสถานที่ ช่วยครูทำงาน รดน้ำต้นไม้ หรือเขียนจดหมาย เขียนหนังสือ และดูการบันเทิงต่าง ๆ เป็นกิจกรรมเพื่อความผ่อนคลาย กิจกรรมเหล่านี้เป็นการระบายความเครียดในระยะแรก นอกจากนี้การนั่งสมาธิเพื่อทำให้จิตใจให้สงบ การลดความกดดันลงโดยไม่คิดมาก เพราะจิตใจจะฟุ้งซ่าน ในบางรายใช้วิธีคิดถึงคนรักที่บ้าน คิดถึงแบบแผนของชีวิตในอนาคตเป็นการลดความตึงเครียดเบื้องต้นได้ดีเช่นกัน แต่จากการตอบแบบสัมภาษณ์ยังพบว่า ผู้ป่วยบางรายยังมีการใช้ยาเสพติดในการลดความกดดันต่อสภาพที่อยู่ เพราะคิดว่าเป็นหนทางเดียวที่เป็นทางออก

1.2 การประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมมุติ คือ เหตุให้เกิดทุกข์)

1.2.1 ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมมุติ คือ เหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษาดังนี้

(1) การวิเคราะห์สถานการณ์ที่เป็นสาเหตุการใช้สารเสพติด ผลการสัมภาษณ์เกี่ยวกับสาเหตุของการใช้สารเสพติดในผู้ป่วย พบว่า สาเหตุมาจากสภาพจิตใจของผู้ป่วย การชักจูงจากเพื่อนที่ไม่ดี รวมทั้งความอยากรู้อยากลองของผู้ป่วยเองที่เป็นสาเหตุให้ผู้ป่วยต้องใช้สารเสพติด ส่วนปัญหาครอบครัวเป็นปัจจัยสำคัญเช่นกัน กล่าวคือ ครอบครัวขาดความรักความอบอุ่น การหย่าร้างของครอบครัวหรือพ่อแม่ ครอบครัวแตกแยก ผู้ป่วยขาดความรัก พ่อแม่ทอดทิ้งผู้ป่วยหรือเกิดการทะเลาะกันบ่อย ๆ ภายในครอบครัว ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกเบื่อหน่าย ด้านสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของผู้ป่วยในชุมชนก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้ป่วยใช้สารเสพติด เพราะเป็นแหล่งเสื่อมโทรม ชุมชนแออัดสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการเสพยา ส่วนด้านการศึกษาเป็นสาเหตุหนึ่งได้เหมือนกัน เพราะไม่ได้เรียนหนังสือมีเวลาว่างมากใช้เวลาไปทำผิดหรือติดอบายมุขได้ง่ายทำให้เป็นปัญหาสังคม ก่อปัญหาทางอาชญากรรมได้ นอกจากนี้ทางพระสงฆ์ท่านกล่าวว่า คนติดยาเสพติด เพราะขาดความปิติ หรือความอิ่มใจในตนเอง ไม่สามารถเป็นที่พึ่งของตนเองได้จึงคิดใช้ยาเสพติดเป็นที่พึ่ง สรุปแล้วควรศึกษาให้รู้ถึงภูมิหลังของผู้ป่วยด้านต่างๆ ที่เป็นสาเหตุของการใช้สารเสพติดในผู้ป่วย เช่น ปัญหาด้านครอบครัว ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม มีการคบเพื่อนที่ใช้สารเสพติด นอกจากนี้แล้ว ปัจจัยแห่งทุกข์ในทางศาสนากล่าวว่า เกิดจากตัวเราเองทั้งสิ้น ดังนั้นการขาดหลักใจคือ สัจจะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจเป็นเรื่องสำคัญ ผู้ป่วยจึงต้องใช้สัจจะเป็นหลักใจยึดเหนี่ยวไว้เพื่อไม่ให้จิตใจคิดไปในทางอบายมุขที่ไม่ดี

(2) การให้ผู้ป่วยเข้าใจเงื่อนไขของตนเองและหน่วยงานให้เกิดการเรียนรู้ แบบมีส่วนร่วมในกิจกรรม ในประเด็นเกี่ยวกับเงื่อนไขให้เกิดการเรียนรู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น เมื่อประมวลสรุปแล้ว พบว่า ผู้ป่วยต้องตระหนักถึงเหตุสภาพการความเป็นจริงของชีวิตที่ผู้ป่วยประสบ และต้องมาที่แห่งนี้เพราะอะไร ซึ่งทำให้ผู้ป่วยเข้าใจถึงการดำเนินชีวิตผิดพลาดที่ผ่านมาตามความเป็นจริง การแก้ปัญหาที่พบและยอมรับแก้ไขในสถานการณ์นั้น ๆ ของผู้ป่วยด้วย และผู้ป่วยต้องเข้าใจปัญหาตนเองก่อน และพยายามปรับตัวและฝึกจิตใจให้เข้ากับสถานที่ มีการโน้มน้าวจิตใจผู้ป่วยในการเรียนรู้ต่างๆ เพื่อให้บุคคลอื่นในสังคมยอมรับ และตัวผู้ป่วยยอมรับทำกิจกรรมต่างๆ เล็งเห็นความสำคัญของตนเองในการเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความเต็มใจ และยอมรับการมีส่วนร่วมต่างๆ ซึ่งผู้ป่วยต้องมีความเชื่อมั่นในตนเอง และข้อผิดพลาดที่ผ่านมาและยอมรับกับสภาพตัวเองที่เป็นเช่นนี้ เพราะมีสาเหตุและปัจจัยเงื่อนไขให้เกิด นอกจากนี้ผู้ป่วยต้องมีรูปแบบกิจกรรมเพื่อการปรับเปลี่ยนนิสัย การกระทำ ผู้ป่วยต้องมีผู้ร่วมกำหนดวิถีชีวิตใหม่ และการฝึกฝนตนเองให้มีสติจะความจริงใจพูดสิ่งไหนให้ทำสิ่งนั้นเป็นเงื่อนไขที่เป็นกติกการเรียนรู้ร่วมกัน นอกจากนี้ให้ความสนใจในตัวบุคคลแต่ละบุคคลในเรื่องการมีส่วนร่วมกิจกรรมแต่ละอย่าง แนะนำสิ่งที่ดีให้กับผู้ป่วย และปฏิบัติต่อผู้ป่วยอย่างไม่รังเกียจ ทางเจ้าหน้าที่อธิบายให้ผู้ป่วยเข้าใจ ถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการบำบัดฟื้นฟูให้ทราบถึงกระบวนการฟื้นฟู ๆ และสร้างจุดมุ่งหมายและให้รู้ถึงบทบาทหน้าที่ของตนเอง ณ เวลานั้น

(3) การคิดอย่างมีวิจารณญาณในตัวผู้ป่วยเพื่อแก้ไขปัญหาและอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น การคิดอย่างมีวิจารณญาณเกี่ยวกับผู้ป่วยในการแก้ไขปัญหาและอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นนั้น พบว่าทางเจ้าหน้าที่ได้มีการทำกิจกรรม เป็นการนั่งสมาธิฝึกจิตตน การให้ผู้ป่วยคิดทบทวนเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมาที่เป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาของตนเอง เมื่อทราบสาเหตุแล้วจะได้หาหนทางแก้ไขปัญหา และศึกษาถึงสาเหตุของปัญหาที่เกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น ปรับเปลี่ยนความรู้สึที่ดีหรือไม่ดีหรือด้านลบออกไปและสามารถนำความคิดที่ดีไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์ นอกจากนี้ได้ให้ผู้ป่วยได้ใช้เวลาว่างทำงานต่างๆ การให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยเมื่อต้องการ รวมถึงให้ผู้ป่วยได้ติดตามข่าวสารทางสังคมบ้านเมืองจากสื่อต่างๆ นอกจากนี้ผู้ป่วยมีแนวทางที่สืบค้นแก้ไขปัญหา และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้โดยหลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้สพยาเสพติด รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ปฏิเสธความเสี่ยงเมื่อประเมินแล้วคิดว่าไม่ดีแน่นอนและ เมื่อพลาดพลั้งเสพยาแล้วควรรับการรักษาทันที นอกจากนี้ให้ตรึกร่องนึกถึงครอบครัวที่เป็นสังคมเล็กๆ ที่เอื้อประโยชน์ต่อกันหากผู้ป่วยคิดยาครอบครัวทั้งครอบครัวเกิดปัญหาและปราศจากความเข้าใจและเห็นใจกันอีก ดังนั้นผู้ป่วยควรมีเวลาคิดทบทวนตนเองที่ทำให้จิตใจสงบสุข การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา สร้างความสุขให้เขารักมีความสุขด้วย อยู่ในระเบียบและมีการเคลื่อนไหวทางความคิดเสมอ นอกจากนี้ภาษาธรรมชาติท่านว่า

“ความทุกข์ที่จะแก้ปัญหายุ่งยากที่เราเองทั้งสิ้น ถูกฝึกก็อยู่ที่เรามีใช้ผู้อื่น ความสุขในสังคม จึงตัดแก้ที่ตนเองก่อน”

(4) การให้ผู้ป่วยตระหนักถึงศักยภาพของตนและแลกเปลี่ยนทัศนคติในการแก้ไขปัญหายาเสพติด ในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องนี้ เมื่อประมวลและสังเคราะห์ พบว่า ทางสถานบำบัดฯ ได้พยายามให้ผู้ป่วยมีการแสดงออกทางกาย วาจา และความคิดในกลุ่มของผู้ป่วยเอง ให้ผู้ป่วยได้แสดงศักยภาพหรือความสามารถของเขาแล้ว ซึ่งให้เห็นว่าสามารถทำได้ในสิ่งที่ทุกคนทำได้ นั่นคือความสำเร็จในชิ้นงาน เพื่อเป็นแรงจูงใจให้ผู้ป่วยนั้นได้เปลี่ยนแปลงความคิดเพื่อให้ผู้ป่วยเข้าใจว่าไม่ต้องใช้ยาเสพติดก็สามารถทำงานได้ ไม่ต้องค้าขายก็สามารถมีเงินได้ ให้ผู้ป่วยมีกำลังใจผู้เพื่อตนเอง และครอบครัว สร้างความมั่นใจให้กับผู้ป่วยเพื่อไปสู่การแก้ไขปัญหา การสร้างความจริงใจต่อบุคคลรอบข้างอย่างจริงใจ และแนะนำให้กำลังใจผู้ป่วย ให้ความรักกับผู้ป่วย นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทัศนคติของผู้ป่วยมีความสำคัญ โดยชี้ให้เห็น โทษภัยของการเสพและโทษภัยของการค้าที่อาจนำไปสู่คุกตารางและการเสียชีวิตหรือการได้มาอยู่สถานบำบัดนี้ก็ด้วยเหตุผลเดียวกัน นอกจากนี้มีการให้ผู้ป่วยเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มย่อย การปรับความเข้าใจเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ใช้คำถามในการกระตุ้นเสริมแรง โดยให้ผู้ป่วยเห็นศักยภาพตนเอง คือ เรียนรู้ ได้ ไม่มีขีดจำกัด มีเสรีภาพอยู่ได้ในสังคมเท่าเทียมกับผู้อื่น มีเสรีภาพในการประกอบอาชีพอย่างเท่าเทียมกัน และมีสิทธิสร้างฐานะของตนเองให้อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ไม่ควรน้อยใจตนเองมีปมด้อยเพราะชีวิตคนเราต้องอยู่อย่างมีความหวัง

(5) แหล่งการเรียนรู้ สำหรับผู้ป่วยในระยะเบื้องต้น ผลการสัมภาษณ์พบว่า แหล่งการเรียนรู้สำหรับผู้ป่วย มีหลายวิธีด้วยกัน คือ การให้ผู้ป่วยได้ศึกษาหาความรู้ การอ่านหนังสือ การดูงานที่เกี่ยวข้องกับปัญหาที่เราศึกษาอยู่ในสถานที่หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สำนักงานคณะกรรมการปราบปรามยาเสพติด กระทรวงสาธารณสุข ห้องสมุดต่างๆ และเอกสารที่มีอยู่ นอกเหนือจากการศึกษาดูงานของศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ที่ทำหน้าที่ส่งเสริมในการฝึกอาชีพระยะสั้น เช่น ช่างตัดผม ช่างเชื่อม ช่างก่อสร้าง เป็นต้น และสอนให้เรียนรู้ความเป็นอยู่ในสังคม การคิด การพูด การทำ การแสดงออกที่แตกต่างกันออกไป นอกจากนี้ควรให้ผู้ป่วยเรียนรู้และศึกษาจากประสบการณ์ผู้ที่เกี่ยวข้องและมีประสบการณ์ด้านนี้มาก่อน โดยเฉพาะผู้ป่วยที่ได้รับการอบรมมาแล้วมาเป็นแนวทางปฏิบัติของตนเอง และแนะนำให้ผู้ป่วยคุณอื่นที่ผิดพลาดมาเป็นตัวอย่าง และศึกษาตามหน่วยงานต่างๆ ที่แนะนำเกี่ยวกับเรื่องนี้ มีการจัดกิจกรรมผู้ที่เคยได้รับปัญหานี้มาแล้วมาสนทนาพูดถึงสาเหตุของปัญหาต่างๆ ที่ทำให้ต้องเสพยาเสพติด เพื่อเป็นตัวกระตุ้น จุดประกายแห่งการเรียนรู้เพิ่มและจัดทำข้อมูลความรู้เพิ่มเติมในสถานที่ต่างๆ โดยการทำให้ เช่น ดิปปายะเฟอริบอร์ค เกี่ยวกับยาเสพติดตามสถานที่ต่างๆ นอกจากนี้ผู้ป่วยเมื่อมาอาศัยอยู่

ร่วมกัน และกำลังแก้ปัญหาหาสาเหตุด้วยกัน ควรให้ผู้ป่วยมองปัญหาของกันและกัน เรียนรู้เพื่อเปรียบเทียบกับปัญหาของตนเองว่าแต่ละปัญหา มีสาเหตุมาจากสิ่งเดียวกันหรือจากหลายปัจจัย

1.2.2 ผลสัมฤทธิ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านการประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์ (ขั้นสมมุติ คือ เหตุให้เกิดทุกข์) ได้ผลการศึกษาดังนี้

(1) สาเหตุการใช้สารเสพติดในผู้ป่วยเบื้องต้น ผลการสัมฤทธิ์พบว่า สาเหตุการใช้สารเสพติดในเบื้องต้นที่เกิดขึ้นกับตัวของผู้ป่วยนั้น พบว่า ประเด็นแรก เกิดขึ้นจากความอยากรู้ อยากรอง ความกึกคะนองของตนเอง เอาแต่ใจตนเอง รักสนุก อยากมีเงิน อยากเท่ มีความเคารพในตนเองต่ำ หาซื้อยาได้ง่าย และอยากรู้รสชาติของยาเสพติดว่าเป็นอย่างไร การชักจูงจากเพื่อนฝูง ปัญหาภายในครอบครัว การรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ปัญหาพ่อแม่แยกทางกัน คนรอบข้างไม่เอาใจใส่ และสิ่งแวดล้อมในชุมชนที่มีการจำหน่ายยาบ้า ความโลภอยากมีเงินใช้จ่ายจึงมีทั้งเสพและขายพร้อมด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่มาจากปัจจัยภายในคือ เกิดจากตัวเองเป็นสาเหตุหลัก รวมถึงการกระตุ้นจูงใจจากปัจจัยภายนอกเป็นสาเหตุประกอบ กล่าวถึงต้นเหตุที่เสพอีกประการหนึ่งเพราะรู้สึกเครียด และสภาพแวดล้อมมีแต่สิ่งเสพติด หากจิตใจไม่เข้มแข็งหรือไม่สามารถควบคุมความรู้สึกอารมณ์ความต้องการเป็นสาเหตุให้เสพสารเสพติดได้ง่าย

(2) การไม่เกี่ยวข้องและเลิกใช้ยาเสพติดที่ส่งผลต่อตนเอง เมื่อผู้ป่วยมีการเลิกใช้ยาเสพติดสิ่งที่ส่งผลตามมา จากการสัมฤทธิ์ พบว่า หากผู้ป่วยไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ส่งผลดีต่อครอบครัวทางบ้านที่เข้าใจและให้ความสนใจต่อผู้ป่วยมากขึ้น ชุมชนดีปราศจากยาเสพติด ชุมชนน่าอยู่อาศัย สิ่งแวดล้อมและบริบทชุมชนดี สังคมไม่รังเกียจและยอมรับ และมีทัศนคติต่อผู้ป่วยไปในทางที่ดีขึ้น ส่งผลให้ครอบครัวมีความสุข มีความอบอุ่น ไม่แตกแยก และมีเงินเก็บ นอกจากนี้ ทำให้ร่างกายผู้ป่วยแข็งแรง จิตใจแจ่มใสร่าเริงโดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติด เกิดความรักและศรัทธาต่อตนเอง การศึกษาของผู้ป่วยบรรลุเป้าหมายสามารถจบปริญญาหรือเรียนสูงขึ้นไปได้ บางคนเกิดความรู้สึกได้จากการที่ครอบครัวไปเยี่ยมและดีใจที่ผู้ป่วยเข้ารับการบำบัดสามารถเอาชนะใจตัวเองได้ ทั้งนี้ในความรู้สึกของผู้ป่วยชาวต่างชาติก็ยังรู้สึกด้านบวก ว่าครอบครัวและเพื่อนของเขามีความยินดีมาก สังคมก็ยอมรับเช่นเดียวกับคนไทย ถ้าผู้ป่วยสามารถกลับมาเป็นบุคคลปกติได้เหมือนเดิม เห็นได้ว่าการให้โอกาสจากครอบครัวคนรอบข้าง และสังคมส่งผลให้เกิดการยอมรับในตัวผู้ป่วย ยกย่องและให้ความสนใจในผู้ป่วยที่สามารถเลิกเกี่ยวข้องกับยาเสพติดได้ทำให้ผู้ป่วยมีความสุขใจ

(3) สาเหตุเข้ารับการบำบัดด้วยความสมัครใจและการถูกบังคับ ผลการสัมฤทธิ์พบว่า ผู้ป่วยที่เข้ารับการบำบัดฟื้นฟูในสถานบำบัดมีสองประการ คือ มีทั้งระบบบังคับและระบบ

สมัครใจ ถ้าสถานบำบัดฟื้นฟูเป็นเรือนจำใช้ระบบบังคับเป็นประเด็นหลักตามกฎหมายที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ในผู้ป่วยบางรายบำบัดที่แห่งนี้ เพราะว่าถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจจับในข้อหาขายเสพติดแล้วก็ถูกส่งตัวขึ้นศาล และส่งมาสถานบำบัด ผู้ป่วยบางรายเมื่อเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดครั้งแรกถูกตำรวจจับได้ทันที บางรายมีชื่อเสียงโด่งดังเพราะเกี่ยวข้องกับยาเสพติดมาก่อน บางรายไม่ยอมเลิกเสพยาจึงถูกส่งมาสถานบำบัดที่แห่งนี้ แต่อย่างไรก็ตามผู้ป่วยมีความพอใจและบำบัดด้วยความสมัครใจ ถ้าสาเหตุการติดถูกทำให้เห็นว่าเป็นสิ่งที่ผิดต่อตนเอง และครอบครัว เพราะสาเหตุเกิดจากความผิดพลาด จึงต้องการอยากเลิกยาเสพติด เมื่อผิดพลาดก็อยากแก้ไขและต้องการเลิกให้ได้ บางครั้งครอบครัวก็มีส่วนผลักดันให้เข้ารับการบำบัดเพื่อผลดีภายหลังต่อครอบครัว ชุมชนสังคมภายนอก เมื่อผู้ป่วยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น ช่วยแก้ไขปัญหายาเสพติดนี้ได้

ส่วนผู้ป่วยที่เข้ารับการบำบัดรักษาด้วยความสมัครใจ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นหน่วยงานหรือสถานบำบัดที่จัดตั้งขึ้นเพื่อให้ผู้ป่วยมาบำบัดรักษาด้วยความสมัครใจในการที่จะเลิกยาเสพติดให้ได้และให้หายขาด และไม่อยากจะกลับไปเสพและรับโทษภัยของยาเสพติดอีกแล้ว เพราะไม่ทำให้อะไรดีขึ้นนอกจากวิกฤตลงเรื่อย ๆ แม้ผู้ป่วยชาวต่างชาติที่มาบำบัดรักษาก็มาด้วยเจตจำนงเสรีอิสระ และมาพร้อมคำแนะนำของเพื่อนที่มาอยู่ก่อนเพื่อต้องการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองจากยาเสพติด

(4) เจื่อนใจการอยู่ร่วมกันที่ส่งผลต่อการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในกิจกรรม จาก การประมวลสรุปและสังเคราะห์ พบว่า ผู้ป่วยรู้สึกตัวเองยังมีคุณค่าต่อสังคม และเกิดความรับผิดชอบต่อหน้าที่ และกล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง มีความคิดสร้างสรรค์ มีการแลกเปลี่ยนและให้การยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่น ได้บทเรียนชีวิตมากขึ้น ได้รู้เรื่องของการทำผิดและรับผลทางกฎหมายว่าเป็นอย่างไร ทั้งได้เพื่อนใหม่เกิดความเข้าใจรักใคร่กันและกัน และเมื่อผู้ป่วยยอมรับเป็นผู้ฟื้นฟูแล้วก็เต็มใจทำกิจกรรมอย่างสนุกสนาน ได้ปรับสภาพร่างกายด้วยการอบสมุนไพร มีความเข้าใจและปฏิบัติอยู่ในระเบียบวินัยของตนเอง นอกจากนี้สถานบำบัดของโรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองมีการฝึกระเบียบวินัยของทหารจากทางสถานบำบัด และรู้เรื่องความสามัคคีกัน และได้เรียนรู้การอบรมเกี่ยวกับโรคต่างๆ ที่อาจเป็นสาเหตุการเกิดขึ้นจากการใช้สารเสพติด ที่ส่งผลต่อร่างกายตนเองมากมาย รวมถึงผู้ป่วยได้เรียนรู้เกี่ยวกับโทษภัยความรุนแรงของยาเสพติดแต่ละชนิดว่าเป็นอย่างไร นอกจากนี้ เป็นการฝึกความอดทนของผู้ป่วยในระหว่างทำกิจกรรมร่วมกัน เกิดความรู้สึกสงบ และสามารถตรวจสอบความรู้สึกตัวเองได้ ผู้ป่วยบางคนมีความกล้าแสดงออกฝึกฝนใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น และมีความพร้อมเป็นคนดีของสังคม และครอบครัว

(5) การปลูกจิตสำนึกให้ขจัดเตือนใจในการเลิกยาและเห็นคุณค่าตนเอง ด้านการปลูกจิตสำนึกเตือนใจและเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ป่วย จากการสัมภาษณ์ พบว่า จิตสำนึกส่วน

หนึ่งมาจากสาเหตุการได้กำลังใจจากครอบครัว บิดามารดาและญาติพี่น้องรักตนเองและครอบครัว อยากให้ครอบครัวมีความสุขและอบอุ่นต้องทำตนเองให้รอดพ้นจากยาเสพติดให้ได้ เพราะยาเสพติดเป็นสิ่งไม่ดีทำลายและเกิดความสุขเสียทุกอย่าง แม้ความอบอุ่นภายในครอบครัวหรือผลกระทบต่าง ๆ มากมายตามมา บางคนตั้งใจรับสัจจะจากพระสงฆ์เพื่อเลิกยาเสพติดอย่างเด็ดขาด ทำให้ชีวิตมีคุณค่ามากขึ้น เป็นคนใหม่และกลับไปใช้ชีวิตกับสังคมต่อไป บางคนเห็นแก่ลูกเมียครอบครัว และหากระแวงว่าไม่เห็นหน้าพ่อแม่จึงเลิกยาเสพติด บางรายคิดถึงพ่อแม่และต้องการกลับไปตอบแทนบุญคุณท่าน บางรายให้ข้อคิดตนเองว่าไม่ต้องใช้ยาเสพติดก็ใช้ชีวิตในประจำวันตามปกติได้เหมือนคนอื่น นอกจากนี้ยังให้คิดเตือนใจตนว่า อย่าเชื่อคนง่ายศึกษาด้วยตนเองและทำตัวเองให้มีค่ามากขึ้น จากคำขวัญตอนหนึ่งที่ว่า “รักในหลวง ห่วงลูกหลาน ร่วมกันต้านยาเสพติด” คำขวัญนี้ทำให้ผู้ป่วยเกิดกำลังใจต่อสู้เพื่อชนะยาเสพติด คิดรังสรรค์สังคมชาติให้เจริญขึ้น แม้ชาวต่างชาติที่มารับบำบัดรักษามีความหวัง ให้ตนเองยุติพฤติกรรมที่ไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด และพยายามไม่ประพฤตินำคนในครอบครัวและคนที่รักรอการกลับมาผิดหวังจากการกลับคืนสู่ประเทศและครอบครัวตน ในผู้ป่วยอีกหลายคนให้ข้อคิดเตือนใจตนว่าไม่กลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก และไม่ยอมเป็นทาสของยาเสพติดอีกต่อไป เพราะว่ายาเสพติดนั้นมีโทษต่อร่างกายหลายเท่า ทำให้เสียอนาคตสังคมไม่ยอมรับ และถูกทอดทิ้งจากสังคม ทำให้สมองเสื่อม ถูกตำรวจจับทำให้ชีวิตแย่ลง ถ้าผู้ป่วยออกมาจากสถานบำบัดฟื้นฟูบางคนกล่าวว่า จะไม่กลับไปคบเพื่อนที่ไม่ดี ที่ชักชวนให้เสพยาอีก

(6) ภายหลังการเลิกยาเสพติด และอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม เมื่อประมวลโดยสรุปและสังเคราะห์ในประเด็นนี้ พบว่า ผู้ป่วยหลายรายเมื่อรู้สาเหตุให้ติดยาเสพติดและตัดขาดหรือเลิกยาเสพติดได้แล้ว มีความตั้งใจไม่เกี่ยวข้องกับและเลิกคิดเรื่องยาเสพติด การแก้ปัญหา ควรให้รู้ถึงสาเหตุที่เกิดของปัญหานั้นอย่างแท้จริง คือ ไม่ควรไปยุ่งเกี่ยวกับผู้ใช้ ผู้เสพและผู้ขายยาเสพติดอย่างถาวร ให้ดำเนินชีวิตตนเองให้ห่างไกลจากยาเสพติด เอาใจใส่ครอบครัว เพื่อให้พ่อแม่ครอบครัวไม่ต้องกังวลและครอบครัวมีความสุข เมื่อได้รับความไว้วางใจจากครอบครัวญาติพี่น้องหรือคนอื่นทำให้มีหลักการของตนเองอย่างแน่วแน่ นอกจากนี้ผู้ป่วยควรรับฟังความคิดเห็นจากคนอื่น ซึ่งมีความเชื่อว่าความคิดของตนเองบางครั้งก็ไม่ถูกเสมอไป ดังนั้นไม่ควรเอาใจตนเองเป็นใหญ่ สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้แล้ว ควรมีน้ำใจต่อเพื่อนและผู้อื่น ช่วยเหลือสังคม ทำตนให้มีคุณค่าและเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นและไม่คิดทำผิดพลาดอย่างที่ผ่านมามาก ผู้ป่วยบางรายเมื่อเลิกยาแล้วพยายามหาทางเรียนต่อจนจบ และหางานทำเป็นหลักแหล่งไม่สร้างความเดือดร้อน ทำมาหากินอย่างสุจริตสามารถอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างมีความสุข บางรายเมื่อรู้สาเหตุของการติดยาของตนแล้วก็อยากเป็นวิทยากรเกี่ยวกับโทษภัยของยาเสพติดให้กับคนอื่น ๆ ได้รับรู้บ้าง และรู้จักใช้เวลาที่เหลือบอกเตือน

แนะนำน้องๆ เพื่อนๆ และที่ยังไม่พยายามเลิกให้เลิกได้เด็ดขาด โอกาสและเวลาของชีวิตมีไม่มากนัก การเลิกได้ย่อมส่งผลต่อรอบข้างและสังคมให้ยอมรับในตัวผู้ป่วยมากขึ้น

(7) การสร้างแรงจูงใจและการแลกเปลี่ยนความคิดในการแก้ไขปัญหาเสพติด ประเด็นเกี่ยวกับการสร้างแรงจูงใจนี้ พบว่า การสร้างแรงจูงใจควรให้เกิดขึ้นกับตนเองก่อน ซึ่งเป็นปัจจัยหรือสาเหตุภายใน และค่อยเชื่อมโยงสาเหตุหรือปัจจัยภายนอก โดยการสร้างกำลังใจให้ตนเองและคนรอบข้าง มีวิธีการที่ดีๆ เป็นแรงจูงใจ เช่น พยายามหาสิ่งยึดเหนี่ยวสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพื่อเป็นอุปนิสัยในการเลิกยาเสพติดโดยเฉพาะพ่อ แม่ คือแรงจูงใจที่สำคัญและญาติพี่น้องที่รออยู่ การคิดถึงพ่อแม่กับครอบครัวที่อบอุ่น และการคิดถึงตนเองเป็นแรงจูงใจภายนอกที่ควรสร้างอย่างมีความหวัง นอกจากนี้ควรศึกษาโทษและผลที่ตามมาของยาเสพติด ส่งเสริมความรู้เรื่องยาเสพติดในกลุ่มเพื่อน โดยไม่ให้คนรอบข้างเข้าหายาเสพติดและบอกผลเสียของยาเสพติดให้ผู้รอบข้างรับรู้และฟัง ชี้แนะให้ผู้อื่นและคนใกล้ชิดที่เกี่ยวข้องกับยาได้รับกลับตัวกลับใจก่อนที่จะสายเกินแก้ เตรียมความพร้อมในการแก้ไขที่ต้นเหตุว่าเพราะอะไร มีการแสดงความคิดเห็นสนทนาและหาแนวทางร่วมกัน แนะนำสิ่งที่ดีให้กัน พร้อมทั้งรับรู้สิ่งใหม่ๆ เข้ามาในชีวิต และนำมาปรับใช้เข้ากับตัวเอง อาจมีการส่งเสริมให้บุคคลในครอบครัว ชุมชนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมร่วมกัน มีความสามัคคีในชุมชน สร้างจิตสำนึกปลูกฝังเด็กด้วยการแก้ปัญหายาเสพติด มีความเพียรพยายามที่จะเลิกให้ได้ โดยทำจิตใจให้เข้มแข็งเพื่อต่อสู้กับยาเสพติด นึกถึงประสบการณ์ในด้านไม่ดีของยาเสพติดที่ผ่านมาและไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวข้องกับยาเสพติดอีก

(8) แหล่งการเรียนรู้ที่สร้างความรู้ความเข้าใจให้เห็นโทษภัยยาเสพติด ในประเด็นแหล่งการเรียนรู้เพิ่มเติมสำหรับผู้ป่วย พบว่า หนังสือพิมพ์ วารสาร วิทยุ และโทรทัศน์เป็นต้น เป็นสื่อเผยแพร่ข้อมูล และเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่ดีสำหรับผู้ป่วยให้ทราบถึงโทษภัยยาเสพติดและเข้าถึงครอบครัว ชุมชน สื่อดังกล่าวทำให้การเข้าถึงข้อมูลอย่างชัดเจนและดีขึ้นทำให้มีคติเตือนใจตนเองเสมอ โดยเฉพาะการสูญเสียทุกด้านรวมทั้งทรัพย์สินเงินทอง ว่ามาจากสาเหตุอะไรเป็นหลัก นอกจากนี้ผู้ป่วยให้ความเห็นว่า ไม่ว่าจะหนังสือ โทรทัศน์ หรือสิ่งอื่นๆ คืออยู่แล้วที่นำเสนอข้อมูลข่าวสาร แต่ถ้ามีการสาธิตหรือมีผู้ติดยาเสพติดมาบรรยายให้เห็นภาพน่าจะมีประโยชน์กว่านี้ ดังนั้น สื่อควรนำเสนอด้านพิษภัยหรือโทษของยาเสพติดมากกว่าการนำเสนอข่าวการจับกุมผู้ค้ายาเสพติดได้ปริมาณยาเท่าไร ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ และไม่ตรงสาเหตุในการแก้ไขเยียวยา เพราะในความรู้สึกของผู้บริโภคข่าวสารมองผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดในลักษณะ โคนจับกุมเป็นคนเลวของสังคม ทำให้ประเทศชาติล่มจม และทำให้ครอบครัวไม่มีความสุข แต่ถ้าแสดงให้เห็นถึงโทษภัยของยาเสพติด ทำให้ตระหนักรู้ และช่วยกันแก้ปัญหายาในสังคมมากขึ้น เพื่อป้องกันลูกหลานไม่ให้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดอีก ในประเด็นอื่น ๆ พบว่า ผู้ป่วยพูดถึงทุก ๆ แหล่งการเรียนรู้

ทำให้รู้เข้าใจ และเห็นโทษภัยยาเสพติด ทำให้รู้ว่าควรปฏิบัติตนอย่างไรให้ห่างไกลและไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก การเรียนรู้จากการอ่านข่าวสาร การดูโทรทัศน์ ทำให้ทราบได้ว่ายาเสพติดไม่ใช่อะไร ซึ่งทำให้ชาติบ้านเมืองล่มจม ในหลายรายเห็นว่าเมื่อรู้เข้าใจในข่าวสารข้อมูลแล้วยังเห็นว่าโทษของยาเสพติดนั้นยังทำให้สมองเสื่อม

(9) ผลกระทบยาเสพติดที่มีผลต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม ประมวลสรุปในการสังเคราะห์ประเด็นนี้ ผลกระทบยาเสพติดที่มีผลต่อตนเอง ครอบครัว สังคม พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ให้ความเห็นคล้ายกันว่า โทษของยาเสพติด มีผลกระทบหลายอย่างตามมา ในด้านตนเองของผู้ป่วยนั้นอาจทำให้เสียอนาคตเพราะไม่ได้เรียนหนังสือ ไม่มีการศึกษา ไม่มีอนาคต ในด้านร่างกายสุขภาพแย่ง ร่างกายทรุดโทรม อ่อนเพลียไม่แข็งแรง สมองไม่ดี จิตใจแปรปรวนไม่มีความสุข อารมณ์ร้อนไม่ฟังใคร ทางด้านครอบครัว ขาดความอบอุ่น เกิดแตกแยกทะเลาะกัน ขาดความสุขในครอบครัว ครอบครัวห่างเหินกับผู้ป่วย ในด้านสังคม ถูกสังคมประณามไม่ให้การยอมรับ และเกิดความวุ่นวายในสังคม ทั้งในที่ทำงาน คู่สมรสที่เป็นสามีภรรยา ก็เลิกหย่าร้างกันไป รวมถึงการสูญเสียอิสรภาพทุกอย่าง การเงินสิ้นเปลืองลงโดยใช่เหตุ นำไปสู่ความพินาศ และสังคมรังเกียจไม่ยอมรับผู้ที่ติดยาเสพติดซึ่งถือว่าเป็นสนิมของสังคม ถูกดูหมิ่นเหยียดหยาม และการมองด้านลบจากคนภายนอกครอบครัว

1.3 เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์)

1.3.1 ผลสัมฤทธิ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษาดังนี้

(1) เป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับผู้ป่วย จากการประมวลสรุปสังเคราะห์เกี่ยวกับเป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับผู้ป่วยพบว่า เป้าหมายวัตถุประสงค์เพื่อเสริมทักษะให้กับผู้ป่วยมีหลายด้านด้วยกัน คือ

1. ด้านอาชีพ มีการวางแผนในการฝึกอาชีพต่างๆให้กับผู้ป่วยเพื่อนำไปประกอบอาชีพในภายหน้า ให้ผู้ป่วยเรียนรู้อยู่ในโครงการ เพื่อเป็นหลักความมั่นคงโดยจัดวิชาชีพต่างๆ ที่สอดคล้องกับความถนัดและความต้องการของผู้ป่วยให้มีงานทำที่ดี สามารถสร้างตนเองและกลับไปช่วยเหลือครอบครัว และเป็นพลเมืองที่ดีของชาติต่อไป

2. ด้านสุขภาพ เตรียมความพร้อมในการอบรมทั้งสุขภาพกายและใจ กำหนดเป้าหมายในการฝึกอบรมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็ง สุขภาพใจให้มีจิตใจเบิกบานและจิตใจดีงามมีความร่าเริง ส่วนสุขภาพร่างกาย ให้มีความแข็งแรงอดทน

3. ด้านการเรียนรู้ วางแผนชีวิตในด้านอาชีพ การตลาดวิธีการทำงานต่างๆ มีการจัดกิจกรรมให้ผู้ป่วยได้คิดเกี่ยวกับปัญหาของตนเองอย่างต่อเนื่อง ให้ผู้ป่วยมีความหวัง มีครอบครัวที่รออยู่ วิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติที่เป็นทางออกและสู่สังคมปกติ

นอกจากนี้ได้ให้ผู้ป่วยกำหนดกรอบของการกระทำของตนเองเป็นหลัก โดยให้ผู้ป่วยนำสำज्ञะที่ได้ตั้งปณญญาไว้ครั้งแรกเมื่อมาอยู่สถานบำบัดถ้ากระบอกนี้ไปใช้ในการดำเนินชีวิต มีสติความระลึกได้เป็นเครื่องเตือนใจ ให้รู้ตัวตลอดเวลาในการกระทำอะไรลงไปผิดหรือถูกอย่างไร และมีขันติความอดทนในการกระทำของตนเองที่วางไว้ เช่นผู้ป่วยได้ให้สำज्ञะว่าจะไม่สูบไม่เสพยาเสพติดตลอดชีวิต ก็ตั้งใจให้ทำได้ ดังนั้นการตั้งสำज्ञะเอาไว้ ก็จะมีผลต่อวิถีชีวิตของผู้ป่วยตลอดไป นอกจากนี้ การช่วยเหลือบำบัดให้ผู้ป่วยพ้นจากพิษภัยของยาเสพติด ส่งผลให้มีร่างกายที่แข็งแรง มีจิตใจที่มั่นคง มีการปรับเปลี่ยนแก้ไขอารมณ์ และรู้จักหลักการปฏิเสธยาเสพติด

(2) หลักและวิธีคิดด้านบวกสำหรับผู้ป่วยให้เห็นคุณค่าตนเอง ประมวลสังเคราะห์สรุปในประเด็นนี้ พบว่า ทางสถานบำบัดฟื้นฟู ให้ผู้ป่วยเข้าใจและทราบถึงหลักการที่ว่า ตัวผู้ป่วยนั้นยังเป็นประโยชน์ และมีคุณค่า มีความสำคัญต่อครอบครัว ซึ่งมีพ่อ แม่ ภรรยาและลูกรอคอยอยู่ และพร้อมอยู่เคียงข้างเสมอ และตัวผู้ป่วยเองยังมีความสามารถพิเศษของตนที่มีประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ โดยทำแต่ในสิ่งที่ดี ให้สังคมยอมรับในการทำควมดีให้ปรากฏเท่านั้นจึงมีความสุข ประกอบอาชีพถูกต้องตามกฎหมาย รู้ถึงคุณค่าของการเกิดมาเป็นมนุษย์นั้นแสนยาก ควรดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง และชอบธรรม ทำเพื่อตนเองและคนที่เรารักและเคารพ และเพื่ออนาคตของตัวเอง ตัวผู้ป่วยเอง นอกจากนี้แล้วทางสำนักสงฆ์ถ้ากระบอกให้ข้อคิดเกี่ยวกับผู้ป่วยว่า ถ้าผู้ป่วยสามารถเลิกยาเสพติดได้ก่อนบุคคลแล้ว เขาก็สามารถสอนคนอื่นได้จากประสบการณ์เขาเองเป็นตัวอย่างจากการที่เคยเป็นผู้เสพยา กลับกกลายเป็นผู้สอนและให้คำแนะนำผู้อื่นได้ นอกจากนี้ผู้ป่วยต้องมีกำลังใจที่จะสู้ เพราะว่ายยาเสพติดนั้นไม่ได้ติดที่ทางกายแต่ติดที่ใจ เพราะฉะนั้นถ้าทำจิตใจให้เข้มแข็งและพร้อมสู้คือสิ่งสำคัญที่สุด และการดูแลรักษาความสะอาดร่างกายของตนเองเป็นประจำเป็นส่วนหนึ่งให้คนเลิกยาเสพติดได้ เพราะยาเสพติดเป็นเรื่องความสกปรกไม่สะอาด นอกนี้การฝึกให้รักษาสำज्ञะตัวเอง การมีสติปัญญา พิจารณาไม่ให้ความทะยานอยากครอบงำตนเองจนเป็นเหตุควบคุมไม่ได้ สามารถหาวิธีการดับของความอยากทั้งหลายได้ ก็จะพบคุณค่าชีวิตใหม่ที่ดี ปราศจากและห่างไกลยาเสพติด

(3) กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกายจิตใจ และวิชาการ กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย จิตใจและวิชาการเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม พบว่า กิจกรรมดังกล่าวมีหลายประการดังนี้ คือ ในด้านร่างกายและจิตใจ คือ การออกกำลังกาย การ

ส่งเสริมอาชีพให้กับผู้ป่วยหลายด้าน ซึ่งเป็นกิจกรรมฝึกอาชีพที่หลากหลายให้ผู้ป่วยเรียนรู้ เช่น การทำเซรามิค การวาดรูป การทำอาหาร ทำสวน และทำงานก่อสร้าง เป็นต้น เพื่อเสริมสร้างให้ร่างกายผู้ป่วยแข็งแรงขึ้น และสามารถนำกลับไปทำเป็นอาชีพได้ ในด้านจิตใจมีการฝึกทำสมาธิ ทำจิตให้สงบไม่ฟุ้งซ่าน และกลางคืนให้พระสวดมนต์ก่อนพักผ่อน เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเปลี่ยนแปลงตนเอง ในด้านจิตใจ รวมทั้งต้องฝึกให้มีสติจะนำชีวิต ให้ฝึกจิตภาวนา นั่งสมาธิ นอกจากนี้กิจกรรมที่ให้ผู้ป่วยทำร่วมกัน เช่น การฝึกอบรมต่างๆ ฝึกฝนวิธีคิดต่างๆ นอกจากนี้ฝึกให้มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม และเปิดโอกาสให้ครอบครัวให้กำลังใจแก่ผู้ป่วย ดังนั้นในบางครั้งคณะทำงานอาจต้องมีความหลากหลายรอบด้านในความสามารถ เพราะการส่งเสริมกิจกรรมต้องสอดคล้องกับความสามารถของผู้ป่วยแต่ละคน

นอกจากนี้กิจกรรมที่ส่งเสริมวิชาการให้กับผู้ป่วย ทางสถานบำบัดฟื้นฟู กำหนดให้มีการจัดการเรียนการสอนที่บูรณาการ โดยกำหนดฐานเรียนที่ 1 ถึงฐานเรียนที่ 4 การฝึกวิชาทหารให้กับผู้ป่วยให้ร่างกายเข้มแข็ง อยู่ในระเบียบวินัยของสังคม กฎหมาย และเจ้าหน้าที่บ้านเมือง นอกจากนี้ยังส่งเสริมการฝึกวิชาชีพ การทำงานพัฒนาในสถานบำบัดฟื้นฟู การให้ผู้ป่วยเล่นกีฬาและกิจกรรมนันทนาการ

(4) กำหนดการวางแผนดำเนินงานตลอดกิจกรรมสำหรับผู้ป่วย การประมวลสังเคราะห์สรุปเกี่ยวกับกำหนดการวางแผนดำเนินงานตลอดกิจกรรมนี้ พบว่า ทางสถานบำบัดฟื้นฟู มีการวางแผนจัดกิจกรรมต่างๆ หลายอย่าง เช่น กำหนดตารางเวลาทำกิจกรรมต่างๆ ใช้เป็นแนวทางปฏิบัติต่อไปจนครบกำหนดในการบำบัดฟื้นฟู เช่น ตอนเช้าออกกำลังกาย พักผ่อน ทำงาน และนั่งสมาธิกลางคืน ให้พระสวดมนต์และฝึกให้มีความรับผิดชอบต่องานตามที่ได้รับมอบหมาย ได้จัดให้มีการประชุมในกลุ่มของผู้ป่วยเพื่อให้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ฝึกจิตใจให้มีความเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น เช่น งานตนเสร็จแล้วก็ไปช่วยเพื่อน เป็นต้น แบบแผนกิจกรรมที่ต่อเนื่องสำหรับผู้ป่วยนั้นต้องได้รับการร่วมมือจากครอบครัวของผู้ป่วยเป็นหลักด้วย เพราะทางสถานการบำบัดฟื้นฟูเป็นเพียงผู้ส่งต่อและบอกถึงว่าผู้ป่วยควรได้รับการดูแลแบบไหนจึงสอดคล้องกับความต้องการของทุกฝ่าย และกิจกรรมทางสถานบำบัดฟื้นฟูนี้ ถ้าหากผู้ป่วยต้องการอยู่อาศัยต่อ เพื่อทำกิจกรรมต่อเนื่องกับทางโครงการสามารถร่วมกันแก้ไขปัญหาระยะยาวได้ นอกจากนี้ทางสถานบำบัดฟื้นฟู ได้กำหนดให้มีการแบ่งการเรียนเป็นฐานเรียนรู้ และในการวางแผนปฏิบัติงานต้องเข้าใจงานนั้น ๆ และทำแต่ละขั้นตอนได้ถูกต้อง รวมถึงเข้าใจประโยชน์ของงานแต่ละขั้นตอนว่าให้ผลเป็นอย่างไร

(5) การกำหนดวัตถุประสงค์และแนวทางในการบำบัดฟื้นฟูสำหรับผู้ป่วย ประมวลสังเคราะห์สรุปในประเด็นนี้ พบว่า ควรให้ผู้ป่วยมีการปฏิบัติกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง รู้จัก

วางแผนชีวิตและแบ่งเวลาให้เหมาะสมตามกิจกรรมต่าง ๆ ให้รู้จักมีส่วนร่วมในสังคม รู้จักกำหนดถึงปัญหาของตนเองได้ และหาวิธีการแก้ไขปัญหานั้น มีการฟื้นฟูร่างกายจิตใจต่อสังคมอยู่เสมอ นอกจากนี้แล้วในประเด็นนี้ยังพบว่า เป็นความสัมพันธ์ของทุกฝ่ายร่วมกัน คือ ผู้ป่วย สถานบำบัดครอบครัว สังคมชุมชน ต้องประสานทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบจึงบรรลุเป้าหมาย นอกจากนี้ การสานต่อจากสถานบำบัด การอยู่ร่วมกับครอบครัว การได้กำลังใจจากครอบครัวการดูแลใกล้ชิดในการกลับไปใช้ชีวิตใหม่ รวมถึงการที่ผู้ป่วยควรรู้จักการวางแผนชีวิต แบ่งเวลาให้เหมาะสมในการใช้ชีวิต ทำให้พบกับแนวทางดับทุกข์ และฟื้นฟูตัวผู้ป่วยให้หายขาดได้ และสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างปกติสุข

(6) การกำหนดเป้าหมายเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อพัฒนาทักษะที่จำเป็น สำหรับผู้ป่วยในอนาคต สรุปสังเคราะห์จากประเด็นนี้ พบว่า ทางสถานบำบัดฟื้นฟูให้ผู้ป่วยรู้จักการวางแผนในชีวิตให้มีความรับผิดชอบในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ให้รู้จักศึกษาเพิ่มเติมจากบุคคลรอบข้าง และจากสื่อต่างๆ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น มีการจัดกิจกรรมหรืองานต่างๆ ที่ได้รับผิดชอบและมอบหมายงานที่ตนทำอยู่ นอกจากนี้ การกำหนดเพื่อวางเป้าหมายก่อนอื่นใด ต้องให้ผู้ป่วยมีระเบียบและเอาชนะใจตนเองก่อนให้ได้ก่อน ทำให้ผู้ป่วยเกิดทักษะในการดำเนินชีวิตเพื่อตนเองได้ นอกจากนี้การปฏิบัติและรับผิดชอบต่อหน้าที่ตนเอง และปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อเปลี่ยนแปลงอุปนิสัยของผู้ป่วย เช่น ให้ผู้ป่วยใช้หลักกรรม อิทธิบาท คือ ฉันทะ มีความพอใจในสิ่งที่ตนกระทำ วิริยะ เพียรประกอบในสิ่งที่กระทำ จิตตะ เอาใจใส่ใฝ่ในธุระสิ่งที่ทำเสมอ และวิมังสา หมั่นพิจารณาใคร่ครวญตรวจสอบอยู่เสมอ เป็นต้น นอกเหนือนี้มีการให้ผู้ป่วยศึกษาค้นคว้า ตำราวิชาการที่เกี่ยวข้องกับผู้ป่วยยาเสพติด ให้เรียนรู้และทำความเข้าใจถึงโทษภัยของยาเสพติด เพื่อพิชิตเอาชนะ แนะนำวิธี ไม่ให้ผู้ป่วยถูกหลอก ถูกชักชวน และชักจูงได้ง่าย ให้รู้จักปฏิเสธที่เพื่อนชักชวนให้เสพ มีสติในการคบเพื่อน

(7) การกระตุ้นเสริมแรงเป็นระยะเพื่อให้ผู้ป่วยยอมรับตนเองตามหลักการใหม่ ในประเด็นนี้สรุปสังเคราะห์โดยภาพรวมแล้ว พบว่า ให้ความสำคัญและให้ผู้ป่วยรับผิดชอบตนเองในสิ่งที่ได้รับมอบหมาย และมีความตั้งใจทำงานอย่างจริงจัง เช่น ให้เป็นผู้นำกลุ่ม การให้มีส่วนร่วมกับกิจกรรมใน โครงการ มีการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง การจัดให้มีการพูดคุยให้ผู้ป่วยให้ความรู้กับเด็กหรือเยาวชน รวมทั้งหน่วยงานต่างๆ ที่มาศึกษาดูงาน โดยให้ผู้ป่วยเป็นส่วนหนึ่งในการให้ความรู้วิชาการ เพื่อให้ผู้ป่วยได้เห็นความสำคัญของตนเอง และตระหนักรู้ในเรื่องยาเสพติด นอกจากนี้การได้รับฟังธรรมจากพระพี่เลี้ยงในการให้กำลังใจผู้ป่วยเป็นระยะในช่วงเวลาการบำบัดรักษาและศึกษาตนเอง ให้ความสำคัญกับผู้ป่วยและส่งเสริมนำความรู้ที่เรียนมาไปใช้ปฏิบัติจริง และให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนสิ่งที่เขาทำอยู่ไปปฏิบัติ นอกจากนี้ทางสถานบำบัด

ฟื้นฟู ได้ใช้วิธีการให้ผู้ป่วยทำซ้ำ ๆ เพื่อความเคยชินให้รู้จักคิด วิเคราะห์ แยกแยะ และมีเหตุผลในการตัดสินใจ มีการกระตุ้นเสริมแรงในฐานการเรียนรู้ที่กำหนด เพื่อเห็นถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเลิกยาเสพติด สร้างความภาคภูมิใจให้กับผู้ป่วย และสังคมได้ยอมรับ เมื่อรู้ว่าผู้ป่วยเห็นคุณค่าของตนสามารถอยู่ในสังคมได้แล้ว ก็จะเกิดความภาคภูมิใจและมีกำลังใจต่อสู้เพื่อให้ตนเองอยู่ในสังคมอย่างปกติ

1.3.2 ผลการสัมภาษณ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ในด้านเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ/ความดับทุกข์) ได้ผลการศึกษาดังนี้

(1) เป้าหมายและวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะให้กับตนเอง จากการประมวลสรุปสังเคราะห์ประเด็นในเรื่องนี้ พบว่า ผู้ป่วยเมื่อพ้นสภาพจากการไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดแล้วมีความตั้งใจนำความรู้ และนำประสบการณ์ที่ตนได้เรียนรู้จากสถานบำบัดฟื้นฟูไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด สร้างจิตใจที่เข้มแข็งว่าไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และไม่เที่ยวกลางคืน ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนที่เสพยาตั้งใจเลิกติดต่อสมาคมด้วย รวมถึงสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดีหมั่นเล่นกีฬา มีเวลาให้กับครอบครัวมากขึ้น มีเป้าหมายโดยเห็นแก่พ่อแม่และครอบครัว สร้างความภูมิใจให้กับพ่อแม่ ครอบครัว และไม่ทำให้คนรอบข้างต้องเดือดร้อน หากิจกรรมทำร่วมกับครอบครัว สร้างครอบครัวให้มีความอบอุ่น สร้างรายได้ให้กับตนเอง ทำอาชีพอยู่บนความพอเพียง มีอนาคตที่ดีต่อไปตามที่ครอบครัวและตนเองต้องการ เป็นคนดีของสังคม ตั้งใจทำงานบริการสังคม และให้ความรู้กับเพื่อนบ้านพี่น้องให้ห่างไกลยาเสพติด นำเอาประสบการณ์ของตนไปพูดคุยเป็นเครื่องเตือนใจคนรอบข้างไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด เพราะยาเสพติดมีแต่ให้โทษและไม่มีคุณประโยชน์เลย และผู้ป่วยต้องมีวิธีการและวิธีคิดใหม่ๆ ให้กับตนเองและนำพาชีวิตใหม่มาสู่ตนเองและครอบครัว นอกจากนี้มีความพยายามที่จะเรียนศึกษาต่อให้ในระดับที่สูงขึ้น และหางานทำที่สุจริต

(2) กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกาย จิตใจและความรู้ จากการประมวลวิเคราะห์ พบว่า กิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย จิตใจนี้ คือ การออกกำลังกาย การดูแลรักษาสุขภาพตนเอง การเล่นกีฬา ดนตรี อ่านหนังสือ การทำสมาธิ การศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเสมอ การทำบุญและทำจิตใจให้แจ่มใส การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ การปฏิบัติตามกิจกรรมที่ได้เรียนรู้มาแล้วมีประโยชน์ทั้งสิ้น และยินดีรับมอบหมายงานจากกลุ่ม ทำอย่างจริงจัง และเข้าร่วมโครงการกิจกรรมโดยสถานบำบัดที่จัดขึ้น นอกจากนี้ผู้ป่วยได้กำหนดกิจกรรมไว้หลายประการ เช่น การเข้าหาหรือมีความใกล้ชิดกับครอบครัวมากขึ้น หากิจกรรมที่ตนเองถนัดทำ การได้กำลังใจที่ดีจากพ่อแม่ ครอบครัว การฟื้นฟูร่างกาย จิตใจและสภาพสมอง การเข้าอบตัวด้วยสมุนไพรเป็นประจำเพื่อการบำบัด การอ่านหนังสือที่ให้ความรู้เกี่ยวกับยา

เสพติด การทำตามพระพี่เลี้ยงที่แนะนำ และผู้ป่วยเต็มใจทำอย่างตั้งใจ ฝึกบังคับใจตนเองให้ได้ และผู้ป่วยได้ออกกำลังกายกลางแจ้งเล่น โยคะ นั่งสมาธิ

กิจกรรมที่ส่งเสริมความรู้ ผู้ป่วยเรียนรู้วิชาทหารทำให้มีระเบียบวินัย ทำให้ร่างกายแข็งแรง มีความเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ มีความอดทน ได้เรียนรู้การดูแลตนเองเกี่ยวกับยาเสพติด ศึกษาโทษภัยของยาเสพติด ได้เรียนรู้ทักษะการทำงานในหลาย ๆ ด้าน เช่น วิชาชีพในการเย็บผ้า นอกจากนี้ มีการฝึกสมาธิ ฝึกจิตใจให้สงบ มีการเล่นกีฬา ได้พูดคุยกับเพื่อน ๆ และหางานอดิเรกทำ เป็นต้น

(3) การวางเป้าหมายชีวิตและการมีส่วนร่วมกับผู้อื่นเพื่อดำเนินกิจกรรมสำหรับตนเอง ประเด็นนี้ได้สังเคราะห์สรุป พบว่า ผู้ป่วยได้มีการวางแผนตนเองเพื่อทำกิจกรรมอะไรให้กับหมู่คณะ ร่วมทำกิจกรรมอย่างเต็มที่และเต็มใจและทำด้วยความสนุก มีการวางแผนและศึกษางานที่สุจริต และประกอบอาชีพสุจริต ร่วมกันทำแต่สิ่งที่ดี ดำรงชีวิตอย่างซื่อสัตย์ (รักษาสัจจะ) สอนตนเองให้เข้มแข็ง ไม่พึ่งพายาเสพติดและแอลกอฮอล์ เป็นกำลังใจให้ตนเองและเพื่อนๆ นอกจากนี้ให้ความรักกับครอบครัวไม่ให้ครอบครัวและคนรอบข้างต้องเดือดร้อน ทำชีวิตให้มีคุณค่ามองเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น ต้องการเปลี่ยนแปลงชีวิตตนเองใหม่ เช่น การสร้างฐานะตนเอง ต้องการเรียนรู้เพิ่ม การสำเร็จการศึกษา การทำงาน การทำบุญ และร่วมท่องเที่ยวไปกับกลุ่มคณะเพื่อชีวิตที่สดใส และเสริมสร้างชีวิตใหม่ พร้อมทั้งปฏิญาณตนไม่เสพ ไม่ขาย และเลิกยาเสพติด ซึ่งจะทำให้ชีวิตดีขึ้น ในบางรายคิดว่าจะเปิดแหล่งการเรียนรู้เรื่องยาเสพติดให้ผู้อื่นได้ศึกษาโทษภัยของยาเสพติด พร้อมทั้งมีกิจกรรมให้ทำอย่างไรบ้าง

(4) การวางแผนชีวิตเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ในการพัฒนาทักษะที่จำเป็น จากประมวลสรุปในประเด็นนี้พบว่า ผู้ป่วยได้มีการวางแผนอนาคตของตนเองดี ศึกษาชีวิตคนรอบข้างอย่างละเอียด และตั้งใจศึกษาเล่าเรียนให้จนสูงยิ่งขึ้นไปกว่าที่เป็นอยู่ มีงานดี ๆ ทำ มีรายได้ช่วยเหลือครอบครัวอีกทางหนึ่ง อบรมหาความรู้จากที่ต่าง ๆ อยู่เสมอ นอกจากนี้ มีการฝึกวิชาชีพในสถานที่และฝึกพัฒนาฝีมืออยู่เสมอ เพื่อนำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในอนาคต สร้างความเชื่อมั่นให้ตนเอง ทำอาชีพสุจริตทำให้สังคมยอมรับและเป็นคนดี ทำตนเองให้เป็นแบบอย่างที่ดีของเด็กลูกหลานและครอบครัว ส่งเสริมให้ตนเองมีความรู้มากขึ้น เพื่อนำไปพัฒนาชุมชนที่พักอาศัย นอกจากนี้ ผู้ป่วยมีความพยายามอย่างยิ่งในการไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีกตลอดชีวิต และปลูกฝังเรื่องยาเสพติดและโทษภัยของยาให้กับเยาวชนรุ่นหลังในชุมชนของตนเอง และตั้งใจหาสิ่งที่ดีให้กับตนเอง เพื่อชีวิตที่ดีกว่าที่เป็นอยู่

(5) ความพร้อมในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และการเห็นคุณค่าสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง ในกรณีศึกษาสังเคราะห์ประเด็นนี้ พบว่า ผู้ป่วยยินยอมเปิดใจกว้างในการยอมรับสิ่งใหม่ๆ ให้ความ สนใจต่อสิ่งต่าง ๆ ที่ได้รับเข้ามา ตรีกรตรงพิจารณาใคร่ครวญในสิ่งต่างๆ ไม่เอาความคิดตนเองเป็น ใหญ่ใช้สติปัญญาคิดให้รอบคอบก่อนตัดสินใจทำอะไรลงไปในชีวิต ผู้ป่วยได้ทำร่างกายและจิตใจ ให้สบายไม่คิดมากมีความตื่นตัวมีสติและพร้อมที่เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อยู่เสมอ สละเวลาเพื่อหาความรู้ เพิ่มเติม และทำให้เกิดความชำนาญ สร้างความเข้าใจและเล็งเห็นความรู้ที่นั้นและปฏิบัติตามจากการ เรียนรู้และตั้งใจศึกษาสิ่งเหล่านั้น เพื่อนำไปปฏิบัติใช้ในชีวิตประจำวัน ให้ความร่วมมือและมีการ ปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เป็นอยู่ บางรายต้องการความรู้ด้านจิตใจ เพื่อฝึกจิตใจให้มีความสงบ ที่เข้า มาและการมีชีวิตใหม่โดยปราศจากยาเสพติด ได้เรียนรู้เรื่องยาเสพติดชนิดต่าง ๆ การเตรียมความ พร้อมในการรับมือกับปัญหาที่สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาและหาแนวทางแก้ไข นอกจากนี้ ได้ เรียนรู้เข้าใจวิธีการทำงานของวิชาชีพต่าง ๆ เช่น การเย็บผ้า เลี้ยงสัตว์ต่าง ๆ การเลี้ยงปลา การ ขุดดิน เป็นต้น

1.4 แนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรล)

1.4.1 ผลสัมฤทธิ์เจ้าหน้าที่เกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ใน ด้านแนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรล)

(1) ระบบข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหที่ชัดเจนสำหรับผู้ป่วย ในการ ประมวลสังเคราะห์สรุปเกี่ยวกับประเด็นนี้ พบว่า ทางสถานบำบัดฟื้นฟูได้จัดให้มีการทำประวัติ บุคคล และจัดให้มีกิจกรรมต่างๆ แบ่งกลุ่มให้ดูแลซึ่งกันและกัน ดูแลพฤติกรรม และสามารถติดเียน กันได้ นอกจากนี้ให้มีการสอนให้ความรู้กับผู้ป่วยในการดูแลผู้ป่วยต่อเนื่องจากสถานบำบัด ฟื้นฟู ทั้งนี้กรณีทางสำนักสงฆ์ถ้ากระบอกได้เน้นการให้ผู้ป่วยถือสัจจะซึ่งแปลว่าความจริงใจในการ ปฏิบัติ เป็นหัวใจของการดำเนินชีวิต เพราะว่าถ้าตั้งใจจริงย่อมทำสำเร็จ สร้างความศรัทธาต่อตนเอง และไม่ใช้อารมณ์ในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น และชี้ให้เห็นถึงผลการกระทำที่มาจากสาเหตุใด ย่อม ได้รับผลจากการกระทำในสิ่งนั้นไม่ช้าก็เร็ว เป็นกรอบแนวทางและวิธีการให้กับผู้ป่วยได้ดำเนิน ชีวิต นอกจากนี้ ได้ปลูกสร้างจิตสำนึกที่ดีสำหรับผู้ป่วย ให้มีการดำเนินชีวิตด้วยความพอเพียงตาม แนวกระแสนพระราชาดำรัส และตามหลักธรรมมรรคมีองค์ 8 เจริญประยุต์เพื่อใช้เป็นแนวทางดำเนิน ชีวิตที่ถูกต้องชัดเจนให้ตนเองดำรงชีวิตอยู่ได้ในสังคม ชี้ให้เห็นประโยชน์จากการที่ไม่ทำความผิด การกำหนดโทษตามกฎหมายอาญบ้านเมือง การมีกฎระเบียบในสังคม

(2) การจัดสร้างสื่อเพื่อให้ผู้ป่วยเป็นแนวทางในการเรียนรู้กิจกรรม ประเด็นนี้ พบว่า ผู้ป่วยได้ใช้กิจกรรมยามว่างร่วมกันจัดบอร์ดเสนอความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดให้ผู้ป่วยได้วาด

ภาพ แสดงความรู้สึกต่างๆ ออกมาจากภาพที่วาดไว้ นอกจากนี้ให้ผู้ป่วยได้เขียนความรู้สึกนึกคิด และความเห็นต่างๆ ออกมาและให้มาพูดในที่ประชุมกลุ่ม วิธีการแก้ไขปัญหของตนเองเป็นอย่างไรในแต่ละคน ความรู้สึกคับข้องใจเป็นอย่างไร และเขียนบรรยายความรู้สึกออกมา การจัดประชุมกลุ่มเพื่อแสดงความคิดเห็น โดยที่ทุกคนได้มีโอกาสได้พูดความรู้สึกตนเอง สำหรับชาวต่างประเทศที่เข้ามาบำบัดรักษาได้ใช้สื่อทางอินเตอร์เน็ตในการพูดคุยตอบคำถาม และสำหรับชาวไทยก็สามารถใช้สื่อนี้ได้ ผู้ปกครองสามารถใช้โทรศัพท์สื่อสารปรึกษาหารือกับเจ้าหน้าที่ได้ นอกจากนี้สื่อที่เพิ่มเติมการเรียนรู้ให้กับผู้ป่วยยังมี หนังสือสำหรับอ่านต่าง ๆ ศึกษาจากห้องสมุด VCD หรือวีดีโอซึ่งเป็นสื่อการฝึกอาชีพ สื่อการขอคู่มือวิธีการบำบัดรักษาที่ได้ผล สื่อการอบรมทางด้านจิตใจ เพื่อให้ผู้ป่วยไว้เป็นแนวทางในการนำมาปรับใช้ในชีวิตได้

(3) แผนงานผลักดันเพื่อพัฒนาฝึกฝนและประยุกต์ใช้ทักษะที่จำเป็นสำหรับผู้ป่วย สรุปลักษณะจากประเด็นนี้ พบว่า มีการให้ผู้ป่วยฝึกทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ได้ให้ผู้ป่วยฝึกฝนการทำงานให้เป็น โดยมีกิจกรรมทุกวันให้ผู้ป่วยได้ทำ ซึ่งแล้วแต่ผู้ป่วยแต่ละรายมีความสนใจหรือความสนใจในทางด้านไหน ซึ่งผู้ป่วยควรเรียนรู้ฝึกฝนให้เกิดความชำนาญ ซึ่งสถานที่ในการบำบัดฟื้นฟู ได้ส่งเสริมการสร้างอาชีพให้กับผู้ป่วยตามความถนัด โดยสนับสนุนแหล่งความรู้ให้ทั้งในระยะยาวเพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ป่วยได้ประกอบสัมมาชีพในเวลาออกไป ดังนั้นทักษะที่จำเป็นสำหรับผู้ป่วยในการพัฒนาฝึกฝน ทางสถานบำบัดฟื้นฟู ได้จัดให้มีการฝึกงานด้านการเกษตร ฝึกงานด้านช่างฝีมือ ทำอิฐบล็อก ช่างตัดผม ช่างซ่อมเครื่องยนต์ โดยมีการเรียนรู้ในฐานวิชาชีพ เพื่อให้เกิดประโยชน์ในการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ให้มีการฝึกคิดต่อยอดจากการงานที่ทำอยู่ รู้จักคิดต่อยอดในการวางแผน โดยทำต่อเนื่อง และปฏิบัติให้เกิดผลในชีวิตประจำวัน ทางพระสงฆ์ฝึกฝนด้านจิตใจให้มีขันติความอดทนในตนเองในการพัฒนาความรู้ความสามารถผลักดันให้ผู้ป่วยประยุกต์ใช้ ทั้งอาชีพและด้านจิตใจเป็นทักษะพื้นฐานสำหรับผู้ป่วยนำไปใช้ในชีวิต

(4) กิจกรรมส่งเสริมเวทีการเรียนรู้สนับสนุนความสามารถการอภิปราย แลกเปลี่ยนร่วมกับผู้อื่น ประมวลสรุปและสังเคราะห์ในประเด็นนี้ พบว่า สถานบำบัดฟื้นฟูได้จัดให้มีการประชุมกลุ่ม การโต้วาทีแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การดูสื่อวีดีโอ การจัดบอร์ดทำกิจกรรม นอกจากนี้ทางสถานบำบัด จัดให้มีกลุ่มสัมพันธ์ มีการประชุมกลุ่มในเวลาช่วงเช้า เพื่อพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้สึกและรับรู้ปัญหาของแต่ละคน เป็นกิจกรรมกลุ่ม มีการบอกกล่าวให้ทุกคนเปิดใจกว้างรับฟังผู้อื่นให้มาก บางครั้งความคิดไม่ตรงกัน อาจทำให้เกิดความขัดแย้งทางความคิดได้ นอกจากนี้อนุญาตให้หน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐเอกชนเข้ามาศึกษาดูงานและสามารถพูดคุยกับผู้ป่วยเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และให้ผู้ป่วยเป็นผู้ให้ข้อมูลและได้ระบายความรู้สึกถึงปัญหาของตนเองให้กับผู้อื่นได้เข้าใจเพื่อเป็นทางออกหลายๆ ด้านสำหรับผู้ป่วยที่เสพยาเสพติด

(5) กิจกรรมที่เสริมสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายในการเรียนรู้ เมื่อประมวลสรุป และสังเคราะห์ประเด็นเกี่ยวกับนี้ พบว่า ได้จัดให้มีกิจกรรมเสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลายโดยมีกิจกรรมการเล่นการบันเท็ง การเล่นดนตรี กิจกรรมประกอบจังหวะ จัดฉาย VDO คู่มือ คดี แสดงละครสั้น การดูหนังฟังเพลง การเล่นกีฬา และการอ่านหนังสือในห้องสมุด นอกจากนี้ยังมี กิจกรรมหนึ่งที่ทางสำนักสงฆ์ถ้ำกระบอกได้ใช้ประกอบการผ่อนคลายสำหรับผู้ป่วยคือ การใช้ดนตรีบำบัดเข้าช่วยในการสร้างบรรยากาศในขณะที่ฝึกอาชีพหรือทำกิจกรรมต่างๆ นอกจากนี้ในทางธรรมะที่ใช้ในเรื่องนี้คือ การไม่ติเตียนนินทาว่ากล่าวผู้อื่น ช่วยเสริมสร้างจิตใจที่ผ่อนคลายได้เช่นกัน คือใช้วิธีการพูดในเชิงบวก พูดแต่สิ่งที่ดีต่อกันหรือใช้ปิยะวาจาในการสนทนากับบุคคลอื่น และแสดงออกโดยไม่มีการบังคับความรู้สึก การมีกิจกรรมร่วมกันฝึกทำงานเป็นกลุ่ม การแนะนำตนเอง และเพื่อนให้รู้จักกันเพื่อให้มีความสนิทสนมกว่าเดิม จนเกิดความเป็นเพื่อนร่วมชุมชนบำบัดเดียวกันในที่สุด

(6) การส่งเสริมให้ผู้ป่วยเกิดความรับผิดชอบต่อสังคม ประมวลสรุปและสังเคราะห์ประเด็นนี้ พบว่า ได้มีการส่งเสริมป้องกันให้ผู้ป่วยตระหนักถึงพิษภัยของยาเสพติด แล้วนำมาปรับใช้กับชีวิตประจำวันของตนเอง และอนาคต นอกจากนี้ให้ความช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยในการอยู่ร่วมกันในการทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้ผู้ป่วยเกิดจิตสำนึกในทางที่ดี ในการรับผิดชอบต่อตนเอง และทำตนเองให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมตามแบบอย่างที่ดีจากประสบการณ์ ไม่สร้างความเดือดร้อนเสียหายให้คนอื่น นอกจากนี้มีการมอบหมายงานให้ผู้ป่วยทำ กำหนดเงินเดือนเมื่อผู้ป่วยกระทำความผิด และการใช้ระบบกลุ่มดำเนินกิจกรรม และยังได้สร้างความสำนึกที่ดีในการเป็นพลเมืองแบบอย่างของสังคม โดยไม่ทำผิดกฎหมาย ผิดศีลธรรม ก่ออาชญากรรม ประกอบอาชีพสุจริต สร้างประโยชน์ให้กับตนเอง และผู้อื่น และสร้างความสุขสงบให้แก่สังคม

(7) การสร้างความเชื่อมั่นให้ผู้ป่วยเลิกยาเสพติด ในประเด็นนี้ พบว่า ทางสำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก ได้กำหนดแนวทางที่เป็นอุบายให้ผู้ป่วยทุกรายที่เข้ารับการบำบัดรักษาต้องรับสั่งจะหรือให้ถือสั่งจะเป็นที่หนึ่ง และตั้งใจจริงทำให้ได้ ส่งผลให้ชีวิตไม่กลับไปเกี่ยวข้องกับหรือติดยาเสพติดอีก เพราะสั่งจะนี้เปรียบเสมือนดังอุปมาเป็นถนนสายใหม่ที่ทอดยาวไปสู่ความสำเร็จในชีวิตของทุกชีวิต ผู้ป่วยที่รับสั่งจะเป็นแนวทางว่าไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดตลอดชีวิตไม่ว่ากรณีใดๆ ซึ่งสั่งจะนี้เป็นหลักสำคัญที่ผู้ป่วยต้องนำไปใช้และยึดมั่นเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้ได้ นอกจากนี้ มีการฝึกให้ผู้ป่วยทำกิจกรรมอย่างมีสติสัมปชัญญะ รู้ถึงโทษภัยยาเสพติดเตือนตนเองอยู่เสมอ และตระหนักให้ผู้ป่วยเห็นถึงคุณค่าชีวิตของตนเองมีค่ายิ่งนัก การพึ่งตนเองเป็นสิ่งสำคัญยิ่งเมื่อรู้มีสติปัญญาในการแก้ไขปัญหาแล้วยอมเลิกยาได้ในที่สุด นอกจากนี้แล้วควรสร้างความเข้มแข็ง และแข็งแกร่งทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และทางด้านอารมณ์ ให้รู้จักปรับตัวให้อยู่ร่วมกับ

ผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุขโดยปราศจากยาเสพติด และคนรอบข้าง ควรให้กำลังใจแก่ผู้ป่วยเพื่อแนะนำอบรมให้ผู้ป่วยกลับไปเป็นคนดีของสังคม

(8) การกำหนดรูปแบบการประเมินผลที่เป็นตัวชี้วัดผลการดำเนินงาน เกี่ยวกับรูปแบบประเมินผลการดำเนินงานในเรื่องนี้ พบว่ามี 3 ประเด็นหลัก ๆ คือ

- 1) การตอบแบบสอบถาม ได้ใช้แบบฟอร์มการประเมินพฤติกรรมของกรมคุมประพฤติ กระทรวงยุติธรรมโดยการให้คะแนนในแต่ละหัวข้อตามที่กำหนด
- 2) การเขียนแสดงความรู้สึกออกมา โดยใช้วิธีให้ตอบแบบสอบถามที่กำหนดไว้และให้เขียนระบายความรู้สึกออกมา
- 3) การแสดงออกต่อหน้าชุมชนและออกค่ายร่วมกับชุมชน ดูจากพฤติกรรมความดีที่ผู้ป่วยแสดงออกตามงานที่ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบเกิดผลสำเร็จและอยู่ครบตามกำหนดของสถานบำบัดฟื้นฟูโดยไม่มีอาการหลบหนี

นอกจากนี้ในบางครั้ง ได้กำหนดโดยการแจกแบบประเมินไปทางไปรษณีย์เพื่อตอบกลับให้กับผู้ปกครองได้รายงานถึงความเป็นไปของผู้ป่วยที่มารับการบำบัดในสถานบำบัดฟื้นฟู

1.4.2 ผลสัมฤทธิ์ผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

ในด้านแนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค)

(1) การกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหาเพื่อนำมาปรับใช้ในชีวิต พบว่า ผู้ป่วยเมื่อมีโอกาสได้ออกไปจากสถานบำบัดหรือเรือนจำแล้ว ได้กำหนดแนวทางเพื่อทำตนเองให้มีคุณค่า โดยใช้เวลาที่มีอยู่ให้คุ้มค่าแก่ชีวิตมีทักษะในการที่จะปฏิเสธยา สร้างชีวิตใหม่ไม่ข้องแวะหรือเกี่ยวข้องกับยาเสพติดอีก สามารถปรับตัวให้ดีที่สุด และสามารถเป็นแบบอย่างให้ผู้อื่นได้เรียนรู้ว่ายาเสพติดเป็นสิ่งที่ไม่ดี และมีความพร้อมไม่ยุ่งเกี่ยวกับสิ่งไม่ดีทั้งหลายอีก ไม่ใช่ยาเสพติดในการแก้ปัญหาชีวิต แต่ใช้สติความคิดของตนเองในการแก้ปัญหาแทน ดังนั้นการฝึกให้มีสติอยู่เสมอไม่พลั้งผลต่อตัวเองส่งผลให้รู้สึกตนตลอดเวลาว่าทำอะไรลงไปอยู่ นอกจากนี้แล้วสามารถนำปัญหาที่ตนเองปรึกษากับครอบครัว เพื่อน ๆ เพื่อหาทางแก้ไข และการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม เพื่อให้สังคมยอมรับผู้ป่วย การหากิจกรรมทำในสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ไม่คิดถึงการเสพยาอีก โดยปลูกต้นไม้รอบบริเวณที่อาศัย เลี้ยงไก่ เรียนหนังสือ ทำงานอยู่กับพ่อแม่ ไม่สร้างความเดือดร้อน ห่างไกลจากชุมชนยาเสพติด และสามารถติดต่อสื่อสารพูดคุยกับบุคคลอื่นได้อย่างเข้าใจ นอกจากนี้ พบว่า ครอบครัวของผู้ป่วยเป็นกำลังใจที่สำคัญไม่ให้เครียดในการดำเนินชีวิตประจำวัน และแนะนำให้ผู้ป่วยไม่ให้หนีปัญหาเพราะทุกปัญหามีแนวทางแก้ไขได้ ให้

ผู้ป่วยตรงคิดหาเหตุของปัญหาให้เจอเพื่อหาวิธีการแก้ไขปัญหาเป็นคำตอบสำหรับทางออกของปัญหา พยายามเรียนรู้และรับฟังผู้อื่น แล้วนำมาปรับใช้กับชีวิตตนเอง

(2) การใช้สื่อต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างให้ผู้ป่วยเป็นแนวทางการเรียนรู้กิจกรรมเพิ่มเติม จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยในกรณีนี้ พบว่า การใช้สื่อเพื่อเรียนรู้กิจกรรมเพิ่มเติมนั้น ทำได้ ดังนี้ คือ ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมด้วยตนเอง จากสื่อประเภท หนังสือพิมพ์ ทีวี วิดีโอ เพื่อเป็นแนวทางในการเรียนรู้และนำข่าวสารต่าง ๆ มาเปรียบเทียบและนำไปวิเคราะห์ นอกจากนี้การใช้อินเทอร์เน็ต ติดต่อสื่อสาร การค้นคว้าจากหนังสือ การดูโทรทัศน์ดูข่าวมากขึ้น เพื่อได้รับทริคของยาเสพติด แล้วเก็บมาคิดตรองข้อดีข้อเสียของยาเสพติด นอกจากนี้มีสื่อโฆษณา การตีพิมพ์ให้รู้ถึงพิษภัยของยาเสพติด และฝึกอบรมกิจกรรมที่ได้เรียนรู้มา การฉาย VCD เพื่อเป็นแนวทางการเรียนรู้ให้เพื่อนชม บางรายใช้สื่อบุคคลโดยการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้เห็นและประสบมาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับกลุ่มเพื่อนด้วยกัน ในบางรายประสานความรู้กับ NGO ในการให้ความรู้และทางออกเกี่ยวกับยาเสพติด ทั้งนี้เพราะว่า NGO จะมีหน่วยงานที่ประสานความร่วมมือในการแก้ไขปัญหายาเสพติดร่วมกันอยู่

(3) การผลักดันผู้ป่วยให้พัฒนาฝึกฝนและประยุกต์ใช้ทักษะให้เกิดความชำนาญ ในประเด็นเกี่ยวกับผู้ป่วยเรื่องนี้ พบว่า ผู้ป่วยเมื่อมาอยู่สถานบำบัดฟื้นฟูให้ความสำคัญกับการฝึกฝนพัฒนาอาชีพฝีมือได้เรียนรู้และฝึกทักษะในการประกอบอาชีพหลากหลาย เพื่อให้เกิดความชำนาญ เช่น การทำอิฐบล็อก การทำขนม การเพาะปลูกต้นไม้ สามารถนำไปประกอบอาชีพเสริมหารายได้ให้กับครอบครัวได้ นอกจากนี้บางรายอาจกลับไปทำสวน ทำนา และปลูกสวนผลไม้ขาย นอกจากนี้มีความตั้งใจ เอาใจใส่กับการงานที่ได้รับมอบหมาย ผลักดันตนเองด้วยการทำงานและฝึกจิตใจให้สงบนิ่ง ไม่คิดถึงยาเสพติดอีก มีความตั้งใจมั่น อดทนอดกลั้น มีความจริงใจและตั้งใจในการเลิกเสพยาให้ได้ นอกจากนี้ ผู้ป่วยยังต้องการหาสิ่งใหม่ ๆ ในการปฏิบัติและสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน คิดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์สำหรับตนเองและครอบครัว หาทางออกที่ดีที่สุดเพื่อเป็นแนวทางของชีวิต การเข้าร่วมกับกลุ่มที่ให้การสนับสนุนและกับผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการเยียวยาแล้วในการประสานกิจกรรมร่วมกันคิด และสร้างความรับผิดชอบต่อตนเอง และครอบครัว เพื่อเป็นกำลังใจในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องชอบธรรม

(4) การสร้างความตระหนักเพื่อเสริมสร้างตนเองให้รับผิดชอบต่อสังคม ประเด็นนี้ พบว่า ผู้ป่วยมีวิธีการเสริมสร้างให้ตนเองให้มีความรับผิดชอบต่อสังคมโดยมีความตั้งใจเป็น คนดีของสังคม คิดและทำแต่สิ่งดี ๆ พยายามหลีกเลี่ยงที่จะไม่สมาคมกับเพื่อนเก่าที่ใช้ยาเสพติดอยู่ บางรายก็ใช้ประสบการณ์ที่ได้รับไปบอกกล่าวผู้อื่นถึงโทษภัยยาเสพติดว่าไม่ใช่อะไร และหาวิธี

ห่างไกลจากยาเสพติดและไม่ยุ่งเกี่ยว นอกจากนี้พยายามทำให้สังคมยอมรับในตัวผู้ป่วยก่อน โดยการเข้าช่วยเหลือสังคมและเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ทำตัวให้มีประโยชน์ต่อสังคม และคนรอบข้าง แสดงให้ผู้อื่นเห็นถึงความตั้งใจและสามารถช่วยเหลือสังคมได้อย่างไร นอกจากนี้ผู้ป่วยเกิดจิตสำนึกรู้สึกถึงสิ่งที่ไม่ถูกต้องและผิดพลาด และเกิดการเห็นคุณค่าตนเองมีความภูมิใจที่สามารถเลิกจากการเสพยาได้ และใช้ประสบการณ์ที่ได้รับให้ความรู้แก่เยาวชนในฐานะที่ผู้ป่วยเคยผ่าน และมีประสบการณ์เรื่องยาเสพติดมาก่อน พร้อมเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น นอกจากนี้ ในการสร้างความรับผิดชอบต่อสังคม ผู้ป่วยมีความคิดในการร่วมกันป้องกันต่อต้านไม่ให้ยาเสพติดเข้ามาในครอบครัวและสังคม ไม่ให้ลูกหลานเข้าไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติดอีก และให้เห็นโทษภัยว่ายาเสพติดนั้นมีโทษร้ายแรงเพียงไร ผู้ป่วยพยายามจดจำสิ่งต่าง ๆ ที่ได้รับการอยู่สถานบำบัดฟื้นฟู มีระเบียบวินัยในการที่ได้รับผิดชอบ และตั้งใจทำงานตามที่ได้รับมอบหมายในหน้าที่

(5) กิจกรรมส่งเสริมเวทีการเรียนรู้ สนับสนุนความสามารถในการอภิปรายแลกเปลี่ยนกับผู้อื่น กิจกรรมส่งเสริมเวทีการเรียนรู้สำหรับผู้ป่วยนี้ จากการสังเคราะห์สรุป พบว่า มีการร่วมกลุ่มปรึกษารื้อกัน มีการจัดเวทีแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น การใช้หลักความคิดที่ถูกต้อง การพูดคุย ความเข้าใจ และการสื่อสารที่ดี การระบายความเครียด การได้รับความสนุกสนานและได้ความรู้ระหว่างมีการสนทนากัน ไม่ใช้อารมณ์ในการสนทนา และตัดสินใจแก้ปัญหา นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ป่วยมีกิจกรรมที่แตกต่างกันออกไป เช่นในบางรายได้เข้าร่วมโครงการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการต่อต้านยาเสพติด บางรายใช้โรงเรียนเป็นเวทีการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนและพร้อมรับคำเชิญเชิญทุกฝ่ายที่เชิญมา และเข้าร่วมด้วยความเต็มใจ และได้ปลื้มใจออกมาจากการใช้ยาเสพติด และในบางรายพยายามปลูกจิตสำนึกให้กับเยาวชนและสังคมเกี่ยวกับยาเสพติดถ้าหากมีโอกาสและคิดแต่สิ่งดี ๆ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่นรอบข้าง บางรายใช้โอกาสนี้ในการออกกำลังกาย สร้างความสุขต่าง ๆ ให้กับตนเองเพื่อเสริมสร้างจิตใจและร่างกายให้เข้มแข็ง เช่น การปีนภูเขา การดำน้ำ และการสนทนาพูดคุยกับเพื่อนๆ น้อยๆ ก็มีความสุขใจแล้ว

(6) วิธีการเสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลายในการเรียนรู้ การเสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลายในการเรียนรู้ พบว่า มีหลากหลายกิจกรรมสำหรับผู้ป่วยได้ระบายออกมา เช่น การวาดรูป การอ่านหนังสือ เล่นดนตรี การปล่อยอารมณ์ให้สบายมองท้องฟ้าเพื่อระบายความเครียด มองสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตนเองที่มีบรรยากาศที่ดี ๆ ในบางรายอยากแต่งเพลงและร้องเพลงดัง ๆ ให้เพื่อนฟัง บางรายก็เขียนกลอน เขียนบทเพลง การออกกำลังกายเพื่อลดความตึงเครียด การสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้เองโดยหาอะไรทำเพื่อการผ่อนคลายทำให้ตนเองมีคุณค่า และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ดีให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน นอกจากนี้ในการผ่อนคลายเพื่อ

การเรียนรู้ คือ ในบางรายจะใช้วิธีพูดคุยกับเพื่อนๆ ญาติพี่น้อง บางรายหางานอดิเรกทำพยายามไม่คิดมากทำให้เบิกบาน และหากิจกรรมที่ทำให้มีความสุขสนุกสนานในชีวิต ในบางรายผู้ป่วยใช้การฝึกสมาธิตั้งใจไปวัดหรือไปหาพระสงฆ์พูดคุยธรรมะรวมถึงการฝึกภาวนากำหนดลมหายใจของตนเองอย่างมีสติ และตัดความกังวลความเครียดออกไป ในบางรายเข้าหาและปรึกษาครอบครัวพ่อแม่ หรือพูดคุยสนทนากันเป็นประจำให้มาก เพื่อลดความเครียด บางรายฟังเพลงหรือหาสิ่งดีๆ ทำโดยไม่คิดถึงยาเสพติด

(7) การประเมินตนเอง เพื่อหาข้อดี-ข้อเสีย แล้วนำมาปรับปรุงคุณภาพชีวิต ในประเด็นเกี่ยวกับการประเมินตนเอง หาข้อดี-ข้อเสีย แล้วนำมาปรับปรุงคุณภาพชีวิตนั้น พบว่าผู้ป่วยบางรายประเมินตนเองโดยหาข้อเสียของคนที่เกิดขึ้นในอดีตมาเปรียบเทียบกับปัจจุบัน บางรายได้เกิดความสำนึกถึงข้อผิดพลาดที่ผ่านมามือมองย้อนประสบการณ์อดีต ดังนั้นจึงพยายามแก้ไขในปัจจุบันให้ดีเพื่อผลในอนาคต บางรายพยายามหาข้อดี-เสีย ของตนเองเพื่อแก้ไขและนำข้อดีของตนนั้นไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ส่วนที่ไม่ดีนำมาปรับปรุงแก้ไข ในบางรายมีความเชื่อมั่นตนเองในการตั้งใจทำงานไม่ใช่อารมณ์เป็นใหญ่ใช้สติปัญญาให้มากทบทวนตนเองโดยฟังจากผู้อื่นช่วยวิจารณ์ และสำรวจตนเองสม่ำเสมอว่าอะไรดี และไม่ดี ที่ควรปรับปรุงด้วยวิธีการอย่างไรบ้าง จึงได้ผล รวมทั้งมีวินัยในการดำรงชีวิตเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และในบางรายรู้สึกดีใจและภูมิใจที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ในชาตินี้ซึ่งควรดำเนินชีวิตในทางที่ถูกต้อง ดังนั้นการประเมินตนเองจึงเป็นการสร้างความรับผิดชอบให้กับตนเองทางหนึ่งในการหาวิธีที่เหมาะสมในการเลิกยาเสพติดให้ได้ผลตามความตั้งใจที่มุ่งหวังไว้

(8) การสร้างความเชื่อมั่นเพื่อการเลิกยาเสพติดอย่างถาวร ประมวลสรุปและสังเคราะห์ในประเด็นสุดท้ายนี้ พบว่า ผู้ป่วยต้องมีจิตใจที่ตั้งมั่น และมั่นใจในตนเอง มีใจเด็ดเดี่ยวว่าเลิกยาเสพติดได้ และไม่กลับไปเสพยาซ้ำอีก และรักษาสัจจะตัวเองในการเลิกยาเสพติดตามที่ตั้งใจไว้ การเข้ามารับการบำบัดรักษาในสถานบำบัดฟื้นฟูนี้มีเหตุผลเดียวคือเพื่อเลิกยาเสพติดให้ได้ ดังนั้นถ้าไม่ตั้งใจเลิกยาเสพติดจึงเป็นการทำลายสัจจะตนเองที่ตั้งใจไว้ ดังนั้นในการเลิกยาเสพติดจึงขึ้นอยู่กับเงื่อนไขทางจิตใจเป็นหลัก จำเป็นต้องฝึกจิตใจตนเองให้มีความเข้มแข็งไม่คิดกลับไปหมกมุ่นกับยาเสพติดอีก นอกจากนี้ให้นึกถึงคนที่ตนรัก นึกถึงครอบครัวให้มาก มีความรักความอบอุ่นให้กับครอบครัว มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน และร่วมทำกิจกรรมกับครอบครัวให้มาก และให้กำลังใจตนเองเสมอ พยายามเฝ้าดูกระจกเงาสะท้อนภาพลักษณ์ตนเอง ทั้งตื่นนอนและลุกขึ้นมีสติเตือนใจตนเองว่าสามารถทำได้

ตอนที่ 2 ผลการพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต

ผลที่ได้จากการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลขององค์กรที่เกี่ยวข้องที่ทำการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด ได้นำมาพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย โดยกำหนดรายละเอียดเป็นกิจกรรมสำหรับปฏิบัติ และเชื่อมโยงสู่รูปแบบกิจกรรมตามภาพของโมเดล ซึ่งเป็นวงจรแห่งการเรียนรู้ตามแนวริยสัจสี่ ได้ดังนี้

1. หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยได้กำหนดยุทธศาสตร์ในการพัฒนาประเทศที่เหมาะสม โดยเสริมสร้างความแข็งแกร่งของโครงสร้างระบบต่าง ๆ ภายในประเทศให้มีศักยภาพ สร้างฐานความรู้ให้เป็นภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้อย่างรู้เท่าทันเพื่อเสริมสร้างการอยู่ร่วมกันในสังคมได้ปกติ ควบคู่ไปกับการกระจายพัฒนาที่เป็นธรรม และเสริมสร้างความเท่าเทียมกันของกลุ่มคนในสังคมให้มีสิทธิเสรีภาพ และความเข้มแข็งของชุมชนท้องถิ่น ยุทธศาสตร์ที่กล่าวถึงการพัฒนาคุณภาพคน และสังคมไทยสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ ดังนี้ คือ การพัฒนาคนให้มีคุณธรรมนำความรู้เกิดภูมิคุ้มกัน โดยพัฒนาจิตใจควบคู่กับการพัฒนาการเรียนรู้ของคนทุกกลุ่มวัยตลอดชีวิตให้มีความรู้พื้นฐานที่เข้มแข็ง มีทักษะชีวิตในการพัฒนาตน และพัฒนาสมรรถนะ รวมถึงทักษะของแรงงานสอดคล้องกับความต้องการ การสร้างสรรค์นวัตกรรมและองค์ความรู้ ส่งเสริมคนไทยเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ไม่จำกัดสถานภาพ เพศ วัย สามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต รวมถึงจัดการองค์ความรู้ที่มีอยู่เดิมและองค์ความรู้ใหม่ในการนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม

การจัดการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม การสร้างพื้นฐานในการคิด สร้างวิธีการเรียนรู้ให้คนไทยมีทักษะในการจัดการ ทักษะในการดำเนินชีวิต สามารถเผชิญปัญหาสังคม และเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างมีประสิทธิภาพ หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานได้มุ่งพัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคนดี มีความสุข รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลง และความเจริญก้าวหน้าทางวิชาการ มีทักษะ และศักยภาพในการจัดการ การสื่อสาร การปรับวิธีคิด วิธีการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ตลอดจนมีทักษะในการดำรงชีวิตที่ดี

ปัญหาสังคมที่เป็นปัญหาใหญ่ที่สุดในขณะนี้ ที่ประเทศไทยกำลังเผชิญอยู่ คือ ปัญหาในเรื่องยาเสพติดในการบ่อนทำลายทรัพยากรบุคคลของชาติ จากสถิติพบว่า มีจำนวนคดียาเสพติดทั่วประเทศที่จำแนกข้อหา ได้แก่ ผู้เสพ ผู้ครอบครองยาเสพติด การจำหน่ายยาเสพติด การผลิต การนำเข้า และส่งออก เป็นต้น ได้ทวีความรุนแรงตามลำดับ ดังนั้นการจะเผชิญกับปัญหาสังคมและความเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว จำเป็นต้องมีทักษะในการใช้ชีวิตเพื่อมิให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด และการดำรงชีวิตในสังคมได้ถูกต้อง

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1993) ได้กล่าวถึง ทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถในการปรับตัว และการมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความต้อการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้กรมสุขภาพจิต (2543) ได้กล่าวว่า ทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นความสามารถของบุคคล ซึ่งประกอบด้วยความรู้ และเจตคติในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ทั้งในเรื่องบทบาทหญิงชาย เพศสัมพันธ์ สารเสพติด สุขภาพ จริยธรรม อิทธิพลของสื่อ สิ่งแวดล้อม ชีวิตครอบครัว ตลอดจนปัญหาสังคมด้วยความคิดเชิงเหตุผล ซึ่งนำไปสู่การตัดสินใจ แก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ (กรมสุขภาพจิต, 2543) จึงอาจสรุปได้ว่า ทักษะชีวิต หมายถึงความสามารถในการปรับตัว ประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการกับปัญหา รอบตัว และสามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ในสังคมอย่างเหมาะสม

ในการจัดทำกิจกรรม ได้ประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ป่วยที่ติดยาเพื่อให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ในสังคมเมื่อพ้นโทษไปแล้ว ทักษะชีวิตที่นำมาปรับใช้ ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด โดยใช้กระบวนการแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมาสร้างเสริมกระบวนการ ภายใต้การดำเนินกิจกรรมตามกรอบขั้นตอนของอริยสัจสี่ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค ซึ่งแนวทางดังกล่าวสามารถทำให้ผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีคุณภาพเมื่อพ้นจากเรือนจำไปแล้ว รู้จักแนวทางการแก้ไข้ปัญหา และเผชิญกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาสังคมได้อย่างมั่นใจ ในการนำไปใช้ในสถานการณ์จริง มากกว่าสอนให้เกิดความรู้เพียงเท่านั้น นอกจากนี้การตระหนักและให้ความสำคัญกับตนเองต้องนำวิถีชีวิตมาเป็นตัวตั้งในการศึกษาและเข้าใจปัญหาชีวิตจริง นำประสบการณ์ชีวิตมาเป็นบทเรียน ศึกษาจากการแก้ไข้ปัญหาชีวิตจริง ซึ่งทำให้วิถีแห่งการอยู่ร่วมกันมีสาระและทำให้สังคมดีขึ้น

2. วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรม

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีการเรียนรู้ทักษะชีวิต และสามารถอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ ได้แนวทางในการพัฒนาตนเองมีความรู้ ความเข้าใจ และเกิดความตระหนักในการแก้ปัญหาจากรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ดี และเรียนรู้กระบวนการของนีโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตที่นำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเอง และมีความพึงพอใจยิ่งขึ้น

3. หัวข้อการเรียนรู้ของการจัดกิจกรรม

การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยยาเสพติดให้มีทักษะในการดำเนินชีวิต และมีทักษะการแก้ปัญหาตามแนวทางอริยสัจสี่ จึงมุ่งปลูกฝังให้ผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำได้เรียนรู้ทักษะชีวิต แนวทางแก้ปัญหาตามอริยสัจสี่ และกระบวนการนีโอฮิวแมนนิส จึงได้กำหนดหัวข้อในการจัดกิจกรรม ดังนี้

(1) ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีองค์ประกอบเนื้อหา 5 ด้าน ดังนี้

การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (critical thinking) หมายถึง เป็นความสามารถในการวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลข่าวสาร สถานการณ์และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการจัดกระทำ ซึ่งการคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นส่วนประกอบอย่างหนึ่งของสุขภาพจิตที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักยอมรับและประเมินปัจจัยต่างๆ ที่อ้างได้ถึง ทศนคติและพฤติกรรมดังเช่น การให้คุณค่าในสิ่งต่างๆ ความกดดันจากกลุ่มเพื่อนและสื่อต่าง ๆ (WHO,1994)

ความเห็นใจผู้อื่น (empathy) หมายถึง เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง โดยยอมรับอย่างที่เขาเป็น ที่เขารู้สึก โดยปราศจากเงื่อนไขไม่ว่าจะด้านความแตกต่างทางเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว และสุขภาพ (WHO, 1994)

การเห็นคุณค่าในตนเอง (self esteem) หมายถึง เป็นความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า ค้นพบ และภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน โดยไม่มุ่งสนใจที่รูปร่าง หน้าตา หรือเพศ (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2542)

ความรับผิดชอบต่อสังคม (social responsibility) หมายถึง เป็นความรู้สึกว่าตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญ หรือความเสื่อมของสังคม (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2542)

การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง (coping with emotion and stress) เป็นการรู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น ประเมินได้ว่าอารมณ์มีผลต่อพฤติกรรม และสามารถตอบสนองต่ออารมณ์ได้อย่างเหมาะสม (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2542)

(2) กระบวนการพัฒนาไปสู่การเห็นคุณค่าตนเองตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ประกอบด้วย

- (2.1) การสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย
- (2.2) การเสริมสร้างภาพพจน์ด้านบวก
- (2.3) การเรียนรู้ด้วยการฝึกฝนและปฏิบัติ
- (2.4) การจูงใจเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้

(3) การบูรณาการทักษะชีวิตและกระบวนการนีโอฮิวแมนนิส ภายใต้กรอบการแก้ปัญหาตามแนวอริยสัจสี่ ซึ่งประกอบด้วย

(3.1) **ขั้นทุกข์** เริ่มต้นด้วยการสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย และให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้สำรวจปัญหาชีวิตที่ผ่านมาหรือเล่าสภาพปัญหาที่เป็นความทุกข์ เช่น ครอบครัวแตกแยก การขาดความอบอุ่น ความผิดพลาดจากการใช้ยาเสพติด หรือเรื่องราวความทุกข์ที่ประสบตามกรณีศึกษาขององค์กรฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดทั้ง 3 แห่ง โดยให้ผู้ป่วยระบุถึงปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านการกำหนดหัวข้อกิจกรรมทักษะชีวิตแต่ละด้าน ในขั้นนี้อาจใช้วิธีสุ่มตัวอย่างผู้ป่วยให้มาเล่าเรื่องราวที่ทำให้ไม่สบายกายและใจอันเนื่องมาจากภาวะที่บีบคั้นจิตใจ ความขัดแย้ง ความไม่เที่ยงแท้ การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่สมปรารถนา ซึ่งผู้จัดกิจกรรมควรสรุปเพิ่มเติมในประเด็นที่ผู้ป่วยออกมาอภิปรายเพื่อให้เห็นประเด็นที่ชัดเจนขึ้น

(3.2) **ขั้นสมุทัย** ให้ผู้ป่วยยาเสพติดกล่าวถึงเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์หรือปัญหาซึ่งมีสาเหตุปัญหาที่แตกต่างกันออกไป ตามด้วยกระบวนการนีโอฮิวแมนนิส คือ ฝึกโยคะ/สมาธิ การสร้างภาพพจน์ด้านบวก เป็นต้น ใช้กระบวนการนี้สลับกันไปตามแต่ความเหมาะสมกิจกรรม การวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหา อาจอยู่ในลักษณะการแจกใบงานให้เรียบเรียงสาเหตุ หรือผ่านการเล่นเกมส์ การใช้สื่ออุปกรณ์ช่วยเสริมกิจกรรม เช่น การสอนทักษะชีวิตเรื่องการจัดการกับอารมณ์และความเครียดให้ผู้ป่วยได้แกะไขหมพรมที่มัดกันอยู่เพื่อให้รู้ถึงสาเหตุของความเครียดในลักษณะเปรียบเทียบ

(3.3) **ขั้นนิโรธ** ในขั้นนี้ ให้ผู้ป่วยยาเสพติดตั้งเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ในการแก้ปัญหา กำหนดจุดหมายที่ต้องการดับตามสาเหตุนั้นคืออะไร โดยการค้นคว้าหาคำตอบจากการวิเคราะห์ การอภิปราย การวางแผนที่ครอบคลุมปัญหา โดยคำนึงถึงวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่ตั้งไว้ ให้กลุ่มช่วยกันศึกษาและนำเสนออภิปราย

(3.4) **ขั้นบรรค** เป็นการกำหนดแนวทางที่ชัดเจนให้บรรลุป้าหมายในการแก้ปัญหา ควรให้ผู้ป่วยยาเสพติดที่เป็นสมาชิกกลุ่มช่วยกันกำหนดวิธีการในรายละเอียดและข้อปฏิบัติต่างๆ ในการดับปัญหาหรือทุกข์ตามขั้นตอนเบื้องต้น โดยให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้เลือกแนวทางในการแก้ไข ปัญหา และนำแนวทางแก้ไขนั้นไปปฏิบัติประยุกต์ใช้ได้จริง

4. คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

ผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดที่เน้นผู้เสพเท่านั้น ที่ถูกกักกันในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีความสนใจและสมัครใจยินดีเข้าร่วมโครงการตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดโครงการ

5. ขั้นตอนการดำเนินงาน

- 5.1 จัดเตรียมแผนงาน กิจกรรม สื่อการเรียนรู้ ในรูปแบบการจัดกิจกรรมที่สร้างขึ้น
- 5.2 ประชาสัมพันธ์ และรับสมัครผู้เข้าร่วมรูปแบบการจัดกิจกรรม
- 5.3 ดำเนินกิจกรรมตามรูปแบบที่กำหนดไว้
- 5.4 เตรียมแบบวัดประเมินผลผู้เข้าร่วมรูปแบบการจัดกิจกรรม

6. เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรม

6.1 การเข้าร่วม รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัด เชียงใหม่ ซึ่งมีรายละเอียดในวิธีการจัดการฝึกอบรม ดังนี้

- 6.1.1 บรรยายให้ความรู้
- 6.1.2 อภิปรายเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
- 6.1.3 ฝึกฝนด้วยการปฏิบัติจริง
- 6.1.4 กิจกรรมส่วนบุคคลและกิจกรรมกลุ่ม
- 6.1.5 การเรียนรู้ด้วยตนเอง และศึกษาตามอัธยาศัย

7. วิทยากร

- พระครูอุบลสรนิเทศ (ดำรงค์ เบญจศิริ)
- คณะทำงาน

8. ระยะเวลา ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง มีดังนี้

8.1 การบรรยายให้ความรู้และฝึกฝนปฏิบัติ ใช้เวลา 10 วัน โดยใช้เวลาภาคเช้าของ เรือนจำตั้งแต่เวลา 09.00-12.00น. โดยจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เว้นเฉพาะวันเสาร์และวันอาทิตย์ เนื่องจากเป็นวันหยุดราชการ

8.2 การฝึกปฏิบัติเข้มข้น จำนวน 1 วัน ตั้งแต่ 09.00-16.00 น. (นีโอฮิวแมนนิส+ ธรรมชาติบำบัด) การทำดีท็อกเพื่อล้างพิษ ความรู้อาหารธรรมชาติ เป็นต้น

8.3 การสนทนาภายในกลุ่มตามภาระงานกลุ่มวันละ 3 ชั่วโมง และการมอบหมายไปงาน บุคคลให้ทำ วันละ 3 ชั่วโมง หลังการจัดกิจกรรมในแต่ละวัน ตั้งแต่ภาคบ่าย เวลา 13.00 เป็นต้นไป

8.4 การเรียนรู้ด้วยตนเองจากคู่มือ และศึกษาตามอรรถาธิบายในห้องสมุดเรือนจำ เพื่อให้ ครบกำหนดเวลา 100 ชั่วโมง

9. สถานที่จัดกิจกรรม

9.1 รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อ เสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ที่ห้องอบรมผู้ต้องขัง ณ เรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

9.2 การเรียนรู้ด้วยตนเอง จากคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อ เสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ณ ห้องสมุดของเรือนจำ และที่พักของแต่ละบุคคล

10. โครงสร้างและแผนกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ ร่วมกัน

สาระการเรียนรู้	เวลา
(1) ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับอริยสัจสี่และทักษะชีวิต แนวคิด ความสำคัญ และองค์ ประกอบพื้นฐาน	
1.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ตามกระบวนการอริยสัจสี่	3 ชั่วโมง
1.2 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียน คุณลักษณะของผู้ป่วย และทักษะชีวิตที่จำเป็น	3 ชั่วโมง
(2) การใช้ทักษะชีวิตด้าน การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การ เห็นคุณค่าของตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การจัดการกับอารมณ์และ ความเครียดในสถานการณ์ต่าง ๆ	
2.1 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง จริยธรรมพื้นฐานมนุษย์	3 ชั่วโมง
2.2 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ความทรงจำของข้าพเจ้า	3 ชั่วโมง
2.3 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง จดหมายสื่อใจ	3 ชั่วโมง

2.4	แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง หน้าที่พลเมืองที่ดี	3 ชั่วโมง
2.5	แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ผูกเชือกแก้ปมใจ	3 ชั่วโมง
2.6	แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง การผ่อนคลายความเครียด ด้วยคลื่นสมองต่ำ	3 ชั่วโมง
(3)	แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงบูรณาการทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม	
3.1	แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องพลังชีวิตใหม่: อัลกอฮอลล์ และสารเสพติด ความรู้ความเข้าใจ เจตคติ ความตระหนัก และการป้องกันปัญหา	3 ชั่วโมง
3.2	แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ชีวิตที่เลือกได้: ความเชื่อมั่น การเห็นคุณค่าต่อสิ่งต่าง ๆ การควบคุมตนเอง การมองอนาคต ความคาดหวัง และการวางแผนการณ้ของชีวิต	3 ชั่วโมง

11. กำหนดการของกิจกรรม

วัน/เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
วันที่ 1 ของการจัดกิจกรรม (20 พฤศจิกายน 2553)		
09.00-09.30 น.	- ผู้วิจัยและเจ้าหน้าที่เตรียมความพร้อม ที่ห้องอบรมเรือนจำ	
09.30-10.30 น.	- รวมกลุ่มผู้ป่วยยาเสพติดที่ อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรม	- ตามเกณฑ์และความ สมัครใจ
10.30-11.30 น.	- จัดทำบัญชีผู้ป่วยพร้อมป้ายชื่อ สื่อ/อุปกรณ์การบรรยาย	- หลังจากได้กลุ่มเป้าหมาย ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแล้ว
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	
13.00-14.00 น.	- ทำพิธีเปิดกิจกรรม/ปฐมนิเทศ ชี้แจงกำหนดการจัดกิจกรรม	- ผู้บัญชาการเรือนจำ - วิทยากร
14.00-16.00 น.	- กิจกรรม การเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่	
วันที่ 2 ของการจัดกิจกรรม (21 พฤศจิกายน 2553)		
09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงวัตถุประสงค์/อธิบายเนื้อหา กำหนดเป้าหมายชีวิตโดยทำ SWOT	
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนี้ ไอฮิวแมนนิส	
11.00-11.30 น.	- การวิเคราะห์ความต้องการ	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 3 ของการจัดกิจกรรม (22 พฤศจิกายน 2553)

- 09.00-09.30 น. - โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ - ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
- 09.30-10.30 น. - ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์
- กิจกรรม จริยธรรมพื้นฐานของมนุษย์ - ทักษะชีวิตการคิดอย่างมี
- 10.30-11.00 น. - กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส วิจารณ์ญาณ
- 11.00-11.30 น. - กิจกรรม จริยธรรมพื้นฐานของมนุษย์
ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)
- 11.30-12.00 น. - รับประทานอาหาร

วันที่ 4 ของการจัดกิจกรรม (23 พฤศจิกายน 2553)

- 09.00-09.30 น. - โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ - ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
- 09.30-10.30 น. - ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์
- กิจกรรม ความทรงจำของข้าพเจ้า - ทักษะชีวิตการเห็นคุณค่า
- 10.30-11.00 น. - กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ในตนเอง
- 11.00-11.30 น. - กิจกรรม ความทรงจำของข้าพเจ้า
ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)
- 11.30-12.00 น. - รับประทานอาหาร

วันที่ 5 ของการจัดกิจกรรม (24 พฤศจิกายน 2553)

- 09.00-09.30 น. - โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ - ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
- 09.30-10.30 น. - ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์
- กิจกรรม จดหมายสื่อใจ - ทักษะชีวิตความเห็นใจ
- 10.30-11.00 น. - กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ผู้อื่น
- 11.00-11.30 น. - กิจกรรม จดหมายสื่อใจ
ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)
- 11.30-12.00 น. - รับประทานอาหาร

วันที่ 6 ของการจัดกิจกรรม (25 พฤศจิกายน 2553)

- 09.00-09.30 น. - โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ - ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
- 09.30-10.30 น. - ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์
- กิจกรรม หน้าที่พลเมืองที่ดี - ทักษะชีวิตความรับผิดชอบ
- 10.30-11.00 น. - กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ชอบต่อสังคม
- 11.00-11.30 น. - กิจกรรม หน้าที่พลเมืองที่ดี
ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)
- 11.30-12.00 น. - รับประทานอาหาร

วันที่ 7 ของการจัดกิจกรรม (26 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม ผูกเชือกแก้ปมใจ	- ทักษะชีวิตการจัดการกับ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	อารมณ์และความเครียด
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม ผูกเชือกแก้ปมใจ ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 8 ของการจัดกิจกรรม (27 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม การผ่อนคลายความเครียด	- ทักษะชีวิตการจัดการกับ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	อารมณ์และความเครียด
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม การผ่อนคลายความเครียด ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 9 ของการจัดกิจกรรม (28 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม พลังแห่งชีวิตใหม่	- ทักษะชีวิตแบบบูรณาการ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม พลังแห่งชีวิตใหม่ ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 10 ของการจัดกิจกรรม (29 พฤศจิกายน 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ	- ยืดหยุ่นตามเหมาะสม
09.30-10.30 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์	
	- กิจกรรม ชีวิตที่เลือกได้	- ทักษะชีวิตแบบบูรณาการ
10.30-11.00 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส	
11.00-11.30 น.	- กิจกรรม ชีวิตที่เลือกได้ ตามแนวอริยสัจสี่ (ต่อ)	
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร	

วันที่ 11 ของการจัดกิจกรรม (30 พฤศจิกายน 2553)

09.00-10.00 น.	- โยคะ/สมาธิ/การทำคลื่นสมองให้ต่ำ
10.00-11.00 น.	- ชี้แจงกิจกรรม/วัตถุประสงค์ - ความรู้เรื่องอาหารธรรมชาติ - เสริมสร้างทักษะชีวิต
11.00-11.30 น.	- กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส การดูแลสุขภาพตนเอง
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร
13.00-16.00 น.	- วิธีการทำดีท็อกซ์เพื่อล้างสารพิษในร่างกาย

วันที่ 12 ของการจัดกิจกรรม (1 ธันวาคม 2553)

09.00-09.30 น.	- โยคะ/สมาธิ
09.30-10.00 น.	- เสวนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทั่ว ๆ ไป
10.00-11.00 น.	- ประเมินผลด้วยแบบทดสอบ Post-test
11.00-11.30 น.	- ปิดโครงการจัดกิจกรรม - ผู้บัญชาการเรือนจำ
11.30-12.00 น.	- รับประทานอาหาร

12. การประเมินผลหลังการทดลองกิจกรรม

12.1 ประเมินผลผู้เข้าร่วมรูปแบบการจัดกิจกรรม จากแบบวัดทักษะชีวิต 5 ด้าน จากผู้ต้องขังในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

12.2 ประเมินผล โดยใช้แบบบันทึกการสังเกตทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

12.3 ประเมินผล โดยใช้แบบสำรวจความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

12.4 ประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยใช้แบบประเมินตนเองเพื่อใช้ประกอบคู่มือการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

12.5 ประเมินผลโดยใช้แบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ และ

12.6 ประเมินผลโดยใช้การสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไขในการจัดกิจกรรมที่สามารถนำไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ

13. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากกิจกรรม

13.1 ช่วยพัฒนาการเรียนรู้ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกับผู้อื่นของผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรม

13.2 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แนวทางในการพัฒนาตนเองตามรูปแบบกิจกรรมที่จัดขึ้น ไปปรับใช้กับทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นต่อไป

13.3 องค์กร/หน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด ได้รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนนอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ที่สามารถนำไปปรับใช้ได้ต่อไป

14. ผู้รับผิดชอบโครงการจัดกิจกรรม

พระครูอดุลสรนิเทศ (ดำรงค์ เบญจศิริ)

ตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนนอกระบบโรงเรียนตามแนววิจัยสั่งสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนนอกระบบโรงเรียนตามแนววิจัยสั่งสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้แบ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 6 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ทักษะชีวิต
- ส่วนที่ 2 ผลการทดสอบ ก่อนและหลังการทดลอง (Pre-test, Post-test)
- ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม
- ส่วนที่ 4 ผลการประเมินตนเองของผู้ต้องขังชาย
- ส่วนที่ 5 ผลการสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม
- ส่วนที่ 6 ผลการสังเกตพฤติกรรม
- ส่วนที่ 7 ข้อเสนอสำหรับรูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสม

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์แบบวัดทักษะชีวิต

ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนนอกระบบโรงเรียนตามแนววิจัยสั่งสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต การอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิเคราะห์ทักษะชีวิตปรากฏ ดังข้อมูลต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ 6 จำนวน ร้อยละ ข้อมูลทั่วไปของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อายุ		
อายุระหว่าง 20 – 24 ปี	14	50.00
อายุระหว่าง 25 – 29 ปี	8	28.60
อายุมากกว่า 30 ปีขึ้นไป	6	21.40
รวม	28	100.00
สถานภาพ		
- โสด	16	57.10
- สมรส	11	39.30
- หย่าร้าง	1	3.60
รวม	28	100.00
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	6	21.40
มัธยมศึกษา	19	67.90
อนุปริญญา	2	7.10
ปริญญาตรี	1	3.60
รวม	28	100.00
ต้องโทษมาแล้ว		
ไม่เกิน 1 ปี	12	42.90
ไม่เกิน 2 ปี	15	53.60
มากกว่า 2 ปีขึ้นไป	1	3.60
รวม	28	100.00
ระยะเวลาต้องโทษที่เหลือ		
ไม่เกิน 1 ปี	6	21.40
ไม่เกิน 2 ปี	13	46.40
มากกว่า 2 ปีขึ้นไป	9	32.10
รวม	28	100.00

ตารางที่ 6 พบว่า ผู้ต้องขังชายมีอายุตั้งแต่ 21 ปี ถึง 42 ปี โดยมีช่วงอายุระหว่าง 20 – 24 ปี มีร้อยละ 50.00 โดยมีอายุเฉลี่ย เท่ากับ 26 ปี 4 เดือน มีสถานภาพโสด ร้อยละ 57.10 มีการศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษา ร้อยละ 67.90 ต้องโทษมาแล้วไม่เกิน 2 ปี มีร้อยละ 53.60 มีระยะเวลาต้องโทษที่เหลือ ไม่เกิน 2 ปี มีร้อยละ 46.40

ตอนที่ 2 แบบวัดทักษะชีวิต

จากการที่ได้มีการประเมินความคิด ความรู้สึกก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ได้ผลการวิเคราะห์จำแนกเป็นรายด้าน ได้ดังนี้

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณก่อนและหลังการทดลอง

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
การคิดอย่างมีวิจารณญาณ					
1. ท่านสามารถตัดสินใจในการแก้ไข ปัญหาได้	2.79	0.418	3.68	0.612	เพิ่มขึ้น
2. ท่านคิดว่าการรับประทานผักสดและ ผลไม้ทุกวันเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยลด อัตราเสี่ยงของการเป็นโรคมะเร็งใน ลำไส้	2.89	0.685	3.75	0.518	เพิ่มขึ้น
3. การเสพสิ่งเสพติดสาเหตุหนึ่งมาจาก การคบเพื่อนที่ไม่ดี	2.71	0.600	3.68	0.476	เพิ่มขึ้น
4. ชุมชนหรือที่พักอาศัยไม่ดี นำไปสู่ ปัญหาด้านอบายมุขได้	2.64	0.780	3.54	0.576	เพิ่มขึ้น
5. ส่วนใหญ่ของคนที่ติดเหล้าหรือสาร เสพติดเพราะไม่รู้วิธีผ่อนคลายด้าน จิตใจและร่างกาย	2.32	0.819	3.71	0.535	เพิ่มขึ้น

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณก่อนและหลังการทดลอง (ต่อ)

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
6. อุบัติเหตุบนท้องถนนเกิดจากผลของแอลกอฮอล์ หรือสารเสพติดทำลายการตัดสินใจและกลไกการตอบสนองของผู้รับ	2.79	0.738	3.64	0.559	เพิ่มขึ้น
7. มีความรู้สึกว่า “การเสพยาเสพติดสามารถแก้อาการเจ็บป่วยได้ชั่วคราว”	2.93	0.813	3.18	0.670	เพิ่มขึ้น
8. ความสัมพันธ์ที่ดี ภายในครอบครัวสามารถลดปัจจัยเสี่ยงการเสพยาเสพติดได้	2.79	0.568	3.71	0.535	เพิ่มขึ้น
9. การวางแผนชีวิตที่ดีนำไปสู่เป้าหมายของความสุขในชีวิตในอนาคตได้	3.07	0.466	3.89	0.315	เพิ่มขึ้น
10. การรู้จักเลือกรับรู้ข้อมูลข่าวสารทางโทรทัศน์/วิทยุและ นสพ.สามารถช่วยการตัดสินใจแก้ปัญหาในชีวิต	2.29	0.600	3.43	0.573	เพิ่มขึ้น
11. ผลกระทบที่เกิดจากการเสพยาเสพติดทำให้ตนเองครอบครัวและสังคมได้รับความเสียหายมากมาย	2.82	0.670	3.82	0.390	เพิ่มขึ้น
12. บทลงโทษทางกฎหมายสำหรับผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดไม่สามารถลดปัญหาเสพยาเสพติด	2.32	0.612	3.07	0.900	เพิ่มขึ้น
13. การมองย้อนประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้สามารถตัดสินใจในการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ	2.43	0.573	3.43	0.634	เพิ่มขึ้น
14. การคิดอย่างรอบคอบถี่ถ้วนเป็นการคิดที่มีประสิทธิภาพสูง	2.82	0.548	3.79	0.418	เพิ่มขึ้น

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณก่อนและหลังการทดลอง (ต่อ)

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
15. ประสบการณ์ชีวิตมีความสำคัญต่อ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ	2.64	0.559	3.68	0.548	เพิ่มขึ้น
16. การวิเคราะห์ตนเองจากปฏิกิริยาของ เพื่อนและคนรอบข้างจะสะท้อนให้ เห็นบุคลิกที่ควรปรับปรุงแก้ไข	2.43	0.634	3.61	0.567	เพิ่มขึ้น
17. การปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนดื่ม แอลกอฮอล์ หรือสารเสพติดเป็น ความคิดที่สร้างสรรค์	2.71	0.659	3.86	0.356	เพิ่มขึ้น
18. การเข้ากลุ่มเพื่อการบำบัดฟื้นฟู สมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจของ ผู้ป่วยเป็นความคิดที่ถูกต้อง	3.07	0.539	3.89	0.135	เพิ่มขึ้น
19. การพูดคุยแลกเปลี่ยนข้อมูลทางออก ที่เหมาะสมกับเพื่อนๆ สามารถลด พฤติกรรมปัญหาด้านยาเสพติด	2.50	0.694	3.68	0.548	เพิ่มขึ้น
20. การมีโอกาสเข้าร่วมโครงการต่อต้าน ยาเสพติดทุกชนิดทำให้สังคมสงบสุข	2.71	0.713	3.82	0.390	เพิ่มขึ้น

จากตารางที่ 7 พบว่า ระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีระดับความคิด ความรู้สึกในการมีทักษะ
ชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมเพิ่มขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นในทุกประเด็น เช่น ข้อที่ 18 การเข้ากลุ่ม
เพื่อการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจของผู้ป่วยเป็นความคิดที่ถูกต้อง มีค่าเฉลี่ย (\bar{X})
เท่ากับ 3.89 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.135 รองลงมาข้อที่ 7 มีความรู้สึกว่า “การ
เสพสารเสพติดสามารถแก้อาการเจ็บป่วยได้ชั่วคราว มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.18 และส่วน
เบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.670 ส่วนที่เพิ่มขึ้นในระดับต่ำ ข้อที่ 12 บทลงโทษทางกฎหมาย
สำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดไม่สามารถลดปัญหาเสพติด มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.07 และ
ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.900

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านความเห็นใจผู้อื่น

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
ความเห็นใจผู้อื่น					
1. ข้าพเจ้ามีความเข้าใจและรับรู้ถึง ความรู้สึกของผู้อื่นได้ดี	2.14	0.448	3.36	0.559	เพิ่มขึ้น
2. ข้าพเจ้ายอมรับในสิ่งที่เป็นความจริงที่ เกิดขึ้นกับเพื่อนในการใช้ชีวิตที่ผ่าน มาได้	2.68	0.548	3.54	0.576	เพิ่มขึ้น
3. ข้าพเจ้ามีความเห็นใจและปรารถนาให้ ผู้อื่นได้พ้นจากความทุกข์ทั้งกายและ จิตใจ	2.96	0.508	3.93	0.262	เพิ่มขึ้น
4. ข้าพเจ้ายอมรับเพื่อน ๆ ที่มีความ แตกต่างทางวัย ศาสนา สีผิว และ สุขภาพได้ดี	2.96	0.429	3.86	0.356	เพิ่มขึ้น
5. คนรอบข้างข้าพเจ้ามักชมข้าพเจ้าเสมอ ว่าเป็นคนนิสัยดีน่าคบหา	2.21	0.499	3.25	0.518	เพิ่มขึ้น
6. ข้าพเจ้าสามารถเข้าร่วมกิจกรรมกับ ผู้อื่นได้ดี	2.39	0.497	3.61	0.567	เพิ่มขึ้น
7. ข้าพเจ้ายอมรับการตัดสินใจของผู้อื่น ในการกระทำใด ๆ	2.46	0.576	3.32	0.612	เพิ่มขึ้น
8. เมื่อมีโอกาสข้าพเจ้าจะเข้าร่วม กิจกรรมหรือทำงานเพื่อส่วนรวม	3.04	0.429	3.86	0.356	เพิ่มขึ้น
9. ข้าพเจ้ายอมรับให้ผู้อื่นเข้ามามีส่วน ร่วมในแผนงานของตนเอง	2.36	0.678	3.54	0.576	เพิ่มขึ้น
10. ข้าพเจ้ามักช่วยเหลือผู้อื่นเสมอ โดยไม่ รอช้าเพราะความสงสาร	2.89	0.567	3.79	0.418	เพิ่มขึ้น
11. ข้าพเจ้าพยายามเป็นมิตรกับผู้อื่นเสมอ	3.07	0.466	3.79	0.630	เพิ่มขึ้น
12. ความสัมพันธ์ส่วนตัวของข้าพเจ้ากับ คนอื่นเป็นไปอย่างเย็นชาและห่างเหิน	2.07	0.663	3.36	0.731	เพิ่มขึ้น

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านความเห็นใจผู้อื่น (ต่อ)

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
13. ข้าพเจ้าปล่อยให้ผู้อื่นรับผิดชอบในเรื่องต่าง ๆ	2.11	0.497	3.36	0.731	เพิ่มขึ้น
14. ข้าพเจ้าปล่อยให้ผู้อื่นมีอิทธิพลต่อการกระทำต่าง ๆ ของตน	2.25	0.701	3.50	0.745	เพิ่มขึ้น
15. ข้าพเจ้าชอบให้คนอื่นชักชวนในเรื่องต่าง ๆ	1.75	0.701	3.18	0.723	เพิ่มขึ้น
16. ข้าพเจ้าพยายามมีบทบาทอย่างมากในการกระทำของคนอื่น	2.93	0.663	2.39	0.832	ลดลง
17. ข้าพเจ้าชอบให้คนอื่นรับเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของเขา	2.32	0.670	3.14	0.448	เพิ่มขึ้น
18. ข้าพเจ้าพยายามให้เพื่อน ทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ข้าพเจ้าแนะนำให้เขาทำ	3.14	0.651	2.14	0.525	ลดลง
19. ข้าพเจ้าพยายามที่จะรับผิดชอบต่อเรื่องต่าง ๆ เมื่ออยู่ร่วมกับคนอื่น	2.64	0.621	3.50	0.745	เพิ่มขึ้น
20. ข้าพเจ้าชอบให้คนอื่นทำตัวเย็นชาและห่างเหินกับตนเอง	2.79	0.630	3.89	0.315	เพิ่มขึ้น

จากตารางที่ 8 พบว่า ระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านความเห็นใจผู้อื่น มีระดับความคิด ความรู้สึกในการมีทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมเพิ่มขึ้น 18 ประเด็น เช่น ข้อที่ 3 ข้าพเจ้ามีความเห็นใจและปรารถนาให้ผู้อื่นได้พ้นจากความทุกข์ทั้งกายและจิตใจ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.93 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.262 รองลงมาข้อที่ 20 ข้าพเจ้าชอบให้คนอื่นทำตัวเย็นชาและห่างเหินกับตนเอง มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.89 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.315 ส่วนที่ลดมี 2 ข้อ คือ ข้อที่ 18 ข้าพเจ้าพยายามให้เพื่อน ทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ข้าพเจ้าแนะนำให้เขาทำ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 2.14 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.525

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
การเห็นคุณค่าในตนเอง					
1. ข้าพเจ้าเป็นที่ยอมรับในหมู่เพื่อนวัยเดียวกัน	2.43	0.790	3.46	0.508	เพิ่มขึ้น
2. ข้าพเจ้าเป็นที่พึงของครอบครัวได้เสมอ	2.68	0.670	3.50	0.577	เพิ่มขึ้น
3. ข้าพเจ้ายอมแพ้ต่ออุปสรรคปัญหาต่างๆ เกินไป	2.07	0.766	3.43	0.634	เพิ่มขึ้น
4. ครอบครัวตั้งความคาดหวังในตัว ข้าพเจ้าสูงเกินไป	1.96	0.637	2.93	0.604	เพิ่มขึ้น
5. ข้าพเจ้าเป็นคนอ่อนไหวต่อเหตุการณ์ ต่างๆ ง่าย	1.64	0.780	3.18	0.548	เพิ่มขึ้น
6. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้กับการ ทำงาน	1.71	0.659	3.11	0.567	เพิ่มขึ้น
7. ครอบครัวของข้าพเจ้ามีความเข้าใจใน ชีวิตข้าพเจ้า	2.32	0.670	3.36	0.731	เพิ่มขึ้น
8. เพื่อนๆ มักคล้อยตามความคิดเห็นของ ข้าพเจ้า	3.04	0.508	1.96	0.576	ลดลง
9. ข้าพเจ้ารู้สึกถึงตนเองว่ามีความต่ำต้อย	1.86	0.651	3.36	0.731	เพิ่มขึ้น
10. ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจในการพูดคุย หน้าสาธารณชน	1.93	0.813	3.18	0.612	เพิ่มขึ้น
11. ข้าพเจ้าสามารถตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ได้โดยไม่ยากลำบาก	2.50	0.509	3.46	0.637	เพิ่มขึ้น
12. ข้าพเจ้าอยากเปลี่ยนแปลงตนเอง ถ้าสามารถทำได้	2.93	0.466	3.86	0.448	เพิ่มขึ้น
13. ใครๆ จะรู้สึกมีความสุขเมื่ออยู่กับ ข้าพเจ้า	2.14	0.448	3.32	0.476	เพิ่มขึ้น
14. ชีวิตของข้าพเจ้าเต็มไปด้วยความ สับสนวุ่นวาย	1.86	0.705	3.21	0.686	เพิ่มขึ้น

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง (ต่อ)

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
15. ชีวิตของข้าพเจ้ารู้สึกพอใจในตนเอง และสิ่งที่ตนเองทำ	2.36	0.621	3.36	0.678	เพิ่มขึ้น
16. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าอยากเป็นคนอื่นที่ ไม่ใช่ตัวตนเอง	3.46	0.744	1.54	0.693	ลดลง
17. ข้าพเจ้าไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใคร ได้	2.79	0.686	1.54	0.693	ลดลง
18. ข้าพเจ้าปรารถนาอยากให้คนอื่นชื่น ชอบในตัวข้าพเจ้า	3.21	0.568	2.07	0.766	ลดลง
19. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเสมอ	2.43	0.573	3.64	0.559	เพิ่มขึ้น
20. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นใน ตนเอง	1.75	0.701	3.04	0.508	เพิ่มขึ้น

จากตารางที่ 9 พบว่า ระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง มีระดับความคิด ความรู้สึกในการมีทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมเพิ่มขึ้น 16 ประเด็น เช่น ข้อที่ 12 ข้าพเจ้าอยากเปลี่ยนแปลงตนเองถ้าสามารถทำได้ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.86 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.448 รองลงมาข้อที่ 19 ข้าพเจ้ามีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเสมอ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.64 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.559 ส่วนที่ลดลงมี 4 ข้อ เช่น ข้อที่ 17 ข้าพเจ้าไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 1.54 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.693

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสังคม

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
ความรับผิดชอบต่อสังคม					
1. ข้าพเจ้าพยายามเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มในชุมชน	2.50	0.694	3.50	0.509	เพิ่มขึ้น
2. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับคนอื่น	2.32	0.548	3.39	0.497	เพิ่มขึ้น
3. ข้าพเจ้าปรารถนาเข้าร่วม โครงการต่อต้านยาเสพติด	2.86	0.525	3.86	0.448	เพิ่มขึ้น
4. ข้าพเจ้าสนใจข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับตนเองและชุมชน	2.43	0.573	3.79	0.418	เพิ่มขึ้น
5. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าไม่เคารพในกฎจราจรบนท้องถนน	2.96	0.576	1.75	0.518	ลดลง
6. ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงการอยู่ตามลำพัง	2.11	0.875	3.07	0.940	เพิ่มขึ้น
7. ข้าพเจ้าพยายามสร้างความเป็นกัลยาณมิตรกับคนอื่น	2.86	0.591	3.86	0.356	เพิ่มขึ้น
8. ข้าพเจ้าเชื่อว่าความรู้ความสามารถของข้าพเจ้าจะเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น	2.39	0.567	3.61	0.497	เพิ่มขึ้น
9. ข้าพเจ้ามีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญหรือความเสื่อมของสังคม	2.36	0.559	3.43	0.573	เพิ่มขึ้น
10. ในอนาคตข้าพเจ้าจะขออาสาสมัครทางสังคมเพื่อแก้ปัญหาชุมชน	2.61	0.685	3.68	0.548	เพิ่มขึ้น
11. ข้าพเจ้าคิดว่าคนที่ขาดความรับผิดชอบต่อสังคมส่งผลต่อความเสื่อมในสังคม	2.68	0.612	3.86	0.356	เพิ่มขึ้น
12. ข้าพเจ้าไม่สามารถเป็นที่พึ่งของสังคมได้	2.82	0.476	1.43	0.690	ลดลง

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสังคม (ต่อ)

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
13. ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในการบำเพ็ญ ประโยชน์ต่อผู้อื่น	2.93	0.378	1.46	0.744	ลดลง
14. ข้าพเจ้าเชื่อว่าสังคมยังต้องการความ ช่วยเหลือจากข้าพเจ้าอยู่	2.39	0.567	3.57	0.573	เพิ่มขึ้น
15. ข้าพเจ้าเป็นคนที่หลีกเลี่ยงหนีสังคมเสมอ	2.68	0.670	1.29	0.535	ลดลง
16. ข้าพเจ้าเชื่อว่าสังคมจะแตกแยกถ้า ทุกคนฝักใฝ่ผลประโยชน์ตนเองและ พวกพ้อง	2.86	0.448	3.93	0.262	เพิ่มขึ้น
17. ข้าพเจ้าใช้สิทธิ์ตนเองโดยการไป เลือกตั้งผู้แทนตามระบอบ ประชาธิปไตย	3.57	0.634	3.93	0.262	เพิ่มขึ้น
18. ข้าพเจ้ามีความซื่อสัตย์สุจริตต่อสิ่งที่ ทำเสมอ	3.00	0.272	3.79	0.499	เพิ่มขึ้น
19. สังคมจะดี ถ้าทุกคนมีคุณธรรม จริยธรรม	3.43	0.634	3.96	0.189	เพิ่มขึ้น
20. ข้าพเจ้ายอมรับในความแตกต่าง ระหว่างบุคคล	2.43	0.573	3.64	0.621	เพิ่มขึ้น

จากตารางที่ 10 พบว่า ระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านความรับผิดชอบต่อสังคม มีระดับความคิด ความรู้สึกในการมีทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมเพิ่มขึ้น 16 ประเด็น เช่น ข้อที่ 19 สังคมจะดีถ้าทุกคนมีคุณธรรม จริยธรรม มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.96 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.189 รองลงมา ข้อที่ 16 ข้าพเจ้าเชื่อว่าสังคมจะแตกแยกถ้าทุกคนฝักใฝ่ผลประโยชน์ตนเองและพวกพ้อง มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.93 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.262 ส่วนที่ลดลงมี 4 ข้อ เช่น ข้อที่ 15 ข้าพเจ้าเป็นคนที่หลีกเลี่ยงหนีสังคมเสมอ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 1.29 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.535

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
การจัดการกับอารมณ์และความเครียด					
1. เมื่อเกิดความรู้สึกหมดหวังท้อแท้ ข้าพเจ้าจะบอกกับตัวเองว่าอดทนไว้ แล้วเวลาจะช่วยให้อารมณ์ดีขึ้น	2.71	0.535	3.93	0.267	เพิ่มขึ้น
2. ข้าพเจ้าไม่สามารถยับยั้งความคิดที่ทำให้ อารมณ์พุ่งเคืองได้	3.11	0.497	2.11	0.424	ลดลง
3. ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงเหตุการณ์และ สถานที่ที่สร้างความลำบากใจให้กับ ตนเอง	2.36	0.678	3.44	0.751	เพิ่มขึ้น
4. เมื่อข้าพเจ้าต้องตัดสินใจในเรื่องที่ทำให้ เครียดข้าพเจ้าจะเลื่อนการตัดสินใจ ออกไปก่อนเสมอ	2.07	0.716	3.37	0.629	เพิ่มขึ้น
5. ในขณะที่กำลังโกรธข้าพเจ้าจะไตร่ตรอง อย่างรอบคอบก่อนจะทำอะไรลงไป ในเรื่องนั้น	2.50	0.638	3.67	0.480	เพิ่มขึ้น
6. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าขาดสมาธิทำให้เกิด ความผิดพลาดในการทำงาน	3.39	0.567	1.96	0.338	ลดลง
7. การฝึกสติให้อารมณ์ดีตลอดทำให้ ข้าพเจ้ามีความรอบคอบมากขึ้น	2.50	0.509	3.81	0.483	เพิ่มขึ้น
8. เมื่อเกิดความกดดันต่อสถานการณ์ที่ เป็นอยู่ ข้าพเจ้าจะใช้วิธีผ่อนคลาย จิตใจตนเอง	1.93	0.539	3.44	0.641	เพิ่มขึ้น
9. เมื่อเผชิญกับปัญหาที่คุกคามจิตใจ ข้าพเจ้าไม่สามารถควบคุมอารมณ์ ตนเองได้	3.14	0.448	1.81	0.681	ลดลง

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย
เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (ต่อ)

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
10. ข้าพเจ้าจะเกิดความโกรธได้ง่ายเมื่อมี สิ่งยั่วยู่ทางอารมณ์	3.46	0.576	1.96	0.518	ลดลง
11. เมื่อประสบกับความผิดหวังในชีวิต ข้าพเจ้ายังสามารถควบคุมอารมณ์ให้ อยู่ในภาวะปกติได้	2.50	0.577	3.52	0.580	เพิ่มขึ้น
12. ข้าพเจ้าฝึกการรับรู้อารมณ์ที่มาสัมผัส โดยการฝึกทำสมาธิ	2.11	0.497	3.33	0.734	เพิ่มขึ้น
13. ข้าพเจ้าฝึกตนเองในเชิงบวกโดยสร้าง ทัศนคติมองโลกในแง่ดี	2.32	0.548	3.59	0.572	เพิ่มขึ้น
14. การฝึกโยคะสมาธิทำให้จิตใจข้าพเจ้า มั่นคงมากขึ้น	1.64	0.559	3.52	0.580	เพิ่มขึ้น
15. เมื่อเกิดความวิตกกังวลในชีวิตข้าพเจ้า มีโอกาสดำเนินการปรึกษาเพื่อนๆ ที่สนิท	2.61	0.629	3.67	0.480	เพิ่มขึ้น
16. ข้าพเจ้าเชื่อว่าความเครียดและวิตกกังวล เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคร้ายต่างๆ ได้ง่าย	2.61	0.629	3.81	0.396	เพิ่มขึ้น
17. เมื่อข้าพเจ้าไม่สบายใจ จะคิดถึงหรือ หาสิ่งที่สนุกสนานเบิกบานใจแทน	2.43	0.742	3.67	0.480	เพิ่มขึ้น
18. ข้าพเจ้ารู้สึกตนเองมีค่ามากขึ้นเมื่อหัก ห้ามใจในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ตามอารมณ์	2.54	0.576	3.81	0.396	เพิ่มขึ้น
19. ข้าพเจ้าฝึกฝนกิจกรรมบางอย่างเพื่อ ควบคุมอารมณ์ตนเอง	2.21	0.568	3.37	0.565	เพิ่มขึ้น
20. ข้าพเจ้าพยายามอ่านหนังสือหรือหา ข้อมูลบางอย่างเพื่อลดพฤติกรรม ไม่ให้เกิดความเครียดและอารมณ์ แปรปรวนง่าย	2.18	0.670	3.74	0.447	เพิ่มขึ้น

จากตารางที่ 11 พบว่าระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด มีระดับความคิด ความรู้สึกในการมีทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมเพิ่มขึ้น 16 ประเด็น เช่น ข้อที่ 1 เมื่อเกิดความรู้สึกหมดหวังท้อแท้ข้าพเจ้าจะบอกกับตนเองว่าอดทนไว้แล้ว เวลาจะช่วยให้อารมณ์ดีขึ้น มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.93 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.267 รองลงมาข้อที่ 16 ข้าพเจ้าเชื่อว่าความเครียดและวิตกกังวลเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคร้ายต่าง ๆ ได้ง่าย มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.81 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.396 ส่วนที่ลดลงมี 4 ข้อ เช่น ข้อที่ 9 เมื่อเผชิญกับปัญหาที่คุกคามจิตใจข้าพเจ้าไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 1.81 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.681

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชาย เกี่ยวกับรูปแบบกิจกรรมในภาพรวมจำแนกเป็นรายด้าน

ข้อความ	ก่อน		หลัง		เพิ่มขึ้น/ ลดลง
	\bar{X}	SD.	\bar{X}	SD.	
ด้านที่ 1 การคิดอย่างมีวิจารณญาณ	3.30	0.49	4.55	0.35	เพิ่มขึ้น
ด้านที่ 2 ความเห็นใจผู้อื่น	3.20	0.38	4.27	0.33	เพิ่มขึ้น
ด้านที่ 3 การเห็นคุณค่าในตนเอง	2.94	0.34	3.78	0.32	เพิ่มขึ้น
ด้านที่ 4 ความรับผิดชอบต่อสังคม	3.21	0.36	4.56	0.32	เพิ่มขึ้น
ด้านที่ 5 การจัดการกับอารมณ์และ ความเครียด	2.77	0.38	4.36	0.33	เพิ่มขึ้น

จากตารางที่ 12 พบว่า ค่าเฉลี่ยของระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตในรูปแบบกิจกรรมต่างๆ ในภาพรวมมีระดับความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมเพิ่มขึ้นทั้ง 5 ด้าน เช่น ด้านที่ 4 ความรับผิดชอบต่อสังคมมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.56 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.32 รองลงมาด้านที่ 1 คือ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.55 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.35

ส่วนที่ 2 ผลการทดสอบ ก่อนและหลังการทดลอง (Pre-test, Post-test)

ผู้วิจัยได้ทำการประเมินความพึงพอใจของผู้ต้องขังชายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม จึงได้ทำการทดสอบรูปแบบการจัดกิจกรรม เพื่อพิจารณาประเมินผลสำเร็จ เพื่อนำผลการที่ได้เป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวทางอริยสัจสี่ โดยใช้ทดสอบแบบพาราเมตริก (Pre-Test and Post-Test) ในแต่ละด้าน ได้ผลการประเมินแยกตามหัวข้อได้ดังนี้

ตารางที่ 13 ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยระดับความคิด ความรู้สึของผู้ต้องขังชายก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม

การทดสอบ	n	\bar{X}	SD.	การทดสอบสถิติ		
				t	df	Sig.
<u>การคิดอย่างมีวิจารณญาณ</u>						
- ก่อน	28	3.30	0.492	8.847	27	0.00
- หลัง	28	4.55	0.345			
<u>ความเห็นใจผู้อื่น</u>						
- ก่อน	28	3.20	0.384	8.686	27	0.00
- หลัง	28	4.27	0.335			
<u>การเห็นคุณค่าในตนเอง</u>						
- ก่อน	28	2.93	0.340	7.803	27	0.00
- หลัง	28	3.78	0.316			
<u>ความรับผิดชอบต่อสังคม</u>						
- ก่อน	28	3.21	0.356	12.670	27	0.00
- หลัง	28	4.55	0.316			
<u>การจัดการกับอารมณ์และ</u>						
<u>ความเครียด</u>						
- ก่อน	28	2.76	0.384	13.117	27	0.00
- หลัง	28	4.36	0.328			

จากตารางที่ 13 วิเคราะห์ผลการทดสอบสมมติฐานผู้ต้องขังชายก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยใช้ t-test ปรากฏว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ 0.05 ทั้ง 5 ด้าน ดังนั้น ระดับความคิด ความรู้สึกของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ มีทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันในสังคมเพิ่มขึ้น ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม

ผลการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตาม แนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ โดยได้ใช้แบบสำรวจความพึงพอใจ หลังจากการจัดกิจกรรมแล้ว ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏ ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมของผู้ต้องขังชาย ด้านเนื้อหาสาระ/และ โครงสร้างของกิจกรรม

ความพึงพอใจ	\bar{X}	SD.	แปลผล
1. หัวข้อการอบรมมีความเหมาะสมกับรูปแบบที่จัด	4.21	0.63	มาก
2. วัตถุประสงค์ของกิจกรรมมีความชัดเจน	4.29	0.76	มาก
3. เนื้อหาของกิจกรรมแต่ละด้าน	4.07	0.60	มาก
4. วิทยากรมีความเหมาะสมในการอบรม	4.32	0.72	มาก
5. ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม	3.57	0.96	ปานกลาง
6. สถานที่ในการจัดกิจกรรม	3.11	0.96	ปานกลาง
7. สื่อ-อุปกรณ์ ที่ใช้ประกอบการบรรยาย	3.64	0.83	ปานกลาง
8. การประเมินผลในการจัดกิจกรรม	3.96	0.69	มาก
9. คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมกิจกรรม	3.64	0.68	ปานกลาง
10. การได้รับประสบการณ์ใหม่	4.54	0.74	มาก
รวม	3.94	0.76	มาก

จากตารางที่ 14 พบว่า ผู้ต้องขังชาย มีความพึงพอใจด้านเนื้อหาสาระ/และ โครงสร้างของ กิจกรรมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.94 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.76 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่ 10 คือ การได้รับประสบการณ์ใหม่มีระดับ ความพึงพอใจมาก โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.54 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.74 รองลงมาคือ ข้อที่ 4 คือ วิทยากรมีความเหมาะสมในการบรรยาย โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.32 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.72 ส่วนที่มีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลางมี 4 ข้อ คือ ข้อที่ 9 ข้อที่ 7 ข้อที่ 5 และข้อที่ 6 ตามลำดับ

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมของผู้ต้องขังชาย ด้านแผนการจัดกิจกรรมของทักษะชีวิต

ความพึงพอใจ	\bar{X}	SD.	แปลผล
1. กิจกรรมเรื่อง จริยธรรมพื้นฐานมนุษย์	4.14	0.59	มาก
2. กิจกรรม เรื่อง ความทรงจำของข้าพเจ้า	4.25	0.65	มาก
3. กิจกรรม เรื่อง จดหมายสื่อใจ	4.11	0.88	มาก
4. กิจกรรม เรื่อง หน้าที่พักเมืองที่ดี	4.25	0.58	มาก
5. กิจกรรม เรื่อง ผูกเชือกแก้ปมใจ	4.04	0.84	มาก
6. กิจกรรม เรื่อง การผ่อนคลายความเครียดด้วยคลื่นสมองต่ำ	4.39	0.78	มาก
7. กิจกรรม เรื่อง พลังชีวิตใหม่	4.25	0.75	มาก
8. กิจกรรม เรื่อง ชีวิตที่เลือกได้	4.32	0.67	มาก
รวม	4.22	0.72	มาก

จากตารางที่ 15 พบว่า ผู้ต้องขังชายมีความพึงพอใจในด้านแผนการจัดกิจกรรมของทักษะชีวิตในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.22 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.72 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทั้ง 8 ข้อ ซึ่งเริ่มจากข้อที่ 6 คือ กิจกรรมเรื่องการผ่อนคลายความเครียดด้วยคลื่นสมองต่ำ โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.39 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.78 รองลงมาข้อ 8 คือ กิจกรรมเรื่องชีวิตที่เลือกได้ โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.32 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.67 และข้อที่ 2 คือ กิจกรรมเรื่องความทรงจำของข้าพเจ้า โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.25 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.65

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมของผู้ต้องขังชาย ด้านกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการฝึกปฏิบัติ

ความพึงพอใจ	\bar{X}	SD.	แปลผล
1. การฝึกโยคะ / สมาธิ	4.21	0.68	มาก
2. การบริหารกายท่าเก้าอี้	3.96	0.92	มาก
3. การผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองต่ำ	4.28	0.71	มาก
4. การสร้างภาพพจน์ด้านบวก	4.28	0.59	มาก
รวม	4.18	0.73	มาก

จากตารางที่ 16 พบว่า ผู้ต้องขังชายมีความพึงพอใจในด้านกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการฝึกปฏิบัติ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.18 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.73 และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่า มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 4 ข้อ ซึ่งเริ่มจากข้อที่ 4 คือ การสร้างภาพพจน์ด้านบวก โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.28 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.59 รองลงมาข้อที่ 3 คือ การผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองต่ำ โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.28 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.71 และข้อที่ 1 คือ การฝึกโยคะ/สมาธิ โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.21 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.68

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมของผู้ต้องขังชาย ทั้ง 3 ด้าน

ความพึงพอใจ	\bar{X}	SD.	แปลผล
1. ด้านเนื้อหาสาระ และโครงสร้างของกิจกรรม	3.93	0.75	มาก
2. ด้านแผนการจัดกิจกรรมของทักษะชีวิต	4.22	0.71	มาก
3. ด้านกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการฝึกปฏิบัติ	4.18	0.73	มาก
รวม	4.11	0.73	มาก

จากตารางที่ 17 พบว่า ผู้ต้องขังชายมีความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมทั้ง 3 ด้าน ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.11 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.73 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านแล้ว พบว่า มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 3 ด้าน ซึ่งเริ่มจากด้านที่ 2 คือ ด้านแผนการจัดกิจกรรมของทักษะชีวิต โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.22 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.71 รองลงมาด้านที่ 3 คือ ด้านกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการฝึกปฏิบัติ โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 4.18 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.73 และด้านที่ 1

คือ ด้านเนื้อหาสาระ และโครงสร้างของกิจกรรม โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ 3.93 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เท่ากับ 0.75

ข้อเสนอแนะ

ผู้เข้ารับการอบรมในการจัดกิจกรรม ได้มีข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมที่ได้สรุปและให้ความเห็นควรปรับปรุงแก้ไขปรากฏดังตารางที่ 18 ต่อไปนี้

ตารางที่ 18 จำนวน ร้อยละ สิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข ของผู้เข้ารับการอบรม

อันดับ ที่	สิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไข	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	ระยะเวลาน้อยไป น่าจะมากกว่านี้ ในการทำกิจกรรมเวลา คือการ โน้มน้ำวจิตใจมนุษย์ได้เป็นอย่างดี ช่วยให้ผู้รับฝึชชอบมากขึ้น	15	68.20
2	สถานที่ไม่พอในการจัดกิจกรรม สถานที่คับแคบ สิ่งแวดล้อมไม่อำนวย ควรมีการปรับปรุงสถานที่	11	50.00
3	ขาดสื่อ และขาดอุปกรณ์การสอบ และใช้ประกอบการบรรยาย น่าจะหาสื่อให้ดูมากอีกหน่อย	10	45.50
4	ควรเพิ่มกิจกรรมให้มากขึ้น กิจกรรมคลายเครียด หา กิจกรรมเพิ่มทักษะ กิจกรรมพัฒนาการมากยิ่งขึ้น	6	27.30
5	ควรจัดสรรเวลาให้เหมาะสมในแต่ละกิจกรรม มีเพิ่มและลดเวลาลงได้	3	13.40
6	น่าจะให้แต่ละคนแสดงความรู้สึกมากกว่านี้	2	9.10
7	ผู้เข้าอบรมไม่ให้ความสนใจเท่าที่ควร	1	4.50
8	ควรมีคนเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่านี้	1	4.50
9	ควรมีวิิทยากรอื่น ๆ มาร่วมเป็นวิิทยากรน่าจะดี	1	4.50

จากตารางที่ 18 พบว่า ผู้ต้องขังชาย ที่ตอบคำถามข้อนี้มีจำนวน 22 คน ได้เสนอแนะสิ่งทีควรปรับปรุงแก้ไขไว้ เป็นอันดับที่ 1 คือระยะเวลาน้อยไป น่าจะมากกว่านี้ ในการทำกิจกรรมเวลา คือการ โน้มน้ำวจิตใจมนุษย์ได้เป็นอย่างดี ช่วยให้ผู้รับฝึชชอบมากขึ้นมีร้อยละ 68.20 อันดับที 2 คือสถานที่ไม่พอในการจัดกิจกรรม สถานที่คับแคบสิ่งแวดล้อมไม่อำนวย ควรมีการปรับปรุงสถานที่ มีร้อยละ 50.00 และอันดับที่ 3 คือขาดสื่อ และขาดอุปกรณ์การสอบ และใช้ประกอบการบรรยาย น่าจะหาสื่อให้ดูมากอีกหน่อย มีร้อยละ 45.50 ส่วนที่เหลืออยู่ในอันดับรองๆ ลงมา

ตารางที่ 19 จำนวน ร้อยละ สิ่งที่ผู้ต้องขังชายพอในใจในกิจกรรมเป็นพิเศษ

อันดับ ที่	ข้อความ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	การฝึกสมาธิ ทำให้มีสติในการใช้ชีวิตในสถานการณืคับขัน, ทำให้ร่างกายผ่อนคลาย, นำมาใช้ในชีวิตได้จริง มีเหตุผล ทำให้จิตใจสงบ สบายใจขึ้น	20	80.00
2	ได้ความรู้มาก พระอาจารย์แนะนำสิ่งที่ดี ๆ และให้ความรู้หลายอย่าง สอนให้เราทำได้หลายอย่าง การรับรู้สิ่งใหม่ ๆ เข้ามา รู้โทษของยาเสพติด รู้จักรับผิดชอบดีขึ้น	12	48.00
3	การจัดกิจกรรมกลุ่ม การฝึกกายบริหาร ช่วยกันคิดดี ได้ร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ เป็นกิจกรรมที่ดีมา	8	32.00
4	การที่ได้ทำงานกลุ่มและในงานทบทวนตัวเอง ทำให้มีความสามัคคี สนุกกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม	6	24.00
5	การเล่นโยคะ ทำให้ร่างกายพร้อมร่วมกิจกรรม ทำแกชิกิ	6	24.00
6	ได้รู้ถึงบุญบาป วัชรณะ รู้จักความอดทน รู้วิธีสู้สิ่งดีขึ้น	5	20.00
7	แก้เครียดและทำให้มีจิตใจดีขึ้น	5	20.00
8	เขียนระบายความรู้สึก การแนะนำตัวเองต่อเพื่อน ได้แสดงความคิดเห็น	4	16.00
9	กล้าแสดงออกด้วยการแสดงความรู้สึก	2	8.00
10	การทำคลื่นสมองต่ำ ช่วยให้ผ่อนคลายและระบายความเครียดได้ดีมาก	1	4.00
11	วิทยากรมีความเหมาะสมและเป็นกันเองกับผู้เข้าร่วมอบรม เป็นที่น่าเคารพ	1	4.00
12	การบริหารเวลาการอบรม	1	4.00
13	การที่พระอาจารย์เล่าเรื่องส่วนตัว	1	4.00

จากตารางที่ 19 พบว่า ผู้ต้องขังชาย ที่ตอบคำถามข้อนี้ มีจำนวนจำนวน 25 คน ได้เสนอแนะสิ่งทีผู้ต้องขังชายพอในใจในกิจกรรมเป็นพิเศษ เป็นอันดับที่ 1 คือ การฝึกสมาธิ ทำให้มีสติในการใช้ชีวิตในสถานการณืคับขัน, ทำให้ร่างกายผ่อนคลาย, นำมาใช้ในชีวิตได้จริง มีเหตุผล ทำให้จิตใจสงบ สบายใจขึ้น มีร้อยละ 80.00 อันดับที 2 คือ ได้ความรู้มาก พระอาจารย์แนะนำสิ่งที่ดีๆ และให้ความรู้หลายอย่าง สอนให้เราทำได้หลายอย่าง การรับรู้สิ่งใหม่ ๆ เข้ามา รู้โทษของยาเสพติด

รู้จักกับผิชอบดีขึ้น มีร้อยละ 48.00 และอันดับที่ 3 คือ การจัดกิจกรรมกลุ่ม การฝึกกายบริหาร ช่วยกันคิดได้ ร่วมกิจกรรมกับเพื่อนๆ เป็นกิจกรรมที่ดีมา มีร้อยละ 32.00 ส่วนที่เหลืออยู่ในอันดับรองๆ ลงมา

ตารางที่ 20 จำนวน ร้อยละ ข้อเสนอแนะอื่นๆ ของผู้เข้ารับการอบรม

อันดับ ที่	ข้อเสนอแนะอื่น ๆ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	อยากให้คนอื่นได้รับความรู้ดี ๆ นี้บ้าง รู้ถึงวิธีการใช้ரியัสส์และนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์, อยากให้มีกิจกรรมเช่นนี้อีก	4	44.40
2	ควรมาบ่อย จะมีค่ากับคนอื่นอีกมากมาควรจัดกิจกรรมเช่นนี้อีก	3	33.30
3	อยากให้พระอาจารย์ทำสื่อให้มากกว่านี้ เพราะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้แต่ละคนถือเป็นอุทาหรณ์ อยากให้มาพูดคุยเป็นระยะ ๆ	2	22.20
4	ผู้ต้องขังจะไม่ให้เครียดเป็นไปไม่ได้ กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญ สิ่งที่ผู้ต้องขังต้องการคือความอบอุ่น และอิสรภาพ แต่ก็คงจะมีสักวันหนึ่ง	2	22.20
5	สรุปในภาพรวมแล้วเป็นกิจกรรมที่ดี และมีประโยชน์มากต่อการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และฝึกการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพเป็นการอบรมที่สนุกมาก การอบรมในครั้งนี้ สามารถทำให้หลาย ๆ คนมีความสุข น่าจะมีหนังธรรมะมาฉายด้วย	2	22.20
6	อยากให้มีการนำคลิปวิดีโอเรื่องเกี่ยวกับธรรมะมาเสนอให้เยอะ ๆ และมีวิดีโอที่สนับประอบเนื้อหามากขึ้นเพื่อช่วยในการจำและเป็นอุทาหรณ์ได้เตือนใจ	2	22.20
7	อยากให้พวกผมได้แสดงความรู้สึกมากกว่านี้	1	11.10
8	สำหรับผู้ต้องขังไม่มีสิทธิเลือกอะไรมากนัก แต่สิ่งที่ต้องการคือ กำลังใจและอิสระแต่ก็คิดว่าคงมีสักวัน	1	11.10
9	สิ่งที่พระอาจารย์ได้มาอบรมให้ความรู้และเก็บข้อมูลอยู่นั้น รู้สึกดีมากๆ เลย อยากให้พระอาจารย์ได้มาพูดคุยและเข้ามาทำกิจกรรมอย่างนี้อีกด้วย	1	11.10

จากตารางที่ 20 พบว่า ผู้ต้องขังชายที่ตอบคำถามข้อนี้มีจำนวน 9 คน ได้เสนอแนะข้อเสนอแนะอื่นๆ ของผู้เข้ารับการอบรมที่ต้องแก้ไข เป็นอันดับที่ 1 คือ อยากให้คนอื่นได้รับความรู้ดีๆ นี้บ้าง รู้ถึงวิธีการใช้ร้อยยาสั่งและนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์, อยากให้มีกิจกรรมเช่นนี้อีก มีร้อยละ 44.40 อันดับที่ 2 คือ ควรมาบ่อย จะมีค่ากับคนอื่นอีกมากมายควรจัดกิจกรรมเช่นนี้อีก มีร้อยละ 33.30 และอันดับที่ 3 คือ อยากให้พระอาจารย์ทำสื่อให้มากกว่านี้ เพราะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้แต่ละคนถือเป็นอุทาหรณ์ อยากให้มาพูดคุยเป็นระยะๆ มีร้อยละ 22.20 ส่วนที่เหลืออยู่ในอันดับรองๆ ลงมา

ส่วนที่ 4 ผลการประเมินตนเองของผู้ต้องขังชาย

ผลการวิเคราะห์ห้วงพฤติกรรมในการประเมินตนเองเพื่อใช้ประกอบคู่มือ การจัดกิจกรรม การศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวร้อยยาสั่งเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ โดยให้ตอบแบบประเมินผลนี้ ภายหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏ ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 21 จำนวน ร้อยละ และค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตนจากการประเมินผลตนเองของผู้ต้องขังชาย

ประเด็น	ระดับการปฏิบัติ			แปลผล
	ทุกวัน	3-4 ครั้ง/ สัปดาห์	รวม	
1. การฝึกสมาธิ	20 (71.40)	8 (28.60)	28 (100.00)	มาก
2. การฝึกโยคะ	8 (28.60)	20 (71.40)	28 (100.00)	มาก
3. การบริหารกายท่าแกชิกิ	10 (35.70)	18 (64.30)	28 (100.00)	มาก
4. การผ่อนคลายโดยการทำคลื่นสมองให้ต่ำ	22 (78.60)	6 (21.40)	28 (100.00)	มาก
5. การพูดเชิงบวกกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม	17 (60.70)	11 (39.30)	28 (100.00)	มาก
6. การทบทวนเนื้อหากิจกรรมในคู่มือควบคู่กับ การเรียนรู้ตามแผนการจัดกิจกรรมแต่ละวัน	22 (78.60)	6 (21.40)	28 (100.00)	มาก
7. การปฏิบัติตามที่ได้รับมอบหมายจาก วิทยากรฝึกอบรม	27 (96.40)	1 (3.60)	28 (100.00)	มาก

จากตารางที่ 21 พบว่า ผู้ต้องขังชายได้ประเมินผลตนเองเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในข้อที่ 4 คือ การผ่อนคลายโดยการนำคลื่นสมองให้ต่ำ กับข้อที่ 6 คือ การทบทวนเนื้อหากิจกรรมในกลุ่มมีความควบคุมกับการเรียนรู้ตามแผนการจัดกิจกรรมแต่ละวันมีเท่ากัน คือ ปฏิบัติทุกวันมีร้อยละ 78.60 และที่ปฏิบัติมี 3 – 4 ครั้ง/สัปดาห์ มีร้อยละ 21.40 รองลงมาข้อที่ 1 คือ การฝึกสมาธิที่ปฏิบัติทุกวันมีร้อยละ 71.60 และที่ปฏิบัติมี 3 – 4 ครั้ง/สัปดาห์ มีร้อยละ 28.60 แต่เมื่อพิจารณาด้วยค่าเฉลี่ย (\bar{X}) แล้ว พบว่า ทั้ง 7 ข้อมีการปฏิบัติเป็นประจำทุกวันโดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ระหว่าง 3.9643 – 3.2857 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ระหว่าง 0.18898 – 0.49735

ตารางที่ 22 จำนวน ร้อยละ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการประเมินตนเองของผู้ต้องขังชาย

อันดับ ที่	การประเมิน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	ชอบและสนุก ได้ประโยชน์มาก สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ดี โดยเฉพาะการใช้อริยสัจสี่ ดีจริงๆ อยาก ให้มาอีกบ่อย ๆ ครั้ง, กิจกรรมที่ดีมากทำให้มีสติและสมาธิ ดีขึ้น, ผ่อนคลายอารมณ์ได้มากขึ้น	3	37.50
2	น่าจะมีสถานที่และเวลาที่ดีกว่านี้ เพราะห้องทำกิจกรรม เล็กไป	2	25.00
3	การฝึกต่างๆ ดี แต่พวกผมไม่มีวิธีฝึกโยคะและนำไปฝึกใน ภายหลังด้วย และนำสิ่งที่ดี ๆ มาให้ขอบคุณมาก, มีความ รับผิดชอบดีขึ้น	2	25.00
4	ควรมีกิจกรรมเช่นนี้อีก เพราะช่วยมอบความสุขแก่ผู้เข้า อบรมได้	2	25.00
5	ส่วนใหญ่เล่นกีฬา อ่านหนังสือ และพูดคุยกับเพื่อนเป็น ประจำอยู่แล้ว มาเข้าอบรมก็ทำให้มีความรู้และดีขึ้น	1	12.50
6	อาจมีบางสาเหตุทำให้จิตใจไม่แข็งแรงและยังใช้ไม่ได้ดี	1	12.50
7	ควรมีเวลาให้มากกว่านี้	1	12.50
8	การฝึกสมาธิ ทำให้จิตใจเราสงบได้มากจริง และการฝึก โยคะ ท่าแกชกิ ทำให้ผ่อนคลายกล้ามเนื้อและมีสุขภาพได้ ดีมาก	1	12.50

จากตารางที่ 22 พบว่า ผู้ต้องขังชาย ที่ตอบคำถามข้อนี้มีจำนวน 8 คน ได้เสนอแนะเกี่ยวกับการประเมินตนเอง เป็นอันดับที่ 1 คือ ชอบและสนุก ได้ประโยชน์มาก สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ดี โดยเฉพาะการใช้ोरิสัจสี่ ดีจริง ๆ อยากให้มาอีกบ่อย ๆ ครั้ง, กิจกรรมที่ดีมาก ทำให้มีสติและสมาธิดีขึ้น, ผ่อนคลายอารมณ์ได้มากขึ้น มีร้อยละ 37.50 อันดับที่ 2 คือน่าจะมี สถานที่และเวลาที่ดีกว่านี้ เพราะห้องทำกิจกรรมเล็กไป และ อันดับที่ 3 คือ การฝึกต่าง ๆ ดี แต่พวก ผมไม่มีวิธีฝึกโยคะและนำไปฝึกในภายหลังด้วย และนำสิ่งที่ดี ๆ มาให้ขอบคุณมาก, มีความ รับผิดชอบดีขึ้น มีเท่ากัน คือ ร้อยละ 25.50 ส่วนที่เหลืออยู่ในอันดับรองๆ ลงมา

ส่วนที่ 5 ผลการสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม

ผลการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ เจ้าหน้าที่เรือนจำ ในระหว่างการฝึกอบรมฯ จำนวน 8 คน เกี่ยวกับผลการจัดกิจกรรมการศึกษานอก ระบบโรงเรียนตามแนวोरิสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 23 จำนวน ร้อยละระดับการเรียนรู้ของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวोरิสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม

ระดับการเรียนรู้	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับการเรียนรู้มากที่สุด	1	12.50
ระดับการเรียนรู้มาก	5	62.50
ระดับการเรียนรู้ปานกลาง	2	25.00
ระดับการเรียนรู้น้อย	0	0.00
ระดับการเรียนรู้น้อยที่สุด	0	0.00
รวม	8	100.00

จากตารางที่ 23 พบว่า เจ้าหน้าที่เรือนจำ มีระดับการเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้คู่มือโดยการ เรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรม ตามแนวोरิสัจสี่ ในระดับมากร้อยละ 62.05 รองลงมาในระดับปานกลาง มีร้อยละ 25.00 ส่วนในระดับมากที่สุดมีร้อยละ 12.50

ตารางที่ 24 จำนวน ร้อยละความรู้สึกรู้สึกต่อการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่ฯ

ความรู้สึก	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. มีผลต่อการดำเนินชีวิตในภายหน้า เช่น คนรอบข้างยอมรับ เข้าสังคมได้ อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข	8	100.00
2. ไม่มีผลต่อการดำเนินชีวิต	0	0.00
รวม	8	100.00

จากตารางที่ 24 พบว่า เจ้าหน้าที่ที่เรียนจำทุกคนมีความรู้ต่อการจัดกิจกรรม มีผลต่อการดำเนินชีวิตในภายหน้าเช่น รอบข้างยอมรับ เข้าสังคมได้ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ร้อยละ 100.00 นอกจากนี้เจ้าหน้าที่เรียนจำยังได้ให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมคือ ต้องการให้จัดกิจกรรมอยู่เสมอ ทำให้รู้เป้าหมายของชีวิตและมีแรงจูงใจให้เปลี่ยนพฤติกรรมได้เป็นอย่างดี

ตารางที่ 25 จำนวน ร้อยละระดับการปฏิบัติตามคู่มือของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่ฯเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม

ระดับการปฏิบัติ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. ปฏิบัติเป็นประจำ (ทำทุกวัน)	2	25.00
2. ปฏิบัติบ่อยครั้ง (3 – 4 ครั้ง/สัปดาห์)	5	62.50
3. ปฏิบัติน้อยครั้ง (1 – 2 ครั้ง/สัปดาห์)	1	12.50
รวม	8	100.00

จากตารางที่ 25 พบว่า เจ้าหน้าที่ที่เรียนจำ กล่าวว่าผู้เข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบโดยปฏิบัติตามคู่มือนั้น มีการปฏิบัติบ่อยครั้ง (3-4 ครั้ง/สัปดาห์) ร้อยละ 62.50 รองลงมาปฏิบัติเป็นประจำ (ทำทุกวัน) ร้อยละ 25.00 ส่วนที่ปฏิบัติน้อยครั้ง (1-2 ครั้ง/สัปดาห์) นั้นมี ร้อยละ 12.50

ตารางที่ 26 จำนวน ร้อยละปัญหาที่เกิดจากการปฏิบัติตามกิจกรรมในคู่มือการเรียนรู้ด้วยตนเอง
ของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวริยส์จี่

ปัญหา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. ไม่พบปัญหา	5	62.50
2. พบปัญหา เช่น เวลา สถานที่ สภาพสิ่งแวดล้อม ชนเผ่า การศึกษา	3	37.50
รวม	8	100.00

จากตารางที่ 26 พบว่า เจ้าหน้าที่เรือนจำ ร้อยละ 62.50 กล่าวว่าไม่พบปัญหาใด ๆ ในการปฏิบัติตามกิจกรรมในคู่มือ ส่วนที่เหลือ (ร้อยละ 37.50) กล่าวว่าพบปัญหาได้แก่เวลา สถานที่ สภาพสิ่งแวดล้อม ชนเผ่า และการศึกษาเป็นต้น

ตารางที่ 27 จำนวน ร้อยละทักษะชีวิตที่มีความสำคัญที่สุดที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต
เมื่ออยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนวริยส์จี่

ทักษะชีวิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ	1	12.50
2. ความเห็นใจผู้อื่น	0	0.00
3. การเห็นคุณค่าในตนเอง	3	37.50
4. ความรับผิดชอบต่อสังคม	1	12.50
5. การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	3	37.50
รวม	8	100.00

จากตารางที่ 27 พบว่า เจ้าหน้าที่เรือนจำ กล่าวว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสำคัญมากที่สุด มี 2 คือ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง และด้านการจัดการกับอารมณ์ และความเครียด มีเท่ากัน คือร้อยละ 37.50 รองลงมาคือด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ กับด้านความรับผิดชอบต่อสังคมมีเท่ากัน คือร้อยละ 12.50

ตารางที่ 28 จำนวน ร้อยละข้อเสนอแนะของผู้เข้าร่วมการจัดรูปแบบกิจกรรมตามแนววิจัยสั่งสั่งฯ

ทักษะชีวิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. ไม่ต้องเปลี่ยนแปลงกิจกรรมในการจัด	6	75.00
2. ต้องการเพิ่มกิจกรรม	1	12.50
3. ต้องการตัดกิจกรรม	1	12.50
รวม	8	100.00

จากตารางที่ 28 พบว่า เจ้าหน้าที่เรือนจำ ร้อยละ 75.00 กล่าวว่าไม่ต้องเปลี่ยนแปลงกิจกรรมในการจัด ส่วนที่ให้เพิ่มกิจกรรม และตัดกิจกรรมมีเท่ากันคือร้อยละ 12.50 แต่มีได้ระบุว่า ควรเพิ่มหรือตัดกิจกรรมอะไร

ส่วนที่ 6 ผลการสังเกตพฤติกรรม

การสังเกตพฤติกรรมนี้ เป็นการสังเกตพฤติกรรมของผู้ป่วยที่เสพยาเสพติดที่อยู่ในชุมชนบำบัดของเรือนจำ ซึ่งใช้แบบบันทึกการสังเกตในระหว่างและสิ้นสุดการจัดกิจกรรมในแต่ละด้าน ผลการสังเกตได้แบ่งออกเป็น 5 ด้านด้วยกัน ดังต่อไปนี้

1. ทักษะชีวิต ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

1.1 ความสามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูล สำหรับผู้ได้รับการบำบัดฟื้นฟูในเรือนจำเมื่ออยู่ร่วมกันทำงานเป็นกลุ่ม มีการร่วมมือการทำงานกันเป็นอย่างดี เมื่อได้รับการมอบหมายงานจากวิทยากรจะมีการระดมความคิด ที่แตกต่างกันออกไปตามความเหมาะสม และประสบการณ์ทั้งที่เกิดขึ้นกับตนเอง และบุคคลรอบข้างที่มีอยู่ช่วยกันวิเคราะห์แยกแยะและแลกเปลี่ยนประสบการณ์และนำมาเรียบเรียงเขียนเป็นรายงานหรืองานตามที่ได้รับมอบหมายส่ง ซึ่งผลงานที่ได้มีการพิจารณาจากผู้สอน เห็นว่า การทำงานของกลุ่มในภาพรวมมีความสามัคคีกันดี และตั้งใจในการทำงาน และเนื้อหาของงานเขียนออกมาจากความรู้สึกนึกคิดภายใน และมีความชัดเจน มีเฉพาะส่วนน้อยที่ไม่ให้ความสนใจและยังไม่กล้าแสดงออกถึงความคิดเห็นของตนต่อกลุ่ม เพราะคิดว่าอาจไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มของตนเอง นอกจากนี้จากการสังเกตเป็นรายบุคคลซึ่งบางคนยังไม่สามารถแยกแยะปัญหาต่างๆ ได้ อย่างละเอียด แต่บางคนสามารถคิดวิเคราะห์ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี อีกประการหนึ่งจะมีอีก 2 ประเภท คือประเภทแรกพยายามคิดและแสดงความคิดเห็นอยู่ตลอดเวลา แต่อีกประเภทหนึ่งคือเงียบไม่เสนอความคิดเห็นใดๆ หรือมีศักยภาพในการคิดเท่าเดิมอยู่ แต่ก็มีการทำงานด้วยความสัมพันธ์ที่ดี

1.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา จากการสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม สมาชิกกลุ่มสามารถตัดสินใจ แก้ไขปัญหาในกลุ่มตนได้เป็นอย่างดี มีเหตุผล มีการปรึกษาหารือ ร่วมกันในการทำงาน และช่วยกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในกลุ่มได้รวดเร็ว ซึ่งถือว่ามี การแก้ไข ปัญหา เฉพาะหน้าและตัดสินใจในการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มได้ดีระดับหนึ่ง มีความคิดสร้างสรรค์มาก น้อยลงกันไป แต่มีบางกลุ่มที่มีการตัดสินใจยังไม่ค่อยมีประสิทธิภาพเท่าที่ควร เพราะยังลังเลใน ความคิดเห็นที่ถูกเสนอออกมา และยังมีส่วนน้อยที่ยังหลบปัญหาไม่รู้จักรตัดสินใจขั้นเด็ดขาด ใครในกลุ่มว่ายังไงก็ตามกันไป ไม่ออกความคิดเห็นเท่าที่ควร นอกจากนี้จากการสังเกตเป็น รายบุคคลบางคนก็คิดและตัดสินใจช้า และยังขาดความมั่นใจในตนเอง บางคนยังไม่กล้าตัดสินใจ แก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองยังคงสอบถามความคิดเห็นของคนอื่นเสมอ บางคนสามารถคิดและ ตัดสินใจได้รวดเร็วมีความคิดเป็นของตนเอง มีความมั่นใจและตั้งใจในการแก้ไขปัญหา แต่การ แก้ไขปัญหาทุกคนเสนอออกมาในแนวทางที่ดี และมีประโยชน์

1.3 การจัดลำดับความสำคัญในการคิดวิเคราะห์ สมาชิกแต่ละกลุ่ม ทุกคนสามารถ จัดลำดับความสำคัญได้ดี ให้รายละเอียดในความคิดอย่างมีเหตุผล แต่ยังไม่ครบถ้วนสมบูรณ์นัก ถ้า มีบุคคลในกลุ่มเสนอความคิดเห็นออกมาที่คิดวิเคราะห์ดีแล้ว ความคิดนั้นจะถูกคนส่วนรวมร่วมใจ กันให้นำเสนอความคิดเห็นนั้นโดยปริยาย เพราะส่วนใหญ่แล้วความการคิดวิเคราะห์จะมีส่วนน้อยที่ คิดวิเคราะห์อย่างแท้จริง ซึ่งเป็นความคิดเชิงเหตุผลมากกว่า แต่ผลสรุปที่ได้ถือว่าออกมาดี นอกจากนี้จากการสังเกตเป็นรายบุคคลในประเด็นนี้ ยังพบว่า ทุกคนมีความคิดวิเคราะห์ได้ดีระดับ หนึ่ง แต่ยังลำดับความสำคัญไม่ค่อยถูกต้อง บางคนยังมีความลังเลในความคิดของตนเอง บางคน ต้องได้รับการกระตุ้นจากบุคคลอื่นรอบข้างจึงค่อยเสนอความคิดเห็น ในภาพรวมของรายบุคคล นั้น พบว่า มีการคิดวิเคราะห์ร่วมกันทุกคน แต่เวลาในคิดนั้นอาจใช้เวลานาน เพราะต้องคิดอยู่นาน ทำให้มีผู้เสนอความคิดเชิงวิเคราะห์ออกมานั้นมีน้อย แต่อย่างไรก็ตามการคิดวิเคราะห์นั้นเป็นการ เจาะจงผู้ถามอย่างแท้จริง และภูมิใจต่อการคิดของแต่ละคน เมื่อเอาความคิดของแต่ละคนมา รวมกัน ได้ผลลัพธ์ที่ดีเยี่ยมกว่าการคิดโดยลำพังคนเดียว เพราะเป็นประสบการณ์ชีวิตของแต่ละคน โดยตรง

1.4 ความสามารถในการคิดนอกกรอบ ความหลากหลาย และกว้างขวาง พบว่า ความคิดของแต่ละกลุ่มนั้นมาจากต่างประสบการณ์ชีวิตของแต่ละบุคคล และมาจากต่างมุมมองของ แต่ละคนที่มีวิธีคิดที่แตกต่างกันออกไปตามองค์ความรู้ที่มีอยู่ในตัวบุคคล ซึ่งส่วนใหญ่พบว่าบาง กลุ่มคิดได้มุมเดียว จุดเดียวไม่ค่อยคิดในมุมที่กลับกันบ้าง แต่โดยภาพรวมของกลุ่มเป็นการนำ ประสบการณ์มาประยุกต์ใช้และให้เหตุผลที่ดี เพราะทุกคนมีประสบการณ์ชีวิตที่แตกต่างกัน ออกไปและนำเสนอมาส่งผ่านความคิดทำให้คิดได้หลากหลายในบางกลุ่มจากการรับรู้มาของบุคคล

ในแต่ละกลุ่ม นอกจากนี้จากการสังเกตในรายบุคคลในประเด็นการคิดนอกกรอบและหลากหลาย นั้น พบว่า บางคนมีความกระตือรือร้นน้อยในการคิด บางคนมีความรู้ที่น้อยทำให้วิธีคิดนั้นแคบตามไปด้วย เพราะมาจากเขาหรือมีการศึกษาอย่างไม่ค่อยสูงนักส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งมีส่วนน้อยที่จบ ปวส.และระดับปริญญาตรี ดังนั้นประสบการณ์จึงเป็นสิ่งสำคัญในการคิดของแต่ละคน และแต่ละกลุ่ม

1.5 การวิเคราะห์วิจารณ์อย่างมีเหตุในการทำกิจกรรมร่วมกัน พบว่า ในการทำงานกันเป็นกลุ่มนั้น ทุกคนระดมความคิดเห็นที่ดีร่วมกัน และมีการแลกเปลี่ยนทัศนะกันภายในกลุ่ม ทำให้การทำงานกันเป็นกลุ่มมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เพราะมาจากความรู้ที่หลวมรวมกันเป็นหนึ่งซึ่งเป็นประสบการณ์ชีวิตที่แท้จริงซึ่งทุกคนได้ประสบมาจากต่างที่ ต่างสถานการณ์ และสิ่งแวดล้อมที่หลากหลายมาก่อน และการร่วมกันทำกิจกรรมทำให้กลุ่มได้มีการระบายความรู้สึกลึกซึ้งคิด มุมมอง และแสดงความคิดเห็นของตนเองออกมา และเป็นการนำเหตุผลที่ได้จากทำงานกลุ่มมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตต่อไป นอกจากนี้การสังเกตเป็นรายบุคคล พบว่า ทุกคนมีเหตุผลส่วนตัว ซึ่งต่างคนก็ต่างความคิดมุมมองและสามารถให้เหตุผลในระดับความน่าเชื่อถือที่แตกต่างกัน และมีข้อขัดแย้งกันบ้างเล็กน้อย แต่เมื่อได้สนทนาพูดคุยกันในกลุ่มแล้วทำให้เข้าใจกันมากขึ้น และดำเนินกิจกรรมไปได้ในทิศทางที่ถูกต้อง โดยส่วนรวมแล้วทุกคนมีความสำคัญเท่าเทียมกัน และทุกคนสรุปและเห็นตรงกันว่า นี่คือการตอบที่ดีที่สุดในการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม

สรุปผลการสังเกตพฤติกรรมทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณที่สังเกตได้ชัด คือ การที่ผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำจากการสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมที่พบ ผู้ป่วยที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าคนอื่น ๆ ในกลุ่มจะมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ แยกแยะ และนำข้อมูลมาเรียบเรียงเขียนเป็นรายงานหรืองานตามที่ได้รับมอบหมายได้ดี เนื้อหาของงานเขียนเกิดจากความรู้สึกลึกซึ้งภายในของผู้ป่วยที่มีความชัดเจน มีการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี สามารถจัดลำดับความสำคัญโดยให้รายละเอียดในความคิดอย่างมีเหตุผล รวมถึงวิธีคิดที่แตกต่างกันออกไปตามองค์ความรู้ และระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน ดังนั้นจึงสังเกตได้ว่า ประสบการณ์และความรู้ของผู้ป่วยเป็นสิ่งสำคัญในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผลและมีประสิทธิภาพ

2. ทักษะชีวิต ด้านการเห็นใจผู้อื่น

2.1 การมีความเข้าใจ และรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น จากการสังเกตกลุ่ม พบว่า สมาชิกภายในกลุ่มมีการรับรู้ถึงความรู้สึก และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันดี แต่ยังไม่กล้าแสดงออกมากนัก และพร้อมแก้ไขปัญหาที่เผชิญอยู่ร่วมกัน แต่ในบางกลุ่มนั้นยังรับรู้ว่าจะแต่ละคนมีบุคลิกลักษณะ

นิสัยใจคอเป็นอย่างไรดีหรือไม่ดี การทำความเข้าใจและการเห็นใจกันในกลุ่มพบว่ายังมีน้อยอยู่ และเห็นว่าภายในกลุ่มให้ความสำคัญกับเรื่องนี้มาก เพียงแต่ยังแก้ปัญหาไม่ได้ในเรื่องนี้ เพราะทุกคนยังขาดการเห็นใจกันอยู่บ้าง ส่วนในรายบุคคลนั้น พบว่า ยังไม่ค่อยเห็นใจกันมากนัก ยังขาดการทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน เพราะว่าบางคนยังไม่รู้สึกถึงความรู้สึกของผู้อื่นเท่าที่ควร อาจมีบางคนของกลุ่มที่มีความเข้าใจและเห็นใจกัน เพราะถือความสำคัญของงานกลุ่มเป็นที่ตั้งจึงตั้งใจทำงานร่วมกัน จากการสังเกตบางคนยังไม่กล้าแสดงออกเท่าที่ควรยังคงกลัว ๆ อยู่อาจเป็นเพราะว่าความเป็นอยู่ของแต่ละคนมาจากต่างสถานภาพทางสังคมที่แตกต่างกัน และมีระดับการศึกษาที่ไม่เท่าเทียมกัน และส่วนหนึ่งของผู้เสพยาเสพติดมาจากชาวเขาทางเหนือ ซึ่งระดับการรับรู้ และความเข้าใจในสังคม รวมถึงระดับการศึกษาที่ไม่เท่าเทียมกันจึงเกิดช่องว่างในด้านนี้ไปบ้าง

2.2 การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ทั้งวัย การศึกษา ศาสนา การศึกษา เป็นต้น พบว่า ทางกลุ่มมีเหตุผลร่วมกัน และมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน มีความแตกต่างหลายด้านระหว่างกัน แต่ความต่างนั้นไม่สามารถทำให้ความสัมพันธ์ห่างเหิน ทุกคนให้ความเคารพและให้เกียรติซึ่งกันและกัน และมีความสัมพันธ์ในทางที่ดี รักใคร่ปรองดองกันเพราะคิดว่าทุกคนมาอยู่สถานที่เรือนจำนี้มีทั้งความทุกข์สุขร่วมชะตาเดียวกันจึงเห็นอกเห็นใจกัน รวมถึงรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นโดยไม่เอาความคิดเห็นของตนถ่ายเดี่ยวเป็นที่ตั้ง นอกจากนี้จากการสังเกตเป็นรายบุคคล แต่ละคนยังสัมพันธ์ภาพและไมตรีที่ดีต่อกัน ความแตกต่างหลายด้านในตัวบุคคลไม่ได้ทำลายความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน การเห็นใจผู้อื่นในลักษณะการเอาใจเขามาใส่ใจเรายังถือว่ามีความสำคัญและการให้เกียรติซึ่งกันและกันในรายบุคคลยังอยู่ในขั้นที่ดีมาก

2.3 การให้อภัยเมื่อเกิดข้อผิดพลาดและข้อขัดแย้งระหว่างทำกิจกรรม ซึ่งในประเด็นนี้พบว่า ยังมีบ้างส่วนมากแล้วข้อขัดแย้งในกลุ่มไม่ค่อยเกิดขึ้นมากนัก เพราะงานกลุ่มส่วนใหญ่ฟังเสียงข้างมากกว่าที่คิดและทำคนเดียวจนเกิดข้อขัดแย้งขึ้นมา งานกลุ่มมีลักษณะ 2 คนขึ้นไปและทำกิจกรรมอะไรมีการปรึกษากันทุกคน และทุกคนสามารถแสดงความคิดเห็นถึงแม้ความคิดเห็นนั้นแตกต่างกันหรือผิดพลาดอยู่บ้างตามแต่เหตุผลของบุคคล แต่ก็สามารถรับฟังได้กันได้ และอภัยซึ่งกันและกันเสมอภายในกลุ่ม จากการสังเกตเป็นรายบุคคล พบว่า ไม่ค่อยมีปัญหาเรื่องข้อผิดพลาดและข้อขัดแย้งอะไรมากนัก บางคนมีความสามารถมีความคิดที่ดี ส่วนใหญ่แล้วถ้าไม่แสดงความรู้ความสามารถทุกคนอยู่เฉยๆ ไม่มีข้อผิดพลาดข้อขัดแย้งใดๆ มากนักถึงแม้จะมีงานมากนั้นก็ไม่น่าจะมีอะไรขัดแย้งระหว่างกัน ถ้าไม่ทำกิจกรรมรายบุคคลก็จะนั่งคุยกันไป

2.4 การช่วยเหลือเพื่อน หรือให้คำปรึกษาแก่บุคคลและกลุ่ม พบว่า บางกลุ่มมีการช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาแก่บุคคลและกลุ่ม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันภายใน

การทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน มีการรับฟังปัญหาที่เกิดขึ้นและช่วยเหลือให้งานกลุ่มนั้นประสบความสำเร็จตามที่ได้รับมอบหมาย แต่ทั้งนี้จากการสังเกตยังพบว่า บางกลุ่มยังให้ความร่วมมือกันน้อยบ้าง เพราะเหตุว่าไม่ค่อยเป็นไปตามธรรมชาติหรือแบบฉบับของกลุ่ม เพราะในกลุ่มยังขาดคนที่มีความรู้และสมรรถนะในการทำงานเต็มตามศักยภาพ จึงไม่พบมีการเสนอแนวความคิดของแต่ละบุคคลออกมาในการปรึกษาเรื่องต่างๆ ของกลุ่ม ดังนั้นภาพรวมของกลุ่มอาจยังขาดการช่วยเหลือไปบ้างในเฉพาะบางกลุ่ม ส่วนรายบุคคลนั้น พบว่า ภาพรวมยังไม่ประสบความสำเร็จในการช่วยเหลือหรือให้คำปรึกษาเนื่องจากประสิทธิภาพและคุณภาพของบุคคลยังไม่พร้อมที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้อื่นหรือกลุ่ม เพราะบางคนก็ช่วยเต็มที่ บางคนยังขาดความสนใจในงานนั้น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย แต่ทั้งนี้ทุกคนให้ความร่วมมือช่วยเหลือกันเป็นอย่างดี ในบางกลุ่มที่ผู้นำกลุ่มให้ความสำคัญกับงานกลุ่ม และถูกกระตุ้นกำชับจากผู้นำกลุ่ม

2.5 การเปิดใจยอมรับผู้ร่วมกิจกรรมเข้ามาเป็นกัลยาณมิตรระหว่างทำกิจกรรม พบว่า ส่วนใหญ่ของกลุ่มมีการเปิดใจกว้างในการคบมิตรใหม่อยู่แล้ว จึงทำให้ทุกอย่างเป็นไปได้ในทางสร้างสรรค์และบรรยากาศเป็นกัลยาณมิตร และเกิดความสามัคคีในกลุ่มเมื่อเกิดพลังกลุ่มในการขับเคลื่อนในเรื่องของการทำกิจกรรมร่วมกันในกลุ่ม และในภาพรวมของกลุ่มถือว่ามีความสนใจและเปิดใจผู้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างเต็มที่ของกิจกรรมอย่างแท้จริง และคิดเห็นชอบไปด้วยอีกทั้งยังพร้อมเสนอแนะ และเป็นกัลยาณมิตรที่ดีงามต่อกัน ส่วนในรายบุคคลนั้น พบว่า แต่ละคนสนใจและยอมรับกับผู้ร่วมกิจกรรม บางคนก็สนใจมาก บางคนก็สนใจน้อยแตกต่างกันออกไปตามสัมพันธภาพส่วนตัวของแต่ละคน แต่ภาพรวมถือว่าเป็นกัลยาณมิตรที่ดีแก่กันมาก แต่ทั้งนี้ในการสังเกตและสัมภาษณ์เพิ่มเติมในรายบุคคลให้ความเห็นว่า เป็นเรื่องที่ทำได้ยากเหมือนกัน เพราะทุกคนที่มาอยู่ ณ จุดนี้ ต่างก็ไม่ค่อยเปิดใจเท่าที่ควร เพราะความกลัว บางคนไม่ยอมทำให้ประวัติตนเองซ้ำรอยเดิมอีก มีความระมัดระวังในการคบเพื่อนมากขึ้น และให้ความเห็นเพิ่มว่า การคบใครดี ๆ สักคนในส่วนตัวนั้นต้องใช้เวลาในการศึกษาดูใจกันอีกนาน เพราะสถานที่ไม่เอื้อต่อการคบเพื่อนเท่าใดนัก ต้องใจเย็น และมีสติในการคบเพื่อนจริงๆ

สรุปผลการสังเกตพฤติกรรมทักษะชีวิตด้านการเห็นใจผู้อื่นที่สังเกตได้ชัด คือ การที่ผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำจากการสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวม ที่พบสมาชิกในกลุ่มมีความเห็นใจรับรู้ถึงความรู้สึกที่ดีต่อกัน และร่วมกันแก้ไขปัญหาที่เผชิญร่วมกันในระหว่างทำกิจกรรม ผู้ป่วยยอมรับความแตกต่างกันได้ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน แม้มีความแตกต่างกันในหลาย ๆ ด้านแต่ก็ไม่ใช่อะไรที่ช่องว่างซึ่งอาจเป็นเพราะมาร่วมชีวิตและร่วมชะตาเดียวกันจึงมีความเห็นอกเห็นใจกันเป็นพิเศษ

3. ทักษะชีวิต ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง

3.1 ความรู้สึกภูมิใจในสิ่งที่ตนเองทำ จากการสังเกตในการทำงานกลุ่ม พบว่า ในการทำงานกลุ่มทุกคนมีความคิดเห็นและมีความภูมิใจในตนเองในการทำงานที่หลากหลาย มีความรู้สึกดีที่ตนเองมีคุณค่า และทุกคนเห็นคุณค่าในการนำเสนอความคิด จนทำให้เกิดกิจกรรมที่เป็นงานกลุ่มออกมาดีและมีคุณค่าต่อการนำเสนอ ให้เพื่อน ๆ ได้รับฟังและคิดตาม ซึ่งนำไปสู่ความภาคภูมิใจในงานกลุ่มของตนเองในที่สุด ส่วนรายบุคคลนั้น พบว่า งานของแต่ละบุคคลที่ได้รับมอบหมายให้ทำนั้นออกมาดีมาก ทุกคนมีความภาคภูมิใจในเรื่องราวที่ตัวเองประสบมากับชีวิตจริง และได้นำประสบการณ์จริงของชีวิตนี้มาแลกเปลี่ยนกับบุคคลอื่นเพื่อสะท้อนให้เห็นความผิดพลาดหรือข้อบกพร่องใดๆ อันนำไปปรับปรุงแก้ไขในชีวิตของโอกาสต่อไปเมื่อออกสู่สังคมภายนอกเรือนจำแห่งนี้ และมีโอกาสได้เรียนรู้กิจกรรมร่วมกันในเชิงสร้างสรรค์ซึ่งเป็นเรื่องที่ได้ยาก เพราะข้อจำกัดหลายอย่างในสถานที่ และสถานภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน

3.2 ความสามารถเป็นที่พึ่งของเพื่อนๆ ในกลุ่มในการร่วมทำกิจกรรม จากการสังเกตพบว่า ทุกคนในกลุ่มเป็นที่พึ่งให้กันและกันได้ สามารถทำหน้าที่แทนกันได้ในกรณีที่อีกฝ่ายติดธุระหรือภารกิจอื่น เช่น การมาเยี่ยมของญาติ การเข้าโบสถ์ของคณนบถือศาสนาอื่น การเจ็บป่วยในบ้างครั้งสามารถทราบโดยทั่วกันและทำหน้าที่แทนให้กันในกลุ่ม เพราะกิจกรรมกลุ่มนั้นทุกคนมีส่วนร่วมอย่างเท่าเทียมกันและมีความร่วมมือกันดีมาก แม้ในบ้างครั้งมีข้อผิดพลาดบ้างแต่นำข้อผิดพลาดนั้นมาใช้ในทางกลับกันทำให้งานออกมาดีเกินความคาดหมาย ส่วนในรายบุคคลนั้นเป็นที่พึ่งให้กัน ได้น้อยเพราะศักยภาพแต่ละคนไม่เหมือนกัน เพราะมาจากต่างสถานภาพ ต่างความรู้ การศึกษา และความรู้สึกนึกคิด แต่เมื่อรวมความคิดกันเป็นกลุ่มมีพลังในการพึ่งพาได้มากกว่า

3.3 การเห็นคุณค่าของบุคคลอื่นมากกว่าสนใจในฐานะตำแหน่งหรืออื่น ๆ จากการสังเกตกลุ่มพบว่า ทุกคนยังเห็นคุณค่า และให้เกียรติซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี ทุกคนเห็นคุณค่าตนเองและพยายามทำงานที่ได้รับมอบหมายเต็มความสามารถ นอกจากนี้การมีสิทธิเท่าเทียมกันในฐานะที่อยู่ร่วมกันตามสถานภาพปัจจุบันทุกคนจึงเห็นใจกันเป็นพิเศษ และมีความรักใคร่ไม่แบ่งชั้นวรรณะหรือสนใจที่ฐานะมากกว่ารูปร่างหรือตำแหน่งอื่นใดมาก่อน ส่วนการสังเกตรายบุคคลนั้นพบว่า ในบางรายสนใจความคิดเห็นของตนเองเป็นหลัก เพราะอยากเสนอความภูมิใจในตนเองต่อผู้อื่น จึงอาจลืมความสำคัญของผู้อื่นไปบ้าง ซึ่งในกรณีนี้ ผู้นำกลุ่มได้คอยกำชับในเรื่องนี้ตามเหตุสมควร

3.4 การนำศักยภาพหรือความสามารถของตนเองในการแสดงออกอย่างเหมาะสม จากการสังเกตในประเด็นนี้ พบว่า ทุกคนที่อยู่ในกลุ่มมีความสามารถของแต่ละคนแตกต่างกันออกไป

และได้นำมาใช้กับกิจกรรมที่ได้รับและแสดงออกอย่างเหมาะสม กลุ่มบางกลุ่มมีการกล้าแสดงออกเป็นอย่างดี และจากการสังเกตการณ์รายงานของกลุ่มหน้าห้องเรียนนั้นทุกกลุ่มให้ความสนใจเป็นพิเศษ และทำหน้าที่ของกลุ่มได้ดีเป็นพิเศษมีความใส่ใจต่อสิ่งที่ได้เรียนรู้อย่างตั้งใจ แต่ทั้งนี้ก็มีบางกลุ่มที่มีความขัดแย้งทางความคิดเห็นกันบ้าง เพราะนำเอาความคิดของตนเองเป็นที่ตั้งแต่ไม่ใช่ปัญหาใหญ่นัก เพราะในที่สุดพลังกลุ่มมีผลมากกว่าพลังของบุคคล ส่วนการสังเกตรายบุคคลนั้นพบว่า ในบางคนมีทักษะของความเป็นผู้นำและมีความรับผิดชอบต่อกิจกรรมเป็นอย่างดียังสามารถบรรยายและนำเสนอเรื่องราวความคิดเห็นของตนเองได้เป็นอย่างดี แต่บางครั้งการแสดงออกมีขัดแย้งต่อบุคคลในกลุ่มบ้าง และบางรายยังไม่ค่อยแสดงความสามารถหรือความคิดเห็นที่ดีต่อกลุ่มเท่าที่ควร อย่างไรก็ตามเมื่อผนวกความเห็นเหล่านั้นเข้าด้วยกันเป็นความคิดที่มีเอกภาพหนึ่งเดียวเป็นงานที่ทุกคนได้ร่วมกันทำ และเกิดความภูมิใจเช่นเดียวกัน

3.5 ความตั้งใจทำกิจกรรม และพัฒนาตนเองให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามเป้าหมายที่วางไว้ในประเด็นนี้ พบว่า กลุ่มทุกกลุ่มมีความตั้งใจทำกิจกรรมอย่างเต็มความสามารถตามแผนหรือเป้าหมายจุดประสงค์ที่กำหนดไว้ เพราะทุกคนร่วมกันปฏิบัติการกิจด้วยความตั้งใจสามัคคีและกล้าแสดงออก รวมถึงการระดมสมองในการคิดอย่างมีจุดหมาย สังเกตได้จากการนำเสนอและการบันทึกภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ทุกกลุ่มทำงานอย่างมีจุดหมายตามที่วิทยากรคือผู้สอนแนะนำไว้ทุกประการ ส่วนการสังเกตเป็นรายบุคคลนั้น พบว่า ยังมีส่วนน้อยยังไม่ค่อยให้ความสำคัญกับเป้าหมายของการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม บางรายไม่ค่อยตั้งใจทำงาน หรือพัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพนัก นอกจากนี้ยังมีชาวเขาสองรายไม่สามารถอ่านออกเขียนได้ แต่มีความพยายามและสนใจในการพัฒนาตน และเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ ในกลุ่มด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน

3.6 การเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี อารมณ์ยิ้มแย้มแจ่มใส จากการสังเกตกลุ่ม พบว่า ในเวลาทำงานทุกคนยิ้มแย้ม ร่าเริงแจ่มใส และพูดคุยอย่างสนุกสนานเป็นกันเองภายในกลุ่ม และมีความสุขในการทำงานถึงแม้อยู่ในสถานการณ์ตึงเครียด ส่วนการสังเกตรายบุคคลนั้นมีลักษณะเช่นเดียวกัน คือพบว่า ทุกคนมีบุคลิกภาพดี อารมณ์ดี สีหน้าไม่เครียดสนใจและใส่ใจกับการทำงานอย่างสนุกสนานและร่าเริง ทั้งนี้เป็นเพราะว่าการดำเนินกิจกรรมนั้นมีกิจกรรมหลากหลายทั้งเนื้อหาสาระและความบันเทิง รวมถึงกิจกรรมการเล่นโยคะ การฝึกสมาธิ และการทำบรรยากาศให้ทุกคนอยู่ในคลื่นสมองต่ำอยู่เสมอมีความพร้อมที่ในการเรียนรู้โดยไม่เคร่งเครียด

3.7 การสร้างภาพพจน์ด้านบวกให้กับตนเอง จากการสังเกต พบว่า มีการสร้างภาพลักษณ์หรือภาพพจน์ตนเองในด้านบวกเสมอ กล่าวคือ มีทัศนคติที่ดีต่อกลุ่ม และต่อตนเอง รวมถึงเพื่อน ๆ ในการทำกิจกรรมร่วมกัน ไม่พ่วงโทษต่อผู้อื่นใส่ใจในความรู้สึกของกลุ่มภาพพจน์

ของกลุ่มจึงออกมาในลักษณะที่ตีเฆงเช่นเดียวกับบุคคลทั่วไปที่ไม่ติดยาเสพติด เพราะว่าถ้าไม่บอกว่าเป็นกลุ่มชุมชนบำบัดไม่สามารถรู้ได้ว่าเป็นกลุ่มนี้ ส่วนการสังเกตเป็นรายบุคคลนั้น พบว่า บางรายนั้นเป็นผู้ที่มีความน่ารักในตนเอง และช่วยเหลือกลุ่มในการแสดงออกถึงความคิดเห็นต่าง ๆ ได้ อดี บางคนมีความเข้าใจในการทำงานแต่ทุกคนช่วยกันซึ่งทำให้ภาพที่เห็นมีความผูกพันกันในลักษณะครอบครัวเดียวกัน บางคนมีเอกลักษณ์เป็นของตัวเองแม้ดูแข็งกระด้างไปบ้าง แต่มีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน บางคนไม่ยอมให้ใครมาตำหนิและมองตนเองในด้านลบ ดังนั้นกิจกรรมที่วิทยากรเสริมระหว่างการค้าเนินกิจกรรม คือ จะให้ทุกคนเห็นคุณค่าตนเองโดยการสร้างภาพพจน์ด้านบวกให้กับทุกคน เช่น การกล่าวชมกันคนละประโยคในแต่ละวัน การยิ้ม การสัมผัสต้องตัวกัน และการทักทายสวัสดิ เป็นต้น จากการสังเกตและสัมภาษณ์ผู้คุมเรือนจำ ยังพบว่า การเข้ามาอยู่ในชุมชนบำบัดนี้ทุกคนเป็นเหมือนครอบครัวใหญ่ที่มาจากต่างสถานที่ และต่างความรู้สึกนึกคิด ดังนั้นจึงสร้างปรัชญาคำขวัญให้ทุกคนรักกัน เสมือนญาติพี่น้องร่วมสายโลหิตเดียวกัน ไม่เลือกชั้นวรรณะ แต่ทุกคนเสมอภาคเท่าเทียมกันทั้งความรู้สึกนึกคิด และความภาคภูมิใจในตนเองที่ได้ร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ เมื่ออยู่ในเรือนจำแห่งนี้

สรุปผลการสังเกตพฤติกรรมทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตนเองที่สังเกตได้ชัด คือ การที่ผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำจากการสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมที่พบ การทำกิจกรรมกลุ่มทุกคนมีความภูมิใจในตนเอง ซึ่งสังเกตได้จากการสังเกตสีหน้า ท่าทาง และการแสดงออกทุกคนเห็นคุณค่าตนเองในการนำเสนอความคิด ทำให้งานออกมามีคุณค่าต่อการนำเสนอด้วย ทุกคนช่วยเหลือกันและกันรวมถึงทำหน้าที่แทนกันได้ในกรณีเพื่อนไม่อยู่เช่น การมาเยี่ยมของญาติสมาชิกที่เหลือของกลุ่มจะช่วยเหลือกันต่อไปจนงานเสร็จสิ้นตามกำหนด และที่สังเกตได้ชัดอีกประการหนึ่งก็คือการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม มีการใส่ใจต่อสิ่งที่ได้รับการเรียนรู้อย่างตั้งใจจนเห็นได้ชัดเจน รวมถึงมีบุคลิกภาพและอารมณ์ยิ้มแย้มแจ่มใส ไม่เครียด สนทนากันภายในกลุ่มอย่างสนุกสนานและเป็นกันเอง

4. ทักษะชีวิต ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม

4.1 ความรับผิดชอบต่อกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย จากการสังเกตในประเด็นนี้ พบว่า กิจกรรมกลุ่มที่ได้รับมอบหมายให้ทำนั้น กลุ่มมีการรับผิดชอบดีต่อการทำกิจกรรม และทุกคนให้ความร่วมมือกันอยู่ในขั้นดีมาก บางกลุ่มมีการระดมหรือร่วมกันเขียนและแสดงความคิดเห็นอย่างขะมักเขม้น บางกลุ่มอยู่ในระดับพอใช้แต่อยู่ในเกณฑ์ดี ในบางกลุ่มให้ความเห็นว่ามีเฉพาะไม่กี่คนที่รับผิดชอบอย่างตั้งใจที่เหลือนั่งอยู่เฉยแต่ไม่ได้มีความขัดแย้งใด ๆ ภายในกลุ่ม ส่วนในรายบุคคลนั้นถือว่าอยู่ในเกณฑ์ดี เพราะส่วนใหญ่มีการช่วยเหลือกันและทุกคนมีส่วนร่วมรับผิดชอบร่วมกัน แม้ในบางรายเขียนหนังสือไม่ได้และอ่านไม่ออกแต่ก็เข้าใจในเนื้อหาของกิจกรรมและร่วม

แสดงความเห็นตลอดเวลาระหว่างทำกิจกรรมร่วมกัน แต่ที่สังเกตมีเพียงส่วนน้อยที่ขาดความรับผิดชอบไปบ้าง และขาดการแสดงออกในกิจกรรม

4.2 การให้ความร่วมมือกับวิทยากรหรือผู้สอนให้ความรู้ พบว่า ในการให้ความร่วมมือกับวิทยากรหรือผู้สอนนั้น ในภาพรวมของกลุ่มอยู่ในเกณฑ์ดี เพราะทุกคนมีความตั้งใจในการฟัง และแสดงออกทางสีหน้า ทำท่าทางอย่างจริงจัง แจ่มใส และการแสดงออกโดยการตอบคำถามทุกครั้งเมื่อวิทยากรดำเนินการให้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ตลอดถึงทำตามคำแนะนำของวิทยากรบอกหรือแนะนำให้ทำงานในกลุ่ม ส่วนรายบุคคลนั้น พบว่า อยู่ในระดับที่ดีเช่นเดียวกัน เพราะจากการสังเกตจากวิทยากรช่วงดำเนินกิจกรรมฝึกทักษะโดยให้ทำสมาธิ ฝึกโยคะ และอยู่ในอิริยาบถในท่านอนตายช่วงการทำกิจกรรมในการสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายหรือการทำคลื่นสมองให้คำทุกคนตั้งใจ และเต็มใจทำเป็นอย่างดียิ่ง และทำด้วยความจริงจังสนุกสนานไม่เคร่งเครียด

4.3 ความตั้งใจในการเรียนรู้ ทำกิจกรรม และการสนใจค้นคว้าเพิ่มเติม ในประเด็นนี้จากการสังเกตและทำความเข้าใจภาพรวม พบว่า พฤติกรรมในการแสดงออกทุกคนมีความตั้งใจกลุ่มตั้งใจทำกิจกรรมตามที่ได้รับมอบหมาย และเสร็จสิ้นตามกำหนดในระยะเวลาที่กำหนดให้เสมอ บางกลุ่มสังเกตดูมีการหันศีรษะเข้าหากันและนอนราบกับพื้น และพบได้ทั้งในท่านั่งและในท่านอน โดยหันหน้าเข้าหากันเป็นลักษณะวงกลมในการทำกิจกรรมร่วมกัน ในกลุ่มมีเลขากลุ่มทำหน้าที่เขียนส่วนที่เหลือช่วยกันระดมความคิดความเห็น และค้นคว้าเพิ่มเติมตามที่ได้รับมอบหมายในห้องสมุดของเรือนจำเพื่อให้งานออกมาดี ส่วนการสังเกตรายบุคคล พบว่า ส่วนใหญ่มีความทุ่มเทให้กับงานในกิจกรรม ค้นคว้าเพิ่มเติมและนำประสบการณ์ที่มีอยู่มาประยุกต์ใช้ในบทเรียน แต่มีเฉพาะบางคนในบางกลุ่มเท่านั้นที่ขาดความสนใจเป็นบางเวลาหรือตั้งใจน้อย แต่ไม่ได้เสียหายต่อภาพรวมของงานกลุ่ม

4.4 การมีความรู้ลึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และร่วมมือในการปัญหา จากการสังเกตในประเด็นนี้ พบว่า ภาพรวมของกลุ่มทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการทำงานกลุ่มทุกขั้นตอน และแบ่งหน้าที่กันทำอย่างมีความตั้งใจ และรู้สึกถึงความภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มในการแสดงความคิดเห็นร่วมกันในการทำกิจกรรมต่าง ๆ แต่ในการร่วมมือกันแก้ไขจัดการกับปัญหา พบว่า ยังขาดทักษะการจัดการกับปัญหาของกลุ่มเท่าที่ควร เนื่องด้วยว่าสมาชิกกลุ่มในบางกลุ่มยังขาดความร่วมมืออย่างจริงจังในการจัดการกับปัญหา ส่วนการสังเกตรายบุคคลนั้น พบว่า ส่วนใหญ่ยังให้ความร่วมมือกับกลุ่มดี และแบ่งหน้าที่กันทำรวมถึงมีส่วนร่วมในการจัดการกับปัญหาของกลุ่มที่เกิดขึ้น ในบางคนที่เป็นชาวเขา ยังขาดการกล้าแสดงออก และเป็นคนขี้อาย แต่เมื่อได้ทำกิจกรรมต่างๆ แล้วมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น

4.5 การมีจิตอาสาช่วยแก้ไขปัญหา และทำงานอย่างกระตือรือร้น จากการสังเกตพบว่า ทุกคนในกลุ่มเป็นคนมีจิตใจดี และช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม และทำงานอย่างตั้งใจมีความกระตือรือร้นเพื่อทำงานภายในกลุ่มให้เสร็จทันเวลาตามที่ได้รับมอบหมาย แต่บางกลุ่มในเรื่องนี้ถือว่าอยู่ในระดับพอใช้ขึ้นอยู่กับสมาชิกในกลุ่มมีผู้นำกลุ่มที่มีความตั้งใจจริง และได้สมาชิกที่ติชมร่วมกันทำงานเป็นทีม สำหรับรายบุคคลนั้น พบว่า บางคนมีจิตใจงดงามช่วยเหลือเพื่อน ๆ และช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหอย่างเต็มที่ แต่ในบางคนยังมีจิตอาสาในด้านนี้ในระดับน้อย เท่าที่สังเกตในบางคนยังอยู่ในอาการซึมๆ อยู่อาจเป็นเพราะในบางรายอยู่ในช่วงบำบัดฟื้นฟูทั้งทางสภาพร่างกาย และจิตใจจึงส่งผลกระทบต่อการทำงานเป็นกลุ่มและรายบุคคลไปบ้าง แต่โดยภาพรวมไม่พบปัญหาอะไรมากนัก เพราะได้ทำกิจกรรมร่วมกันทั้งที่เป็นงานกลุ่ม และงานรายบุคคลเมื่อกำหนดให้ส่งงานทุกคนสามารถส่งงานได้ครบตามที่กำหนด และมีความเต็มใจในการทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างตั้งใจ และไม่มีข้อขัดแย้งแต่ประการใดเลย

สรุปผลการสังเกตพฤติกรรมทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมที่สังเกตได้ชัด คือ การที่ผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำจากการสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมที่พบ สมาชิกในกลุ่มมีความรับผิดชอบต่อกิจกรรมเป็นอย่างดี และทุกคนให้ความร่วมมือ แสดงความคิดเห็นเป็นพลังกลุ่มที่ส่งผลให้งานประสบความสำเร็จตามที่กำหนด สมาชิกในชุมชนบำบัดที่สังเกตเห็นได้ชัดอีกประการหนึ่งก็คือ การให้ความร่วมมือกับวิทยากร และการตั้งใจทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างตั้งใจไม่คัดค้านและแสดงการเบื่อกัน แต่ทำกิจกรรมอย่างมีความสุขและอารมณ์สดใสเบิกบาน โดยเฉพาะการตอบคำถามและสนทนากับวิทยากรจะมุ่งประเด็นอย่างสนใจและใส่ใจ เมื่อมีกิจกรรมสังเกตเห็นชัดเจนว่าทุกคนจะระดมกันคิดในอิริยาบถต่าง ๆ เช่น นั่งล้อมวงกันเป็นวงกลม แม้บางครั้งจะนอนกั้นนอนทำกิจกรรมโดยหันหน้าเข้ากลุ่มปรึกษากันหรือกับเพื่อน ๆ ในการทำกิจกรรม ซึ่งทำให้รู้สึกได้ว่าสมาชิกทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และร่วมกิจกรรมกลุ่มทุกขั้นตอนจนเสร็จสิ้นการเรียนรู้กิจกรรมตามแผนการสอน

5. ทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

5.1 การควบคุมอารมณ์ของตนเอง เมื่อเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น จากสังเกต พบว่า มีการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเห็นได้ชัด ซึ่งสามารถสังเกตกลุ่มได้ 2 อารมณ์ อารมณ์แรกคือ อารมณ์ที่หงุดหงิดเมื่องานไม่เป็นไปตามความคาดหวังส่งผลกระทบต่ออารมณ์และในงานที่ทำ ส่วนอารมณ์ที่สองคือ อารมณ์ทำท่ายเพราะต้องการทำกิจกรรมนั้นให้ได้ตามที่ต้องการ จึงแสดงออกทางอารมณ์หลาย ๆ ด้าน แต่ทั้งนี้ทุกคนในกลุ่มมีการควบคุมอารมณ์ได้ดี การทำงานร่วมกันงานในแต่ละวันตามที่มอบหมายจึงออกมาเรียบร้อยไม่ส่งผลเสียหาย จากการสังเกตไม่ปรากฏว่ามีการทะเลาะเบาะแว้งกันเลยแม้แต่น้อยเพียงขัดแย้งทางความคิดกันบ้าง แต่ทุกคนในกลุ่มสามารถควบคุม

อารมณ์และแก้ไขปัญหาเหล่านั้นผ่านพ้นไปด้วยความเรียบร้อย ส่วนรายบุคคลเช่นเดียวกันระดับการควบคุมอารมณ์อยู่ในขั้นดีมาก สังเกตทุกคนอยู่ในอาการสงบและช่วยเหลือกันทำงานในกลุ่มอย่างตั้งใจและไม่เคร่งเครียด กระบวนการจัดกิจกรรมเสริมโดยเฉพาะการฝึกโยคะ สมาธิ และการผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองต่ำเป็นสิ่งที่ทุกคนตั้งใจทำ และส่งผลต่อจิตใจให้ทุกคนอยู่ในอาการสงบและจิตใจเยือกเย็นลงตามลำดับการฝึกที่ต่อเนื่องกันไปในแต่ละวัน

5.2 ความอดทนอดกลั้น เมื่อมีสิ่งยั่วยุทางอารมณ์ให้เกิดความโกรธ ในประเด็นนี้สังเกต พบว่า ในระดับความอดทนของกลุ่มอยู่ในขั้นดีเยี่ยม จากการสังเกตไม่พบว่าบุคคลในกลุ่มมีการโกรธเคืองกันแต่ประการใด แม้จะมีสิ่งยั่วยุทางอารมณ์จากเพื่อน ๆ ที่ล้อเลียนบ้างเป็นแค่เพียงหยอกล้อกันเล่น แม้ในบางครั้งการทำงานเป็นกลุ่มจะมีความขัดแย้งทางความคิด แต่ก็ไม่ได้สร้างความโกรธเคืองให้กับบุคคลในกลุ่มอย่างใด ส่วนรายบุคคลซึ่งเป็นเพื่อนร่วมงานในกลุ่มสังเกตเห็นในบางครั้งอาจมีการพูดแรงกระทบกัน และโกรธเคืองกันบ้างเนื่องด้วยความคิดเห็นไม่ตรงกัน แต่ก็ทุกคนสามารถควบคุมอารมณ์ดี และมีความอดทนทางจิตใจไม่ก่อเกิดปัญหาใดในระหว่างการทำกิจกรรมร่วมกัน

5.3 การมีสติใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา มากกว่าการใช้อารมณ์ของตน พบว่า ทุกคนในกลุ่มมีสติคือความรู้สึกตัวตลอดเวลาในขณะที่ทำกิจกรรมได้ค่อนข้างดี ยิ่ง จึงไม่พบปัญหาอะไรมากนักโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องการใช้อารมณ์โกรธต่อกันซึ่งกลุ่มรับมือและร่วมมือแก้ไขกับปัญหาได้ดี โดยภาพรวมแล้วการใช้สติในการแก้ไขปัญหาดีกว่าอารมณ์นั้นทำได้ดี หนึ่งเป็นเพราะว่าปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการจัดทำกิจกรรมกลุ่มนั้นเป็นปัญหาเล็กน้อยซึ่งใช้พลังกลุ่มคลี่คลายไปได้ด้วยดี และมีแนวทางในการวางแผนแก้ไขปัญหาเหมือนกัน ทำให้ทุกคนมีความมั่นใจหรือการสนับสนุนทางด้านความคิดจึงมีความพอใจในความคิดของกลุ่มตนเอง และร่วมกันแก้ไขปัญหานั้นอย่างมีเหตุผล ส่วนรายบุคคลนั้น พบว่ามีน้อยมากที่ใช้อารมณ์หรือแสดงอารมณ์โกรธออกมาอย่างเห็นได้ชัด เพราะถูกระงับด้วยเพื่อนร่วมกลุ่มเดียวกันในการห้ามปรามและใช้เหตุผลมากขึ้น ทั้งนี้เพราะทุกคนส่วนใหญ่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี และมีสติเหตุผล เมื่อจัดการปัญหาเล็กน้อยขึ้นพื้นฐานได้ทุกคนๆ ได้ตั้งใจหันมาทำงานร่วมกันอย่างเดิม

5.4 การมีทัศนคติที่ดี และมองโลกในเชิงสร้างสรรค์ จากการสังเกต พบว่า ทุกคนมีทัศนคติดี และมองโลกอย่างสร้างสรรค์ ในบางครั้งสามารถทำเรื่องเครียดให้เป็นเรื่องขำขันได้ และทุกคนมีทัศนคติที่ดีต่อกลุ่ม ต่องานหรือกิจกรรมที่ทำ และต่อเพื่อนร่วมงาน จึงทำให้การทำงานเป็นไปอย่างสร้างสรรค์ตามไปด้วย และเป็นไปด้วยความราบรื่น ส่งผลให้งานกิจกรรมมีผลลัพธ์ออกมาดีทุกครั้งด้วย ส่วนรายบุคคลนั้นเช่นเดียวกัน พบว่า แต่ละคนมีทัศนคติที่ดีเหมือนกัน แต่

มากขึ้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์หรือสิ่งที่ตนเองเคยประสบในอดีต การปลูกฝังสมัยเด็ก ผนวกกับเหตุการณ์ปัจจุบัน รวมถึงการจัดกิจกรรมที่สร้างสรรค์ให้กลุ่มคิดในเชิงบวกต่อผู้อื่น และพยายามให้พูดเชิงบวกกับทุกคนในกลุ่ม เพื่อสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองให้แก่ทุกคน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ทุกคนมีความประทับใจ และมีความสุข

5.5 การพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ๆ เพื่อคลายความวิตกกังวล จากการสังเกต พบว่ามีการปรึกษาหารือกันทั้งในกลุ่ม และรายบุคคล รวมถึงการวางแผนในอนาคตเมื่อออกสู่สังคมภายนอกว่าทำอะไร ดังนั้นเพื่อน ๆ ในกลุ่มคอยช่วยเหลือกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคคลที่มีวุฒิภาวะสูงในด้านต่าง ทั้งความคิด ความรู้ และทัศนคติต่อการมองโลกใหม่ในทางที่ดี การได้พูดคุยแลกเปลี่ยนสนทนากับเพื่อน ๆ ในกลุ่มนั้นช่วยให้คลายความวิตกกังวล และความกดดันต่อสถานการณ์ที่เป็นอยู่ได้อย่างดีเยี่ยม ส่วนรายบุคคลนั้นถ้าเป็นบุคคลที่มีลักษณะบุคลิกดี และพอมีความรู้ที่อยู่บ้าง ทำให้มีเพื่อน ๆ มากและอยากคุยด้วย เพราะเห็นว่าเมื่อคุยสนทนาแล้วได้แง่คิดที่ดีในการดำเนินชีวิตใหม่ ประสบการณ์แต่ละคนเมื่อนำมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในกลุ่มและบุคคลสะท้อนให้เกิดภาพลักษณ์ใหม่ที่พึงประสงค์ในการที่บุคคลนำไปเป็นข้อคิดและแก้ไขตนเองในเรื่องต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

5.6 การรู้สาเหตุของความเครียด และเรียนรู้วิธีควบคุมด้วยการผ่อนคลาย ในประเด็นนี้ พบว่า ทุกคนในกลุ่มมีความใจเย็นคอยรับเหตุผลนั้นว่ามีสาเหตุเกิดจากอะไร ซึ่งถ้าเป็นเรื่องไม่มีประโยชน์ปล่อยวางละทิ้งเสียไม่นำมาคิดมาก และทุกคนในกลุ่มสามารถปรับอารมณ์ความรู้สึกให้เข้ากับสถานการณ์ได้อย่างไม่ยากเย็นนัก ซึ่งในบางครั้งถ้าเกิดปัญหากับบุคคลในกลุ่ม กรณีเช่นมารดาของสมาชิกกลุ่มคนหนึ่ง ในชุมชนบำบัดได้เสียชีวิตลง ทำให้ลูกชายอยู่ในเรือนจำเกิดความเครียดสูง เพราะไม่สามารถออกไปร่วมอาชีพในงานศพของมารดาได้ ดังนั้นสมาชิกทุกคนในกลุ่มชุมชนบำบัดช่วยกันปลอบใจ และร่วมกันอุทิศส่วนกุศลให้กับมารดาเพื่อนที่ล่วงลับไปแล้วด้วยการทำบุญถวายสังฆทานแด่พระภิกษุซึ่งเป็นวิทยากรประจำกลุ่มและร่วมกันอนุโมทนาส่วนกุศลร่วมกัน เป็นต้น ซึ่งเป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดได้ส่วนหนึ่ง ส่วนรายบุคคลบางรายก็มีความเครียดบ้างเป็นธรรมดาเพราะอยู่ในสถานที่ที่ไม่พึงประสงค์เท่าไรนักเนื่องจากเป็นเรือนจำและถูกกักกันบริเวณเฉพาะ ดังนั้นความเครียดจึงอาจเกิดได้กับทุกคนถ้าไม่รู้จักวิธีควบคุมและจัดการ บางคนใช้วิธีระบายความรู้สึกเครียดให้เพื่อน ๆ ฟัง และเพื่อน ๆ ได้หาแนวทางแก้ไขให้ นอกจากนี้กิจกรรมที่เสริมสร้างทักษะชีวิตส่วนใหญ่ มีกิจกรรมเสริมโดยให้ผ่อนคลายบ้าง ฝึกโยคะบ้าง กิจกรรมนันทนาการบ้าง ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นประโยชน์ต่อการจัดการความเครียดได้ระดับหนึ่ง ถ้าหากมีการทำอย่างต่อเนื่องตามที่ได้ฝึกอบรมมา

5.7 การหลีกเลี่ยงปัจจัยหรือสิ่งทีก่อให้เกิดความเครียด จากการสังเกต ประเด็นนี้พบว่า ความคิดของกลุ่มที่นำเสนอความเห็นกล่าวว่า ทุกคนในกลุ่มต้องพยายามไม่ยุ่งเกี่ยวกับสิ่งทีก่อให้เกิดความเครียดหรือสิ่งทีเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดนั่นเอง และพยายามไม่คิดฟุ้งซ่านหรือคิดในเรื่องทีก่อให้เกิดความหดหู่ใจ และพยายามปรับอารมณ์ให้อยู่ในอาการสงบด้วยการฝึกฝนตนเองในด้านต่าง ๆ เช่น การทำสมาธิ การออกกำลังกาย และฝึกโยคะ เป็นต้น รู้จักปล่อยวางอารมณ์ทีไม่ปรารถนาใช้สติในการพิจารณาเหตุการณ์ทั้งหลายด้วยปัญญา ส่วนรายบุคคลก็มีความเห็นคล้ายกันว่า ให้พยายามหลีกเลี่ยงความเครียดโดยไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับเรื่องทีต้นเหตุของความเครียดทั้งหลาย ถ้าหากความเครียดเกิดขึ้นกับตนควรมีสติถ้าหากหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะความเครียดนั้นมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจมาก ดังนั้นหากจำเป็นต้องเผชิญกับความเครียดตามความเป็นจริง ควรสร้างความพร้อมและหาทางแก้ไขได้ถูกต้องตามสาเหตุ

5.8 ผลของความเครียดทีก่อให้เกิดโรคร้ายต่าง ๆ ต่อชีวิต จากการสังเกตประเด็นนี้พบว่า กลุ่มให้ความเห็นว่ ทุกคนต่างรู้ผลของความเครียด หรือความวิตกกังวลของชีวิตทีก่อให้เกิดผลกระทบอย่างไรต่อชีวิตบ้าง ความเครียดนั้นส่งผลต่อการเกิดโรคร้ายและอันตรายต่อชีวิต โดยให้เหตุผลว่า จากรายงานผลการวิจัยทางการแพทย์ก็พบว่า เป็นเช่นนั้นจริง คือ ความเครียดทำให้เกิดโรคหัวใจก็ได้ เป็นปัจจัยให้เกิดโรคมะเร็งต่าง ๆ ก็ได้ ส่งผลต่อความดันโลหิตสูงก็ได้ เป็นต้น ดังนั้นโดยภาพรวมแล้วถ้ามีการดำเนินชีวิตด้วยความตึงเครียดจนเกินไปมักจบชีวิตในเวลาทีรวดเร็วกว่าคนปกติในสถิติทีสูง ส่วนรายบุคคลจากสังเกตและสอบถามเพิ่ม ได้กล่าวว่ลักษณะเช่นเดียวกับข้างต้น นอกจากนี้ ความเครียดยังส่งผลให้คนเครียดต้องจมบ่อยู่กับสิ่งทีตนเผชิญอยู่ เป็นเหตุให้เกิดโรคซึมเศร้าได้อีกทางหนึ่ง และยังทำให้ร่างกายทรุดโทรมมากกว่าคนปกติทีไม่ค่อยเครียดมากนัก

สรุปผลการสังเกตพฤติกรรมทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดทีสังเกตได้ชัด คือ การทีผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำจากการสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวมทีสังเกตได้ชัดคือ ทุกคนควบคุมอารมณ์ได้ดีไม่เครียดจึงไม่ส่งผลเสียต่อการจัดกิจกรรม นอกจากนี้กิจกรรมทีจัดมีการเสริมสร้างการผ่อนคลายไม่ให้ผู้ป่วยเครียด เช่น การฝึกโยคะ การทำสมาธิ การผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองต่ำเป็นกิจกรรมสอดแทรกระหว่างการทำกิจกรรมเกี่ยวกับทักษะชีวิตแต่ละด้านทำให้ทุกคนมีความสนุกสนานและมีความสุขในการทำกิจกรรมตลอดเวลาจากการสังเกตทีชัดอีกประการหนึ่งสมาชิกผู้ป่วยทุกคนปรารถนาอยากให้มีกิจกรรมเช่นนี้อีกต่อเนื่องและอยากให้พระวิทยากรมาอบรมบรรยายต่อเนื่องเพราะทุกคนได้รับ

ประสบการณ์ที่ดีเป็นการชดเชยเวลาว่างของกลุ่มผู้ป่วยให้มีกิจกรรมที่สร้างสรรค์และได้เสริมสร้างทักษะชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง

ตอนที่ 4 ผลการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบกิจกรรมไปใช้

การศึกษาด้านปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปปรับใช้ ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ และสนทนากลุ่มย่อย ในประเด็นเกี่ยวกับปัจจัยและเงื่อนไขในการนำรูปแบบกิจกรรมไปปรับใช้ ซึ่งได้แบ่งปัจจัย 7 ด้าน และเงื่อนไข 5 ประการ ในการจัดกิจกรรมตามรูปแบบเป็นไปตามเจตนารมณ์ของการจัดกิจกรรมในการบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องขังชายที่ติดยาเสพติด

การศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยและเงื่อนไขที่มีส่วนสำคัญ และจำเป็นในการนำรูปแบบกิจกรรมที่ได้พัฒนาขึ้นไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ ที่มีลักษณะใกล้เคียงหรือคล้ายคลึงกัน เช่น ทัณฑสถานชุมชนบำบัด เป็นต้น ว่าปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องที่ทำให้รูปแบบกิจกรรมนี้ดำเนินการสำเร็จและบรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ของการอบรมนั้นจำต้องอาศัยปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้อง ได้ผลการศึกษา ดังนี้

1. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบกิจกรรมไปใช้

1.1 ปัจจัยด้านการบริหารและการจัดการ

(1) ผู้บริหารในหน่วยงานด้านการบำบัดฟื้นฟู ควรให้การสนับสนุนรูปแบบการจัดกิจกรรมนี้ โดยกำหนดให้มีกิจกรรมเพิ่มขึ้นจากสิ่งที่มีอยู่ สนับสนุนจัดหาสถานที่ให้เพียงพอต่อการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ต้องขังทั้งหมดที่มีอยู่ สนับสนุนให้มีวิทยากรหรือจัดบุคลากรที่มีความรู้ และมีทักษะการจัดกิจกรรมกลุ่มและเจ้าหน้าที่ดูแลให้กิจกรรมดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย การสนับสนุนเกี่ยวกับสื่ออุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพิ่ม การจัดสรรงบประมาณที่เพียงพอในการดำเนินกิจกรรม รวมถึงการรักษาความปลอดภัยในอาคารสถานที่ การสร้างขวัญกำลังใจให้แก่ผู้ดำเนินงาน การดูแลควบคุมการดำเนินงานโดยรวม สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้ทันที นอกจากนี้ควรให้มีการฝึกอบรมเพิ่มเติมในหลายสาขาและวิชาชีพก่อนปล่อยตัวหลังพ้นโทษเพื่อประกอบอาชีพสุจริต ไม่กระทำความผิดซ้ำอีก และมีการร่วมมือในการวางแผนที่ดีเพื่อให้กิจกรรมประสบผลสำเร็จ รวมถึงประเมินผลการดำเนินการหลังเสร็จสิ้นกิจกรรมแล้ว

(2) ความสำคัญและความจำเป็นในการประเมินผลกลุ่มเป้าหมายทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรม ในภาพรวมเห็นว่ามีความจำเป็นและสำคัญต่อกลุ่มเป้าหมายเป็นอย่างมาก ซึ่งเป็น

ประโยชน์ต่อบุคคล หน่วยงาน และสังคม ทำให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้รับการรักษาเยียวยาอย่างเป็นระบบ เพราะการประเมินผลทุกครั้งนำไปสู่การแก้ไขข้อบกพร่องในส่วนที่ยังไม่เรียบร้อย นอกจากนี้ทัศนคติของผู้บริหารในเชิงบวกเป็นเรื่องสำคัญอันดับแรกที้นำไปสู่การกระตุ้นให้การดำเนินงานประสบความสำเร็จ และข้อเสนอแนะที่ดีของผู้บริหารที่เป็นประโยชน์ต่อกิจกรรม

(3) หน่วยงานที่รับผิดชอบต้องกำหนดแผนนโยบายการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ เพื่อการบำบัดฟื้นฟูเป็นไปอย่างต่อเนื่องและบูรณาการเข้ากับการพัฒนาและการแก้ไขปัญหา ยาเสพติดในผู้ต้องขังชายเพื่อได้ลดจำนวนผู้เสพยาได้ทางหนึ่งซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในพัฒนาพฤตินิสัยของผู้ต้องขัง และควรกำหนดไว้ในแผนการป้องกันและปราบปรามและบำบัดรักษาประจำปีของเรือนจำ เนื่องจากปัญหา ยาเสพติดเป็นปัญหาระดับนานาชาติ ซึ่งถือเป็นวาระสำคัญเร่งด่วนแห่งชาติของรัฐบาล ซึ่งหากกรมราชทัณฑ์ สามารถเปลี่ยนแปลงผู้ติดยาเสพติดให้เลิกได้ถือว่าเป็นปัจจัยความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ในการคืนคนดีสู่สังคม นอกจากนี้ควรส่งบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดฟื้นฟูเข้ารับการศึกษาอบรมในด้านนี้โดยตรง เพื่อนำเอารูปแบบการบำบัดฟื้นฟูที่ดีมาดำเนินการให้เกิดผลดีในหน่วยงาน และเป็นผลดีต่อสังคมต่อไป

1.2 ปัจจัยด้านกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติด

(1) การเข้ารับการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดนั้น จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มย่อย พบว่า มี 2 ลักษณะด้วยกันคือ เห็นด้วยกับการบำบัดฟื้นฟูโดยการบังคับ และด้วยความสมัครใจ และเห็นด้วยเฉพาะการบำบัดด้วยความสมัครใจฝ่ายเดียว ซึ่งทั้งนี้ในกรณีแรกนั้น จากการวิเคราะห์ภาพรวม พบว่าควรมีทั้ง 2 ระบบ เพราะเป็นการผสมผสานเพื่อให้เกิดความหลากหลายและเป็นรูปแบบที่ดี นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับนโยบายของสถานฟื้นฟูบางแห่งใช้วิธีการบำบัดแบบบังคับ เพื่อให้เกิดการเลิกแบบหักดิบ เนื่องจากกลุ่มผู้ติดยาเสพติดยังอยู่ในภาวะที่ตัดสินใจเองไม่ได้ สภาวะจิตใจ และสภาพร่างกายยังไม่พร้อมที่สามารถคิดใคร่ครวญได้อย่างลึกซึ้ง ดังนั้นจึงต้องเริ่มจากการบังคับ เพราะจะเกิดผลดีกับผู้ติดยาเสพติดทุกคน เช่น สถานฟื้นฟูของผู้รอการตรวจพิสูจน์หรือเรือนจำ บางสถานที่รับสมัครจากผู้สมัครใจที่ต้องการฟื้นฟูตนเองซึ่งมีความประสงค์ที่ต้องการจะเลิกด้วยตนเอง เช่น สถานฟื้นฟูของชุมชนบำบัด เป็นต้น ในส่วนการบำบัดฟื้นฟูด้วยความสมัครใจนั้น พบว่า การบำบัดด้วยวิธีนี้ทำให้การดำเนินการตามโครงการเป็นไปด้วยความเรียบร้อยส่วนหนึ่ง และเกิดประสิทธิภาพ เนื่องจากผู้เข้ารับการบำบัดฟื้นฟูมีความตั้งใจ มีความสนใจ และเต็มใจ มีความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเองให้ลด ละ เลิก ส่งผลให้การบำบัดรักษาประสบ

ผลสำเร็จมากขึ้นตามที่มุ่งหวัง เพราะถ้าหากใจไม่ต้องการเลิกยาเสพติดแล้วถึงบังคับอย่างไร ไม่เกิดผลเท่าที่ควร ดังนั้นผู้เสพยาจึงพร้อมในการปฏิบัติตามโปรแกรมที่จัดกิจกรรมทุกประการ

(2) ควรสร้างความรู้ความเข้าใจต่อขั้นตอนต่างๆ ของการพัฒนาตามแนวการจัดกิจกรรมของกลุ่มผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการบำบัดฟื้นฟูตามเป้าหมายของโครงการ เพื่อให้เกิดการเตรียมความพร้อมล่วงหน้า ดำเนินการอย่างถูกวิธีและเป็นระบบและปฏิบัติตามขั้นตอนอย่างมีระเบียบ ซึ่งทำให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เกิดความร่วมมือและเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมซึ่งไม่จำเป็นต้องชี้แจงรายละเอียดให้เข้าใจทั้งหมด เพราะทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมเกิดความเบื่อหน่าย และทำให้ไม่ตั้งใจร่วมกิจกรรม นอกจากนี้การวางแผนหรือมีโปรแกรมในการจัดการบำบัดเป็นระบบอยู่แล้วสามารถเปลี่ยนแปลงหรือยืดหยุ่นรูปแบบได้ตามสภาพถ้าหากเห็นว่าไม่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมในเรือนจำโดยรวม

(3) การได้รับประสบการณ์ใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิมของกลุ่มผู้ติดยาเสพติดจากการจัดกิจกรรมนี้ นำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเองมากขึ้น ส่งผลให้รูปแบบการจัดกิจกรรมนี้เป็นไปในลักษณะที่ถูกต้องและตรงตามเป้าหมาย ในการเพิ่มทักษะชีวิต และกิจกรรมที่มีการคลายความเครียด เพราะกลุ่มผู้ต้องขังเป็นกลุ่มที่มีความเครียดสูง ดังนั้นเมื่อเข้าได้รับการจัดกิจกรรมที่หลากหลายจึงมีกำลังใจที่เลิกใช้ยาเสพติด รู้จักถนอมร่างกายตนเอง และคิดทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ซึ่งกิจกรรมนี้สามารถเป็นกิจกรรมต้นแบบของการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดที่ได้ผล ทำให้ได้รับสิ่งใหม่ ๆ อันนำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเอง สามารถพัฒนา IQ และ EQควบคู่กันไป และควรพัฒนากลุ่มเป้าหมายต่อเนื่องให้ดียิ่งขึ้นไป เพราะทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดเกิดความสำนึกในด้านบวก มีภาพลักษณ์ใหม่ที่ดียิ่งที่ได้รับประสบการณ์ใหม่ซึ่งช่วยให้เห็นความเป็นจริงของชีวิตตามหลักการของอริยสัจสี่ เป็นวิธีการแก้ไขที่ต้นเหตุของปัญหาหรือเหตุแห่งทุกข์ในเบื้องต้นซึ่งเป็นความจริงชีวิตและเป็นแนวทางอันประเสริฐสำหรับผู้ปฏิบัติตามกิจกรรม และเป็นตัวอย่างที่ดีได้นำมาซึ่งความสุขของชีวิต ครอบครัว ชุมชน และสังคมเมื่อผู้ต้องขังพ้นจากที่คุมขังแห่งนี้ไปแล้ว

(4) ในกรณีของกลุ่มเป้าหมายที่เข้ารับการบำบัดฟื้นฟูมีผู้นับถือศาสนาอื่นที่ไม่ใช่พระพุทธศาสนานั้น จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มกับผู้บริหารเจ้าหน้าที่เรือนจำ พบว่า มี 2 ลักษณะ คือ ในประเด็นแรกนั้น พบว่า มีปัญหาอยู่บ้างในกรณีเป็นพระภิกษุ ดังนั้นวิธีการต้องทำความเข้าใจกับกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรมก่อน และวิทยากรไม่ควรจำกัดเฉพาะพระภิกษุอาจเป็นฆราวาสได้ และต้องนำเสนอออกมาเป็นแนวลักษณะแบบการใช้ศัพท์ธรรมดาที่ไม่ใช่ศัพท์ทางพระพุทธศาสนา และควรมีการปรับเปลี่ยนชื่อเรียกสำหรับศาสนาอื่น ดังนั้นจึงขึ้นอยู่กับวิธีการอธิบายของวิทยากรผู้ให้การอบรม ส่วนประการที่สองกรณีในกลุ่มเป้าหมายนับถือศาสนาอื่นที่

ไม่ใช่นับถือพระพุทธศาสนานั้น พบว่า ไม่น่ามีปัญหาเพราะทุกศาสนาล้วนสอนให้คนเป็นคนดีซึ่งศาสนาส่วนมากเข้าใจในคุณค่าและความจริงของชีวิต หากได้รับการแนะนำการสอนที่ดี สามารถนำไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ในภาพรวมและเกิดผลต่อตัวบุคคล ศาสนาอาจไม่เป็นอุปสรรคตามที่กล่าวมา นอกจากนี้หลักการของอริยสัจสี่เป็นหลักสากลและเป็นวิทยาศาสตร์สามารถพิสูจน์ตามหลักของเหตุผลได้ สามารถประยุกต์ใช้ได้กับทุกกลุ่มคน และศาสนา เพราะเป็นแนวทางการแก้ปัญหาของชีวิต ที่วิเคราะห์ วิเคราะห์ ด้วยเหตุและผลของตนเองได้

1.3 ปัจจัยด้านผู้ปกครองและกลุ่มเครือญาติ

(1) ผู้ปกครองหรือกลุ่มเครือญาติที่เกี่ยวข้องกับผู้เสียหายเสพติด ควรมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมเป็นอย่างยิ่ง และเป็นสิ่งที่ละเลยไม่ได้ในการให้ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรม เพราะการแก้ไขปัญหายาเสพติดมิใช่สำเร็จด้วยบุคคลผู้เสพเพียงเท่านั้น สภาพแวดล้อมเป็นตัวกำหนดเช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้กำลังใจ การให้คำปรึกษา ให้ข้อมูลและรับรู้ข้อมูลจากผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการบำบัดแล้ว การให้ความอบอุ่น การเพิ่มความรัก ความสามัคคีจากกลุ่มเครือญาติสามารถทำให้เกิดผลดีในด้านบวกต่อผู้ติดยาเสพติด โดยเฉพาะผู้ติดยาเสพติดที่อยู่ในเรือนจำ ควรจัดเป็นโปรแกรมการพบญาติได้มีส่วนให้กำลังใจ ได้ใกล้ชิด ได้สัมผัส เป็นต้น เพราะการอยู่ในครอบครัวเป็นสังคมแรกที่ผู้ติดยาเสพติดได้สัมผัส และยึดเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตและเป็นการสร้างความความเข้าใจระหว่างครอบครัว ซึ่งเป็นการเตรียมความพร้อมออกไปสู่สังคมภายนอกอีกทางหนึ่ง ทั้งนี้ต้องให้ความเข้าใจต่อผู้ปกครองเครือญาติ ซึ่งควรให้การสนับสนุนการจัดกิจกรรมบำบัดนี้เป็นอย่างดี

(2) นอกจากนี้ผู้ปกครองหรือกลุ่มเครือญาติเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่ง ในการให้กำลังใจผู้ป่วยในด้านต่าง ๆ มากกว่าการที่ไปซ้ำเติมหรือให้โอกาสแม้เป็นครั้งที่เท่าไรก็ตาม เช่น การขอโทษ การรู้จักให้อภัย การให้กำลังใจที่ดี การเปิดใจซึ่งกันและกันว่าจะอะไรก็ต้นเหตุที่แท้จริงโดยการนำญาติเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรม ควรเสริมกิจกรรมด้วยการบวชศีลผู้ชวัญ การขอโทษ ขอมมาบพวาริ การให้อภัยจากพ่อแม่ผู้ปกครองให้โอกาสผู้ที่ผิดพลาดได้กลับตน เป็นพลเมืองดีการให้เห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น เห็นคุณค่าของครอบครัว และรู้จักต้วยญต่อครอบครัว กิจกรรมดังกล่าวส่งผลดี สร้างจิตสำนึก และคุณค่าใหม่ต่อผู้เสพยาเสพติดในการเลิกและหันมาดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง และเป็นประโยชน์อย่างสูงต่อครอบครัวในการเตรียมความพร้อมใหม่ในการวางแผนชีวิตร่วมกัน ซึ่งกระบวนการดังกล่าวควรมีการถ่ายทอดทางโทรทัศน์ทีวีด้วย

1.4 ปัจจัยในด้านของผู้ใช้รูปแบบกิจกรรม

(1) การเตรียมความพร้อมสำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้รูปแบบเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง ดังนั้นการเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆ ในการจัดกิจกรรมจึงควรคำนึงในรายละเอียด ดังนี้ ด้านความพร้อมของกลุ่มเป้าหมายที่เหมาะสมกับจำนวนคนที่อบรม ความพร้อมด้านอาคารสถานที่ ความพร้อมด้านวิทยากรหรือนุเคราะห์ที่ให้ความรู้หรือดำเนินกิจกรรม ความพร้อมด้านการควบคุมและการรักษาความปลอดภัย ความพร้อมด้านอุปกรณ์สื่อการเรียนรู้ ความพร้อมด้านงบประมาณค่าใช้จ่าย ความพร้อมด้านการบริหารจัดการการวางแผนที่ดี ความพร้อมด้านรูปแบบกิจกรรมวางกรอบการทำงานที่ชัดเจน การประเมินผลหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมและควรทราบถึงระบบการทำงานของหน่วยงานแต่ละแห่ง นอกจากนี้ผู้ให้การอบรมหรือจัดกิจกรรมต้องมีจิตวิทยาในการอบรม ตัวอย่างผู้ที่สามารถเป็นแบบอย่างหรือตัวอย่างบุคคลที่เลิกษาเสพติดได้แล้ว การคำนึงสิ่งทีมารองรับเมื่อการบำบัดเสร็จสิ้นแล้วควรดำเนินการอย่างไรต่อไป การยอมรับจากสังคม ชุมชน พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เป็นต้น

(2) ในกรณีที่มีการนำรูปแบบกิจกรรมนี้ไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ การกำหนดคุณสมบัติของวิทยากรหรือผู้จัดกิจกรรมนั้นมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นปัจจัยดังกล่าวหมายถึง คุณสมบัติที่หลากหลายในตัวผู้จัดกิจกรรม ซึ่งประกอบไปด้วย การให้การยอมรับจากกลุ่มเป้าหมายเป็นอันดับแรก เพราะเมื่อเกิดการยอมรับจึงมีความพร้อมในการรับข้อมูลต่าง ๆ ได้เป็นแบบอย่างที่ดีและเป็นทีเคารพนับถือของคนทั่วไป การมีความรู้ความเข้าใจในรูปแบบการดำเนินกิจกรรมบำบัดเป็นอย่างดี ควรมีการปรับนำเอากิจกรรมลูกเสือเข้ามาช่วยในการจัดกิจกรรม มีความรู้ด้านการบำบัดรักษาและจิตวิทยาการบำบัด มีความชำนาญในการปรับรูปแบบกิจกรรมในการดำเนินการให้เข้ากับกลุ่มเป้าหมายผู้ติดยาเสพติดที่แตกต่างกัน มีความคิดสร้างสรรค์ ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกสนุกกับกิจกรรม มีการจัดกิจกรรมนันทนาการและเสริมความหลากหลาย มีลักษณะของการพูดเก่งสามารถพูดหรือโน้มน้าวให้ทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้เกิดความเชื่อตาม และสามารถสอดแทรกอารมณ์ขันในบางโอกาส เป็นบุคคลที่มีลักษณะยึดหยุ่นสูงมีความเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น รู้คุณค่าของความเป็นมนุษย์ เพราะผู้ติดยาเสพติดมีลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีบุคลิกอุปนิสัยที่แตกต่างกันเพราะมาจากต่างสถานที่ ต่างสัญชาติเผ่าพันธุ์ อาชีพ ความรู้สถานภาพทางสังคม เป็นต้น รวมทั้งมีความเครียดสูงและอ่อนไหวง่าย

1.5 ปัจจัยด้านของอาคารสถานที่ในการจัดกิจกรรม

(1) ในด้านความพร้อมของอาคารสถานที่ที่ดีต้องมีความพร้อมทุกด้าน ต้องเอื้อต่อการจัดกิจกรรม ไม่มีอุปสรรคในการดำเนินงาน สถานที่อบรมต้องแยกออกจากกันเป็นเอกเทศ ไม่ปะปนแยกต่างหากจากอาคารแออัด หรือการรบกวนจากสิ่งอื่น เป็นสัดส่วนมากขึ้น มีความกว้างขวางพอในการดำเนินกิจกรรมทุกขั้นตอน บรรยากาศดีและถ่ายเทสะดวก อุปกรณ์ที่อำนวยความสะดวกพื้นฐานที่ครบถ้วนและความพร้อมของเครื่องมือ หากสิ่งอำนวยความสะดวกไม่พร้อมส่งผลให้กิจกรรมมีอุปสรรค ไม่สามารถบรรลุผลเป้าหมายหรือการดำเนินงานเป็นไปด้วยความลำบาก

1.6 ปัจจัยด้านรูปแบบกิจกรรม

(1) คุณภาพของรูปแบบมีความสำคัญ และส่งผลต่อการจัดกิจกรรมเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นรูปแบบกิจกรรมควรมีลักษณะสร้างสรรค์มีคุณภาพและมีประสิทธิภาพ มีผลกระทบต่อกลุ่มเป้าหมายอย่างชัดเจน เป็นมาตรฐานสากลที่สามารถนำไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันได้ นอกจากนี้รูปแบบกิจกรรมต้องเกิดประโยชน์ต่อบุคคล หน่วยงานองค์กร และประเทศชาติ คุณสมบัติของผู้ที่ใช้รูปแบบกิจกรรมควรมีความชำนาญในการจัดกิจกรรม และมีคุณสมบัติเป็นนักวิทยากรที่ดี สามารถบริหารจัดการรูปแบบให้เกิดประโยชน์สูงสุด

(2) กิจกรรมของรูปแบบควรมีความหลากหลาย เพราะกิจกรรมเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพของรูปแบบ และกิจกรรมของรูปแบบควรกะทัดรัด ง่ายต่อการปฏิบัติ มีความสนุกสนาน เนื่องจากทำให้เนื้อหากิจกรรมมีความน่าสนใจมากยิ่งขึ้น ไม่จำเจเกินไป กิจกรรมควรมีลักษณะบูรณาการที่สามารถเพิ่มพูนทักษะความรู้ให้กับผู้ปฏิบัติ และปรับเปลี่ยนทัศนคติ และพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมให้เกิดความกระตือรือร้นต่อการเรียนรู้ในสิ่งใหม่ และต่อเนื่องเชื่อมโยงกันไปจนจบกิจกรรมส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ดียิ่งขึ้น

(3) การนำรูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น และนำไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ ควรคำนึงถึงองค์ประกอบในด้านต่าง ๆ ดังนี้คือ ลักษณะของกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรม คุณสมบัติของวิทยากร สื่ออุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม อาคารสถานที่ที่เหมาะสม อุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องในการปฏิบัติงาน กฎระเบียบของสถานที่นั้น ๆ งบประมาณ รูปแบบในการจัดกิจกรรมที่สามารถประยุกต์ใช้เข้ากับหน่วยงานนั้น ๆ การสนับสนุนจากเจ้าของสถานที่ ความพร้อมและการมีส่วนร่วมของผู้เข้ารับกิจกรรมบำบัด บรรยากาศในการจัดกิจกรรม สภาพแวดล้อมโดยรวมของสถานที่ การจัดการที่ดีและประยุกต์กิจกรรมไปใช้ให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายตามความเหมาะสม

2. เงื่อนไขที่ส่งผลให้การนำรูปแบบไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล

การศึกษาเกี่ยวกับเงื่อนไขการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมไปใช้ ที่มีลักษณะใกล้เคียงกันนั้นมีเงื่อนไขหรือข้อกำหนดที่ทำให้รูปแบบการจัดกิจกรรมประสบผลสำเร็จได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ศึกษาและนำเสนอการกำหนดเงื่อนไขที่เหมาะสม โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก และสนทนากลุ่มย่อยกับกลุ่มผู้เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรมในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งได้แก่ผู้บริหาร บุคลากรเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง และกำหนดเงื่อนไขที่จำเป็น 5 ประการ ดังต่อไปนี้

2.1 เงื่อนไขด้านการบริหารทรัพยากร

ความจำเป็นในการนำรูปแบบกิจกรรมไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล มีส่วนเชื่อมโยงกับเงื่อนไขที่สำคัญ ๆ ซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ประกอบไปด้วย ด้านงบประมาณ บุคลากร อาคารสถานที่ กลุ่มเป้าหมาย และระยะเวลาที่เพียงพอ ตลอดถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งทุกองค์ประกอบจะต้องถูกจัดวางไว้ในระดับที่พอเพียงต่อการจัดกิจกรรม มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างเหมาะสม เพื่อให้กิจกรรมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ หากขาดสิ่งเหล่านี้การดำเนินการจัดกิจกรรมประสบความล้มเหลวหรือติดขัดเป็นกิจกรรมที่ทำให้ด้อยคุณภาพไม่บรรลุเป้าหมายเท่าที่ควร

2.2 เงื่อนไขการสนับสนุนจากผู้บริหาร

การสนับสนุนจากผู้บริหารในหน่วยงานหรือสถานบำบัด เป็นเงื่อนไขที่สำคัญได้ประการหนึ่งซึ่งส่งผลกระทบต่อให้การนำรูปแบบการดำเนินการให้เกิดประสิทธิภาพของงานได้ชัดเจนและมีคุณภาพในการจัดกิจกรรม การดำเนินงานติดต่อประสานงานมากขึ้น ผู้ดำเนินกิจกรรมและผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีขวัญกำลังใจ มีแรงจูงใจในการทำงาน กลุ่มเป้าหมายเชื่อมั่นซึ่งมีผลทางจิตวิทยาต่อการดำเนินกิจกรรม ทำให้การบำบัดฟื้นฟูประสบผลสำเร็จ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านสถานที่ตลอดถึงการรักษาความปลอดภัยแก่บุคลากรที่จะเข้าไปจัดกิจกรรม การสนับสนุนจากผู้บริหารที่เกี่ยวข้องส่งผลให้การปฏิบัติการได้ผลตามวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม

2.3 เงื่อนไขการประเมินผลรูปแบบกิจกรรม

การกำหนดให้มีการประเมินผลรูปแบบกิจกรรม หลังการจัดกิจกรรมเสร็จสิ้นแล้วทุกครั้งมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อหาข้อดี ข้อเสีย เพราะสามารถปรับปรุงข้อบกพร่องแก้ไขในส่วนที่ผิดพลาด กิจกรรมบางอย่างที่ควรปรับเปลี่ยนเพื่อความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย และพัฒนาต่อยอดกิจกรรมที่ทำดีอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งการติดตามประเมินผลนั้นควรทำอย่างต่อเนื่องเป็นระยะ ๆ ควรแบ่งเป็นระยะสั้น หรือระยะยาวตามแต่ความจำเป็นของรูปแบบกิจกรรมนั้นๆ เช่น

1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน หรือ 1 ปี เป็นต้น ซึ่งเป็นการประเมินผลภาพรวมทั้งหมดของกิจกรรม เพื่อสะท้อนผลของการจัดกิจกรรมโดยรวม ทำให้รูปแบบกิจกรรมมีการพัฒนาที่ต่อเนื่อง และเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่พึงประสงค์และดีขึ้น

2.4 เงื่อนไขการนำผลรูปแบบกิจกรรมไปปรับใช้

การนำผลของรูปแบบกิจกรรมที่ได้มาปรับใช้ถือว่ามีความสำคัญและจำเป็นเช่นเดียวกัน เพราะผลของรูปแบบที่ได้นั้น เป็นข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญในการปรับเปลี่ยนวิสัยทัศน์ นโยบายในการทำงาน และควรนำข้อมูลดังกล่าวมาดำเนินการต่อยอดและปรับใช้ในการกำหนดแผนงานหรือยุทธศาสตร์ในการทำงานตามโครงการ ซึ่งก่อให้เกิดการเสริมสร้างองค์ความรู้หรือสิ่งใหม่ ๆ ที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของการจัดกิจกรรมในลักษณะการบำบัดฟื้นฟูสภาพจิตใจผู้ติดยาเสพติด และมีประสิทธิผลต่อหน่วยงานหรือองค์กรโดยรวม นอกจากนี้ยังได้มุ่งเน้นการพัฒนากิจกรรมบางอย่างในลักษณะเฉพาะว่าควรไปในทิศทางใด เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายมากที่สุด ทั้งนี้ในการปรับเปลี่ยนหรือเปลี่ยนแปลงสิ่งหนึ่งสิ่งใดในองค์กร ควรมีลักษณะค่อยเป็นค่อยไป ใช้ระยะเวลาช่วงหนึ่งก่อน โดยให้ความรู้ ความเข้าใจต่อผู้ปฏิบัติงานทุกฝ่ายจนเป็นที่ยอมรับ ทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ที่สามารถบูรณาการเข้ากับองค์ความรู้เดิมให้สอดคล้องและเหมาะสม และถือปฏิบัติเป็นวัฒนธรรมองค์กรที่มีการปรับเปลี่ยนเรียนรู้อย่างต่อเนื่องสำหรับผู้ปฏิบัติการต่อไป

2.5 เงื่อนไขระยะเวลาในการจัดรูปแบบกิจกรรม

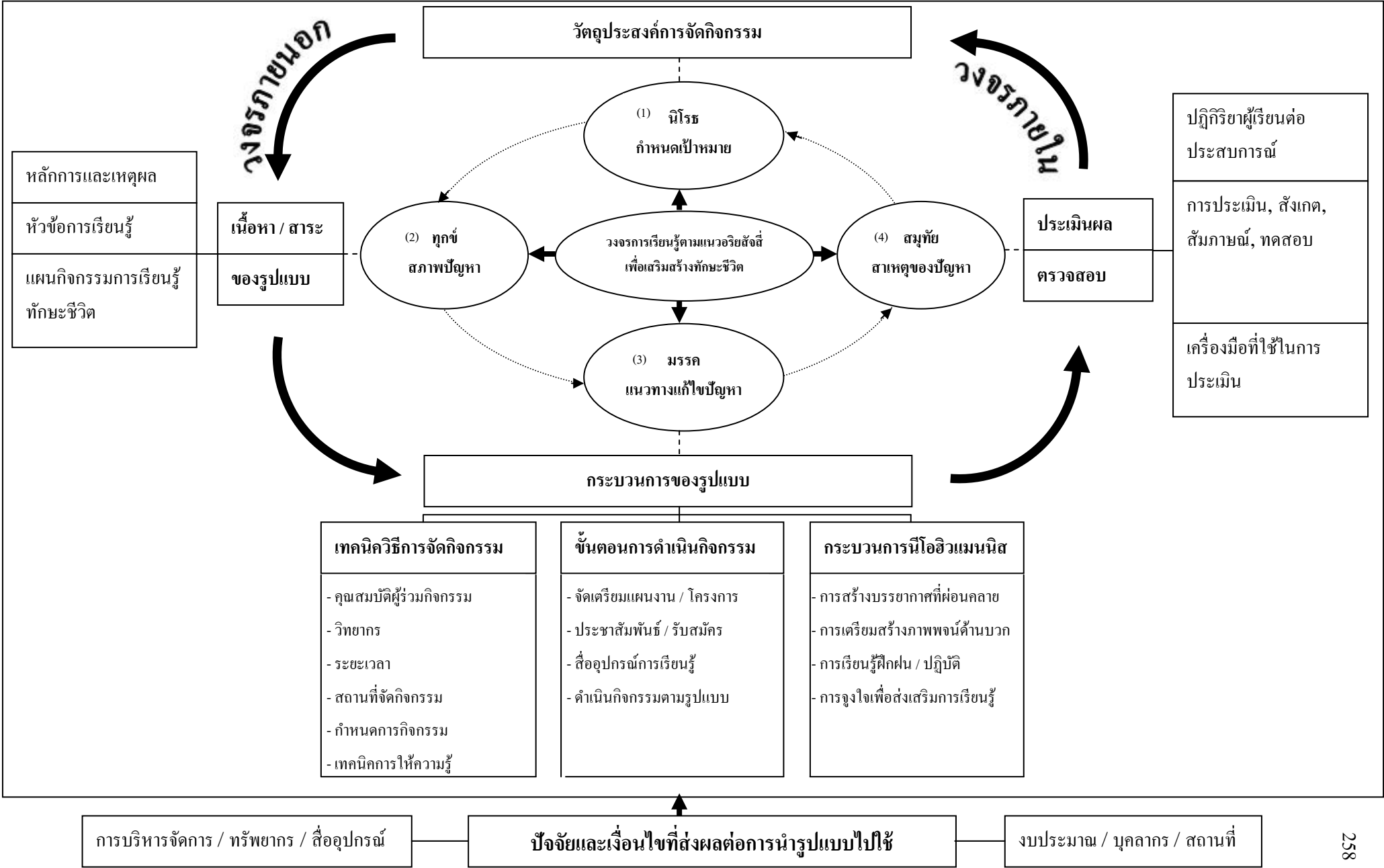
เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในกลุ่มผู้ติดยาเสพติดตามเป้าหมายของการจัดกิจกรรม ในด้านระยะเวลาในการจัดกิจกรรมของรูปแบบ ควรมี 2 รูปแบบด้วยกัน ประการแรกควรมีลักษณะความต่อเนื่องอย่างเป็นระบบ เพราะสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ติดยาเสพติดหากมีช่วงระยะที่ไม่ต่อเนื่องกัน ทำให้เกิดช่องว่างในการบำบัดฟื้นฟูและขาดความเข้มข้นของกิจกรรมลงไป ซึ่งผู้ติดยาเสพติดถือว่าเป็นผู้ป่วยที่ต้องได้รับการดูแล และเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดต่อเนื่อง เพื่อผู้ป่วยได้เกิดการซึมซับ เข้าใจ เข้าถึง และเกิดความตั้งใจ หากดำเนินกิจกรรมสำเร็จก็จะเป็นรูปแบบกิจกรรมที่ดีที่ประสบความสำเร็จ นอกจากนี้ในการจัดกิจกรรมควรมีกิจกรรมที่มีลักษณะผ่อนคลายสนุกแต่มีสาระแฝงอยู่กับเนื้อหา และควรมีการสอบถาม สังเกตพฤติกรรม และประเมินความรู้ที่ได้รับ สภาพจิตใจ อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอด้วยเช่นกัน เพื่อสามารถวิเคราะห์ผลการดำเนินงานว่าเป็นไปในแนวทางที่วางแผนไว้หรือไม่อย่างไร ส่วนในประการที่สองที่เห็นว่าการจัดกิจกรรมที่สำคัญที่ต้องใช้ระยะเวลานาน ควรมีการจัดเว้นระยะเวลาในการจัดได้เช่นกัน เพื่อให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้กระตุ้นความคิด ทบทวนความรู้ความจำที่ได้รับไป ความเป็นตัวตนของตนเอง

ซึ่งผู้สื่อข่าวเสพติด เกิดการปรับเปลี่ยนความคิดซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่มีคุณค่ามากยิ่งขึ้น ต้องดูว่ากิจกรรมใดที่ควรเน้นต่อเนื่องกันไป และกิจกรรมใดควรเว้นช่วงระยะเวลาในการจัดอบรม

ส่วนที่ 7 ข้อเสนอสำหรับรูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสม

ผลจากการศึกษาวิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กรการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ซึ่งนำมาพัฒนาเป็นรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ และทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นดังกล่าวรวม ถึงการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้อง ผลของการศึกษาข้อมูลดังที่ได้กล่าวมา ผู้วิจัยได้นำมาสร้างเป็นองค์ประกอบของรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ประกอบไปด้วย 4 องค์ประกอบหลัก คือ 1) วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรม 2) เนื้อหาสาระของรูปแบบ 3) กระบวนการของรูปแบบ และ 4) การประเมินผลตรวจสอบ องค์ประกอบดังกล่าวเนื่องจากได้มีการพัฒนาและได้นำมาทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมายคือผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ผลการทดลองพบว่า มีความเหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายอยู่ในระดับสูง ในรายละเอียดของแต่ละองค์ประกอบอาจต้องมีการปรับปรุงพัฒนาให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เพื่อให้เป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับกลุ่มผู้ต้องขังชายที่ติดยาเสพติดรวมถึงการนำไปปรับใช้ในสถานที่อื่น ๆ ของกรมราชทัณฑ์ที่มีลักษณะงานหรือพันธกิจเดียวกัน องค์ประกอบของรูปแบบกิจกรรม ผู้วิจัยได้นำมาเสนอภาพแผนภูมิ พร้อมทั้งได้อธิบายให้เข้าใจได้พอสังเขป ดังต่อไปนี้

แผนภูมิที่ 6 รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่



อธิบาย รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษาของระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่

1. **วงจรรการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต** หมายถึง การกำหนดรูปแบบการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่ ซึ่งประกอบไปด้วย วงจรภายใน และวงจรภายนอก

2. **วงจรภายใน** หมายถึง วงจรรการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่ ซึ่งประกอบไปด้วย (1) ชั้นทุกข์ หรือการกำหนดสภาพปัญหา (2) ชั้นสมุทัยหรือสาเหตุให้เกิดปัญหา มีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง (3) ชั้นนิโรธ หรือการกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนในการแก้หรือดับปัญหานั้น ๆ และ (4) ชั้นมรรค หรือการกำหนดแนวทางที่ชัดเจนในการแก้ปัญหาว่าแต่ละเป้าหมายมีแนวทางในการแก้ปัญหาที่วิธีและกำหนดไว้อย่างไรที่เห็นว่าเป็นการแก้ปัญหาที่ดีที่สุด

3. **วงจรภายนอก** หมายถึง (1) การกำหนดวัตถุประสงค์กิจกรรม (2) การกำหนดเนื้อหาสาระของรูปแบบ ซึ่งประกอบด้วยหลักการและเหตุผล หัวข้อการเรียนรู้ แผนกิจกรรมการเรียนรู้ ทักษะชีวิต 5 ด้าน คือ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด (3) กระบวนการของรูปแบบ คือ เทคนิควิธีการจัดกิจกรรม เช่น คุณสมบัติผู้เข้าร่วม วิทยากร ระยะเวลา สถานที่ และกำหนดการ ส่วนขั้นตอนการดำเนินงาน ประกอบด้วย การเตรียมแผนงาน ประสัมพันธ์และรับสมัคร เป็นต้น รวมถึงประยุกต์ใช้กระบวนการนีโอฮิวแมนนิส เป็นเทคนิคกระบวนการที่จะต้องนำมาพิจารณาในการจัดกิจกรรม และ (4) การประเมินผลตรวจสอบ คือ การประเมินผลตรวจสอบการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติด คำนึงถึงปฏิริยาผู้เรียนต่อประสบการณ์ การประเมิน สังเกต สัมภาษณ์ และเครื่องมืออื่น ๆ โดยมีการประเมินผลหลังการทดลองเพื่อตรวจสอบว่ารูปแบบกิจกรรมที่ได้จัดไปได้บรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ของการจัดหรือไม่อย่างไร ซึ่งถ้าไม่บรรลุเป้าหมายอาจต้องนำรูปแบบกิจกรรมมาทบทวนในรายละเอียดต่างๆ ใหม่ของระบบวงจรรการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่ โดยเริ่มจากการทบทวนในการกำหนดวัตถุประสงค์ใหม่ว่าเป็นอย่างไรเชื่อมโยงไปสู่ข้ออื่นๆ ต่อไป จนนำไปสู่การพัฒนา รูปแบบที่ส่งผลสำคัญและเกิดประโยชน์ต่อกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม

4. **ทางสายกลาง มรรคมืองค์ 8** หมายถึง การจัดกิจกรรมนั้นควรประยุกต์ใช้ทางสายกลาง ประกอบเนื้อหาการให้ความรู้ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ตระหนักถึงความพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อใช้ชีวิตอย่างมีสาระ และดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามคำสอนในทางพระพุทธศาสนาที่ยึดถือทางสายกลางเป็นหลักในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง

5. **ปัจจัยและเงื่อนไขที่ส่งผลต่อการนำรูปแบบไปใช้** หมายถึง การคำนึงถึงองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เป็นปัจจัยสนับสนุนและมีความจำเป็นต่อการจัดรูปแบบกิจกรรมนี้ไปใช้ในสถานที่อื่น ๆ ที่

มีลักษณะคล้ายคลึงกัน รวมถึงเงื่อนไขบางประการที่เป็นข้อกำหนดที่จะส่งผลให้การนำรูปแบบไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผลและมีประสิทธิภาพ

6. จุดเด่นของรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่ เป็นกระบวนการของรูปแบบการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่ในการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่มีลักษณะเป็นวงจรการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือ วงจรนี้ประกอบไปด้วย การกำหนดวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมเชื่อมโยงกับการตั้งเป้าหมายที่เทียบได้กับหลักอริยสัจสี่คือ นิโรธ การกำหนดเนื้อหาสาระรูปแบบที่เป็นทักษะชีวิต เชื่อมโยงกับการกำหนดสภาพปัญหาคือสิ่ง que ต้องขงชายที่ติดยาเสพติดขาดทักษะชีวิตที่สมบูรณ์ซึ่งเทียบได้กับขั้นทุกข์ในอริยสัจสี่ เทคนิควิธีการหรือกระบวนการรูปแบบ เชื่อมโยงกับขั้นมรรค คือ แนวทางวิธีการแก้ปัญหาของอริยสัจสี่ และการประเมินผลตรวจสอบ เชื่อมโยงกับขั้นสมุทัย คือ การค้นหาสาเหตุที่แท้จริงแล้วนำมา ทบทวนกับการกำหนดวัตถุประสงค์รูปแบบใหม่ในการจัดกิจกรรมอีกครั้งหนึ่งเป็นวงจรตรวจสอบ ที่เป็นลูกโซ่ซึ่งกันและกัน รูปแบบกระบวนการดังกล่าวเป็นการสะท้อนถึงกระบวนการแก้ปัญหาที่เป็นระบบที่มีคุณภาพ ที่สามารถแก้ปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในสังคม เช่นเดียวกับกลุ่มเป้าหมายที่ทำการทดลองคือผู้ต้องขงชายที่เสพยาเสพติดที่จะต้องมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในทิศทางที่ดีขึ้น กว่าเดิม และนำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเองมากขึ้น และสามารถนำรูปแบบนี้ไปปรับใช้กับสถานที่อื่นๆ ที่มีลักษณะปัจจัยและเงื่อนไขที่คล้ายคลึงกันได้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์ในการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อวิเคราะห์กรณีศึกษาแนวทางการบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดขององค์กรที่ประสบความสำเร็จ
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่
3. เพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่
4. เพื่อศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมไปใช้

การดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยแบ่งวิธีดำเนินการวิจัยออกเป็น 5 ขั้นตอน คือ

1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

1.1 ศึกษาแนวคิด หลักการเกี่ยวกับทักษะชีวิต การจัดกิจกรรมนิโอฮิวแมนนิส และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน การจัดการเรียนการสอนตามแนวริยสัจสี่ จากเอกสาร ตำรา บทความงานวิจัยต่าง ๆ และการสืบค้นทางอินเทอร์เน็ต

1.2 นำข้อมูลพื้นฐานที่ศึกษามากำหนดเป็นกรอบแนวคิด และแนวทางในการทำวิจัยซึ่งกำหนดเป็นขั้นตอนการดำเนินการในแต่ละช่วง

2. การกำหนดรูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสม (Mixed Methodology) ระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพ ในการศึกษาระดับศึกษารวม 3 แห่ง คือ สำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง และเรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น กับการศึกษาเชิงทดลอง (Quasi-Experimental Research) ที่มีรูปแบบการวิจัยเป็นกลุ่มเดียว (One Shot Case Study) คือมีกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียว (The One-Group Pretest-Posttest Design) คือ ผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 28 คน ที่เรียนรู้ตามแผนกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิต ตามแนวทฤษฎีการเรียนรู้ มีการเก็บข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง รวมถึงประยุกต์ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในการเก็บข้อมูลเชิงลึก (Indept Interview) ด้วยวิธีการสัมภาษณ์ผู้บริหารเรือนจำที่รับผิดชอบโดยตรง จำนวน 3 คน พร้อมทั้งทำการสนทนากลุ่มย่อย (Focus group) กับเจ้าหน้าที่เรือนจำ จำนวน 5 คน ให้ตอบแบบสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ นอกจากนี้ยังกำหนดให้ทั้ง 8 คนนี้ ตอบแบบสัมภาษณ์เพื่อใช้ประกอบคู่มือการจัดกิจกรรม และผู้วิจัยได้ทำการบันทึกการสังเกตพฤติกรรมผู้ต้องขังในระหว่างการทดลองการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของผู้ต้องขังด้วย

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้คัดเลือกองค์กรที่เป็นกรณีศึกษาไว้จำนวน 3 กรณีศึกษา โดยสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่องค์กรจำนวน 15 คน ผู้ป่วยที่เข้ารับการบำบัดฟื้นฟูจำนวน 30 คน โดยทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์เพื่อเป็นกรณีศึกษา ประชากรที่ทำการวิจัยทดลองในครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังชาย ที่เป็นกลุ่มผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ การเลือกกลุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังชายนี้ใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling)

การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ได้สุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ต้องขังชายที่ต้องได้รับการบำบัดรักษาฟื้นฟู ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จำนวนทั้งหมด 77 คน คัดเลือกให้เหลือ 28 คน ใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากเพื่อกำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้งนี้ให้เป็นไปตามความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการทดลอง โดยมีเจ้าหน้าที่เรือนจำช่วยเหลือในการสุ่มตัวอย่างครั้งนี้ด้วย

3. การพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

การพัฒนาเครื่องมือการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือการวิจัยให้ครอบคลุมถึง วัตถุประสงค์การวิจัย จึงดำเนินการกำหนดและพัฒนาเครื่องมือวิจัยจำนวน 8 ชุด โดยใช้เก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มทดลองที่เป็นผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติด และผู้บริหารเจ้าหน้าที่เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ เครื่องมือวิจัยประกอบไปด้วย

1. แบบสัมภาษณ์องค์กรที่เป็นกรณีศึกษา
2. แบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรม
3. แบบวัดทักษะชีวิต
4. แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม
5. แบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม
6. แบบประเมินตนเอง
7. แบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม
8. แบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข

เครื่องมือวิจัยทั้ง 8 ชุดนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้าง เพื่อตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยได้ดำเนินการในลักษณะ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาหลักเกณฑ์ และวิธีการสร้างแบบวัดต่าง ๆ จากแนวคิดทฤษฎี ที่ได้จากการทบทวนเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาใช้เป็นประเด็นในการสร้างแบบวัดต่าง ๆ

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์เนื้อหา กรอบแนวความคิด ขอบเขตการวิจัย นิยามศัพท์การวิจัย และวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อสร้างข้อคำถามซึ่งมีทั้งคำถามแบบปิด (Close-ended question) ได้แก่ คำถามให้เลือกตอบและคำถามประมาณค่า (Rating Scale) และคำถามแบบเปิด (Open-ended question)

ขั้นที่ 3 สร้างแบบวัดต่าง ๆ ตามประเด็นคำถามที่แต่ละแบบวัดได้กำหนดไว้

ขั้นที่ 4 นำแบบวัดแต่ละชนิดที่ได้กำหนดและพัฒนาขึ้น เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา และผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อพิจารณาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา ข้อคำถามแต่ละข้อ และตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับเนื้อหา (IOC) พร้อมทั้งข้อเสนอแนะอื่น ๆ เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้เกิดความตรงของเนื้อหา (Content Validity)

ขั้นที่ 5 นำแบบวัดทุกชนิดมาดำเนินการปรับปรุงแก้ไข ตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ

ขั้นที่ 6 นำแบบวัดทุกชนิดที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มประชากรที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกันคือผู้ต้องขังที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติด จำนวน 30 คน และผู้บริหารเจ้าหน้าที่เรือนจำด้วย

ขั้นที่ 7 นำแบบวัดทุกชนิดมาวิเคราะห์ เพื่อประเมินความเข้าใจ รวมทั้งหาความเที่ยง (Reliability) เพื่อให้ได้แบบสอบถามที่มีคุณภาพ ก่อนนำไปใช้จริงในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ตารางที่ 29 สรุปเครื่องมือที่ใช้ตามวัตถุประสงค์การวิจัย

วัตถุประสงค์วิจัย	เครื่องมือวิจัยที่ใช้	ผู้เกี่ยวข้อง
1. วิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กร	1. แบบสัมภาษณ์องค์กร	- เจ้าหน้าที่องค์กร - ผู้ป่วยที่เสพยาเสพติดที่รับการบำบัดฯ ในองค์กร 3 แห่ง
2. พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรม	2. แบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรม	- ผู้เชี่ยวชาญตรวจค้นร้าย จำนวน 5 คน
3. ศึกษาผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรม	3. แบบวัดทักษะชีวิต 4. แบบบันทึกสังเกตพฤติกรรม 5. แบบสำรวจความพึงพอใจ 6. แบบประเมินตนเอง	- กลุ่มผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ติดยาเสพติดในเรือนจำที่รับการทดลองจำนวน 28 คน
4. ศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบไปใช้	7. แบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม 8. แบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข	- ผู้บริหารเรือนจำ 3 คน - เจ้าหน้าที่ควบคุมประพฤติ ในเรือนจำ 5 คน

4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย ได้ทำการตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่ได้กำหนดและ พัฒนาขึ้น ทั้งแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์ โดยตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือทั้งความตรง และความเที่ยง คือ

4.1 ความตรง ของแบบสอบถาม โดยเน้นความถูกต้องสมบูรณ์ตามเนื้อหา ข้อคำถาม แต่ละประเด็น โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 คน และหาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับ วัตถุประสงค์ โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเนื้อหา ภาษาที่ใช้แต่ละข้อคำถามว่า เหมาะสม หรือไม่เหมาะสม แล้วมาคำนวณหาค่า IOC ซึ่งถ้า ค่า IOC ได้น้อยกว่าหรือเท่ากับ .05 จะต้องได้รับการ ปรับปรุงแก้ไขต่อไป ในการคำนวณได้คิดคำนวณเป็นรายชื่อ

4.2 ความเที่ยง ของเครื่องมือ หมายถึง เครื่องมือที่ได้รับการพัฒนาปรับปรุงแล้วได้ นำไปทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมายที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน แล้วนำมาหา ค่าเที่ยงแบบสัมประสิทธิ์แอลฟา ซึ่งได้ค่าคำนวณตั้งแต่ .80 ขึ้นไป

5. การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางการพัฒนาเป็น 4 ขั้นตอน คือ

5.1 การวิเคราะห์กรณีศึกษาแนวทางการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดของ องค์กรที่ประสบความสำเร็จ

5.2 การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อ เสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

5.3 ศึกษาผลของการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนว อริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัด เชียงใหม่

5.4 ศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำไปใช้ของรูปแบบการจัดกิจกรรม การศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะการอยู่ร่วมกันในสังคมของ ผู้ต้องขังชาย ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ที่ได้พัฒนาขึ้น

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เกี่ยวกับบริบทขององค์กรที่เป็นกรณีศึกษาในสถานบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย เป็นองค์กรที่ประสบผลสำเร็จในการจัดกิจกรรม โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อนำข้อมูลไปพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายในการวิจัย
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยแบบทดสอบทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติทดสอบที (t-test Dependent) โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05
3. การหาร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบวัดทักษะชีวิต
4. การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ของพฤติกรรมการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม
5. การหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนววิธีสัจสีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบสำรวจความพึงพอใจ
6. การหาร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินตนเอง ในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนววิธีสัจสีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบประเมินตนเอง
7. การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ผลการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนววิธีสัจสี เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ จากแบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม
8. การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ของปัจจัยและเงื่อนไขที่มีความเกี่ยวข้องต่อการนำรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นไปปรับใช้ จากแบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่กำหนดไว้ จำนวน 4 ข้อ ดังต่อไปนี้

1. ผลการศึกษาวิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กรการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
2. ผลการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนววิถีวิถีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต
3. ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนววิถีวิถีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต
4. ผลการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบกิจกรรมปรับใช้

1. ผลการศึกษาวิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กรการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

จากการวิเคราะห์และสังเคราะห์องค์การทั้ง 3 แห่งที่เป็นกรณีศึกษานั้นสามารถนำมาสรุป ผลการวิจัยตามกรอบแนววิถีวิถี ได้ดังต่อไปนี้

1.1 การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

จากการสังเคราะห์และวิเคราะห์ขององค์กรที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดรักษาติดยาเสพติดทั้ง 3 แห่ง คือ สำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง และเรือนจำกลางจังหวัดขอนแก่น ตามแนววิถีวิถีพบว่า สภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) ที่พบได้แก่ ด้านครอบครัวของผู้ป่วยขาดความอบอุ่น ขาดการดูแลเอาใจใส่ ประสบภาวะปัญหาด้านจิตใจ มีปัญหาการคบเพื่อนและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น รวมทั้งความทุกข์ของผู้ป่วยที่เกิดจากการศึกษาเศรษฐกิจสังคม ค่านิยมที่เปลี่ยนไป การถูกล่อลวงให้เสพยาเสพติดได้ง่าย มีความยากจนซึ่งเป็นปัญหาที่สำคัญต่อการดำรงชีวิต สำหรับปัญหาที่ผู้ป่วยประสบโดยตรงคือ ผู้ป่วยเมื่อได้เสพยาแล้วรู้สึกอารมณ์ดี แต่เมื่อไม่ได้เสพยารู้สึกหงุดหงิด มีอารมณ์เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา จิตหดหู่ กระวนกระวาย และร่างกายทรุดโทรม ไม่มีแรง สมองสังการช้า ซึ่งเป็นชีวิตก่อนเข้ามารักษา แต่เมื่อเข้าสถานบำบัดแล้วผู้ป่วยได้มีการปรับตัวโดยให้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เช่น ออกกำลังกาย การแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน การประชุมมอบหมายงานหน้าที่ให้ทำ เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยในสถานที่ ทำความสะอาดสถานที่ การให้ผู้ป่วยได้เข้าใจหลักการอยู่ร่วมกัน และให้ผู้ป่วยปรับตัวเข้ากับเพื่อน และการทำสิ่งที่ดีเพื่อตนเอง อนาคต และครอบครัวของผู้ป่วย แต่เจ้าหน้าที่กล่าวว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่รู้สึกลำบากใจ เกิดความขัดข้องใจ ความอึดอัด และทุกข์ใจ และไม่มีความสุขต่อสถานที่ที่ยังไม่คุ้นเคย ทั้งเรื่อง

กฎระเบียบ ข้อบังคับต่าง ๆ เพื่อนร่วมสถานบำบัดด้วย และพูดคุยกับผู้อื่น ไม่สะดวก แต่ต้องปฏิบัติตนให้เข้ากับผู้อื่นเพื่อให้อยู่ร่วมกัน รวมทั้งให้ความคุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมที่ยังไม่คุ้นเคยภายในสถานบำบัด เจ้าหน้าที่ได้ชี้ให้ผู้ป่วยเห็นปัญหาจากการใช้ยาที่จะเกิดโทษภัยต่อตนเองและครอบครัว และไม่มีใครประสบความสำเร็จและมีความสุขตลอดไปตราบเท่าที่ยังพึ่งพาหรือเสพยาเสพติดอยู่ พร้อมทั้งสร้างกำลังใจให้ผู้ป่วยรู้สึกยอมรับตนเองในการเข้ารับการบำบัดเพื่อปลดปล่อยความทุกข์ให้หายไป

วิธีการที่ปลดปล่อยความทุกข์หรือความเครียดให้น้อยลงหรือหมดไปในสถานบำบัด คือ ผู้ป่วยต้องมีการพูดคุยกับเพื่อน ๆ ในกลุ่ม ปรึกษาครูและเจ้าหน้าที่รวมทั้งใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และมีกิจกรรมให้ทำเพื่อลดความเครียด เช่น เล่นดนตรี ร้องเพลง เล่นกีฬา ดูทีวี รวมทั้งตะโกนออกมาดัง ๆ โดยเชื่อว่าสิ่งทั้งหลาย คือ ความทุกข์และความเครียดจะหายไป

สำหรับประเด็นของผู้ป่วยที่เพิ่มเติมก็คือ ปัญหาในเรื่องการเงิน พบว่า ผู้ป่วยมีภาวะหนี้สินมากมายทั้งที่บ้าน ที่ทำงาน ที่ผู้ป่วยต้องใช้กับยาเสพติดส่งผลให้ครอบครัวมีค่าใช้จ่ายภายในมากขึ้น เป็นผลให้ครอบครัวไม่มีความสุข เกิดความแตกแยก ขาดความอบอุ่น ขาดการเอาใจใส่ดูแลภายในพี่น้อง เกิดความแตกแยก รวมทั้งโรกภัยไข้เจ็บ และจิตใจที่หมดหวัง และขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

จากการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาขั้นทุกข์ คือ สภาพของปัญหาของผู้ป่วยจากทั้ง 3 องค์กรที่เกี่ยวข้องแล้ว สามารถนำมาสรุปเป็นความจริงขั้นพื้นฐาน (Grounded Theory) ได้ว่า ปัญหาของผู้ต้องขังคือ การติดยาเสพติดในประเภทต่าง ๆ เช่น ฝิ่น เฮโรอีน กัญชา และยาบ้า เป็นต้น ที่สามารถหาซื้อได้ง่าย และเมื่อมาเข้ารับการบำบัดฟื้นฟูที่สถานบำบัดฟื้นฟูทั้ง 3 แห่ง แล้วปัญหาที่พบก็คือ การปรับตัวเข้ากับกลุ่มเพื่อน กฎระเบียบกติกาย่อบังคับต่าง ๆ สภาพแวดล้อม และความไม่คุ้นเคยกับสถานที่ใหม่ทำให้เกิดความเครียด และวิตกกังวลต่าง ๆ ตลอดจนการเลิกเสพยา ต้องใช้ความอดทนอย่างสูง ทำให้เกิดความทุกข์ทั้งทางร่างกาย และทรมาณจิตใจเป็นอย่างมาก

1.2 สาเหตุให้เกิดปัญหา (ขั้นสมมุติ)

การสังเคราะห์โดยภาพรวมทั้ง 3 แห่ง พบว่า ผู้ป่วยที่ติดยาเสพติด ถือเป็นขั้นทุกข์นั้น เมื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์ขั้นสมมุติที่มีสาเหตุมาจากสภาพจิตใจของผู้ป่วย การชักจูงจากเพื่อนๆ ที่ไม่ดี ความอยากรู้ และอยากทดลองของผู้เสพเอง มีสาเหตุมาจากปัญหาทางครอบครัว เช่น

การขาดความรัก ความอบอุ่น ครอบครัวแตกแยก พ่อแม่หย่าร้าง หรือไม่หย่าร้างเกิดทะเลาะเบาะแว้งกันเป็นประจำภายในครอบครัว บางครั้งถูกพ่อแม่ทอดทิ้ง ทำให้รู้สึกเบื่อหน่ายไม่อยากอยู่ในครอบครัว นอกจากนี้ สภาพแวดล้อมที่อยู่ในชุมชนหรือท้องถิ่นเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่สำคัญที่ช่วยให้ผู้ป่วย แสวงหาสารเสพติดเพื่อหาทางออกที่คิดว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุด ประกอบกับในชุมชนเอื้อต่อการเสพยา เพราะมีจำหน่ายและหาซื้อได้ไม่ยากนัก นอกจากนี้ ผู้ป่วยยาเสพติดมีเวลาว่าง ไม่มีงานทำ ไม่ได้เรียนหนังสือ และไม่มีสถานที่ในการที่จะออกกำลังกาย จึงเป็นสาเหตุให้ทำผิด ก่ออาชญากรรม หรือติดอบายมุขได้ง่าย นอกจากนี้สาเหตุพื้นฐานเบื้องต้นที่สำคัญก็คือ ผู้ป่วยขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และเห็นคุณค่าตนเองน้อย จิตใจอ่อนไหวไปตามกระแส ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ฟุ้งซ่านไปตามกระแสของสังคมที่ชักจูงไปในทางวัตถุนิยม สร้างความเสียหายและเบี่ยงเบนต่อพฤติกรรมเสพยาได้ง่าย สาเหตุที่สำคัญที่เป็นสาเหตุการเสพยาคือ หนึ่งสาเหตุจากตัวผู้เสพเองที่ไม่สามารถหักห้ามใจตนเองได้ เพราะขาดบรมสั่งสอนที่ดีจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง ส่วนประการที่สอง ก็คือ เป็นปัจจัยภายนอกที่เกิดจากสภาพแวดล้อม เพื่อนฝูง และมีแหล่งอบายมุขที่นำไปสู่การติดยาเสพติดได้ง่าย

ผู้ป่วยที่เสพยาที่เข้ารับการบำบัดฟื้นฟูในสถานบำบัดทั้ง 3 แห่ง ที่ประสบปัญหาที่พบมาก คือ การปรับตัวเข้ากับเพื่อนฝูง กฎระเบียบข้อบังคับ กติกาต่าง ๆ สภาพแวดล้อม ตลอดจนวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้อย่างจำกัด ซึ่งเจ้าหน้าที่ได้ทราบถึงปัญหานี้ว่าผู้ป่วยที่เสพยาได้ดำเนินชีวิตที่ผิดพลาดมาแล้ว จำเป็นต้องบำบัดฟื้นฟูแก้ไข และช่วยเหลือ โดยพยายามให้ผู้ป่วยปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน และฝึกจิตใจให้มีความคุ้นเคยกับสถานที่ กฎระเบียบปฏิบัติต่าง ๆ ที่กำหนดไว้ เพื่อให้ผู้ป่วยได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีความเชื่อมั่นในตนเอง พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน รู้จักกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อปรับเปลี่ยนนิสัย การกระทำให้มีชีวิตใหม่ และฝึกฝนผู้ป่วยให้มีสัจจะความจริงใจในการพูด ในการกระทำเพื่อตนเอง และเพื่อนาคคที่จะอยู่ร่วมกับสังคมในอนาคต โดยเจ้าหน้าที่ได้ให้อิสระเสรีในการเข้าบำบัดนี้ เพื่อให้ผู้ป่วยได้เห็นว่า เป็นสถานที่ที่จะทำให้ตนเองปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสร้างจุดมุ่งหมายให้กับตนเองในเวลาเดียวกันด้วย โดยเน้นให้ผู้ป่วยเห็นว่าตนเองยังมีคุณค่าต่อตนเอง ต่อครอบครัว ต่อสังคมชุมชน และยังมีควมรับผิดชอบต่อหน้าที่ และกล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง พร้อมทั้งได้รับการฟื้นฟูสภาพจิตใจและร่างกายด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การอบสมุนไพร การฝึกตามระเบียบวินัย การสร้างความสามัคคี การอบรมเกี่ยวกับโรคต่าง ๆ และพิษภัยที่เกิดจากการใช้สารเสพติด ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความรู้สึกสงบ การตรวจสอบความรู้สึกของตนเองให้อยู่ร่วมกับคน

อื่น และพร้อมที่จะเป็นคนดีของครอบครัวและสังคมต่อไป นอกจากนี้ยังกำหนดแนวทางให้ผู้ป่วยปฏิบัติหลายประการ เช่น หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้เสพยาเสพติด รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ให้รู้จักปฏิเสธความเสี่ยง เมื่อพลาดพลั้งแล้วกลับเป็นคนดีเพื่อตนเองและสังคมได้ โดยเฉพาะคือ เมื่อทำผิดแล้วอย่าโทษผู้อื่น แต่ขอโทษมาแก้ไขที่ตนเอง นอกจากนี้เจ้าหน้าที่ยังปรับเปลี่ยนทัศนคติของผู้ป่วยที่เสพยาถ้ากลับไปเสพยาซ้ำอีก จะนำไปสู่การถูกดำเนินคดีติดคุก และเสียอนาคต จึงควรเปลี่ยนพฤติกรรมทัศนคติว่า อดีตที่ผ่านมาเป็นบทเรียนที่มีคุณค่า ควรปรับเปลี่ยนทัศนคติในทางที่ดีในการที่จะสร้างแรงจูงใจในการแสวงหาอาชีพที่เหมาะสม และทำตนเองให้มีคุณค่าต่อสังคม โดยคิดมองคุณค่าตนเองต่ำ และปมด้อยตนเองที่ผ่านมาอีกต่อไป สำหรับประเด็นที่จะให้ผู้ป่วยอาศัยอยู่ในสถานบำบัดด้วยความสมัครใจนั้น ได้กำหนดให้ผู้ป่วยคิดว่า สถานบำบัดนี้เป็นแหล่งที่ฟื้นฟูและช่วยแก้ไขความผิดพลาดที่เกิดขึ้นแล้ว และให้สามารถ ลด ละ เลิกยาเสพติดได้เด็ดขาด โดยเจ้าหน้าที่ช่วยผลักดันรวมทั้งให้ครอบครัว สังคมชุมชนที่เกี่ยวข้องได้ช่วยผลักดันให้ลดพฤติกรรมเสพยาเสพติดได้อย่างแท้จริง โดยให้ความรัก และความอบอุ่น และหางานทำ รวมทั้งสมัครใจเข้ารับการรักษาในสถานบำบัดนี้ด้วยความเต็มใจ

จากประเด็นเกี่ยวกับสมุทัยหรือสาเหตุของปัญหา สามารถนำมาสร้างเป็นข้อสรุปขึ้นพื้นฐาน (Grounded Theory) ได้ว่า สาเหตุของปัญหาคือ ผู้ป่วยเองขาดความยับยั้งชั่งใจ จิตใจอ่อนไหวได้ง่าย มีความอยากรู้อยากลองทั้ง ๆ ที่รู้อยู่บ้างแล้วว่าเป็นสิ่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพร่างกาย และจิตใจซึ่งถือว่าเป็นสาเหตุภายในของผู้เสพเอง ส่วนสาเหตุภายนอก ได้แก่ สภาพแวดล้อม ความแตกแยกในครอบครัว ขาดความอบอุ่น และถูกทอดทิ้งจากบิดามารดาหรือผู้ปกครอง รวมทั้งมีแหล่งจูงใจต่อการเสพยาเสพติดได้ง่าย ส่วนสาเหตุหลักที่เข้ามาบำบัดรักษาเพราะครอบครัวเห็นว่า อยู่ข้างนอกเป็นผลร้ายต่อผู้เสพมากยิ่งขึ้น จึงได้พามาบำบัดรักษา เมื่อเข้ามาอยู่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับกฎระเบียบและข้อบังคับต่าง ๆ แต่เจ้าหน้าที่ได้ให้ความเป็นเอง ให้คำแนะนำ ปรึกษาหารือในการแก้ปัญหา และชักนำให้เห็นถึงพิษภัยจากสารเสพติด พร้อมทั้งให้เปลี่ยนค่านิยม และทัศนคติต่อตนเองในการ เลิก ละ ได้เด็ดขาดเพื่อชีวิตและอนาคตใหม่ของตนเองของครอบครัว และเพื่อให้อยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

1.3 เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ คือ ความดับทุกข์)

จากการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับเป้าหมาย วัตถุประสงค์ขั้นนิโรธคือการดับความทุกข์นั้น สามารถสรุปได้ว่า เป้าหมายก็คือเพื่อเสริมทักษะให้กับผู้ป่วยมีหลายด้าน

เช่น ด้านอาชีพ มีการวางแผนในการฝึกอาชีพต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละบุคคลเพื่อนำไปประกอบอาชีพในภายหน้า เพื่อให้เกิดความมั่นคงและเป็นหลักในอาชีพที่ตนถนัดและตามความต้องการ สามารถสร้างตนเอง สร้างรายได้ และกลับไปช่วยครอบครัวพี่น้อง และกลายเป็นพลเมืองที่ดีของชาติ ด้านสุขภาพ เป็นการวางแผนและเตรียมความพร้อมในการอบรมเชิงปฏิบัติการทั้งด้านสุขภาพกายและสุขภาพใจ โดยกำหนดเป้าหมายให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็ง มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์สามารถต่อสู้กับการประกอบอาชีพและโรคภัยต่าง ๆ ส่วนสุขภาพจิตใจให้มีจิตใจเบิกบาน ร่าเริง มีความคิดความอ่านที่ดี ยึดมั่นอยู่ในสัจจะและคุณธรรมในทางศาสนาเพื่อเป็นเกาะคุ้มกันภัยจากสารเสพติด ด้านการเรียนรู้ ต้องมีการวางแผนการดำเนินชีวิตให้มีความรู้ความเข้าใจมีทักษะ และมีความถนัดรู้วิธีการแก้ปัญหาเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต การประกอบอาชีพ การทำงานประเภทต่าง ๆ การจัดกิจกรรมในการแก้ปัญหาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้ป่วยเห็นหนทางความก้าวหน้ามีความคาดหวังที่ดี มีครอบครัวที่กำลังรอคอย และเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความรู้ความเข้าใจที่ไปช่วยสังคมได้ในอนาคต นอกจากนี้ได้กำหนดหรือตั้งเป้าหมายให้ผู้ป่วยไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ไม่เที่ยวกลางคืน และไม่มั่วสุมในอบายมุข แต่ตั้งเป้าหมายให้ใช้เวลากับครอบครัว พ่อแม่พี่น้องให้มากขึ้น หากิจกรรมทำร่วมกับครอบครัว สร้างครอบครัวให้เกิดความอบอุ่น สร้างรายได้ และอาชีพอยู่บนความพอเพียง มีอนาคตที่ดีเป็นคนดีของครอบครัว ของสังคม และเพื่อนฝูง นอกจากนี้ ทางสถานบำบัดฟื้นฟูได้กำหนดเป้าหมายหรือกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนการสอน การอยู่ร่วมกันแบบบูรณาการทั้งในด้านกีฬา กิจกรรมนันทนาการ การฝึกอาชีพ และการไม่หวนกลับไปหาสารเสพติดอีก และกิจกรรมที่มีเป้าหมายที่สำคัญคือ ให้ผู้ป่วยมีความเข้มแข็งทางด้านร่างกาย จิตใจ และวิชาการ การอ่านหนังสือ การเล่นดนตรี การทำสมาธิ การทำบุญ ไม่ทำบาป ทำจิตใจให้แจ่มใส และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างพึ่งพาอาศัยกันและกัน นอกจากนี้ยังมีเป้าหมายให้ผู้ป่วยได้ใกล้ชิดกับครอบครัวมากขึ้น และฟื้นฟูร่างกายเข้าอบตัวด้วยสมุนไพรเพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการผ่อนคลายและเต็มใจในการฝึกบังคับตนเองอยู่ในสถานบำบัด นอกจากนี้ยังกำหนดเป้าหมายชีวิตให้สอดคล้องกับความรู้ความสามารถ และความถนัดของผู้ป่วยสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นเพื่อดำเนินกิจกรรมร่วมกัน สำหรับตนเองและผู้อื่น โดยรักษาสัจจะความจริงใจให้กับตนเอง และคนอื่น ไม่พึ่งพายาเสพติด และแอลกอฮอล์ โดยไม่เสพ ไม่ขาย ไม่ผลิต และไม่คบค้าสมาคมกับผู้ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด นอกจากนี้ยังมีเป้าหมายให้ผู้ป่วยรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง และปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น อิทธิบาทสี่ คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา ในการประกอบอาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร และพิจารณาไคร่ครวญถึงพิษภัยของยาเสพติดที่มีโทษมหันต์ที่ทำให้ผู้ป่วยถึง

ตาย หรือไม่ตายก็พิจารณา ส่วนผู้ขายถูกดำเนินคดี อีกประการหนึ่งก็คือ การวางแผนเป้าหมายชีวิต การพัฒนาทักษะชีวิตที่จำเป็น ด้วยการศึกษาล่าเรียน มีอาชีพทำงานช่วยเหลือครอบครัว สร้างความเชื่อมั่นให้ตนเอง ทำงานสุจริต สืมมอดิตที่โหดร้าย และเริ่มต้นชีวิตใหม่ด้วยการทำดี เพื่อชีวิตที่ดี ทั้งในวันนี้และในวันหน้า โดยให้เข้าใจหลักการใหม่ว่า เราต้องรับผิดชอบตนเอง และตั้งใจทำงาน เคารพเชื่อฟังผู้ใหญ่ ยึดมั่นอยู่ในหลักธรรม พังฆรรมะ เพื่อเป็นกำลังใจในการทำมาดี และพร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ฝึกจิตใจให้มีความสงบเยือกเย็น โดยไม่พึ่งพาอาศัยใคร และตั้งเป้าหมายทำงานทุกอย่างด้วยความซื่อสัตย์สุจริต และด้วยความขยันหมั่นเพียร ทั้งหมดนี้เป็นเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ทางด้านบวกที่สถานบำบัดฟื้นฟูได้กำหนดเป้าหมายให้ผู้ป่วยเห็นคุณค่าของตนเองเพื่อกลับไปอยู่ร่วมกับครอบครัวและในสังคม

จากประเด็นเกี่ยวกับเป้าหมายในการดับทุกข์ ซึ่งเป็นขั้นนิโรธหรือเป้าหมายในการแก้ปัญหาของผู้ป่วยที่เสพยา สามารถนำมาสร้างเป็นข้อสรุปขั้นพื้นฐาน (Grounded Theory) ได้ว่า เป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ในการดับทุกข์ คือ การลดละยาเสพติดที่กำหนดไว้ คือ การวางแผนด้านอาชีพที่เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละบุคคลที่มีความถนัดและมีความต้องการ ด้านสุขภาพ วางแผนเตรียมความพร้อมการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อให้เกิดความเข้มแข็ง และมีสุขภาพแข็งแรง ทางด้านร่างกาย ส่วนจิตใจให้มีความร่าเริงเบิกบาน มีจิตใจสงบ ยึดมั่นอยู่ในศีลธรรม คุณธรรมของศาสนา และด้านการเรียนรู้เป็นการวางแผนเป้าหมายในการดำเนินชีวิตด้วยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ดนตรี อ่านหนังสือ เล่นกีฬา ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และให้รู้เท่าทันสภาพของสังคม โดยเฉพาะให้เรียนรู้ถึงพิษภัยของยาเสพติดว่ามีแต่โทษอย่างเดียวทั้งผู้เสพ ผู้ค้า และผู้ผลิต โดยกำหนดให้เรียนรู้เพื่อสร้างทักษะชีวิตใหม่ให้กับตนเองเพื่อให้กลับไปอยู่ร่วมกับครอบครัว สังคม ชุมชน ได้อย่างปกติสุข เมื่อฟื้นฟูบำบัดหายจากการติดยาเสพติดไปแล้ว

1.4 แนวทาง/วิธีการให้บรรลุเป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นมรรค)

จากการวิเคราะห์ และสังเคราะห์ สถานบำบัดทั้ง 3 แห่ง พบว่า แนวทางหรือมรรคในการแก้ปัญหาให้เป็นไปตามเป้าหมาย (นิโรธ) ที่กำหนดไว้นั้น พบว่า ได้จัดให้มีการทำจัดประวัติบุคคล จัดกิจกรรมต่าง ๆ แบ่งกลุ่มให้ดูแลซึ่งกันและกัน ตรวจสอบพฤติกรรม มีการกำหนดกติกาเดียวกัน และกัน มีการสอนให้ความรู้กับมารดาบิดาหรือผู้ปกครองหลังจากออกจากสถานบำบัด กำหนดให้ผู้ป่วยถือศีลจะ สร้างศรัทธาเชื่อมั่นในตนเอง ใช้ปัญญาพิจารณา ไม่ใช่อารมณ์ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น สร้างแนวทางและวิธีการให้ผู้ป่วยได้ดำเนินชีวิต แบบบุคคลธรรมดาทั่วไป และที่สำคัญก็คือ

สร้างจิตสำนึกที่ดีสำหรับผู้ป่วยเพื่อให้ดำเนินชีวิตด้วยความพอเพียงตามกระแสพระราชดำรัส และตามหลักธรรม คือ มรรคมีองค์แปดประการ ซึ่งถือว่าเป็นทางสายกลางที่บุคคลใดสามารถยึดมั่นอยู่ในมรรคทั้งแปดประการนี้แล้ว ผู้นั้นสามารถดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งทางสายกลางนี้ หมายถึง การคิดเห็นในทางที่ถูกต้องชอบธรรม ความคิดความดำหรินึกคิดในทางที่ดีที่ชอบประกอบด้วยคุณธรรม การเจรจาที่ประกอบด้วยประโยชน์เว้นจากการพูดเท็จ พูดคำหยาบ พูดส่อเสียด พูดไร้สาระ การประกอบอาชีพที่สุจริตไม่เกิดโทษพิษภัยต่อตนเองและผู้อื่น การเลี้ยงชีพชอบใช้จ่ายแบบพอเพียงไม่ฟุ้งเฟ้อเป็นหนี้สิน การมีความ پاکเพียรมีความขยันในการประกอบคุณงามความดีต่อตนเองและผู้อื่น การระลึกชอบมีสติสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลาในการคิดทำสิ่งใด ๆ การทำจิตใจให้สงบเยือกเย็นไม่ฟุ้งซ่านไม่หวั่นไหวไปตามกระแสโลกแต่ใช้ปัญญาในการพิจารณาที่ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งจากการสังเคราะห์ในภาพรวมของประเด็นสุดท้ายคือมรรคนี้ พบว่า ทั้งเจ้าหน้าที่และผู้ป่วยต้องดำเนินการแก้ไขปัญหาย่างชัดเจนให้เป็นไปตามเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ มีการจัดสร้างสื่อต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ปัญหา ทั้ง VCD และ หนังสือ ตำรา หรือข้อความต่าง ๆ เพื่อให้เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับการศึกษาเสพติดไว้อย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งสื่อต่าง ๆ นี้เป็นการเสริมสร้างการเรียนรู้ทั้งในเรื่องของยาเสพติด การประกอบอาชีพ การพัฒนาจิตใจ การออกกำลังกาย และอื่น ๆ โดยกำหนดให้ผู้ป่วยฝึกทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ฝึกให้ผู้ป่วยทำงานทุกวัน และกำหนดให้ผู้ป่วยสมัครใจหรือถนัดในเรื่องใดสามารถเรียนรู้ฝึกปฏิบัติในสิ่งนั้น ๆ ทำตามที่ตนเองต้องการ เช่น ฝึกงานด้านช่างฝีมือ ทำอิฐบล็อก ช่างตัดผม ช่างซ่อมเครื่องยนต์ ช่างซ่อมทีวี และคอมพิวเตอร์ เป็นต้น โดยมีครูฝึกสอนเป็นประจำ และที่สำคัญ คือ ได้มีพระสงฆ์มาฝึกฝนด้านจิตใจให้มีขันติความอดทน ในการพัฒนาความรู้ในการประกอบอาชีพ ทำจิตใจให้สงบ รวมทั้งฝึกสมาธิเป็นประจำด้วย และกิจกรรมที่ส่งเสริมให้สำเร็จตามเป้าหมายอีกอย่างหนึ่งคือ การจัดกิจกรรมส่งเสริมการโต้วาที การอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน การจัดกลุ่มสัมพันธต่าง ๆ การสนทนาด้วยการมีสติ ไม่ใช่อารมณ์ในการสนทนา มีการออกกำลังกาย และกิจกรรมที่ผ่อนคลายคือ กิจกรรมการบันเทิง การเล่นเกม กิจกรรมประกอบจังหวะ ฉายวีดีโอ ละครสั้น การดูหนังฟังเพลง และการผ่อนคลายความเครียดด้วยการสร้างบรรยากาศที่ทำให้ตนมีคุณค่า และสร้างแต่ความดีให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน มีงานอดิเรกทำ การไปวัดพูดคุยธรรมะฝึกจิตภาวนา และกิจกรรมที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือ ส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีความรับผิดชอบต่อสังคม มีความสำนึกรับผิดชอบในทางที่ดี และตนเองเป็นประโยชน์ต่อครอบครัวและสังคมรวมทั้งประเทศชาติ ประเด็นสุดท้ายคือ การสร้างความเชื่อมั่นและไม่กลับมา

เสพซ้ำอีก โดยกำหนดแนวทางให้ผู้ป่วยทุกรายที่เข้ารับการรักษาต้องรับสั่งจะว่า ในชีวิตนี้ ไม่กลับไปติดยาเสพติดอีก พร้อมทั้งฝึกให้ผู้ป่วยมีสติสัมปชัญญะในการแก้ปัญหา รู้ถึงโทษภัยของยาเสพติดที่ตนเองได้รับความทุกข์ทรมานมาแล้วทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจรวมทั้งด้านอารมณ์ เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่า ไม่กลับไปเสพซ้ำอีก นั่นคือ เป็นการสร้างความเชื่อมั่นเพื่อการเลิกยาเสพติดของแต่ละรายได้อย่างถาวร รวมทั้งให้ประเมินตนเองเพื่อหาข้อดีข้อเสีย และนำมาปรับปรุงคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น โดยใช้สติปัญญาในการทบทวนตนเอง และประเมินผลที่จะสร้างความรับผิดชอบในการเลิกยาเสพติดให้ได้ โดยให้ยึดมั่นอยู่ในมรรคมืองค์แปดประการ ซึ่งถือว่าเป็นทางสายกลาง สำหรับผู้เลิกยาเสพติดได้เป็นอย่างดี

จากประเด็นเกี่ยวกับแนวทางในการแก้ปัญหาให้เป็นไปตามเป้าหมาย ซึ่งเป็นขั้นมรรคนั้น สามารถนำมาสร้างเป็นข้อสรุปขั้นพื้นฐาน (Grounded Theory) ได้ว่า ได้จัดทำประวัติ มีกิจกรรมที่หลากหลาย ตรวจสอบพฤติกรรมของผู้ป่วย กำหนดให้ผู้ป่วยถือสัจจะต่อตนเองว่า ต้องลดละ เลิกและไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดทุกชนิด โดยไม่ค้าขาย ไม่ครอบครอง ไม่ติดไม่เสพ เป็นการกำหนดชีวิตให้กับตนเอง และสร้างศรัทธาให้กับตนเอง และให้ดำเนินชีวิตด้วยความพอเพียงตามพระราชดำรัส และยึดมั่นตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ มรรคมืองค์แปดประการ ได้แก่ ความเห็นชอบ คำริชชอบ เจริญชอบ ทำการงานชอบ เลี้ยงชีวิตชอบ วาจาชอบ เพียรพยายามชอบ มีสติสัมปชัญญะ และมีสมาธิ โดยใช้ปัญญาในการแก้ปัญหานำไปสู่ความหลุดพ้น คือ ไม่ข้องเกี่ยวกับยาเสพติดทุกชนิดอย่างถาวรเมื่อออกจากสถานบำบัดฟื้นฟูไปแล้วเพื่อให้อยู่ร่วมกับครอบครัวสังคมชุมชนอย่างปกติ และเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศต่อไป

2. ผลการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต สรุปได้ดังนี้

2.1 หลักการและเหตุผล หลักการและจุดมุ่งหมายของการจัดกิจกรรมเป็นการพัฒนากลุ่มเป้าหมายให้มีคุณธรรมจริยธรรม มีทักษะชีวิตในการดำรงตนที่ดี เห็นคุณค่าตนเอง และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ รวมถึงสามารถแก้ปัญหาที่ขึ้นเกิดขึ้นด้วยกระบวนการของอริยสัจสี่

2.2 วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรม ผู้เข้าร่วมรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีการเรียนรู้ทักษะชีวิต และสามารถอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ ได้แนวทาง

ในการพัฒนาตนเองมีความรู้ ความเข้าใจ และเกิดความตระหนักในการแก้ปัญหาจากรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ นำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ดี และเรียนรู้กระบวนการของนิโอฮิวแมนนิส เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตที่นำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเอง และมีศักยภาพยิ่งขึ้น

2.3 หัวข้อการเรียนรู้ของการจัดกิจกรรม การพัฒนารูปแบบกิจกรรม เป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาผู้ต้องขังชายซึ่งเป็นผู้ป่วยยาเสพติด ให้มีทักษะในการดำเนินชีวิต และมีทักษะการแก้ปัญหาตามแนวทางอริยสัจสี่ มุ่งปลูกฝังให้ผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำได้เรียนรู้ทักษะชีวิต แนวทางแก้ปัญหาตามอริยสัจสี่ และกระบวนการนิโอฮิวแมนนิส จึงได้กำหนดหัวข้อในการจัดกิจกรรม ดังนี้ ด้านทักษะชีวิตมี 5 องค์ประกอบ คือ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด แนวคิดนิโอฮิวแมนนิส ประกอบไปด้วย การสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย การเสริมสร้างภาพพจน์ด้านบวก การเรียนรู้ด้วยการฝึกฝนและปฏิบัติ การมุ่งใจเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ การบูรณาการทักษะชีวิตและกระบวนการนิโอฮิวแมนนิส ภายใต้กรอบการแก้ปัญหาตามแนวอริยสัจสี่ คือ **ขั้นทุกข์** หมายถึง การกำหนดรู้จักสภาพปัญหา **ขั้นสมุทัย** หมายถึง เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์หรือปัญหา จึงกำหนดเหตุแห่งทุกข์เพื่อกำจัด **ขั้นนิโรธ** หมายถึง การดับทุกข์อย่างมีเป้าหมาย ต้องมีการกำหนดว่าจุดหมายที่ต้องการดับนั้นคืออะไร **ขั้นมรรค** หมายถึง กระบวนการที่เป็นแนวทางให้บรรลุเป้าหมายในการแก้ปัญหา เป็นการกำหนดวิธีการในรายละเอียดและปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา หรือข้อปฏิบัติต่าง ๆ

2.4 คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดที่เน้นผู้เสพเท่านั้น ที่ถูกต้องขังในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่ มีความสนใจและสมัครใจยินดีเข้าร่วมโครงการตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดโครงการ จำนวน 28 คน

2.5 ขั้นตอนการดำเนินงาน จัดเตรียมแผนงาน กิจกรรม สื่อการเรียนรู้ รูปแบบการจัดกิจกรรมที่สร้างขึ้น ประชาสัมพันธ์ และรับสมัครผู้เข้าร่วมรูปแบบการจัดกิจกรรม ดำเนินกิจกรรมตามรูปแบบที่กำหนดไว้ และเตรียมแบบวัดประเมินผลผู้เข้าร่วมรูปแบบการจัดกิจกรรม

2.6 เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรม บรรยายให้ความรู้ อภิปรายเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ฝึกฝนด้วยการปฏิบัติจริง กิจกรรมส่วนบุคคลและกิจกรรมกลุ่ม การเรียนรู้ด้วยตนเอง และศึกษาตามอัธยาศัย

2.7 วิทยากร พระครูอดุลสรนิเทศ (ดำรงค์ เบญจคีรี) และคณะทำงาน

2.8 ระยะเวลา การบรรยายให้ความรู้และฝึกฝนปฏิบัติ ใช้เวลา 10 วัน โดยใช้เวลาภาคเช้าของเรียนจำตั้งแต่เวลา 09.00-12.00น. โดยจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เว้นเฉพาะวันเสาร์และวันอาทิตย์เนื่องจากเป็นวันหยุดราชการ การฝึกปฏิบัติเข้มข้น จำนวน 1 วัน ตั้งแต่ 09.00-16.00 น. การทำดีท็อกเพื่อล้างพิษ ความรู้อาหารธรรมชาติ การสนทนาภายในกลุ่มตามภาระงานกลุ่มวันละ 3 ชั่วโมง และการมอบหมายไปงานบุคคลให้ทำ วันละ 3 ชั่วโมง หลังการจัดกิจกรรมในแต่ละวัน ตั้งแต่ภาคบ่าย เวลา 13.00 เป็นต้นไป และการเรียนรู้ด้วยตนเองจากคู่มือ และศึกษาตามอัธยาศัยในห้องสมุดเรียนจำ เพื่อให้ครบกำหนดเวลา 100 ชั่วโมง

2.9 สถานที่จัดกิจกรรม การเรียนรู้กิจกรรมจัดที่ห้องอบรมผู้ต้องขัง ณ เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ส่วนการเรียนรู้ด้วยตนเอง และศึกษาตามอัธยาศัย ณ ห้องสมุดของเรือนจำ และที่พักของแต่ละบุคคล

2.10. โครงสร้างและแผนกิจกรรมการเรียนรู้ แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้กำหนดโครงสร้างเป็นโปรชาร์ตพร้อมแผนสาระการเรียนรู้ไว้ 10 แผน โดยแผนกิจกรรมการเรียนรู้หนึ่งแผน จะใช้ระยะเวลา 3 ชั่วโมง รวมจำนวน 30 ชั่วโมง สำหรับจัดกิจกรรมให้ผู้ต้องขังที่เสพยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

2.11 กำหนดการของกิจกรรม กำหนดการของกิจกรรมได้จัดระยะเวลาไว้จำนวน 11 วัน ตั้งแต่วันที่ 20 พฤศจิกายน – 30 พฤศจิกายน 2553 ส่วนในวันที่ 12 ของการจัดกิจกรรม คือวันที่ 1 ธันวาคม 2553 เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลในวันสุดท้ายของการจัดกิจกรรม พร้อมทั้งปิดโครงการการจัดกิจกรรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตตามแนวอริยสัจสี่

2.12 การประเมินผลหลังการทดลองกิจกรรม การประเมินผลหลังการทดลองใช้แบบวัดต่าง ๆ ดังนี้ (1) แบบวัดทักษะชีวิต 5 ด้าน (2) แบบบันทึกการสังเกตทักษะชีวิต (3) แบบสำรวจ

ความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม (4) แบบประเมินตนเอง (5) แบบสัมภาษณ์ผลของการจัดกิจกรรม (6) แบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไขในการนำรูปแบบไปปรับใช้

2.13 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากกิจกรรม ผู้เข้าร่วมรูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต ได้รับประโยชน์ คือ 1. ช่วยพัฒนาการเรียนรู้ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกับผู้อื่น 2. ได้แนวทางในการพัฒนาตนเองตามรูปแบบกิจกรรมที่จัดขึ้นไปใช้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นต่อไป 3. องค์กรที่เกี่ยวกับการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด ได้รูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ประโยชน์ต่อไป

2.14 ผู้รับผิดชอบโครงการจัดกิจกรรม พระครูอดุลสรนิเทศ (คำรงค์ เบญจศิริ)

3. ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต

ผู้วิจัยได้พัฒนาได้พัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยใช้เครื่องมือการวิจัยซึ่งผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

ผู้ต้องขังชายที่เป็นกลุ่มทดลองในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่จำนวน 28 คน มีอายุระหว่าง 20-24 ปี ร้อยละ 50.0 รองลงมา อายุระหว่าง 25-29 ปี มีร้อยละ 28.6 โดยมีอายุต่ำสุดคือ 21 ปี อายุสูงสุด 42 ปี และมีอายุเฉลี่ย 26.04 ปี เป็นโสดร้อยละ 57.1 จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 67.9 รองลงมา ประถมศึกษาร้อยละ 21.4 ต้องโทษมาไม่เกิน 2 ปี ร้อยละ 53.6 รองลงมาไม่เกิน 1 ปี ร้อยละ 42.9 และระยะเวลาต้องโทษที่เหลืออยู่ไม่เกิน 2 ปี มีร้อยละ 46.4 รองลงมา มากกว่า 2 ปีขึ้นไป มีร้อยละ 32.1

ความคิดเห็นความรู้สึของผู้ต้องขังชายก่อนและหลังการทดลอง ในภาพรวมทั้ง 5 ด้านพบว่า เพิ่มขึ้นทั้ง 5 ด้าน เช่น ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ย 3.30 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.49 หลังการทดลองเพิ่มขึ้นเป็นค่าเฉลี่ย 4.55 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.34 และด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดก่อนการทดลอง มีค่าเฉลี่ย 2.76 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.38 หลังการทดลองเพิ่มขึ้น ค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้น 4.36 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.32

ผลการทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างความคิดเห็นความรู้สึของผู้ต้องขังชายก่อนและหลังการทดลอง พบว่า ทั้ง 5 ด้าน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 นั่นคือ ระดับความคิดเห็นความรู้สึของผู้ต้องขังชายมีทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันเพิ่มขึ้น หลังจากทดลองหรือเข้าร่วมกิจกรรมแล้วซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมผู้ต้องขังชายมีความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมนอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม พบว่า มีความพึงพอใจในด้านเนื้อหาสาระและโครงสร้างของกิจกรรมระดับมาก คือ หัวข้อการอบรมมีความเหมาะสมกับรูปแบบที่จัด วัตถุประสงค์ของการจัดอบรมมีความชัดเจน เนื้อหาของกิจกรรมแต่ละด้านมีความสมบูรณ์ วิทยากรมีความเหมาะสมในการอบรม การประเมินผลในการจัดกิจกรรม และการได้รับประสบการณ์ใหม่ โดยมีค่าเฉลี่ย 4.53 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.74 ด้านแผนการจัดกิจกรรมของทักษะชีวิตมีทั้งหมด 8 กิจกรรม พบว่า ทั้ง 8 กิจกรรมมีระดับความพึงพอใจมากทุกกิจกรรม เช่น กิจกรรมเรื่องการผ่อนคลายความเครียดด้วยคลื่นสมองต่ำมีค่าเฉลี่ย 4.39 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.78 ส่วนด้านกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการฝึกปฏิบัติซึ่งมี 4 กิจกรรม พบว่า มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 4 กิจกรรม เช่น การสร้างภาพพจน์ด้านบวกมีค่าเฉลี่ย 4.28 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.59 นอกจากนี้ผู้ต้องขังชายได้มีข้อเสนอแนะที่ควรปรับปรุงแก้ไข อันดับ 1 คือ ระยะเวลาสั้นเกินไปน่าจะมากกว่านี้ในการทำกิจกรรมมีร้อยละ 68.2 อันดับ 2 คือ สถานที่ไม่เพียงพอในการจัดกิจกรรม คับแคบ สิ่งแวดล้อมไม่อำนวย มีร้อยละ 50.0 ส่วนอันดับ 3 คือ ขาดสื่อและอุปกรณ์ในการสอน น่าจะมีมากกว่านี้ ร้อยละ 45.5 ส่วนกิจกรรมที่ผู้ต้องขังชายชอบมากที่สุดก็คือ การฝึกสมาธิ ทำให้ร่างกายผ่อนคลายจิตใจสงบสบาย และนำไปใช้ในชีวิตได้จริง มีร้อยละ 80.0 รองลงมาคือ ได้ความรู้มากพระอาจารย์แนะนำสิ่งที่ดี ๆ รู้จักโทษของยาเสพติด และรู้จักรับผิดชอบดีขึ้น มีร้อยละ 48.0 นอกจากนี้ ยังเสนอแนะเพิ่มเติมว่า อยากให้มีกิจกรรมเช่นนี้อีก เพราะทำให้เกิดประโยชน์และคนอื่นจะได้รับความรู้ดี ๆ เช่นนี้บ้าง มีร้อยละ 44.4

ผลการประเมินตนเองของผู้ต้องขังชาย จากการวิเคราะห์แบบประเมินผล พบว่า ผู้ต้องขังชายมีการทบทวนเนื้อหากิจกรรมในคู่มือกับการเรียนรู้กับแผนการจัดกิจกรรมแต่ละวัน และการผ่อนคลายในการทำคลื่นสมองให้ต่ำมีเท่ากัน คือร้อยละ 78.6 รองลงมาคือ การฝึกสมาธิ ปฏิบัติทุกวัน ร้อยละ 71.4 ส่วนการพูดเชิงบวกกับเพื่อน ๆ ในกลุ่มที่ปฏิบัติทุกวันมีร้อยละ 60.7 แต่เมื่อ

พิจารณาจากค่าเฉลี่ยของการประเมินตนเองของผู้ต้องขังชายแล้ว พบว่า มีการปฏิบัติมากในทุกประเด็น คือ ทั้ง 7 ประเด็น

ผลการสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรมของผู้บริหารและเจ้าหน้าที่เรือนจำ จากการวิเคราะห์ที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่เรือนจำเกี่ยวกับการใช้คู่มือการจัดกิจกรรม การศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมนั้น พบว่า ผู้ต้องขังชายมีระดับการเรียนรู้อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 62.5 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 25.0 ส่วนที่มีระดับความรู้มากที่สุดมีร้อยละ 12.5 และทั้งหมดบอกว่า คู่มือการจัดกิจกรรมนี้มีผลต่อการดำเนินชีวิตภายนอก เช่น คนรอบข้างยอมรับเข้าสังคมได้ อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข และเจ้าหน้าที่ได้ระบุว่า ผู้ต้องขังชายมีระดับการปฏิบัติตามคู่มือที่ปฏิบัติบ่อยครั้ง (3-4 ครั้ง/สัปดาห์) มีร้อยละ 62.5 ส่วนที่ปฏิบัติเป็นประจำ (ทำทุกวัน) มีร้อยละ 25.0 ส่วนที่ปฏิบัติน้อยครั้ง (1-2 ครั้ง/สัปดาห์) มีร้อยละ 12.5 ส่วนปัญหาที่พบในการใช้คู่มือการจัดกิจกรรมก็คือ เวลา สถานที่ สภาพแวดล้อม ชนเผ่า และการศึกษา มีร้อยละ 37.5 ส่วนที่ไม่พบปัญหามีร้อยละ 62.5 นอกจากนี้ เจ้าหน้าที่ยังกล่าวว่า ทักษะชีวิตมีความสำคัญมากที่สุด 2 ด้าน คือ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง และด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด มีเท่ากันคือ ร้อยละ 37.5 และเจ้าหน้าที่ร้อยละ 70.0 กล่าวว่า ไม่ต้องเปลี่ยนแปลงกิจกรรมในการจัด เพราะมีความเหมาะสมอยู่แล้ว

ผลการสังเกตพฤติกรรมของผู้ต้องขังชายในระหว่างการจัดกิจกรรมในเรือนจำ สามารถสรุปผลการบันทึกการสังเกตพฤติกรรมเป็น 5 ด้าน ดังนี้

(1) ทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ พบว่า มีการร่วมมือในการทำงานเป็นอย่างดี ทำงานรวมกลุ่มในภาพรวมด้วยความสามัคคี และช่วยกันตัดสินใจแก้ปัญหาในกลุ่มได้อย่างมีเหตุผล ทำงานได้รวดเร็ว มีการคิดสร้างสรรค์ที่ดี ใ้รายละเอียดในการคิดอย่างมีเหตุผล มีการวิเคราะห์ได้ดีในระดับหนึ่ง ในการคิดนอกกรอบนั้นมีบางกลุ่มคิดได้มุมเดียว แต่ก็มีการนำประสบการณ์มาใช้ได้ผลดี แต่ก็มีบางอันมีความกระตือรือร้นในการคิดค่อนข้างน้อย

(2) ทักษะชีวิตด้านการเห็นใจผู้อื่น พบว่า สมาชิกในกลุ่มมีความรับรู้ถึงความรู้สึก และเห็นใจผู้อื่น แต่ยังไม่กล้าแสดงออก แต่มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน แม้ว่าจะต่างวัย ต่างการศึกษา ต่างศาสนาหรือประสบการณ์ก็ตาม มีการให้อภัยซึ่งกันและกัน ความขัดแย้งภายในกลุ่มไม่ค่อยเกิดขึ้นมากนัก บางกลุ่มมีการช่วยเหลือให้คำปรึกษาแก่กันและกันเป็นผลให้ประสบผลสำเร็จ แต่บางกลุ่ม

ก็ร่วมมือกันน้อย ในด้านการเปิดใจยอมรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นกัลยาณมิตรที่คั้น ส่วนใหญ่เปิดใจกว้างจึงทำให้ทุกอย่างเป็นไปได้ในทางสร้างสรรค์และเป็นกัลยาณมิตรที่ดีต่อกัน

(3) ทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าตนเอง จากการสังเกต พบว่า การทำงานในกลุ่มมีความคิดเห็นและมีความภูมิใจ และเห็นคุณค่าในการนำเสนอแนวคิดจนทำให้กิจกรรมที่เป็นงานกลุ่มประสบผลสำเร็จส่วนความสามารถในการเป็นที่พึ่งของเพื่อนนั้น สามารถเป็นที่พึ่งให้แก่กันและทำงานแทนกันได้เมื่ออีกฝ่ายหนึ่งติดภารกิจ นอกจากนี้ทุกคนยังเห็นคุณค่าให้เกียรติซึ่งกันและกัน และพยายามทำงานที่ได้รับมอบหมายเต็มความสามารถโดยไม่แบ่งชั้นวรรณะ หรือตำแหน่งใด ๆ ทุกคนที่อยู่กลุ่มมีความสามารถและนำศักยภาพมาใช้กับกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม ในบางกลุ่มกล้าแสดงออกเป็นอย่างดี และทำหน้าที่ของกลุ่มได้ดีเป็นพิเศษ ส่วนการสังเกตเป็นรายบุคคลพบว่า มีบางคนที่มีทักษะของความเป็นผู้นำและมีความรับผิดชอบต่อกิจกรรมเป็นอย่างดี ส่วนความตั้งใจทำกิจกรรมนั้นทุกกลุ่มมีความตั้งใจอย่างเต็มความสามารถทำด้วยความสามัคคีและกล้าแสดงออก รวมถึงการระดมสมองในการคิดอย่างมีจุดหมาย และในการทำงานกลุ่มนั้น ทุกคนขี้มขี้มร่าเริงแจ่มใส พุดคุยสนุกอย่างเป็นกันเอง เมื่อสังเกตเป็นรายบุคคล พบว่า ทุกคนมีบุคลิกภาพดี อารมณ์ดีไม่เครียด และใส่ใจต่อการทำงานอย่างสนุกเร้าเริง

(4) ทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม พบว่า กลุ่มมีความรับผิดชอบต่อการทำกิจกรรม และทุกคนให้ความร่วมมืออยู่ในขั้นดีมาก บางกลุ่มมีการระดมการเขียน การแสดงความคิดเห็นอย่างตั้งใจมีการให้ความร่วมมือกับวิทยากรในภาพรวมอยู่ในเกณฑ์ดี เพราะทุกคนตั้งใจฟัง เพราะแสดงออกทางสีหน้า และท่าทางเร้าเริงแจ่มใส และตอบคำถามทุกครั้งอย่างตั้งใจเมื่อวิทยากรดำเนินการให้ทำกิจกรรม พฤติกรรมที่พบอีกอย่างหนึ่งก็คือ กลุ่มตั้งใจเรียนรู้และทำกิจกรรมอย่างเต็มที่ตามที่ได้รับมอบหมาย และเสร็จสิ้นตามระยะเวลาที่มอบหมาย มีบางกลุ่มสุ่มสึกระเข้าหากันนอนราบกับพื้นเป็นวงกลมเพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน มีความรู้สึกลัว ทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการทำงานทุกขั้นตอน และแบ่งหน้าที่ในการทำงานอย่างตั้งใจ และภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และทุกคนในกลุ่มมีจิตอาสาช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม และทำงานด้วยความกระตือรือร้น เมื่อสังเกตเป็นรายบุคคล พบว่า บางคนมีจิตใจดี ช่วยเหลือเพื่อน ๆ อย่างเต็มที่ และด้วยจิตอาสาที่แสดงออกอย่างเด่นชัด

(5) ทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด พบว่า อารมณ์ของผู้ร่วมกิจกรรม สังเกตได้เป็นสองแบบ คือ อารมณ์แรกคืออารมณ์ที่หงุดหงิดเมื่องานไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง ส่วนอารมณ์ที่สอง คือ อารมณ์ทำท่าย เพราะต้องการทำกิจกรรมนั้นให้ได้ตามที่ต้องการ และระดับความอดทนของกลุ่มจากการสังเกตอยู่ในขั้นดีเยี่ยม ไม่พบบุคคลในกลุ่มมีความโกรธเคืองกันแต่ประการใด แม้ว่าจะมีสิ่งช่วยจากเพื่อน ๆ ก็ตาม ทุกคนในกลุ่มมีสติคือความรู้สึกตัวตลอดเวลาในการทำกิจกรรมค่อนข้างดีจึงไม่ค่อยพบปัญหาอะไรมากนัก โดยเฉพาะในเรื่องของความโกรธ เท่าที่สังเกตทุกคนมีทัศนคติที่ดีและมองโลกอย่างสร้างสรรค์ แม้ว่าในบางเรื่องจะเครียดแต่ก็ทำให้เป็นเรื่องขบขันได้ มีการศึกษาพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันทั้งในกลุ่มและรายบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล ทุกคนในกลุ่มเท่าที่สังเกตพฤติกรรมจะมีใจเยือกเย็น มีเหตุผลว่าเรื่องที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากอะไร ถ้าเป็นเรื่องไม่ดีก็จะปล่อยวางไม่นำมาคิดให้เสียเวลาเป็นการปรับอารมณ์ให้เข้ากับสถานการณ์ได้โดยไม่ยากนัก ทุกคนในกลุ่มพยายามไม่ยุ่งเกี่ยวกับกลุ่มที่ก่อให้เกิดความเครียดและไม่คิดฟุ้งซ่านหรือคิดในเรื่องก่อให้เกิดความหดหู่ใจ และพยายามปรับอารมณ์ให้อยู่ในความสงบใจ เช่น การฝึกโยคะ สมาธิ และการผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองต่ำ ส่วนผลของความเครียดที่ก่อให้เกิดโรคร้ายต่อชีวิตนั้น พบว่า ทุกคนต่างรู้ผลของความเครียดที่ทำให้เกิดโรคต่าง ๆ ดังนั้น โดยภาพรวม ความเครียดที่เกิดขึ้นแล้วก็จะกลับสู่ปกติในระดับที่ลดลง

4. ผลการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขเกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบกิจกรรมไปปรับใช้

จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มย่อย สามารถนำมาสรุปเป็น 2 ประเด็น คือ ด้านปัจจัยและด้านเงื่อนไข ซึ่งมีดังต่อไปนี้

4.1 ปัจจัยเกี่ยวกับการนำรูปแบบกิจกรรมไปปรับใช้ พบว่า ปัจจัยด้านบริหารและจัดการ ควรได้รับการปรับปรุงการจัดกิจกรรม การจัดหาสถานที่ การมีวิทยากร และบุคลากรที่มีความรู้ทักษะไว้ให้พร้อม สนับสนุนอุปกรณ์ในการจัดรวมทั้งงบประมาณ การรักษาความปลอดภัย และการสร้างขวัญกำลังใจให้แก่ผู้ดำเนินงาน ในเรื่องการประเมินผลกลุ่มเป้าหมายทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรม ในภาพรวมเห็นว่ามีมีความสำคัญและจำเป็นเพื่อช่วยให้ผู้ต้องขังชายได้รับการเยียวยาอย่างเป็นระบบทั้งก่อนและหลัง รวมทั้งสร้างทัศนคติของผู้บริหารในเชิงบวกด้วย นอกจากนี้หน่วยงานที่รับผิดชอบต้องกำหนดนโยบายการบริหารอย่างเป็นระบบเพื่อการบำบัดฟื้นฟูให้ประสบผลสำเร็จ ส่วนผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการบำบัดนั้นมี 2 ลักษณะ คือ ระบบการบังคับ และ

ระบบสมัครใจ และสถานบำบัดควรสร้างความรู้ความเข้าใจในขั้นตอนต่าง ๆ เพื่อให้กลุ่มผู้ติดยาเสพติดได้รับทราบ และเตรียมความพร้อมล่วงหน้าให้ถูกต้องตามระบบและระเบียบที่กำหนดไว้ และการจัดกิจกรรมนั้น ควรจัดให้ได้รับประสบการณ์ใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิมอันจะนำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเอง และสามารถพัฒนา ใจอกกับอีกใจ ควบคู่กันไปด้วย สำหรับกลุ่มที่นับถือศาสนาอื่น พบว่า มี 2 ลักษณะคือ ที่ผู้บริหารเห็นว่าวิทยากรไม่ควรจำกัดเฉพาะพระภิกษุอาจเป็นฆราวาสก็ได้ แต่ต้องนำเสนอออกมาในลักษณะออกมาที่เข้าใจง่าย ส่วนลักษณะที่ 2 ที่นับถือศาสนาอื่น ไม่น่าจะมีปัญหา เพราะทุกศาสนาล้วนสอนคนให้เป็นคนดี แต่หลักอริยสัจสี่เป็นหลักสากลและเป็นวิทยาศาสตร์สามารถพิสูจน์ตามหลักเหตุผลได้ที่น่ามาใช้กับคนทุกกลุ่มทุกศาสนา สำหรับผู้ปกครองและกลุ่มเครือญาติควรมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม การให้คำปรึกษา ให้ความอบอุ่น เพิ่มความรัก ความสามัคคีในเครือญาติ ให้กำลังใจผู้ป่วย เพื่อสร้างความเข้าใจระหว่างครอบครัวที่จะช่วยการบำบัดผู้ป่วยได้เป็นอย่างดี สำหรับรูปแบบการจัดกิจกรรมจะต้องเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ ทั้งในด้านจำนวนคนที่เข้าอบรม ด้านสถานที่ ด้านวิทยากร ด้านควบคุมรักษาความปลอดภัย ด้านงบประมาณ ด้านรูปแบบกิจกรรม และด้านการประเมินผล ในกรณีที่น่ารูปแบบกิจกรรมนี้ไปใช้ในสถานที่อื่น ๆ สิ่งที่สำคัญและจำเป็นที่สุดก็คือ คุณสมบัติของวิทยากรต้องมีความหลากหลาย มีความรู้เป็นแบบอย่างที่ดี เป็นที่เคารพนับถือของคนทั่วไป ส่วนอาคารสถานที่ในการจัดกิจกรรมต้องมีความพร้อมเอื้อต่อการจัดกิจกรรม ต้องแยกออกจากอาคารมีลักษณะเป็นเอกเทศมีความกว้างขวางพร้อมที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ทุกขั้นตอน อากาศถ่ายเทสะดวก และมีอุปกรณ์ที่ครบถ้วนและทันสมัย ส่วนด้านรูปแบบกิจกรรมนั้นจะต้องสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพในการสร้างสรรค์ มีลักษณะที่ปรับใช้ได้กับสถานที่อื่น ๆ มีประสิทธิภาพในการพัฒนาเกิดประโยชน์ต่อบุคคล ต่อองค์กรและประเทศชาติ และกิจกรรมนั้นจะต้องมีความหลากหลาย กะทัดรัด ง่ายต่อการปฏิบัติ เนื้อหามีความน่าสนใจ และทำให้เกิดบูรณาการเพื่อเพิ่มทักษะและเปลี่ยนทัศนคติในทางบวก ส่วนในเรื่องเป้าหมายของรูปแบบกิจกรรมที่วางไว้ให้เห็นที่ผลของรูปแบบก็คือ ลักษณะของกลุ่มเป้าหมายที่ร่วมกิจกรรม คุณสมบัติของวิทยากร สื่ออุปกรณ์ อาคาร ฤดูระเบียบต่าง ๆ ที่ช่วยสนับสนุนจากเจ้าของสถานที่ เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมให้เป็นไปสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายตามที่กำหนดไว้

4.2 เงื่อนไขที่ส่งผลให้การนำรูปแบบไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล พบว่า เงื่อนไขประการแรกที่สำคัญและจำเป็น ก็คือ งบประมาณ บุคลากร อาคารสถานที่ กลุ่มเป้าหมาย ระยะเวลา

ตลอดถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้การจัดกิจกรรมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ หากขาดการสนับสนุนจากผู้บริหารในสถานบําบัดนับเป็นข้อจำกัดที่ส่งผลกระทบให้การนำรูปแบบไปดำเนินการนั้นประสบกับปัญหาและอุปสรรคอย่างแน่นอน ซึ่งจะทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมขาดขวัญและกำลังใจในการทำงาน เงื่อนไขอีกประการหนึ่งก็คือ การประเมินรูปแบบกิจกรรม หลังจากการจัดกิจกรรมเสร็จสิ้นแล้วทุกครั้ง เพื่อประเมินข้อดีข้อเสีย เพื่อจะได้นำมาปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่ผิดพลาดและในระยะยาวควรมีการประเมินผล 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน หรือ 1 ปี เพื่อดูผลกระทบจากการใช้รูปแบบกิจกรรมนั้น การนำผลรูปแบบกิจกรรมที่ปรับปรุงพัฒนานั้นมีความจำเป็น เพราะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการปรับเปลี่ยนวิสัยทัศน์ นโยบายในการทำงาน ยุทธศาสตร์ในการจัดทำโครงการ เพื่อก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของการจัดกิจกรรมในการฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดเพื่อให้มีประสิทธิภาพต่อหน่วยงานโดยตรง และการจัดกิจกรรมนั้นเป้าหมายก็คือ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในกลุ่มผู้ติดยาเสพติด ได้กำหนดเป็น 2 รูปแบบ คือ มีลักษณะความต่อเนื่องอย่างเป็นระบบเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ติดยาเสพติด เพราะผู้ติดยาเสพติดถือเป็นผู้ป่วยที่ต้องได้รับการดูแลเยียวยารักษาและเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง กับอีกรูปแบบหนึ่งก็คือ ควรจัดกิจกรรมในลักษณะที่ผ่อนคลาย สนุก แต่มีสาระแฝงอยู่กับเนื้อหา และควรมีการสอบถามสังเกตพฤติกรรม ประเมินความรู้ที่ได้รับ เพื่อจะได้วิเคราะห์ผลการดำเนินงานว่าเป็นไปในแนวทางที่วางไว้หรือไม่อย่างไร ทั้งนี้เพื่อให้กิจกรรมเป็นประโยชน์ต่อผู้ป่วยยาเสพติดได้ กระตุ้นความคิดเป็นตัวของตัวเอง และปรับเปลี่ยนแนวคิดที่นำไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่มีคุณค่าต่อตนเอง ครอบครัว สังคมชุมชน และประเทศชาติมากยิ่งขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย

ในการทำวิจัยเรื่องนี้ มีข้อค้นพบ ที่มีคุณค่า และเป็นประโยชน์ ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาอภิปรายเป็นข้อ ๆ ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย พร้อมได้เสนอข้อสรุปสำหรับรูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมไว้เพื่อเป็นแนวทางในการนำไปปฏิบัติต่อไป ซึ่งการอภิปรายผล มีดังนี้

1. ผลวิเคราะห์กรณีศึกษาแนวทางการบำบัดรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดขององค์กรที่ประสบความสำเร็จ

ผลการวิเคราะห์กรณีศึกษาองค์กรการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดทั้ง 3 แห่ง พบในลักษณะคล้ายกันว่า มีการสำรวจปัญหาของผู้ติดยาเสพติด และวิเคราะห์สาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิด

ปัญหาที่ทำให้มีการติดยาเสพติด รวมทั้งมีเป้าหมาย และวัตถุประสงค์ในการที่จะให้ผู้ติดยาเสพติดลด ละ เลิก จากการติดยาเสพติดได้อย่างถาวร พร้อมทั้งได้กำหนดแนวทางในการแก้ไข ซึ่งอยู่ในชั้นมรรค ๖ ไร่หลายวิธี เช่น การจัดทำประวัติแต่ละบุคคล การรับสั่งว่าจะจะไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดทุกชนิด พร้อมทั้งจัดกิจกรรมในลักษณะต่าง ๆ กับให้ยึดมั่นอยู่ในการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงตามกระแสพระราชดำรัส และที่สำคัญให้ปฏิบัติตามมรรคมืองค์แปด ซึ่งถือว่าเป็นทางสายกลางที่จะทำให้ผู้ป่วยเปลี่ยนพฤติกรรม ทศนคติ ได้ ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจากผู้ติดยาเสพติดเป็นผู้ป่วยที่ได้รับความทุกข์ทรมาน และจะทำให้สุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสมองถูกทำลายไปในทางเสียหาย และเป็นบุคคลที่สังคม ประชาชนรังเกียจ ไม่อยากคบค้าสมาคม จึงได้กำหนดแนวทางหรือวิธีการที่จะช่วยเหลือในรูปแบบต่าง ๆ โดยจัดกิจกรรมรวมทั้งการบำบัดด้วยสมุนไพรนั้นคือ สถานบำบัดฟื้นฟูทำทุกวิถีทางเพื่อให้ผู้ติดยาเสพติด ลด ละ และเลิกการเสพยาเสพติดได้อย่างถาวร ทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดพระธรรมปิฎก (2538) กล่าวถึง กิจในอริยสัจ 4 คือ หน้าที่อันจะพึงทำต่ออริยสัจ 4 แต่ละอย่าง ข้อที่จะต้องปฏิบัติให้ถูกต้องและเสร็จสิ้นในอริยสัจ 4 แต่ละอย่าง จึงจะชื่อว่ารู้ อริยสัจหรือเป็นผู้ตรัสรู้แล้ว ซึ่งในการแสดงอริยสัจ ก็ดี ในการปฏิบัติธรรมตามหลักอริยสัจ ก็ดี จะต้องให้อริยสัจแต่ละข้อ สัมพันธ์ตรงกันกับกิจแต่ละอย่างจึงจะเป็นการแสดงและเป็นการปฏิบัติโดยชอบ ทั้งนี้วางเป็นหัวข้อได้ดังนี้ 1) ทุกข์ เป็นชั้นแถลงปัญหาที่จะต้องทำความเข้าใจและรู้ขอบเขต (ปริญญา) 2) สมุทัย เป็นชั้นวิเคราะห์และวินิจฉัยมูลเหตุของปัญหา ซึ่งจะต้องแก้ไขกำจัดให้หมดสิ้นไป (ปหานะ) 3) นิโรธ เป็นชั้นชี้บอกภาวะปราศจากปัญหา อันเป็นจุดหมายที่ต้องการให้เห็นว่าการแก้ปัญหานั้นไปได้ และจุดหมายนั้นควรเข้าถึง ซึ่งจะต้องทำให้สำเร็จ (สังจิกิริยา) และ 4) มรรค เป็นชั้นกำหนดวิธีการ ขั้นตอน และรายละเอียดที่จะต้องปฏิบัติในการลงมือแก้ปัญห (ภาวนา) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับวิธีคิดแบบอริยสัจสี่ (ในการแก้ปัญห) ในหนังสือพุทธธรรมของพระธรรมปิฎก (2542) ไว้ว่า วิธีแห่งความดับทุกข์ โดยเริ่มจากดับปัญหา หรือ ทุกข์ ทำความเข้าใจให้ชัดเจน สืบค้นหาสาเหตุเตรียมแก้ไข วางแผนกำจัดสาเหตุปัญหา มีวิธีการปฏิบัติ 4 ขั้นตอน คือ 1) **ทุกข์** คือ การกำหนดให้รู้จักสภาพปัญหา หมายถึง ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ อันเนื่องมาจากสภาวะที่ทนได้ยาก คือ เป็นสภาวะที่บีบคั้นจิตใจ ความขัดแย้ง การขาดความเที่ยงแท้การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่สมปรารถนา เมื่อเกิดทุกข์เราต้องไม่ประมาท และต้องพร้อมที่จะเผชิญกับความเป็นจริง 2) **สมุทัย** คือ การกำหนดเหตุแห่งทุกข์เพื่อกำจัด หมายถึง เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ คือ เป็นสิ่งเริ่มต้นที่ทำให้เกิดทุกข์ ทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุที่แตกต่างกันออกไป แต่สาเหตุที่แท้จริงที่ก่อให้เกิดทุกข์ ก็คือ ตัณหา หรือความอยาก ความ

ต้องการ 3) **นิโรธ** คือ การดับทุกข์อย่างมีจุดหมาย ต้องมีการกำหนดว่าจุดหมายที่ต้องการคืออะไร หมายถึง ความดับทุกข์ หรือภาวะที่ทำให้ต้นเหตุดับสิ้นไป ทุกข์เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากต้นเหตุหรือความอยาก ถ้าคนเราลดต้นเหตุหรือความอยากได้มากเท่าไร ทุกข์ก็ย่อมน้อยลงไปด้วย แต่ถ้าเราดับได้โดยสิ้นเชิงชีวิตเราก็จะมีแต่ความสงบ และ 4) **มรรค** คือ การกำหนดวิธีการในรายละเอียดและปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา หมายถึง ข้อปฏิบัติให้ถึงความทุกข์ ได้แก่ การเดินทางสายกลาง ซึ่งมรรคมีองค์ประกอบด้วย 8 ประการ คือ (1) สัมมาทิฐิ หมายถึง ความเห็นชอบ คือการเห็นตามความจริงและรู้ว่าอะไรดี อะไรไม่ดี (2) สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ความดำริชอบ คือการไม่คิดลุ่มหลงให้เกิดสุขในอารมณ์ ไม่คิดอาฆาตพยาบาท ตลอดจนไม่เบียดเบียนผู้อื่น (3) สัมมาวาจา หมายถึง การเจรจาชอบ คือการพูดแต่ในสิ่งที่ดี ไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดหยาบคาย ไม่พูดไร้สาระ (4) สัมมากัมมัฏฐะ หมายถึง การกระทำชอบ คือการกระทำในสิ่งที่ดี ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลัก-ทรัพย์ ไม่ประพฤตินอกใจ (5) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ คือการประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่คดโกง หลอกลวง ไม่กระทำในสิ่งที่เป็นผลร้ายต่อผู้อื่น (6) สัมมาวายามะ หมายถึง พยายามชอบ คือพยายามที่จะป้องกัน ไม่ให้เกิดความชั่ว พยายามที่จะกำจัดความชั่วที่มีอยู่ให้หมดไป พยายามสร้างความดีที่ยังไม่เกิดให้เกิด และพยายามรักษาความดีที่มีให้คงอยู่ต่อไป (7) สัมมาสติ หมายถึง การระลึกชอบ คือระลึกอยู่เสมอว่าสิ่งที่รู้สิ่งที่เห็นนั้นเป็นไปตามความเป็นจริง (8) สัมมาสมาธิ หมายถึง การตั้งจิตมั่นชอบ คือ การที่สามารถตั้งจิตใจให้จดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้นาน

2. ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย ผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดของการสร้างรูปแบบของกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนมาเป็นกรอบในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมอย่างเป็นขั้นตอน และเป็นระบบที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน โดยใช้กระบวนการเรียนรู้ตามขั้นตอนของอริยสัจสี่ประการในการพัฒนากิจกรรมของรูปแบบ ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเพื่อปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้จริง โดยผู้วิจัยนำเสนอสาระที่เป็นแก่นสำคัญของรูปแบบ 4 ประการ คือ วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรม เนื้อหาสาระของรูปแบบ

กระบวนการของรูปแบบ และการประเมินผลตรวจสอบ ซึ่งจะช่วยให้ได้ภาพรวมของรูปแบบที่สอดคล้องกับการนำเสนอรูปแบบใน 4 ประการดังกล่าวชัดเจนขึ้นตามผลการอภิปรายดังต่อไปนี้

1) วัตถุประสงค์การจัดกิจกรรม

ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ คือ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีการเรียนรู้ทักษะชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ มีแนวทางในการพัฒนาตนเอง มีความเข้าใจและเกิดความตระหนักในการแก้ปัญหาที่ได้จากการจัดกิจกรรมตามแนวริยสัจสี่ในการเสริมสร้างทักษะชีวิต สามารถประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การเสริมสร้างทักษะชีวิตนั้นต้องนำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเองและมีศักยภาพยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ได้มุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ปรับตัวแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นใหม่หลากหลายในช่วงชีวิต สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2545) นอกจากนี้สอดคล้องกับอาชญา รัตนอุบล (2550) ได้กล่าวถึงรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีองค์ประกอบสำคัญ คือ มีหลักการ ปรัชญาและแนวคิด มีองค์ประกอบที่แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ของส่วนต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่เป้าหมายการเรียนรู้สามารถช่วยให้การเรียนการสอนนั้นบรรลุวัตถุประสงค์ตามเป้าหมายของแบบแผนกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย เหมาะสมกับประสบการณ์และทักษะของผู้จัดกิจกรรม ใช้เวลาในการเตรียมการหรือการดำเนินการอย่างเหมาะสม รวมถึงพิจารณาสื่อ วัสดุ อุปกรณ์และบริบทของกลุ่มผู้เรียน นอกจากนี้ยังพบว่า Caffarella (1994) ได้กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนได้มีพื้นฐานจากการศึกษาความต้องการและปัญหาของบุคคลและชุมชน เพื่อนำมากำหนดเป็นแนวทางในการพัฒนาโครงการ โดยลักษณะของโครงการต้องมีกลุ่มเป้าหมายที่ชัดเจนและต้องช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งประกอบไปด้วยจุดมุ่งหมายหลักที่สำคัญ 4 ประการดังนี้ (1) เพื่อส่งเสริมความเจริญและการพัฒนาอย่างต่อเนื่องของปัจเจกบุคคล(2)เพื่อช่วยประชาชนให้สามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตได้ (3) เพื่อเตรียมตัวสำหรับโอกาสในการทำงานในปัจจุบันและอนาคต (4) เพื่อช่วยองค์กรให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้และปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงสังคม (5) เพื่อเปิดโอกาสในการตรวจสอบและชี้วัดประเด็นทางสังคมและชุมชน

2) เนื้อหาสาระของรูปแบบ

ผู้วิจัยได้กำหนดเนื้อหาสาระของรูปแบบ โดยคำนึงถึงหลักการและเหตุผล หัวข้อในการเรียนรู้ แผนกิจกรรมการเรียนรู้ของทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตใน 5 ด้าน คือ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความเห็นใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด โดยจัดกิจกรรมที่มีเนื้อหาสาระแบบบูรณาการร่วมกัน ทั้งแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และขั้นตอนของอริยสัจสี่ ดังนี้ (1) **ขั้นทุกข์** เริ่มต้นด้วยการสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย และให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้สำรวจปัญหาชีวิตที่ผ่านมาหรือเล่าสภาพปัญหาที่เป็นความทุกข์ เช่น ครอบครัวแตกแยก การขาดความอบอุ่น ความผิดพลาดจากการใช้ยาเสพติด หรือเรื่องราวความทุกข์ที่ประสบมาตามกรณีศึกษาขององค์กรฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดทั้ง 3 แห่ง โดยให้ผู้ป่วยระบุถึงปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านการกำหนดหัวข้อกิจกรรมทักษะชีวิตแต่ละด้าน ในขั้นนี้อาจใช้วิธีสุ่มตัวอย่างผู้ป่วยให้มาเล่าเรื่องราวที่ทำให้ไม่สบายกายและใจอันเนื่องมาจากภาวะที่บีบคั้นจิตใจ ความขัดแย้ง ความไม่เที่ยงแท้ การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความไม่สมปรารถนา ซึ่งผู้จัดกิจกรรมควรสรุปเพิ่มเติมในประเด็นที่ผู้ป่วยออกมาอภิปรายเพื่อให้เห็นประเด็นที่ชัดเจนขึ้น (2) **ขั้นสมุทัย** ให้ผู้ป่วยยาเสพติดกล่าวถึงเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์หรือปัญหาซึ่งมีสาเหตุปัญหาที่แตกต่างกันออกไป ตามด้วยกระบวนการนีโอฮิวแมนนิส คือ ฝึกโยคะ/สมาธิ การสร้างภาพพจน์ด้านบวก เป็นต้น ใช้กระบวนการนี้สลับกันไปตามแต่ความเหมาะสมกิจกรรม การวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา อาจอยู่ในลักษณะการแจกใบงานให้เรียบเรียงสาเหตุ หรือผ่านการเล่นเกมส์ การใช้สื่ออุปกรณ์ช่วยเสริมกิจกรรม เช่น การสอนทักษะชีวิตเรื่องการจัดการกับอารมณ์และความเครียดให้ผู้ป่วยได้แกะไขหมพรมที่มัดกันอยู่เพื่อให้รู้ถึงสาเหตุของความเครียดในลักษณะเปรียบเทียบ (3) **ขั้นนิโรธ** ในขั้นนี้ ให้ผู้ป่วยยาเสพติดตั้งเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ในการแก้ปัญหา กำหนดจุดหมายที่ต้องการดับตามสาเหตุนั้นคืออะไร โดยการค้นคว้าหาคำตอบจากการวิเคราะห์ การอภิปราย การวางแผนที่ครอบคลุมปัญหา โดยคำนึงถึงวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่ตั้งไว้ ให้กลุ่มช่วยกันศึกษาและนำเสนออภิปราย (4) **ขั้นมรรค** เป็นการกำหนดแนวทางที่ชัดเจนให้บรรลุเป้าหมายในการแก้ปัญหา ควรให้ผู้ป่วยยาเสพติดที่เป็นสมาชิกกลุ่มช่วยกันกำหนดวิธีการในรายละเอียดและข้อปฏิบัติต่างๆ ในการดับปัญหาหรือทุกข์ตามขั้นตอนเบื้องต้น โดยให้ผู้ป่วยยาเสพติดได้เลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหา และนำแนวทางแก้ไขนั้นไปปฏิบัติประยุกต์ใช้ได้จริง

เนื้อหาสาระดังกล่าวข้างต้น เป็นการเรียนรู้แบบวงจรแบบอริยสัจสี่ที่เชื่อมโยงต่อกันซึ่งจะขาดอันหนึ่งอันใดไม่ได้ และเป็นการแก้ไขปัญหาเชิงระบบที่สามารถนำมาพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง และเป็นการเรียนรู้ตามความจริงของธรรมชาติที่มีการเชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียวกันและความสัมพันธ์กันในลักษณะการคิดเป็น และมีความเชื่อมโยงกับข้อมูลอื่นๆ ประกอบ ซึ่งสอดคล้องกับรูปแบบการคิดกระบวนการเรียนการสอนเพื่อการพัฒนาเรื่องคิดเป็น ของโกวิท วรพิพัฒน์ (2516) ที่เริ่มต้นด้วยปัญหา กระบวนการแก้ปัญหา ซึ่งมีข้อมูลของตนเอง ข้อมูลสังคมสิ่งแวดล้อม และข้อมูลทางวิชาการ ในการนำมาประกอบการตัดสินใจ ว่าเป็นการแสดงศักยภาพของมนุษย์ในการชี้แนะชะตาชีวิตของตนเอง โดยการพยายามปรับตัวเองและสิ่งแวดล้อมให้ผสมผสานกลมกลืนกัน คิดเป็นคือสมดุล เพื่อเป้าหมายสูงสุดคือ ความสุข ดังนั้น การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่นี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อต้องการเสริมสร้างทักษะชีวิตแบบองค์รวมทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญา สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ที่มุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม โดยเชื่อมั่นในศักยภาพของประชาชนในการพัฒนาตนเองและสังคม ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2545)

3) กระบวนการของรูปแบบ

ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรม ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม และกระบวนการของนีโอฮิวแมนนิสประกอบเป็นกระบวนการของรูปแบบ ซึ่งรายละเอียดดังกล่าวประกอบไปด้วย การกำหนดคุณสมบัติวิทยากรที่เหมาะสม กำหนดการของกิจกรรม ระยะเวลาในการจัด สถานที่ในการจัดกิจกรรม การเตรียมแผนงาน การประชาสัมพันธ์ เป็นต้น รวมถึงการประเมินผลหลังการทดลองกิจกรรม เป็นเทคนิคกระบวนการที่จะต้องนำมาพิจารณาในการจัดกิจกรรม ซึ่งกระบวนการของรูปแบบดังกล่าว เป็นกระบวนการของรูปแบบการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่ในการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่มีลักษณะเป็นวงจรการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือ วงจรนี้ประกอบไปด้วย การกำหนดวัตถุประสงค์ หรือการตั้งเป้าหมายที่เทียบได้กับหลักอริยสัจสี่คือ นิโรธ การกำหนดเนื้อหาสาระที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต หรือการกำหนดสภาพปัญหาคือสิ่งที่ผู้ต้องชังชาชาติติดยาเสพติดขาดทักษะชีวิตที่สมบูรณ์ซึ่งเทียบได้กับขั้นทุกข์ในอริยสัจสี่ เทคนิควิธีการหรือกระบวนการแก้ปัญหา ซึ่งเปรียบได้กับขั้นมรรคคือแนวทางแก้ปัญหาของอริยสัจสี่ และการประเมินผลตรวจสอบ ซึ่งเปรียบได้กับขั้นสมุทัยหรือสาเหตุที่เชื่อมโยงสู่วัตถุประสงค์การจัด

กิจกรรมอีกครั้งหนึ่งเป็นวงจรตรวจสอบที่เป็นลูกโซ่ซึ่งกันและกัน รูปแบบกระบวนการดังกล่าวเป็นการสะท้อนถึงบุคคลที่มีปัญหาในสังคมเฉพาะเช่นเดียวกับผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดที่จะต้องมีการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ใหม่และบูรณาการเข้ากับวิถีชีวิตในทางสังคมที่เป็นอยู่ปัจจุบัน ซึ่งได้สอดคล้องกับแนวคิดของ Mezirow (1991) ซึ่งได้สร้างกรอบคิดใหม่ในการนำไปสู่การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ ซึ่งมีกระบวนการเป็นขั้นตอนของวงจรการเรียนรู้ (Learning Cycle) แบ่งเป็น 4 ขั้นตอนเชื่อมโยงกันดังนี้ (1) ประสบการณ์ (2) ความรู้สึกแปลกแยกจากบทบาทในสังคมที่เป็นอยู่ (3) การปฏิรูป-การพัฒนากรอบความคิดใหม่ และ (4) การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์และการบูรณาการมโนทัศน์ใหม่ให้กลมกลืนกับสังคม ซึ่ง 4 ขั้นตอนดังกล่าวมีรายละเอียดที่ทำให้เข้าใจชัดเจนเป็นประเด็น ๆ ดังนี้ 1. ความรู้สึกทางลบหรือความไม่พอใจต่อสถานการณ์ที่เป็นอยู่ 2. การศึกษาวิเคราะห์ตนเอง 3. การประเมินสมมติฐานเบื้องหลังสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีเหตุผล 4. ตระหนักว่าคนอื่น ๆ มีการปรับเปลี่ยนความคิดเช่นเดียวกัน 5. การสำรวจค้นคว้าเพื่อกำหนดบทบาทใหม่หรือแนวการปฏิบัติใหม่ 6. การวางแผนปฏิบัติ 7. การศึกษาหาความรู้และทักษะที่จะใช้ในการดำเนินตามแผนที่วางไว้ 8. การทดลองปฏิบัติตามแผน 9. การพัฒนาสมรรถนะและสร้างความเชื่อมั่นในตนเองในการปฏิบัติตามบทบาทใหม่ และ 10. การบูรณาการมโนทัศน์ใหม่เข้ากับวิถีการดำเนินชีวิต ซึ่งกระบวนการที่เป็นวงจรการเรียนรู้ของเมซีโรว์สามารถนำมาปรับใช้กับบุคคลที่มีปัญหาในทางสังคมเช่นเดียวกับวงจรการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่ประการเพื่อให้บุคคลได้เสริมสร้างทักษะชีวิตใหม่ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ซึ่งจะนำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองมากยิ่งขึ้น

4) การประเมินผลตรวจสอบ

ผู้วิจัยได้กำหนดการประเมินผลตรวจสอบการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติด โดยมีการประเมินผลหลังการทดลองเพื่อตรวจสอบว่ากิจกรรมที่ได้จัดไปได้บรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่หรือไม่อย่างไร ซึ่งถ้าไม่บรรลุเป้าหมายอาจต้องนำรูปแบบกิจกรรมมาทบทวนในรายละเอียดต่างๆ ใหม่ของระบบวงจรการเรียนรู้ตามแนวอริยสัจสี่ โดยเริ่มจากการทบทวนในการกำหนดวัตถุประสงค์ใหม่ว่าเป็นอย่างไรเชื่อมโยงไปสู่ข้ออื่นๆ ต่อไป จนนำไปสู่การพัฒนาารูปแบบที่ส่งผลสำคัญและเกิดประโยชน์ต่อกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งในประเด็นนี้สอดคล้องกับแนวคิดการประเมินของ วีรฉัตร สุปัญญา (2545) ที่กล่าวว่า การกำหนดวิธีประเมินผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีประเด็นที่ควรพิจารณา ได้แก่ (1) สิ่งที่ต้องจัดกิจกรรมต้องการประเมิน เช่น ปฏิบัติการของผู้เรียนต่อประสบการณ์ เรียนรู้ ความรู้ความเข้าใจใน

ข้อมูลจากการเรียนรู้ ทักษะการแก้ปัญหาหรือความสามารถประยุกต์ใช้ การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ หรือค่านิยม เป็นต้น (2) วิธีการประเมิน โดยการสังเกต การสัมภาษณ์ การพูดคุยทำความเข้าใจ หรือใช้ วิธีการที่เป็นระบบ การทดสอบให้คะแนน (3) เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินการเรียนรู้มีหลายประเภท เช่น แบบทดสอบ การสังเกต การบันทึกผลการเรียนรู้ ฯลฯ การเลือกเครื่องมือที่ใช้ประเมินผู้จัดกิจกรรมอาจเป็นผู้กำหนด หรือเลือกร่วมกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งการประเมินผลตรวจสอบ เป็นการสำรวจรูปแบบกิจกรรมโดยรวม เพื่อให้รูปแบบกิจกรรมเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม เป็นวงจรที่ทำให้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

2. ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต

ผลการวิจัย พบว่า ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม มีความแตกต่าง อย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้ง 5 ด้าน นั่นคือ ทักษะชีวิตของผู้ต้องขังชายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้ สามารถให้เหตุผลได้ว่า การจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้ต้องขังชายนั้น ได้ดำเนินการทดลอง โดยการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ ได้ดำเนินการทดลอง และจัดกิจกรรมตามรูปแบบของกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้พัฒนาแล้ว ซึ่งเมื่อทดลองกับผู้ต้องขังชายจำนวน 28 คน โดยได้ทำการทดสอบทักษะชีวิตก่อนการทดลองซึ่งผู้ต้องขังชายยังไม่มีความรู้ประสบการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมการศึกษานอกระบบตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายที่พัฒนานี้ ผู้ต้องขังชายจึงยังไม่มีเสริมสร้างทักษะชีวิตให้ตนเอง แต่เมื่อได้เข้ารับการเสริมสร้างทักษะชีวิตตามรูปแบบที่ได้พัฒนาแล้วเป็นเวลา 10 วัน ซึ่งมีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ จึงเป็นผลให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม มีความรู้ ความเข้าใจ ตามแนวทางการแก้ปัญหาตามอริยสัจสี่ ทำให้เป็นผลให้ทักษะชีวิตของผู้ต้องขังชายมีเพิ่มมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ จรรยา ลากสิรอนันต์กุล (2542) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมชนนักเรียนอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี” เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 46 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาทักษะ

ชีวิต โดยผู้นำชุมชนนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับยาบ้า การรู้จักตนเอง การเข้าใจตนเอง และเห็นคุณค่าของตนเอง การแก้ปัญหาเมื่อเผชิญความกดดัน การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับความเครียดดีขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลงานวิจัยของสมควร สีทาพา (2543) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลการอบรมครูสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันเอดส์และสารเสพติดในนักเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดขอนแก่น เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ผลการวิจัยพบว่า มีครูที่ผ่านการอบรมนำทักษะชีวิตไปใช้สอนในนักเรียนอย่างต่อเนื่อง 7 คน การเปลี่ยนแปลงเจตคติก่อนและหลังการทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 กับทั้งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของปิยะนุช ษมากร (2545) ได้วิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการติดสารเสพติดที่มีต่อนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเมืองสมุทรสงคราม จังหวัดสมุทรสงคราม” เป็นการวิจัยกึ่งทดลองจำนวน 24 คน ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันสารเสพติดสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับผลงานวิจัยเกี่ยวกับการสอนแก้ปัญหาแนวอริยสัจสี่ของ ศิวพร เสนีย์วงศ์ ณ อยุธยา (2529) ได้ทำการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการคิดแก้ปัญหาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาระหว่างนักเรียนที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจกับการสอนตามคู่มือครูโดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 90 คน เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนมัธยมวัดหนองแขม กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองเรียนด้วยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจ กลุ่มควบคุมเรียนตามคู่มือครู ผลการทดลองพบว่า ความสามารถในการคิดแก้ปัญหาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความสามารถในการคิดแก้ปัญหาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองสูงกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ผลการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องในการนำรูปแบบปรับใช้

ด้านปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบไปใช้ พบว่า ผู้บริหารในหน่วยงานในการบำบัดฟื้นฟู ควรให้การสนับสนุนรูปแบบการจัดกิจกรรม โดยกำหนดให้มีกิจกรรมเพิ่มขึ้นจากสิ่งที่มีอยู่ สนับสนุนจัดหาสถานที่ให้เพียงพอต่อการจัดกิจกรรม ให้มีวิทยากรหรือจัดบุคลากรที่มีความรู้และมีทักษะการจัดกิจกรรมกลุ่ม ตรวจสอบกิจกรรมให้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย

สนับสนุนเกี่ยวกับสื่ออุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพิ่ม จัดสรรงบประมาณที่เพียงพอในการดำเนินกิจกรรม รวมถึงการรักษาความปลอดภัยในอาคารสถานที่ การสร้างขวัญกำลังใจให้แก่ผู้ดำเนินงาน การดูแลควบคุมการดำเนินงานโดยรวม สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้ทันที่ มีการฝึกวิชาชีพเพิ่มเติมในหลายสาขาและวิชาชีพก่อนปล่อยตัวหลังพ้นโทษเพื่อประกอบอาชีพสุจริต นอกจากนี้หน่วยงานที่รับผิดชอบต้องกำหนดแผนนโยบายการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ ให้การบำบัดฟื้นฟูเป็นไปอย่างต่อเนื่องและบูรณาการเข้ากับการพัฒนาและการแก้ไขปัญหายาเสพติดในผู้ต้องขังชาย และควรกำหนดกิจกรรมในแผนการบำบัดรักษาประจำปีของเรือนจำ นอกจากนี้ควรส่งบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดฟื้นฟูเข้ารับการศึกษาอบรมในด้านนี้โดยตรง ส่วนการเข้ารับการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดนั้นควรสร้างความรู้ความเข้าใจต่อขั้นตอนต่าง ๆ ของการพัฒนาตามแนวการจัดกิจกรรมของกลุ่มผู้ติดยาเสพติดตามเป้าหมายของโครงการ ดำเนินการอย่างถูกวิธีและเป็นระบบและปฏิบัติตามขั้นตอนอย่างมีระเบียบ มีการวางแผนหรือมีโปรแกรมในการจัดการบำบัดเป็นระบบเพื่อให้ผู้ต้องขังได้รับประสบการณ์ใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิมในการฟื้นฟูบำบัดรักษา และการจัดกิจกรรมนี้ ควรนำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเองมากขึ้น เป็นไปในลักษณะที่ถูกต้องและตรงตามเป้าหมาย ทางด้านผู้ปกครองหรือกลุ่มเครือญาติที่เกี่ยวข้องกับผู้ติดยาเสพติดควรมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม การให้กำลังใจ การให้คำปรึกษา การให้ความอบอุ่น การเพิ่มความรัก ได้ใกล้ชิด ได้สัมผัส รวมถึงความสามัคคีจากกลุ่มเครือญาติต่อผู้ได้รับการบำบัด สามารถทำให้เกิดผลดีในด้านบวกต่อผู้ติดยาเสพติด นอกจากนี้การรู้จักให้อภัย การให้กำลังใจที่ดี การเปิดใจซึ่งกันและกันว่าจะอะไรคือต้นเหตุที่แท้จริงโดยการนำญาติเข้ามาร่วมในกิจกรรม รวมถึงการสร้างจิตสำนึก และคุณค่าใหม่ต่อผู้ติดยาเสพติดในการเลิกและหันมาดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเพื่อเตรียมความพร้อมใหม่ในการดำเนินชีวิตที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของประทีป กิจจะวัฒนะ (2538) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนด้านยาเสพติดให้โทษในเขตอำเภอเมืองศรีสะเกษ ผลการศึกษา พบว่า เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดฐานยาเสพติด พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา บิดามารดายังมีชีวิตอยู่และอยู่ร่วมกัน ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาส่วนมากดี ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็กแบบปล่อยปละละเลย และได้รับความสุขจากครอบครัวน้อย บิดามารดาหรือผู้ปกครองมีฐานะปานกลาง ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำผิด คือ การอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็ก สถานภาพความเป็นอยู่ในบ้าน และสภาพแวดล้อมภายในชุมชน และสอดคล้องกับการเสนอรูปแบบในการฟื้นฟูสภาพจิตใจของสุจิตรา นิ่มสุวรรณ (2547) นำเสนอรูปแบบการฟื้นฟูสภาพจิตใจของมารดาต่อการยอมรับบุตรที่ติดยาเสพติด ผู้วิจัยได้ประยุกต์

ทฤษฎีว่าด้วยการพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ การเจริญสติ และทักษะการจัดการกับความเครียดในการพัฒนารูปแบบดังกล่าว ซึ่งมีกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการฟื้นฟูสภาพจิตใจเป็นมารดาของผู้ป่วยยาเสพติดที่เข้ารับการฟื้นฟูสภาพจิตใจ มีการยอมรับต่อภาวะบุตรติดยาเสพติดได้ดีขึ้นกว่าก่อนที่ไม่ได้รับการฟื้นฟูสภาพจิตใจตามรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น นอกจากนี้กรณีที่มีการนำรูปแบบกิจกรรมนี้ไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ ควรกำหนดคุณสมบัติของวิทยากรหรือผู้จัดกิจกรรมให้มีการยอมรับจากกลุ่มเป้าหมายเป็นอันดับแรกเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้รับการบำบัดฟื้นฟู และควรเป็นที่เคารพนับถือของคนทั่วไป มีความรู้ความเข้าใจในรูปแบบการดำเนินกิจกรรมบำบัดเป็นอย่างดี สามารถพูดหรือโน้มน้าวให้ทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้เกิดความเชื่อตาม และสามารถสอดแทรกอารมณ์ขันในระหว่างการดำเนินกิจกรรมเพื่อเกิดการผ่อนคลาย ส่วนอาคารสถานที่ต้องมีความพร้อมทุกด้าน และเอื้อต่อการจัดกิจกรรม ควรแยกออกจากสถานที่แออัดเพื่อให้เป็นเอกเทศ เตรียมพร้อมเกี่ยวกับอุปกรณ์ที่อำนวยความสะดวกพื้นฐานที่ครบถ้วนและความพร้อมของเครื่องมือในการสื่อสาร เมื่อมีการใช้ผลของรูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น และนำไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ ควรคำนึงถึงองค์ประกอบในด้านต่าง ๆ คือ ลักษณะของกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรม คุณสมบัติของวิทยากร คืออุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม อาคารสถานที่ที่เหมาะสม อุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องในการปฏิบัติงาน กฎระเบียบของสถานที่นั้น ๆ งบประมาณ รูปแบบในการจัดกิจกรรมที่สามารถประยุกต์ใช้เข้ากับหน่วยงานนั้น ๆ การสนับสนุนจากเจ้าของสถานที่ และการให้ความร่วมมือที่ดี

ส่วนเงื่อนไขที่ส่งผลให้การนำรูปแบบไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล มีส่วนเชื่อมโยงกับเงื่อนไขที่สำคัญ ๆ ซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ประกอบไปด้วย ด้านงบประมาณ บุคลากร อาคารสถานที่ กลุ่มเป้าหมาย และระยะเวลาที่เพียงพอ ตลอดถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งทุกองค์ประกอบจะต้องถูกจัดวางไว้ในระดับที่พอเพียงต่อการจัดกิจกรรม รูปแบบกิจกรรมควรได้รับการสนับสนุนจากผู้บริหารในหน่วยงาน ผู้บริหารสร้างขวัญกำลังใจเพื่อให้เกิดแรงจูงใจในการทำงาน กลุ่มเป้าหมายเชื่อมั่นในกิจกรรมที่ให้ผลทางจิตวิทยาต่อผู้รับการบำบัดฟื้นฟู ส่งผลให้การบำบัดฟื้นฟูประสบผลสำเร็จมา ซึ่งในประเด็นนี้ได้เชื่อมโยงกับผลการวิจัยของมาทีส (Matest, 1994) ได้ศึกษาเรื่องการฝึกทักษะเพื่อลดความสูญเสียจากการให้การปรึกษาหลังการรักษาแก่วัยรุ่นที่ติดยาเสพติด จุดมุ่งหมายของการวิจัยครั้งนี้เพื่อลดความสูญเสียจากการให้บริการหลังการรักษาของผู้ป่วยนอกกับวัยรุ่นที่ติดยาเสพติดโดยใช้วิธีการฝึกทักษะต่าง ๆ ประกอบด้วย การให้ความรู้ การใช้ตัวแบบ

การฝึกบทบาทสมมติ และการฝึกทำพฤติกรรมซ้ำ ๆ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ วัยรุ่นติดสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดที่ The Residential Chemically Dependency Treatment Program (RCDTP) แบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง (กลุ่มฝึกทักษะ) และกลุ่มควบคุม (กลุ่มอภิปราย) ผลศึกษารูปได้ว่า วัยรุ่นติดสารเสพติดที่ได้รับการฝึกทักษะป้องกันการติดซ้ำมีการเตรียมความพร้อมที่จะมีพฤติกรรมบางอย่างที่แสดงถึงความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมบริการหลังการรักษาดีกว่า และทั้งสองกลุ่มมีการปรับปรุงความสามารถในการต้านทานต่อสิ่งยั่วยุทั้งหลาย และเลือกที่จะมีพฤติกรรมที่เหมาะสมไม่เป็นปัญหาต่อการติดซ้ำดีขึ้นสำหรับด้านความคิด พบว่า มีเพียงกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงเท่านั้นที่มีการปรับเปลี่ยนแนวคิดไปในทิศทางที่ต้องการเป็นตัวของตัวเอง ส่วนการติดตามผล พบว่า การฝึกทักษะป้องกันการติดซ้ำครั้งนี้ยังไม่มีประสิทธิภาพมากพอที่จะปรับปรุงกลุ่มตัวอย่างในการติดตามผลเรื่องต่าง ๆ ได้ นอกจากนี้ในการติดตามผลควรกำหนดให้มีการประเมินผลรูปแบบกิจกรรม หลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมแล้วทุกครั้ง เพื่อทบทวนถึงอุปสรรคปัญหา จุดอ่อน จุดแข็ง และโอกาสในการพัฒนากิจกรรมในทิศทางที่ดีขึ้น และให้ สามารถปรับปรุงแก้ไขในส่วนข้อบกพร่องและผิดพลาดของกิจกรรม นอกจากนี้ในการติดตามประเมินผลนั้นควรทำอย่างต่อเนื่องเป็นระยะ ๆ ควรแบ่งเป็นระยะสั้น หรือระยะยาวตามแต่ความจำเป็นของรูปแบบกิจกรรมนั้นเพื่อสะท้อนผลของการจัดกิจกรรมโดยรวม เพื่อเสริมสร้างรูปแบบกิจกรรมไปสู่ผลที่ต้องการ และประสบความสำเร็จ

ข้อเสนอแนะ

การทำวิจัยเรื่องนี้ มีข้อค้นพบ ที่เกิดจากการอภิปรายผล เห็นควรนำมากำหนดเป็นข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปใช้ประโยชน์ต่อไปเป็น 3 ระดับ ไว้ดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กรมราชทัณฑ์ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย วัดหรือองค์กรทางศาสนา องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หรือหน่วยงานต่าง ๆ ที่ดำเนินงานเกี่ยวข้องกับการบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดในรูปแบบต่าง ๆ ควรกำหนดรูปแบบการพัฒนากิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตที่ได้พัฒนาขึ้นไปใช้ หรือประยุกต์ใช้ โดยกำหนดเป็นนโยบายในหน่วยงานให้เป็นแผนปฏิบัติงานประจำปีของหน่วยงาน เพื่อให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องดังกล่าว โดยเฉพาะเรือนจำกลางของทุกจังหวัดหรือทัณฑสถานอื่น ๆ ในประเทศไทยได้มีโอกาสใช้รูปแบบ

กิจกรรมที่ได้รับการพัฒนาขึ้นนี้อย่างทั่วถึง สอดคล้องกับนโยบายกรมราชทัณฑ์ในการคืนคนดีสู่สังคมและ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้ต้องขังที่เสพยาเสพติด รวมทั้งเป็นการตอบสนองนโยบายของผู้บริหารที่กำหนดไว้ในองค์กรนั้น ๆ ด้วย

1.2 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กรมราชทัณฑ์ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย วัดหรือองค์กรทางศาสนา องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หรือหน่วยงานต่าง ๆ ที่ดำเนินงานเกี่ยวข้องกับการบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดในรูปแบบต่าง ๆ ควรส่งเสริมการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับการจัดการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2545 ในมาตรา 6 ซึ่งระบุไว้ว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

2. ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

2.1 ข้อเสนอแนะให้ผู้ปฏิบัติ และเจ้าหน้าที่ดูแล รับผิดชอบงานราชทัณฑ์ ควรนำหลักอริยสัจสี่มาใช้เป็นแนวทางหรือประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาให้กับผู้ต้องขังร่วมกับการจัดกิจกรรมอื่น ๆ ในเรือนจำ โดยเริ่มตั้งแต่ 1. ค้นหาสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง (ทุกข์) 2. ค้นหาสาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหา (สมุทัย) 3. กำหนดเป็นเป้าหมายในการกำจัดปัญหาหรือดับทุกข์ (นิโรธ) และ 4. หาแนวทางหรือวิธีปฏิบัติให้ถึงความดับของปัญหา (มรรค) ซึ่งได้แก่ทางสายกลางมีองค์ประกอบแปดประการ เช่น มีสัมมาทิฐิ คือความเห็นในทางที่ถูกต้อง เป็นต้น

3. ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาและวิจัยต่อไป

3.1 ควรศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพด้านผลการเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายที่ได้รับการพัฒนาตามรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวอริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ในลักษณะติดตามผลกระทบ (Impact) และผลลัพธ์ (Outcome)

3.2 ควรศึกษาวิจัยสาเหตุหรือปัจจัยที่แท้จริงของการเสพยาเสพติดในผู้ต้องขัง พร้อมทั้งหาวิธีการหรือแนวทางแก้ไขปัญหและประยุกต์ใช้หลักธรรมอื่น ๆ ประกอบการแก้ไขปัญห เช่น หลักพรหมวิหารธรรม หลักธรรมอิทธิบาทสี่ เป็นต้น เพื่อเสริมสร้างทักษะในการนำไปปฏิบัติอย่างเป็นระบบ

3.3 ควรศึกษาพฤติกรรมผู้ต้องขังชายที่เสพยาเสพติดในเชิงจิตวิทยา และการวิจัยเชิงคุณภาพ ว่าทำอะไรที่จะไม่ให้ผู้ที่เคยเสพยาเสพติดหันมาพึ่งยาเสพติดอีก หรือเลิกเสพยาได้อย่างถาวรและไม่ข้องเกี่ยวกับยาเสพติดในทุกรูปแบบ

3.4 ควรมีการศึกษาวิจัยโดยการนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยาสัจสี่ที่พัฒนาขึ้น ไปจัดกับกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ เช่น กลุ่มผู้ติดเชื้อ HIV กลุ่มด้อยโอกาสทางสังคม กลุ่มวัยรุ่นที่ติดเกมส์ เป็นต้น

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กนกพรรณ กัลยาณสุด. การวิเคราะห์แนวทางการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดให้โทษในระบบคุม
ประพฤติผู้ใหญ่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2532.

กัญญา ภูระหงษ์. การใช้วิธีเจริญสติตามหลักพระพุทธศาสนาในผู้ป่วยหญิงติดสารแอมเฟตามีน
โรงพยาบาลธัญญารักษ์, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขภาพศึกษามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545.

กัญญารัตน์ พรรณโส. ความคิดเห็นของผู้ติดยาเสพติดต่อการบำบัดรักษา : กรณีศึกษาศูนย์
บำบัดรักษา ยาเสพติด ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต,
มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2542.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. พุดอย่างนีโอ. กรุงเทพฯ: ที.พี.พี.พรีนซ์, 2539.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. วิถีแห่งพุทธะ. กรุงเทพฯ: ที.พี.พี.พรีนซ์, 2541.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. คุณธรรม 2000 ศาสตร์แห่งการดำเนินชีวิตตามแนวনীโอฮิวแมนนิส.
กรุงเทพฯ: ที.พี.พี.พรีนซ์, 2542.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. อัตตศึกษา: ศาสตร์แห่งการรู้จักตนเอง. กรุงเทพฯ: ที.พี.พี.พรีนซ์, 2542.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. กินอย่างแชมป์. กรุงเทพฯ: ที.พี.พี.พรีนซ์, 2543.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. พลังแห่งความเชื่อมั่น. กรุงเทพฯ: ที.พี.พี.พรีนซ์, 2543.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. คิด-ทำด้านบวก. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์, 2545.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. จากครูเป็นศูนย์กลางสู่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ฉลาด เก่ง ดีและมีความสุข. ใน
การศึกษานอกระบบโรงเรียนกับการปฏิรูปการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. อาหาร. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์, 2546.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. สอนให้เป็นอัจฉริยะตามแนวনীโอฮิวแมนนิส. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์,
2546.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. พ่อแม่ต้องสั่งสอน. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์, 2547.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. อาหารสู่ชีวิตใหม่เอ็นไซม์มหัศจรรย์. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์, 2548.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. เท่าทันทุนนิยม. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์, 2550.

- เกียรติศักดิ์ คำวิเศษ. **มูลเหตุจูงใจในการเสพยาบ้าของผู้ต้องขังคดีเสพยาเสพติดให้โทษ ประเภท 1 (ยาบ้า) : ศึกษาเฉพาะกรณีจังหวัดเลย.** สารนิพนธ์ หลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2545.
- โกวิท วรพิพัฒน์. **“ความต้องการขั้นพื้นฐานของการเรียน”** รวบรวมบทความการศึกษาผู้ใหญ่ เล่ม 2 ทางการศึกษาผู้ใหญ่ กรมสามัญศึกษา, กระทรวงศึกษาธิการ, กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา, 2516.
- ก่องแก้ว เจริญอักษร. **ความรู้เรื่องธรรมวิทยา : เอกสารคำสอนวิชา 2701272 ธรรมวิทยา.** กรุงเทพฯ: ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.
- ขอนแก่น, มหาวิทยาลัย. **สำนักงานฝ่ายวิชาการ. โครงสร้างหลักสูตรมหาวิทยาลัยขอนแก่น ปี พ.ศ. 2539.** ขอนแก่น: สำนักงานฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2539.
- คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.สำนักงาน . **เครือข่ายชุมชนเพื่อแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติด. เอกสารประกอบการสัมมนา เรื่องบทบาทของสำนักงาน ป.ป.ส.ต่อการพัฒนาเครือข่ายชุมชนเพื่อการแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติด, 2539.** (อัคราณา)
- คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.สำนักงาน. **คู่มือการจัดทำระบบข้อมูลยาเสพติด.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2543.
- คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.สำนักงาน.**บทคัดย่องานวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติด พ.ศ. 2540-2544.** กรุงเทพฯ, 2544. (อัคราณา)
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. **ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อพัฒนากระบวนการคิด.** กรุงเทพมหานคร: ไอ เดีย สแควร์, 2540.
- จรรยา ลากสิริอนันต์กุล. **การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมชนนักเรียน อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2542.
- จรรยา พานิชผลินไชย. **การศึกษานอกระบบโรงเรียน.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เจริญกิจ, 2528.
- จรัส สุวรรณเวลา. **การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด.** กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521
- จรรวรณ์ วิริยะหิรัญไพบลย์. **สุราเถื่อน.** กรุงเทพฯ: กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์, 2531.
- จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. **ภาควิชาโครงการศึกษาทั่วไป. รายวิชาโครงการศึกษาทั่วไป ปี พ.ศ. 2539.** กรุงเทพฯ: ภาควิชาโครงการศึกษาทั่วไป.จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

- ฉลอง ภิรมย์รัตน์. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ประจักษ์การพิมพ์, 2521.
- ชิดชงค์ ส.นันทนาเนตร. ทฤษฎีการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2549.
- ชลภย์ ทศกุลณี. การประยุกต์ทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคชายเขตการศึกษา 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2542.
- ชัยฤทธิ์ โพธิสุวรรณ. การศึกษาผู้ใหญ่ : ปรัชญาตะวันตกและการปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2544.
- ชาญวุฒิ วงศ์เพ็ง. การเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กบ้านเบธานีโดยการฝึกงูจิตใต้สำนึกตามทฤษฎีนีโอฮิวแมนนิส. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการศึกษา นอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
- คุษฎี เจริญสุข. ผลการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
- ทองคุณ หงส์พันธุ์. กระบวนการเรียนรู้กับการพัฒนาทักษะชีวิต [ออนไลน์]. 2543. แหล่งที่มา: <http://www.rajabhat.ac.th/edunews/skill.ppt>
- เทพ สงวนกิตติพันธุ์. ทักษะชีวิต (Life Skills) : เพื่อความสุข ความสำเร็จในชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- ธชกานต์ ปัทมะศิริ. ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อการติดยาเสพติดซ้ำของผู้รับการบำบัดยาเสพติดที่โรงพยาบาลชัยภูมิจังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.
- ธาวินี สุพุทธิกุล. ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามทฤษฎีการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ที่มีต่อพฤติกรรมแบบพึ่งพาของผู้ป่วยติดยาเสพติดของศูนย์บำบัดยาเสพติดในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.
- นัทธี จิตสว่าง และคณะ. เส้นทางชีวิตของผู้ต้องขังในคดียาเสพติด. กรมราชทัณฑ์ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. กรุงเทพฯ : ปปส, 2543.
- นพวรรณ วงศ์ชัยวัฒน์. การพัฒนาทักษะชีวิตในการปฏิบัติตนให้รอดพ้นจากปัญหาสังคมโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547.

- บ้งอร บุญรักษาต้ศ.การศึษาบัจจยที่มีอิทธิพลต่อการไม่เข้ารับการบำบัดชั้นพื้นฟูสมรรถภาพของผู้ป่วยยาเสพติดโรงพยาบาลธัญญารักษ์ จังหวัดปทุมธานี. กรุงเทพฯ: คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2533.
- บ้งอร สุปรึดา และคณะ. การสำรวจอัตราการเสพซ้ำ และพฤติกรรมการใช้สารเสพติดทดแทนยาบ้าของผู้ป่วยที่ผ่านการบำบัดรักษาในภาคเหนือ. ศูนย์บำบัดรักษาเสพติด เชียงใหม่ สถาบันธัญญารักษ์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2549.
- บุญนัฏ เลหะทองทิพย์ และรุ่งกานต์ ศรีลัมพ์. ทักษะชีวิตกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครสวรรค์: สื่แควการพิมพ์, 2541.
- บุญรัตน์ สดใส. บัจจยที่สัมพันธ์กับการหวนกลับมาติดเสพติดของวัยรุ่น. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545.
- บูรพา,มหาวิทยาลัย, สำนักงานฝ่ายวิชาการ. หลักสูตรมหาวิทยาลัยบูรพา ปี พ.ศ. 2540. ชลบุรี: สำนักงานฝ่ายวิชาการมหาวิทยาลัยบูรพา, 2540.
- บัณทร อ่อนดำ. รายงานการวิจัย เรื่อง รูปแบบการแก้ไขปัญหายาเสพติดในระดับพื้นที่ โดยเน้นบทบาทชุมชนและระบบกลไกของรัฐ และองค์กรพัฒนาเอกชนที่เอื้ออำนวยต่อการแก้ไขปัญหายาเสพติดในชุมชน : กรณีศึกษากรุงเทพมหานครและภาคกลาง. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2539. (อตัสำเนา)
- ปิยนุช ชมากร. ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันสารเสพติดที่มีต่อนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเมืองสมุทรสงคราม จังหวัดสมุทรสงคราม. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545.
- ประจัน มณีนิล. บัจจยที่มีอิทธิพลต่อการกระทำความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษของผู้กระทำผิดที่เป็นชายไทยมุสลิมในสี่จังหวัดชายแดนภาคใต้. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2539.
- ประทีป กิจจะวัฒนะ. บัจจยที่มีผลกระทบต่ออาการกระทำความผิดของเด็กและเยาวชนด้านยาเสพติดให้โทษในเขตอำเภอเมืองศรีสะเกษ. กรุงเทพฯ: ภาคนิพนธ์ พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม), สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2538.
- ปรีชา ช้างขวัญยืน. การศึกษาจริยศาสตร์สังคมในพุทธศาสนาในเชิงวิจารณ์. วิทยานิพนธ์ อ.ม., กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2520.
- ปนัดดา เพ็ชรสิงห์. อบายมุขที่มีความสัมพันธ์กับการหนีโรงเรียนของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศ.ม., กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530.

- ปฐม นิคมานนท์. การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อักษรบัณฑิต, 2522.
- ปาน กิมปี และคณะ. พลังเครือข่ายชุมชนต่อการแก้ไขปัญหาเสพติด. กรุงเทพฯ: สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติดและกรมการศึกษานอกโรงเรียน (กศน.), 2543.
- พจนารต อองอาจ. การประยุกต์โปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นปวช. ปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545.
- พุทธทาสภิกขุ. บรรยายธรรมหัวใจอริยสัจสี่. [ออนไลน์]. 2531. แหล่งที่มา: <http://www.damma-jung.net/kratdham1-2.html>. [2531, พฤษภาคม 22]
- พุทธทาสภิกขุ. ศึกษาธรรมะอย่างถูกวิธีหรือธรรมวิภาคนวกฎุมิ. พิมพ์ครั้งที่ 4. สุราษฎร์ธานี : โรงพิมพ์ธรรมทาน, 2518.
- พระธรรมปิฎก. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538.
- พระธรรมปิฎก. พุทธธรรม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542.
- พระเทพเวที(ป.ปยุตโต). เครื่องวัดความเจริญของชาวพุทธ. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม, 2523.
- พระโสภณคณาภรณ์. (พระแบบ จิตตญา โณ). พระพุทธศาสนาให้อะไร. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศิวพร, 2529.
- พรรณวิภา บรรณเกียรติ. การสร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุยฎีบัณฑิต, สาขาวิชาอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543
- พรศิริ ชาดิยานนท์ และคณะ. รายงานการวิจัยภาวะการติดยาเสพติดซ้ำ. กรุงเทพฯ: คณะสังคมสงเคราะห์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2520.
- พิสมัย วิบูลสวัสดิ์ และคณะ. จิตวิทยาสังคมร่วมสมัย. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2528.
- มนตรี บุญนาค. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการกระทำความผิดเรื่องยาเสพติด : ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังในทัณฑสถานบำบัดพิเศษกลาง. ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.
- เขาวมาลัย พลรักษา. กระบวนการเข้าไปมีความสัมพันธ์กับการกระทำความผิดคดียาเสพติดให้โทษ : ศึกษาเฉพาะกรณี นักโทษเด็ดขาดเรือนจำกลางนครปฐม. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2546.
- เขวลักษณ์ โพธิสุทธิ. เจตคติต่อกิจกรรมการพัฒนาตนเองของผู้ผ่านการอบรมหลักสูตรเสริมสร้างพลังและความสำเร็จของชีวิตด้วยจิตวิทยานีโอฮิวแมนนิสของสำนักเสริมศึกษาและ

- บริการสังคมมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- รัฐพล อินทวิชัย. สภาพชีวิตของผู้เสพยาบ้าและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมการเสพยาบ้า. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- รัตนา พุ่มไพศาล. หลักการจัดและบริหารการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- ราชทัณฑ์, กรม. แผนปฏิบัติการพัฒนาระบบบริหารความรู้ภายในกรมราชทัณฑ์ ประจำปี 2548 กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: www.correct.go.th/comnet/plan/plan25.
- ราชทัณฑ์, กรม. นโยบายเน้นหนักกรมราชทัณฑ์ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2550 [ออนไลน์]. 2550. แหล่งที่มา: webmaster@correct.go.th <webmaster@correct.go.th>
- ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: นามีนีส์พับลิเคชั่นส์, 2546.
- รายงานการวิจัย. ปัญหาเสพติดในเรือนจำและทัณฑสถาน. กรมราชทัณฑ์และกระทรวงมหาดไทย, 2521.
- รุ่งกานต์ ศรีลัมพ์. การฝึกอบรมวิทยากรโรคเอดส์เชิงคุณภาพ. [ออนไลน์]. 2541. แหล่งที่มา: www.scphub.ac.th/ulib/searching.php%3.
- รุ่งฤดี เมธีธำรง. ทศนคติต่ออบายมุข 6 ของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536.
- เรืองศักดิ์ สุวารี. อ้อมโอบกอดและความคาดหวังของผู้ต้องขังคดียาเสพติดให้โทษที่มีต่อสังคมภายนอก : กรณีศึกษาจังหวัดปทุมธานี. ภาคนิพนธ์สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ มหาวิทยาลัย, 2541.
- เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่. รายงานสถิติผู้ต้องขัง. ตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษพ.ศ. 2522 เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่, 2552.
- วรรัตน์ อภินันท์กุล. การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียนฮิลล์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์ สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.

- วราภรณ์ สยนานนท์. การฟื้นฟูสมรรถภาพทางด้านจิตใจของผู้ติดยาเสพติดให้โทษ :ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2530.
- วัชรยุทธ บุญมา. การจัดการศึกษาแนวปรัชญามนุษยนิยมแนวใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาการวิชาพื้นฐานการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.
- วันทนีย์ วัฒนะ. รายงานวิจัย การประเมินการดำเนินงานตามยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหาเสพติด/ผู้ติดยาเสพติด (Demand) ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2548.
- วิชากร,กรม. เอกสารประกอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและวัสดุภัณฑ์, 2544.
- วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสติเฟ้น อาร์ โควี สำหรับเยาวชนตอนปลาย โดยใช้หลักการของนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา (บรรณาธิการ). การศึกษานอกระบบโรงเรียนกับการปฏิรูปการศึกษา. ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2545.
- วีระพงษ์ คุณมณี. การศึกษาผลงานของการสอนด้วยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสัจในการสอนจริยธรรมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2526.
- ศตพร วิไลรัตน์. การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของเด็กก่อนวัยเรียนโดยวิธีการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- ศรีทับทิม พานิชพันธ์. การสังคมสงเคราะห์กับงานด้านการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด เน้นการติดตามผลผู้เลิกยาเสพติด. กรุงเทพฯ: คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2536. (อัดสำเนา)
- ศาสนา,กรม. พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวงเล่ม 4 . กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา, 2525.
- ศูนย์ประสานงานกลาง องค์การภาคเอกชนต่อต้านยาเสพติด. คู่มือการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด. กรุงเทพฯ : (ม.ป.ท.), 2538

- ศรีทับทิม พานิชพันธ์. การสังคมสงเคราะห์กับงานด้านการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด เน้นการติดตามผลผู้เลิกยาเสพติด. กรุงเทพฯ: คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2536. (อัดสำเนา)
- ศิวพร เสนีย์วงศ์ ณ อยุธยา. ความเปรียบเทียบสามารถในการคิดแก้ปัญหาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสังส์กับการสอนตามคู่มือครู. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ม.ป.ท., 2551
- ศึกษาธิการ, กระทรวง. สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545. กรุงเทพมหานคร : พริกหวานกราฟฟิค, 2545.
- สมควร สีทาพา. ผลการอบรมครูสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันเอดส์และสารเสพติดในนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น. ขอนแก่น: ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขต 6 ขอนแก่น, 2543.
- สมศักดิ์ เจริญศรี. ผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนนอกโรงเรียนแบบทางไกล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.
- สมศักดิ์ นุกุลอุดมพาณิชย์ และคณะ. การสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าในนักเรียนมัธยมสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุโขทัย. วารสารนโยบายและแผนสาธารณสุข, 2543.
- สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน. กรุงเทพฯ: วัฒนาพานิช, 2544.
- สาคร สังข์แสงพัฒน์. ปัจจัยที่เป็นเหตุให้เกิดการกระทำความผิดในคดียาเสพติดของผู้ต้องกักขัง : ศึกษากรณีสถานกักขังกลางจังหวัดปทุมธานี. สารนิพนธ์หลักสูตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกริก, 2545.
- สารภี ศิลา และคณะ. ศึกษาการใช้สารเสพติดประเภทยาบ้าในชุมชนกระเหรี่ยงเขตพื้นที่สวรรค์น้อย จังหวัดแม่ฮ่องสอน. รายงานการวิจัยสำนักนายกรัฐมนตรี้, 2534.
- สาโรช บัวศรี. วิธีสอนแบบอริยสังส์หรือวิธีสอนตามขั้นทั้งสี่ของอริยสังส์. ศูนย์ศึกษา (11 สิงหาคม 2507): 59-67.
- สำนักบริหารงานการศึกษานอกระบบโรงเรียน. แนวคิดและหลักการศึกษานอกโรงเรียน. [ออนไลน์]. 2550 แหล่งที่มา: <http://www.nfe.go.th/nfev2/frontend/theme> [2550, ธันวาคม 14]

- สำนักนิเทศ และพัฒนามาตรฐานการศึกษา,กระทรวงศึกษาธิการ. **เทียนส่องทาง กรณีศึกษา : ทักษะชีวิตเพื่อส่งเสริมป้องกัน และแก้ไขปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อเด็กจากสถานการณ์เอดส์.** กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ, 2544.
- สิงหา จันทน์ขาว. **ผลของการจัดการเรียนการสอนด้วยวิธีอริยสัจสี่ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องเพศศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.
- สินีพร กระโจมทอง. **ทัศนคติของเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ที่มีต่อมาตรฐานการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง: กรณีศึกษาเรือนจำกลางเชียงใหม่.** มหาวิทยาลัยเชียงใหม่: รัฐศาสตรมหาบัณฑิต, 2545.
- สิริมา สมศรี. **พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากสารเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดสมุทรปราการ.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2545.
- สุภาพจิต, กรม. **คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง.** พิมพ์ครั้งที่ 1 นนทบุรี: สำนักพัฒนากรมสุขภาพจิต. 2541.
- สุภาพจิต, กรม. **รายงานการประชุมวิชาการเรื่อง ทักษะชีวิตและการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.** สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2541.
- สุภาพจิต, กรม. **สำนักพัฒนาสุขภาพจิต. คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา : ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย.** นนทบุรี : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2542.
- สุภาพจิต, กรม. **สำนักพัฒนาสุขภาพจิต. คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมใช้สารเสพติด.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ศรีเมืองการพิมพ์, 2543.
- สุภาพจิต, กรม. **สำนักพัฒนาสุขภาพจิต. คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษา ระดับประถมศึกษา.** พิมพ์ครั้งที่ 3 นนทบุรี: โรงพิมพ์, 2543.
- สุภาพจิต, กรม. **คู่มือการสอนทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.** กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข, 2544.
- สุจริต เพ็ชรขอบ. **รายงานผลการวิจัยเรื่อง คุณลักษณะของเยาวชนไทยที่พึงปรารถนา.** วิจัยการศึกษา, 2528.
- สุจิตรา นิมสุวรรณ. **รูปแบบการฟื้นฟูสภาพจิตใจของมารดาต่อการยอมรับบุตรที่ติดยาเสพติด.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2547
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. **พระไตรปิฎกฉบับประชาชน.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, 2537.

- สุทศสา สุขสว่าง. โปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขัง : ทางปฏิบัติเพื่อคืนคนดีสู่สังคม. วารสาร
ยุติธรรม(มิถุนายน-กรกฎาคม 2548).
- สุพจน์ ชุตติดำรง. **ปัจจัยที่มีผลต่อ อการใช้ยาเสพติดซ้ำ : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลรัฐญารักษ์.**
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์, 2544.
- สุวัฒน์ ธีรเวชเจริญชัย. **ยาและสิ่งเสพติดให้โทษ. พิมพ์ครั้งที่ 2.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนา
 พาณิชย์ จำกัด, 2540.
- สุมนทิพย์ ใจเหล็ก. **ปัญหาในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในคดียาเสพติด.** วิทยานิพนธ์ปริญญา
 มหาลัย, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2545.
- สุรสีห์ อินอ่อนโชติ. **พฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ผ่านการฝึกอบรมตามโครงการแสงเทียน.**
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2544.
- สุวิทย์ เสวตสุนทร. **การบังคับบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดโดยการคุมประพฤติ.** วิทยานิพนธ์ปริญญา
 มหาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
- โสภา ชปิลมันน์ และคณะ. **ศึกษาการแพร่ระบาดของสารเสพติดในเด็กและเยาวชนย่านชุมชน
 แอ๊ดในเขตกรุงเทพมหานคร.** ใน รายงานการวิจัยมหาวิทยาลัยมหิดล, 2533.
- อดิศักดิ์ ศรีเบญจรัตน์. **การศึกษาปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวกับการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังคดียาเสพติด :**
ศึกษาเฉพาะกรณี เรือนจำกลางอุบลราชธานี. ภาคนิพนธ์สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหาร
 ศาสตร์มหาลัย, 2540.
- อุ้นดา นพคุณ. **แนวคิดทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนและการพัฒนาชุมชนเรื่องคิดเป็น.**
 กรุงเทพฯ: กรุงเทพมหานครพิมพ์, 2528.
- อุ้นดา นพคุณ. **การศึกษาเพื่อพัฒนาชุมชนและการศึกษารูปนัย.** กรุงเทพฯ: บริษัทพิมพ์, 2523.
- อุ้นดา นพคุณ. **การศึกษานอกระบบโรงเรียน.** กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เจริญ, 2533.
- อาชญญา รัตนอุบล. **กระบวนการฝึกอบรมสำหรับการศึกษานอกระบบโรงเรียน.** กรุงเทพฯ:
 ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- อาชญญา รัตนอุบล. **การจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน.** กรุงเทพมหานคร: สาขาวิชา
 การศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550. (อัดสำเนา)
- อาชญญา รัตนอุบล. **การเรียนรู้และการพัฒนาของผู้ใหญ่.** กรุงเทพมหานคร: สาขาวิชาการศึกษา
 นอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550. (อัดสำเนา)
- อาชญญา รัตนอุบล และคนอื่นๆ **แนวโน้มการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนของประเทศไทยใน
 ทศวรรษหน้า.** กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.

- อาชญญา รัตนอุบลและคณะ. การศึกษาสภาพปัญหาความต้องการ และรูปแบบการจัดกิจกรรม การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการเตรียม ความพร้อมเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของผู้ใหญ่วัยแรงงาน. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2552.
- อาภรณ์ ชุนดี. ความสัมพันธ์ระหว่างวิธีการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ที่วัดจากความเรียงกับ ทักษะภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- อรเพ็ญ นาควัชระและคณะ. ศึกษาอิทธิพลและบทบาทของครอบครัวที่มีผลต่อพฤติกรรมที่เป็น ปัญหาและการใช้สารเสพติดของเด็กและเยาวชนในสถานศึกษาจังหวัดเชียงใหม่. รายงานการวิจัยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2530
- อรเพ็ญ นาควัชระ. ปัญหาสิ่งเสพติดและการควบคุม. ม.ป.ท., 2539.
- อรอนงค์ หงส์ชุมแพ. ศึกษาความรู้เกี่ยวกับยาบ้าและการป้องกันตนเองจากสารยาบ้าของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2538.
- อุไรวรรณ ชมวัฒนา. ผลของการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการพัฒนาทักษะ ยินนาสติกลีลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชา การวิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

ภาษาอังกฤษ

- Abbey,D.S. Hunt,D.E.,and Weiser,J.C. Variations on a theme by Kolb: A new perspective for understanding counseling and supervision. **The Counseling Psychologist** 13(1985): 477-501.
- Anderson, S. and McCokle, **A New Program for Young Offenders Focuses on Learning Life Skills in 4-H** [On-Line]. Life Skills and Program,1-3. Abstract form: Texas A&M Agriculture New Homepage: 845-1953, 1999.
- Belenky,M.F.,Clinchy,B.M., Goldberger, N.R.,and Tarule,J.M. **Women's ways of knowing: The Development of Self, Voice and Mind**. New York: Basic Books, 1986.
- Brown,J.S., Collins, A., and Duguid, A. Situated Cognition and the Culture of Learning. **Educational Researcher**(January-February 1989): 32-42.
- Boyle, P.G. **Planning Better Programs**. USA: McGraw-Hill, 1981

- Botvin, G.J., et al. "Prevention of Alcohol Misuse Through the Development of Personal and Social Competence: A pilot study." **Journal of Studies on Alcohol** 45 (November 1984): 550-552.
- Caffarella, R., S. **Planning Programs for Adult Learners**. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1994.
- Coombs, P.H. **Attack Rural Poverty: How Non-Fomal Education Can help**. Baltimore: The John Hopkins University, 1974.
- Clark, M.C. **Transformational Learning**. In Merriam, S.B.(ed.), *An Update on Adult Learning Theory*, San Francisco: Jossey-Bass, 1993.
- Dymond, S., et al. Derived avoidance Learning : Transformation of Avoidance Response Functions in Accordance with same and opposite relational frames. **The Psychological Record** 58(2008), 269-286.
- Eby, K.L. **Perspective Transformation : Process Identification, Phases and Facilitators in Christian Higher Education in Russia** [Dissertation Abstract Online]. 2007
Illinois : Trinity Evangelical Divinity School, Available from:
<http://proxy.car.chula.ac.th/> [5 August 2007].
- Givin, J., and Taylor, M. **Understanding Athletic injuries: A process model with implications for rehabilitation**. [online]. 1999. Available from. <http://www.hollandcoll.com/lifeskill.html>.
- Kenny, M.E. and Rice, K.G. 1995. " Attachment to Parents and Adjustment in Late Adolescent College Students" . **Counseling Psychologist**. 23 (July 1995): 33-56.
- Kidd, J.R. **How adult learn**. New York: Association, 1973.
- Knowles, Malcolm S. **The modern practice of adult education**. New York ; Cambridge, The Adult Education Company, 1980.
- Kolb, D.A. **Experiential learning: experience as the source of learning and development**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1984.
- Kolb, D.A. **Learning style inventory**. Boston: McBer & Company, 1985.
- Mezirow, J. D. **Transformative Dimensions of Adult Learning**. San Francisco: Jossey-Bass, 1991.
- Maslow, A.H. **Motivation and Personality**. 2 ed. New York: Harper & Row, 1970.

- Matest,F.J. **Skills training to reduce attrition from aftercare counseling for chemically dependence adolescents.** Dissertation Abstracts. 1994.
- Merriam, S. B., and Ntseane, G. Transformational learning in Botswana: How culture shapes the process. **Adult Education Quarterly** 58 (2008): 183–197.
- Motley-Abbott,R.M. **Transformative learning in Nonformal education: An action research study examining epistemological differences among women in addiction recovery support program** [dissertation Abstract Online]. 2007. Available from: <http://proxy.car.chula.ac.th/> [2007, August 3].
- Nazzari, V., McAdams, P., and Roy, D. Using transformative learning as a model for human rights education: A case study of the Canadian Human Rights Foundation’s International Human Rights Training Program. **Intercultural Education** 16 (2): 171-186.
- Richard, M.M. “Pathways to Success for the College Students with ADD:Accommodations and Preferred Practices.” **Journal of Postsecondary Education and Disability** 11(Spring 1995): 16-30.
- Regmi,S.K. **Perspective transformation: An ethnoculturally-based community service learning with refugees and immigrants students.** [Dissertation Abstract Online]. 2004. Available from: <http://proxy.car.chula.ac.th/cgiproxy/redir.cgi?did=765270541&fmt=2&clientId=12345&RQT=309&VName=PQD> [2007, August 6]
- Rogers. **A Teaching Adult.** Milton Keynes: Open University Press, 1986.
- Rogers. **A Adults Learning for Deveopnent.** New York, 1992.
- Sarkar, S.P.R. **Discourses on neohumanist education.** Bangkok, Thailand: Amanda Marga Publications 1998.
- Shaw,M.E. **A model for transformative learning: The promotion of successful aging** [Dissertation Abstract Online]. 1999. Available from: <http://proxy.car.chula.ac.th> [2007, August 6].
- Taylor,E.W. Intercultural competency: A transformative learning process. **Adult Education Quarterly** 44(1994):154-74.
- Taylor,E.W. **Analyzing research on transformative learning theory.** In J. Mezirow (Ed.), *Learning as transformation: Critical perspectives on a theory in progress.* San Francisco: Jossey-Bass, 2000.
- Taylor, M. **Adult learning in an emergent learning group: Toward a theory of learning from**

- the learners' perspective.** Doctoral dissertation, Ontario Institute for Studies in Education, University of Toronto, 1979.
- Taylor, M. **Self-directed learning: More than meets the observer's eye.** In D. Boud & V. Griffin (Eds.), *Appreciating adults learning: From the learners' perspective* London: Kogan Page, 1986.
- University of Notre Dame. **Life Skills Program.**[Online]. 1999. Available from: <http://www.officialsite.com/univnot.html>.)
- Wallace, B.C. Relapse prevention in psycho educational group for compulsive crack cocaine smokers. **Journal of Substance Abuse Treatment** 6(April 1989):229-239.
- William Rainey Harper College. **Psy 106-Practical Psychology.**[Online]. 1999. Available from: <http://www.harper.cc.il.us/support/inssap.s/psy106.html>.
- World Health Organization. **Life Skills Education in School.** Geneva: Division of Mental World Health Organization, 1994.
- Zollinger, T. W., and others. Impact of the life skills training curriculum on middle school students tobacco use in Marion county, Indiana, 1997-2000. **Journal of School Health** 78(November 2003): 338-346.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

1. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

- | | |
|-------------------------------|---|
| 1.1 รศ.ดร.ศิริเดช สุชีวะ | รองคณบดีฝ่ายบริหาร คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย |
| 1.2 รศ.ดร.ชูเกียรติ ลิสุวรรณ | อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยชัยเชียงใหม่ |
| 1.3 ผศ.ดร.ปัญญา ธีระวิทย์เลิศ | ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและพัฒนา
มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม |
| 1.4 ผศ.ดร.วรรณ อภินันท์กุล | อาจารย์ประจำ คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 1.5 ดร.สืบสกุล สอนใจ | นักสืบสวนสอบสวนชำนาญการ
ส่วนยุทธศาสตร์ และผู้อำนวยการ
สำนักตรวจสอบทรัพย์สินคดีอาชญากรรม
สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและ
ปราบปรามยาเสพติด กรุงเทพมหานคร |
| 1.6 ดร.วิรุฬ นิลโมจน์ | นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ
กลุ่มแผนงาน สำนักงาน กศน. |
| 1.7 นายปรเมศวร์ สุขมาก | อดีตผู้อำนวยการสถาบันและพัฒนานวัตกรรม
การเรียนรู้ สำนักงาน กศน. |

2. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบต้นร่างรูปแบบกิจกรรม

- | | |
|---|---|
| 2.1 รศ.ดร.อรจรีย์ ณ ตะกั่วทุ่ง | ประธานสาขาเทคโนโลยีทางการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย |
| 2.2 ผศ.ดร.วีรเทพ ปทุมเจริญวัฒนา | ประธานสาขาการศึกษานอกระบบโรงเรียน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 2.3 พลอากาศตรี (หญิง) กรรณิกา ภิรมย์รัตน์ | ผู้อำนวยการพิเศษ กองทัพอากาศ
ช่วยราชการกองเวชศาสตร์ป้องกัน กรมแพทย์
ทหารอากาศ |
| 2.4 นายธนศ ต่วนชะเอม | ที่ปรึกษาสถาบันวิจัยและพัฒนาแห่ง
ประเทศไทย กรุงเทพมหานคร |
| 2.5 นายบัณฑิต อ่อนคำ | ที่ปรึกษาองค์กรพัฒนาเอกชน |

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัย

ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

1. แบบสัมภาษณ์ องค์กรที่เป็นกรณีศึกษา
 2. แบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรม
 3. แบบวัดทักษะชีวิต
 4. แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม
 5. แบบสำรวจความพึงพอใจในกิจกรรม
 6. แบบประเมินตนเอง
 7. แบบสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรม
 8. แบบสัมภาษณ์ปัจจัยและเงื่อนไข
-

แบบสัมภาษณ์การวิจัย เรื่อง

การพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยธรรมาภิบาลเพื่อเสริมสร้าง
ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่
(สำหรับสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่บุคลากรของหน่วยงาน/องค์กรในการบำบัดฟื้นฟูยาเสพติด)

คำชี้แจงแบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์ฉบับนี้แบ่งเป็น 4 ตอน ซึ่งกำหนดตามแนวริยธรรมาภิบาลประการในลักษณะการ
ประยุกต์ใช้หลักธรรมเพื่อนำมาใช้ในกระบวนการแก้ปัญหาตามแนวทางการวิจัย ซึ่งมีขั้นตอนตาม
แนวริยธรรมาภิบาลประการ ดังนี้.-

1. การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) หมายถึง ความไม่สบายใจไม่สบายกายอัน
เนื่องมาจากสภาวะที่ทนได้ยาก การบีบคั้นทางจิตใจ ความขัดแย้ง การพลัดพราก ความไม่สม
ปรารถนา (จำเป็นต้องกำหนด/ระบุปัญหาที่ต้องการแก้ไข)
2. การประเมินสมมติฐานของสาเหตุ/ปัจจัย(ขั้นสมุทัย) หมายถึง เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ซึ่งมี
สาเหตุที่แตกต่างกันไป แต่สาเหตุที่แท้จริงที่ก่อให้เกิดทุกข์คือ ความทะยานอยาก ความต้องการไม่
สิ้นสุด(จำเป็นต้องวิเคราะห์สาเหตุปัญหา)
3. เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ) หมายถึง การดับทุกข์อย่างมีจุดหมาย หรือทำ
ความอยากความต้องการสิ้นไป ทุกข์มาจากค้นหาความอยาก ถ้ามลความอยากได้มากเท่าไร ทุกข์
ย่อมน้อยลงไป ถ้ามลได้สิ้นเชิงชีวิตก็มีแต่ความสงบ (จำเป็นต้องกำหนดเป้าหมาย/วิธีการทดลอง
การเก็บรวบรวมข้อมูล)
4. แนวทางในการแก้ปัญหตามเป้าหมาย (ขั้นมรรค) หมายถึง การกำหนดวิธีการและการ
ปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา ซึ่งหมายถึง ข้อปฏิบัติ แนวทางวิธีการซึ่งเป็นมรรควิธีในการแก้ปัญหตาม
เป้าหมายที่วางไว้

การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

- (1) ท่านมีวิธีการให้ผู้ป่วย ได้วิเคราะห์สภาพปัญหาชีวิตของตนเองที่ผ่านมาอย่างไร
- (2) ท่านมีวิธีการให้ผู้ป่วย อาจจะเล่าประสบการณ์ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดที่ผ่านมาอย่างไร
- (3) เมื่อผู้ป่วยเข้ามาอยู่ในสถานบำบัดฟื้นฟู มีวิธีการให้ผู้ป่วย ได้มีการปรับตัวต่อสิ่งที่ตนเองไม่คุ้นเคยในสถานบำบัดฟื้นฟูอย่างไร
- (4) ท่านใช้วิธีการสร้างความรู้สึที่ดีในด้านบวก เพื่อให้ผู้ป่วยยอมรับปัญหาการใช้ยาของตนเองและสมัครใจเข้ารับการบำบัดฟื้นฟูด้วยความสมัครใจของตนเอง โดยไม่มีการบังคับอย่างไร

การประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์

(ขั้นสมมุติฯกำหนดเหตุแห่งทุกข์เพื่อกำจัด)

- (1) ท่านมีการวิเคราะห์สถานการณ์ต่างๆ รอบด้านของผู้ป่วยที่เป็นสาเหตุการใช้สารเสพติดอย่างไรบ้าง
- (2) ท่านใช้เหตุผลเพื่อให้ผู้ป่วยเข้าใจเงื่อนไขสภาพการของตน และหน่วยงานให้เกิดการเรียนรู้แบบ มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ อย่างไร
- (3) ท่านมีหลักการเพื่อให้ผู้ป่วยคิดอย่างมีวิจารณญาณ ในทางที่จะแก้ปัญหาตนและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขในสังคมอย่างไร
- (4) ท่านได้กระตุ้นเสริมแรงให้ผู้ป่วยเห็นศักยภาพของตนเอง และส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนทัศนคติร่วมกันในการแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างถูกวิธีอย่างไรบ้าง
- (5) ท่านได้ชี้แนะแหล่งการเรียนรู้เพิ่มเติมให้กับผู้ป่วยยาเสพติด เพื่อประกอบการเรียนรู้ ในระยะสลับสนที่เกิดขึ้นในเบื้องต้นอย่างไร

เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธความดับทุกข์)

- (1) ท่านมีเป้าหมายและวัตถุประสงค์หลักเพื่อเสริมสร้างทักษะในการให้ผู้ป่วยกลับไปใช้ชีวิตในสังคมตนเองได้อย่างปกติสุขอย่างไร

- (2) ท่านมีหลักการให้ข้อคิดหรือวิธีคิดด้านบวก เพื่อให้ผู้ป่วยเห็นคุณค่าตนเองอย่างไร
- (3) ท่านได้กำหนดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และวิชาการอย่างไรบ้าง
- (4) ท่านได้มีการกำหนดการวางแผนการดำเนินงานตลอดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องสำหรับผู้ป่วยอย่างไร
- (5) ท่านได้กำหนดวัตถุประสงค์หลักและแนวทางในการบำบัดฟื้นฟูแก้ไขสภาพปัญหาเสพติดในตัวผู้ป่วยอย่างเป็นระบบอย่างไร
- (6) ท่านได้กำหนดเป้าหมายเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองในการพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับผู้ป่วยที่เสพยาในอนาคดอย่างไร
- (7) เมื่อผู้ป่วยเกิดการเรียนรู้ได้ระดับหนึ่งแล้ว มีการกระตุ้นเสริมแรงเป็นระยะๆ ให้เขา รู้สึกว่าได้เข้าใจและเกิดการยอมรับตนเองมากขึ้น ตามหลักการใหม่ที่เพิ่งเรียนได้อย่างไร

แนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นบรรค)

- (1) ท่านได้กำหนดแนวทางในการแก้ไขปัญหที่ชัดเจนและเป็นระบบข้อมูลสำหรับผู้ป่วยสามารถนำมาปรับใช้ให้ได้ผลอย่างไรบ้าง
- (2) ท่านส่งเสริมการจัดสร้างสื่อให้ผู้ป่วยที่เสพยาได้ใช้เป็นแนวทางในการเรียนรู้กิจกรรมต่างๆ เพิ่มเติมอย่างไร
- (3) ท่านได้มีการวางแผนงานในการผลักดันเพื่อให้ผู้ป่วยเกิดการพัฒนาฝึกฝน และสามารถประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นให้เกิดความชำนาญอย่างไร
- (4) ท่านได้จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริม เวทีการเรียนรู้ สนับสนุนความสามารถในการอภิปรายแลกเปลี่ยนสนทนาร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขอย่างไรบ้าง
- (5) ท่านได้กำหนดกิจกรรมที่เสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลายในการเรียนรู้อย่างไรบ้าง
- (6) ท่านได้สร้างความตระหนักรู้เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยเกิดความรับผิดชอบต่อสังคมอย่างไรบ้าง
- (7) ท่านมีหลักการสร้างความเชื่อมั่น เพื่อให้ผู้ป่วยเลิกยาเสพติด และไม่คิดหันกลับไปเสพยาซ้ำอีกได้อย่างไร
- (8) ท่านได้กำหนดรูปแบบการประเมินผลที่ชัดเจนที่เป็นตัวชี้วัดผลการดำเนินงานที่ผ่านมาอย่างไรบ้าง

แบบสัมภาษณ์การวิจัย เรื่อง

การพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยธรรมาภิบาลเพื่อเสริมสร้าง

ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

(สำหรับสัมภาษณ์ผู้ปวยที่ได้รับการบำบัดฟื้นฟูสุขภาพจิต)

คำชี้แจงแบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์ฉบับนี้แบ่งเป็น 4 ตอน ซึ่งกำหนดตามแนวริยธรรมาภิบาลประการในลักษณะการประยุกต์ใช้หลักธรรมเพื่อนำมาใช้ในกระบวนการแก้ปัญหาตามแนวทางการวิจัย ซึ่งมีขั้นตอนตามแนวริยธรรมาภิบาลประการดังนี้.-

1. การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์) หมายถึง ความไม่สบายใจไม่สบายกายอันเนื่องมาจากสภาวะที่ทนได้ยาก การบีบคั้นทางจิตใจ ความขัดแย้ง การพลัดพราก ความไม่สมปรารถนา (จำเป็นต้องกำหนด/ระบุปัญหาที่ต้องการแก้ไข)

2. การประเมินสมมติฐานของสาเหตุ/ปัจจัย(ขั้นสมุทัย) หมายถึง เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ซึ่งมีสาเหตุที่แตกต่างกันไป แต่สาเหตุที่แท้จริงที่ก่อให้เกิดทุกข์คือ ความทะยานอยาก ความต้องการไม่สิ้นสุด(จำเป็นต้องวิเคราะห์สาเหตุปัญหา)

3. เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธ) หมายถึง การดับทุกข์อย่างมีจุดหมาย หรือทำ ความอยากความต้องการสิ้นไป ทุกข์มาจากค้นหาความอยาก ถ้าวัดความอยากได้มากเท่าไร ทุกข์ย่อมน้อยลงไป ถ้าวัดได้สิ้นเชิงชีวิตก็มีแต่ความสงบ (จำเป็นต้องกำหนดเป้าหมาย/วิธีการทดลองการเก็บรวบรวมข้อมูล)

4. แนวทางในการแก้ปัญหาตามเป้าหมาย (ขั้นมรรค) หมายถึง การกำหนดวิธีการและการปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา ซึ่งหมายถึง ข้อปฏิบัติ แนวทางวิธีการซึ่งเป็นมรรควิธีในการแก้ปัญหาตามเป้าหมายที่วางไว้

การกำหนดสภาพปัญหา (ขั้นทุกข์)

- (1) ท่านคิดว่าเมื่อเสพยาแล้ว มีปัญหาด้านอะไรบ้าง ก่อนเสพและหลังเสพแตกต่างกันอย่างไร ส่งผลต่อสภาพปัญหาชีวิตของตนเองที่ผ่านมาอย่างไร
- (2) ท่านคิดว่าความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวโดยรวม เช่น บิดา มารดา พี่น้อง หรือคู่สมรสที่ผ่านมาเป็นอย่างไร
- (3) ท่านคิดว่าที่ผ่านมามีประสบการณ์ด้านต่าง ๆ เหล่านี้อย่างไรบ้าง ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ค่าใช้จ่าย หนี้สิน และปัญหากับคนในครอบครัว
- (4) ท่านคิดว่าเมื่อเข้ามาอยู่ในสถานบำบัดฟื้นฟู มีการปรับตัวต่อสิ่งที่ตนเองไม่คุ้นเคยในสถานบำบัดฟื้นฟูอย่างไร
- (5) กรณีที่ท่านมีความรู้สึกเครียดและกดดันต่อสภาพที่เป็นอยู่ใช้วิธีการแก้ปัญหาเบื้องต้นอย่างไรบ้าง

การประเมินสมมติฐานของเหตุและปัจจัยแห่งทุกข์

(ขั้นสมมุติฯกำหนดเหตุแห่งทุกข์เพื่อกำจัด)

- (1) ท่านคิดว่าสาเหตุที่ทำให้หันเหมาใช้ยาเสพติดในเบื้องต้นมาจากตนเอง คนรอบข้าง หรือสิ่งแวดล้อม อย่างไร เพราะอะไร
- (2) หากท่านไม่เข้าไปเกี่ยวข้อง และเลิกใช้ยาเสพติดได้ถาวรนั้น ท่านคิดว่า คนรอบข้าง ครอบครัว ชุมชน และสิ่งแวดล้อมจะส่งผลต่อตัวท่านอย่างไรบ้าง
- (3) ท่านคิดว่าสาเหตุที่ท่านเข้ามาอยู่ในสถานบำบัด เป็นการยอมรับด้วยความสมัครใจ หรือมีการการบังคับ โดยบุคคลอื่นหรือไม่อย่างไร เพราะอะไร
- (4) เมื่อท่านยอมรับเงื่อนไขการอยู่ร่วมกันในสถานบำบัดฟื้นฟู ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ต่อตัวเองอย่างไร
- (5) ท่านปลุกจิตสำนึก ให้ข้อคิดหรือคติเตือนใจ เพื่อเลิกยาและเกิดการเห็นคุณค่าตนเองได้อย่างไร

(6) เมื่อท่านคิดว่าเลิกเสพยาเสพติดได้แล้ว มีหลักการคิดอย่างไรรอบคอบ ในทางที่จะแก้ปัญหาตนเองและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขในสังคมอย่างไร

(7) ท่านมีวิธีการสร้างแรงจูงใจตนเอง และส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกับหมู่คณะในการแก้ไขปัญหาเสพยาเสพติดอย่างถูกวิธีอย่างไรบ้าง

(8) ท่านคิดว่า แหล่งการเรียนรู้อื่น ๆ เช่น หนังสือพิมพ์ วารสาร วิทยุ โทรทัศน์ เป็นต้น ได้สร้างความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตนอย่างถูกต้อง เพื่อให้เห็นโทษภัยยาเสพติดได้อย่างไร

(9) ท่านคิดว่า ได้รู้ถึงผลกระทบหรืออันตรายของยาเสพติดที่มีผลต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมอย่างไรบ้าง

เป้าหมายในการแก้ปัญหา (ขั้นนิโรธความดับทุกข์)

(1) ท่านมีเป้าหมายและวัตถุประสงค์หลักในการคิดหาวิธีการใหม่ เพื่อเสริมสร้างทักษะตนเองให้ใช้ชีวิตในสังคม ชุมชน และคนรอบข้างโดยไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด และใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้อย่างไร

(2) ท่านมีการปฏิบัติตามกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ตัวท่านเองมีความเข้มแข็งทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และวิชาการอย่างไรบ้าง

(3) ท่านมีการวางแผนชีวิตและการมีส่วนร่วมกับหมู่คณะ เพื่อดำเนินกิจกรรมสำหรับตนเองอย่างไร

(4) ท่านได้วางแผนชีวิตเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ในการพัฒนาทักษะที่จำเป็นในอนาคตอย่างไร

(5) เมื่อท่านเกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ท่านยอมรับและเห็นคุณค่าสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับตนเองมากขึ้น ท่านมีความพร้อมจะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้อย่างไร

แนวทางในการแก้ปัญหตามเป้าหมาย (ขั้นมรรค)

(1) ท่านได้กำหนดแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่ชัดเจนให้ตนเองที่สามารถนำมาปรับใช้ให้ได้ผลอย่างไรบ้าง

- (2) ท่านสามารถใช้สื่อต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างให้ตนเองใช้เป็นแนวทางในการเรียนรู้กิจกรรมต่างๆ เพิ่มเติมอย่างไร
- (3) ท่านใช้วิธีการในการผลักดันตนเองให้เกิดการพัฒนาฝึกฝน และสามารถประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นให้เกิดความชำนาญต่อไปได้อย่างไร
- (4) ท่านได้สร้างความตระหนักรู้ในกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างให้ตนเองเกิดความรับผิดชอบต่อสังคมอย่างไรบ้าง
- (5) ท่านได้ร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมเวทีการเรียนรู้ สนับสนุนความสามารถในการอภิปราย แลกเปลี่ยนสนทนาร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขอย่างไรบ้าง
- (6) เมื่อเกิดความตึงเครียดท่านมีวิธีการที่เสริมสร้างบรรยากาศเพื่อการผ่อนคลายในการเรียนรู้อย่างไรบ้าง
- (7) ท่านได้ประเมินตนเอง เพื่อหาข้อดี ข้อเสียของตัวเอง แล้วนำมาปรับปรุงคุณภาพชีวิตที่ผ่านมาให้ดียิ่งขึ้นอย่างไร
- (8) ท่านได้สร้างความเชื่อมั่นตนเอง เพื่อให้เกิดการเลิกยาเสพติดอย่างถาวร และไม่หันกลับไปเสพติดได้อย่างไร

ขอขอบคุณ/เจริญพร ที่อนุเคราะห์ในการตอบแบบสัมภาษณ์ครั้งนี้

พระครูอัครสรนิเทศ (ดำรงค์ เบญจศิริ)

นิสิตปริญญาเอก สาขาการศึกษานอกระบบ โรงเรียน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบประเมินผลรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
ตามแนวริยธัตถ์ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชาย
ในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความประเด็นการประเมินต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว โดยแบ่งระดับการประเมินไว้ 5 ระดับ คือ

- | | |
|---|---|
| 5 | หมายถึง มีการประเมินผลรูปแบบอยู่ในระดับมากที่สุด |
| 4 | หมายถึง มีการประเมินผลรูปแบบอยู่ในระดับมาก |
| 3 | หมายถึง มีการประเมินผลรูปแบบอยู่ในระดับปานกลาง |
| 2 | หมายถึง มีการประเมินผลรูปแบบอยู่ในระดับน้อย |
| 1 | หมายถึง มีการประเมินผลรูปแบบอยู่ในระดับน้อยที่สุด |

ขอเจริญพรที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดียิ่งมา ณ โอกาสนี้

พระครูอดุลสรนิตเทศ (ดำรงค์ เบญจศิริ)

นิติศปริญาเอก สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน

ภาควิชานโยบายการจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ที่ทำงาน สถาบันวิจัยญาณสังวร ม.มหามกุฏราชวิทยาลัย โทร 0-2282-8302-3 ต่อ 252/เมื่อถือ
081-7921923

แบบประเมินผลรูปแบบ

**การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่
ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่**

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับรูปแบบ
การศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่
ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

ลำดับ	ประเด็นการประเมิน	ระดับการประเมิน				
		5	4	3	2	1
1.	ความชัดเจนของวัตถุประสงค์ของรูปแบบกิจกรรม					
2.	ความเหมาะสมของหัวข้อเรื่องที่ใช้ในรูปแบบ					
3.	ความเหมาะสมของเนื้อหาสาระของรูปแบบ					
4.	ความเหมาะสมของวิทยากรในการอบรม					
5.	ความเหมาะสมของระยะเวลาการจัดกิจกรรมตามรูปแบบ					
6.	ความเหมาะสมของสถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมตามรูปแบบ					
7.	ความเหมาะสมของสื่อ-อุปกรณ์ที่ใช้ประกอบการบรรยาย					
8.	ความเหมาะสมของการประเมินผลการจัดรูปแบบ					
9.	ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับการจัดกิจกรรมรูปแบบ					
10.	ความเหมาะสมของคุณสมบัติผู้เข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบ					
11.	การได้รับความรู้ใหม่จากการจัดกิจกรรมตามรูปแบบ					

ลำดับ	ประเด็นการประเมิน	ระดับการประเมิน				
		5	4	3	2	1
12.	ลักษณะของรูปแบบสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง					
13.	ลักษณะของรูปแบบสามารถพัฒนาให้บุคคลมีทักษะชีวิตตามที่พึงประสงค์ได้					
14.	ความสอดคล้องของรูปแบบกับกลุ่มเป้าหมายผู้เข้าร่วมกิจกรรม					
15.	ลักษณะของรูปแบบสามารถไปปรับใช้กับสถานที่อื่นๆ ในลักษณะเดียวกัน เช่น สถานบำบัดยาเสพติดที่อื่น ๆ					
16.	ความเหมาะสมของแผนการจัดกิจกรรมในรูปแบบเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตในแต่ละด้าน					
	16.1 กิจกรรม กระบวนการแก้ปัญหาของอริยสัจสี่					
	16.2 กิจกรรม การวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียน					
	16.3 กิจกรรม จริยธรรมพื้นฐานมนุษย์					
	16.4 กิจกรรม ความทรงจำของข้าพเจ้า					
	16.5 กิจกรรม จดหมายสื่อใจ					
	16.6 กิจกรรม หน้าที่พลเมืองที่ดี					
	16.7 กิจกรรม ผูกเชือกแก้ปมใจ					
	16.8 กิจกรรมการผ่อนคลายความเครียดด้วยคลื่นสมองต่ำ					
	16.9 กิจกรรม พลังแห่งชีวิตใหม่					
	16.10 กิจกรรม ชีวิตที่เลือกได้					
	16.11 กิจกรรมพิเศษ ความรู้เรื่อง อาหาร และ ธรรมชาติบำบัดและการทำดีที่ोकสำหรับผู้ป่วย					

แบบสอบถามการวิจัย

เรื่อง

**การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริ้วสัจสี่เพื่อเสริมสร้าง
ทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่**

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลกลุ่มผู้ป่วยที่ได้รับการบำบัด
ฟื้นฟูสุขภาพจิตในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ แบบสอบถามได้สร้างเป็นแบบวัดทักษะชีวิต
สำหรับผู้ป่วยที่ติดยาเสพติดซึ่งแบ่งเป็น 5 ด้าน เพื่อวัดทักษะชีวิตแล้วนำมาวิเคราะห์และสรุป
ผลการวิจัยต่อไป จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามทุกข้อ เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการ
วิจัยต่อไป

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม แบบสอบถาม มี 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเพื่อวัดทักษะชีวิต 5 ด้าน รวมจำนวนทั้งหมด 100 ข้อ

ส่วนที่ 1 การคิดอย่างมีวิจารณญาณ	จำนวน 20 ข้อ
ส่วนที่ 2 ความเห็นใจผู้อื่น	จำนวน 20 ข้อ
ส่วนที่ 3 การเห็นคุณค่าในตนเอง	จำนวน 20 ข้อ
ส่วนที่ 4 ความรับผิดชอบต่อสังคม	จำนวน 20 ข้อ
ส่วนที่ 5 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	จำนวน 20 ข้อ

ขอเจริญพรที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีมา ณ โอกาสนี้

พระครูอดุลสรนิเทศ (ดำรงค์ เบญจศิริ)

นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน

ภาควิชานโยบายการจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ที่ทำงาน สถาบันวิจัยญาณสังวร ม.มหามกุฏราชวิทยาลัย โทร 0-2282-8302-3 ต่อ 252/มือถือ

081-7921923

แบบวัดทักษะชีวิต

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบ

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ลงใน (✓) หรือเติมข้อความในช่องว่าง

1) ชื่อ.....สกุล.....

2) อายุ.....ปี

3) สถานภาพการสมรส

- | | |
|-------------------|--------------|
| () 1. โสด | () 2. สมรส |
| () 3. หย่าร้าง | () 4. หม้าย |
| () 5. อื่นๆ..... | |

4) ระดับการศึกษา

- | | |
|-------------------------|-------------------|
| () 1. ประถมศึกษา | () 2. มัธยมศึกษา |
| () 3. อนุปริญญา | () 4. ปริญญาตรี |
| () 5. สูงกว่าปริญญาตรี | |

5) ท่านต้องโทษมาแล้วเป็นเวลาปีเดือน

6) ท่านเหลือระยะเวลาที่จะพ้นโทษ.....ปี.....เดือน

ตอนที่ 2 แบบวัดทักษะชีวิต

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อคำถาม โดยเลือกคำตอบที่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว แล้วเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างโดยกำหนดให้

- | | |
|----------------------------|--|
| 4. เห็นด้วยอย่างยิ่ง | หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านมากที่สุด (ประมาณ 75-100%) |
| 3. เห็นด้วยเกือบทั้งหมด | หมายถึงข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านมากแต่มีข้อขัดแย้งเล็กน้อย (ประมาณ 50-74%) |
| 2. ไม่เห็นด้วยเกือบทั้งหมด | หมายถึงข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านมาก (ประมาณ 25-49%) |
| 1. ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง | หมายถึงข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่าน (ประมาณ 0-24%) |

	ข้อความ	ระดับความคิด ความรู้สึก			
		4	3	2	1
1.	<u>การคิดอย่างมีวิจารณญาณ</u> ท่านสามารถตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาได้				
2.	ท่านคิดว่าการรับประทานผักสดและผลไม้ทุกวัน เป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยลดอัตราเสี่ยงของการเป็น โรคมะเร็งในลำไส้				
3.	การเสพสิ่งเสพติดสาเหตุหนึ่งมาจากการคบเพื่อนที่ ไม่ดี				
4.	ชุมชนหรือที่พักอาศัยไม่ดี นำไปสู่ปัญหาด้าน อบายมุขได้				
5.	ส่วนใหญ่ของคนที่ติดเหล้าหรือสารเสพติดเพราะ ไม่รู้วิธีผ่อนคลายด้านจิตใจและร่างกาย				
6.	อุบัติเหตุบนท้องถนนเกิดจากผลของ แอลกอฮอล์ หรือสารเสพติด ทำลายการตัดสินใจและกลไกการ ตอบสนองของผู้ขับ				
7.	มีความรู้สึกที่ “ การเสพสารเสพติดสามารถแก้อาการ เจ็บป่วยได้ชั่วคราว				
8.	ความสัมพันธ์ที่ดี ภายในครอบครัวสามารถลดปัจจัยเสี่ยง การเสพสารเสพติดได้				
9.	การวางแผนชีวิตที่ดีนำไปสู่เป้าหมายของความสุขใน ชีวิตในอนาคตได้				
10.	การรู้จักเลือกรับรู้ข้อมูลข่าวสารทางโทรทัศน์/วิทยุ และ นสพ. สามารถช่วยการตัดสินใจแก้ปัญหาในชีวิต				
11.	ผลกระทบที่เกิดจากการเสพสารเสพติดทำให้ตนเอง ครอบครัวและสังคมได้รับความเสียหายมากมาย				
12.	บทลงโทษทางกฎหมายสำหรับผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพ ติดไม่สามารถลดปัญหาเสพติด				
13.	การมองย้อนประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้สามารถ ตัดสินใจในการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ				

	ข้อความ	ระดับความคิด ความรู้สึก			
		4	3	2	1
14.	การคิดอย่างรอบคอบถี่ถ้วนเป็นการคิดที่มีประสิทธิภาพสูง				
15.	ประสบการณ์ชีวิตมีความสำคัญต่อการคิดอย่างมีวิจารณญาณ				
16.	การวิเคราะห์ตนเองจากปฏิกิริยาของเพื่อนและคนรอบข้างจะสะท้อนให้เห็นบุคลิกที่ควรปรับปรุงแก้ไข				
17.	การปฏิเสธเพื่อนที่ชักชวนดื่มแอลกอฮอล์ หรือสารเสพติดเป็นความคิดที่สร้างสรรค์				
18.	การเข้ากลุ่มเพื่อการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจของผู้ป่วยเป็นความคิดที่ถูกต้อง				
19.	การพูดคุยแลกเปลี่ยนข้อมูลทางออกที่เหมาะสมกับเพื่อนๆ สามารถลดพฤติกรรมปัญหาด้านยาเสพติด				
20.	การมีโอกาสเข้าร่วมโครงการต่อต้านยาเสพติดทุกชนิดทำให้สังคมสงบสุข				
	ความเห็นใจผู้อื่น				
1.	ข้าพเจ้ามีความเข้าใจและรับรู้ถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้ดี				
2.	ข้าพเจ้ายอมรับในสิ่งที่เป็นความจริงที่เกิดขึ้นกับเพื่อนในการใช้ชีวิตที่ผ่านมาได้				
3.	ข้าพเจ้ามีความเห็นใจและปรารถนาให้ผู้อื่นได้พ้นจากความทุกข์ทั้งกายและจิตใจ				
4.	ข้าพเจ้ายอมรับเพื่อนๆ ที่มีความแตกต่างทางวิทยาศาสตร์ และสุขภาพได้ดี				
5.	คนรอบข้างข้าพเจ้ามักชมข้าพเจ้าเสมอว่าเป็นคนนิสัยดีน่าคบหา				
6.	ข้าพเจ้าสามารถเข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่นได้ดี				

	ข้อความ	ระดับความคิด ความรู้สึก			
		4	3	2	1
7.	ข้าพเจ้ายอมรับการตัดสินใจของผู้อื่นในการกระทำใดๆ				
8.	เมื่อมีโอกาสข้าพเจ้าจะเข้าร่วมกิจกรรมหรือทำงานเพื่อส่วนรวม				
9.	ข้าพเจ้ายอมรับให้ผู้อื่นเข้ามามีส่วนร่วมในแผนงานของตนเอง				
10.	ข้าพเจ้ามักช่วยเหลือผู้อื่นเสมอโดยไม่รอช้าเพราะความสงสาร				
11.	ข้าพเจ้าพยายามเป็นมิตรกับผู้อื่นเสมอ				
12.	ความสัมพันธ์ส่วนตัวของข้าพเจ้ากับคนอื่นเป็นไปอย่างเย็นชาและห่างเหิน				
13.	ข้าพเจ้าปล่อยให้ผู้อื่นรับผิดชอบในเรื่องต่างๆ				
14.	ข้าพเจ้าปล่อยให้ผู้อื่นมีอิทธิพลต่อการกระทำต่างๆ ของตน				
15.	ข้าพเจ้าชอบให้คนอื่นชักชวนในเรื่องต่างๆ				
16.	ข้าพเจ้าพยายามมีบทบาทอย่างมากในการกระทำของคนอื่น				
17.	ข้าพเจ้าชอบให้คนอื่นรับเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของเขา				
18.	ข้าพเจ้าพยายามให้เพื่อน ทำสิ่งต่างๆ ตามที่ข้าพเจ้าแนะนำให้เขาทำ				
19.	ข้าพเจ้าพยายามที่จะรับผิดชอบในเรื่องต่างๆ เมื่ออยู่ร่วมกับคนอื่น				
20.	ข้าพเจ้าชอบให้คนอื่นทำตัวเย็นชาและห่างเหินกับตนเอง				
	การเห็นคุณค่าในตนเอง				
1.	ข้าพเจ้าเป็นที่ยอมรับในหมู่เพื่อนวัยเดียวกัน				

	ข้อความ	ระดับความคิด ความรู้สึก			
		4	3	2	1
2.	ข้าพเจ้าเป็นที่พึ่งของครอบครัวได้เสมอ				
3.	ข้าพเจ้ายอมแพ้ต่ออุปสรรคปัญหาต่างๆ ง่ายเกินไป				
4.	ครอบครัวตั้งความคาดหวังในตัวข้าพเจ้าสูงเกินไป				
5.	ข้าพเจ้าเป็นคนอ่อนไหวต่อเหตุการณ์ต่างๆ ง่าย				
6.	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้กับการทำงาน				
7.	ครอบครัวของข้าพเจ้ามีความเข้าใจในชีวิตข้าพเจ้า				
8.	เพื่อนๆ มักล้อตามความคิดเห็นของข้าพเจ้า				
9.	ข้าพเจ้ารู้สึกถึงตนเองว่ามีความต่ำต้อย				
10.	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจในการพูดต่อหน้าสาธารณชน				
11.	ข้าพเจ้าสามารถตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ได้โดยไม่มี ยากลำบาก				
12.	ข้าพเจ้าอยากเปลี่ยนแปลงตนเองถ้าสามารถทำได้				
13.	ใครๆ จะรู้สึกมีความสุขเมื่ออยู่กับข้าพเจ้า				
14.	ชีวิตของข้าพเจ้าเต็มไปด้วยความสับสนวุ่นวาย				
15.	ชีวิตของข้าพเจ้ารู้สึกพอใจในตนเองและสิ่งที่ตนเองทำ				
16.	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าอยากเป็นคนอื่นที่ไม่ใช่ตัวตนเอง				
17.	ข้าพเจ้าไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้				
18.	ข้าพเจ้าปรารถนาอยากให้เป็นคนอื่นชื่นชอบในตัว ข้าพเจ้า				
19.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเสมอ				
20.	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในตนเอง				

	ข้อความ	ระดับความคิด ความรู้สึก			
		4	3	2	1
1.	<u>ความรับผิดชอบต่อสังคม</u> ข้าพเจ้าพยายามเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มในชุมชน				
2.	ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับคนอื่น				
3.	ข้าพเจ้าปรารถนาเข้าร่วมโครงการต่อต้านยาเสพติด				
4.	ข้าพเจ้าสนใจข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับตนเองและชุมชน				
5.	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าไม่เคารพในกฎจราจรบนท้องถนน				
6.	ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงการอยู่ตามลำพัง				
7.	ข้าพเจ้าพยายามสร้างความเป็นกัลยาณมิตรกับคนอื่น				
8.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าความรู้ความสามารถของข้าพเจ้าจะเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น				
9.	ข้าพเจ้ามีส่วนรับผิดชอบความเจริญหรือความเสื่อมของสังคม				
10.	ในอนาคตข้าพเจ้าจะขออาสาสมัครทางสังคมเพื่อแก้ปัญหาชุมชน				
11.	ข้าพเจ้าคิดว่าคนที่ขาดความรับผิดชอบต่อสังคมจะส่งผลต่อความเสื่อมในสังคม				
12.	ข้าพเจ้าไม่สามารถเป็นที่พึ่งของสังคมได้				
13.	ข้าพเจ้าขาดความเชื่อมั่นในการบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น				
14.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าสังคมยังต้องการความช่วยเหลือจากข้าพเจ้าอยู่				
15.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่หลีกเลี่ยงหนีสังคมเสมอ				
16.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าสังคมจะแตกแยกถ้าทุกคนฝึกฝัผลประโยชน์ตนและพวกพ้อง				

	ข้อความ	ระดับความคิด ความรู้สึก			
		4	3	2	1
17.	ข้าพเจ้าใช้สิทธิ์ตนเองโดยการไปเลือกตั้งผู้แทนตามระบอบประชาธิปไตย				
18.	ข้าพเจ้ามีความซื่อสัตย์สุจริตต่อสิ่งที่ทำเสมอ				
19.	สังคมจะดี ถ้าทุกคนมีคุณธรรมจริยธรรม				
20.	ข้าพเจ้ายอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล				
1	<u>การจัดการกับอารมณ์และความเครียด</u> เมื่อเกิดความรู้สึกหมกหมองท้อแท้ข้าพเจ้าจะบอกกับตัวเองว่าอดทนไว้แล้วเวลาจะช่วยให้รู้สึกดีขึ้น				
2.	ข้าพเจ้าไม่สามารถยับยั้งความคิดที่ทำให้อารมณ์จุ่นเคืองได้				
3	ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยงเหตุการณ์และสถานที่ที่สร้างความลำบากใจให้กับตนเอง				
4.	เมื่อข้าพเจ้าต้องตัดสินใจในเรื่องที่ทำให้เครียดข้าพเจ้าจะเลื่อนการตัดสินใจออกไปก่อนเสมอ				
5.	ในขณะที่กำลังโกรธข้าพเจ้าจะไตร่ตรองอย่างรอบคอบก่อนจะทำอะไรลงไปในเรื่องนั้น				
6.	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้าขาดสมาธิทำให้เกิดความผิดพลาดในการทำงาน				
7.	การฝึกสติให้รู้สึกตัวตลอดทำให้ข้าพเจ้ามีความรอบคอบมากขึ้น				
8.	เมื่อเกิดความกดดันต่อสถานการณ์ที่เป็นอยู่ ข้าพเจ้าจะใช้วิธีผ่อนคลายจิตใจตนเอง				
9.	เมื่อเผชิญกับปัญหาที่คุกคามจิตใจข้าพเจ้าไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้				
10.	ข้าพเจ้าจะเกิดความโกรธได้ง่ายเมื่อมีสิ่งยั่วยุดทางอารมณ์				
11.	เมื่อประสบกับความผิดหวังในชีวิตข้าพเจ้ายังสามารถควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในในภาวะปกติได้				

	ข้อความ	ระดับความคิด ความรู้สึก			
		4	3	2	1
12.	ข้าพเจ้าฝึกการรับรู้อารมณ์ที่มาสัมผัสโดยการฝึกทำสมาธิ				
13.	ข้าพเจ้าฝึกตนเองในเชิงบวกโดยสร้างทัศนคติมองโลกในแง่ดี				
14.	การฝึกโยคะสมาธิทำให้จิตใจข้าพเจ้ามั่นคงมากขึ้น				
15.	เมื่อเกิดความวิตกกังวลในชีวิตข้าพเจ้ามีโอกาสได้คุยปรึกษาเพื่อนๆ ที่สนิท				
16.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าความเครียดและวิตกกังวลเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคร้ายต่างๆ ได้ง่าย				
17.	เมื่อข้าพเจ้าไม่สบายใจ จะคิดถึงหรือหาสิ่งที่สนุกสนานเบิกบานใจแทน				
18.	ข้าพเจ้ารู้สึกตนเองมีค่ามากขึ้นเมื่อหักห้ามใจในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามอารมณ์				
19.	ข้าพเจ้าฝึกฝนกิจกรรมบางอย่างเพื่อควบคุมอารมณ์ตนเอง				
20.	ข้าพเจ้าพยายามอ่านหนังสือหรือหาข้อมูลบางอย่างเพื่อลดพฤติกรรมไม่ให้เกิดความเครียดและอารมณ์แปรปรวนง่าย				

แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม

ของทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

วันเวลาที่สังเกต วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....เวลา.....สถานที่.....

ผู้สังเกต.....

การสังเกต ครั้งนี้ เป็นการดูพฤติกรรมแบบไม่มีส่วนร่วมในการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งของผู้ต้องขังชาย เพื่อนำผลการสังเกตมาวิเคราะห์สรุป และบรรยายสังเคราะห์เนื้อหาในภาพรวม ซึ่งจะจัดลำดับการสังเกตเป็นหมวดหมู่เพื่อง่ายต่อการวิเคราะห์สรุปบรรยายให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ซึ่งในที่นี้ได้แบ่งการสังเกตของทักษะชีวิตตามเนื้อหา 5 ด้าน ที่พึงสังเกตในขณะจัดกิจกรรมตามรูปแบบนี้

คำชี้แจง แบบสังเกตนี้ ใช้ประกอบ หลังหรือระหว่าง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละแผนการสอนทุกครั้งเพื่อบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นทันทีภายในวันที่จัดทำกิจกรรม

1. การบันทึกการสังเกตทักษะชีวิต ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

ประเด็นการสังเกต

1.1 ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร สถานการณ์ และประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

1.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

1.3 การจัดลำดับความสำคัญในการคิดวิเคราะห์

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเขตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

1.4 การคิดนอกกรอบ มีความหลากหลาย และกว้างขวาง

(สังเขตกุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเขตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

1.5 การวิเคราะห์วิจารณ์อย่างมีเหตุผลในการร่วมทำกิจกรรม

(สังเขตกุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

2. การบันทึกการสังเกตทักษะชีวิต ด้านความเห็นใจผู้อื่น

ประเด็นการสังเกต

2.1 การมีความเข้าใจ และรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้ดี

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.2 การยอมรับเหตุผลความแตกต่างระหว่างบุคคลโดยปราศจากเงื่อนไขใดๆ ทั้งวัย ศาสนา การศึกษา และสุขภาพ เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

2.3 การให้อภัยเมื่อเกิดข้อผิดพลาด และข้อขัดแย้งระหว่างทำกิจกรรม

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

2.4 การช่วยเหลือเพื่อน หรือให้คำปรึกษาแก่บุคคลและกลุ่ม

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

2.5 การเปิดใจยอมรับผู้ร่วมกิจกรรมเข้ามาเป็นกัลยาณมิตรระหว่างทำกิจกรรม

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

3. การบันทึกการสังเกตทักษะชีวิต ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง

ไประเด็นการสังเกต

3.1 ความรู้สึกภูมิใจในสิ่งที่ตนเองทำ

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2 ความสามารถเป็นที่พึ่งของเพื่อน ๆ ในกลุ่มในการทำกิจกรรม

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.3 การเห็นคุณค่าของบุคคลอื่นมากกว่าสนใจในฐานะตำแหน่ง หรืออื่นๆ

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

3.4 การนำศักยภาพหรือความสามารถของตนเองในการแสดงออกอย่างเหมาะสม

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

3.5 ความตั้งใจทำกิจกรรม และพัฒนาตนเองให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามเป้าหมายที่วางไว้
(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

3.6 การเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี อารมณ์ยิ้มแย้ม แจ่มใส
(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

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

3.7 การสร้างภาพพจน์ด้านบวกให้กับตนเอง

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

4. การบันทึกการสังเกตทักษะชีวิต ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม

ประเด็นการสังเกต

4.1 มีความรับผิดชอบต่อกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

4.2 ให้ความร่วมมือกับเพื่อน และวิทยากรอย่างเต็มใจ

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

4.2 มีความตั้งใจในการเรียนรู้ ทำกิจกรรม และการสนใจค้นคว้าเพิ่มเติม

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.3 มีความรู้สึกรู้ว่า ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และร่วมมือกับกลุ่มในการแก้ปัญหา
(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

.....

.....

.....

.....

.....

4.4 มีจิตอาสาช่วยแก้ไขปัญหาดังต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นอย่างกระตือรือร้น
(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

.....

.....

.....

(สังเกตรายบุคคล)

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

5. การบันทึกการสังเกตทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ประเด็นการสังเกต

การควบคุมอารมณ์

5.1 การควบคุมอารมณ์ของตนเอง เมื่อเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

5.2 ความอดทน อดกลั้น เมื่อมีสิ่งขั้วทางอารมณ์ให้เกิดความโกรธได้ง่าย

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

การมีสติใช้เหตุผลในการปัญหา มากกว่าใช้อารมณ์ของตนเอง

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

5.3 การมีทัศนคติที่ดี และการมองโลกในเชิงสร้างสรรค์

(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

การจัดการกับความเครียด

5.4 การปรึกษาเพื่อน ๆ พุดคุยแลกเปลี่ยนเพื่อคลายความวิตกกังวล
(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

รู้สาเหตุของความเครียด และเรียนรู้ถึงวิธีควบคุมด้วยการผ่อนคลาย
(สังเกตกลุ่ม/ภาพรวม)

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

(สังเกตรายบุคคล)

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

แบบสำรวจความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม

การศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวริยาสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม
ของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความพึงพอใจที่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่าน

ประเด็นความพึงพอใจ	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
ด้านเนื้อหาสาระ/และโครงสร้างของกิจกรรม					
1.หัวข้อการอบรมมีความเหมาะสมกับรูปแบบที่จัด					
2.วัตถุประสงค์ของกิจกรรมมีความชัดเจน					
3.เนื้อหาของกิจกรรมแต่ละด้าน					
4.วิทยากรมีความเหมาะสมในการอบรม					
5.ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม					
6.สถานที่ใช้ในการจัดกิจกรรม					
7.สื่อ-อุปกรณ์ ที่ใช้ประกอบการบรรยาย					
8.การประเมินผลในการจัดกิจกรรม					
9.คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมกิจกรรม					
10.การได้รับประสบการณ์ใหม่					
ด้านแผนการจัดกิจกรรมของทักษะชีวิต					
1. กิจกรรมเรื่อง จริยธรรมพื้นฐานมนุษย์					

ประเด็นความพึงพอใจ	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
2. กิจกรรม เรื่อง ความทรงจำของข้าพเจ้า					
3. กิจกรรม เรื่อง จดหมายสื่อใจ					
4. กิจกรรม เรื่อง หน้าที่พลเมืองที่ดี					
5. กิจกรรม เรื่อง ผูกเชือกแก้ปมใจ					
6. กิจกรรม เรื่อง การคลายความเครียดด้วย คลื่นสมองต่ำ					
7. กิจกรรม เรื่อง พลังชีวิตใหม่					
8. กิจกรรม เรื่อง ชีวิตที่เลือกได้					
<u>ด้านกิจกรรมเสริมสร้างทักษะการฝึกปฏิบัติ</u>					
1.การฝึก โยคะ / สมาธิ					
2.การบริหารกายท่าเก้าอี้					
3.การผ่อนคลายด้วยคลื่นสมองต่ำ					
4.การสร้างภาพพจน์ด้านบวก					

2. ข้อเสนอแนะอื่นๆ (โปรดแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ท่านพอใจ / ไม่พอใจที่ควรปรับปรุงแก้ไข และข้อเสนอแนะอื่นๆ อันเป็นประโยชน์ต่อการจัดกิจกรรมตามรูปแบบ)

สิ่งที่ท่านพอใจในกิจกรรมเป็นพิเศษ

1.....

2.....

3.....

สิ่งที่ท่านเห็นว่าควรปรับปรุงแก้ไข

1.....

2.....

3.....

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

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

แบบประเมินตนเอง

การเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการ
อยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับกรปฏิบัติตามคู่มือ การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

ประเด็น	ระดับการปฏิบัติ			
	ทุกวัน	1-2 ครั้ง/ สัปดาห์	3-4 ครั้ง/ สัปดาห์	ไม่ได้ทำ
1. การฝึกสมาธิ				
2. การฝึกโยคะ				
3. การบริหารกายท่าแกชิกิ				
4. การผ่อนคลายโดยการทำคลื่นสมองให้ต่ำ				
5. การพูดเชิงบวกกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม				
6. การทบทวนเนื้อหากิจกรรมในคู่มือควบคู่กับการเรียนรู้ตามแผนการจัดกิจกรรมแต่ละวัน				
7. การปฏิบัติงานตามที่ได้รับมอบหมายจากวิทยากรฝึกอบรม				

หมายเหตุ

.....
.....

แบบสัมภาษณ์

ผลการจัดกิจกรรมตามแนวริยสัจสี่ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขัง
ชายในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่

วันที่สัมภาษณ์.....

เวลาสัมภาษณ์.....

ชื่อ-นามสกุลของเจ้าหน้าที่เรือนจำ

.....

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นและความรู้สึกของท่าน

1. จากการใช้คู่มือ โดยการเรียนรู้ด้วยตนเอง ของผู้เข้าร่วมการจัดกิจกรรมตามแนวริยสัจสี่เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคม ท่านมีระดับการเรียนรู้มากน้อยเพียงใด (เลือกตอบเพียงข้อเดียวเท่านั้น)

- ระดับการเรียนรู้มากที่สุด
- ระดับการเรียนรู้มาก
- ระดับการเรียนรู้ปานกลาง
- ระดับการเรียนรู้น้อย
- ระดับการเรียนรู้น้อยที่สุด

หมายเหตุ

.....

.....

.....

.....

2. รูปแบบกิจกรรมมีผลต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่กันในสังคมอย่างไร

- มีผลต่อการดำเนินชีวิตในภายหน้า เช่น คนรอบข้างยอมรับเข้าสังคมได้
อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข
- ไม่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

หมายเหตุ

.....

.....

3. การปฏิบัติตามคู่มือของผู้เข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบ

- ปฏิบัติเป็นประจำ (ทำทุกวัน) ปฏิบัติบ่อยครั้ง (3-4 ครั้ง/
สัปดาห์)
- ปฏิบัติน้อยครั้ง (1-2 ครั้ง/สัปดาห์) ไม่ปฏิบัติ

หมายเหตุ

.....

.....

4. จากการปฏิบัติตามกิจกรรมในคู่มือการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เข้าร่วมรูปแบบในการจัด

- ไม่พบปัญหา
- พบปัญหา โปรดระบุ.....

หมายเหตุ

.....

.....

5. ผู้เข้าร่วมรูปแบบในการจัดกิจกรรม เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมซึ่งมีทักษะชีวิต 5 ประการ ท่านคิดว่าทักษะชีวิตด้านใดมีความสำคัญที่สุดที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตเมื่ออยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม (เลือกตอบได้เพียงข้อเดียว ตามความคิดเห็นและความรู้สึกของท่าน)

- การคิดอย่างมีวิจารณญาณ
- ความเห็นใจผู้อื่น
- การเห็นคุณค่าในตนเอง
- ความรับผิดชอบต่อสังคม
- การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

หมายเหตุ

.....

.....

6. ข้อเสนอแนะ

- ไม่ต้องเปลี่ยนแปลงกิจกรรมในการจัด
- ต้องการเพิ่มกิจกรรม โปรดระบุ.....
- ต้องการตัดกิจกรรม โปรดระบุ.....

หมายเหตุ

.....

.....

.....

แบบสัมภาษณ์

ปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบกิจกรรมไปปรับใช้

วันเวลาที่สัมภาษณ์ วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....เวลา.....

ผู้สัมภาษณ์.....

รูปแบบ หมายถึง การประมวลเนื้อหาสาระที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรม วัตถุประสงค์ สื่ออุปกรณ์ ที่ใช้กับกิจกรรม เวลา เนื้อหากิจกรรม ขั้นตอนการจัดกิจกรรม และการประเมินผล ที่นำมา พัฒนารูปแบบกิจกรรมในลักษณะแผนการเรียนรู้ของกิจกรรม รวมทั้งโครงสร้างแผนการจัด กิจกรรม กำหนดการ เป็นต้น

คำชี้แจง 1) แบบสัมภาษณ์นี้ เป็นวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 4 คือการศึกษาปัจจัยเงื่อนไขที่ เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบกิจกรรมไปปรับใช้ (ได้แนบรูปแบบกิจกรรมที่เป็นคู่มือพร้อมแบบ สัมภาษณ์นี้)

2) แบบสัมภาษณ์นี้ ใช้สัมภาษณ์บุคลากรในเรือนจำกลางเชียงใหม่ ซึ่งประกอบไปด้วย 1.ผบ.เรือนจำ 2.ผอ.หรือหัวหน้าส่วนที่เกี่ยวข้อง 3.เจ้าหน้าที่ควบคุมความประพฤติที่เกี่ยวข้อง จำนวนรวม 5 ท่าน (สนทนากลุ่มย่อย)

3) ช่วงเวลาการสัมภาษณ์ ใช้สัมภาษณ์ในช่วงวันที่ 1-2 ก่อนเสร็จสิ้นโครงการจัดกิจกรรม โดยสมบูรณ์แล้ว

4) ปัจจัยและเงื่อนไขมีความหมายครอบคลุมเกี่ยวกับการใช้ผลของการพัฒนารูปแบบ หรือ เป็นการนำเอาผลหรือนวัตกรรมที่ได้จากการพัฒนารูปแบบมาก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในการ นำไปปฏิบัติใช้ใน เรือนจำ ทักษสถานอื่น ๆ หรือนโยบายการทำงานช่วยให้ผู้บริหารหรือผู้ ตัดสินใจใช้ในการปรับปรุงกิจกรรม แผนงาน โครงการ ในหน่วยงานของตนเองเพื่อให้เกิด ประสิทธิภาพต่อการดำเนินงานมากยิ่งขึ้น

แนวทางการสัมภาษณ์

1. ด้านการบริหารและการจัดการ

1.1 ท่านคิดว่า การมีส่วนร่วมระดับผู้บริหารที่อยู่ในหน่วยงานด้านการบำบัดฟื้นฟูในสถานที่อื่น ๆ ควรให้การสนับสนุนรูปแบบการจัดกิจกรรมนี้ด้านใดบ้าง อย่างไร เพื่อให้รูปแบบกิจกรรมประสบผลสำเร็จ

1.2 ท่านคิดว่าทัศนคติของผู้บริหารในภาพรวมต่อการประเมินผลกลุ่มเป้าหมายที่ติดยา ทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรม มีความจำเป็น และควรให้ความสำคัญหรือไม่ เพราะเหตุใด

1.3 ท่านคิดว่า การพัฒนากลุ่มเป้าหมายผู้ติดยาเสพติด ควรกำหนดไว้ในแผนนโยบายการบริหารจัดการของหน่วยงานด้านการบำบัดฟื้นฟูหรือไม่อย่างไร

2. ด้านกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติด

2.1 ท่านคิดว่า กลุ่มผู้ติดยาเสพติดควรได้รับการบำบัดโดยการบังคับ หรือเข้ารับการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดด้วยความสมัครใจของตนเอง เพราะเหตุใด (เพราะนโยบายสถานบำบัดฟื้นฟูแต่ละที่ ไม่เหมือนกัน)

2.2 ท่านคิดว่า กลุ่มผู้ติดยาเสพติด ควรมีความรู้ความเข้าใจในขั้นตอนต่าง ๆ ของการพัฒนาการจัดกิจกรรมตามโครงการหรือไม่อย่างไร

2.3 ท่านคิดว่า การได้รับประสบการณ์ใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม และนำไปสู่การเห็นคุณค่าตนเองมากยิ่งขึ้นของกลุ่มผู้ติดยาเสพติด จะส่งผลให้รูปแบบการจัดกิจกรรมนี้ เป็นไปในลักษณะไหนอย่างไรบ้าง

2.4 ท่านคิดว่า ข้อจำกัดทางด้านศาสนา กรณีถ้ากลุ่มเป้าหมายนับถือศาสนาอื่นที่ไม่ใช่พระพุทธศาสนา จะส่งผลให้การใช้รูปแบบตามแนววิธีสี่สี และวิทยากรที่เป็นภิกษุ ในการจัดกิจกรรมในด้านใด หรือไม่อย่างไร

3. ด้านผู้ปกครอง/กลุ่มเครือญาติ

3.1 ท่านคิดว่าผู้ปกครองหรือเครือญาติที่เกี่ยวข้องกับผู้ติดยาเสพติด ควรมีส่วนร่วม และให้การสนับสนุน โปรแกรมการจัดกิจกรรมรูปแบบในลักษณะนี้อย่างไรบ้าง

3.2 ผู้ปกครองหรือเครือญาติที่เกี่ยวข้อง ควรมีส่วนร่วมในการให้กำลังใจกลุ่มผู้ติดยาเสพติด หรือเป็นส่วนหนึ่งในการจัดกิจกรรมหรือไม่อย่างไร เช่น การขอโทษพ่อแม่ที่ดำเนินชีวิตผิดพลาด การให้อภัยจากผู้ปกครอง หรืออื่น ๆ เป็นต้น

4.ด้านผู้ใช้รูปแบบ

4.1 ท่านคิดว่า หากบุคลากรในหน่วยงานบำบัดฟื้นฟูยาเสพติดที่อื่นๆ มีความประสงค์ ดำเนินกิจกรรมในการใช้รูปแบบนี้เอง ควรเตรียมความพร้อมในด้านใดบ้าง อย่างไร

4.2 ท่านคิดว่า หากมีการนำรูปแบบกิจกรรมนี้ไปปรับใช้กับสถานที่อื่น ๆ วิทยากร หรือผู้จัดกิจกรรม ควรมี คุณสมบัติแบบไหน อย่างไร ที่จะส่งผลให้การจัดกิจกรรมมีประสิทธิภาพ ยิ่งขึ้น

5. ด้านลักษณะของสถานที่

5.1 ท่านคิดว่า ความพร้อมของอาคารสถานที่ อุปกรณ์และการอำนวยความสะดวก หรือสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการจัดกิจกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ ควรมีลักษณะอย่างไร

6. การใช้ผลของรูปแบบ

6.1 ท่านคิดว่า การใช้ผลของรูปแบบที่พัฒนาขึ้นและนำไปปรับใช้กับสถานที่อื่นๆ ควรคำนึงถึงองค์ประกอบอะไรบ้าง และอย่างไร

7. ด้านรูปแบบกิจกรรม

7.1 ท่านคิดว่า การสะท้อนคุณภาพของรูปแบบ ส่งผลดี-ผลเสีย ต่อการจัดกิจกรรม ต่อไปอย่างไรบ้าง

7.2 ท่านคิดว่า ความหลากหลายของการจัดกิจกรรม เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ส่งผล ต่อคุณภาพของรูปแบบอย่างไรบ้าง

เงื่อนไข หมายถึง ข้อกำหนดที่จะส่งผลให้การนำรูปแบบไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล

แนวทางการสัมภาษณ์

1. ท่านคิดว่า การนำรูปแบบกิจกรรมไปสู่การปฏิบัติที่ได้ผล มีส่วนเชื่อมโยงกับการจัดงบประมาณ บุคลากร และระยะเวลาที่เพียงพอในการจัดกิจกรรม เป็นข้อกำหนดที่ควรมีความจำเป็นหรือไม่อย่างไร

2. ท่านคิดว่า การขาดการสนับสนุน จากผู้บริหารในหน่วยงานบำบัดฟื้นฟู จะเป็นข้อจำกัดที่ส่งผลกระทบต่อให้นำรูปแบบกิจกรรมไปใช้กับสถานที่นั้น ๆ อย่างไรบ้าง

3. ท่านคิดว่า การกำหนดให้มีการประเมินผลในรูปแบบการจัดกิจกรรมหลังการจัดอบรมทุกครั้ง เพื่อหาข้อดี-ข้อเสีย สิ่งที่ต้องปรับปรุง มีผลต่อการจัดรูปแบบกิจกรรมให้ประสบผลสำเร็จหรือไม่ อย่างไร

4. ท่านคิดว่า การนำผลของรูปแบบกิจกรรมที่ได้ มาปรับเปลี่ยนวิสัยทัศน์ ยุทธศาสตร์การทำงาน แผนหรือกิจกรรม โครงการ ก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการสร้างองค์ความรู้ใหม่ให้กับองค์กรหรือไม่ อย่างไร

5. ท่านคิดว่า ระยะเวลาในการอบรมควรมีความต่อเนื่องหรือเว้นระยะการอบรม เพื่อให้เห็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในกลุ่มผู้ปวยยาเสพติด หรือไม่ อย่างไร

ภาคผนวก ง

ประมวลภาพการจัดกิจกรรม

การเสริมสร้างทักษะชีวิตตามแนวปรัชญา



- การทำสมาธิ และการทำคลื่นสมองให้ต่ำ กิจกรรมเสริมสร้างทักษะด้านจิตใจ
สำหรับผู้ต้องขังชายในเรือนจำจังหวัดเชียงใหม่





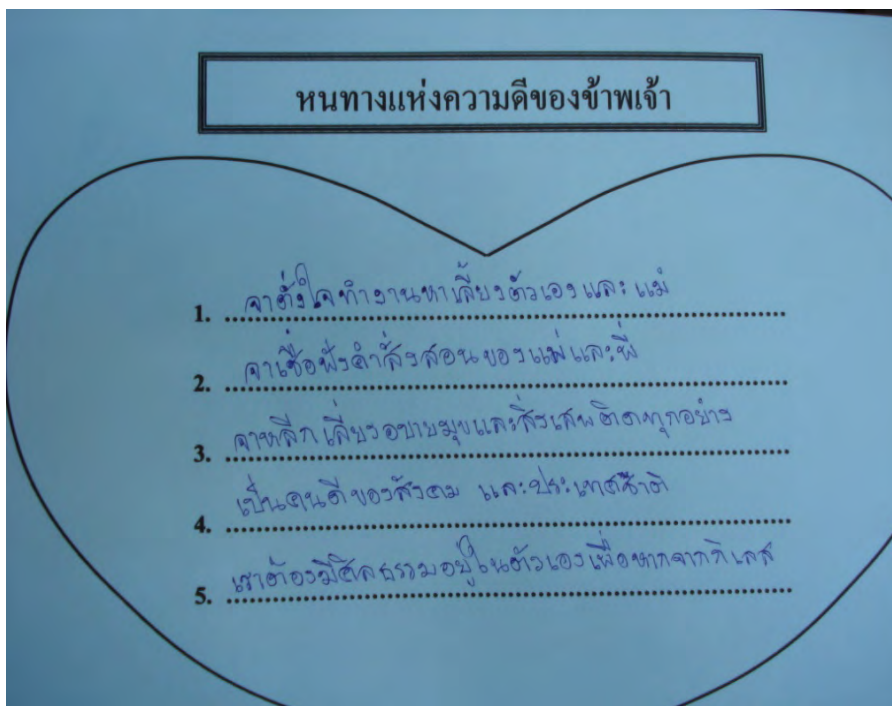
- การมอบวุฒิบัตรแก่ผู้ต้องขังชายที่ผ่านการอบรมตามระยะเวลาที่กำหนด
- การปิดโครงการจัดกิจกรรมตามแนวริยธำรงดีเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตการอยู่ร่วมกันในสังคมของผู้ต้องขังชายในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ โดยผู้อำนวยการเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่





- กิจกรรมเบื้องต้น การวิเคราะห์ความต้องการของกลุ่มเป้าหมายในลักษณะ SWOT ANALYSIS เพื่อให้ผู้ต้องขังชายทราบจุดอ่อน จุดแข็งและโอกาสของตนเอง





- กิจกรรมทักษะชีวิตเชิงบูรณาการ เรื่องชีวิตที่เลือกได้โดยการสร้างเป้าหมายชีวิต และหนทางแห่งการทำความดีให้มีการทำเพิ่มสะสมผลงาน





- การฝึกโยคะและการทำสมาธิในช่วงก่อนและระหว่างการดำเนินกิจกรรมการเสริมสร้างทักษะสำหรับผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่





- การทำกิจกรรมร่วมกัน เกี่ยวกับวิธีการทำดีท็อกซ์เพื่อล้างสารพิษในร่างกายของผู้ต้องขังชายที่เป็นผู้ป่วยยาเสพติดในเรือนจำกลาง จังหวัดเชียงใหม่





- การเชิญวิทยากรพระสงฆ์มาเล่าประสบการณ์ตนเองเกี่ยวกับยาเสพติด และวิธีการที่เลิกยาได้เด็ดขาด

- การจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อผ่อนคลายโดยวิทยากรผู้ชำนาญการ





- การสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่เรือนจำกลางจังหวัดเชียงใหม่ในลักษณะสนทนากลุ่มย่อยเกี่ยวกับปัจจัยและเงื่อนไขการนำรูปแบบไปปรับใช้ รวมถึงสัมภาษณ์ผลการจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะชีวิตตามแนวอริยสัจสี่



ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

พระครูอดุลสรนิเทศ (ดำรงค์ เบญจศิริ) เกิดเมื่อวันที่ 20 มิถุนายน พ.ศ.2513 ที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ปัจจุบันอยู่วัดเจติยंहลวงวรวิหาร เลขที่ 103 ถนนพระปกเกล้า ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ สำเร็จการศึกษาศาสตรบัณฑิต (ศน.บ) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ปีการศึกษา 2538 สำเร็จการศึกษา สาขาการศึกษานอกระบบ ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต (ศศ.ม.) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2544 ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ พระครูอดุลสรนิเทศ เมื่อ 12 สิงหาคม 2547 ดำรงตำแหน่งทางวิชาการ ระดับผู้ช่วยศาสตราจารย์ สาขาวิชาวิชาการศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย เมื่อ 14 กรกฎาคม 2548 เป็นอาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยตามบัตรประจำตัวเจ้าหน้าที่ของรัฐ เลขที่ T 10064 ระหว่าง 2544-2554 และศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาการศึกษานอกระบบ โรงเรียน ภาควิชานโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2549 ปัจจุบันปฏิบัติงาน อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยญาณสังวร มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม