



การพัฒนา รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน
ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
The Development of Spiritual Health Activity Model for Children
and Youth in the Juvenile Observation and Protection
Center of Pattani Province

อุไรรัตน์ หน้าใหญ่
Urairat Nayai

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการบริหารการพัฒนาสังคม
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of
Master of Arts in Social Development Administration
Prince of Songkla University

2560

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ชื่อวิทยานิพนธ์ การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนใน
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
ผู้เขียน นางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่
สาขาวิชา การบริหารการพัฒนาสังคม

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

คณะกรรมการสอบ

.....
(ดร. วันพีชิต ศรีสุข)

.....ประธานกรรมการ
(ดร. รอสานี เจอะอาแซ)

.....กรรมการ
(ดร. วันพีชิต ศรีสุข)

.....กรรมการ
(ดร. ประจวบ ทองศรี)

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ถนอมศรี อินทนนท์)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพัฒนา
สังคม

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพล ศรีชนะ)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้มาจากการศึกษาวิจัยของนักศึกษาเอง และได้แสดงความขอบคุณบุคคลที่มีส่วนช่วยเหลือแล้ว

ลงชื่อ.....

(ดร.วันพิชิต ศรีสุข)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ลงชื่อ.....

(นางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่)

นักศึกษา

Prince of Songkla University
Pattani Campus

ข้าพเจ้าขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้ไม่เคยเป็นส่วนหนึ่งในการอนุมัติปริญญาในระดับใดมาก่อน และ
ไม่ได้ถูกใช้ในการยื่นขออนุมัติปริญญาในขณะนี้

ลงชื่อ

(นางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่)

นักศึกษา

Prince of Songkla University
Pattani Campus

ชื่อวิทยานิพนธ์	การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
ผู้เขียน	นางสาวไรรัตน์ หนาใหญ่
สาขาวิชา	การบริหารการพัฒนาสังคม
ปีการศึกษา	2559

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนากระบวนการและรูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ศึกษาในกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เป็นเด็กและเยาวชน จำนวน 31 คน และเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเด็กและเยาวชนเยาวชนของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี จำนวน 3 คน ทำการศึกษา ระหว่างเดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2559 ผลการวิจัยพบว่า

1. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ประกอบด้วย 1) การประชุมเชิงปฏิบัติการกำหนดเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ 2) กำหนดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นชุดกิจกรรมเพื่อบรรลุเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ 3) ออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาด้วยเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) 4) จัดกิจกรรมด้วยกระบวนการพัฒนางานต่อเนื่อง (PDCA cycle) แนวทางในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจมี 2 แนวทาง คือแนวทางสนับสนุนกระบวนการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู และแนวทางป้องกันการใช้ความรุนแรง

2. รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มี 6 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมประกอบด้วย การปรับสมดุลด้วยการผ่อนคลายตนเอง การเรียนรู้หลักคิดด้วยกิจกรรมผ่านประสบการณ์ และการสรุปบทเรียนรู้ กิจกรรมทำให้เกิดผลลัพธ์ทางสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน ในเรื่อง การจัดการตนเองอย่างมีสติ การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง การปล่อยวางเรื่องราวที่ทุกข์ใจได้ การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำความผิด การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น และการมีกำลังในใจการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ การสำรวจสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีด้วยแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติ พบว่าเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐาน เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา และรายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี การนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ผู้จัดกระบวนการต้องผ่านการอบรมจากผู้วิจัย และใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) ในการเลือกใช้แต่ละกิจกรรม

Thesis Title	The Development of Spiritual Health Activity Model for Children and Youth in the Juvenile Observation and Protection Center of Pattani Province
Author	Miss Urairat Nayai
Major Program	Social Development Administration
Academic Year	2016

ABSTRACT

The purpose of this action research was to develop the process of spiritual health promotion and spiritual health activity model for children and youth in the Juvenile Observation and Protection center of Pattani Province. The study was conducted on 31 children and young people and 3 staff members of the Juvenile Observation and Protection center of Pattani Province. Data collection from October to December 2016.

The Spiritual health promotion stages for children and youth in the Juvenile Observation and Protection center of Pattani Province are : 1. Participation to workshops in order to set an outcome goal with chosen stakeholders, 2. Set the spiritual health activity model as a tool for achieving an outcome goal, 3) Design spiritual health activity by an Outcome mapping, 4) Run process by the PDCA cycle. The Spiritual health promotion in the Juvenile Observation and Protection Center of Pattani Province guidelines can be used in 2 different ways: one is based on the main program, the other focuses on preventing violence.

The Spiritual Health Activity Model for children and youth in the Juvenile Observation and Protection center of Pattani Province encompasses 6 activities. The activities consist in relaxation and spiritual health through experimental learning. After having attended the spiritual health activities, the children and youth achieved their spiritual health : they experienced mindful management, concern with bias, letting go of suffering, forgiving oneself and others, not harming oneself and others and mindfulness, which means be fully aware of oneself and the surroundings. The results of a spiritual health study conducted from a mindfulness management perspective survey showed that after having attended the spiritual health activities children and young people had significantly higher scores than before ($p < .01$). The Spiritual Health Activity Manual for children and youth in the Juvenile Observation and Protection center of Pattani Province contains three distinct parts: Basic concepts, agreement and algorithm. Application into everyday life has to be put in practice and is to be ran by the PDCA cycle.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยความกรุณาและแรงบันดาลใจจากครูอาจารย์ผู้ช่วยชี้ทางแห่งปัญญา ผู้วิจัยจึงขอขอบพระคุณ ดร.วันพิชิต ศรีสุข อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ผู้จุดประกายความคิด ให้คำแนะนำเชิงวิชาการ ให้กำลังใจ ตลอดถึงจัดสรรทรัพยากรสนับสนุนการเรียนรู้อุตลอดระยะเวลาที่ศึกษาตามหลักสูตร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปรียา แก้วพิมล ครูเรกิผู้ซึ่งสนับสนุนการเรียนรู้อและการพัฒนาตนเองแก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาอย่างสม่ำเสมอ และเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย รองศาสตราจารย์ถนอมศรี อินทนนท์ กรรมการสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์และวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ เรือเอกหญิงสุรีย์พร กฤษเจริญ และศาสตราจารย์ ดร.เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ดร.ณัฐ หลีกชัยกุล กรรมการสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์ ดร.รอฮานี เจอะอาแซ ประธานคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และ ดร.ประจวบ ทองศรี กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้สละเวลาให้ความเห็นเชิงวิชาการอันเป็นประโยชน์และให้กำลังใจในการจัดทำวิทยานิพนธ์เสมอมา

ขอขอบคุณอาจารย์ประจำหลักสูตรการบริหารการพัฒนาสังคม ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ตลอดถึงคณะผู้บริหาร อาจารย์ และเจ้าหน้าที่ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ที่มีส่วนในการจัดกระบวนการเรียนรู้และเปิดโลกทัศน์เรื่องการบริหารการพัฒนาสังคมให้แก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัยที่ได้สนับสนุนทุนอุดหนุนการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ ขอขอบคุณรุ่นพี่ เพื่อน และรุ่นน้อง ร่วมชั้นเรียน ผู้ช่วยวิจัยภาคสนามทุกท่าน ที่เปิดใจ แลกเปลี่ยนทัศนะ จัดเวลาเรียนรู้ จนสามารถยกระดับประสบการณ์ให้เป็นบทเรียนรู้ได้

ขอขอบคุณผู้อำนวยการสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีและจังหวัดนราธิวาส คณะเจ้าหน้าที่ทุกท่าน ตลอดจนเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีและจังหวัดนราธิวาสทุกคน ที่เปิดใจ เปิดโอกาส และให้เวลา ในการสร้างกระบวนการพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาร่วมกัน ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ลุล่วงด้วยดี

กราบขอบพระคุณคุณพ่อสากล คุณแม่บานชม หน้าใหญ่ ผู้ให้ชีวิตและสร้างความตระหนักในการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองจนเป็นหลักคิดในการดำเนินชีวิต และขอบใจน้องสาวภัทรภรณ์ หน้าใหญ่ ที่ให้กำลังใจในวิถีทางแห่งการเรียนรู้

บริบทข้างต้นได้หนุนเนื่องให้ผู้วิจัยเกิดประสบการณ์ มีเข้าใจในสุขภาวะทางปัญญาตลอดถึงการพัฒนาระบบการและรูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาผ่านการทำวิทยานิพนธ์จนสำเร็จลุล่วง ประโยชน์ คุณค่า อานิสงส์ใด อันเกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอถวายเป็นพุทธบูชา และขอส่งผ่านพลังเรกิ พลังแห่งความรักไร้เงื่อนไข ความกรุณา และปัญญา ไปยัง บุพการี ครูอาจารย์ กัลยาณมิตร และทุกจิตที่เกี่ยวข้องกัน

อุไรรัตน์ หน้าใหญ่

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	(5)
Abstract	(6)
กิตติกรรมประกาศ	(7)
สารบัญ	(8)
สารบัญตาราง	(10)
สารบัญภาพ	(11)
สารบัญแผนภูมิ	(12)
บทที่	
1 บทนำ	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	4
ขอบเขตการในวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน.....	7
แนวคิดการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา.....	19
การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและ เยาวชน.....	31
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาองค์ความรู้โดยใช้วงจรเดมมิ่ง (PDCA Cycle).....	32
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	35
สรุปการทบทวนวรรณกรรม.....	43
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	46
3 วิธีดำเนินการวิจัย	48
ประชากรและผู้ให้ข้อมูล.....	48
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	49
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	51
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	52
การตรวจสอบข้อมูล.....	52
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	53
การนำเสนอผลการศึกษา.....	53
การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล.....	53

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิจัย	56
ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล.....	57
ข้อมูลบริบทเชิงสถานการณ์ของพื้นที่ศึกษาวิจัย.....	59
ผลการวิจัย.....	61
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	105
สรุปผลการวิจัย.....	105
อภิปรายผล.....	111
ข้อเสนอแนะ.....	114
บรรณานุกรม	116
ภาคผนวก	121
ประวัติผู้เขียน	137

Prince of Songkla University
Pattani Campus

สารบัญญัตราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนคดีและร้อยละของคดีเด็กและเยาวชนที่ดำเนินการโดยสถานพินิจฯ จำแนกตามเพศ อายุขณะกระทำความผิด และฐานความผิด.....	9
2 จำนวนเด็กและเยาวชนชายในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี จำแนกตามการกระทำความผิด.....	10
3 ตารางออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา.....	30
4 วัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 กระบวนการ/วิธีการทำงาน ผลลัพธ์ ผลผลิต.....	34
5 วัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 2 กระบวนการ/วิธีการทำงาน ผลลัพธ์ ผลผลิต.....	34
6 งานวิจัยการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน.....	40
7 สรุปวิธีการดำเนินการวิจัย.....	55
8 จำนวน ร้อยละข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา.....	58
9 การวางแผนรายกิจกรรมตามแนวทางเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์.....	62
10 เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา ชื่อและลักษณะกิจกรรม.....	65
11 กิจกรรม สัดส่วนเวลา การปรับกิจกรรม และหลักการตัดสินใจ.....	70
12 การเปรียบเทียบคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติก่อนและหลังร่วมกิจกรรม.....	79
13 รายละเอียดกิจกรรมผ่อนคลายระดับลึก.....	90
14 รายละเอียดกิจกรรมฟังอย่างลึกซึ้ง.....	92
15 รายละเอียดกิจกรรมสร้างกำลังใจให้ตนเอง.....	95
16 รายละเอียดกิจกรรมให้อภัยตนเองและผู้อื่น.....	98
17 รายละเอียดกิจกรรมเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง.....	100
18 รายละเอียดกิจกรรมสร้างพลังบวก.....	102

สารบัญภาพ

ภาพประกอบ	หน้า
1 การเชื่อมโยงสุขภาวะมิติต่างๆ กับสุขภาวะทางปัญญา.....	21
2 วงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์.....	27
3 ระยะเวลาดำเนินการวิจัยตามวงจรพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA cycle).....	33
4 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	46
5 การดำเนินงานอย่างต่อเนื่องในระยะเตรียมการ.....	61
6 เป้าหมายเชิงผลลัพธ์ของการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและ เยาวชนจังหวัดปัตตานี.....	63
7 วงจรพัฒนางานอย่างต่อเนื่องในระยะดำเนินการ.....	66
8 ความสัมพันธ์ของเป้าหมายการพัฒนาและสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในบริบทของ เด็กและเยาวชนสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี.....	68
9 รูปแบบการสร้างเสริมสุขสร้างเสริมสภาวะทางปัญญาฯ ตามบริบทเด็กและเยาวชนใน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี.....	87
10 พื้นที่การเรียนรู้.....	103

สารบัญแนภูมิ

แผนภูมิ		หน้า
1	ร้อยละผลการประเมินรายการกิจกรรมตามตัวชี้วัดการประเมินผล.....	72
2	ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและ เยาวชนจังหวัดปัตตานีต่อกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา.....	77
3	ค่าเฉลี่ยคะแนนสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนเปรียบเทียบก่อนและหลัง เข้าร่วมกิจกรรม.....	78

Prince of Songkla University
Pattani Campus

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ประเทศไทยมีนโยบายและแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาเด็กและเยาวชน เริ่มขึ้นครั้งแรกในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ.2525 - 2529) ทิศทางของแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาตินั้นสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ มีจุดเน้นในการพัฒนาเด็กและเยาวชน และป้องกันแก้ไขปัญหา สนองตอบความต้องการของกลุ่มเป้าหมายตามสภาวะการณ์ ในปี พ.ศ. 2550 มีการประกาศใช้นโยบายและแผนยุทธศาสตร์ระดับชาติด้านการพัฒนาเด็กตามแนวทาง “โลกที่เหมาะสมสำหรับเด็ก” (พ.ศ. 2550 - 2559) ซึ่งเป็นแผนยุทธศาสตร์การพัฒนาเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี สืบเนื่องมาจากการประชุมสมัชชาสหประชาชาติสมัยพิเศษ (United Nations General Assembly Special Session on Children : UNGASS) ว่าด้วยเรื่องโลกที่เหมาะสมสำหรับเด็ก มีสาระสำคัญในการพัฒนาและคุ้มครองเด็ก 4 เรื่องหลัก คือ 1) ส่งเสริมคุณภาพชีวิต 2) จัดการศึกษาที่มีคุณภาพ 3) ปกป้องเด็กจากการถูกละเมิดหรือแสวงหาประโยชน์และความรุนแรง และ 4) ต่อต้าน เอชไอวี/เอดส์ (คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ, 2554 : 1 - 4)

นโยบายและแผนยุทธศาสตร์ระดับชาติด้านการพัฒนาเด็กประกอบด้วยยุทธศาสตร์ 11 ด้าน กำหนดยุทธศาสตร์การคุ้มครองและพัฒนาเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ และเด็กพิเศษ มีเป้าประสงค์ คือ เด็กที่มีความต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษต้องได้รับการคุ้มครองและพัฒนาทั้งกายใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม เต็มศักยภาพ โดยระบุตัวชี้วัดการลดอัตราเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดและการลดความเครียดของเด็กและเยาวชน เด็กในกระบวนการยุติธรรมนั้นจัดอยู่ในกลุ่มเด็กที่ถูกกระทบจากปัจจัยด้านครอบครัว สังคม และรัฐร่วมกัน ต้องมีการพัฒนากระบวนการช่วยเหลืออย่างครบวงจร และมีประสิทธิภาพตั้งแต่การสืบค้นบังคับชี้เด็กเหล่านี้ รวมทั้งเบาแส สถานที่ และบุคคลที่กระทำต่อเด็ก การช่วยเหลือฉุกเฉิน การบำบัดฟื้นฟู การคืนสู่สังคม รวมถึงการฝึกและมีอาชีพ โดยให้เด็กและหรือครอบครัวมีส่วนร่วมทุกกระบวนการ (คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ, 2554 : 32 - 43)

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนเป็นหน่วยงานสังกัดกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม มีอำนาจหน้าที่ประการหนึ่ง คือ ดำเนินการด้านการควบคุม ดูแล บำบัดแก้ไข ฟื้นฟู ป้องกัน พัฒนาพฤตินิสัยและสงเคราะห์เด็กและเยาวชนระหว่างการสอบสวนหรือการพิจารณาคดี เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน คือเด็กในกระบวนการยุติธรรมซึ่งต้องได้รับการพัฒนา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การบำบัดฟื้นฟู การคืนสู่สังคม เด็กและเยาวชน

กลุ่มนี้จัดเป็นกลุ่มเฉพาะเนื่องจากกระทำคามผิดและถูกดำเนินคดีตามกฎหมาย ในปีงบประมาณ 2557 มีคดีเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ทั่วประเทศ จำนวนทั้งสิ้น 36,467 คดี (กระทรวงยุติธรรม, กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน, 2558 : 77) กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนประกาศใช้ยุทธศาสตร์มุ่งให้เด็กและเยาวชนมีความพร้อม กลับคืนสู่สังคม โดยมีวัตถุประสงค์ประการแรก เพื่อพัฒนาระบบพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนให้ทันสมัย ผ่านกลยุทธ์หลักที่ทำให้เด็กและเยาวชนมีความสุขมากขึ้น โดยดำเนินการ 1) พัฒนาการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชนด้วยเครื่องมือและวิธีการที่เหมาะสมและทันสมัย 2) ยกกระดับการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ และ 3) สร้างการมีส่วนร่วมกับผู้ปกครองและสังคม ประการที่สอง สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเด็กและเยาวชน (กระทรวงยุติธรรม, กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน, 2558 : 3 - 17)

ช่วงเวลาที่เด็กและเยาวชนเข้ามาอยู่ในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน นั้นจัดเป็นช่วงเวลาที่มีความยากลำบากโดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านอารมณ์และความรู้สึกในทางลบ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องรายงานถึงการมีทั้งภาวะซึมเศร้า (จันทนา เทควัฒนา, 2546 : 41) เหงา กังวล เรืองเรียน ถูกทำร้ายโดยเพื่อน การถูกลงโทษ (นวลตา อาภาคัพพะกุล, 2546 : 30 - 31) เครียด ก้าวร้าว (ยุพดี ชิตเดือน และ ชีระศักดิ์ อุณอรณณ์เลิศ, 2556 : 67) อารมณ์ด้านลบและประสบการณ์ด้านลบที่พวกเขาต้องเผชิญนี้หากไม่ได้รับการพัฒนาสู่ภาวะทางปัญญา เขาจะขาดเครื่องมือจัดการตนเองอย่างเท่าทัน และนำไปสู่การลงมือกระทำที่เพิ่มทุกข์ ดังจะเห็นได้จากข่าวการรวมตัวกันใช้ความรุนแรงและหลบหนีออกจากศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนที่มีอยู่ต่อเนื่องทุกปี ดังเช่นข่าวที่ปรากฏตามสื่อมวลชน ในปี พ.ศ. 2559 มีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นที่ศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนเขต 8 จังหวัดสุราษฎร์ธานี มีเยาวชน 22 คน ร่วมกันก่อเหตุหลบหนีและขโมยรถจักรยานยนต์ 2 คัน และทำร้ายเจ้าหน้าที่บาดเจ็บ จำนวน 1 ราย (ไทยรัฐออนไลน์, 2559 : ออนไลน์) และ เหตุการณ์การเผาทำลายข้าวของให้เกิดความเสียหายภายในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีเยาวชนบาดเจ็บ 4 คน และ ผู้ก่อเหตุถูกควบคุมตัว 11 คน ฝากขังยังเรือนจำกลางจังหวัดปัตตานี (มติชนออนไลน์, 2559 : ออนไลน์) เหตุการณ์ในลักษณะนี้สะท้อนว่า เยาวชนผู้ก่อเหตุเหล่านั้นยังขาดการแยกแยะประโยชน์ โทษ และตัดสินใจกระทำในสิ่งที่เกิดโทษให้แก่ตนเองและผู้อื่น กล่าวได้ว่าเขาเหล่านี้ขาดสิ่งที่เรียกว่าสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งสุขภาวะทางปัญญาคือ มิติหนึ่งในสุขภาวะ คือ การรู้ทั่ว รู้รอบ เข้าใจเหตุผลของความดีความชั่ว รู้และสามารถแยกแยะได้ว่าอะไรถูกอะไรผิด แล้วสามารถแก้ปัญหาได้ (อวิชชัย โสสิตระกูล และปราณี พงศ์ไพบูลย์, 2558 : 44) การที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิต สามารถวางจิต วางใจได้อย่างถูกต้อง คิดดี คิดเป็นและเห็นตรง จนกระทั่งสามารถแก้ไขปัญหาชีวิต หรือแก้ปัญหการทำงานได้ด้วยตัวเอง (พระไพศาล วิสาโล, 2559 : ออนไลน์) ประโยชน์ของการมีสุขภาวะทางปัญญาคือการที่บุคคลแก้ไขปัญหาวิตชีวิตของตนเอง

ได้ด้วยความคิดที่ถูกต้อง ซึ่งพัฒนาได้จากการฝึกคิดให้เท่าทันอคตินานาจากความคิดอัตโนมัติ ฝึกวางใจ จนเห็นตนเอง แสวงหาและค้นพบคำตอบทางออกของปัญหาต่างๆ ด้วยตนเอง โดยคำนึงถึงการกระทำที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ดังนั้นการพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจึงมีความสำคัญและจำเป็นต้องดำเนินการให้เกิดขึ้น

การพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาเพื่อลดความเครียดไปสู่การสร้างความสุขให้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจึงได้รับการเสนอให้เป็นกิจกรรมทางเลือกสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กิจกรรมนำร่องการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ก่อให้เกิดผลเชิงบวกต่อเด็กและเยาวชน แนวทางการการอบรมเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาคือการลดความเครียด เพิ่มทักษะการใคร่ครวญ เพื่อนำไปสู่การมีชีวิตอย่างมีความสุข โดยใช้แนวคิดที่สำคัญในการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมคือ 1) แนวคิดการพัฒนาสุขภาวะทางปัญญา การใช้สติ ความรู้สึกตัว ยังคิด ทบทวนใคร่ครวญปมปัญหาต่างๆ อย่างรอบด้าน อย่างตรงไปตรงมา ก่อนการลงมือกระทำสิ่งต่างๆ โดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นเป็นสำคัญ 2) แนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง มุ่งลดการทำงานของความคิดเชิงอัตโนมัติ ซึ่งนำประสบการณ์ด้านลบมาโต้ตอบเมื่อเผชิญสถานการณ์ และส่งเสริมการผ่อนคลายที่นำไปสู่การคิดใคร่ครวญอย่างเป็นเหตุเป็นผล (Hanson, 2011) 3) กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ การลงมือปฏิบัติจริงและสะท้อนคิดการเรียนรู้อย่างเป็นระบบมีการส่งสมต่อยอดความรู้จากประสบการณ์ (ปรียา แก้วพิมล, สุรีย์พร กฤษเจริญ, ปราณี พงศ์ไพบูลย์, โสเพ็ญ ชูนวล และ อุไรรัตน์ หน้าใหญ่, 2558 : 37 – 49) ขณะเดียวกันผู้วิจัยในกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง หรือ PDCA (สุธาสินี โพธิจันทร์, 2558 : 93 – 97) เป็นเครื่องมือในการถอดบทเรียนเพื่อรวบรวมความรู้เกี่ยวกับกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยและสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวย (บุคลากร, บรรยากาศในสถานพินิจ, สถานการณ์แวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชน) ในการใช้โปรแกรมกิจกรรมให้เกิดผลสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) ที่จะช่วยให้เห็นความรู้และภาพการขับเคลื่อนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน อันสอดคล้องกับเป้าประสงค์เพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถอยู่ได้ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนตลอดระยะเวลาตามกระบวนการยุติธรรม

คำถามการวิจัย

1. การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเป็นอย่างไร
2. รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีควรเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
2. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

ขอบเขตในการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา
 - 1.1 กระบวนการทำงานสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
 - 1.2 รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
 - 1.3 ชุดความรู้การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
 - 1.3.1 คู่มือจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
 - 1.3.2 ข้อเสนอแนะการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเพื่อเป็นกระบวนการป้องกันการกระทำผิดซ้ำสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
2. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรเด็กและเยาวชนในการควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีทุกคนที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ตั้งแต่เดือนตุลาคม ถึงเดือนธันวาคม 2559 และเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนตลอดช่วงเวลาการจัดกิจกรรม

3. ขอบเขตด้านพื้นที่ในการศึกษา
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
4. ขอบเขตด้านเวลา
เดือนตุลาคม ถึง เดือนธันวาคม 2559

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญา
2. สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีกระบวนการพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน
3. สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีจะมีคู่มือการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในความดูแล
4. สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีมีแนวทางการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาเพื่อเป็นกระบวนการป้องกันการกระทำผิดซ้ำสำหรับเด็กและเยาวชน

นิยามศัพท์เฉพาะ

กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญา หมายถึง การวางแผน (Plan) การปฏิบัติตามแผน (Do) การตรวจสอบ (Check) และการจัดทำมาตรฐานใหม่ (Act) ในการจัดการเรียนรู้เพื่อให้เกิดความสามารถในการคิดใคร่ครวญนำไปสู่การแยกแยะความดีความชั่ว ประโยชน์ โทษ การมีทางเลือกในการตัดสินใจกระทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญา หมายถึง ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมาจากแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองด้วยวิธีการทำให้สมองและจิตผ่อนคลายแล้วนำไปสู่การปรับเปลี่ยนวิธีคิดตามแนวคิดสุขภาพทางปัญญา ประกอบด้วย 6 กิจกรรม ได้แก่ 1) การผ่อนคลายระดับลึก 2) การฟังอย่างลึกซึ้ง 3) การสร้างกำลังใจให้ตนเอง 4) การให้อภัยตนเองและผู้อื่น 5) การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง และ 6) การสร้างพลังบวก ทุกกิจกรรมใช้แผนที่ผลลัพธ์เป็นเครื่องมือในการพัฒนา มีลักษณะเป็นการปฏิบัติจริงให้เกิดประสบการณ์ตรง ตามวัตถุประสงค์เฉพาะที่กำหนดขึ้น มีการระบุผลผลิต ผลลัพธ์ ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินไว้ในรายกิจกรรม

สุขภาวะทางปัญญา หมายถึง ความสามารถในการจัดการตนเองอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ได้แก่ การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด ปล่อยวางได้ มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน โดยการประเมินสุขภาวะทางปัญญากระทำในช่วงที่เด็กอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน วัดได้โดยใช้แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ซึ่งพัฒนาจากแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติ ฉบับยาว จำนวน 11 ข้อ (ปรียา แก้วพิมล, สุรีย์พร กฤษเจริญ และโสเพ็ญ ชนวนล, 2557 : 109 - 112)

เด็กและเยาวชน หมายถึง บุคคลอายุเกินเจ็ดปีบริบูรณ์แต่ยังไม่ถึงสิบแปดปีบริบูรณ์ ที่กำลังอยู่ในการควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

Prince of Songkla University
Pattani Campus

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยจำแนกประเด็นสำคัญดังนี้

1. สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
 - 1.1 นโยบายที่เกี่ยวข้อง
 - 1.2 กิจกรรมเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก
2. แนวคิดการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา
 - 2.1 ความหมาย
 - 2.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา
 - 2.2.1 แนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง (Brain science)
 - 2.2.2 กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential learning activity)
 - 2.2.3 การวัดสุขภาวะทางปัญญา
 - 2.3 การออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา
 - เครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping)
3. การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
 4. การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาองค์ความรู้โดยใช้วงจรเดมมิ่ง (PDCA cycle)
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
6. สรุปการทบทวนวรรณกรรม

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

1. นโยบายที่เกี่ยวข้อง

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนดำเนินนโยบายที่กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนประกาศต่อสาธารณะไว้ดังนี้ วิสัยทัศน์ เป็นองค์กรที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีแก่เด็กและเยาวชนภายใต้กระบวนการยุติธรรม มีพันธกิจ 3 ประการ คือ ประการแรก พิทักษ์ผู้เยาว์เพื่อสวัสดิภาพและอนาคต ประการที่สอง ยกระดับคุณภาพการป้องกันดูแลบำบัด แก้ไข ฟื้นฟูเด็กและเยาวชน ประการที่สาม พัฒนาบุคลากรและระบบงานให้มีประสิทธิภาพ มีภารกิจหลัก 5 ด้าน ประกอบด้วย 1) พิทักษ์คุ้มครองสิทธิและสวัสดิภาพเด็ก เยาวชน ผู้เยาว์และครอบครัวที่เข้าสู่

กระบวนการยุติธรรม โดยส่งเสริมการใช้กระบวนการยุติธรรมทางเลือกและมาตรการอื่นๆ

2) ดำเนินการด้านคดี ด้านการป้องกัน บำบัด แก้ไข พิ้นฟู พัฒนาและสงเคราะห์และติดตาม ประเมินผล3) ประสานความร่วมมือและสร้างเครือข่ายกับชุมชน องค์กรภาครัฐ ภาคเอกชนทั้งภายใน และต่างประเทศ เพื่อสนับสนุนกระบวนการยุติธรรมและป้องกันการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน

4)ศึกษาวิเคราะห์ วิจัย พัฒนากฎหมาย รูปแบบและวิธีการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชน 5) พัฒนาการ บริหารจัดการและบุคลากรด้วยกระบวนการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี มีค่านิยมร่วม คือ “สามัคคี มีเมตตา มุ่งมั่น พัฒนาเด็กและเยาวชน” (UKED) ดังรายละเอียดต่อไปนี้ U สามัคคี (Unity) ทำงานเป็น ทีม เพื่อสร้างสรรค์งานสู่ความสำเร็จร่วมกัน K มีเมตตา (Kindness) มีคุณธรรม จริยธรรม ประารถนา ดี ให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ E มุ่งมั่น (Effort) ตั้งใจ ทุ่มเทและสำนึกในบทบาทหน้าที่ของตนเองด้วยความ ซื่อสัตย์สุจริต รับผิดชอบและเสียสละ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายงาน D พัฒนา (Development) พัฒนา เด็กและเยาวชนให้เป็นผู้มีความรู้ มีคุณธรรม จริยธรรมและมีวินัยในการพัฒนาตนเองให้สามารถ กลับไปอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขรวมถึงบุคลากรได้พัฒนาตนเองให้สามารถทำงานด้วยวิธีการที่ดี ที่สุดอยู่เสมอและบรรลุ เป้าหมายที่ตั้งไว้ มียุทธศาสตร์ 4 ประการ ได้แก่ 1) การบำบัด แก้ไข พิ้นฟู เด็กและเยาวชนคืนสู่สังคม 2) ส่งเสริมบทบาทและสนับสนุนเพื่อป้องกันการก่ออาชญากรรมในเด็ก และเยาวชน 3) ดูแลสิทธิเด็กและสวัสดิภาพของเยาวชนในกระบวนการยุติธรรมเต็มรูปแบบ 4) พัฒนาศักยภาพและระบบงาน มีค่านิยมร่วมคือ ความสามัคคี มีเมตตา มุ่งมั่น พัฒนาเด็กและเยาวชน

1.1 สถานการณ์เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

กระทรวงยุติธรรม โดยกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (2558 : 77) รายงาน สถิติเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ในรายงานการดำเนินงานของรัฐต่อ สาธารณะรายปี ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2557 เปิดเผยมีคดีเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีโดย สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ทั่วประเทศ จำนวนทั้งสิ้น 36,467 คดี จำแนกด้วยเพศ อายุ ขณะกระทำความผิดและฐานความผิด ดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนคดีและร้อยละของคดีเด็กและเยาวชนที่ดำเนินการโดยสถานพินิจฯ จำแนกตามเพศ อายุขณะกระทำความผิด และฐานความผิด (N = 36,467)

รายการจำแนก	จำนวนคดี	ร้อยละ
เพศ		
เพศชาย	34,057	93.39
เพศหญิง	2,410	6.61
อายุขณะกระทำความผิด		
อายุเกิน 10 ปี แต่ไม่เกิน 15 ปี	4,456	12.22
อายุเกิน 15 ปี แต่ไม่ถึง 18 ปี	32,011	87.78
ฐานความผิด		
ความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ	16,679	45.74
ความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน	6,956	19.07
ความผิดอื่นๆ	3,724	10.21
ความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย	3,692	10.13
ความผิดเกี่ยวกับอาวุธและวัตถุระเบิด	3,060	8.39
ความผิดเกี่ยวกับเพศ	1,414	3.88
ความผิดเกี่ยวกับความสงบสุข เสรีภาพ ชื่อเสียงและ การปกครอง	942	2.58

ที่มา: กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (2558 : 77)

จากข้อมูลในตาราง 1 เยาวชนที่กระทำความผิดและถูกดำเนินคดีเป็นเพศชายมีมากกว่าเพศหญิง ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 15 ปี ถึง 18 ปี ฐานความผิดเป็นความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษมากที่สุด รองลงมาคือ ความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน ความผิดอื่นๆ ความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย ความผิดเกี่ยวกับอาวุธและวัตถุระเบิด ความผิดเกี่ยวกับเพศ ความผิดเกี่ยวกับความสงบสุข เสรีภาพ ชื่อเสียงและการปกครองตามลำดับ

เด็กและเยาวชนที่อยู่ในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดปัตตานี เมื่อเดือนสิงหาคม 2559 มีจำนวน 72 คน เป็นเพศชายทั้งหมด จำแนกด้วยการกระทำความผิดดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนเด็กและเยาวชนชายในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
จำแนกตามการกระทำความผิด (N=72)

รายการกระทำความผิด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ		
- กระท่อม	25	34.72
- ยาไอซ์	3	4.17
- ยาบ้า	8	11.11
- ขายยาแก้ไอ	1	1.39
ความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน		
- ลักทรัพย์	15	20.83
- ชิงทรัพย์	3	4.17
- ปล้น	3	4.17
- ชิงทรัพย์	1	1.39
- รับของโจร	1	1.39
ความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย		
- ร่วมกันทำร้ายร่างกาย	5	6.94
- ฆ่าผู้อื่นโดยเจตนา	2	2.78
ความผิดเกี่ยวกับเพศ		
- พรากผู้เยาว์	2	2.28
- ช่มชู้	1	1.39
ความผิดอื่นๆ		
- เล่นการพนัน	1	1.39
- ต่างด้าว	1	1.39
- ชักรถโดยประมาท	1	1.39
ความผิดเกี่ยวกับอาวุธและวัตถุระเบิด		
- พกอาวุธปืน	1	1.39
ความผิดเกี่ยวกับความสงบสุข เสรีภาพ ชื่อเสียงและการปกครอง		
- วางเพลิง	1	1.39

ที่มา: สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (2559)

ข้อมูลจากตาราง 2 เด็กและเยาวชนชายที่กระทำความผิดในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีการกระทำความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษมากที่สุด เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ตามประเภท ได้แก่ กระท่อม ยาไอซ์ ยาบ้า ขายยาแก้ไอ รองลงมาเป็นความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ตามประเภท ได้แก่ ประเภทลัก ชิงทรัพย์ ปล้น ชิงและทรัพย์สิน ทรัพย์สินรับของโจร ถัดมาเป็นความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกายคือร่วมกันทำ

ร้ายผู้อื่นและฆ่าผู้อื่นโดยเจตนา มีการกระทำความผิดเกี่ยวกับเพศได้แก่ พรากผู้เยาว์ ข่มขืน และความผิดอื่นๆ คือ เล่นการพนัน ต่างด้าว และขับรถโดยประมาท ในจำนวนที่เท่ากัน มีการกระทำความผิดเกี่ยวกับอาวุธปืนและวัตถุระเบิดคือการพกอาวุธปืน และความผิดเกี่ยวกับความสงบสุข เสรีภาพ ชื่อเสียงและการปกครอง คือการวางเพลิง น้อยที่สุด

จำนวนคดีในภาพรวมของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน และจำนวนเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีข้างต้น แสดงถึงการคงอยู่ของปัญหาเด็กและเยาวชนกระทำความผิดในสังคมไทย เมื่อเด็กและเยาวชนเข้ามาสู่กระบวนการยุติธรรมจัดเป็นโอกาสที่จะฟื้นคืนเขาอีกครั้ง กระทำความผิดจัดเป็นปลายทางของปัญหาสังคม สาเหตุหลักที่เด็กและเยาวชนลงมือกระทำความผิด เกิดจากปัจจัยดังนี้ (อรอุมา วชิรประดิษฐ์พร, 2555 : 24)

- 1) ด้านครอบครัวของเด็กและเยาวชน
- 2) ด้านความบกพร่องทางจิตใจหรือร่างกายของเด็กและเยาวชน
- 3) ด้านเศรษฐกิจ
- 4) สภาพแวดล้อมในชุมชน
- 5) ความอ่อนด้อยทางสติปัญญา หรือประสบการณ์ของเด็กและเยาวชน

ขณะที่การพัฒนาเด็กและเยาวชนได้รับผลจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร เป็นโอกาสต่อการลงทุนพัฒนาคุณภาพเด็ก พัฒนาทักษะความรู้ของเด็กและเยาวชนที่จะเป็นกำลังแรงงานใหม่ที่มีคุณภาพสอดคล้องกับความต้องการของตลาดแรงงานและแนวโน้มของกำลังแรงงานที่จะลดลงในอนาคต ขณะเดียวกันคนวัยแรงงานจะต้องรับภาระดูแลเด็กและผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ส่งผลให้อัตราการพึ่งพิงมีแนวโน้มสูงขึ้น การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัวไทยและสภาพแวดล้อมเด็กในการดำเนินชีวิตของครอบครัว มีการเปลี่ยนแปลงที่ทั้งพ่อและแม่ต้องแสวงหารายได้ ทำให้ไม่สามารถอบรมเลี้ยงดูบุตรได้เท่าที่ควร ส่งผลให้เด็กไม่ได้รับการดูแลที่เพียงพอ จึงถูกดึงดูจากสิ่งจูงใจภายนอกครอบครัวโดยง่าย เช่น ดิดเกม ดิดสารเสพติด มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี เป็นทั้งการจุดประกายความคิดและจินตนาการใหม่ๆ ในเชิงสร้างสรรค์ และเป็นภัยคุกคามต่อเด็กและเยาวชนจากกระแสคลื่นไคส์และเสพติดเทคโนโลยี การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม ส่งผลให้เกิดการเลียนแบบอัตลักษณ์พฤติกรรมชกโลกตะวันตกที่มีความอิสระเสรีในการแสดงออกความต้องการ นิยมความสุข กระทบต่อกลุ่มเด็กและเยาวชนที่ยังมีวุฒิภาวะทางอารมณ์น้อย เครือข่ายในโลกเสมือนจริงมีอิทธิพลในการดำเนินชีวิตมากขึ้น ผู้ที่ไม่มีภูมิคุ้มกันและไม่สามารถเลือกสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตัวเองจะเป็นกลุ่มที่ตกอยู่ในภาวะเสี่ยง การเคลื่อนย้ายแรงงานจากประเทศเพื่อนบ้าน เข้าสู่ประเทศไทย เด็กและเยาวชนต้องปรับตัวกับวัฒนธรรมที่แตกต่างหลากหลายเพื่อการอยู่ร่วมกัน (คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ, 2554 : 7 - 9)

อำนาจหน้าที่ประการหนึ่งของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน คือ ดำเนินการด้านการควบคุม ดูแล บำบัด แก้ไข พื้นฟู ป้องกัน พัฒนาพฤตินิสัยและสงเคราะห์เด็กและเยาวชนระหว่างการสอบสวนหรือการพิจารณาคดี กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมี ยุทธศาสตร์ประจำปีงบประมาณ 2557 ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 คือ พัฒนาการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชน มีเป้าประสงค์ให้เด็กและเยาวชนมีความพร้อมกลับคืนสู่สังคม โดยมีวัตถุประสงค์ ประการแรกคือพัฒนาระบบพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนให้ทันสมัย กลยุทธ์หลัก ได้แก่ 1. พัฒนาการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชนด้วยเครื่องมือและวิธีการที่เหมาะสมและทันสมัย 2. ยกระดับการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ และ 3. สร้างการมีส่วนร่วมกับผู้ปกครองและสังคม ประการที่สอง สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเด็กและเยาวชน กลยุทธ์หลักคือ เด็กและเยาวชนมีความสุขมากขึ้น (กระทรวงยุติธรรม, กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน, 2558: 3 - 17)

1.2 นโยบายการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2555 – 2559 จัดแบ่งประเภทของเด็กและเยาวชนดังนี้ เด็ก หมายถึง บุคคลซึ่งมีอายุต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์ เยาวชน หมายถึง บุคคลซึ่งมีอายุ 18 ปีบริบูรณ์ ถึง 25 ปี บริบูรณ์ กลุ่มเด็กที่ต้องได้รับการคุ้มครองเป็นพิเศษ ได้แก่ เด็กที่ประสบปัญหาสังคม อยู่ในสภาวะยากลำบากในการดำรงชีวิต และต้องรับการแทรกแซง (Intervention) เพื่อคุ้มครองเป็นพิเศษ แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม 1. เด็กที่ถูกกระทบจากปัจจัยครอบครัวเป็นหลัก ได้แก่ บุตรบุญธรรม เด็กถูกทอดทิ้ง ถูกปล่อยปละละเลย เด็กเร่ร่อน เด็กถูกทำร้ายทารุณ เด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ 2. กลุ่มเด็กที่ถูกผลกระทบจากปัจจัยด้านรัฐเป็นหลัก คือ เด็กพลัดถิ่น เด็กลูกแรงงานต่างชาติดี เด็กชาวเขา เด็กกลุ่มชาติพันธุ์ เด็กไม่มีสัญชาติ และเด็กไม่มีหลักฐานการเกิด 3. เด็กที่ถูกผลกระทบจากปัจจัยด้านครอบครัว สังคม และรัฐร่วมกัน คือ เด็กที่ตกเป็นเหยื่อของกระบวนการค้ามนุษย์ แรงงานเด็ก เด็กในกระบวนการยุติธรรม เด็กในชุมชนแออัด เด็กยากจน เด็กถูกรกรรกรก่อสร้าง เด็กกับสารเสพติด สุราและหรือบุหรี่ เด็กที่ใช้ความรุนแรง กลุ่มเด็กพิเศษ เด็กที่มีความสามารถพิเศษ เด็กที่มีความต้องการพิเศษ (Special need child) คือ เด็กที่มีความสามารถเฉพาะด้านเกินวัย (Gifted child) และเด็กที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือสติปัญญา เด็กและเยาวชนพึงได้รับการส่งเสริมให้มีสภาวะอันเป็นพื้นฐานสำคัญ ได้แก่

2.1 ความมั่นคง หมายถึง ความสามารถมีชีวิตอยู่รอดปลอดภัยในครอบครัว ชุมชน และสังคม ครอบครัวมีสัมพันธภาพที่ดี รับรู้ ตระหนัก และรับผิดชอบตามบทบาทหน้าที่ในครอบครัว ซึ่งมีศักยภาพในการทำงานและมีรายได้ที่เพียงพอเหมาะสมต่อสถานภาพ และได้รับการจัดสวัสดิการที่เหมาะสม

2.2 ความแข็งแรง หมายถึง สุขภาวะทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม รวมทั้งการปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ทั้งทางกายและจิตใจ การเป็นคนดี หมายถึง การมีคุณธรรม จริยธรรม สำนึกความเป็นพลเมือง ตามวิถีธรรมวิถีไทย และวิถีประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

2.3 การมีสุข หมายถึง ความสุขที่เกิดขึ้นได้ทั้งในระดับปัจเจกที่ไม่ขัดแย้งกับความสุขของคนไทยโดยรวม โดยมุ่งเน้นการพัฒนาเด็กและเยาวชนให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงได้อย่างสงบสุข มีความสุขบนฐานของความพอเพียงตามฐานะที่มีอยู่สามารถค้นพบศักยภาพที่ตรงตามความชอบความถนัดและมีความภาคภูมิใจในคุณค่าของตนเองเพื่อเป็นพลังสำคัญ ในการพัฒนาประเทศ และร่วมสร้างสังคมที่เป็นสุข

2.4 การสร้างสรรค์ หมายถึง การแสดงศักยภาพเชิงบวก มุ่งเน้นการมีคุณธรรม การมีส่วนร่วม โดยแสดงออกในทางที่ถูกต้อง แสดงความคิดเห็นภายใต้หลักประชาธิปไตย และเปิดพื้นที่ในการทำกิจกรรมอย่างสร้างสรรค์

1.3 นโยบาย มาตรการ การพัฒนาเด็กและเยาวชน

คณะกรรมการคณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (2554) ได้จัดทำนโยบายและแผนยุทธศาสตร์ระดับชาติด้านการพัฒนาเด็กตามแนวทาง “โลกที่เหมาะสมสำหรับเด็ก” (พ.ศ. 2550 – 2559) ของประเทศไทย ประกอบด้วยยุทธศาสตร์ 11 ด้าน และมาตรการสำคัญเร่งด่วนที่ต้องดำเนินการ ดังนี้

1. ด้านครอบครัว การเสริมสร้างให้ครอบครัวใช้เวลาเลี้ยงดูบุตรที่ได้คุณภาพ เสริมสร้างสภาพแวดล้อม/โอกาสทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม เสริมสร้างระบบการให้บริการแก่ครอบครัวที่เผชิญปัญหา

2. ด้านคุณภาพกายและสุขภาพจิต ส่งเสริมให้เด็กทุกคนต้องได้รับความรู้และการฝึกทักษะให้มีร่างกายแข็งแรง วัยรุ่นมีความรู้ความเข้าใจเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์ ครอบครัวศึกษาเพศศึกษา รัฐจัดบริการที่เด็กเข้าถึงได้สะดวก มารดาหลังคลอดได้รับการดูแล

3. ด้านการเสริมสร้างความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก เร่งให้ความรู้แก่พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู ชุมชน และองค์กรต่างๆ เข้าใจวิธีการเสริมสร้างความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บในเด็กทุกประเภท

4. เด็กกับผลกระทบจากโรคเอดส์ ให้ผู้เกี่ยวข้องกับเด็กได้เข้าใจปัญหาเกี่ยวกับ เอชไอวี/เอดส์ที่ถูกต้อง ไม่รังเกียจผู้ที่ติดเชื้อหรือเป็นเอดส์ที่เป็นเด็ก

5. ด้านการศึกษาของเด็ก รมรงค์ให้ทุกพื้นที่ดูแลจัดการให้เด็กทุกคนได้รับการเรียนรู้ตามวัย
6. ด้านเด็กกับนันทนาการ สร้างความรู้ด้านนันทนาการแก่พ่อแม่ ผู้ปกครอง ผู้ทำงานด้านเด็ก ชุมชน และสังคม สนับสนุนกิจกรรมรูปแบบต่างๆ ที่เหมาะสม
7. เด็กกับวัฒนธรรมและศาสนา ให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กเข้าใจความหมายที่แท้จริง และถูกต้องของคำว่า “วัฒนธรรมของชาติ” ปลูกฝังค่านิยมเชิงวัฒนธรรมที่เป็นไปในทางบวกและหลักปฏิบัติตนตามแก่นแท้ของศาสนา
8. ด้านสื่อสารมวลชนกับเด็ก ส่งเสริมสื่อมวลชนให้มีความรู้ ความเข้าใจและไม่ละเมิดสิทธิเด็ก เด็กได้เข้าถึงสื่อสร้างสรรค์
9. ด้านการมีส่วนร่วมของเด็ก ส่งเสริมให้เด็กทุกคนมีส่วนร่วมตามวัยในการเรียนรู้ และการตัดสินใจในทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องตน พัฒนาการรวมกลุ่มและองค์กรเด็ก
10. ด้านการปกป้องคุ้มครองเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ จัดให้เด็กเหล่านี้ทุกคนได้รับการโดยสมบูรณ์ครบถ้วน สนับสนุนผู้เกี่ยวข้องกับเด็กเหล่านี้ให้เข้าใจวิทยาการเฉพาะทางของเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ
11. ด้านกฎหมาย กฎ ระเบียบ มีการปรับปรุงแก้ไขกฎหมาย กฎ และระเบียบใหม่ ที่เพิ่มความคุ้มครอง และส่งเสริมการพัฒนาการดำเนินการ การบังคับใช้อย่างเคร่งครัด และมีประสิทธิผล

แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2555 – 2559 มีจุดเน้น คือ การพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชนตามช่วงวัย การคุ้มครองและพัฒนาเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ การเสริมสร้างความเข้มแข็งของสภาเด็กและเยาวชน และภาคีเครือข่ายเพื่อให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กและเยาวชน รวมทั้งการพัฒนากระบวนการบริหารจัดการในการคุ้มครองเด็กและพัฒนาเด็กและเยาวชน นอกจากการเป็นกรอบแนวทางการจัดทำแผนปฏิบัติการด้านการพัฒนาเด็กและเยาวชนแล้ว แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2555 – 2559 นี้ยังเป็นกรอบแนวทางเพื่อใช้ในการติดตามประเมินผลการนำไปสู่การปฏิบัติของทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชนให้เกิดผลสัมฤทธิ์ บรรลุตามวิสัยทัศน์อีกด้วย วิสัยทัศน์ของแผนฯ คือ ให้เด็กและเยาวชนมีความมั่นคง แข็งแรง ดี มีสุข และสร้างสรรค์ พันธกิจ ได้แก่

1. พัฒนาเด็กและเยาวชนทั้งกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม และพฤติกรรมที่เหมาะสมตามวัย
2. เสริมพลังภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนและทุกระดับในการพัฒนาเด็กและเยาวชน

3. พัฒนาระบบบริหารจัดการในการคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีประสิทธิภาพ เป้าหมายหลัก เด็กและเยาวชนมีความมั่นคงในการดำรงชีวิตอย่างทั่วถึง มีความแข็งแรงทางร่างกายและจิตใจ มีคุณธรรม จริยธรรม มีสำนึกความเป็นพลเมือง (Civic mind) กล้าคิดและแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ตามวิถีประชาธิปไตย และมีความสุข

ตัวชี้วัดที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยนี้ คือ ตัวชี้วัดที่ 13 ลดอัตราเด็กและเยาวชนกระทำความผิด และ ตัวชี้วัดที่ 14 ความเครียดของเด็กและเยาวชนลดลง สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ที่ 2 การคุ้มครองและพัฒนาเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ และเด็กพิเศษ เป้าประสงค์ เด็กที่มีความต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ ได้รับการคุ้มครองและพัฒนาทั้งกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคมเต็มศักยภาพ ข้อ 2.7 มาตรการเฉพาะกลุ่ม ในข้อ 2.7.3 กลุ่มเด็กที่ถูกกระทบจากปัจจัยด้านครอบครัว สังคม และรัฐร่วมกัน ได้แก่ เด็กที่ตกเป็นเหยื่อของกระบวนการค้ามนุษย์ แรงงานเด็ก เด็กในกระบวนการยุติธรรม เด็กในชุมชนแออัด เด็กลูกกรรมกรก่อสร้าง เด็กกับสารเสพติด สุราและหรือบุหรี่ เด็กที่ใช้ความรุนแรง ในข้อ 1) พัฒนาระบบการช่วยเหลือเด็กกลุ่มนี้อย่างครบวงจร และมีประสิทธิภาพตั้งแต่การสืบค้นบ่งชี้เด็กเหล่านี้ รวมทั้งเบาแส สถานที่ และบุคคลที่กระทำต่อเด็ก การช่วยเหลือฉุกเฉิน การบำบัดฟื้นฟู การคืนสู่สังคม รวมถึงการฝึกและมีอาชีพ โดยให้เด็กและหรือครอบครัวมีส่วนร่วมทุกกระบวนการ หน่วยงานที่รับผิดชอบหลัก กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงยุติธรรม กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงแรงงาน (กรมการจัดหางาน) สำนักงานตำรวจแห่งชาติ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

พระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550 ได้กำหนดคุณลักษณะเด็กและเยาวชนที่พึงประสงค์ ซึ่งถือเป็นวิสัยทัศน์ที่ต้องการให้เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนไว้ดังนี้

1. ให้เด็กและเยาวชนมีความผูกพันต่อครอบครัว ภาคภูมิใจในความเป็นไทย มีวิถีชีวิตแบบประชาธิปไตย สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปลอดภัย และรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่น รวมทั้งกฎเกณฑ์และกติกาในสังคม
2. ให้มีสุขภาพและพลานามัยแข็งแรง รู้จักป้องกันตนเองจากโรคและสิ่งเสพติด
3. ให้มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ตามสมควรแก่วัย จริยธรรม และคุณธรรม
4. ให้มีทักษะและเจตคติที่ดีต่อการทำงาน มีศักดิ์ศรีและความภาคภูมิใจในการทำงานสุจริต
5. ให้รู้จักคิดอย่างมีเหตุผลและมุ่งมั่นพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง
6. ให้รู้จักช่วยเหลือผู้อื่นโดยมีจิตสำนึกในการให้และการอาสาสมัคร รวมทั้งมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนและประเทศชาติ
7. ให้มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อส่วนรวมตามสมควรแก่วัย

รายงานการประเมินแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ 2555 - 2559 (แฟรงค์ นอยจ์ และ จิตรภรณ์ วันสพงค์, 2558 : 38) วิเคราะห์ความสอดคล้องของแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ กับสถานการณ์ปัจจุบันด้านเด็กและเยาวชน พบว่าแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ ไม่ได้วิเคราะห์ การเข้าถึงบริการช่วยเหลือคุ้มครองเด็กที่มีอยู่ และไม่ได้วิเคราะห์จุดอ่อนและสิ่งที่ต้องพัฒนาเพิ่มเติม การประเมินสถานการณ์เน้นไปทางสถานการณ์ทั่วไปในระดับชาติ ไม่ได้เจาะเจาะจงสถานการณ์ใน ระดับภาค จังหวัด หรือในระดับพื้นที่ และไม่ได้แจกแจงความแตกต่างด้านคุณภาพของบริการในเขต เมืองและชนบท ในพื้นที่ห่างไกลและพื้นที่ที่เข้าถึงง่าย ในครัวเรือนที่มีความแตกต่างด้านเศรษฐกิจ และสังคม และกลุ่มเป้าหมายที่เข้าถึงยาก ดังนั้น การวิเคราะห์สถานการณ์จึงขาดรายละเอียดที่จะ ช่วยจัดลำดับความสำคัญในด้านจุดแข็งและจุดอ่อนของบริการด้านการพัฒนาเด็กและเยาวชนที่มีอยู่ และการให้ความสนใจกับพื้นที่กลุ่มเป้าหมายที่ยังเข้าไม่ถึงบริการ

เด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดหรือกลุ่มเด็กที่ก่ออาชญากรรมถูกดำเนินคดี ในแผนพัฒนา เด็กและเยาวชนแห่งชาติ (พ.ศ. 2555 – 2559) พวกเขาคือกลุ่มเด็กในกระบวนการยุติธรรม คือ กลุ่ม เด็กที่ต้องได้รับการคุ้มครองเป็นพิเศษ ให้มีพื้นฐานด้านความมั่นคง ความแข็งแรง การมีสุข และการ สร้างสรรค์ ขณะที่การเข้าถึงบริการ คุณภาพการบริการ และการพัฒนาบริการสำหรับเด็กกลุ่มนี้ยัง ขาดการวิเคราะห์สถานการณ์ระดับพื้นที่ จังหวัดและภูมิภาค ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ หน่วยงานทุกภาคส่วนต้องร่วมมือแสวงหาช่องทางในการพัฒนาบริการที่จำเป็นและสอดคล้อง สถานการณ์เด็กและเยาวชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิธีการทำงาน กระบวนการทำงานใหม่ๆ ในระดับ ปฏิบัติการจากภาคีเครือข่ายเพื่อช่วยเติมเต็มเสริมสร้างพลังในการขับเคลื่อนงานการพัฒนาเด็กและ เยาวชน เพื่อให้เขาเป็นคนที่มีความสามารถดูแลและขับเคลื่อนสังคมต่อไป

2. กิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก

กิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก ประกอบด้วยโปรแกรมการ แก้ไข บำบัดและฟื้นฟูของสถานแรกรับเด็กและเยาวชน และกิจกรรมการแก้ไขบำบัด และฟื้นฟู สมรรถภาพเด็กและเยาวชน ซึ่งยังไม่สอดคล้องกับบริบทของเด็กและเยาวชนในพื้นที่จังหวัดชายแดน ภาคใต้ จึงมีการสร้างความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายในการสร้างกิจกรรมทางเลือกสำหรับเด็กและ เยาวชนของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ดังรายละเอียด

2.1 โปรแกรมการแก้ไข บำบัดและฟื้นฟูของสถานแรกรับเด็กและเยาวชน

การบำบัดเด็กและเยาวชนของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีใช้คู่มือ โปรแกรมการบำบัดของสถานแรกรับเด็กและเยาวชน ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย แนวทางดำเนินกิจกรรม ข้อเสนอแนะ มีการจำแนกเด็ก/เยาวชน ออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะแรกรับ อยู่ในช่วงวันที่ 1 – 7 ของการดำเนินการ ในกลุ่มนี้จะใช้กิจกรรม เสริมสร้าง ทักษะการจัดการกับความเครียด มีการประเมินโดยนักวิชาชีพ (นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ และพยาบาล) ปฐมนิเทศ สุขศึกษา พลศึกษา จริยธรรม ดนตรี/

ศิลปะ ฝึกระเบียบแถว ห้องสมุด ชมรม จิตอาสา ดุหนั่ง ฟังเพลง และกลุ่มสัมพันธ์ รวมจำนวนคาบทั้งสิ้น 25 คาบ คาบละ 3 ชั่วโมง เป็นจำนวน 75 ชั่วโมง

ระยะจำแนกโดยนักวิชาชีพ เป็นช่วงที่เด็ก/เยาวชนเข้ามาอยู่ในสถานพินิจ ในช่วง 8 - 23 วัน จะมีการประเมินความเสี่ยงเป็นกระบวนการที่ประเมินภูมิหลัง และสภาพปัจจุบันของเด็ก/เยาวชน เพื่อประมาณการถึงแนวโน้มที่เด็ก/เยาวชนจะไปเกี่ยวข้องกับการกระทำผิดกฎหมายอีก โดยผลจากการประเมินความเสี่ยงจะเป็นประโยชน์ต่อการกำหนดระดับและความเข้มข้นของการควบคุมดูแลเด็ก/เยาวชน ระยะนี้แบ่งเป็น 2 กลุ่มได้แก่ กลุ่มที่มีความเสี่ยงต่ำ/ปานกลาง ใช้กิจกรรมซึ่งประกอบด้วย การบำบัดพื้นฐาน มีการประเมินโดยนักวิชาชีพ (นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ และพยาบาล) สุขศึกษา พลศึกษา จริยธรรม ดนตรี/ศิลปะ ฝึกระเบียบแถว ห้องสมุด ชมรม จิตอาสา ดุหนั่ง ฟังเพลง และกลุ่มสัมพันธ์ รวมจำนวนคาบทั้งสิ้น 25 ชั่วโมง กลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง ระดับต่ำ/กลาง และมีปัญหาพิเศษ ใช้กิจกรรมประกอบด้วย การบำบัดพื้นฐาน มีการประเมินโดยนักวิชาชีพ (นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ และพยาบาล) สุขศึกษา พลศึกษา จริยธรรม ดนตรี/ศิลปะ ฝึกระเบียบแถว ห้องสมุด ชมรม จิตอาสา ดุหนั่ง และฟังเพลง รวมจำนวนคาบทั้งสิ้น 25 ชั่วโมง

ระยะบำบัดเบื้องต้นตั้งแต่ 25 วันเป็นต้นไป แบ่งเด็ก/เยาวชน เป็นกระบวนการประเมินลักษณะและความรุนแรงของสภาพปัญหาและความจำเป็นของเด็ก/เยาวชน เพื่อประโยชน์ในการวางแผนการบำบัดฟื้นฟูในด้านต่างๆ สำหรับเด็กและเยาวชน โดยออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีความจำเป็นต่ำ/ปานกลาง ใช้กิจกรรมประกอบไปด้วย จัดการศึกษา บำบัดยาเสพติด บำบัดพื้นฐาน สุขศึกษา พลศึกษา จริยธรรม ดนตรี/ศิลปะ ฝึกระเบียบแถว ห้องสมุด ชมรม จิตอาสา ดุหนั่ง ฟังเพลง และกลุ่มสัมพันธ์รวมจำนวนคาบทั้งสิ้น 25 ชั่วโมง กลุ่มที่มีความจำเป็นสูง ระดับต่ำ/ปานกลาง และมีปัญหาพิเศษ ใช้กิจกรรมประกอบไปด้วย จัดการศึกษา บำบัดยาเสพติด บำบัดเฉพาะด้าน บำบัดพื้นฐาน สุขศึกษา พลศึกษา จริยธรรม ดนตรี/ศิลปะ ฝึกระเบียบแถว ห้องสมุด ชมรม จิตอาสา ดุหนั่ง ฟังเพลง และกลุ่มสัมพันธ์รวมจำนวนคาบทั้งสิ้น 25 ชั่วโมง

2.2 กิจกรรมการแก้ไขบำบัด และฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กและเยาวชน

เด็กและเยาวชนเมื่อเข้ามาอยู่ในความรับผิดชอบของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จะผ่านขั้นตอนการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชนในสถานควบคุม คือการคัดกรองการใช้ยาเสพติด กลุ่มติดยาเสพติด ใช้กิจกรรม 26 กิจกรรม 38 ชั่วโมง กลุ่มเสพยาเสพติด ใช้กิจกรรม 24 กิจกรรม 29 ชั่วโมง และกลุ่มเสี่ยงที่จะใช้ยาเสพติดจะเข้าสู่กระบวนการสร้างภูมิคุ้มกันด้านยาเสพติด ใช้กิจกรรม 14 กิจกรรม 19 ชั่วโมง ดำเนินการโดยนักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยา นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ และพยาบาล

จากวิสัยทัศน์ พันธกิจ และยุทธศาสตร์ ในการดำเนินงานของกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน และลักษณะของโปรแกรมการบำบัดของสถานแรกรับเด็กและเยาวชน กิจกรรมการแก้ไขบำบัด และฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กและเยาวชนนั้น สะท้อนถึงการทำงานที่จะต้องสร้างความร่วมมือกับหน่วยงานภาคส่วนต่างๆ ของสังคม ในการขับเคลื่อนงานของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เครือข่ายทางสังคมจึงเป็นส่วนที่มีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการพัฒนาให้มีบทบาทที่

ตอบสนองต่อวิสัยทัศน์ พันธกิจ และยุทธศาสตร์การดำเนินงานที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ต้องปฏิบัติตั้งที่กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนได้ประกาศไว้

ในระดับปฏิบัติการหลักสูตรกลางที่ใช้ในการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู เด็กและเยาวชนที่ส่งมาจากกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ไม่สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ จึงนำไปสู่ประเด็นการหารือเพื่อค้นหาวิธีการสร้างการเรียนรู้ที่จะช่วยแก้ไขปัญหาคความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีดังที่ปรากฏในสื่อมวลชน 2 เหตุการณ์ คือเหตุการณ์ความรุนแรงเมื่อเดือนมิถุนายนและเดือนสิงหาคม 2559 อันมีเหตุมาจากการกระทบกระทั่งระหว่างที่อยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชนจนลุกลามเป็นความขัดแย้งและขาดกระบวนการเคลียร์ใจ หรือสร้างความเข้าใจระหว่างกัน 2) ในขณะที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีข้อจำกัดทั้งจำนวนเจ้าหน้าที่ ระยะเวลา และภาระงาน ที่ต้องทำการเฝ้าระวังไม่ให้เกิดสถานการณ์ความรุนแรงไปพร้อมๆ กับการฝึกวินัย ควบคุมไม่ให้เด็กและเยาวชนหลับหนี สอนเสริมฝึกวิชาชีพ 3) ด้านโปรแกรมที่ใช้บำบัดเด็กและเยาวชนในปัจจุบันมี 2 โปรแกรม คือ โปรแกรมบำบัดพื้นฐาน และโปรแกรมบำบัดยาเสพติด เมื่อสถานการณ์เป็นดังกล่าวมาข้างต้น สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีจึงต้องการกระบวนการทางเลือก ที่จะทำให้เด็กและเยาวชนเกิดการไว้วางใจซึ่งกันและกันและเท่าทันอารมณ์ชั่ววูบของตนเอง

2.3 การสนับสนุนกิจกรรมของคณะกรรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนสำหรับสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีการจัดตั้งคณะกรรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนสำหรับสถานพินิจเพื่อทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้อำนวยการสถานพินิจ ช่วยเหลือกิจการสถานพินิจ เพื่อสวัสดิภาพและอนาคตของเด็กและเยาวชน ปฏิบัติหน้าที่อื่นตามระเบียบที่อธิบดีกำหนด (พระราชบัญญัติศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว, 2553) โดยการประกาศรับสมัคร หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ที่มีความหลากหลายทางวิชาชีพ ให้สมัครเป็นกรรมการและร่วมกันจัดทำแผนการดำเนินงานประจำปี ในปีงบประมาณ 2559 โดยคณะกรรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนฯ มีมติเห็นชอบให้บรรจุการอบรมเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาให้กับเด็กและเยาวชน ในแผนการดำเนินงานประจำปี ของคณะกรรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนสำหรับสถานพินิจ มีผู้รับผิดชอบโครงการคือคณะพยาบาลศาสตร์ร่วมกับคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี (สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี, 2559 : 2) รูปแบบการดำเนินงานในกลุ่มที่ 1 เป็นการเปิดพื้นที่จัดสรรชั่วโมงกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชนให้เข้าอบรมด้วยกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา จำนวน 6 ครั้ง ต่อเนื่องตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2558 - เดือนมกราคม 2559 ผลการประเมินการจัดกิจกรรม

สร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลุ่ม 1 (อุไรรัตน์ หน้าใหญ่, 2559 : 1 – 4) มีเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด 25 คน เป็นเพศชาย ส่วนใหญ่ มีอายุ 17 และ 18 ปี รองลงมาคือ 14 และ 16 ปี ส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม รองลงมานับถือศาสนาพุทธ ส่วนใหญ่การศึกษาอยู่ระดับในประถมศึกษา รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้น ไม่ศึกษามีน้อยที่สุด ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป รองลงมา คือ ทำการเกษตร และว่างงาน ระยะเวลาการอยู่ในสถานพินิจฯ ส่วนใหญ่คือ 0 – 4 เดือน รองลงมาคือ 7 – 9 เดือน มีเพียงร้อยละ 16 ที่มีปัญหาสุขภาพ ส่วนใหญ่อยู่กับพ่อแม่ รองลงมาคือ พ่อหรือแม่หรือญาติ การทำกิจกรรมทั้ง 6 ครั้ง เด็กและเยาวชน มีความพึงพอใจกิจกรรมในภาพรวมมากที่สุด การเปลี่ยนแปลงที่เขพบหลังจากการทำกิจกรรม คือ สบายตัว หายปวดหลัง หายใจสะดวก ว่างใจเป็น จัดการอารมณ์ได้ กระทบ ความสัมพันธ์กับเพื่อน และ เห็นตนเอง คิดได้

การพัฒนาบริการสำหรับเด็กในกระบวนการยุติธรรม ระดับปฏิบัติการ ต้องสร้างทางเลือกการพัฒนาคนด้วยวิธีการทำงานแบบใหม่ คือการสร้างนวัตกรรมให้ตอบโจทย์สถานการณ์ปัจจุบันในเด็กและเยาวชน จำเป็นต้องมีการจัดบริการรองรับเด็กและเยาวชนเหล่านี้ เพื่อที่จะมุ่งคืนพวกเขาสู่สังคมเมื่อครบกำหนดเวลา โดยคำนึงถึงความจริงที่ว่าความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา ดังนั้นในระหว่างที่เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนอยู่ในกระบวนการ บำบัด ฟื้นฟู ป้องกัน และพัฒนาพฤตินิสัย เพื่อเตรียมความพร้อมกลับคืนสู่สังคม จึงต้องมีการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาควบคู่ไปพร้อมกัน ซึ่งสุขภาวะทางปัญญาจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

แนวคิดการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

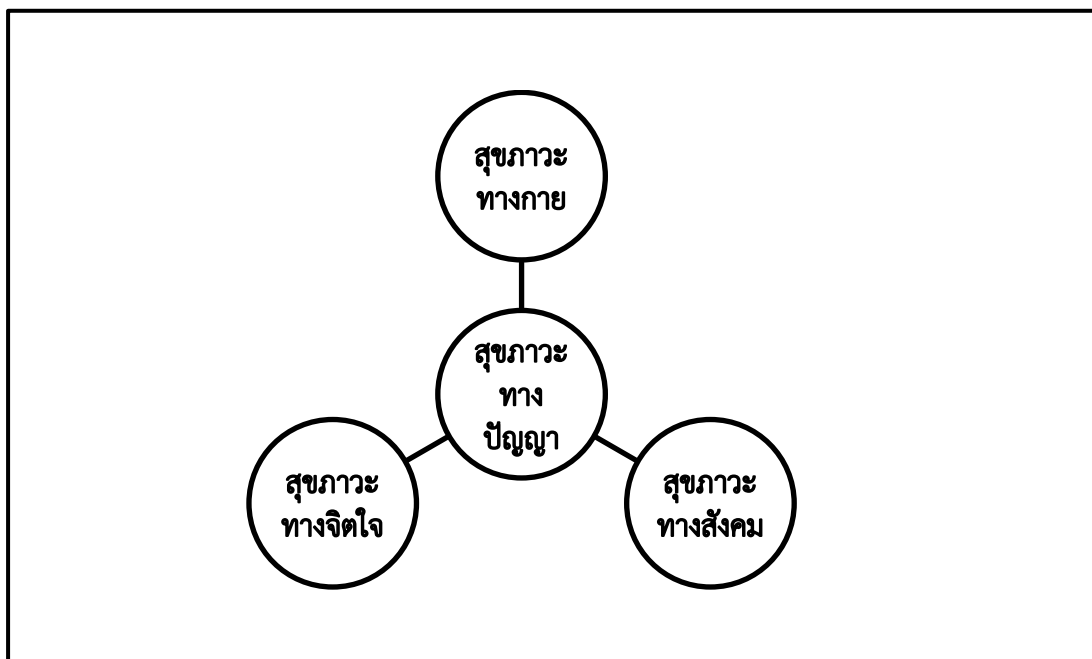
1. ความหมาย

สุขภาวะทางปัญญาเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับสุขภาวะ นับตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2550 เป็นต้นมา คำว่าสุขภาพถูกบัญญัติความหมายไว้ในพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติว่า “สุขภาพ” คือ ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันอย่างเป็นองค์รวมอย่างสมดุล (พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ, 2550 : 1) จากนั้นมีการตีความคำว่า “สุขภาพ” โดยนักกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ว่า สุขภาพ คือ ภาพสะท้อนของการมีสุขภาพ หรือภาวะที่เป็นสุข ทั้งทางกาย ทางจิตใจ ทางปัญญา และทางสังคม (ธวัชชัย โตสิตระกูล และ ปราณี พงศ์ไพบูลย์, 2558 : 44) มีการอธิบายขยายความของคำว่า สุขภาวะ ว่ามาจากฐานคิดการมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งทางกาย ทางใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ ต้องอาศัยปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในเป็นตัวสนับสนุนกัน จนเกิดภาวะที่เอื้อให้มีสุขภาพดีอย่างยั่งยืน (อภิญา ตันทวีวงศ์, 2554 : บทนำ) ดังนั้น สุขภาวะ จึงเป็นคำที่สะท้อนถึงการมีปัจจัยภายในและภายนอกและกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพให้ได้อย่างยั่งยืนทั้งกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ ปัจจัยภายในที่มีการเสนอไว้สำหรับการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตามความหมายในโครงการสุขแท้ด้วยปัญญา คือเรื่องที่มาของความสุข ว่าความสุขนั้นอยู่ที่ทัศนคติ

และการวางใจของเรายิ่งกว่าอะไรอื่น (พระไพศาล วิสาโล, 2554 : 3) โดยที่คนทุกคนสามารถใคร่ครวญพิจารณาให้ความสุขที่เกิดขึ้นนำมาซึ่งความสมดุลของสุขภาพกาย ใจ สังคม และปัญญา

สุวรรณณา คำไร (2554 : 26 – 27) กล่าวถึงการจำแนกประเภทของสุขภาวะของพระไพศาล วิสาโล ไว้ว่ามี 4 องค์ประกอบ แต่ละด้านมีความเชื่อมโยงกัน คือ สุขภาวะทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญา โดยแต่ละด้านต่างเชื่อมโยงสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างแยกไม่ออกดังนี้ สุขภาวะทางกายคือ การมีสุขภาพที่ดี มีปัจจัย 4 ได้แก่ เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย อาหาร และยารักษาโรคที่พอเพียง อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีต่อสุขภาพ กิจกรรมที่สนับสนุนการมีสุขภาวะทางกาย เช่น การจัดมหกรรมออกกำลังกายทุกเย็นวันศุกร์ การงดเหล้าช่วงเข้าพรรษา (ได้มิติทางสังคมและทางจิตใจ) การจัดอบรมเพื่อสุขภาพ เป็นต้น สุขภาวะทางจิต คือ การมีจิตใจสดชื่น เบิกบาน มีความสุขสงบ มีกำลังใจที่มั่นคงภายใน มีเมตตากรุณา อ่อนโยน และเข้าถึงความสุขประณีตได้ ซึ่งการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะทางจิตโดยทั่วไป ก็จะเป็นการปฏิบัติธรรม ฝึกสมาธิบำเพ็ญประโยชน์ การทำงานศิลปะ ฟังหรือสนทนาธรรม การได้อยู่ดีๆ ท่ามกลางธรรมชาติ สุขภาวะทางสังคม คือ การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสงบ ราบรื่นมีมิตรไมตรี เอื้อเฟื้อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน มีสวัสดิภาพ ความปลอดภัย และได้รับการคุ้มครองสิทธิเสรีภาพ ส่วนใหญ่กิจกรรมที่ทำให้เกิดสุขภาวะทางสังคมจะเป็นการรณรงค์ส่งเสริม เช่น การรณรงค์ให้คนในสังคมรับรู้และเข้าใจสิทธิและเสรีภาพ การจัดกิจกรรมดูแลเยี่ยมผู้สูงอายุหรือผู้ด้อยโอกาสในชุมชน การบริจาคสิ่งของ เงินทองให้ผู้ประสบภัยหรือผู้ด้อยโอกาส เป็นต้น และสุขภาวะทางปัญญา คือ การมีความรู้ ความคิดที่ถูกต้องดีงามที่ช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขรู้จักคิดพิจารณาด้วยเหตุผล ซึ่งจะช่วยให้หาทางออกให้กับปัญหาและหลุดพ้นจากความทุกข์ตลอดจนรู้จักดำเนินการให้สำเร็จด้วยวิธีแห่งปัญญา เป็นที่พึ่งแห่งตนเองได้ โดยรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะทางปัญญา จะครอบคลุมกิจกรรมทั้งหมดที่กล่าวมา แต่จะเพิ่มหลักการและข้อปฏิบัติบางอย่างเข้าไปด้วย เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้ที่จะคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผลและถูกต้องดีงามทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข

สุขภาวะทางปัญญาเป็นมิติหนึ่งในสี่มิติของสุขภาวะ ซึ่งประกอบด้วย สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางสังคมและสุขภาวะทางปัญญา ทั้งสี่มิตินี้มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างแยกขาดออกจากกันไม่ได้ ดังภาพ 1



ภาพ 1 การเชื่อมโยงสุขภาวะมิติต่างๆ กับสุขภาวะทางปัญญา
ที่มา: ปรับปรุงจาก สุวรรณภา คำไร (2554 : 27)

การมีสุขภาวะทางปัญญา จะช่วยให้มนุษย์หาทางออกให้กับปัญหาและหลุดพ้นจากความทุกข์ การรู้จักดำเนินการด้วยวิธีแห่งปัญญาจะนำไปสู่การเป็นที่พึ่งของตนเองได้ เมื่อสุขภาวะทางปัญญาได้เกิดขึ้นย่อมส่งผลต่อสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางใจ และสุขภาวะทางสังคม การสร้างสุขภาวะทางปัญญาในทัศนะของนักคิดคนสำคัญถือเป็นการปลดปล่อยมนุษย์จากการถูกจองจำ ไปสู่อิสราภาพและศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์ การเข้าถึงความสุขประณีตของมนุษย์จะทำให้เกิดมิตรภาพอันไพศาลต่อผู้อื่นและสรรพสิ่ง และทั้งหมดนี้เริ่มได้จากการสร้างให้จิตสำนึกมีพลัง มีการนำเสนอไว้ดังนี้

พลังจิตสำนึก เป็นประดุกพลังนิวเคลียร์ในตัวมนุษย์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformation) มนุษย์ในปัจจุบันติดอยู่ในโลกทัศน์ วิธีคิด และจิตสำนึกอันคับแคบ ที่ก่อให้เกิดความบีบคั้นทั้งในตนเองและระหว่างกัน สังคมทั้งหมดจึงเครียดและรุนแรง ทั้งรุนแรงอย่างโจ่งแจ้งและรุนแรงอย่างเงียบ (Silent violence) ภูมิของสังคมเช่นนี้ตกอยู่ในอวิชชาอันเหนียวแน่นอย่างไม่มีทางแกะออกด้วยความรู้ ความคิด วิธีเศรษฐกิจ หรือการเมืองใดๆ มีแต่พลังจิตสำนึกใหม่เท่านั้นที่จะปลดปล่อยมนุษย์จากการถูกจองจำอยู่ในคุกที่มองไม่เห็น (The invisible prison) ไปสู่อิสราภาพและศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์ ทำให้ประสบความสุขอันประณีต พบความงามอันล้นเหลือ และเกิดมิตรภาพอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง การมีจิตใจที่เห็นความเชื่อมโยงของตนเองกับสรรพสิ่ง มีคุณสมบัติที่จะเรียนรู้ให้เข้าถึงความดี ความงาม ความจริง จนเป็นจิตสาธารณะ เป็นอุปกรณ์สำคัญในการรับมือกับวิกฤตต่างๆ ที่เราจะต้องเผชิญในโลกแห่งนี้ (ประเวศ

วะสี, 2554 : 3) การเปลี่ยนแปลงต่างๆ กำลังจะนำเราไปสู่อะไร ปัญหา วิกฤตต่างๆ ภัยธรรมชาติ ฯลฯ เราจะรับมือกับสิ่งต่างๆ ในวิธีเดิมๆ ได้อย่างไร บางทีอุปกรณ์ที่สำคัญที่สุดอาจมีอยู่แล้วในตัวเรา ทุกคนเพราะทุกอย่างอยู่ที่ “ใจ” หัวใจที่เข้าถึงความดี ความงาม ความจริง ถึงเวลาที่ต้องคิดถึงคนอื่นๆ และสิ่งอื่นๆ อยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างมีจิตสำนึก เห็นคุณค่า เรียนรู้ รับฟังช่วยเหลือเกื้อกูลกัน จากหัวใจเดิมๆ สู่จิตใจใหม่ จิตอาสา จิตสาธารณะ ไปจนถึง จิตใจที่เข้าถึงความจริง เห็นความเชื่อมโยง และความเป็นหนึ่งเดียวของตัวเรากับธรรมชาติทั้งหมด วิกฤตทำให้มนุษย์ตระหนักรู้และตื่นรู้ (วิสิษฐ์ มาลาศิริรัตน์, 2554 : 39) “การต้องเผชิญหน้ากับวิกฤตการณ์หลายๆ อย่างที่ผ่านมา ทำให้มนุษย์ตระหนักรู้และได้พบกับการตื่นรู้แบบใหม่” (ธรากร กมลเปรมปิยะกุล, 2554 : 43)

การสร้างสุขภาวะทางปัญญาจึงเป็นการสร้างจิตสำนึกใหม่ที่มุ่งใช้ปัญญาใคร่ครวญเป็นตัวชี้นำ พร้อมกับสร้างเสริมพลังด้วยภาวะแห่งการมีสติ ให้คนเลือกลงมือกระทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ไม่เพิ่มทุกข์แต่สร้างสุขให้แก่ตนเองและผู้อื่น ดังนั้นการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตามการทบทวนวรรณกรรมจึงเป็นการพัฒนาระบบการทำงานภายในของบุคคลให้รู้สึกตัวหรือมีสติแล้วจัดการตนเองได้บนหลักการสร้างประโยชน์ คือบุคคลใช้กระบวนการใคร่ครวญด้วยปัญญาพิจารณาประโยชน์โทษของสิ่งที่เกี่ยวข้องจนตัดสินใจเลือกกระทำประโยชน์เพื่อให้เกิดผลสะท้อนเป็นการเพิ่มความสุขลดทุกข์ให้ของตนเองและผู้อื่น

การศึกษาการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี จึงนิยาม สุขภาวะทางปัญญา หมายถึง ความสามารถในการจัดการตนเองอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ได้แก่ การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษ การเห็นตนเองตามความเป็นจริง ด้วยใจที่เป็นกลาง การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด ปล่อยวางได้ มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน

2. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

2.1 แนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง

การศึกษาการพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญานักศึกษามหาวิทยาลัย อธิบายแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองไว้ว่า สมอง (Brain) และสภาวะจิต (Mind) มีความสัมพันธ์กัน การฝึกจิตให้มีสติมีความรู้ตัวด้วยเทคนิคอย่างใดอย่างหนึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสมอง (ปรียา แก้วพิมล และคณะ, 2558 : 39 – 128) การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตามหลักการทำงานของสมองประกอบด้วยแนวทางดังนี้

1. ความคิดอัตโนมัติ (Autonomic thought) มีเพียงร้อยละ 10 ของความคิดอัตโนมัติเท่านั้นที่มีประโยชน์ ใช้งานได้ ที่เหลือเป็นสิ่งที่ไม่มีประโยชน์ตรงกันข้ามกับความคิดที่มี

ความมุ่งมั่นจดจ่อ การฝึกสติความรู้ตัว (Mindfulness meditation) อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งตรงหน้า ช่วยลดความคิดที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ การฝึกอยู่กับลมหายใจปัจจุบัน เช่น ลมหายใจเข้าออก การทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งตรงหน้าทำให้เห็นกระแสความคิดที่พรุ้งพรูออกมาอย่างชัดเจน เมื่อบุคคลถึงความรู้สึกตัวกลับมาอยู่กับปัจจุบันลดกระแสความคิดอัตโนมัติลง จะเกิดการเรียนรู้แบบใหม่ ยกตัวอย่างการฟังเรื่องราวของผู้อื่น หากมีความคิดอัตโนมัติเกิดขึ้น จะมีการประเมินคุณค่า การคิดต่อ เกิดการคาดคะเนว่าผู้พูดต้องการสื่อสารอะไร การสรุปตัดสินเรื่องราวที่ได้รับฟังเจือปนด้วยการปรุงแต่งตามประสบการณ์/ข้อมูลเดิมของผู้ฟัง ความจริงจึงถูกบดบังและแทนที่ ไม่นำไปสู่การเรียนรู้สิ่งใหม่

2. การสร้างการเปลี่ยนแปลงของสมองสู่สภาวะจิตสมดุลต้องอาศัยการฝึกฝน การสร้างกระแสความคิดเชิงบวก ได้แก่ การมีความอ่อนโยนต่อตัวเอง สร้างความเบิกบานในชีวิตบ่มเพาะความเข้มแข็งภายใน การกระทำเพื่อเชื่อมโยงตนเองสู่โลกภายนอกและดำรงอยู่อย่างสันติ การคิดถึงสิ่งที่ดีสร้างความปิติยินดีในชีวิต คือวิธีการสร้างกระแสความคิดเชิงบวกให้เข้ามามีอิทธิพลแทนที่และลดความแรงของกระแสความคิดเชิงลบที่เกิดจากความคิดอัตโนมัติ การเน้นย้ำความคิดเรื่องอุดมการณ์ชีวิตให้เข้าสู่กระแสจิตเสริมพลังนำไปสู่การเกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับสรีระวิทยา เกิดการตอบสนองเพื่อให้เกิดการกระทำที่บรรลุเป้าหมาย

3. ความสามารถในการจดจ่อใส่ใจของบุคคลเพิ่มขึ้นได้โดยการฝึกสติฝึกความรู้ตัวอย่างสม่ำเสมอ เพราะการฝึกสติรู้ตัวอย่างสม่ำเสมอทำให้เยื่อหุ้มสมองส่วนหน้า (Insula of prefrontal cortex) มีความหนาแน่นนำไปสู่การมีความสามารถจดจ่อใส่ใจเพิ่มขึ้น ขณะที่บุคคลได้รับการกระตุ้นจากเสียง สัมผัส ให้มีความคิด ความรู้สึก ความต้องการ และการโต้ตอบ จะส่งผลให้เกิดกระบวนการทำงานของสมองที่เพิ่มขึ้น มีการไหลเวียนของโลหิตไปสู่บริเวณนั้นของสมองเพิ่มขึ้น เพราะสมองบริเวณนั้นต้องการปริมาณออกซิเจนที่เพิ่มขึ้นจากเดิม รูปแบบการทำงานของสมองที่เปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องส่งผลต่อคุณลักษณะของยีน การฝึกความจดจ่อ การผ่อนคลายอย่างสม่ำเสมอช่วยฟื้นฟูการทำงานของสมอง

4. การฝึกสมาธิจดจ่อในความปรารถนาที่จะช่วยให้ผู้อื่นพ้นจากทุกข์เป็นการบ่มเพาะอารมณ์เชิงบวกที่จะเปลี่ยนเส้นทางกระแสประสาทในสมอง ทำให้เกิดการตอบสนอง ที่เรียกว่าอารมณ์ร่วม รู้สึกร่วม เมื่อคนเผชิญเหตุการณ์เชิงลบของผู้อื่น เพราะสมองมีการจดจำและตอบสนองต่อประสบการณ์เชิงลบมากกว่าประสบการณ์เชิงบวก การฝึกสมาธิจดจ่อในความปรารถนาที่จะช่วยให้ผู้อื่นพ้นจากความทุกข์ซึ่งเป็นการฝึกสมาธิแบบเมตตาภาวนา (บ่มเพาะความรักไร้เงื่อนไข) นำไปสู่การลดภาวะซึมเศร้าในบุคคลได้ การทำกิจกรรมเพื่อช่วยเหลือฝึกความเมตตาปรับอุปนิสัยแห่งจิตให้มีความเมตตากรุณาเมื่อฝึกอย่างต่อเนื่องจะกลายเป็นสภาวะใหม่ของจิต

5. การบ่มเพาะสภาวะจิตที่มีคุณลักษณะแห่งความเมตตาต่อตัวเองช่วยลดความเครียด และลดการหลั่งฮอร์โมนความเครียด ลดการวิพากษ์ตัวเองให้น้อยลง เพิ่มความมั่นคง

มั่นใจ นำไปสู่การเยียวยาชีวิตจากประสบการณ์เชิงลบในอดีต เพราะความเครียดและฮอร์โมนความเครียดกระทบต่อการทำงานของสมอง ฮอร์โมนความเครียดเข้าสู่สมองส่งผลต่อสมองส่วนการรับรู้ ความเข้าใจ และการเรียนรู้ (Cognition) และสุขภาพจิต ฮอร์โมนเหล่านี้ส่งผลโดยตรงต่อสมองส่วนหน้า อมิกดาลา และฮิปโปแคมปัส กระทบต่อการเรียนรู้และจดจำ การปรับสมดุลสมองด้วยการผ่อนคลายโดยใช้เทคนิคแพทย์ทางเลือกการฝึกซ้ำอย่างต่อเนื่องช่วยให้ผ่อนคลายระดับลึก ฟันฟูสมอง ด้านการจดจำ ลดการโต้ตอบของอมิกดาลาจากอิทธิพลของฮอร์โมนความเครียด

6. การพักผ่อนในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ช่วยให้บุคคลเกิดภาวะที่ผ่อนคลาย และมีแรงบันดาลใจในการทำงานที่สมบูรณ์ การใคร่ครวญภายใต้บรรยากาศที่ผ่อนคลายเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของสมองให้เกิดอำนาจอย่างชัดเจนในการแยกแยะ

การฝึกเทคนิคเพื่อให้สมองเกิดการผ่อนคลายตามหลักการสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญา ประกอบด้วย การฝึกสติความรู้ตัว การฝึกสร้างกระแสความคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น การพักในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย เทคนิคพลังบำบัดเรกิสามารถนำมาฝึกปฏิบัติเพื่อสร้างนิสัยการผ่อนคลายด้วยตนเอง การมีสติความรู้ตัว และความคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่นดังนี้

การใช้เทคนิคพลังบำบัดเรกิในการปรับคลื่นสมอง

เรกิ เป็นศาสตร์การแพทย์ทางเลือกที่ใช้พลังธรรมชาติมาปรับให้พลังชีวิตของมนุษย์ให้มีความสมดุล เรกิ (Reiki) มาจาก คำสองคำในภาษาญี่ปุ่น คือ เร-กิ (Rei-ki) คำว่า “กิ” (Ki) หมายถึง พลังชีวิตที่อยู่ในสิ่งมีชีวิต ทั้ง คน สัตว์ และพืช เป็นพลังที่ทำให้สิ่งมีชีวิตดำรงอยู่ได้ มีคำเรียกสิ่งเดียวกันนี้แตกต่างกันไปตามความหลากหลายวัฒนธรรม เช่นคำว่า “ฉี” (Chi) ในการเรียกตามศาสตร์ภูมิจิตวิทยาตะวันออก คำว่า “ปราณ” (Prana) ในวัฒนธรรมฮินดู คำว่า “มานา” (Mana) ในกลุ่มชามาน (Shamans) ในฮาวาย คำว่า “เร” (Rei) ในคำว่า เรกิ (Reiki) เป็นพลังชีวิตแห่งจักรวาลที่มีอยู่ในทุกสิ่งและเข้าถึงได้ เรกิ (Reiki) เป็นระบบการเยียวยา บำบัดที่เชื่อมต่อกับพลังจากธรรมชาติและจักรวาล (Penczak, 2005 : 2) พลังบำบัดเรกิ หมายถึง เทคนิคการบำบัดด้วยมือเพื่อความผ่อนคลายร่างกาย ค้นพบโดยมิคาโอะ อุซุอิ (Usui & Petter, 1999, อ้างถึงใน ปรียา แก้วพิมล และคณะ, 2555 : 45)

งานวิจัยการใช้โปรแกรมพลังบำบัดเรกิและการฝึกสติต่อสนามพลังออร่าและสุขภาพองค์รวมของนักศึกษาพยาบาลไทยพบว่าความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาพยาบาลซึ่งจัดอยู่ในวัยเยาวชน ดังนี้ 1. การบำบัดด้วยพลังเรกิอย่างสม่ำเสมอช่วยปรับสมดุลของร่างกาย ทำให้รู้สึกสดชื่น หลับสบาย อากาศปลอดโปร่ง 2. มีความผ่อนคลายด้านจิตใจ สมาธิเรียนรู้ดีขึ้น มีสติ การใช้ชีวิตกับคนรอบข้างมีการเปลี่ยนแปลงที่ดี ใจเย็นมากขึ้นในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น 3. รู้จักวางเฉย มองโลกด้านบวก เรื่องต่างๆ ที่มีปัญหาค่อยๆ คลี่คลาย และ 4. เข้าใจตัวเองและสิ่งแวดล้อมรอบตัวเพิ่มขึ้น (ปรียา แก้วพิมล และคณะ, 2555 : 50 - 52)

การวิจัยการพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา นักศึกษามหาวิทยาลัย ที่ใช้การปรับคลื่นสมองด้วยเทคนิคการผ่อนคลายพลังบำบัดเรกิ ส่งผลดีต่อนักศึกษากลุ่มที่ประสบความสำเร็จ ดังนี้ 1. เกิดการนอนที่มีคุณภาพหลับสนิท ไม่ปวดหัวเมื่อตื่นตอนเช้า สมองโล่ง โปร่งดี สดชื่น เหมือนได้รับการเติมพลัง 2. สามารถจัดลำดับความคิดได้ดี เข้าใจเหตุการณ์ในภาพรวมได้ดีขึ้น ผ่อนคลาย มีสมาธิ อาการปวดเมื่อยบริเวณเข่าต่าจากการอ่านหนังสือดีขึ้น 3. ไม่มีอาการปวดประจำเดือน เหงื่อออกดี อาการไมเกรนดีขึ้น รู้สึกไวต่อความไม่สุขสบายของร่างกาย 4. จิตสงบ ใจเย็น มีความยับยั้งชั่งใจลดการใช้คอมพิวเตอร์ระหว่างอ่านหนังสือ 5. บ่มเพาะอุปนิสัยการช่วยเหลือผู้อื่นแบบเรียบง่าย (กิจกรรมบำบัดเรกิให้เพื่อน) 6. เกิดสมาธิขณะปฏิบัติเรกิ อยู่กับลมหายใจเข้าออก 7. ฝึกตัดกระแสความคิดของสิ่งที่มารุ่มร่า กลับมาสู่ความรู้สึกที่เป็นปัจจุบันขณะ และ 8. การทำกิจกรรมบำบัดเรกิอย่างต่อเนื่อง กลายเป็นส่วนหนึ่งของอุปนิสัย ในกลุ่มที่เรียนรู้ซ้ำ การเยียวยาตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิ ให้ผลดังนี้ 1. ทำให้นิ่งขึ้นและควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น ไม่โกรธง่าย ไม่คิดเล็กคิดน้อย ปล่อยวาง ไม่เครียด 2. ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนดีขึ้น รับฟังความคิดเห็นของคนอื่นได้มากขึ้น (ปริยา แก้วพิมล และคณะ, 2558 : 72 - 128)

การศึกษาประสบการณ์นักศึกษาพยาบาลในโปรแกรมพลังบำบัดเรกิและภาวณา: การตื่นรู้เพื่อเข้าใจผู้หญิงท้องไม่พร้อม มีการใช้เทคนิคพลังบำบัดเรกิในการปรับคลื่นสมองพบว่านักศึกษาพยาบาลที่เข้าร่วมโปรแกรมเกิดการเปลี่ยนแปลงในบุคคลเป็นลักษณะสภาวะจิตเมื่อเผชิญเหตุการณ์ 4 แบบ คือ การอยู่กับปัจจุบัน การรู้อารมณ์ การรู้เท่าทันความคิดตัดสินใจได้ และการใคร่ครวญผลการกระทำ (ปริยา แก้วพิมล และคณะ, 2557 : 105)

การศึกษาประสิทธิผลของการบำบัดด้วยพลังบำบัดเรกีกับเยาวชนที่มีภาวะซึมเศร้าในกรุงเทพมหานคร ประเทศอิหร่าน พบว่ากลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นเยาวชนอายุระหว่าง 12 – 17 ปี จำนวน 65 คน มีคะแนนความเจ็บปวด ภาวะซึมเศร้า และความวิตกกังวล เทียบก่อนและหลังการบำบัดด้วยพลังบำบัดเรกิเป็นเวลา 6 สัปดาห์ต่อเนื่อง ลดลงอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาจากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างหลังการบำบัดพบว่า มีความรู้สึกผ่อนคลาย อาการทางกายและอารมณ์ดีขึ้น สุขสบาย มีความอยากรู้ ประารถนาที่จะเรียนรู้เพิ่มขึ้น มีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น และตอบสนองต่อการบำบัดด้วยเรกิทั้งทางประสาทสัมผัสและตระหนักรู้ การวิจัยนี้ค้นพบว่าพลังบำบัดเรกิสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้คิดทางปัญญาและพฤติกรรมที่จะช่วยลดปัญหาภาวะซึมเศร้าในเยาวชน และเสนอให้มีการพิจารณานำผลการวิจัยผลของพลังบำบัดเรกิไปใช้แก้ไขปัญหาสังคมและปัญหาระดับบุคคล (Charkhandeh, Talib, Yaacob, & Mamsor, 2012 : 426)

ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงสมองตามแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองนั้น การจะสร้างการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นกับสมอง ต้องเป็นกิจกรรมที่จัดต่อเนื่อง

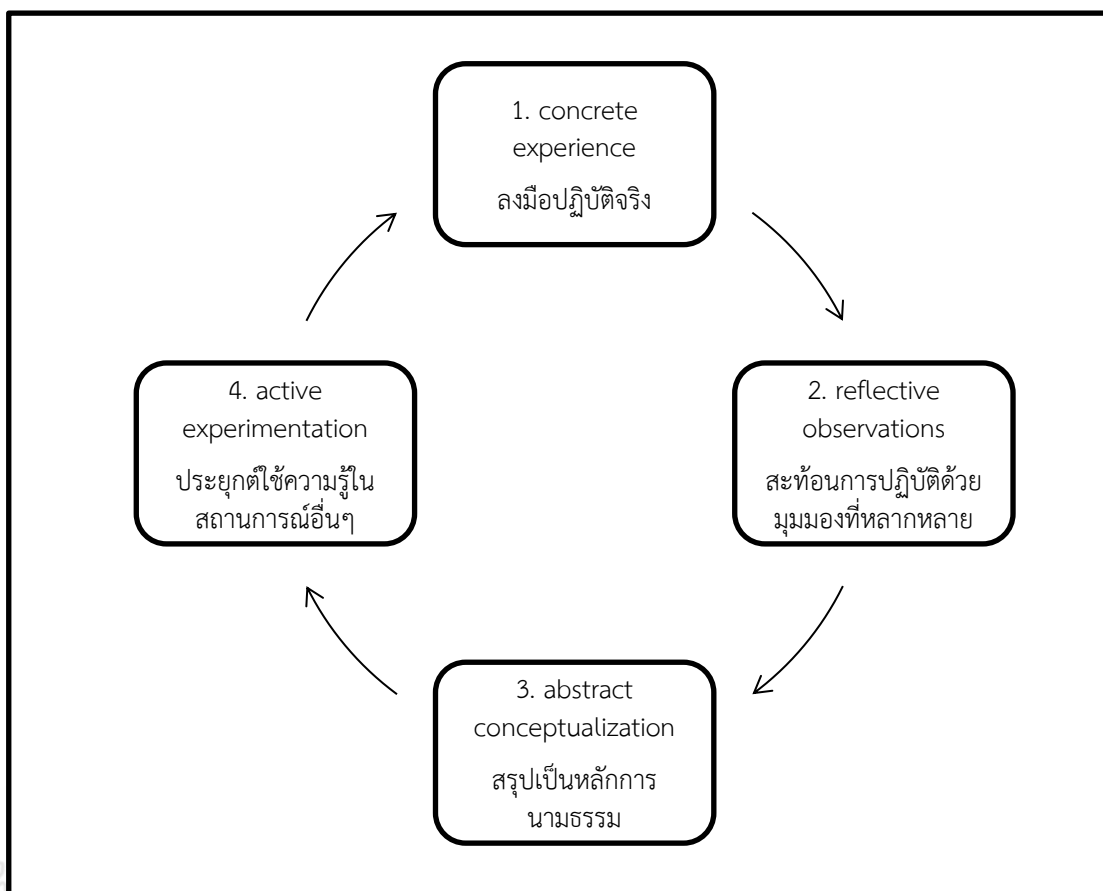
6 สัปดาห์ จึงส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงสมอง (Taubert, Draganski, Anwander, Mueller, Horstmann, Villringer, & Ragert, 2010 : 2)

สรุปได้ว่าเทคนิคการผ่อนคลายด้วยพลังบำบัดเรกิเมื่อนำมาใช้ปรับคลื่นสมองของเยาวชนตามหลักการของแนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง จะให้ผลลัพธ์สุขภาพะทั้งทางกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และทางปัญญา โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านสุขภาพะทางปัญญา คือ เยาวชนเท่าที่ตนเอง มีการใคร่ครวญเรื่องราวในชีวิตที่รอบด้านขึ้น และเปิดรับการเรียนรู้สิ่งใหม่ ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้แนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง ชูความคิดที่อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสมองและจิตของมนุษย์ เมื่อจิตของมนุษย์ได้รับการฝึกให้มีความสุข มีพลังเชิงบวกสามารถเปลี่ยนการทำงานของสมอง ให้เป็นกลางทางความคิดโดยลดการทำงานความคิดอัตโนมัติ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นทัศนคติด้านลบและอคติ การปรับคลื่นสมองและจิตด้วยการผ่อนคลายจากพลังบำบัดเรกิ เป็นวิธีการเตรียมความพร้อมบุคคลไปสู่การเรียนรู้สิ่งใหม่ พลังบำบัดเรกิ คือ ศาสตร์แพทย์ทางเลือกแขนงหนึ่งที่ถูกปฏิบัติใช้ฝ่ามือวางตามจุดต่างๆ ของร่างกาย เพื่อส่งพลังชีวิตจากธรรมชาติเข้าไปเยียวยา เติมเต็ม ปรับสมดุล ร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณของบุคคลให้มีพลังในการดำเนินชีวิต ผู้ปฏิบัติเรกิสามารถเรียนรู้การใช้พลังเรกิได้จากการสอนของครูเรกิ ดังนั้นในการออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ผู้วิจัยใช้พลังบำบัดเรกิในการปรับคลื่นสมองและการผ่อนคลายจิตระดับลึกของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ให้พร้อมต่อการเรียนรู้ก่อนการทำกิจกรรม โดยจะใช้การจัดกิจกรรมต่อเนื่อง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2.2 กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential learning activity)

กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เป็นรูปแบบของกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีการลงมือกระทำ/ปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม มีการสะท้อนกลับจากการสังเกตการณ์ของตนเอง ทั้งความรู้สึกและความคิดที่เกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติกิจกรรม มีการวิเคราะห์ความรู้สึกและความคิดที่เกิดขึ้นเพื่อค้นหาข้อเรียนรู้จากประสบการณ์ จนได้ข้อสรุปเป็นหลักการสำคัญ เพื่อนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

ดังภาพ 2



ภาพ 2 วงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์
ที่มา: ปรับปรุงจาก ปรียา แก้วพิมล และคณะ (2556 : 31)

จากภาพ 3 วงจรกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เริ่มจาก ขั้นตอนที่ 1 ลงมือปฏิบัติจริง (concrete experience) เช่น วาดภาพ ฟังเพลง ชมภาพยนตร์ เล่าเรื่อง เล่นเกม แสดงบทบาทสมมติ เป็นต้น เพื่อสร้างประสบการณ์ใหม่จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรม เมื่อทำกิจกรรมเสร็จสิ้นลง ขั้นตอนที่ 2 สะท้อนการปฏิบัติด้วยมุมมองที่หลากหลาย (reflective observations) ในขั้นนี้ ผู้ทำกิจกรรมจะเปลี่ยนบทบาทจากผู้กระทำเป็นผู้สังเกตการณ์ คือการมองย้อนกลับไปสังเกตความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นเมื่อตนเองเป็นผู้กระทำและสะท้อนออกมาเพื่อแลกเปลี่ยนมุมมองกับผู้อื่น หรือในกรณีที่ทำกิจกรรมเพียงลำพัง เป็นการสะท้อนมุมมองที่หลากหลายของตนเอง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจะต้องมีการค้นหาสาเหตุว่าเหตุใดจึงรู้สึกเช่นนั้น เช่น คล้ายคลึงกับเรื่องใดในชีวิตจริงที่เผชิญอยู่ และเมื่อมองย้อนกลับไปมอง ได้เรียนรู้อะไรจากประสบการณ์เหล่านั้น ในขั้นตอนที่ 3 สรุปเป็นหลักการนามธรรม (abstract conceptualization) การเรียนรู้ที่ได้จากการสะท้อนคิดนำไปสรุปให้เป็นหลักการสำคัญ

และ ขั้นตอนที่ 4 ประยุกต์ใช้ความรู้ในสถานการณ์อื่นๆ (active experimentation) คือการวางแผนทางสำหรับนำเอาหลักการสำคัญที่ได้จากการสรุปขยายไปสู่การดำเนินชีวิตต่อไป

การศึกษาวิจัยนี้ผู้วิจัยประยุกต์ใช้รูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เป็นกรอบในการพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

2.3 การวัดสุขภาวะทางปัญญา

ในประเทศไทยมีการศึกษาเกี่ยวกับเครื่องมือวัดสุขภาวะวัยรุ่น และการวัดสุขภาวะทำให้ทราบว่า เครื่องมือประเมินสุขภาวะในวัยรุ่นแต่ละมาตรวัดสะท้อนแนวคิดหลักที่ผู้พัฒนามาตรวัดใช้ และมีคุณลักษณะทางจิตมิติที่พึงประสงค์ แต่ยังมีข้อจำกัดเนื่องจากการศึกษาวิจัยทำในกลุ่มตัวอย่างเฉพาะ เช่น ในกลุ่มนักเรียน กลุ่มคนทำงาน กลุ่มผู้ป่วย ซึ่งการจะนำมาตรวัดต่างๆ มาใช้ในวัยรุ่นไทย ควรจะได้มีการพัฒนาเพิ่มเติมต่อไป (บุญโรม สุวรรณพาหุ, อริยญา ตัญจัมภีร์, และ วรณิ แกมเกตุ, 2556 : 136) การวัดสุขภาวะทางปัญญาเป็นการกำหนดค่าให้กับคุณลักษณะสุขภาวะทางปัญญาซึ่งเป็นคุณลักษณะที่ไม่สามารถวัดได้โดยตรงแต่สุขภาวะทางปัญญาเป็นคุณลักษณะที่แฝงอยู่ในตัวบุคคล (Latent trait) ไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง จึงเป็นการวัดทางพฤติกรรมศาสตร์ที่ต้องใช้วิธีวัดทางอ้อม ซึ่งจะวัดเฉพาะบางคุณลักษณะหรือกลุ่มตัวอย่างพฤติกรรมที่เป็นตัวแทนคุณลักษณะที่ต้องการศึกษา และไม่สามารถวัดพฤติกรรมที่เป็นไปได้ทั้งหมดของสิ่งที่ต้องการศึกษา ไม่ใช่การวัดคนโดยรวมแต่เป็นเพียงการวัดคุณสมบัติเฉพาะของบุคคลบางเรื่องเท่านั้น สุขภาวะทางปัญญาเป็นตัวแปรที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง แต่เชื่อว่ามีลักษณะนี้อยู่ในตัวบุคคล จึงต้องใช้การวัดทางอ้อมเพื่อให้ได้คำตอบที่แสดงถึงปริมาณความมากน้อยของสุขภาวะทางปัญญา (พิณณา หมวกยอด, 2558 : 27) แนวคิดสุขภาวะทางปัญญาที่มีความเป็นพลวัต มีนักวิจัยพยายามศึกษาเพื่อพัฒนาแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาเพื่อเป็นประโยชน์ในการออกแบบกิจกรรมเพื่อพัฒนาต่อยอดสุขภาวะทางปัญญา (ปรียา แก้วพิมล, สุรีย์พร กฤษเจริญ, ปราณี พงศ์ไพบุลย์, โสเพ็ญ ชูนวน, และอุไรรัตน์ หน้าใหญ่, 2558 : 34)

เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีบริบทต่างจากเด็กและเยาวชนทั่วไป คือ มีภาวะเครียด ซึมเศร้า เหงา กังวลเรื่องเรียนถูกทำร้ายโดยเพื่อน การถูกล่วงโทษ และก้าวร้าว สภาวะดังกล่าวในมิติของสุขภาวะทางปัญญาสอดคล้องกับด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติ ตามแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย ด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติ (ปรียา แก้วพิมล, สุรีย์พร กฤษเจริญ, และ โสเพ็ญ ชูนวน, 2557 : 111) มีค่าความเที่ยงตามสูตรการหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนนาคเท่ากับ .8492 มีข้อคำถามจำนวน 11 ข้อประกอบด้วย

1. เมื่อเผชิญปัญหาในชีวิตฉันวิเคราะห์ใคร่ครวญก่อนการตอบโต้
2. เมื่อเกิดอารมณ์ด้านลบ (เช่น โกรธ) ฉันสามารถระงับยับยั้งตัวเองได้
3. เมื่อฉันเผชิญปัญหาจะใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ความรู้สึก
4. ฉันมีมุมมองชีวิตด้านบวกเมื่อเผชิญเรื่องราวที่ไม่สบายใจ
5. ฉันมีเวลาที่จะตรวจสอบเรื่องราวการกระทำของตนเองในแต่ละวัน
6. ฉันวิเคราะห์ผลดี-ผลเสียก่อนตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ
7. ฉันประเมินความพร้อมของตนเองก่อนตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ
8. ฉันให้อภัยตัวเองเมื่อมีความผิดพลาดในการตัดสินใจ
9. ฉันเลือกใช้วิธีในการจัดการเมื่อเกิดความขัดแย้งไม่ลงรอย
10. ฉันมักให้อภัยผู้อื่นที่ทำให้ฉันยุ่งยากใจ
11. ฉันมักรับฟังผู้อื่นอย่างใส่ใจโดยไม่ตัดสินสรุป

ผู้วิจัยจึงใช้แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับบริบทเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน โดยปรับคำในข้อความให้สอดคล้องกับความเข้าใจของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนซึ่งใช้ภาษาถิ่นเป็นประจำและใช้ภาษาไทยกลางน้อยในชีวิตประจำวัน การวัดคุณลักษณะของสุขภาวะทางปัญญาข้างต้นเป็นการวัดระดับให้ได้คำตอบที่แสดงถึงปริมาณของสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างเรื่องราวอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

3. การออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

เครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping)

รายงานการทบทวนทฤษฎีการแห่งเปลี่ยนแปลง โดย James (2011 : 7 - 10) นำเสนอว่า ทฤษฎีแห่งการเปลี่ยนแปลง (Theory of change) คือฐานคิดที่มุ่งให้เกิดเปลี่ยนแปลงทางสังคมจากสายงานการติดตามประเมินผล มีการนำไปใช้ในระดับที่แตกต่างกัน สามารถจำแนกได้ตามวิธีการนำทฤษฎีแห่งเปลี่ยนแปลงไปใช้ ในกลุ่มผู้บริหารที่มุ่งสำรวจว่าทำอย่างไรการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นอย่างกว้างขวางและมีความหมาย การใช้แผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) นับว่าเป็นเครื่องมือที่เหมาะสมกับวิธีการนี้ กล่าวคือ เป็นการค้นหาความเปลี่ยนแปลงที่ขยายตามบริบทแวดล้อม ซึ่งแผนที่ผลลัพธ์มีวิธีการดำเนินงานประกอบด้วย การวางแผน การติดตาม และการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงทางสังคม พัฒนาขึ้นโดยศูนย์วิจัยการพัฒนานานาชาติ ในประเทศแคนาดา (The International Development Research Center : IDRC) เป็นการเชื่อมโยงบางกระบวนการของทฤษฎีการเปลี่ยนแปลง โดยการวาดภาพของตัวแสดงที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลง ณ ปัจจุบัน และ

เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ไม่เป็นเส้นตรงตามลำดับสายงาน สนับสนุนให้เกิดความต่อเนื่องและการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่น กระตุ้นการมีส่วนร่วมและความรับผิดชอบ ที่ไม่ใช่การอธิบายว่าทำอะไรและทำไมถึงเกิดการเกิดความเปลี่ยนแปลงเท่านั้น แต่สามารถใช้แผนที่ผลลัพธ์เป็นทางเลือกหนึ่งในองค์ประกอบการขับเคลื่อนงาน เนื่องด้วยแผนที่ผลลัพธ์จะช่วยเตรียมเครื่องมือที่เป็นประโยชน์ที่ไม่เพียงแต่การระบุตัวแสดงไว้เท่านั้นแต่เป็นการวิเคราะห์ไปถึงว่าใครเป็นหุ้นส่วนเชิงกลยุทธ์ ที่โครงการสามารถสร้างอิทธิพลต่อเขาได้

Earl, Carden, และ Smutylo (2001 : 2) ได้อธิบายว่า แผนที่ผลลัพธ์เป็นเครื่องมือมุ่งผลลัพธ์ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ผลลัพธ์ที่หมายรวมไปถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความสัมพันธ์ กิจกรรม หรือ การปฏิบัติของผู้คน กลุ่ม และองค์กร ด้วยโปรแกรมปฏิบัติการเฉพาะ โดยตรงกับผู้ที่เกี่ยวข้อง การศึกษาของปรียา แก้วพิมล และคณะ (2556 : 39) ได้นำเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์มาใช้ออกแบบโครงการเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อผู้รับบริการด้านสุขภาพทางเพศ ในกลุ่มนักศึกษาพยาบาล กำหนดองค์ประกอบในการวางแผนกิจกรรมโครงการดังนี้ 1) ชื่อกิจกรรม จำนวนผู้เข้าร่วม ระยะเวลาที่เข้าร่วม สถานที่จัดกิจกรรม รูปแบบกิจกรรม 2) วัตถุประสงค์ คือการระบุว่าจัดกิจกรรมนี้เพื่ออะไร ต้องการให้เกิดอะไร 3) ผลผลิต ระบุผลเชิงปริมาณที่จะเกิดขึ้นหลังจากกิจกรรมเสร็จสิ้นลง เช่น จำนวนคน จำนวนครั้ง เป็นต้น 4) ผลลัพธ์ ระบุคุณลักษณะการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นหลังจากการจัดกิจกรรม 5) ตัวชี้วัด คือการระบุรายการที่ชี้วัดได้ว่ามีผลผลิตและผลลัพธ์เกิดขึ้นจากการจัดกิจกรรม 6) การประเมินผล คือการระบุวิธีการที่จะใช้ประเมินผลตามตัวชี้วัดที่กำหนดขึ้น

การออกแบบกิจกรรมด้วยแผนที่ผลลัพธ์เริ่มจากการวิเคราะห์ยุทธศาสตร์การทำงานขององค์กร นำยุทธศาสตร์นั้นมาสู่ระดับปฏิบัติการ มีการตั้งเป้าหมายระดับปฏิบัติการที่สอดคล้องกับยุทธศาสตร์การทำงานขององค์กร ระบุผลลัพธ์ปลายทางเมื่อปฏิบัติการเสร็จสิ้นลง แล้วจึงสร้างกิจกรรม ที่ประกอบด้วยกลุ่มเป้าหมาย ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย เทคนิควิธีการ และเนื้อหา การวัดและประเมินผลรายกิจกรรม ดังตาราง 3

ตาราง 3 ตารางออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญา

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
ระบุชื่อกิจกรรม	ระบุสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นกับ	ระบุจำนวนและลักษณะ	ระบุการเปลี่ยนแปลง	ระบุตัวชี้วัดและเครื่องมือ
กลุ่มเป้าหมาย	เกิดขึ้นกับ	ลักษณะ	เชิงคุณภาพที่เกิด	วิธีการที่ใช้วัด ความ
รูปแบบ	กลุ่มเป้าหมาย	กลุ่มเป้าหมาย	ขึ้นกับ	เปลี่ยนแปลงที่จะเกิด
สถานที่		หลังจากการทำ	กลุ่มเป้าหมาย	ขึ้นกับกลุ่มเป้าหมาย
ระยะเวลา		กิจกรรม	หลังจากการทำ	หลังจากการทำ
			กิจกรรม	กิจกรรม

กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่ออกแบบตามรูปแบบในที่ตาราง 3 จะกำหนดตัวชี้วัดความสำเร็จตามคาดหวังรายกิจกรรม หลังการปฏิบัติกิจกรรมผู้ดำเนินกิจกรรมสามารถระบุความสำเร็จจาก ผลผลิต และผลลัพธ์ที่ปรากฏขึ้น ในขณะเดียวกันนั้นข้อจำกัดที่กีดขวางความสำเร็จ จะได้รับการบ่งชี้ด้วยเช่นกัน อันจะเป็นข้อมูลป้อนเข้าสู่วงจรการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (PDCA cycle) ที่มุ่งปรับปรุงไปสู่คุณภาพงานหรือยกมาตรฐานการปฏิบัติงานให้สูงขึ้น

การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

แนวทางการทำงานที่สอดคล้องกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาของเด็กที่อยู่ในกระบวนการยุติธรรมในประเทศไทยพบว่า ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านกาญจนาภิเษก ดำเนินงานโดยใช้การพัฒนาเยาวชนเชิงบวกกล่าวคือ การมีมุมมองต่อวัยรุ่นด้วยสายตาของวัยรุ่นไม่ตัดสินวัยรุ่นด้วยความคิดของผู้ใหญ่ แต่ผู้ใหญ่เป็นผู้เข้าไปดูแล แก้ไข ช่วยเหลือ เพื่อให้ วัยรุ่น ก้าวออกมาจากหลุมพรางของปัญหา ไม่ใช่ความรุนแรง สร้างอำนาจภายในเน้นการมีส่วนร่วมของเยาวชน เน้นรักษาจิตวิญญาณเยาวชนเป็นหลัก ใช้มาตรการเชิงบวกนำมาตรการเชิงลบ ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตซึ่งถือว่าเป็นวิชาชีวิต ก่อนการเรียนรู้หนังสือและเรียนอาชีพ มุ่งสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชน ได้แก่ ไม่ต่อต้าน/ไม่ก้าวร้าว สงบ-ร่วมมือ อยากเปลี่ยนแปลง อยากดี มีเป้าหมายร่วม (เป้าหมายเดียวกัน) เริ่มฝัน เริ่มมีความหวังและคิดถึงอนาคต และปฏิบัติงานด้วยการเปลี่ยนภาระให้เป็นพลัง การเยียวยา การฟื้นฟู และการแก้ไขเด็กและเยาวชนของบ้านกาญจนาภิเษก มีแนวการดำเนินการดังนี้ นำเรื่องราวความทุกข์ ความเศร้า ความเสียหายของเหยื่อมาเรียนรู้ เปิดโอกาสให้เยาวชนมีส่วนร่วมอย่างจริงจัง ได้คิด ได้ตัดสินใจ ทุกการตัดสินใจผูกพันกับชีวิต ทำให้บ้านกาญจนาภิเษกและบ้านของเยาวชนมีความใกล้ชิดกัน มีความร่วมมือกัน ถือได้ว่าเป็นการคืนคุณค่าและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ให้กับเยาวชนโดยปราศจากเงื่อนไข แปลงข่าวร้าย ข่าวรุนแรงที่อาจเป็นพิษ เป็นภัยให้เป็น วัคซีน รักษาโรคอ่อนแอ ข่าวร้าย ปรับสถานภาพจากเยาวชน คือเป้าหมาย เป็นเยาวชนคือผู้ร่วมเปลี่ยนแปลง มาตรการและกลไกในสังคมจะต้องดูแลและปกป้องเยาวชนอย่างจริงจังและอยู่บนพื้นฐานการมีส่วนร่วมของเยาวชน บทบาทของเจ้าหน้าที่ในฐานะผู้ขับเคลื่อนกิจกรรมวิชาชีวิต (ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านกาญจนาภิเษก, 2559 : ออนไลน์) มีดังนี้

1. ทำให้เยาวชนมีค่า มีเกียรติ ไม่ต่ำต้อย อับอาย
2. เจ้าหน้าที่ต้องมี เอกภาพ รู้คิด รู้บทบาท รู้ลำดับ
3. หากหลีกเลี่ยงการลงโทษไม่ได้ ต้องไม่ประจานหรือทำให้เยาวชนอับอาย
4. หากตกลงก็ต้องสร้างสรรค์ไม่ตกลงในลักษณะละเมิดเยาวชน
5. คิด ทำ กิจกรรมที่สนุก มีสาระ ทำท่าย สมอายุ
6. แม้เยาวชนจะมีคดี มีอดีตแต่ก็ยังเน้นหลักการเชิงบวก

7. ดึงส่วนดี ไม่ยุ่ง ไม่มุ่งจุดอ่อนของเยาวชน ไม่ใช้อำนาจกับเยาวชนแต่เสริมพลังอำนาจเพื่อให้เยาวชนเห็นคุณค่าของตัวเองและนับถือตนเอง
8. เปิดพื้นที่การมีส่วนร่วมและพัฒนาไปสู่ สำนึกร่วม
9. ให้เยาวชนได้คิด ได้ตัดสินใจให้มากที่สุด โดยเฉพาะการออกแบบกติกาเพื่อใช้กับเยาวชนต้องมาจากเยาวชน
10. ทำงานกับเยาวชนบนความสัมพันธ์แนวราบเป็นมิตรใกล้ชิด

การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาองค์ความรู้โดยใช้วงจรเดมมิ่ง (PDCA cycle)

สุธาสนี โปธิจันทร์ (2558 : 93 – 97) กล่าวว่า กระบวนการ PDCA เป็นหัวใจสำคัญของการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งพัฒนาขึ้นครั้งแรก โดย Walter Shewhart ต่อมาถูกพัฒนาขึ้นโดยนักบริหารคุณภาพ W. Edwards Deming เป็นที่รู้จักกันในชื่อ วงจรเดมมิ่ง (Deming Cycle) องค์ประกอบของ PDCA ได้แก่ Plan (P) คือ การวางแผน Do (D) คือ การปฏิบัติตามแผน Check (C) คือ การตรวจสอบ และ Act (A) คือการปรับปรุงการดำเนินการอย่างเหมาะสม หรือการจัดทำมาตรฐานใหม่ซึ่งถือเป็นหลักฐานการยกระดับคุณภาพ ในการบริหารกิจกรรมการเพิ่มผลผลิตในองค์กร กระบวนการ PDCA มีองค์ประกอบได้แก่

Plan การวางแผน วางแผนดำเนินการ ทั้งในส่วนของปรับปรุงและการจัดกิจกรรม รณรงค์ส่งเสริมประกอบด้วย

1. กำหนดวัตถุประสงค์และขอบเขตการดำเนินงาน
2. กำหนดโครงสร้างทีมงาน และมอบหมายความรับผิดชอบ
3. กำหนดตัวชี้วัด และตั้งเป้าหมาย
4. สำรวจสถานการณ์ปัจจุบันขององค์กร ด้านการผลิต อาทิประสิทธิภาพการผลิต อัตราของเสีย เป็นต้น ด้านบุคลากร อาทิ ทักษะคติของพนักงาน ความรู้ความเข้าใจช่องทางการสื่อสาร เป็นต้น

Do การปฏิบัติตามแผน คือ ดำเนินกิจกรรมการเพิ่มผลผลิตตามแผนงาน โดย

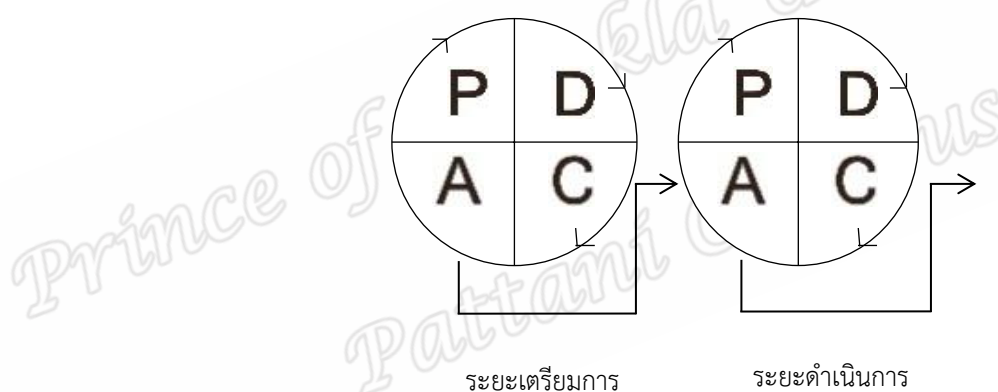
1. ปรับปรุงเครื่องมือ และเทคนิคที่เลือกใช้
2. รณรงค์ส่งเสริมให้ความรู้และประชาสัมพันธ์ ผ่านช่องทางการสื่อสารที่เหมาะสม

Check การตรวจสอบ คือ ติดตามผลการดำเนินงานรายกิจกรรมและเทียบกับเป้าหมายสรุปผลการดำเนินงาน

Act การปรับปรุงการดำเนินการอย่างเหมาะสม หรือการจัดทำมาตรฐานใหม่ซึ่งถือเป็นหลักฐานการยกระดับคุณภาพ คือการวิเคราะห์ผลสำเร็จของกิจกรรม นำเสนอผลงานต่อผู้บริหาร และจัดทำแผนขยายผล เพื่อต่อยอดการปรับปรุง

ข้อเสนอสำหรับการนำ PDCA ควรจะมีการดำเนินงานตามแนวทาง PDCA ให้ครบวงจร เพราะจะทำให้การดำเนินงานตอบโจทย์ขององค์กรได้อย่างตรงจุดส่งผลให้การดำเนินงานสอดคล้องกับธรรมชาติของคนในองค์กรจากการวางแผนอย่างเหมาะสมด้วยการใช้ข้อมูลจากสถานการณ์จริง และที่สำคัญการดำเนินการได้รับการเฝ้าติดตามอย่างเป็นระยะ ซึ่งทำให้สามารถปรับแผนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ได้รวมถึงมีการสรุปบทเรียนที่ได้หลังจากจบโครงการทำให้สามารถเรียนรู้รูปแบบที่เหมาะสมสำหรับองค์กร นำมาเป็นแนวทางในการดำเนินงานรอบใหม่ทำให้กิจกรรมการเพิ่มผลผลิตภาพได้รับการพัฒนาและยกระดับอย่างต่อเนื่อง

ในการวิจัยนี้นำเอากระบวนการพัฒนาอย่างต่อเนื่องด้วยวงจร PDCA มาเป็นกระบวนการพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี การศึกษาวิจัย แบ่งเป็น 2 ระยะ คือระยะเตรียมการและระยะดำเนินการ ซึ่งใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA cycle) ในการขับเคลื่อนปฏิบัติการทั้ง 2 ระยะ ดังภาพ 3



ภาพ 3 ระยะการดำเนินการวิจัยตามวงจรการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA cycle)

ภาพ 3 กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA cycle) เมื่อสิ้นสุดระยะเตรียมการจะพบข้อเสนอการทำงานมุ่งความสำเร็จ ป้อนเข้าสู่กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่องในระยะดำเนินการต่อไป ในตาราง 3 และ 4 ได้ดังนี้

ตาราง 4 วัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 กระบวนการ/วิธีการทำงาน ผลลัพธ์ ผลผลิต

วัตถุประสงค์	กระบวนการ/กิจกรรม	ผลลัพธ์ และ ผลผลิต
1. เพื่อพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี	1. ใช้วงจร PDCA ในการดำเนินกิจกรรมทุกกิจกรรม 2. ประชุมเชิงปฏิบัติการกำหนดผลลัพธ์ การพัฒนาเด็กและเยาวชนฯ 3. สรุปรูปข้อเสนอต่อการพัฒนา	กระบวนการทำงานสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่สอดคล้องกับบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี <u>ผลผลิต</u> คือ
<u>กลุ่มเป้าหมาย</u> 1) เจ้าหน้าที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี	งานสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในเด็กและเยาวชนในสถานพินิจจังหวัดปัตตานี <u>การเก็บข้อมูล</u> - บันทึกการสังเกตกิจกรรม/สะท้อนคิดของผู้วิจัย - สันทนากลุ่มย่อยกับเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเด็กและเยาวชนฯ ที่เข้าร่วมกิจกรรม	1. ชุดความรู้การสร้างปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างเด็กและเยาวชนในการอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้ความรุนแรง 2. แนวทางการทำงานวัดและประเมินผลในเชิงคุณภาพโดยจาก การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)

จากตาราง 4 ผลลัพธ์จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 จะเกิดขึ้นจากการดำเนินกิจกรรมทั้ง 3 กิจกรรม ตามกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่องกับกลุ่มเป้าหมายที่ระบุไว้

ตาราง 5 วัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 2 กระบวนการ/วิธีการทำงาน ผลลัพธ์ ผลผลิต

วัตถุประสงค์	กระบวนการ/กิจกรรม	ผลลัพธ์ และ ผลผลิต
2. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี	1. ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตารางออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา 2. จัดทำคู่มือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี	รูปแบบกิจกรรมที่สร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี <u>ผลผลิต</u> คือ คู่มือจัดกิจกรรมวัดและประเมินผลเชิง
<u>กลุ่มเป้าหมาย</u> 1) เด็กและเยาวชน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี	3. จัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญากับเด็กและเยาวชนฯ ตามแผนปฏิบัติการ <u>การเก็บข้อมูล</u> - แบบวัดสุขภาวะทางปัญญา และแบบสอบถามความพึงพอใจกิจกรรม - สันทนากลุ่มย่อย	ปริมาณจากแบบวัดฯ ในเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)

จากตาราง 5 ผลลัพธ์จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 จะเกิดขึ้นจากการดำเนินกิจกรรมทั้ง 3 กิจกรรม ตามกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่องกับกลุ่มเป้าหมายที่ระบุไว้

การวิจัยการพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีใช้เครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ในการกำหนดกิจกรรมในโครงการวิจัย และพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี โดยกิจกรรมเป็นรูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. สุขภาวะสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

งานวิจัยหลายเรื่องทำการศึกษาในกลุ่มเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน โดยมีความมุ่งหมายเพื่อทำความเข้าใจสถานะที่พวกเขาเผชิญ และมุ่งพัฒนากระบวนการบ่มเพาะขัดเกลาพวกเขาในระหว่างอยู่ในสถานพินิจฯ เพื่อช่วยสนับสนุนให้เขาสามารถกลับคืนสู่สังคมได้เมื่อครบกำหนดเวลา ผู้วิจัยใช้แนวคิดสุขภาวะเป็นกรอบในการวิเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ พบประเด็นสำคัญดังนี้

1.1 สุขภาวะทางกาย

สุขภาวะทางกาย คือ การมีร่างกายปราศจากโรค สุขภาวะทางกายของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ได้รับการดูแลด้วยการจัดอาหารที่เหมาะสมกับช่วงวัย มีเครื่องนุ่งห่มและของใช้ในชีวิตประจำวันพอเพียง มีการจัดระบบรักษาโรคและความเจ็บป่วย ความคิดเห็นของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความดูแลของสถานพินิจฯ ยืนยันการจัดสวัสดิการนั้นมีมาตรฐานตามมาตรฐานขั้นต่ำขององค์การสหประชาชาติ จากผลการศึกษาเรื่องความคิดเห็นของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจที่มีต่อการปฏิบัติตามมาตรฐานขั้นต่ำขององค์การสหประชาชาติ : กรณีศึกษาสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดราชบุรี จากการศึกษาของ ศรีนรา ไกรนรา (2550 : 59 -60) พบว่า เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ มีความเห็นพึงพอใจการจัดบริการและการดูแลด้านการกินอยู่หลับนอนโดยรวมอยู่ในเกณฑ์มาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ในด้านอาหารและเครื่องใช้เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่มีความเห็นอยู่ในเกณฑ์มาก โดยเฉพาะความพอเพียงของอาหารในแต่ละมื้อที่หน่วยงานจัดให้ แสดงให้เห็นว่าสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนให้ความสำคัญในเรื่องความพอเพียงของอาหารที่จัดให้แก่เด็กและเยาวชนในแต่ละมื้อ ซึ่งถือว่าความพอเพียงของอาหารที่จัดให้แก่เด็กและเยาวชนเป็นสิ่งจำเป็น เนื่องจากเด็กและเยาวชนที่ถูกควบคุมตัวอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน อยู่ในช่วงวัยเจริญเติบโตดังนั้นการได้รับประทานอาหารในปริมาณที่พอเพียงและมีสารอาหารครบถ้วนเพื่อให้ร่างกายสามารถเจริญเติบโตได้อย่างสมวัย ด้านเสื้อผ้าและ

เครื่องนุ่งห่มและอุปกรณ์เครื่องใช้ในชีวิตประจำวันนั้น เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ มีความเห็นอยู่ในเกณฑ์มากที่สุด โดยเฉพาะมีเครื่องนอนและเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มเพียงพอทั้งนี้ปัจจัยด้านเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มถือเป็นปัจจัยขั้นพื้นฐานที่ต้องจัดให้แก่เด็กและเยาวชน แสดงให้เห็นว่าสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนสามารถจัดบริการขั้นพื้นฐานได้อย่างเหมาะสมเพียงพอต่อความจำเป็นด้านการรักษาพยาบาลนั้น เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ มีความเห็นอยู่ในเกณฑ์มากที่สุด โดยเฉพาะสถานพยาบาลมีความเหมาะสม เพียงพอในการรองรับการรักษาพยาบาลเบื้องต้น ในการดูแลเด็กและเยาวชนของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนได้มีการจัดบุคลากรด้านการรักษาพยาบาลเพื่อให้บริการดูแลรักษาเบื้องต้นในกรณีเจ็บป่วย โดยได้จัดให้มีสถานที่ในการรักษาพยาบาลเบื้องต้นในการให้บริการ ถือได้ว่าสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนได้จัดบริการขั้นพื้นฐานที่มีความจำเป็นในการรักษาพยาบาลได้อย่างครบถ้วนแม้จะอยู่ในสถานที่ควบคุมก็ตาม นอกจากนี้ยังมีการให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขอนามัยและเพื่อป้องกันการเจ็บป่วย และหากเด็กและเยาวชนเจ็บป่วยมาก สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนได้มีการให้บริการโดยการส่งต่อไปยังสถานพยาบาลภายนอก แสดงให้เห็นว่าสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนได้มีการเตรียมการและการวางแผนงานด้านการรักษาพยาบาลเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความควบคุมดูแลได้เป็นอย่างดี

1.2 สุขภาวะทางจิต

สุขภาวะทางจิตคือการที่บุคคลมีจิตใจมั่นคงควบคุมอารมณ์ตนเองได้ จากการศึกษาทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประมวลได้ว่าบริบทความเป็นสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนนั้น เป็นเงื่อนไขให้สถานการณ์สุขภาวะทางจิตของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ มีลักษณะสะท้อนการเสียดสุขภาพทางจิต คือ มีภาวะเครียด ซึมเศร้า และก้าวร้าว โดยมีรายละเอียดดังนี้

เมื่อปี พ.ศ. 2546 งานวิจัยของจันทนา เทศวัดนา (2546 : 41) พบความชุกของภาวะซึมเศร้าในกลุ่มตัวอย่างเยาวชนในสถานพินิจฯ ร้อยละ 82.97 โดยมีภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับรุนแรง ร้อยละ 8.79 ระดับมาก ร้อยละ 26.37 ระดับปานกลาง ร้อยละ 15.39 ระดับน้อย ร้อยละ 32.42

ในปีเดียวกัน นวลตา อาภาศัพท์กุล (2546 : 30-31) นำเสนอทุกข์ของเด็กที่อยู่ในสถานพินิจฯ ไว้ว่า ดังนี้ 1) ทุกข์ที่สำคัญคือ การถูกทำร้ายโดยเพื่อน และ “ขาใหญ่” ที่ยังมีอิทธิพลในกลุ่มเด็ก 2) คิดถึงบ้าน ผู้ปกครอง ด้วยความเป็นเด็กและธรรมชาติของเด็กที่ต้องถูกย้ายเข้ามาอยู่กับคนที่ตนเองไม่คุ้นเคย/รู้จัก เด็กจะรู้สึกเหงา 3) กังวลเรื่องการเรียน เด็กบางคนอยู่ในวัยเรียนต้องออกจากการศึกษาและเข้ามาอยู่ในสถานพินิจฯ จึงต้องออกจากโรงเรียนโดยอัตโนมัติ และ 4) การลงโทษ จุดเปลี่ยนของชีวิตเด็ก คือการตัดสินใจที่จะกระทำในสิ่งที่ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ด้วยสาเหตุที่หลากหลายอันมีองค์ประกอบร่วมคือ สัมพันธภาพในครอบครัว ขาดคนชี้แนะ ขาดการ

พึงพิงทางสังคมที่พึงปรารถนา สรุปได้ว่าสาเหตุที่ทำให้เด็กกระทำผิด คือ การตามเพื่อน สภาพครอบครัว และรู้เท่าไม่ถึงการณ์

จากสถานการณ์เสียสุขภาพทางจิตของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ นักวิจัยหลากหลายวิชาชีพได้นำมาพัฒนาเป็นโจทย์การวิจัย โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการ ค้นหาวิธีการ/กระบวนการลดการเสียสุขภาพทางจิตของเด็กและเยาวชนในกลุ่มนี้ โดยมีรายละเอียดดังนี้

เมื่อปี 2549 รัฐชัย มาพร ศึกษาพบว่าการประชุมเชิงปฏิบัติการ เป็นวิธีการที่มีความสำคัญและเหมาะสมในพัฒนาการดำเนินงานเพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชน เพราะกลุ่มผู้ร่วมวิจัยจะค้นคว้าและร่วมมือกันกำหนดกิจกรรม แบ่งเวลาในการจัดกิจกรรมในแต่ละวัน ส่งผลให้เด็กและเยาวชนสามารถลดระดับความเครียดได้ในระดับที่น่าพอใจ ผู้เข้าร่วมศึกษาค้นคว้ามีความรู้ความเข้าใจกระบวนการพัฒนางานโดยใช้หลักการวิจัยเชิงปฏิบัติการมากยิ่งขึ้น มีผลให้การดำเนินงานดีขึ้น

ในปี 2556 ยุพดี ชิตเดือน และ ธีระศักดิ์ อุ่ณอรรถเลิศ (67) ทำการศึกษาการสร้างสุขภาพทางจิตโดยมุ่งไปที่การจัดการความเครียด ความก้าวร้าว ของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก การวิจัยเชิงปฏิบัติการนี้มุ่งการดำเนินงานเพื่อลดความเครียด ผลการศึกษาโปรแกรมลดความเครียด พบว่าการออกกำลังกายตามโปรแกรมสามารถลดความเครียดได้ และโปรแกรมการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว ของสาวิตรี ล้ำเลิศ (2552) ศึกษาในกลุ่มเยาวชนหญิงที่กระทำความผิด พบว่าเยาวชนหญิงที่กระทำความผิดที่เข้าร่วมโปรแกรมการควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนเข้าโปรแกรมควบคุมตนเองเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ

1.3 สุขภาวะทางสังคม

สุขภาวะทางสังคม คือความสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ การพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ในด้านสุขภาวะทางสังคมนี้สถานพินิจฯ สถานแรกรับเด็กและเยาวชน และศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน จึงมีบทบาทความสำคัญในแง่ของการสร้างบริบทการเรียนรู้ทักษะชีวิตและพื้นที่ทางความรู้สึที่เอื้อให้เด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ ดังการศึกษาของ ดวงกมล สังสกุลณีย์ (2552 : 2) พบว่าอัตมโนทัศน์ของเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดเกี่ยวข้องกับปัจจัยในหลายๆ ด้าน ทั้งปัจจัยด้านครอบครัวและสังคมก่อนที่เด็กและเยาวชนจะถูกจับกุมดำเนินคดี ปัจจัยแวดล้อมภายในสถานที่ซึ่งใช้ในการดูแลและแก้ไขฟื้นฟูเด็กและเยาวชน แนวทางในการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดคือ ให้ศูนย์/หรือสถานแรกรับฯ มีการบังคับใช้กฎระเบียบที่เหมาะสม เจ้าหน้าที่ดูแลเด็กควรมีความเข้าใจและทัศนคติที่ดีต่อเด็กและเยาวชน เช่นเดียวกับการศึกษาของ อรรวรรณ กัลปะ

(2549 : 103 -109) พบว่าเยาวชนชายในสถานแรกรับเด็กและเยาวชน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือที่มีการศึกษาต่างกัน มีประเภทคดีแตกต่างกัน มีรายได้ส่วนตัวต่างกัน และมีลักษณะการพักอาศัยต่างกันมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน แต่ระยะเวลาถูกควบคุมตัวต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะชีวิตและแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของเยาวชนชายในสถานแรกรับเด็กและเยาวชน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือโดยทักษะชีวิตและแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรที่สามารถทำนายการปรับตัวของเยาวชนชายได้อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 การศึกษานี้ได้เสนอแนะแนวทางในการส่งเสริมการปรับตัวของเยาวชนชายในสถานแรกรับเด็กและเยาวชน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ดังนี้ 1. สถานแรกรับเด็กและเยาวชน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ควรมีบทบาทหลักในการจัดโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต โดยสอดแทรกกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ร่วมกับการเรียนการสอนให้มากขึ้น ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ทักษะการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพ ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา และทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด 2. เจ้าหน้าที่ควรให้ความรักความเมตตาต่อเด็กและเยาวชนเสมือนเป็นตัวแทนบิดามารดาของเด็กและเยาวชน เนื่องจากเป็นวัยที่ต้องการความรักความเข้าใจและการดูแลอย่างใกล้ชิด ทั้งด้านความเป็นอยู่และด้านจิตใจ รวมทั้งเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนได้ขอคำแนะนำเมื่อมีปัญหาคับข้องใจ เป็นการลดช่องว่างระหว่างกัน และ 3. ควรมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองโดยเน้นในเรื่องการมีทัศนคติที่ต่อตนเองและบุคคลอื่น การเห็นตัวเองมีคุณค่า ปฏิบัติหน้าที่ให้สมบูรณ์และทำตนเองให้เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เยาวชนมีความมั่นใจในตนเอง สามารถยอมรับความเป็นจริงได้ พร้อมทั้งออกไปดำเนินชีวิตในสังคมได้

1.4 สุขภาวะทางปัญญา

สุขภาวะทางปัญญา คือ ความสามารถในใคร่ครวญแล้วนำไปสู่การแยกแยะ ความดีความชั่ว ประโยชน์ โทษ และความสามารถในการตัดสินใจเลือกกระทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นนั้น เป็นข้อท้าทายในการจัดการเรียนรู้ การทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องการดำเนินงานของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีแนวทางในการจัดการเรียนรู้ยึดเยาวชนเป็นศูนย์กลาง และมีบุคลากรเป็นต้นแบบที่ดี ในภาพรวมเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ มีความเห็นอยู่ในเกณฑ์ระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายประเด็นของด้านต่างๆ พบว่า ในด้านจริยศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ มีความเห็นอยู่ในเกณฑ์ระดับมากที่สุด โดยเฉพาะการเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนได้พูด ได้แสดงความคิดเห็น เมื่อมีกิจกรรมต่าง ๆ แสดงให้เห็นว่าการจัดการศึกษาหรือกิจกรรมให้แก่เด็กและเยาวชนของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนได้มุ่งเน้นที่ความต้องการของเด็กและเยาวชนเป็นสำคัญ โดยยึดหลักเด็กและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง ในด้านบุคลากรก็มีความเหมาะสมดังจะเห็นได้จากการที่เด็กและเยาวชนมีความเห็นว่าเจ้าหน้าที่ครู อาจารย์ เป็น

ตัวอย่างที่ดีให้แก่เด็กและเยาวชนนำมาเป็นเยี่ยงอย่าง (ศรีนรา ไกรนรา, 2550 : 60) แต่ยังมีสภาพปัญหาการจัดการศึกษาสำหรับเยาวชนผู้กระทำผิด (กุลนาถ หงส์ลอย และ วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา, 2555 : 1867 – 1869) ดังนี้

1. ด้านหลักสูตรมี 2 หลักสูตร คือ หลักสูตรด้านการบำบัดฟื้นฟูพฤติกรรมเด็กและเยาวชน และหลักสูตรด้านการจัดการศึกษาสำหรับเด็กและเยาวชน ปัญหาด้านหลักสูตร พบว่าเป็นปัญหาเรื่องการดำเนินการใช้หลักสูตร มีสาเหตุมาจากความไม่คงที่ของจำนวนและระยะเวลาในการอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนของผู้เรียน

2. ด้านกิจกรรมการเรียนการสอน มีสอนสำหรับเยาวชนผู้กระทำผิด มีสภาพการดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอนตามแผนหรือหลักสูตรที่ได้จัดทำไว้ ซึ่งเยาวชนส่วนใหญ่ให้ความสนใจและให้การตอบรับเป็นอย่างดี แต่เยาวชนบางส่วนไม่มีความสนใจ เนื่องจากยังไม่เห็นความสำคัญของการศึกษา ตลอดจนกิจกรรมนั้นๆ ไม่สามารถสร้างแรงจูงใจแก่เยาวชนได้ ยังมีอุปสรรคในด้านเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินกิจกรรมการศึกษามีภาระงานมาก ทำให้ไม่สามารถดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอนได้อย่างเต็มที่

3. ด้านสื่อ อุปกรณ์การเรียนการสอน สภาพของสื่อ อุปกรณ์การเรียนการสอนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน มีจำนวนน้อย และบางชิ้นอยู่ในสภาพเสื่อมโทรม ไม่สามารถใช้งานได้ บางแห่งยังขาดแคลนสื่อ อุปกรณ์การเรียนการสอน สำหรับในบางรายวิชาที่จำเป็นปฏิบัติการทางการวิจัยที่มีการนำมาพัฒนาเด็กและเยาวชนซึ่งกระทำคามผิดและอยู่ในกระบวนการยุติธรรม เช่น สถานพินิจฯ และศูนย์ฝึกอบรมเยาวชนนั้น มีจุดร่วมในเรื่องการค้นหาวิธีการพัฒนาเด็กและเยาวชนจากมุมมองทางด้านวิชาการ และเลือกดำเนินการในหน่วยงานที่เป็นสถานพินิจฯ หรือศูนย์ฝึกฯ แห่งใดแห่งหนึ่ง โดยใช้ระยะเวลาที่ต่อเนื่องกัน ไม่ใช่กิจกรรมที่จัดเพียงครั้งเดียว ตัวแปรที่ศึกษาเกี่ยวข้องกับมิติด้านในที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ หรือศูนย์ฝึกฯ ได้แก่ ความเครียด การเห็นคุณค่าในตนเอง การตระหนักรู้ในตนเองและความหวัง ส่วนใหญ่ทำการวิจัยในกลุ่มเล็ก ยกเว้นงานวิจัยที่มุ่งพัฒนาระบบการทำงาน ดังรายละเอียดในตาราง 6

ตาราง 6 งานวิจัยการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

เรื่อง/กระบวนการ	กลุ่มเป้าหมาย	ระยะเวลา	ผลการศึกษา
การพัฒนาการดำเนินงาน เพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดอุบลราชธานี (รัฐชัย มาพร, 2549)	จำนวน 125 คน	87 วัน	การประชุมเชิงปฏิบัติการ เป็นวิธีการที่มีความเหมาะสมที่จะนำมาพัฒนาการดำเนินงาน เพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชน จำเป็นต้องพัฒนากระบวนการปฏิบัติงานที่มีความต่อเนื่องของการปฏิบัติ สำหรับเจ้าหน้าที่และผู้ที่เกี่ยวข้องต่อไป
การสอนศิลปะแบบพหุวัฒนธรรม 8 ชั้นตอน (อิสมาแอ สมายล์ และ ปุณณรัตน์ พิชญ์ไพบุลย์, 2553)	จำนวน 17 คน อายุ 15-18 ปี	8 สัปดาห์	คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนหลังทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
การให้คำปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดสงขลา (จำปี เสภา, 2553)	จำนวน 18 คน	5 สัปดาห์ (10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที)	เยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 6 งานวิจัยการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (ต่อ)

เรื่อง/กระบวนการ	กลุ่มเป้าหมาย	ระยะเวลา	ผลการศึกษา
การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทางของ Trotzer ต่อการตระหนักรู้ในตนเองและความหวังของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 7 จังหวัดเชียงใหม่ (วสิกาล ญาณสาร และ พรพิมล วรวุฒิ พุทธิพงศ์ , 2553)	จำนวน 32 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	5 สัปดาห์ ต่อเนื่อง (จัดกิจกรรม 15 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง)	กลุ่มทดลองที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนว Trotzer มีการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และมีการตระหนักรู้ในตนเองและความหวังภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
โปรแกรมเพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชนสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปทุม (ยุพดี ชิตเดือน และธีระศักดิ์ อุ่นอารมณ์เลิศ , 2556)	จำนวน 30 คน	8 วัน (2 กิจกรรมละ 4 ครั้ง ครั้งละ 1 วัน)	ความเครียดของเด็กและเยาวชนลดลงอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตาราง 6 การจัดกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจะต้องมีการดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ระยะเวลาอย่างทีน้อยที่สุดสำหรับโปรแกรมการลดความเครียดคือ 8 วัน การให้คำปรึกษาตามแนวจิตวิทยาอย่างน้อย 5 สัปดาห์ การเรียนรู้ศิลปะแบบพุทธวัฒนธรรม 8 สัปดาห์ การพัฒนาระบบการทำงานเพื่อลดความเครียด 87 วัน หรือประมาณ 13 สัปดาห์ จำนวนกลุ่มตัวอย่าง สำหรับโปรแกรมเฉพาะอยู่ระหว่าง 17 – 32 คน สำหรับการพัฒนาระบบการดำเนินงานของสถานพินิจฯ นั้น ศึกษาโดยมีเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนทุกคนเป็นผู้ให้ข้อมูล โปรแกรมที่มีการศึกษาเป็นการจัดเฉพาะคนเฉพาะกลุ่ม สิ่งที่ยังไม่ปรากฏ คือ การสร้างบรรยากาศความสัมพันธ์ที่ส่งเสริมการเรียนรู้ระหว่างกัน การอยู่ร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ ของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในขณะที่เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนเป็นกลุ่มที่มีการ

เปลี่ยนแปลงจำนวนอยู่เป็นประจำและส่งผลกระทบต่อเนื่องในการจัดกระบวนการเรียนรู้ให้แก่เด็กและเยาวชนของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

การศึกษาที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนที่ผ่านมานั้นนำเสนอบริบทชีวิตของเด็กและเยาวชนขณะที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน มีการทดลองใช้โปรแกรมลดความเครียดด้วยเทคนิควิธีการต่างๆ มีการเสนอให้ใช้เทคนิควิธีการเหล่านั้นกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ และเสนอให้มีการลดความเครียด เพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้ สรุปปัญหาสำคัญของการจัดการเรียนรู้ที่ผ่านมา ได้แก่ 1) ปัญหาการดำเนินการใช้หลักสูตรเนื่องจากความไม่คงที่ของจำนวนและระยะเวลาในการอยู่ในสถานพินิจฯ ของผู้เรียน 2) เยาวชนบางส่วนไม่มีความสนใจไม่เห็นความสำคัญของการศึกษา 3) เจ้าหน้าที่มีภาระงานมากไม่สามารถดำเนินการเรียนการสอนได้อย่างเต็มที่ 4) สื่อ อุปกรณ์การเรียนการสอนมีจำนวนน้อย สภาพเสื่อมโทรม ไม่สามารถใช้งานได้ และขาดแคลนสำหรับรายวิชาที่จำเป็นต้องใช้ (กุลนาถ หงส์ลอย และ วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา, 2555 : 1867 – 1869) งานวิจัยที่ศึกษาโปรแกรมการลดความเครียดเสนอให้มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการลดความเครียด การจัดกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดผ่านขบวนการคิด การฝึกสมาธิ ให้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (ยุพดี ชิตเดือน และ ชีระศักดิ์ อุ่นอารมณเลิศ, 2556 : 76 - 77) ท่ามกลางข้อจำกัดและบริบทข้างต้น สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีจึงระดมความร่วมมือผ่านกลไกการทำงานของกรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนสำหรับสถานพินิจฯ และมีมติการประชุมวันที่ 22 ตุลาคม 2558 ณ ห้องประชุมพญาตานี สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ให้บรรจุกิจกรรมการอบรมเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาให้กับเด็กและเยาวชนในแผนการดำเนินงานประจำปีงบประมาณ 2559 ด้านการสนับสนุนกิจกรรมของสถานพินิจฯ โดยคณะพยาบาลศาสตร์ และคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี รับผิดชอบดำเนินงานร่วมกัน (สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี, 2559 : 2)

ข้อควรคำนึงเมื่อมีการจัดกิจกรรมกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน การจัดกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชนของสถานพินิจฯ ต้องคำนึงถึงบริบทกลุ่มที่มีคนหมุนเวียนเข้าและจะไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างสม่ำเสมอ เมื่อจัดกิจกรรมที่มีแบ่งกลุ่มทดลอง จำนวนของเด็กและเยาวชนในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เช่น เด็กและเยาวชนมีการประกันตัวออกไปหรือเด็กและเยาวชนต้องขึ้นศาลเพื่อพิจารณาคดี และบางครั้งตำรวจเรียกตัวเด็กและเยาวชนไปสอบปากคำเพิ่มเติม เจ้าหน้าที่เบิกเด็กและเยาวชนออกไปช่วยงานโยธานอกสถานที่ หรือเจ้าหน้าที่นำเด็กและเยาวชนออกไปร่วมทำกิจกรรมอื่นๆ ทั้งในสถานที่และนอกสถานที่ (อิสมาแอ สมายล์ และ ปุณณรัตน์ พิชญ์ไพบุลย์, 2553 : 492)

สรุปการทบทวนวรรณกรรม

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เป็นองค์กรอยู่ภายใต้กระทรวงยุติธรรม มีวิสัยทัศน์ในการสร้างการเปลี่ยนแปลงที่ดีให้แก่เด็กและเยาวชนภายใต้กระบวนการยุติธรรม ด้วยภารกิจพิทักษ์ผู้เยาว์เพื่อสวัสดิภาพและอนาคต ยกระดับคุณภาพการป้องกัน ดูแล บำบัด แก้ไข พื้นฟูเด็กและเยาวชน และพัฒนาบุคลากรระบบงานให้มีประสิทธิภาพ ด้วยค่านิยม สามัคคี มีเมตตา มุ่งมั่น พัฒนาเด็กและเยาวชน ปัจจุบันยังคงมีเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดและถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกระจายอยู่ทั่วประเทศ ในจังหวัดปัตตานีเองก็เช่นเดียวกัน เด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ฐานความผิดมากที่สุดคือ เกี่ยวข้องกับยาเสพติดให้โทษ สาเหตุหลักที่เด็กและเยาวชนลงมือกระทำความผิดเกิดจากเหตุปัจจัยทั้งจากภายในตัวของเด็กและเยาวชนเองและบริบทแวดล้อมทั้งครอบครัว ชุมชน และสังคม

ประเทศไทยมีคณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติทำหน้าที่กำหนดนโยบายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชนครอบคลุมเด็กและเยาวชนทุกกลุ่ม รวมไปถึงเด็กและเยาวชนที่อยู่ในกระบวนการยุติธรรมด้วยเช่นกัน ในการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีสถานะพื้นฐานสำคัญ ได้แก่ ความมั่นคง ความแข็งแรง การมีสุข และการสร้างสรรค์ ด้วยมาตรการเร่งด่วนด้านครอบครัว คุณภาพกายและสุขภาพจิต การเสริมสร้างความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก เด็กกับผลกระทบจากโรคเอดส์ การศึกษากับเด็ก เด็กกับนันทนาการ เด็กกับวัฒนธรรมและศาสนา สื่อมวลชนกับเด็ก การมีส่วนร่วมของเด็ก การปกป้องคุ้มครองเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ และด้านกฎหมาย กฎ และระเบียบ ภายใต้แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ.2555 – 2559 มีจุดเน้น การพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชนตามช่วงวัย การคุ้มครองและพัฒนาเด็กที่ต้องการการคุ้มครองเป็นพิเศษ การเสริมสร้างความเข้มแข็งของสภาเด็กและเยาวชนและภาคีเครือข่ายเพื่อให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กและเยาวชน รวมทั้งการพัฒนากระบวนการจัดการในการคุ้มครองเด็กและพัฒนาเด็กและเยาวชน ในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่อยู่ในกระบวนการยุติธรรม มุ่งไปที่ การลดอัตราเด็กและเยาวชนกระทำความผิด และทำให้ความเครียดของเด็กและเยาวชนลดลง ซึ่งสอดคล้องไปกับพระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550 แต่แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติยังขาด การวิเคราะห์สถานการณ์ปัจจุบันของเด็กและเยาวชน ในรายละเอียดที่จะช่วยจัดลำดับความสำคัญในด้านจุดแข็งและจุดอ่อนของบริการด้านการพัฒนาเด็กและเยาวชนที่มีอยู่ และการให้ความสนใจกับพื้นที่กลุ่มเป้าหมายที่ยังเข้าไม่ถึงบริการ ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่หน่วยงานทุกภาคส่วนต้องร่วมมือแสวงหาช่องทางในการพัฒนาบริการที่จำเป็นและสอดคล้องกับสถานการณ์เด็กและเยาวชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิธีการทำงาน กระบวนการทำงานใหม่ๆ ในระดับปฏิบัติการจากภาคีเครือข่ายเพื่อช่วยเติมเต็มเสริมสร้างพลังในการขับเคลื่อนงานการพัฒนาเด็กและเยาวชน เพื่อให้เขาเป็นคนที่มีความสามารถดูแลและขับเคลื่อนสังคมต่อไป

กิจกรรมเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนที่ดำเนินการอยู่นั้น ประกอบด้วยโปรแกรมการแก้ไข บำบัดและฟื้นฟูของสถานแรกรับเด็กและเยาวชน และกิจกรรมการแก้ไขบำบัดและฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กและเยาวชน มีการจำแนกกลุ่มเด็กและเยาวชนเป็นระยะตามเกณฑ์การประเมินความเสี่ยงและการประเมินลักษณะความรุนแรงของปัญหาและความจำเป็นของเด็ก/เยาวชน โดยนักวิชาชีพ ควบคู่ไปกับการมีโครงสร้างของคณะกรรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนสำหรับสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนเพื่อทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่อำนาจการและช่วยเหลือกิจการของสถานพินิจเพื่อสวัสดิภาพและอนาคตของเด็กและเยาวชน ตามโครงสร้างนี้จึงเป็นช่องทางให้เกิดการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาให้กับเด็กและเยาวชนขึ้นโดยมีการบรรจุในแผนการดำเนินงานประจำปีงบประมาณ 2559 ของคณะกรรมการฯ กิจกรรมได้ก่อเกิดความเปลี่ยนแปลงด้านบวกให้แก่เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม นับว่าเป็นการพัฒนางานบริการสำหรับเด็กในกระบวนการยุติธรรมระดับปฏิบัติการ อันมีจุดเน้นที่จะคืนเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้สู่สังคมด้วยกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาควบคู่ไปกับกระบวนการ บำบัด ฟื้นฟู ป้องกัน และพัฒนาพฤติกรรมเสีย

การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นการสร้างให้เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ให้เกิดความสามารถในการจัดการตนเองอย่างมีสติ ได้แก่ การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษ การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด ปล่อยวางได้ มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน ประกอบด้วย การฝึกเทคนิคเพื่อให้สมองเกิดการผ่อนคลายตามหลักการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ประกอบด้วย การฝึกสติ ความรู้ตัว การฝึกสร้างกระแสความคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น การพักในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย เทคนิคพลังบำบัดเรกิสามารถนำมาฝึกปฏิบัติเพื่อสร้างนิสัยการผ่อนคลายด้วยตนเอง การมีสติความรู้ตัว และความคิดเชิงบวกต่อตนเองและผู้อื่น โดยจัดกิจกรรมต่อเนื่อง 6 สัปดาห์กิจกรรมมีลักษณะเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ซึ่งเป็นการเรียนรู้จากการประสบการณ์ใหม่และประสบการณ์เดิมด้วยกระบวนการสะท้อนคิด สรุปบทเรียนสำคัญ มีการสำรวจข้อมูลสุขภาวะทางปัญญาในเด็กและเยาวชน ด้วยแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาที่ประยุกต์จากแบบวัดสุขภาวะทางปัญญานักศึกษามหาวิทยาลัย ด้านการจัดการอย่างมีสติ เพื่อนำมาพัฒนากิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่เหมาะสมสอดคล้องกับบริบทของเด็กและเยาวชน กิจกรรมออกแบบด้วยเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ที่มุ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความสัมพันธ์ กิจกรรม ตลอดจนการปฏิบัติตนของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

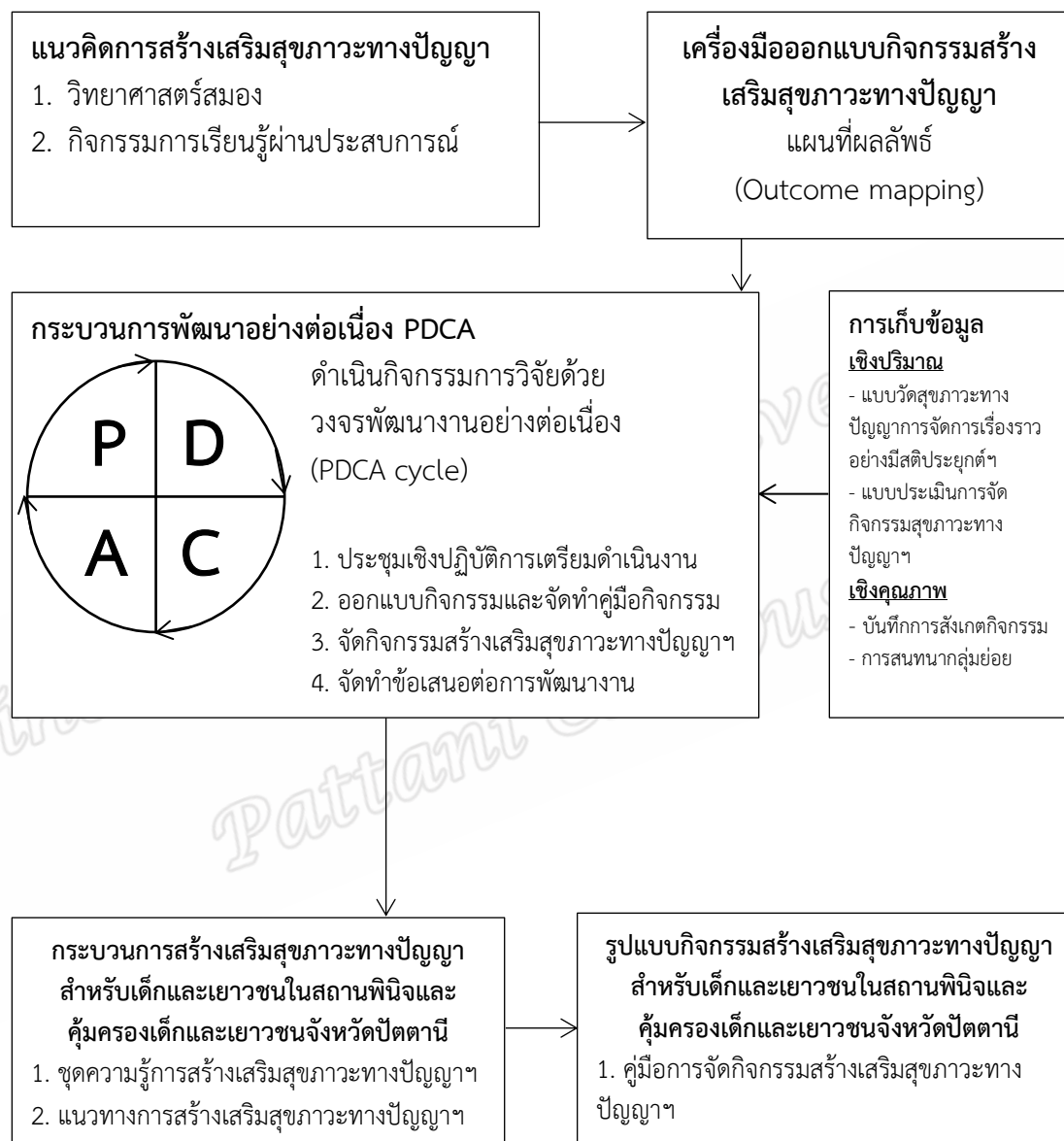
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาองค์ความรู้โดยใช้วงจรเดมมิง (PDCA cycle) เป็นการวิจัยที่มีปฏิบัติการ ด้วยกระบวนการที่เป็นหัวใจสำคัญของการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง ในการบริหารกิจกรรมการเพิ่มผลิตภาพในองค์กร ประกอบด้วยการวางแผน (Plan) การปฏิบัติตามแผน (Do) ดำเนิน

กิจกรรมการเพิ่มผลิตภาพตามแผนงาน การตรวจสอบ (Check) ติดตามผลการดำเนินงานราย กิจกรรมและเทียบกับเป้าหมาย สรุปผลการดำเนินงาน และการปรับปรุงการดำเนินการอย่าง เหมาะสม (Act) การวิเคราะห์ผลสำเร็จของกิจกรรม นำเสนอผลงานต่อผู้บริหาร และจัดทำแผนขยาย ผล เพื่อต่อยอดการปรับปรุง องค์ความรู้จะส่งต่อไปตามรอบการหมุนของวงจรเดมมิ่ง (PDCA cycle)

การทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่าสุขภาวะของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครอง เด็กและเยาวชน ด้านสุขภาวะทางกาย มีมาตรฐานขั้นต่ำขององค์การสหประชาชาติ สุขภาวะทางจิต บริบทชีวิตที่ทำให้เสียสุขภาวะทางจิต มีความเครียด ซึมเศร้า ก้าวร้าว สุขภาวะทางสังคมต้องเพิ่ม ทักษะชีวิต เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลมีทัศนคติเชิงบวกต่อเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิด ด้านสุขภาวะทาง ปัญญาในปัจจุบันมีการใช้การจัดการศึกษาเป็นเครื่องมือสร้างปัญญาแต่ก็มีข้อจำกัดด้านบุคลากร สถานพินิจฯ จึงต้องพึ่งครูจากหน่วยงานภายนอก ประกอบกับเจ้าหน้าที่ มีภาระงานมาก ข้อจำกัด ด้านตัวเด็กและเยาวชนเรื่องความไม่แน่นอนในการเข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากการได้รับการประกันตัว ให้ออกไป ต้องขึ้นศาลเพื่อพิจารณาคดี ถูกเรียกตัวเพื่อสอบปากคำเพิ่มเติม ขณะที่กระบวนการ เยียวยา การฟื้นฟู และการแก้ไขเด็กและเยาวชนมีแนวทางการปฏิบัติงานสอดคล้องกับการส่งเสริม สุขภาวะทางปัญญาโดยการใช้การพัฒนาเยาวชนเชิงบวก ดังนั้นการสร้างสุขภาวะทางปัญญาในเด็ก และเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กจึงต้องได้รับการหนุนเสริมกิจกรรมจากภาคีเครือข่ายที่มี ความพร้อมด้านองค์ความรู้และวิธีการมาเติมเต็มการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ให้มีสุข ภาวะทางปัญญาที่ดีขึ้น สร้างภูมิคุ้มกันเพื่อจะคืนเขาสู่สังคมและป้องกันการกระทำผิดซ้ำในอนาคต การจัดการกิจกรรมให้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ผู้ดำเนินกิจกรรม จำเป็นต้องยึดบทบาทของในฐานะผู้ขับเคลื่อนกิจกรรมวิชาชีพ การศึกษานี้จะพัฒนารูปแบบกิจกรรม สร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาผ่านกลไก การสนับสนุนกิจกรรมของกรรมการสงเคราะห์เด็กและ เยาวชนสำหรับสถานพินิจฯ เพื่อเติมเต็มและลดข้อจำกัดของสถานพินิจฯ โดยการพัฒนาระบบการ สร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเยาวชนไปประยุกต์ใช้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ เพื่อบ่ม เพาะสุขภาวะทางปัญญาซึ่งเป็นแก่นแกนของสุขภาวะทั้ง 4 มิติ เมื่อคนมีสุขภาวะทางปัญญา จะนำมา ซึ่งสุขภาวะทางจิตสุขภาวะทางกายและสุขภาวะทางสังคม ดังกรอบแนวคิดการวิจัยภาพ 4

กรอบแนวคิดการวิจัย

การพัฒนาแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน
ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี



ภาพ 4 กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากฐานคิดการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา อันประกอบด้วย 2 แนวคิดหลัก ได้แก่ วิทยาศาสตร์สมอง กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ใช้เครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์

ออกแบบกิจกรรมการวิจัย ดำเนินกิจกรรมวิจัยด้วยกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA cycle) ประกอบด้วยกิจกรรม 1. ประชุมเชิงปฏิบัติการเตรียมดำเนินงาน 2. ออกแบบกิจกรรมและจัดทำคู่มือกิจกรรม 3. จัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ และ 4. จัดทำข้อเสนอต่อการพัฒนา งาน การศึกษานี้จะพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย 1) ชุดความรู้การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ และ 2) แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ และ รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี คือ คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ ในชุดปฏิบัติการนี้มีการเก็บข้อมูลวิจัยทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เชิงปริมาณใช้แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติประยุกต์ฯ และแบบประเมินการจัดกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาฯ เชิงคุณภาพใช้ การสังเกตกิจกรรม และการสนทนากลุ่มย่อย

Prince of Songkla University
Pattani Campus

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาแบบกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กจังหวัดปัตตานี เป็นการศึกษาโดยใช้การวิจัยและพัฒนาภายใต้แนวคิดการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) ซึ่งใช้การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) และเชิงคุณภาพ (Qualitative research) มีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและผู้ให้ข้อมูล
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. การนำเสนอผลการศึกษา
7. การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล

ประชากรและผู้ให้ข้อมูล

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่

1. เด็กและเยาวชนในการควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีทุกคนที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตั้งแต่เดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2559 จำนวน 72 คน
2. เจ้าหน้าที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตั้งแต่เดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม 2559 จำนวน 5 คน

ผู้ให้ข้อมูล

1. เด็กและเยาวชนในการควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตั้งแต่เดือนตุลาคม 2559 ถึง เดือนธันวาคม 2560 ในระหว่างการทำกิจกรรมมีผู้เข้าร่วมจำนวน 72 คน แต่เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมพบว่าเด็กและเยาวชนเข้าร่วม ครบ 6 กิจกรรมตามกำหนดจำนวน 31 คน ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้จึงวิเคราะห์ข้อมูลจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมครบ 6 กิจกรรม เป็นจำนวน 31 คน

2. เจ้าหน้าที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตั้งแต่เดือนตุลาคม ถึง เดือนธันวาคม 2559 เลือกเจาะจงผู้ที่สังเกตกิจกรรมและมีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรม แก๊ไข บำบัดฟื้นฟูเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี วิเคราะห์ข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูล จำนวน 3 คน

แบ่งตามประเภทของการเก็บข้อมูล ดังนี้

1. ข้อมูลเชิงปริมาณ สำนวระดับคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติ และคะแนนความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรม กับผู้ให้ข้อมูลที่เป็นเด็กและเยาวชนที่อยู่ในการควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี จำนวน 31 คน โดยใช้แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติประยุกต์ 13 ข้อ และแบบประเมินการจัดการกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ สทนากลุ่มย่อยกับผู้ให้ข้อมูลคือเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมครบ 6 ครั้ง และเจ้าหน้าที่ผู้เข้าร่วมสังเกตการณ์ในการจัดกิจกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ชุดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

กิจกรรมวิจัย เป็นกิจกรรมที่พัฒนาโดยผู้วิจัยที่ประยุกต์จากแนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง (Hanson, 2011) กิจกรรมพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย (ปรียา แก้วพิมล และอุไรรัตน์ หน้าใหญ่, 2558) และประสบการณ์การออกแบบกิจกรรมพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาในเยาวชน (ปรียา แก้วพิมล และคณะ, 2556) ผ่านตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) เพื่อตรวจสอบการใช้ภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา (สุวิมล ติรภานันท์, 2557 : 146) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลที่มีความเชี่ยวชาญด้านการวัดสุขภาวะทางปัญญา การพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาในเยาวชน ชุดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ประกอบด้วย 6 กิจกรรม ดำเนินกิจกรรมละ 2 ชั่วโมง จัดต่อเนื่องกัน 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 กิจกรรม จัดกิจกรรมรายกลุ่ม และปรับปรุงกิจกรรมตามการเรียนรู้ของกลุ่ม

2. เครื่องมือในการเก็บข้อมูล

เชิงปริมาณ

1. แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (ภาคผนวก 1) ประยุกต์จากแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยฉบบัยาว ด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติที่พัฒนาโดย ปรียา แก้วพิมล สุรีย์พร กฤษเจริญ และโสเพ็ญ ชูนวน (2557 : 111) จำนวน 11 ข้อ ผู้วิจัยปรับคำในข้อความให้ง่ายต่อความเข้าใจของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ รวมแล้วมีจำนวน 13 ข้อ (ภาคผนวก 1)

การแปลผล อ้างอิงเกณฑ์การแปลผล ตามแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย ฉบบัยาวของ ปรียา แก้วพิมล สุรีย์พร กฤษเจริญ และโสเพ็ญ ชูนวน (2557 : 109) ดังนั้นแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จำนวน 13 ข้อ แต่ละระดับมีความหมายดังนี้

- | | |
|------------------|--|
| 5 ระดับมากที่สุด | หมายถึง ในชีวิตประจำวันมีคุณลักษณะนั้นอยู่ตลอดเวลา |
| 4 ระดับมาก | หมายถึง ในชีวิตประจำวันมีคุณลักษณะนั้นเป็นส่วนใหญ่ |
| 3 ระดับปานกลาง | หมายถึง ในชีวิตประจำวันมีคุณลักษณะนั้นบางครั้ง |
| 2 ระดับน้อย | หมายถึง ในชีวิตประจำวันมีคุณลักษณะนั้นนานๆ ครั้ง |
| 1 ระดับไม่มี | หมายถึง ในชีวิตประจำวันไม่มีคุณลักษณะนั้นเลย |

2. แบบประเมินการจัดกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี (ภาคผนวก 2) เป็นแบบประเมินที่ผู้วิจัยทำขึ้น ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ อายุ จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด การศึกษา ศาสนา การประกอบอาชีพ ระยะเวลาที่อยู่ในสถานพินิจฯ ความรู้สึกที่อยู่ในสถานพินิจฯ ปัญหาสุขภาพ สถานภาพครอบครัว ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจต่อกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญา จำนวน 6 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Rating scale) แบบ Likert มี 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และไม่มี

เชิงคุณภาพ

1. แบบสังเกตการทำกิจกรรมของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ (ภาคผนวก 3) ผู้วิจัยจัดทำขึ้นเพื่อบันทึกข้อมูลภาคสนามระหว่างการจัดกิจกรรม โดยบันทึกข้อมูล การแสดงความคิดเห็น การแสดงออก การมีส่วนร่วม และข้อมูลอื่นๆ ที่ปรากฏขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ แล้วนำมาวิเคราะห์ในตารางบันทึกสนามของนักวิจัย ประกอบด้วยหัวข้อ ปรากฏการณ์ที่

ขัดแย้ง/ที่ต้องการเปลี่ยนแปลง สิ่งที่เกิดขึ้น ทฤษฎีที่ใช้อธิบาย วิธีการนำมาใช้อธิบาย และสรุปผลการวิเคราะห์

2. แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม (ภาคผนวก 4) ประกอบด้วยคำถามปลายเปิดที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นหลังจากการร่วมกิจกรรม จัดสนทนากลุ่มย่อยกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมครบ 6 ครั้ง โดยแบ่งเป็นกลุ่มละ 7 – 8 คน

3. แนวคำถามการสนทนากลุ่มย่อยเจ้าหน้าที่ (ภาคผนวก 5) ประกอบด้วย เรื่องความรู้สึกรู้สึกในการสังเกตการณ์ การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน สิ่งที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ต่อในงานและชีวิตของเจ้าหน้าที่ โดยจัดสนทนากลุ่มย่อยกับเจ้าหน้าที่ทุกคนที่ร่วมสังเกตการณ์จัดกิจกรรม จำนวน 3 คน

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือ แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี และ แบบประเมินการจัดกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ตรวจสอบหาความถูกต้อง ความครอบคลุมของเนื้อหาและภาษาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลที่มีความเชี่ยวชาญด้านการวัดสุขภาวะทางปัญญา การพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาในเยาวชน ผู้ทรงคุณวุฒิได้ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) เพื่อตรวจสอบการใช้ภาษาและความครอบคลุมของเนื้อหา (สุวิมล ติรกานันท์, 2557 : 146) และให้ข้อเสนอแนะ ผู้วิจัยนำเครื่องมือมาพิจารณาแก้ไขปรับปรุง ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อนนำไปตรวจสอบหาความความเที่ยง

การตรวจสอบหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือ

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามซึ่งเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมการวิจัย ตรวจสอบหาความเชื่อมั่นของแบบวัดฯ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) มีระดับความเชื่อมั่นที่ .81 ระดับความเชื่อมั่นแบบสอบถามที่เป็นเครื่องมือที่จัดทำขึ้นใหม่ยอมรับค่าความเที่ยงมากกว่า 0.70

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิจัย ดังนี้

กลุ่มเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ที่เข้าร่วมกิจกรรม

ก่อนร่วมกิจกรรมเก็บข้อมูลเชิงปริมาณด้วยแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ และคุ้มครองเด็กและเยาวชนทุกคนที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรม

ระหว่างการจัดกิจกรรม เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพด้วย แบบสังเกต การทำกิจกรรมของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

หลังการดำเนินกิจกรรมเสร็จสิ้น เก็บข้อมูล ดังนี้

เชิงปริมาณ เก็บข้อมูลด้วยแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์ฯ แบบประเมินการจัดการกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ กับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมครบ 6 ครั้ง จำนวน 31 คน

เชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลด้วยการสนทนากลุ่มย่อยกับเด็กและเยาวชนฯ จำนวน 31 คน ที่เข้าร่วมกิจกรรมครบ 6 ครั้ง โดยแบ่งเป็นกลุ่มย่อย 4 กลุ่ม กลุ่มละ 7 - 8 คน มีการบันทึกเสียงระหว่างการสนทนา

เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลควบคุมเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ การสนทนากลุ่มย่อยกับเจ้าหน้าที่สถานพินิจฯ และคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา จำนวน 3 คน ที่อยู่สังเกตกิจกรรมและมีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรม แก้วไข บำบัด ฟื้นฟู เด็กและเยาวชน

การตรวจสอบข้อมูล

ผู้วิจัยใช้การตรวจสอบข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) โดยใช้วิธีการ การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (Methodological triangulation) (สุภางค์ จันทวานิช, 2552 : 32) คือ การใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่างกันเพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน ได้แก่

1. ผู้วิจัยบันทึกการสังเกตการทำกิจกรรมเด็กและเยาวชนกิจกรรมด้วยแบบบันทึกการสังเกตกิจกรรม
2. สนทนากลุ่มย่อยกับเจ้าหน้าที่ที่สังเกตการจัดกิจกรรม
3. การสนทนากลุ่มย่อยกับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมครบทั้ง 6 ครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเชิงปริมาณ

1. ก่อนนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลในแบบสอบถาม และบันทึกที่กรหัสลงบนแบบสอบถามทุกฉบับ
2. ลงรหัสบันทึกข้อมูลลงในกระดาษบันทึกที่กรหัส
3. ประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

ข้อมูลเชิงคุณภาพ

1. ถอดเสียงสนทนาจากการสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่ม
2. สรุปประเด็นจากการวิเคราะห์การสังเกตการณ์กิจกรรม
3. ตรวจสอบความสมบูรณ์และความน่าเชื่อถือของข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์การสนทนากลุ่มและการสังเกตการณ์ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)
4. สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามคำถามการวิจัยที่ตั้งไว้

การนำเสนอผลการศึกษา

ผู้วิจัยนำเสนอผลการศึกษาโดยการวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละ สำหรับข้อมูลในแบบสอบถาม ใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา สำหรับวิเคราะห์ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มย่อย สัมภาษณ์เชิงลึก และบันทึกการสังเกตกิจกรรม ใช้การพรรณนาผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติและรายงานผลการศึกษา

การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล

การวิจัยการพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี (The Development of Spiritual Health Activity Model for Children and Youth in the Juvenile Observation and Protection Center of Pattani Province) เลขที่ REC Number : psu.pn.2-016/59 ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และการศึกษา ประจำมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี (ภาคผนวก 8) และผู้วิจัยได้แจ้งขออนุญาตดำเนินการวิจัยผ่านสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ไปยังกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนตามระเบียบการปฏิบัติเมื่อมีการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ผู้วิจัยชี้แจงขั้นตอนการวิจัยแก่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี และผู้ร่วมให้ข้อมูลรับทราบโดยอธิบายด้วยคำพูดและเอกสาร เมื่อสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีและผู้ให้ข้อมูลสมัครใจ

เข้าร่วมการวิจัยแล้วให้ลงนามในใบพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล (ภาคผนวก 6) ตามแนวทางการปฏิบัติเกี่ยวกับจริยธรรมการวิจัย (ชาย โพธิ์สิตา, 2556 : 389 - 400)

ผู้วิจัยเข้าร่วมและผ่านการทดสอบการอบรมหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และดำเนินการวิจัยตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

เงื่อนไขเชิงบริบทที่ต้องคำนึงถึง

1. การสร้างบรรยากาศความปลอดภัย การใช้ความรุนแรงเป็นประเด็นที่มีการเฝ้าระวังไม่ให้เกิดขึ้นระหว่างการจัดกิจกรรมกับเด็กและเยาวชน ผู้วิจัยจึงหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชน และต้องประเมินสถานการณ์ความปลอดภัยของตนเองระหว่างการดำเนินกิจกรรม เจ้าหน้าที่ผู้ประสานงานเครือข่ายได้รับการเสนอแนะจากคณะทำงานภายในสถานพินิจฯ ให้เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลอยู่ร่วมตลอดระยะเวลาที่ผู้วิจัยจัดกิจกรรมเพื่อดูแลความปลอดภัยของผู้วิจัย ผู้วิจัยสะท้อนคิดในประเด็นนี้กับเจ้าหน้าที่ว่าได้ทำการประเมินความปลอดภัยระหว่างการจัดกิจกรรมแล้ว ประกอบกับกิจกรรมที่จัดไม่มีการกระตุ้นให้ใช้ความรุนแรงในเด็กและเยาวชน สอดคล้องกับการประเมินสถานการณ์ของเจ้าหน้าที่ประสานงาน

2. การสร้างบรรยากาศความไว้วางใจ ความต่อเนื่องในการจัดกิจกรรมกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ด้วยการเสริมพลังเชิงบวก ร่วมกับการผ่อนคลาย ก่อให้เกิดความไว้วางใจในกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้น เมื่อเกิดความตึงเครียดภายในกลุ่มเด็กและเยาวชน กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาจะเป็นทางเลือกเพื่อใช้ดูแลกลุ่มเด็กและเยาวชน

3. การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ การเตรียมความพร้อมความเข้าใจในวิธีการและเนื้อหาจึงต้องดำเนินการอย่างค่อยเป็นค่อยไป และคำนึงถึงความรู้สึกรักของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ เป็นสำคัญ กลุ่มเริ่มเปิดใจรับกับการสร้างการเรียนรู้ของผู้วิจัย ในสัปดาห์ที่ 5 กิจกรรมการเรียนรู้เป็นลักษณะกิจกรรมที่มีการแยกย่อยเนื้อหาที่จะสร้างการเรียนรู้ให้ง่ายต่อความเข้าใจ และฝึกวิธีการเรียนรู้อย่างเป็นลำดับขั้นตอน ให้เวลาเขาในการทำความเข้าใจไม่เร่งรีบ

ดังนั้นการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ จึงต้องประกอบด้วย 1) การฝึกทักษะผ่อนคลาย ให้เด็กและเยาวชนได้ฝึกการอยู่กับตนเอง ทำให้เด็กและเยาวชนได้พักจากความตึงเครียดในสถานการณ์รอบข้างที่ต้องเผชิญในแต่ละวัน การฝึกทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องจะกลายเป็นความคุ้นเคยและการปฏิบัติอย่างอัตโนมัติ เช่น การจัดเตรียมบรรยากาศให้เหมาะแก่การผ่อนคลาย ดังนั้น ในการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาจะต้องมีการจัดกิจกรรมผ่อนคลายด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง ก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 2) ความตระหนักของผู้จัดกิจกรรมที่ต้องมีความไวต่อการกระทำที่จะนำไปสู่ความรุนแรง เน้นการเสริมพลังทางบวก และการจัดบรรยากาศให้เกิดความผ่อนคลายไปพร้อมๆ กับการเรียนรู้ในจุดประสงค์ที่ต้องการ ไม่บีบบังคับ กดดัน เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม

ตาราง 7 สรุปวิธีการดำเนินการวิจัย

วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือที่ใช้	การวิเคราะห์ข้อมูล
1. เพื่อพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี	เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจำนวน 3 คน	<u>เชิงคุณภาพ</u> 1. การสนทนากลุ่มย่อย 2. การประชุมเชิงปฏิบัติการ 3. การสังเกตการจัดกิจกรรม	ตรวจสอบความสมบูรณ์ ความน่าเชื่อถือของข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)
2. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี	เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจำนวน 31 คน	<u>เชิงปริมาณ</u> 1. แบบวัดสุขภาพทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติประยุกต์ฯ 2. แบบประเมินการจัดกิจกรรมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ <u>เชิงคุณภาพ</u> 1. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญา 2. การสนทนากลุ่มย่อย	<u>เชิงปริมาณ</u> 1. ตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลในแบบสอบถามและบันทึกรหัสลงบนแบบสอบถามทุกฉบับ 2. ประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป <u>เชิงคุณภาพ</u> ตรวจสอบความสมบูรณ์ และ ความน่าเชื่อถือของข้อมูลและ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเป็นการศึกษาโดยการวิจัยและพัฒนาภายใต้แนวคิดการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) มีวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี และเพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ทำการศึกษาในกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เป็นเด็กและเยาวชนที่อยู่ในการควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี และเจ้าหน้าที่ของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ซึ่งเป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา โดยนำเสนอผลการวิจัยวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์การวิจัยดังรายละเอียดต่อไปนี้

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนำเสนอในรูปแบบการบรรยายและตารางประกอบ โดยแบ่งเป็น 3 ส่วนตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ส่วนที่ 2 ข้อมูลบริบทเชิงสถานการณ์ของพื้นที่ศึกษาวิจัย

ส่วนที่ 3 ผลการวิจัย

คำถามการวิจัยข้อที่ 1 การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเป็นอย่างไร?

1. ชุดความรู้การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
2. แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

คำถามการวิจัยข้อที่ 2 รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีควรเป็นอย่างไร?

1. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี
2. คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษาค้างนี้ คือ เด็กและเยาวชนที่อยู่ในความควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เพศชาย จำนวน 31 คน และเจ้าหน้าที่ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา เพศหญิง จำนวน 3 คน มีรายละเอียดข้อมูลดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา พบว่า

เด็กและเยาวชนมีอายุอยู่ในช่วง 12 – 18 ปี ส่วนใหญ่อายุ 17 ปี (ร้อยละ 35.5) รองลงมา คือ 18 ปี (ร้อยละ 25.8) 15 ปี (ร้อยละ 19.4) และ 16 ปี (ร้อยละ 12.9) ตามลำดับ มีจำนวนพี่น้องในครอบครัว 1 – 8 คน ส่วนใหญ่ มีจำนวนพี่น้อง 2 คน (ร้อยละ 29.0) รองลงมา คือ 3 คน (ร้อยละ 22.6) 4 คน และ 5 คน (ร้อยละ 16.1) ตามลำดับ ลำดับการเกิดอยู่ในช่วงบุตรคนแรก – บุตรคนที่ห้า เกินครึ่งหนึ่งเป็นบุตรคนแรก (ร้อยละ 51.6) รองลงมา เป็นบุตรคนที่สอง (ร้อยละ 16.1) เป็นบุตรคนที่สามและคนที่สี่ (ร้อยละ 12.9) ตามลำดับ

สภาพครอบครัวส่วนใหญ่อยู่กับพ่อแม่ (ร้อยละ 61.3) รองลงมาคือ อยู่กับแม่ หรือ ตา ยาย ปู่ และย่า (ร้อยละ 16.1) อยู่กับพ่อ หรือญาติ (ร้อยละ 3.2) นับถือศาสนาอิสลามมากที่สุด (ร้อยละ 71) รองลงมา นับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 29) การศึกษาในสายสามัญ อยู่ในระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย

การศึกษายู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมากที่สุด (ร้อยละ 38.7) รองลงมาคือ ประถมศึกษา (ร้อยละ 29) และ มัธยมศึกษาตอนปลาย (ร้อยละ 19.4) ตามลำดับ มีส่วนน้อยที่ศึกษาสายศาสนา (ร้อยละ 16.1) โดยศึกษายู่ในระดับ อิสลามศึกษาตอนต้น ปีที่ 1 -3 (ร้อยละ 12.9) และ อิสลามศึกษาตอนต้นปีที่ 4 – 6 (ร้อยละ 3.2)

ระยะเวลาที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ตั้งแต่ 1 เดือน – 15 เดือน ส่วนใหญ่ อยู่ในช่วง 4 – 5 เดือน (ร้อยละ 54.8) 1 – 3 เดือน (ร้อยละ 32.3) 7 – 9 เดือน (ร้อยละ 9.7) ตามลำดับ ความรู้สึกภายในใจขณะอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ได้แก่ กลัว เหม่า เศร้า เครียด กังวลเรื่องเรียน ส่วนใหญ่รู้สึกเศร้า (ร้อยละ 71) รองลงมา เศร้า (ร้อยละ 25.8) เหม่า (ร้อยละ 22.6) กังวลเรื่องเรียน (ร้อยละ 19.4) และกลัว (ร้อยละ 12.9)

ข้อมูลทั่วไปของเจ้าหน้าที่ของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ซึ่งเป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา เพศหญิง จำนวน 3 คน ประกอบด้วยนักจิตวิทยา 1 คน รับผิดชอบงานด้านบำบัด แก้ไข พื้นฟู และพัฒนาพฤติกรรมนิสัยเด็กและเยาวชน นักสังคมสงเคราะห์ชำนาญการ 1 คน รับผิดชอบงานด้านคดีความของเด็กและเยาวชน นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ จำนวน 1 คน รับผิดชอบการฝึกอบรมและฝึกวิชาชีพ

ตาราง 8 จำนวน ร้อยละข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ($N = 31$)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
12 ปี	1	3.2
15 ปี	6	19.4
16 ปี	4	12.9
17 ปี	11	35.5
18 ปี	8	25.8
มากกว่า 18 ปี	1	3.2
จำนวนพี่น้องในครอบครัว		
1 คน	3	9.7
2 คน	9	29.0
3 คน	7	22.6
4 คน	5	16.1
5 คน	5	16.1
7 คน	1	3.2
8 คน	1	3.2
ลำดับการเกิด		
คนแรก	16	51.6
คนที่สอง	5	16.1
คนที่สาม	4	12.9
คนที่สี่	4	12.9
คนที่ห้า	2	6.5
สภาพครอบครัว		
อยู่กับพ่อแม่	19	61.3
อยู่กับพ่อ	1	3.2
อยู่กับแม่	5	16.1
อยู่กับปู่ ย่า ตา ยาย	5	16.1
อยู่กับญาติ	1	3.2
ระดับการศึกษา สายสามัญ		
ไม่ศึกษา	4	12.9
ประถมศึกษา	9	29.0
มัธยมศึกษาตอนต้น	12	38.7
มัธยมศึกษาตอนปลาย	6	19.4

ตาราง 8 จำนวน ร้อยละข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา (N =31) (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา สายศาสนา		
ไม่ศึกษา	26	83.9
อิสลามศึกษาตอนต้น (ปีที่ 1 - 3)	4	12.9
อิสลามศึกษาตอนต้น (ปีที่ 4 - 6)	1	3.2
ศาสนาที่นับถือ		
อิสลาม	22	71.0
พุทธ	9	29.0
ระยะเวลาที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน		
1 - 3 เดือน	10	32.3
4 - 5 เดือน	17	54.8
7 - 9 เดือน	3	9.7
13 - 15 เดือน	1	3.2
ความรู้สึกภายในใจระหว่างอยู่ในสถานพินิจฯ (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)		
กลัว	4	12.9
เหงา	7	22.6
เศร้า	8	25.8
เครียด	22	71.0
กังวลเรื่องเรียน	6	19.4

ส่วนที่ 2 ข้อมูลบริบทเชิงสถานการณ์ของพื้นที่ศึกษาวิจัย

การเข้าถึงพื้นที่ศึกษาวิจัยในระยะเตรียมการ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอยู่ในสถานะอาสาสมัครจัดกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชน ในระยะเตรียมการพบว่า เด็กและเยาวชน อยู่ในบรรยากาศที่มักเผชิญความตึงเครียดทางอารมณ์ เมื่อมีการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ให้ความร่วมมือในการเรียนรู้ สามารถฝึกทักษะการอยู่กับตัวเอง เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแล จัดเวลาให้กับการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา โดยมุ่งผลลัพธ์ให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยกอยู่ร่วมกันได้ดีขึ้น

การเตรียมความพร้อม ผู้จัดกระบวนการจะต้อง “เข้าใจสถานการณ์ของเด็กและเยาวชน ณ เวลานั้น” ยึดเป้าหมายที่มุ่ง “ฝึกการอยู่กับตัวเอง สร้างการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน” สถานการณ์ในระยะเตรียมความพร้อม ช่วงเวลานี้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเครือข่าย

สนับสนุนกิจกรรมของสถานพินิจฯ ให้ข้อมูลผู้วิจัยถึงบรรยากาศการอยู่ร่วมกันหลังเหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นก่อนหน้านั้นว่า การอยู่ร่วมกับภายในของเด็กและเยาวชนยังคงมีความตึงเครียด แม้ว่าจำนวนเด็กและเยาวชนจะลดลงเหลือประมาณ 30 คน เจ้าหน้าที่ยังคงเฝ้าระวังเพิ่มมากขึ้นกว่าช่วงที่มีเด็กและเยาวชนจำนวนมาก การจัดกิจกรรมจึงต้องมีการประเมินความเสี่ยง เพื่อไม่ให้นำไปสู่เหตุการณ์ความรุนแรง หลังจากเกิดเหตุการณ์ ผู้ตรวจการเขตได้เข้ามาฝึกอบรมเจ้าหน้าที่เพื่อปรับเปลี่ยนวิธีการทำงาน และยังต้องการกิจกรรมที่ลดความเครียดสำหรับเด็กและเยาวชน เมื่อผู้วิจัยนำเสนอการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเพื่อทำให้เกิดการผ่อนคลายและลดบรรยากาศความตึงเครียด และได้รับการตอบรับให้จัดกิจกรรมในภาคบ่ายสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ดังนั้นการวิจัยนี้ ผู้วิจัยมีบทบาทร่วมคือเป็นผู้จัดกระบวนการ (Facilitator) เรียนรู้ให้กับเด็กและเยาวชน

ข้อปฏิบัติในการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ กลุ่มเด็กและเยาวชน

1. สัมผัสอาการความไม่สุขสบายทั้งกายและใจ อาการทางใจที่พบ เช่น เหงา เบื่อ เครียด อายากยา อายากกลับบ้าน เป็นต้น อาการทางกาย เช่น ปวด ขา ปวดหลัง ปวดหัว ปวดหลัง เป็นต้น
2. นำเสนอเทคนิคผ่อนคลายกายใจที่ทำได้ด้วยตัวเอง เมื่อสิ้นสุดการฝึกให้สะท้อนความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับกายและใจ ย้ำเมื่อมีคนสะท้อนว่าดีขึ้น ผ่อนคลาย ให้เสริมแรงบวก และแนะนำให้นำไปปฏิบัติต่อด้วยตนเองในเวลาว่าง
3. ทำข้อตกลงขอความร่วมมือ จัดบรรยากาศให้เด็กและเยาวชน จดจ่อและอยู่กับตนเองอย่างต่อเนื่อง ในช่วงแรก เด็กและเยาวชนจดจ่อได้ยาก ถูกดึงความสนใจได้ง่าย หลังจากสัปดาห์ที่ 5 (ต่อเนื่อง) เด็กและเยาวชนจะคุ้นเคย และจดจ่อได้มากขึ้น ช่วยจัดเตรียมบรรยากาศห้องสำหรับการผ่อนคลายด้วยตัวเอง
4. เพิ่มกิจกรรมที่ได้ขยับร่างกายหลังการนอนบำบัด เน้นการออกกำลังกายสมอง เกมที่ทำให้จดจ่อ ชมสื่อเชิงบวก

กลุ่มเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

1. ติดตามสถานการณ์/บรรยากาศการอยู่ร่วมกันภายในสถานพินิจฯ ของเด็กและเยาวชนทุกสัปดาห์
2. เสนอกิจกรรมผ่อนคลายเป็นทางเลือกหลังการเผชิญเหตุการณ์ตึงเครียด
3. เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการวางแผนกิจกรรมแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู พัฒนาพฤติกรรมเสียร่วมกับคณะทำงานสหวิชาชีพ
4. นำเสนอข้อมูลการประเมินบรรยากาศการอยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชนด้วยแนวคิดการสร้างพื้นที่เรียนรู้ (Learning zone) รายบุคคลที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับผู้อื่นและกลุ่ม

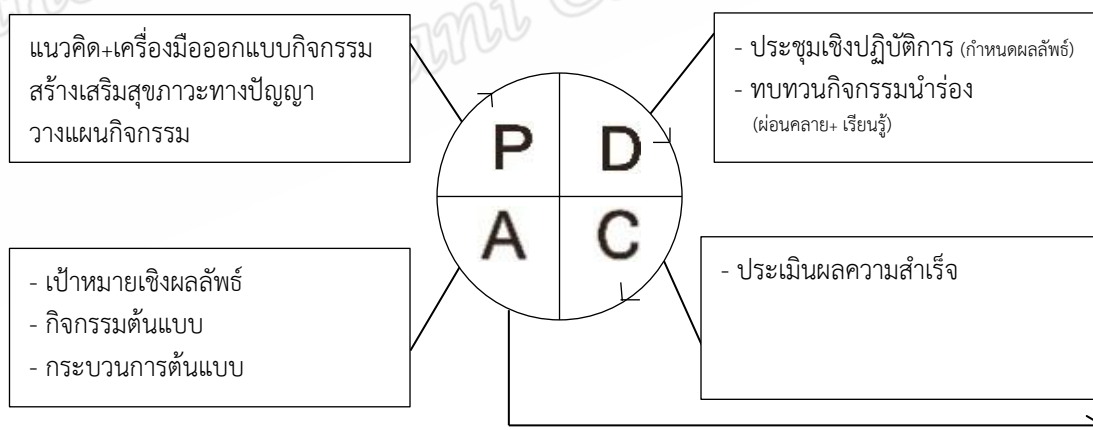
ส่วนที่ 3 ผลการวิจัย

คำถามการวิจัยข้อที่ 1 การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเป็นอย่างไร?

1. ชุดความรู้การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่ดำเนินตามขั้นตอนของวงจรการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (PDCA cycle) ซึ่งนำเอาฐานคิดวิทยาศาสตร์สมอง แนวคิดสุขภาวะทางปัญญา เครื่องมือออกแบบกิจกรรมแผนที่ผลลัพธ์ บริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ผ่านกระบวนการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง 2 ระยะ ดังนี้ ระยะเตรียมการ ผลผลิตของระยะนี้ คือ กระบวนการดำเนินงานต้นแบบ กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ต้นแบบ และเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ระยะดำเนินการ ผลผลิตในระยะนี้คือ กระบวนการและรูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ระยะเตรียมการ

ในระยะนี้เป็นการดำเนินการตามวงจรพัฒนาอย่างต่อเนื่องมุ่งเน้นการปฏิบัติการกับเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชน เพื่อให้ได้มาซึ่งเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ร่วมกันในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ดังภาพ 5



ภาพ 5 การดำเนินงานอย่างต่อเนื่องในระยะเตรียมการ

จากภาพที่ 5 อธิบายตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 วางแผน

ผู้วิจัยนำแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองที่เสนอว่าเมื่อสมองผ่อนคลายจะทำให้บุคคลจัดการกับความเครียดอัตโนมัติได้และเปิดใจเรียนรู้สิ่งใหม่ได้ดีขึ้น และออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในรูปแบบกิจกรรมเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และวางแผนการจัดกิจกรรมดังนี้

ตาราง 9 การวางแผนรายกิจกรรมตามแนวทางเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
1. ประชุมเชิงปฏิบัติการ	เพื่อนำเสนอกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นทางเลือกในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ	เจ้าหน้าที่ และ ทีมสหวิชาชีพ ทุกคนที่เข้าร่วม การประชุม เข้าใจเป้าหมาย ของกิจกรรม สร้างเสริมสุขภาวะทาง พินิจฯ ภาวะทาง ปัญญา	เจ้าหน้าที่และ ทีมสหวิชาชีพร่วม กำหนดเป้าหมาย เชิงผลลัพธ์ในการ พัฒนาเด็กและ เยาวชนในสถาน พินิจฯ	เกิดเป้าหมายเชิง ผลลัพธ์ที่สะท้อนการ เปลี่ยนแปลงของเด็ก และเยาวชนหลังจาก การเข้าร่วมกิจกรรม สร้างเสริมสุขภาวะทาง ปัญญา
2. ทบทวนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา	เพื่อคัดเลือกกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่เหมาะสมสำหรับเด็กและเยาวชน	ชุดกิจกรรม สร้างเสริมสุขภาวะทาง ปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน จำนวน 1 ชุด	รูปแบบการจัด กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทาง ปัญญาที่เหมาะสม สอดคล้องกับ ความต้องการของ เด็กและเยาวชน	1) เอกสารรายละเอียด การจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทาง ปัญญา

ขั้นที่ 2 ปฏิบัติการ

1. การประชุมเชิงปฏิบัติการ

ผู้วิจัยเข้าร่วมการประชุมเชิงปฏิบัติการซึ่งจัดโดยสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีผู้เข้าร่วมประชุม 15 คน เป็นกลุ่มเจ้าหน้าที่ และกลุ่มสหวิชาชีพ มีวัตถุประสงค์เพื่อปรับแผนกิจกรรมที่ใช้สำหรับแก้ไข บำบัด พื้นฟู เด็กและเยาวชนในความดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ข้อเสนอจากการประชุมพบว่า 1) หลักสูตรกลางที่ใช้ในการแก้ไข บำบัด พื้นฟู เด็กและเยาวชนที่ส่งมาจากกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ไม่สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ จึงนำไปสู่ประเด็นการหารือเพื่อค้นหาวิธีการสร้างการเรียนรู้ที่จะช่วยแก้ไขปัญหาคาความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีดังที่ปรากฏในสื่อมวลชน 2 เหตุการณ์ คือเหตุการณ์ความรุนแรงเมื่อเดือนมิถุนายนและเดือนสิงหาคม 2559 อันมีเหตุมาจากการกระทบกระทั่งระหว่างที่อยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชนจนลุกลามเป็นความขัดแย้งและขาดกระบวนการเคลียร์ใจ หรือสร้างความเข้าใจระหว่างกัน 2) ในขณะที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีข้อจำกัดทั้งจำนวนเจ้าหน้าที่ ระยะเวลา และภาระงาน ในเฝ้าระวังไม่ให้เกิดสถานการณ์ความรุนแรงไปพร้อมๆ กับการฝึกวินัย ควบคุมไม่ให้เด็ก

และเยาวชนหลักหนี สอนเสริม ฝึกวิชาชีพ 3) ด้านโปรแกรมที่ใช้บำบัดเด็กและเยาวชนในปัจจุบันมี 2 โปรแกรม คือ โปรแกรมบำบัดพื้นฐาน และโปรแกรมบำบัดยาเสพติด ขณะนี้ต้องการกระบวนการอื่นที่จะทำให้เด็กและเยาวชนเกิดการไว้วางใจซึ่งกันและกันและเท่าทันอารมณ์ชั่ววูบของตนเอง 4) เป้าหมายเชิงผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน คือ มี 3 ระดับ ระดับในสุด คือ เด็กและเยาวชนเห็นคุณค่าในตนเอง ระดับกลางคือ เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยก และระดับบนสุด คือ เด็กและเยาวชนอยู่ร่วมกันแบบไม่ใช้ความรุนแรง ดังภาพ 6



ภาพ 6 เป้าหมายเชิงผลลัพธ์ของการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

2. การทบทวนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

ผู้วิจัยทบทวนเอกสารรายงานการประเมินผลการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา สำหรับเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ปีงบประมาณ 2559 (อุไรรัตน์ หน้าใหญ่, 2559 : 3 – 4) และบันทึกสังเกตกิจกรรม มีจัดกิจกรรมต่อเนื่องทุกสัปดาห์โดยใช้กิจกรรมผ่อนคลายด้วยพลังบำบัดเรกิ การออกกำลังกายสมอง ชมสื่อและกระตุ้นการแลกเปลี่ยนแง่คิดจากการชมเรื่องราวเกี่ยวกับ ความอดทน ความคิดสร้างสรรค์ การมีแรงบันดาลใจ ความเสียสละ การเรียนรู้ และเล่นเกมที่สร้างความสนุก โดยกิจกรรมทุกกิจกรรมเป็นการเรียนรู้แง่คิดด้วยตนเอง คือ หลังจากทำกิจกรรมย่อยจะมีการสะท้อนคิดความรู้สึกและการเรียนรู้ ให้เด็กและเยาวชนสะท้อนความคิดความรู้สึกของตนเองในกลุ่มใหญ่ ดังนั้นประเด็นแง่คิดที่ได้จากกิจกรรมของแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันไปตามการรับรู้ การรับรู้ประเด็นหลักที่ผู้จัดกระบวนการต้องการสื่อสารในสัปดาห์ที่ 5 พบว่าเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความคุ้นเคยในการปฏิบัติทักษะการผ่อนคลาย มีการจัดเตรียมบรรยากาศห้องก่อนทำกิจกรรม การกระตุ้นกันเองภายในกลุ่มให้จดจ่อเมื่อเริ่มทำกิจกรรม เด็กและเยาวชนเรียกกิจกรรมนี้ ว่าเป็นกิจกรรม “อยู่กับตัวเอง”

หลังเกิดเหตุการณ์ตึงเครียดภายในสถานพินิจฯ เจ้าหน้าที่ประสานงานเครือข่ายของสถานพินิจฯ เสนอให้จัดกิจกรรมผ่อนคลายให้กับเด็กและเยาวชน เด็กและเยาวชนขอให้ทำกิจกรรมนอนผ่อนคลายด้วยพลังบำบัดเรกิ 60 นาที ก่อนทำกิจกรรมการเรียนรู้ เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมเด็กและเยาวชนสามารถอยู่กับตนเองได้ดีขึ้น และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมดีขึ้น และช่วยประคองให้กลุ่มร่วมมือในกิจกรรม

ขั้นที่ 3 ตรวจสอบ

1. เกิดเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาคือ ทำให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยกเราเขาให้กลายเป็นคนอื่น การประชุมเชิงปฏิบัติพบข้อสรุปที่ว่าสถานการณ์ความเป็นอยู่ที่ผ่านมาของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ยังขาดเวที พื้นที่ในการระบายความอัดอั้นใจ หรือการเห็นผลกระทบของการกระทำของตนเองที่มีผลต่อผู้อื่น ดังนั้นกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาจึงถูกคาดหวังให้สร้างผลลัพธ์ในระดับกลาง คือ ทำให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยกเราเขาให้กลายเป็นคนอื่น ด้วยความแตกต่างนานา อันจะนำไปสู่ความขัดแย้งและการใช้ความรุนแรง

2. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่เหมาะสมสอดคล้องกับความต้องการของเด็กและเยาวชน คือ เป็นกิจกรรมที่สร้างการผ่อนคลาย เกมที่สนุกสร้างการเรียนรู้ มีการชมสื่อสารคดีที่เกี่ยวข้องกับชีวิตเด็กและเยาวชน และ เพลง มีการพูดคุยข้อคิดการเรียนรู้หลังกิจกรรม ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมควรจัดครั้งละ 2 ชั่วโมง/สัปดาห์ จุดเปลี่ยนที่สะท้อนว่าเด็กและเยาวชนมีสุขภาวะทางปัญญา คือ การที่เด็กและเยาวชนระบุได้ว่า “เห็นตนเอง คิดได้” จากประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา

เกณฑ์การประเมินที่ผู้จัดกระบวนการสามารถใช้เพื่อประเมินผลการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ 1) เด็กและเยาวชนสามารถปฏิบัติทักษะการผ่อนคลายด้วยตนเองได้ 2) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้สังเกตจากการที่เด็กและเยาวชนการเสนอให้เพิ่มเวลาในการทำกิจกรรมย่อยบางกิจกรรม เช่น กิจกรรมผ่อนคลาย เป็นต้น 3) เด็กและเยาวชนสามารถสะท้อนคิดการเรียนรู้ในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ข้อสังเกต การเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้ สามารถบอกความรู้สึกของตนเองได้ แต่ยังอยู่ในบทบาทของผู้รับมากกว่าผู้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน

แนวทางในระดับปฏิบัติการกรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนฯ เสนอให้มีการใช้กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ในระหว่างที่เด็กและเยาวชนอยู่ในความดูแลของสถานพินิจฯ ใช้การตรวจวัดสุขภาวะทางปัญญาตลอดกระบวนการขัดเกลาเด็กและเยาวชน เพื่อให้ทราบระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน และนำไปใช้ประโยชน์ด้านการส่งเสริมพัฒนาสุขภาวะปัญญา และควรมีการวัดระดับสุขภาวะทางปัญญาก่อนปล่อยตัวเพื่อให้หน่วยงานคุมประพฤตินำไปใช้ในการดูแลเด็กและเยาวชนต่อไป

ขั้นที่ 4 ยกระดับมาตรฐานใหม่/ปรับปรุงการดำเนินงาน

4.1 เป้าหมายเชิงผลลัพธ์ กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ จากเดิมที่เป็นกิจกรรมเสริมที่จัดขึ้นเพื่อให้เด็กและเยาวชนในสถานพินิจได้ผ่อนคลายจากความตึงเครียดทางอารมณ์ หลังจากการประชุมเชิงปฏิบัติการกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ ได้ยกระดับให้เป็นกิจกรรมหนึ่งที่ต้องดำเนินไปเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ระดับกลางในการพัฒนาเด็กและเยาวชน คือให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยกเราเขาให้กลายเป็นคนอื่น ด้วยความแตกต่างนานาซึ่งจะสนับสนุนให้เกิดผลลัพธ์ในภาพรวมคือเด็กและเยาวชนอยู่ร่วมกันแบบไม่ใช้ความรุนแรงในขณะที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

4.2 กิจกรรมต้นแบบ ในสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย กิจกรรมผ่อนคลายด้วยตนเอง 60 นาที และกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง 60 นาที โดยกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นการส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างกันของเด็กและเยาวชนฯ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของสมองต้องทำอย่างน้อย 6 สัปดาห์ต่อเนื่องขึ้นไป ผู้วิจัยจึงออกแบบกิจกรรมให้มีจำนวน 6 กิจกรรม ตามแนวคิดสุขภาวะทางปัญญา โดยรูปแบบกิจกรรมเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ซึ่งเด็กและเยาวชนฯ ลงมือปฏิบัติกิจกรรม จากนั้นมีการสะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ สรุปบทเรียนรู้อันสำคัญ และแนวทางการนำเอาไปใช้ในอนาคต (รายละเอียดกิจกรรมในภาคผนวก ค) จำแนกกิจกรรมตามเป้าหมายของสุขภาวะทางปัญญาได้ดังตาราง 10

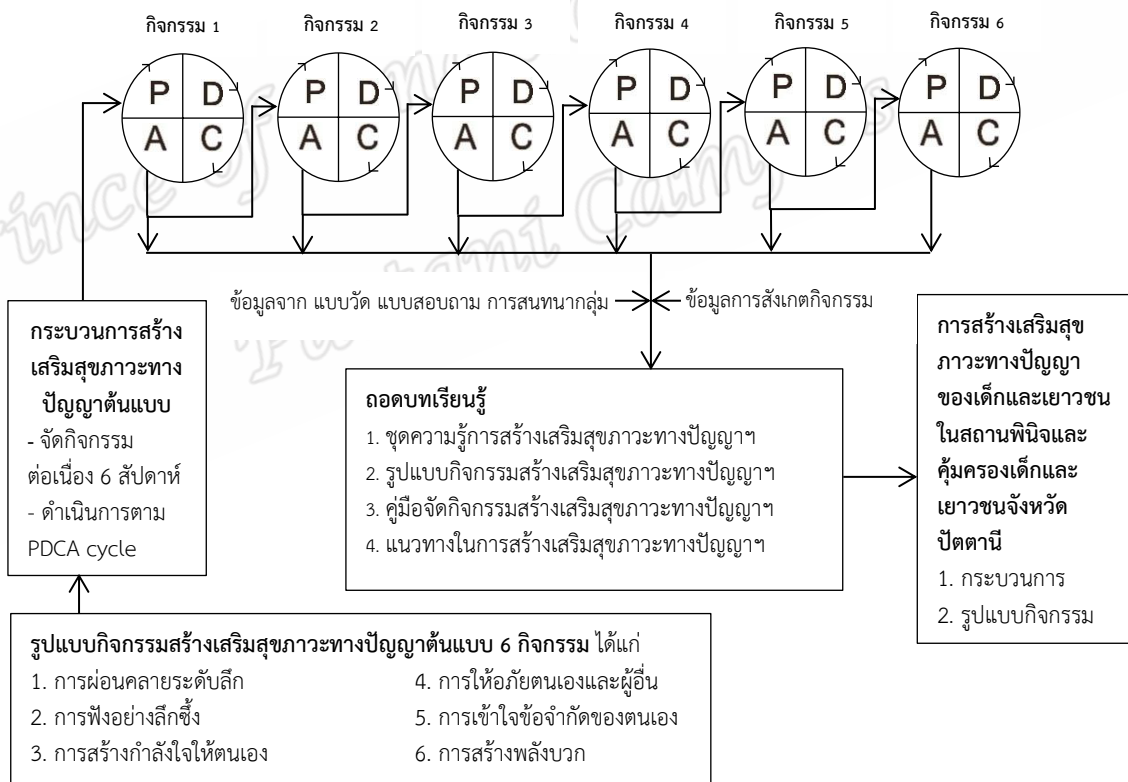
ตาราง 10 เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา ชื่อและลักษณะกิจกรรม

เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา	ชื่อกิจกรรม
การจัดการตนเองอย่างมีสติ	การผ่อนคลายระดับลึก
การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง	การฟังอย่างลึกซึ้ง
การปล่อยวางเรื่องราวทุกซึ่ใจได้	การสร้างกำลังใจให้ตนเอง
การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำความผิดพลาด	การให้อภัยตนเองและผู้อื่น
การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น	การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง
มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ	การสร้างพลังบวก

4.3 กระบวนการต้นแบบ กิจกรรมทั้ง 6 กิจกรรมจัดขึ้นอย่างต่อเนื่องกัน มีการรองรับการเข้ามาของเด็กและเยาวชนกลุ่มใหม่ในทุกสัปดาห์ ทุกกิจกรรมใช้วงจรการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง สรุปบทเรียนหลังจากจัดกิจกรรม เพื่อคัดเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมสอดคล้องกับบริบทของผู้เข้าร่วมในครั้งต่อไป

ระยะดำเนินการ

ระยะดำเนินการมีการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญากับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ต่อเนื่องกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ก่อนจัดกิจกรรมในสัปดาห์ที่ 1 มีการเก็บข้อเก็บข้อมูลด้วยแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติประยุกต์ หลังจากการจัดกิจกรรม เก็บข้อมูลด้วยแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาฯ และแบบประเมินความพึงพอใจ ในการร่วมกิจกรรม และสนทนากลุ่มย่อยกับเด็กและเยาวชนและเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแล นำข้อมูลที่ได้จากการสังเกตกิจกรรม และจากแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาฯ แบบสอบถามความพึงพอใจ การสนทนากลุ่มเด็กและเยาวชนและเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแล มาถอดบทเรียนรู้เพื่อค้นหา ชุดความรู้ รูปแบบกิจกรรม คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี และข้อเสนอแนะแนวทางในการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ มีนัยยะถึงการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันอย่างไม่แบ่งแยกของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี อธิบายในสองประเด็น คือ กระบวนการเป็นอย่างไร และรูปแบบกิจกรรมต้องทำอย่างไรบ้าง ดังภาพ 7



ภาพ 7 วงจรการพัฒนาอย่างต่อเนื่องในระยะดำเนินการ

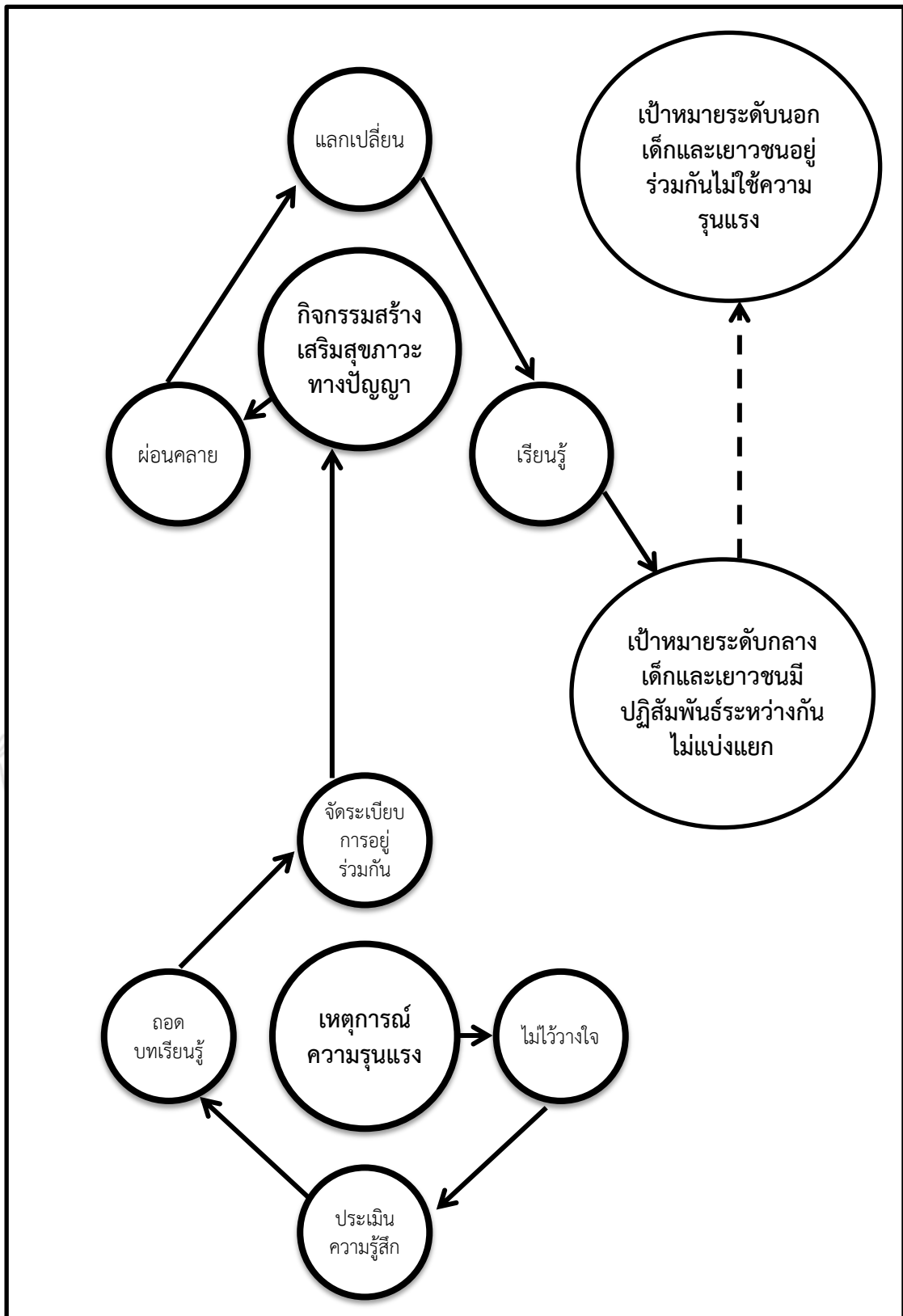
จากการดำเนินกิจกรรมวิจัยพบบรรยากาศการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนดังนี้

“ผ่อนคลาย เปิดใจเรียนรู้” เด็กและเยาวชนช่วยกันปรับประคองบรรยากาศการผ่อนคลายร่วมกัน บรรยากาศนี้เกิดขึ้นเมื่อได้ใช้กระบวนการที่ทำให้เด็กและเยาวชนได้จัดจ้อยู่กับตนเอง ทำกิจกรรมผ่อนคลายตนเอง ละลายความสัมพันธ์ด้วยเกม กิจกรรมที่ทำให้เด็กและเยาวชนรู้จักกันมากขึ้น จนมีความรู้สึกว่าเป็นกัน สร้างปฏิสัมพันธ์ให้พูดคุยเรื่องราวที่ทำให้รู้จักซึ่งกันและกัน โดยจัดกิจกรรมต่อเนื่องอย่างน้อย 6 สัปดาห์ขึ้นไป เมื่อถึงสัปดาห์ที่ 5 จะมีจุดเปลี่ยนที่ชัดเจนคือ เด็กและเยาวชนเปิดใจเรียนรู้ และกระชับความสัมพันธ์กับเพื่อน ที่เข้าร่วมกิจกรรมมาด้วยกัน

“แลกเปลี่ยน เรียนรู้” เด็กและเยาวชนเก็บเกี่ยวประเด็นโดนใจ ทำซ้ำการผ่อนคลายจนเป็นนิสัย กิจกรรมการเรียนรู้สุขภาวะทางปัญญาให้หลักการสำคัญ หลักคิด ผ่าน เกม สื่อ วิดีทัศน์ เพลง สารคดี เรื่องราวที่สอดคล้องกับเนื้อหาสุขภาวะทางปัญญาที่ต้องการให้เรียนรู้ วิทยากรเน้นย้ำเรื่องการรักษาบรรยากาศการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ตอกย้ำบรรยากาศดูแลกัน การให้หลักคิดกับเด็กและเยาวชน ผู้จัดกระบวนการนำการคิดผ่านการให้ตอบคำถามทบทวนใคร่ครวญตัวเอง โดยให้เด็กและเยาวชนตอบคำถามตัวเองไม่จำเป็นต้องเผยกับคนอื่น เนื่องจากประสบการณ์บางเรื่องเป็นเรื่องที่เด็กและเยาวชนต้องการเก็บเป็นความลับ เพียงแต่ให้เขาขบคิดเรื่องราวประสบการณ์ของตัวเองเพื่อจะเข้าใจหลักการใคร่ครวญ ค้นหาบทเรียนสำคัญ แล้วนำเอาบทเรียนนั้นมาเป็นแนวทางปฏิบัติตัวเอง ในอนาคตเมื่อเผชิญเรื่องราวที่คล้ายคลึงกัน ผู้จัดกระบวนการสรุปหลักการสำคัญของกิจกรรมที่จัดในแต่ละครั้งในช่วงท้าย และให้เด็กและเยาวชนสะท้อนความรู้สึก ความคิดของตนเองทุกครั้ง พร้อมกับข้อเสนอแนะต่อกิจกรรมการเรียนรู้

“ไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตัวเอง” เกิดขึ้นหลังจากหลังเหตุการณ์วิกฤต สะเทือนขวัญกำลังใจในการใช้ชีวิตในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เช่น การใช้ความรุนแรง เป็นต้น เมื่อวงจรนี้มาถึง ผู้จัดกระบวนการต้องถอดบทเรียนรู้ออกมาพร้อมกับเด็กและเยาวชน โดยให้เด็กและเยาวชนประเมินตนเองและเลือกว่า ณ ปัจจุบัน ความรู้สึกของเด็กและเยาวชนที่มีต่อเหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้น เด็กและเยาวชนอยู่ในพื้นที่ใดใน 3 พื้นที่นี้ซึ่ง ได้แก่ 1) พื้นที่ต้นกล้า/อันตราย 2) พื้นที่ท้าทาย/พร้อมเรียนรู้ และ 3) พื้นที่ปลอดภัย/คุ้นเคย สรุปจำนวนเด็กและเยาวชนในแต่ละพื้นที่ แล้วกระตุ้นให้เด็กและเยาวชนบรรยาย บอกเล่าถึงความเป็นอยู่ ความรู้สึกที่มีต่อกัน ทบทวนถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น กระตุ้นให้ใคร่ครวญสาเหตุ ผลกระทบ ให้เด็กและเยาวชนเสนอการป้องกันเหตุการณ์วิกฤต ในตอนท้ายถอดบทเรียนรู้ออกมาพร้อมกับเด็กและเยาวชน ซึ่งจะช่วยให้เด็กและเยาวชนพบกับการเรียนรู้ในประเด็น เห็นตนเองเห็นเพื่อนในการประคองสติฝ่าวิกฤต การปรับประคองสภาวะของตนเองให้อยู่ได้ระหว่างเหตุการณ์คับขัน และหลังจากเหตุการณ์ การฟื้นคืนความไว้วางใจระหว่างกัน การจัดระเบียบการอยู่ร่วมกันใหม่

บรรยากาศการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนข้างต้นดังที่กล่าวไปแล้วนั้นมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกับการบรรลุเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ของการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาดังนี้



ภาพ 8 ความสัมพันธ์ของเป้าหมายการพัฒนาและการสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาในบริบทของ เด็กและเยาวชนสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

จากภาพ 8 ในภาวะที่ไม่มีเหตุการณ์ความรุนแรง กิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาจะทำให้เกิดเด็กและเยาวชน ผ่อนคลาย เปิดใจ เรียนรู้ ระหว่างเพื่อนและหลักคิดตามแนวคิดสุขภาวะทางปัญญา และบรรลุถึงเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ระดับกลาง คือ เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยก ซึ่งจะส่งผลต่อไปยังการบรรลุ เป้าหมายเชิงผลลัพธ์ในระดับที่กว้างออกไปคือ เด็กและเยาวชนอยู่ร่วมกันแบบไม่ใช้ความรุนแรง การอยู่ร่วมกันในสถานพินิจของเด็กและเยาวชน การใช้ความรุนแรงระหว่างกันเป็นเหตุการณ์พบได้ในระหว่างการดำเนินกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งเมื่อเกิดเหตุการณ์ความรุนแรงขึ้น จะทำให้เด็กและเยาวชนเกิดความไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตนเอง ผู้จัดกระบวนการจะต้องมีการประเมินความรู้สึกของเด็กและเยาวชน โดยใช้แนวคิดเรื่องพื้นที่การเรียนรู้ ถอดบทเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และจัดระเบียบกติกา ข้อปฏิบัติในการอยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชนขึ้นใหม่ จากนั้นเข้าสู่กระบวนการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตามลำดับ

ผลการพัฒนางานอย่างต่อเนื่องในระยะดำเนินการ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) ขั้นวางแผน (Plan) วิเคราะห์ผู้เข้าร่วมกิจกรรมซึ่งเป็นเด็กและเยาวชน ในประเด็นบรรยากาศการอยู่ร่วมกันในสถานพินิจฯ ณ ปัจจุบัน พฤติกรรม การแสดงออก และความร่วมมือในการเรียนรู้ เป็นข้อมูลการประเมินจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแล ซึ่งประเมินว่าอยู่ในภาวะปกติสามารถจัดการเรียนรู้ได้ ผู้วิจัยเลือกลำดับกิจกรรมที่เลือกใช้โดยจัดเรียงดังนี้ 1. การผ่อนคลายระดับลึก 2. การฟังอย่างลึกซึ้ง 3. การสร้างกำลังใจให้ตนเอง 4. การให้อภัยตนเองและผู้อื่น 5. การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง และ 6. การสร้างพลังบวก กำหนดวันและเวลาในการจัดกิจกรรม

2) ขั้นปฏิบัติ (Do) ทำกิจกรรมตามลำดับกิจกรรมที่วางแผนไว้ ในการปฏิบัตินี้มีการปรับเปลี่ยนสัดส่วนเวลา ลำดับกิจกรรมย่อย มีการเพิ่มและลดบางกิจกรรม ดังตาราง 11

ตาราง 11 กิจกรรม สັดส่วนเวลา การปรับกิจกรรม และหลักการตัดสินใจ

กิจกรรม	สັดส่วนเวลา	การปรับกิจกรรม	หลักการตัดสินใจ
1. การผ่อนคลายระดับลึก ผู้เข้าร่วม 34 คน	1. ฝึกทักษะผ่อนคลาย 3๐ นาที 2. ผ่อนคลายตนเอง 60 นาที 3. สะท้อนคิด 30 นาที	ใช้เฉพาะการทำกิจกรรม ผ่อนคลายด้วยตนเอง โดยใช้ท่าหลักคือวางมือ ที่หัวใจและท้องไม่มีการ ทำกลุ่มบำบัด	ประเมินโดยถามความสะดวกใจ ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
2. การฟังอย่างลึกซึ้ง ผู้เข้าร่วม 45 คน	1. ผ่อนคลายตนเอง 30 นาที 2. กิจกรรมเรียนรู้ 60 นาที 3. สรุปทบทวน 30 นาที	เพิ่มการผ่อนคลายด้วย ตนเอง ก่อนเริ่มกิจกรรม เรียนรู้ สอนการฟังอย่าง ลึกซึ้ง ก่อนการทำความเข้าใจ ความคิดอัตโนมัตินี้ ซึ่งเจาะลึกได้เฉพาะการ เกิดอคติต่อคนบางกลุ่ม เกิดจากการไม่เท่าทัน ความคิดเชิงอัตโนมัตินี้ การยกตัวอย่างแก้ง มั่งกรคำที่กลับใจช่วย สังคม เป็นวิธีการ ปรับเปลี่ยนอคติสังคม ด้วยการมีจิตอาสาและ พลิกตัวเอง ด้วยความ อดทน ทั้งนี้การฟังอย่าง จดจ่อจึงเปลี่ยนเป็นการ ฟังเรื่องราวของแก้ง มั่งกรคำจากสารคดีแทน การฟังเพื่อน	ผู้เข้าร่วมเสนอให้เพิ่มกิจกรรม ผ่อนคลายก่อนการจัดกิจกรรม การเรียนรู้ ปรับบรรยากาศกลุ่มให้พร้อม สำหรับการเรียนรู้เนื่องจากมี เหตุการณ์กระทบกระทั่งกันก่อน จัดกิจกรรม สร้างความเข้าใจด้วยตัวอย่างเชิง ประจักษ์โดยให้ผู้เข้าร่วมเห็น ตัวเองจากฝึกการประเมินตนเอง จาก การ ฟัง ที่ ใ ช้ อยู่ ใน ชีวิตประจำวัน ซึ่งพบว่า ผู้เข้าร่วมระบุระดับการฟังของ ตนเองได้ 35 คน อีก 10 ไม่ระบุ โดยพื้นฐานการฟังมีระดับ แตกต่างกันไปดังนี้ ฟังอย่างเข้าอกเข้าใจ 5 คน ฟังอย่างตั้งใจ 10 คน เลือกฟัง 2 คน แสร้งทำเป็นฟัง 8 คน ไม่สนใจฟัง 7 คน เพื่อเชื่อมโยงไปสู่การพัฒนาการ ฟังให้เข้าใจและเรียนรู้มากขึ้น ผ่านการฝึกฟังเรื่องราวจากสาร คดี เนื่องจากจดจ่อได้ดีกว่าการ ฟังเรื่องราวของเพื่อนในกลุ่ม
3. การสร้างกำลังใจให้ตนเอง ผู้เข้าร่วม 38 คน	1. ผ่อนคลายตนเอง 3๐ นาที 2. กิจกรรมการเรียนรู้ 60 นาที 3. สะท้อนคิด 30 นาที	เพิ่มการผ่อนคลายด้วย ตนเอง ก่อนเริ่มกิจกรรม เรียนรู้ เปลี่ยนกิจกรรม เป็นการจับคู่วาดใบหน้า เพื่อน และสำรวจข้อดี ของเพื่อนแทนการเขียน วิธีการสร้างกำลังใจให้ ตนเอง	ผู้เข้าร่วมเสนอให้เพิ่มกิจกรรม ผ่อนคลายก่อนการจัดกิจกรรม การเรียนรู้ ประเมินความพร้อมของกลุ่มโดย ภาพรวมแล้วพบว่า ผู้เข้าร่วม ต้องฝึกการจดจ่อและทำความเข้าใจ กับเพื่อนเพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์ และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เพื่อ เสริมกำลังใจให้ตนเองใน ขณะที่ อยู่ในสถานพินิจฯ

ตาราง 11 กิจกรรม สັดส่วนเวลา การปรับกิจกรรม และหลักการตัดสินใจ (ต่อ)

กิจกรรม	สັดส่วนเวลา	การปรับกิจกรรม	หลักการตัดสินใจ
4. การให้อภัยตนเองและผู้อื่น ผู้เข้าร่วม 42 คน	1. ผ่อนคลายตนเอง 3๐ นาที 2. กิจกรรมการเรียนรู้ 60 นาที 3. สะท้อนคิด 30 นาที	เพิ่มการผ่อนคลายด้วยตนเอง ก่อนเริ่มกิจกรรมเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้เพิ่มเกมไขลวดเชือก	ผู้เข้าร่วมเสนอให้เพิ่มกิจกรรมผ่อนคลายก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมจัดขึ้นหลังจากเกิดเหตุการณ์ความตึงเครียด เพิ่มกิจกรรมเกมเพื่อสร้างความสนุกสนาน ความตึงเครียด และเพิ่มปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม มุ่งการสะท้อนคิดการอยู่ร่วมกันด้วยความช่วยเหลือเกื้อกูล
5. การเข้าใจข้อจำกัดของตัวเอง ผู้เข้าร่วม 35 คน	1. ผ่อนคลายตนเอง 3๐ นาที 2. กิจกรรมการเรียนรู้ 60 นาที 3. สะท้อนคิด 30 นาที	เพิ่มการผ่อนคลายด้วยตนเอง ก่อนเริ่มกิจกรรมเรียนรู้ ปรับกิจกรรมจากการเขียนเป็นการบอกใจท์ กล่าวมาแล้วให้ผู้เข้าร่วมทำตามลำดับแผนการเขียนเล่าเรื่องของตนเอง	ผู้เข้าร่วมเสนอให้เพิ่มกิจกรรมผ่อนคลายก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ใช้การทำตามโจทย์ที่ผู้จัดกระบวนการกล่าวนำแทนการให้เขียนตอบเพราะผู้เข้าร่วมมีความถนัดในการฟังและปฏิบัติ และสะท้อนคิดด้วยการเล่าโดยการพูด มากกว่าการลงมือเขียนเพื่อเล่าเรื่องราวของตนเอง
6. การสร้างพลังบวก ผู้เข้าร่วม 32 คน	1. ผ่อนคลายตนเอง 3๐ นาที 2. กิจกรรมการเรียนรู้ 60 นาที 3. สะท้อนคิด 30 นาที	เพิ่มการผ่อนคลายด้วยตนเอง ก่อนเริ่มกิจกรรมเรียนรู้ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนกิจกรรม	ผู้เข้าร่วมเสนอให้เพิ่มกิจกรรมผ่อนคลายก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ผู้เข้าร่วมมีความพร้อมและคุ้นเคยในการทำกิจกรรม

จากตาราง 11 ขั้นตอนกิจกรรมที่ได้วางแผนไว้มีการปรับกิจกรรมให้สอดคล้องกับสถานการณ์จริงที่เกิดขึ้น ยึดเป้าหมายการเรียนรู้ในครั้งนี้เป็นสำคัญ และการตอบสนองของผู้เข้าร่วมผู้จัดกระบวนการได้ปรับกิจกรรมโดยใช้หลักการตัดสินใจบนความพร้อมในการเรียนรู้ พื้นฐานความเข้าใจ ทักษะในการสื่อสาร ความสามารถในการจดจำ ของผู้ร่วมกิจกรรม

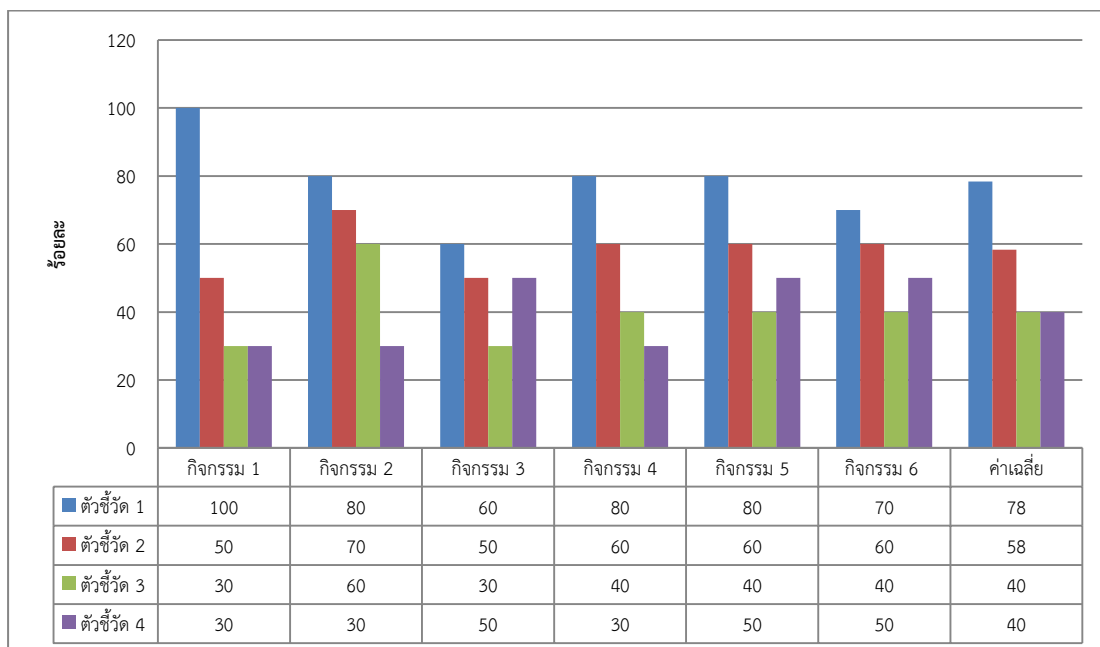
3) ขั้นตรวจสอบ (Check) จากการประเมินผลหลังจากที่เด็กและเยาวชนได้ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ทั้ง 6 กิจกรรม พบว่า เด็กและเยาวชนอยู่กับตัวเอง สะท้อนความรู้สึกได้ แต่ต้องเพิ่มการฟังความรู้สึกความคิดของผู้อื่น และการสะท้อนคิดการเรียนรู้ของตนเอง การประเมินผลกิจกรรมการเรียนรู้ทั้ง 6 กิจกรรม โดยวิธีการประเมินพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมตลอดระยะเวลาการจัดกิจกรรม ตามตัวชี้วัดการประเมินผลประกอบด้วย

ตัวชี้วัดที่ 1 ผู้เข้าร่วมสามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้

ตัวชี้วัดที่ 2 ผู้เข้าร่วมสามารถบอกความรู้สึกของตัวเองหลังกิจกรรมการเรียนรู้ได้

ตัวชี้วัดที่ 3 ผู้เข้าร่วมสามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่นได้

ตัวชี้วัดที่ 4 ผู้เข้าร่วมสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้
โดยมีผลการประเมินดังแผนภูมิ 1 ดังนี้



แผนภูมิ 1 ร้อยละผลการประเมินรายกิจกรรมตามตัวชี้วัดการประเมินผล

จากแผนภูมิ 1 อธิบายรายตัวชี้วัดดังนี้ ตัวชี้วัดที่ 1 ทุกกิจกรรมทำให้ผู้เข้าร่วมสามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้ในระดับที่สูงคือร้อยละ 78 แต่ระดับความสามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้มีการลดลงและเพิ่มขึ้นสลับกันไป โดยกิจกรรมที่ 1 การผ่อนคลายระดับลึก มีระดับสูงที่สุด มีการลดลงในกิจกรรมที่ 3 การสร้างกำลังใจให้ตนเอง และกิจกรรมที่ 6 การสร้างพลังบวก และอยู่ระดับเดียวกันใน กิจกรรมที่ 2 การฟังอย่างลึกซึ้ง กิจกรรมที่ 4 การให้อภัยตนเองและผู้อื่น และกิจกรรมที่ 5 การเข้าใจข้อจำกัดของตัวเอง ตัวชี้วัดที่ 2 ผู้เข้าร่วมสามารถบอกความรู้สึกของตัวเองหลังกิจกรรมการเรียนรู้ได้ ทุกกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลางคือร้อยละ 58 โดยกิจกรรมที่ 1 การผ่อนคลายระดับลึก และกิจกรรมที่ 3 การสร้างกำลังใจให้ตนเอง อยู่ในระดับที่ต่ำกว่ากิจกรรมที่เหลือ ตัวชี้วัดที่ 3 ผู้เข้าร่วมสามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่นได้ มีเพียงกิจกรรมที่ 2 การฟังอย่างลึกซึ้งที่มีระดับสูงกว่าทุกกิจกรรม ขณะที่ภาพรวมของกิจกรรมอยู่ในระดับน้อยคือ ร้อยละ 40 ตัวชี้วัดที่ 4 ผู้เข้าร่วมสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้ อยู่ในระดับน้อยคือ ร้อยละ 40

ดังนั้นเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา 6 กิจกรรมการเรียนรู้ นั้น สามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้ดี และสามารถบอกความรู้สึกของตัวเองหลังกิจกรรมการเรียนรู้ได้ปานกลาง ในขณะที่สามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่น และสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้น้อย

ตลอดการจัดกิจกรรมมีการปรับกิจกรรมไปตามความพร้อมของผู้เข้าร่วม โดยมีการเพิ่มกิจกรรมผ่อนคลายก่อนกิจกรรมการเรียนรู้ทุกครั้ง เนื่องจากผู้เข้าร่วมเสนอให้จัดเวลาผ่อนคลายก่อนเริ่มกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งผู้เข้าร่วมให้เหตุผลว่า พักผ่อนในช่วงกลางคืนไม่เพียงพอ มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบกิจกรรมเรื่องการสะท้อนคิดจากการเขียนเล่าเป็นการบอกเล่าด้วยการพูด ผู้เข้าร่วมถนัดที่จะฟังและปฏิบัติตามมากกว่าการเริ่มต้นคิด สะท้อนคิด แลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ และพอใจที่ได้ชมสื่อเล่นเกมที่สร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับเพื่อน

4) จัดทำมาตรฐานใหม่/ปรับปรุงการดำเนินงานอย่างเหมาะสม (Act)

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป ความสำเร็จที่ต้องรักษามาตรฐานการดำเนินงานคือ ให้คงรูปแบบกิจกรรมที่สอดคล้องกับบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี โดย มีกิจกรรมผ่อนคลายก่อนกิจกรรมการเรียนรู้ ใช้การสะท้อนคิด บอกเล่าเรื่องด้วยการพูด มีการนำกิจกรรมที่เป็นขั้นตอนชัดเจนง่ายต่อความเข้าใจ โดยผู้นำกระบวนการเป็นผู้กล่าวนำตามลำดับ ใช้สื่อตามความสนใจของเด็กและเยาวชน และสร้างการเรียนรู้จากการชมสื่อ มีเกมกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนานส่งเสริมปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างกันในกลุ่ม

ในตัวชี้วัดที่ 3 และ 4 เด็กและเยาวชนยังไม่สามารถสามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิดของผู้อื่น และสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ในระดับที่ดี ดังนั้นจึงต้องเพิ่มกิจกรรม การกระตุ้น การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ ที่ทำให้ เด็กและเยาวชนสามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิดของผู้อื่น และสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้เพิ่มขึ้น เพื่อให้เกิดสิ่งแวดล้อมภายในกลุ่มที่สร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

จากการสนทนากลุ่มย่อยและสัมภาษณ์เชิงลึกเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี คือ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ชำนาญการ และนักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ พบว่า สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีมีบริบทเป็นสถานแรกรับเด็กและเยาวชนระยะเวลาที่เด็ก/เยาวชนเข้ามาอยู่ในความดูแลจะไม่เกิน 1 ปี แนวนโยบายของที่นี่เป็นแนวทางของการป้องกัน เฝ้าระวัง ซึ่งต่างจากแนวทางที่เน้นการบำบัดตั้งศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนที่มีเด็ก/เยาวชนเข้ามาอยู่ในระยะเวลายาวนานกว่าสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กและเยาวชนจึงมีความต่างออกไป ยกตัวอย่างศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนบางแห่งสามารถจัดสิ่งแวดล้อมให้อึดต่อการผ่อนคลายทั้งการจัดแสง การเปิดเพลงบรรเลง ปรับภูมิทัศน์โดยรอบบริเวณ เป็นต้น ทั้งนี้แนวทางการจัดการสิ่งแวดล้อมขึ้นอยู่กับแนวการปฏิบัติของผู้อำนวยการ และแนวนโยบายของอธิบดีกรมสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในแต่ละช่วงเวลา ที่นี่จึงมีบริบทเป็นสถานแรกรับเด็กและเยาวชน มีแนวทางการทำงานที่เน้นการป้องกัน และการจัดสิ่งแวดล้อมที่ยังไม่เอื้อต่อการผ่อนคลายบำบัดเด็กและเยาวชน ดังการสะท้อนของเจ้าหน้าที่ ดังนี้

“...คุณย์ฝึกบางที่เขาพร้อม เขาถึงขั้นเปิดเพลงบรรเลงในหอ ทำบรรยากาศแสงไฟ เหมาะแก่การพักผ่อน มันเป็นอิทธิพลตรงนี้สร้างเรื่องจิตใจให้เขาอ่อนลงมา ทางเราอาจจะไม่สะดวก คิดเหมือนกันว่าถ้าเราทำได้ก็คิดว่าโพงรอบหอ ปิดทีวีตามเวลาแล้วเราก็เปิดเพลงคลอ ทำไปให้อ่อนลง เนื่องจากไม่รู้เกี่ยวกับงบประมาณนโยบายของ ผู้อำนวยการ เราก็ยังไม่ได้ทำแบบนี้ ก็มีบางคุณย์ฝึกๆ ที่ทำแต่หอของเขาเดินโดยรอบได้ แสงไฟนวล...เคยมีที่อธิบดีกรมมีนโยบายมาให้เราเบาแสงไฟ เราก็ระวังเรื่องการป้องกันเหตุ (ความรุนแรง) มันเกี่ยวข้องกับหลายอย่าง ต้องดูว่านโยบายเราไปแนวบำบัดหรือไปแนวทางป้องกัน ของเราเป็นแนวป้องกันมากกว่า ของคุณย์ฝึกๆ เป็นเด็กที่เข้ามาฝึกมันเหมือนมีแรงจูงใจให้ฝึกอบรม ส่วนสถานแรกรับฯ ต้องระวังเรื่องเด็กหลบหนี เราก็เลยต้องเน้นเรื่องการป้องกันมาก่อนเป็นหลัก ป้องกันเป็นหลักบำบัดเป็นรองตามประเภทของเด็กที่เข้ามา...”

เจ้าหน้าที่หญิง คนที่ 1

กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญานับว่าเป็นกิจกรรมสนับสนุนการแก้ไข บำบัด พื้นฟู เด็กและเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี อันมุ่งเน้นเตรียมความพร้อมเด็กและเยาวชนให้มีความพร้อมกลับคืนสู่สังคมและไม่หวนกลับไปกระทำ ความผิดซ้ำ และอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้ความรุนแรง ดังนี้

1. กิจกรรมผ่อนคลายความเครียดตามแนวทางของการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เป็นกิจกรรมที่เข้ามาเติมเต็มกิจกรรมมีอยู่เดิมของสถานพินิจฯ ซึ่งต้องการกิจกรรมที่หลากหลายในการสร้างการเรียนรู้กับเด็กและเยาวชนในความดูแล และเพิ่มกิจกรรมให้มีมากขึ้นเพื่อลดเวลาว่างของเด็กและเยาวชน

2. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่มีการผ่อนคลายความเครียดด้วยตัวเองและให้หลักคิดในการจัดการตนเองของเด็กและเยาวชนเพิ่มทักษะให้เด็กและเยาวชนสามารถทำการผ่อนคลายได้ด้วยตนเอง ควบคู่ไปกับกิจกรรมผ่อนคลายของสถานพินิจฯ กิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาฯ สอนการผ่อนคลายด้วยตนเองควบคู่ไปกับการสอดแทรกหลักคิด อย่างต่อเนื่องจนเด็กและเยาวชนสามารถทำการผ่อนคลายได้พร้อมรับเรียนรู้หลักคิด เด็กและเยาวชนเกิดความคุ้นเคย จึงต่อยอดไปสู่กิจกรรมหลักได้แก่กิจกรรมการฝึกกายฝึกจิตที่ใช้จินตนาการร่วมกับกับเพลง อันเป็นกิจกรรมตามแนวทางจิตวิทยา ของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

3. กิจกรรมพื้นที่การเรียนรู้ ซึ่งเป็นกิจกรรมย่อยในชุดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา มีความเหมาะสมในการนำมาใช้ประเมินความรู้สึกรักของเด็กและเยาวชน ซึ่งจะทำให้เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลทราบถึงสถานการณ์ของเด็กและเยาวชนในความดูแล อันจะเป็นประโยชน์ต่อการวางแผนส่งเสริมกิจกรรมพัฒนาเด็กและเยาวชน และรองรับการจัดการสถานการณ์ของกลุ่มเด็กและเยาวชนระหว่างที่อยู่ร่วมกันในสถานพินิจฯ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการทำกิจกรรมหลังจากการเกิดเหตุการณ์วิกฤต เช่น เหตุการณ์ที่มีการใช้ความรุนแรง เป็นต้น

สรุป

1. ชุดความรู้การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีเนื้อหาเรื่องสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน มีการฝึกปฏิบัติทักษะการผ่อนคลาย การใคร่ครวญประสบการณ์ชีวิตด้วยหลักคิด แยกแยะประโยชน์โทษ การเลือกกระทำสิ่งที่ประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น เพราะเด็กและเยาวชนต้องจัดการทั้งภายในตนเอง ระหว่างตนเองกับเพื่อน และตนเองกับสถานการณ์วิกฤตที่ไม่คาดฝัน มีการผ่อนคลายระดับลึก การให้อภัยตนเองและผู้อื่น การฟังอย่างลึกซึ้ง การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง การสร้างกำลังใจให้ตนเอง การสร้างพลังบวก เป็นกิจกรรมหลัก การจัดกระบวนการจะต้องดำเนินการต่อเนื่อง 6 สัปดาห์

2. แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

2.1 ยกระดับกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นกลุ่มกิจกรรมสนับสนุนกิจกรรมหลักของสถานพินิจฯ เพื่อเตรียมเด็กและเยาวชนระหว่างรับกิจกรรมแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู ตามโปรแกรมหลัก

2.2 ใช้กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำ และอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้ความรุนแรงสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

2.3 ใช้ข้อมูลเชิงบริบทบรรยากาศการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนมาประเมินสถานการณ์เด็กและเยาวชนเพื่อจัดกิจกรรมพัฒนาเด็กและเยาวชน

2.4 ตามบริบทของการเป็นสถานแรกรับที่มีแนวทางการป้องกันเหตุที่จะเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน เช่น การหลบหนี การใช้ความรุนแรง เป็นต้น ใช้การประเมินพื้นที่การเรียนรู้เพื่อตรวจหาภาวะ “ไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตัวเอง” ของเด็กและเยาวชนหลังเหตุการณ์ใช้ความรุนแรงจัดทำแผนการป้องกันเหตุการณ์ที่เป็นอุปสรรคต่อการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู เด็กและเยาวชน

คำถามการวิจัยข้อที่ 2 รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีควรเป็นอย่างไร?

1. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ออกแบบขึ้นจากเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) ด้วยแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองและแนวคิดสุขภาวะทางปัญญา ในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย การปรับสมดุลด้วยการผ่อนคลายตนเอง การเรียนรู้หลักคิดด้วยกิจกรรมผ่านประสบการณ์ และสรุปทบทวนเรียนรู้ มีรายละเอียดดังนี้

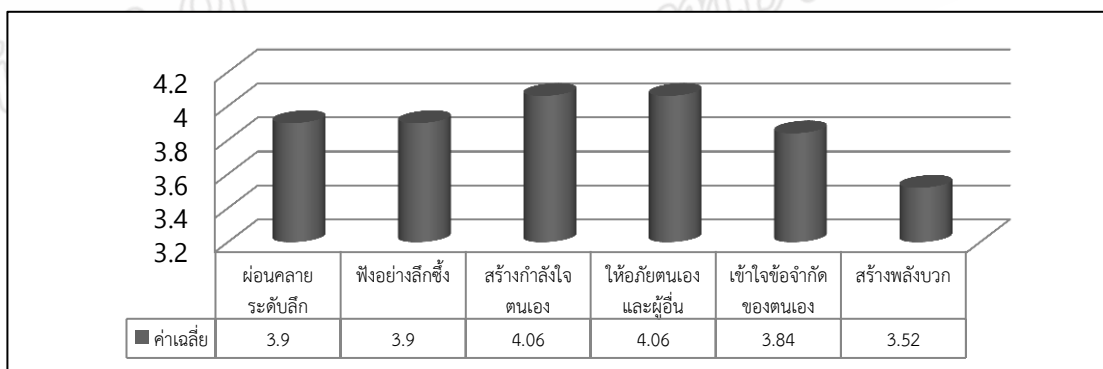
1) การปรับสมดุลด้วยการผ่อนคลายตนเอง กิจกรรมการวางมือบำบัดตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิร่วมกับการนอนฟังดนตรีบรรเลงสำหรับการผ่อนคลาย เป็นกิจกรรมตามความต้องการของเด็กและเยาวชน ซึ่งเสนอให้มีการพักและผ่อนคลายตนเอง การวางมือบำบัดตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิเป็นศาสตร์ดูแลสุขภาพทางเลือก การผ่อนคลายตนเองด้วยเทคนิคนี้ต้องได้รับการฝึกอบรมจากครูเรกิ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสามารถปฏิบัติได้ ใช้เวลาในการฝึกครั้งแรก 2 ชั่วโมง หลังจากนั้นผู้เข้าร่วมจะสามารถใช้เทคนิคนี้ในการผ่อนคลายตนเองและผู้อื่นได้ ในการวิจัยนี้ มีการฝึกอบรมการใช้พลังบำบัดเรกิ ในกิจกรรมที่ 1 คือ การผ่อนคลายระดับลึก เต็ม 2 ชั่วโมง และ ในการทำกิจกรรมครั้งถัดไป ใช้การบำบัดตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิ 30 นาทีก่อนเริ่มกิจกรรม กิจกรรมนี้มีความสำคัญต่อการปรับสมดุลอารมณ์และการจดจ่อของผู้เข้าร่วมให้พร้อมต่อการเรียนรู้ ในการจัดกิจกรรมทุกครั้งจะมีเด็กและเยาวชนเข้าร่วมเพิ่มเติม ผู้จัดกระบวนการ ต้องเตรียมกิจกรรมสอนทักษะการบำบัดด้วยตนเองให้กับกลุ่มที่เข้ามาใหม่ทุกครั้ง เพื่อให้ทุกคนได้ฝึกทักษะการผ่อนคลายเพื่อดูแลตนเองและปรับบรรยากาศการอยู่ร่วมกันให้คุ้นเคยกับการผ่อนคลาย

2) การเรียนรู้หลักคิดด้วยกิจกรรมผ่านประสบการณ์ ประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้ ส่วนแรกเป็นกิจกรรมส่งเสริมความสัมพันธ์ในกลุ่ม ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในเด็กและเยาวชน เช่น เกมวาดภาพใบหน้าเพื่อน เกมเปิดม่านทายชื่อ เกมไขลวดเชือก เกมโดมิโน เป็นต้น เกมเหล่านี้ช่วยลดระยะความห่างเหินระหว่างกันของเด็กและเยาวชน ส่วนที่สอง กิจกรรมเรียนรู้หลักคิดประกอบด้วยกิจกรรม 1) การจัดการตนเองอย่างมีสติ 2) การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง 3) การปล่อยวางเรื่องราวที่ทำให้ทุกข์ใจได้ 4) การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำความผิด 5) การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น และ 6) การมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ มีเด็กและเยาวชนกลุ่มใหม่เข้ามาเพิ่มในการจัดกิจกรรมทุกครั้ง โดยเฉลี่ยครั้งละ 3-5 คน โดยมีเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมเป็นประจำครบ 6 ครั้ง จำนวน 31 คน ในแต่ละครั้งที่จัดกิจกรรมเลือกใช้สื่อที่ใกล้เคียงกับวิถีชีวิตของผู้เข้าร่วม เช่น กิจกรรมที่ 2 การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง มีการชมสารคดีเรื่องราวบทเรียนชีวิตของแก๊งม้งกรดำ จากรายการคนค้นคน ตอนม้งกรกลับใจ (คนค้นคน, 2559 : ออนไลน์) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมตั้งประสบการณ์เดิมในชีวิตมาเทียบเคียงกับประสบการณ์ของแก๊งม้งกรดำ การรับรู้ถึงจุดเปลี่ยนจากผู้สร้างปัญหาสังคมมาเป็นผู้ดูแลสังคมด้วยทำกิจกรรมด้วยจิตอาสา

3) การสรุปทบทวนเรียนรู้ เป็นกิจกรรมที่ใช้กระบวนการตามวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์คือ หลังจากกิจกรรมผ่านประสบการณ์ มีการสะท้อน ความรู้สึก ความคิด/สิ่งที่เรียนรู้ สรุปหลักคิด เสนอแนวทางนำหลักคิดไปใช้ในการดำเนินชีวิต หลักการเดียวกันนี้นำมา

ประยุกต์ใช้เพื่อถอดบทเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน หลังจากเกิดเหตุการณ์วิกฤติและเหตุการณ์ที่มีการใช้ความรุนแรง โดยจัดกระบวนการช่วยให้เด็กและเยาวชนประเมินว่าสถานะของตนเองนั้นอยู่ในพื้นที่การเรียนรู้แบบใด ตื่นกลัว/เรียนรู้ ทำหาย/ปลอดภัย ค้นเคย โดยตั้งคำถามว่าจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเขารู้สึกอย่างไร เพื่อทบทวนถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น นำไปสู่การใคร่ครวญสาเหตุ ผลกระทบ การป้องกันเหตุการณ์วิกฤติ การถอดบทเรียนจะทำให้เด็กและเยาวชน พบกับการเรียนรู้ในประเด็น เห็นตนเองเห็นเพื่อนในการประคองสติฝ่าวิกฤติ การประคับประคองสถานะของตนเองให้อยู่ได้ระหว่างเหตุการณ์คับขัน และหลังจากเหตุการณ์ การฟื้นคืนความไว้วางใจระหว่างกัน การจัดระเบียบการอยู่ร่วมกันใหม่

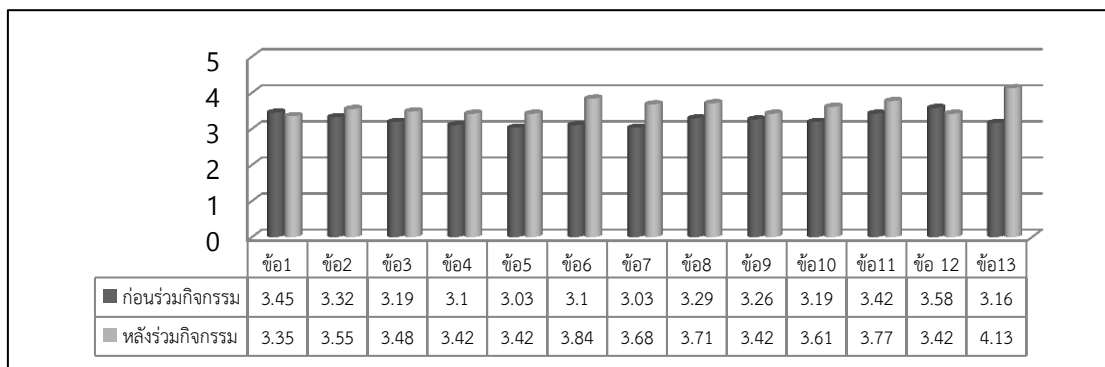
ผู้วิจัยจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี หลังจากการร่วมกิจกรรม เด็กและเยาวชนได้ตอบแบบสอบถามความพึงพอใจในการร่วมกิจกรรม พบว่ากิจกรรมที่เด็กและเยาวชนมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากคือ การสร้างกำลังใจให้ตนเอง/หลักคิดการปล่อยวางเรื่องราวที่ทุกใจได้ และการให้อภัยตนเองและผู้อื่น/หลักคิดการให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด (4.06) ระดับปานกลาง ผ่อนคลายระดับลึก/หลักคิดการจัดการตนเองอย่างมีสติ และการฟังอย่างลึกซึ้ง/หลักคิดการเป็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง (3.90) การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง/หลักคิดการระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น (3.84) และ การสร้างพลังบวก/หลักคิดการมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ (3.52) ตามลำดับ ดังแผนภูมิ 1



แผนภูมิ 2 ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีต่อกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

จากแผนภูมิ 2 จัดกลุ่มกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ตามความพึงพอใจของเด็กและเยาวชนได้ 3 กลุ่ม กลุ่มแรกที่พึงพอใจมากคือ กิจกรรมสร้างกำลังใจให้ตนเอง กิจกรรมให้อภัยตนเองและผู้อื่น กลุ่มที่สองพึงพอใจระดับปานกลาง คือ การผ่อนคลายเชิงลึกด้วยพลังบำบัดเรกิ การฟังอย่างลึกซึ้งและ การเข้าใจตนเอง กลุ่มที่สาม คือพึงพอใจระดับปานกลางแต่คะแนนต่ำกว่ากลุ่มที่สอง คือกิจกรรม การสร้างพลังบวก

การเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาก่อนและหลังรายชื่อ ดังแผนภูมิ 2



แผนภูมิ 3 ค่าเฉลี่ยคะแนนสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนเปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม

จากแผนภูมิ 3 คะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญามีข้อคำถาม 11 ข้อ ที่มีค่าคะแนนหลังการร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนร่วมกิจกรรม ได้แก่

- ข้อ 2 ฉันระงับอารมณ์ตัวเองได้เวลาโกรธ
- ข้อ 3 ฉันใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์เมื่อเจอปัญหา
- ข้อ 4 ฉันพยายามสร้างความเบิกบานในชีวิตเมื่อมีเรื่องราวที่ไม่สบายใจ
- ข้อ 5 ฉันมีเวลาตรวจสอบการกระทำของตนเองทุกวัน
- ข้อ 6 ฉันนึกถึงผลดีผลเสียก่อนตัดสินใจทำสิ่งที่ชอบ
- ข้อ 7 ฉันประเมินความพร้อมของตนเองก่อนตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ
- ข้อ 8 ฉันให้อภัยตัวเองเมื่อทำในสิ่งที่ผิดพลาด
- ข้อ 9 ฉันเลือกใช้วิธีการที่ไม่รุนแรงเมื่อเกิดความขัดแย้งไม่พอใจกัน
- ข้อ 10 ฉันให้อภัยคนอื่นที่ทำให้ฉันยุ่งยากใจ
- ข้อ 11 ฉันรับฟังคนอื่นอย่างเข้าอกเข้าใจโดยไม่ด่วนสรุปว่าผิดถูก
- ข้อ 13 ฉันมีความพร้อมที่จะมีชีวิตอย่างมีสติ

และมีข้อคำถาม 2 ข้อคือ ข้อที่ 1 ฉันใช้สติในการโต้ตอบเมื่อเกิดปัญหาชีวิต และข้อที่ 12 ฉันยอมรับข้อจำกัด จุดด้อย หรือข้อบกพร่องของตัวเอง ที่มีคะแนนหลังการร่วมกิจกรรมน้อยกว่าก่อนร่วมกิจกรรม

การเปรียบเทียบคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ดังตาราง 12

ตาราง 12 การเปรียบเทียบคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติก่อนและหลังร่วมกิจกรรม

สุขภาวะทางปัญญา ด้านการจัดการอย่างมีสติ	n	Mean	S.D.	T	p
ก่อนร่วมกิจกรรม	31	42.13	7.23	-10.68*	.000
หลังร่วมกิจกรรม	31	46.74	8.87		

*p<.01

จากตารางที่ 12 เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มย่อยตามเป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา ในผู้ให้ข้อมูลที่เป็นเด็กและเยาวชนจำนวน 31 คน พบข้อมูลการเปลี่ยนแปลงเชิงคุณภาพตามเป้าหมายสุขภาวะทางปัญญาทุกด้าน ดังนี้

การจัดการตนเองอย่างมีสติ ด้วยการจัดการความเครียดด้วยตนเอง ผลลัพธ์คือความผ่อนคลาย จัดการอารมณ์ของตนเองได้ มีสติเมื่อเผชิญเหตุการณ์วิกฤต ดังข้อมูล

“...ได้ผ่อนคลายขึ้น ได้นอนหลับสบายใจ ได้ความรู้เพิ่มเติม ได้คลายเหมือนแบกของหนักๆ แล้วก็เบาลง พอเวลามีเรื่องอะไรก็ใช้สติก่อน ส่วนใหญ่ใช้สติ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 1

“...ทำให้หายเครียดได้ ได้ระงับอารมณ์ตัวเอง พอมีสติ กลางคืนเราก็ออยู่ได้ ทำให้เย็นลงครับ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 1

“...สบายใจขึ้น หายเครียดดีขึ้น...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 1

“...รู้สึกดีขึ้น สบาย ผ่อนคลาย...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 1

“...ความรู้เรื่องการแก้ความเครียด แก้ปวดหัว นอนผ่อนคลาย เอามือวางบนหัว บนท้อง ทำให้ผ่อนคลายได้เร็วกว่าปกติ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 2

“...ได้ความรู้ เมื่อไหร่เครียดก็ได้ผ่อนคลายนอน เอาไปใช้นอกเวลา นอนผ่อนคลาย
วางมือ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 2

“...เอาไปทำคลายเครียดครึ่งตอนกลางคืนว่างๆ เอาไปใช้ในชีวิต ทำให้เพื่อนเวลาที่
เครียด ตอนกลางคืนเวลาอยู่บนนอนหลับกันทำ รู้สึกเหมือนมีอะไรเข้ามาทำให้เราสบายขึ้น อบอุ่น
ขึ้น ทำให้คนอื่นสัมผัสได้ง่ายกว่าทำให้ตัวเอง...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 2

“...ความรู้ที่ครูสอนให้ทำทำต่างๆ ให้เปลี่ยนอารมณ์เครียดไปเป็นอารมณ์ดี เปลี่ยน
อารมณ์ ทำท่าแบบที่ครูสอน อารมณ์ไม่ขึ้น คุณอารมณ์ดีขึ้น...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 2

“...ฝึกทักษะคลายเครียด หายเบื่อตอนทำกิจกรรมออกกำลังกายสมอง...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 3

“...ผ่อนคลาย คลายเครียดทำให้หลับเร็วขึ้นไม่คิดอะไรมาก ขึ้นหอก็หลับเลย...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 4

“...ใจเย็น คิดบวก มีสติ และสามัคคี...”

เยาวชนชาย กลุ่ม 2 คนที่ 3

“...ทำให้ดีขึ้นเวลาเราเครียดไม่ได้ทำอะไร นั่งเราก็ทำ ทำให้เราไม่เครียดอย่างน้อยก็
เวลานอนถ้าเครียดก็วางมือสักพักก็ลดขึ้นหายเครียดนอนหลับสบาย หนึ่งสัปดาห์ทำเรกิผ่อนคลาย
ตัวเอง 2 วัน ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 4

เมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉินและมีการใช้ความรุนแรงเด็กและเยาวชนสามารถประเมิน
สถานการณ์และหลีกเลี่ยงอันตรายได้ ดังข้อมูล

“...การผ่อนคลายทำให้มีสติและเอาอยู่ เมื่อเจอเหตุการณ์ฉุกเฉิน ทำให้เรามีสติ ไม่
แตกตื่นจนเกินเลย พอตั้งสติได้ ตั้งหลัก ก็หนี...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 3

“...เห็นแต่ไกล ตั้งแต่เขาเดินมาก็รู้แล้วว่าเขาเข้ามาทำอะไร ผมก็เลยระวัง เดินมาตุ้มๆ
เตะประตู่ ผมก็วิ่งหนีขึ้นข้างบน...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 3

“...อารมณ์ดีขึ้น สนุกขึ้น ไม่หงุดหงิดง่าย ไม่ใจร้อน ไม่เครียด มีสติ ไม่วุ่นวาย ไม่วอกแวก มีสติจดจ่อได้มากขึ้น...”

เยาวชนชาย กลุ่ม 2 คนที่ 5

“...อยู่กับเพื่อนได้ดีขึ้นมีสติ ไม่วุ่นวาย...”

เยาวชนชาย กลุ่ม 3 คนที่ 5

การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง ด้วยการทบทวนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของตนเองและผู้อื่น เพื่อกลับไปเรียนรู้แง่คิดสำคัญ

“...เปรียบเทียบการอยู่ที่บ้านกับที่นี่ไม่เหมือนกัน อยู่ที่บ้าน ตอนนี้อะไรดีที่นอนหรือยังตื่นมาปุ๊บได้เล่นยา อยู่ที่นี่ไม่ได้เล่น อยู่ที่บ้านตื่นปุ๊บกินน้ำท่อมเลย ไม่นึกถึงครอบครัวละเอาแต่กินน้ำท่อม สุขยา ไม่คิดถึงคนที่บ้าน ว่าเขาคิดถึงเราไหม เขารักเราไหม โอ้เพื่อนวันนี้ชื่นใจไหม ไม่มีตั้งค์เราจ่ายให้ได้ พออยู่ที่นี่ ได้คิด เพื่อน เรามีตั้งค์เพื่อนก็รัก พอไม่มีตั้งค์บางคนก็มาบางคนก็ไม่มา...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 1

“...ที่ครูบอกว่าให้กลับไปทบทวนเรื่องที่ผ่านมาที่เราทำ ว่าเราได้เรียนรู้อะไร อันนี้กลับไปคิดว่าอะไรที่เราทำผิดพลาดไปก็กลับมาแก้ไขใหม่...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 2

“...ได้ดูคลิป แก๊งม้งกรดำ เขาช่วยคนอื่นจากแต่ก่อนเป็นนักเลง แต่เขาเปลี่ยนตัวเองมาช่วยคนอื่น...”

เยาวชนชาย กลุ่ม 3 คนที่ 3

การปล่อยวางเรื่องราวที่ทุกข์ใจได้ ได้กำลังใจจากการทำกิจกรรม

“...เมื่อก่อนรู้สึกท้อแท้ครู พอได้ร่วมกิจกรรมก็ได้มีกำลังใจหน่อยที่ครูบอกว่าให้ตั้งสติ ให้นึกถึงเรื่องที่ผ่านมาเราได้ทำอะไร ทำอะไรที่ผิดๆ บ้าง บางที่เราเครียดที่อยู่มา พอมาตั้งสติมันก็อยู่ได้...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1

“...มีกำลังใจทำไปเรื่อยๆ ก็ไม่นาน เรียนรู้ มีสาระ ถ้าไม่ได้ทำกิจกรรมจะเบื่อ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2

การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด เพื่อเติบโตไปข้างหน้า

การให้อภัยตนเอง

“...ให้อภัยตัวเอง รู้จักให้อภัยตัวเอง แต่ก่อนเคยคิดอะไรที่ผิดๆ คิดตัดสินใจเอาอย่างนั้น พอได้ครุมาเสริมความคิดให้ถูก...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 4

“...การทบทวนตัวเอง ให้อภัยตัวเอง การตั้งสติ คิดหน้าคิดหลัง คิดก่อนทำ คิดถึงครอบครัวคนที่เขาเป็นห่วงเรา เช่น บางคนพ่อแม่กับเพื่อน เพื่อนให้มาสมมติ 100 บาท จำไปนานเลย ว่าคนนี้เคยให้สำคัญแค่ 100 เดียว กับพ่อแม่ให้ทั้งชีวิตเราเราไม่จำ ให้ความสำคัญน้อยกว่า จะทำอะไรก็ได้ประโยชน์กับเรา...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 1

“...รู้สึกสำนึกผิด อยากกลับตัวกลับใจให้อภัยตัวเองกับผู้อื่นได้...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 3

“...การให้อภัยเวลาเพื่อนแกล้ง แล้วเขาขอโทษเราก็ให้อภัยเขาได้...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 3

“...รู้สึกตัวว่าเอาอยู่ คิดและเตือนตัวเอง เพื่อนโทษก็ให้อภัย...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 4

“...หายเบื่อ บางทีสนุก รู้จักการให้อภัยเพื่อนไม่ต่อกัน...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 2

การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น

เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสะท้อนว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญานั้น เขามีวิธีการจัดการกับปัญหาที่เผชิญจำแนกได้เป็นสามแบบ คือ โต้ตอบออกไปทันทีที่ถูกกระตุ้นไม่ทันได้คิดระงับยับยั้งการกระทำ ใช้การพูดคุยสื่อสารทำความเข้าใจมีสองกลุ่มที่ใช้แนวทางนี้ และแยกตัวออกมาก่อนแล้วกลับเข้ากลุ่มภายหลัง ดังข้อมูล

โต้ตอบออกไปทันทีที่ถูกกระตุ้นไม่ทันได้คิดระงับยับยั้งการกระทำ

“...สวนกลับทันทีครับ โต้ตอบ เลยครับ ไม่มีความคิด อยากตีใครก็ตีเลย...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 1

ใช้การพูดคุยสื่อสารทำความเข้าใจ

“...คุยกันดีๆ ก่อน ถ้าเขามาหาเรื่องก็คุยเพื่อให้เข้าใจให้ได้ ถ้าคุยไม่ได้ให้ครูช่วย...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 3

“...ดูว่าเขาเปิดใจไหม ดูสีหน้า อารมณ์ของเขา ถ้าเขาร่าเริงเข้าไปคุยได้...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 6

แยกตัวออกมาก่อนแล้วกลับเข้ากลุ่มภายหลัง

“...นั่งอยู่คนเดียว บางทีก็ไปนั่งกับเพื่อน...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 4

การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้เด็กและเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงวิธีการจัดการกับปัญหาในเรื่องการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น มีสติไม่วู่วาม ให้อภัยเพื่อนได้เมื่อเกิดการกระทบกระทั่งกัน อยู่ร่วมกับเพื่อนได้ดีขึ้น ดังข้อมูล

“...เอาตัวเองออกจากเหตุการณ์ได้ คุณตัวเองได้ เราได้บังคับตัวเองเวลาที่มีเรื่องมีราวออกจากเหตุการณ์ได้ คุณตัวเองได้...เวลาที่เหตุการณ์แล้วครูเข้ามาห้าม เราก็กุมอารมณ์ได้ต่างจากเมื่อก่อน...”

เยาวชนชาย กลุ่ม 1 คนที่ 1

“...ได้ใกล้ชิดกับเพื่อนมากขึ้น ถ้าเหยียบขากันนิดนึงก็ให้อภัย ไปขอโทษ ไปอยู่กับเพื่อน ใกล้ชิด รู้จักกัน...ทักษะการให้อภัยเพื่อนและผ่อนคลาย เรามีปัญหาก็คูยกันสมมติเพื่อทำอะไรผิดพลาดก็ให้อภัยกันไม่ใช่ใจร้อนแล้วทะเลาะอะไรกัน...”

เยาวชนชาย กลุ่ม 4 คนที่ 6

“...ใจเย็นขึ้น...เรื่องข้างนอกก็อยู่ข้างนอกเรื่องข้างในก็อยู่ข้างในแยกกัน ข้างนอกทิ้งไว้ก่อน ข้างในต้องสามัคคีกัน...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 5

“...ความเป็นอยู่เมื่อก่อนไม่รู้ตอนนี้อยู่มาขึ้นความสามัคคีการอยู่ร่วมกัน...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 7

“...แยกแยะให้ออกว่าอันไหนควรอันไหนไม่ควร...นี่ถึงในวันข้างหน้า ผลกระทบในสิ่งที่เราทำ อะไรควรทำไม่ควรทำ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 6

“...ครูสอนให้มีสติ จะทำอะไรให้คิดถึงส่วนรวม...”

เยาวชนชาย กลุ่ม 3 คนที่ 4

การมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ เข้ามาอยู่ในสถานพินิจเพื่อเรียนรู้บทเรียนชีวิต

“...คิดว่าเรามาเรียน มาอยู่ที่นี่มาเอาบทเรียนประสบการณ์ เราเกเรมาตัดนิสัย ได้แลกเปลี่ยนความคิดหลังจากนี้ไม่ทำแล้ว...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 8

ข้อเสนอแนะต่อกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา

1. ควรมีการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาอย่างต่อเนื่องในเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ณ ปัจจุบัน และกลุ่มใหม่ที่จะเข้ามาในอนาคต โดยให้เครื่องมือเด็กและเยาวชนใช้ผ่อนคลายตนเอง สงบสติอารมณ์ ลดความเบื่อหน่าย ส่งเสริมการฝึกสติ การช่วยเหลือและให้อภัยซึ่งกันและกัน การปรับตัวอยู่ร่วมกันด้วยความเกรงใจ และการกล้าแสดงออก ดังข้อมูล

“...รู้สึกดี ได้ผ่อนคลาย อยากให้มีต่อรุ่นหลังๆ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 2

“...ชอบรู้สึกดี ไม่เบื่อ หายเครียด อยากให้มีต่อ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 1

“...การสงบสติอารมณ์...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 5

“...การมีสติ ให้อภัย ช่วยเหลือกัน...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 3

“...การเข้ากับผู้อื่น...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 6

“...กล้าแสดงออก การอยู่ร่วมกับคนเยอะ การให้อภัยกันและกัน มีความเกรงใจ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 8

2. ประเด็นเนื้อหาที่ควรเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา คือ การทำให้เด็กและเยาวชนเข้าใจผู้อื่น และเพิ่มสื่อหนังสือ เพลง เกมสร้างความสนุก ดังข้อมูล

“...ให้เพิ่มกิจกรรมที่เข้าใจคนอื่น...เพื่อนแบบนี้ต้องเข้าหาแบบไหน ถ้าได้เรียนรู้ก็จะเข้าใจ บางคนไม่เข้าใจว่าเพื่อนนี้ไม่ชอบให้ล้อแต่เราไม่รู้ พอทำเขาก็โกรธ เราก็โกรธเขาว่าทำแบบนี้ไม่ได้ คนนี้ล้อไม่ได้ ถ้าเรารู้พื้นฐานเป็นแบบนี้เราก็จะไม่โกรธเขา...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 1 คนที่ 7

“...มีการดูหนังสือ ที่ทำให้มีความคิดได้ มีหนังสือ ตลก ทำให้เราหัวเราะได้...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 3 คนที่ 2

“...ให้มีเพลง เพิ่มการเล่นสนุกๆ ...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 4 คนที่ 4

“...มีการผ่อนคลายเหมือนเดิม อยู่ข้างนอกทำได้ 5 – 10 นาที ได้สักพักก็เตลิด...”

เยาวชนชาย กลุ่มที่ 2 คนที่ 5

2. คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐาน เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา และรายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ดังนี้

1. แนวคิดพื้นฐานกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

แนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง

แนวคิดนี้ชี้ให้เห็นว่าสมอง (Brain) และสภาวะจิต (Mind) มีความสัมพันธ์กัน การฝึกจิตให้มีความสติมีความรู้ตัวด้วยเทคนิคอย่างใดอย่างหนึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสมอง การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตามหลักการทำงานของสมองประกอบด้วยแนวทาง เข้าใจการทำงานของความคิดเชิงอัตโนมัตินิยม (Autonomic thought) และฝึกความมุ่งมั่น การจดจ่อ การมีสติ (Mindfulness meditation) ลดการแต่งแต้มเรื่องราวที่เผชิญด้วยชุดประสบการณ์เดิม เพื่อขยายพื้นที่การเรียนรู้ สร้างกระแสความคิดเชิงบวก การมีความอ่อนโยนต่อตัวเอง สร้างความเบิกบานในชีวิตบ่มเพาะความเข้มแข็งภายใน การกระทำเพื่อเชื่อมโยงตนเองสู่โลกภายนอกและดำรงอยู่อย่างสันติ ฝึกสติอย่างสม่ำเสมอจะช่วยฟื้นฟูการทำงานของสมองส่วนที่เกี่ยวกับความสามารถในการจดจ่อใส่ใจมีความหนาแน่นขึ้น ฝึกการคิดถึงผู้อื่นและปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข จะช่วยลดภาวะซึมเศร้าเมื่อบ่มเพาะความกรุณาในใจอย่างต่อเนื่องจะปรับไปสู่การมีสภาวะจิตใหม่ จะช่วยลดความเครียด ลดการหลั่งฮอร์โมนความเครียด ลดการวิพากษ์ตัวเอง เพิ่มความมั่นใจในการเยียวยาตนเองจากประสบการณ์ลบในอดีต การปรับสมดุลสมองด้วยการผ่อนคลายโดยใช้เทคนิคแพทย์ทางเลือกการฝึกซ้ำอย่างต่อเนื่องช่วยให้ผ่อนคลายระดับลึก ฟื้นฟูสมองด้านการจดจำ การใคร่ครวญภายใต้บรรยากาศที่ผ่อนคลายเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของสมองให้เกิดอำนาจอย่างชัดเจนในการแยกแยะ

แนวคิดสุขภาวะทางปัญญา

การสร้างสุขภาวะทางปัญญาจึงเป็นการสร้างจิตสำนึกใหม่ที่มุ่งใช้ปัญญาใคร่ครวญเป็นตัวชี้นำพร้อมกับสร้างเสริมพลังด้วยภาวะแห่งการมีสติ ให้คนเลือกลงมือกระทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ไม่เพิ่มทุกข์แต่สร้างสุขให้แก่ตนเองและผู้อื่น ดังนั้นการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตามการทบทวนวรรณกรรมจึงเป็นการพัฒนาระบบการทำงานภายในของบุคคลให้รู้สึกตัวหรือมีสติแล้วจัดการตนเองได้บนหลักการสร้างประโยชน์ คือ บุคคลใช้กระบวนการใคร่ครวญด้วยปัญญาพิจารณาประโยชน์โทษ

ของสิ่งที่เกี่ยวข้องจนตัดสิ้นใจเลือกกระทำประโยชน์เพื่อให้เกิดผลสะท้อนเป็นการเพิ่มความสุขลดทุกข์ให้ของตนเองและผู้อื่น

การสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา การสร้างให้เด็กและเยาวชนเกิดความสามารถในการจัดการตนเองอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ได้แก่ การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษ การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด ปล่อยวางได้ มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน

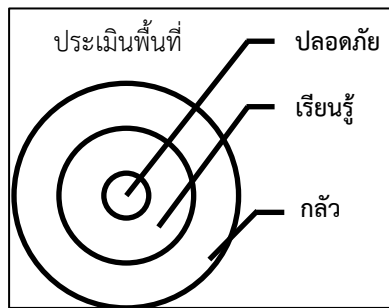
แนวคิดกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

เป็นการสร้างกิจกรรมการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียน ผ่านประสบการณ์ที่มีการลงมือกระทำ/ปฏิบัติ อย่างเป็นรูปธรรม มีการสะท้อนกลับจากการสังเกตการณ์ของตนเอง ทั้งความรู้สึกรู้สึกและความคิดที่เกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติกิจกรรม มีการวิเคราะห์ความรู้สึกรู้สึกและความคิดที่เกิดขึ้นเพื่อค้นหาข้อเรียนรู้จากประสบการณ์ จนได้ข้อสรุปเป็นหลักการสำคัญ เพื่อนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

2. เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

ตามบริบทของการเป็นสถานแรกรับที่มีแนวทางการป้องกันเหตุที่จะเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน เช่น การหลบหนี การใช้ความรุนแรง เป็นต้น กิจกรรมการผ่อนคลายตามแนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ สามารถนำมาใช้สนับสนุนกิจกรรมหลักของสถานพินิจฯ เพื่อเตรียมเด็กและเยาวชนระหว่างรับกิจกรรมแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู ตามโปรแกรมหลัก และกิจกรรมพื้นที่การเรียนรู้ นำมาใช้ในการประเมินสถานการณ์เด็กและเยาวชนเพื่อเป็นข้อมูลการจัดทำแผนการป้องกันเหตุรองรับการเกิดสถานการณ์ที่เป็นอุปสรรคต่อการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู เด็กและเยาวชนสำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแล ดังภาพ 9

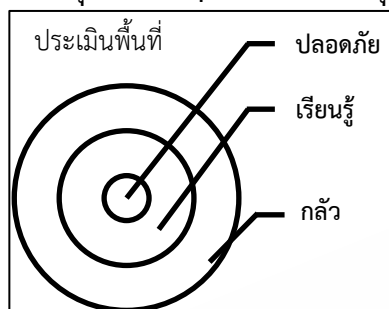
1. ภาวะปกติ



“แลกเปลี่ยน เรียนรู้” กิจกรรม การฟังอย่างลึกซึ้ง การสร้างกำลังใจให้ตนเอง การให้อภัยตนเองและผู้อื่น การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง การสร้างพลังบวก

“ผ่อนคลาย เปิดใจ”
กิจกรรม ผ่อนคลายระดับลึก

2. หลังเหตุการณ์วิกฤติ/การใช้ความรุนแรง



เมื่อ “ไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตนเอง”
ใช้การประเมินความรู้สึก ถอดบทเรียนรู้
จัดระเบียบการอยู่ร่วมกัน พื้นดินความไว้วางใจ

ภาพ 9 รูปแบบการสร้างเสริมสุขสร้างเสริมสภาวะทางปัญญา ตามบริบทเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

ภาวะปกติ ใช้กิจกรรมพื้นที่การเรียนรู้เพื่อประเมินสภาวะของเด็กและเยาวชน และเริ่มต้นด้วยการสร้างบรรยากาศ “ผ่อนคลาย เปิดใจ” ด้วยกิจกรรมการผ่อนคลายระดับลึกในครั้งแรก และในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป ใช้การผ่อนคลายระดับลึกเป็นการเตรียมความพร้อม เพื่อให้เด็กและเยาวชนเกิดความคุ้นเคยที่จะอยู่ร่วมกัน พาเขาออกจากพื้นที่ความตื่นกลัว มาสู่พื้นที่การเรียนรู้และพื้นที่ปลอดภัย ไปสู่บรรยากาศ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ โดยการทำกิจกรรม การฟังอย่างลึกซึ้ง การสร้างกำลังใจให้ตนเอง การให้อภัยตนเองและผู้อื่น การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง และการสร้างพลังบวก ต่อเนื่องทุกสัปดาห์ ความเปลี่ยนแปลงที่คาดหวังตามเป้าหมายสภาวะทางปัญญาจะเริ่มปรากฏตั้งแต่วันที่ 5 และชัดเจนขึ้นในสัปดาห์ที่ 6 (รายละเอียดกิจกรรมในข้อ 3)

หลังเหตุการณ์วิกฤติ/การใช้ความรุนแรง ใช้กิจกรรมพื้นที่การเรียนรู้เพื่อประเมินสภาวะของเด็กและเยาวชน ในภาวณี้จะพบบรรยากาศที่เด็กและเยาวชน “ไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตนเอง” ให้จัดกิจกรรมที่เด็กและเยาวชนได้สะท้อนความรู้สึก ให้เขาได้เล่าถึงสภาวะของตนเอง ทบทวนใคร่ครวญถึงสาเหตุของการเกิดภาวะนี้ ถอดบทเรียนรู้ ในประเด็น วิธีการประคับประคองตนเอง ทำกิจกรรมการฟื้นคืนความไว้วางใจ และจัดระเบียบการอยู่ร่วมกันใหม่ เพื่อให้เด็กและ

เยาวชนค้นหาวิธีการฟื้นคืนการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุล จากนั้นจึงเริ่มสร้างบรรยากาศ “ผ่อนคลาย เปิดใจ” และบรรยากาศ “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” ตามลำดับ

การนำคู่มือกิจกรรมนี้ไปใช้

ผู้จัดกระบวนการจะต้องผ่านการอบรมก่อนนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ โดยได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการในเรื่องการใช้พลังบำบัดเรกิโออย่างน้อย ในการเป็นผู้ปฏิบัติเรกิโอขั้นที่ 1 การเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และการปรับฐานคิดเรื่องการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งต้องได้รับการฝึกอบรมได้จากผู้วิจัย

นำกิจกรรมไปใช้ด้วยกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) ทุกครั้ง ในรายกิจกรรม เพื่อเลือกใช้กิจกรรมในลำดับถัดไป ใช้แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนประยุกต์ 13 ข้อ (ภาคผนวก)ในการสำรวจคะแนนสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนก่อนจัดกิจกรรม นำมาเป็นข้อมูลในการเลือกใช้กิจกรรมเมื่อนำกิจกรรมไปใช้จะต้องจัดกิจกรรมต่อเนื่องทุกสัปดาห์ ให้ครบทั้ง 6 ครั้ง โดยจัดครั้งละ 2 ชั่วโมง หลังจัดกิจกรรมครบ 6 ครั้ง มีการสำรวจความพึงพอใจด้วยแบบสอบถาม (ภาคผนวก ข) วัดสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน และใช้การสนทนากลุ่มให้เด็กและเยาวชนสะท้อนความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

Prince of Songkla University
Pattani Campus

3. รายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน มี 6 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมรายละเอียดดังนี้

1. กิจกรรมผ่อนคลายระดับลึก

แนวคิด

สมองและจิตมีความสัมพันธ์กัน การฝึกจิตให้มีสติมีความรู้ตัวด้วยเทคนิคอย่างใดอย่างหนึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสมอง การพักผ่อนในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ช่วยให้บุคคลเกิดภาวะที่ผ่อนคลายมีแรงบันดาลใจในการทำงานที่สมบูรณ์ การใคร่ครวญภายใต้บรรยากาศที่ผ่อนคลายเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของสมองให้เกิดอำนาจอย่างชัดเจนในการแยกแยะ จึงประยุกต์ใช้ศาสตร์พลังบำบัดเรกิปรับสมดุลกาย-ใจ เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

พลังบำบัดเรกิ เป็นศาสตร์การแพทย์ทางเลือกที่ใช้พลังธรรมชาติมาปรับให้พลังชีวิตของมนุษย์ให้มีความสมดุลเป็นเทคนิคการบำบัดด้วยมือเพื่อความผ่อนคลายร่างกาย ค้นพบโดย ดร.มิคาโอะ อุซุอิ ผลจากการใช้พลังบำบัดเรกิ ในเยาวชน นักศึกษามหาวิทยาลัย จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า พลังบำบัดเรกิส่งผลต่อการปรับสมดุล กาย จิตใจ สังคม และปัญญา จำแนกผลลัพธ์ได้ดังนี้

กาย เมื่อบำบัดด้วยพลังเรกิอย่างสม่ำเสมอช่วยปรับสมดุลของร่างกาย ทำให้รู้สึกสดชื่น หลับสบาย อาการปวดลดลง เกิดการนอนที่มีคุณภาพหลับสนิท ไม่ปวดหัวเมื่อตื่นตอนเช้า สมองโล่ง โปร่ง สดชื่น เหมือนได้รับการเติมพลัง สามารถจัดลำดับความคิดได้ดี เข้าใจเหตุการณ์ในภาพรวมได้ดีขึ้น อาการปวดเมื่อยบริเวณเข่าต่าจากการอ่านหนังสือดีขึ้น ไม่มีอาการปวดประจำเดือน เหงื่อออกดี อาการไมเกรนดีขึ้น รู้สึกไวต่อความไม่สุขสบายของร่างกาย มีความรู้สึกผ่อนคลาย อาการทางกาย

จิตใจ มีความผ่อนคลายด้านจิตใจ สมาธิเรียนรู้ดีขึ้น มีสติ การใช้ชีวิตกับคนรอบข้างมีการเปลี่ยนแปลงที่ดี ใจเย็นมากขึ้นในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น ผ่อนคลาย มีสมาธิ จิตสงบ ใจเย็น มีความยับยั้งชั่งใจลดการใช้คอมพิวเตอร์ระหว่างอ่านหนังสือ ทำให้นิ่งขึ้นและควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น ไม่โกรธง่าย ไม่คิดเล็กคิดน้อย ปล่อยวาง ไม่เครียด และอารมณ์ดีขึ้น สุขสบาย

สังคม (ความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง) รู้จักวางเฉย มองโลกด้านบวก เรื่องต่างๆ ที่มีปัญหา ค่อยๆ คลี่คลาย บ่มเพาะอุปนิสัยการช่วยเหลือผู้อื่นแบบเรียบง่าย (กิจกรรมบำบัดเรกิให้เพื่อน) ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนดีขึ้น รับฟังความคิดเห็นของคนอื่นได้มากขึ้น

ปัญญา (การตื่นรู้) เข้าใจตัวเองและสิ่งแวดล้อมรอบตัวเพิ่มขึ้น เกิดสมาธิขณะปฏิบัติเรกิ อยู่กับลมหายใจเข้าออก ฝึกตัดกระแสความคิดของสิ่งที่มารุ่มร่า กลับมาสู่ความรู้สึกที่เป็นปัจจุบันขณะ การอยู่กับปัจจุบัน การรู้อารมณ์ การรู้เท่าทันความคิดตัดสินใจได้ และการใคร่ครวญผลการกระทำ มีความอยากรู้ ปรารถนาที่จะเรียนรู้เพิ่มขึ้น มีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้นตอบสนองต่อการบำบัดด้วยเรกิทั้งทางประสาทสัมผัสและตระหนักรู้ มีงานวิจัยค้นพบว่าพลังบำบัดเรกิสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้คิดทางปัญญาและพฤติกรรมที่จะช่วยลดปัญหาภาวะซึมเศร้าในเยาวชน

แนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง คือชุดคิดที่อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสมองและจิตของมนุษย์ เมื่อจิตของมนุษย์ได้รับการฝึกให้มีความสุข มีพลังเชิงบวกสามารถเปลี่ยนการทำงานของสมอง ให้เป็น

กลางทางความคิดโดยลดการทำงานความคิดอัตโนมัติ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นทัศนคติด้านลบและอคติ การปรับเปลี่ยนสมองและจิตด้วยการผ่อนคลายจากพลังบำบัดเรกิ เป็นวิธีการเตรียมความพร้อมบุคคลไปสู่การเรียนรู้สิ่งใหม่

ตาราง 13 รายละเอียดกิจกรรมผ่อนคลายระดับลึก

วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
1) เพื่อให้เด็กและเยาวชนฯ เกิดความผ่อนคลายและพร้อมใคร่ครวญในกิจกรรมการเรียนรู้	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนฝึกทักษะการวางมือบำบัดเรกิ 2) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนได้ทำการผ่อนคลายตนเอง อย่างน้อย 60 นาที 3) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนได้อยู่ในบรรยากาศที่เอื้อต่อการทำกิจกรรมผ่อนคลายอย่างน้อย 60 นาที	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนสามารถวางมือบำบัดเรกิให้ตนเองได้ 2) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนสงบ (ไม่แฉว, หยอกล้อเพื่อน, จดจ่อ) ให้ความร่วมมือในกิจกรรมการผ่อนคลาย	<u>ตัวชี้วัด</u> 1) เด็กและเยาวชนฯ อยู่กับตนเองในระหว่างการทำกิจกรรมผ่อนคลายได้ 2) เด็กและเยาวชนฯ บอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรมผ่อนคลายได้ 3) เด็กและเยาวชนฯ รับฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่นอย่างจดจ่อได้ 4) เด็กและเยาวชนสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้ <u>แนวทางการประเมินผล</u> ร้อยละของจำนวนเด็กและเยาวชนที่สามารถ: - อยู่กับตนเองได้ในระหว่างการทำกิจกรรมผ่อนคลาย - บอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรมผ่อนคลาย - รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ - สะท้อนคิดหลังกิจกรรมของเด็กและเยาวชน <u>เครื่องมือที่ใช้</u> - แบบสังเกตการจัดกิจกรรม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้จัดกระบวนการสอนเทคนิคการใช้พลังบำบัดเรกิให้เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน โดยการปรับจักระให้เด็ก/เยาวชน เป็นผู้ปฏิบัติเรกิขั้นที่ 1 ใช้เวลาในการปรับสนามพลังรายบุคคล คนละ 7 นาที จนครบทุกคน และสอนการวางมือบำบัดผ่อนคลายตนเองจากใบหน้า ศีรษะ คอ หน้าอก ท้อง ท้องน้อย และข้อพับบริเวณขาหนีบ จนครบทุกท่า

2. ผู้จัดกระบวนการจัดประสบการณ์การบำบัดและผ่อนคลายตนเองให้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ โดยให้เด็กและเยาวชนฯ นอนวางมือตามตำแหน่งโล่จากตำแหน่งศีรษะลงมาจนครบทุกท่า โดยผู้จัดกระบวนการสาธิตการวางมือบำบัดด้วยเรกิ มีการเปิดดนตรีบรรเลงสำหรับการผ่อนคลายระหว่างที่วางมือบำบัดตามจุดต่างๆ

3. เมื่อครบกำหนดเวลาการวางมือบำบัดตนเอง ผู้จัดกระบวนการสอบถามความรู้สึกหลังจากการทำกิจกรรมผ่อนคลาย โดยให้นั่งล้อมวง แล้วให้เด็กและเยาวชนบอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองที่ละคนจนครบทุกคน และเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนสอบถามถึงสิ่งที่สงสัยจากการทำกิจกรรม
4. ผู้จัดกระบวนการสรุปการใช้พลังบำบัดเรกิและสรุปบทเรียนรู้จากการสะท้อนคิดของกลุ่ม

รูปแบบกิจกรรม: การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์โดย เด็กและเยาวชน ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ให้เกิดประสบการณ์ สะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ สรุปบทเรียนรู้สำคัญ และแนวทางการนำไปปรับใช้

เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม 120 นาที

เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา

เพิ่มความสามารถในการจัดการตนเองอย่างมีสติให้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

คำแนะนำเพิ่มเติม

1. ก่อนทำกิจกรรมให้ผู้ดำเนินกิจกรรมตั้งกติกาข้อตกลงร่วมกันกับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม ช่วยให้นักผู้ปรับตัวเข้าสู่การเตรียมความพร้อมของตนเองในการทำกิจกรรมร่วมกัน ระหว่างทำกิจกรรมให้ยกกติกา ข้อตกลงที่กลุ่มได้ทำไว้เพื่อจัดบรรยากาศกลุ่มในเหมาะแก่การเรียนรู้ร่วมกัน
2. สื่อที่เป็นภาพและเสียง จะดึงความสนใจจากเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ได้มากกว่าตัวหนังสือ

2. กิจกรรมฟังอย่างลึกซึ้ง

แนวคิด

การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep listening) เป็นเทคนิคของการฝึกความมุ่งมั่นจดจ่อให้กับจิต จนจิตมีความสามารถเท่าทันการตัดสินใจคุณค่าในเรื่องราวต่างๆ ตามประสบการณ์เดิมของผู้ฟัง ซึ่งนำมาซึ่งการปิดกั้นการเข้าอกเข้าใจผู้พูดตามความเป็นจริง ณ ปัจจุบันขณะ และขัดขวางการเรียนรู้สิ่งใหม่ของผู้ฟังเอง ความคิดที่มีความมุ่งมั่นจดจ่อ การฝึกสติความรู้ตัว (Mindfulness meditation) อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งตรงหน้า ช่วยลดความคิดที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ ซึ่งความคิดอัตโนมัติ (Autonomic thought) เป็นสิ่งที่ผุดขึ้นในความคิดเมื่อคนเผชิญเหตุการณ์ต่างๆ มีเพียงร้อยละ 10 ของความคิดอัตโนมัติเท่านั้นที่มีประโยชน์ ใช้งานได้ ที่เหลือเป็นสิ่งที่ไม่มีประโยชน์ การฝึกอยู่กับลมหายใจปัจจุบัน เช่น ลมหายใจเข้าออก การทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งตรงหน้าทำให้เห็นกระแสความคิดที่ฟุ้งฟุ้ง ออกมาอย่างชัดเจน เมื่อบุคคลถึงความรู้สึกตัวกลับมาอยู่กับปัจจุบันลดกระแสความคิดอัตโนมัติลง จะเกิดการเรียนรู้แบบใหม่ ยกตัวอย่างการฟังเรื่องราวของผู้อื่น หากมีความคิดอัตโนมัติเกิดขึ้น จะมีการประเมินคุณค่า การคิดต่อ เกิดการคาดคะเนว่าผู้พูดต้องการสื่อสารอะไร การสรุปตัดสินเรื่องราวที่ได้รับฟังเจือปนด้วยการปรุงแต่งตามประสบการณ์/ข้อมูลเดิมของผู้ฟัง ความจริงจึงถูกบดบังและแทนที่ ไม่นำไปสู่การเรียนรู้สิ่งใหม่

ตาราง 14 รายละเอียดกิจกรรมฟังอย่างลึกซึ้ง

วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
1) เพื่อให้เด็กและเยาวชนฯ เกิดประสบการณ์การฟังเพื่อเข้าอกเข้าใจ	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนฝึกทักษะการฟังอย่างเข้าอกเข้าใจ	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนบอกหลักการและแนวทางการฟังเพื่อเข้าอกเข้าใจได้	ตัวชี้วัด 1) เด็กและเยาวชนฯ จดจ่อในระหว่างการทำกิจกรรมฝึกฟังเพื่อเข้าอกเข้าใจได้ 2) เด็กและเยาวชนฯ บอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรมฝึกฟังได้
2) เพื่อให้เด็กและเยาวชนฯ มีทักษะในการฟังด้วยใจเป็นกลาง	การปรับใจให้เป็นการฟัง กลางจากการฟัง 3) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนได้อยู่ในบรรยากาศที่เอื้อต่อการฝึกการฟัง	ทุกคนสามารถฟังด้วยใจเป็นกลาง เท่าทันความคิดเชิงอัตโนมัติของตนเอง ต่อเรื่องราวที่ได้รับฟัง	3) เด็กและเยาวชนฯ รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อได้ 4) เด็กและเยาวชนฯ สะท้อนคิดการเรียนรู้ของตนเองได้
			แนวทางการประเมินผล ร้อยละของจำนวนเด็กและเยาวชนฯ ที่สามารถ: - จดจ่อในระหว่างการทำกิจกรรมฝึกฟัง - บอกความรู้สึกและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรมฝึกฟัง - รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ - สะท้อนคิดหลังกิจกรรม
			เครื่องมือที่ใช้ - แบบสังเกตการจัดกิจกรรม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้จัดกระบวนการให้เด็กและเยาวชนทำกิจกรรมผ่อนคลายตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิก่อนเริ่มกิจกรรมเป็นเวลา 30 นาที จากนั้นสอนเรื่องการฟังอย่างลึกซึ้ง ผ่านการให้เด็กและเยาวชนประเมินคุณภาพการฟังในชีวิตประจำวันของตนเอง จากการฟัง 5 ระดับ ดังนี้

- 5 ฟังอย่างเข้าอกเข้าใจ
- 4 ฟังอย่างตั้งใจ
- 3 เลือกฟัง
- 2 แสร้งทำเป็นฟัง
- 1 ไม่สนใจฟัง

โดยย้าให้เด็กและเยาวชนประเมินตนเองตามความเป็นจริง ซึ่งผลการประเมินจะพบว่าการฟังในระดับที่ 4 และ 5 นั้น น้อยกว่าระดับที่ 1 2 และ 3 รวมกัน

2. ผู้จัดกระบวนการตั้งประเด็นคำถามว่า การฟังแบบไหนที่จะทำให้สามารถฟังเรื่องราวได้อย่างลึกซึ้ง และจะทําอย่างไรถึงจะทำให้ผู้เข้าร่วมสามารถฟังในระดับที่ 4 และ 5 ได้ ระดมความคิดเห็นจากกลุ่ม จากนั้นสรุปหลักการฟังอย่างลึกซึ้ง

3. ผู้จัดกระบวนการให้ผู้เข้าร่วมฝึกการฟังอย่างลึกซึ้งจากสารคดี เรื่อง มังกรกลับใจ เรื่องราวของแก๊งมังกรด้า เมื่อชมสารคดีจบลง ผู้จัดกระบวนการ ตั้งคำถามกับกลุ่มว่า ครั้งแรกที่เห็นภาพแก๊งมังกรด้า ภาพแวบแรกที่เข้ามาในความคิดเป็นอย่างไร ระดมให้ทุกคนได้แสดงความคิดเห็น จากนั้นถามต่อไปว่าทำไมถึงมีความคิดแบบนั้น หลังจากระดมความคิดเห็นแล้ว ผู้จัดกระบวนการสรุปให้เด็กและเยาวชนเห็นภาพที่มาของความคิดในแวบแรก ว่าได้รับอิทธิพล ประสบการณ์ชีวิต ระบบคุณค่า การใช้ความหมาย อคติ ภาพฝังหัว (Stereotype) ที่มีอยู่จากประสบการณ์เดิมของผู้ฟัง เป็นกลไกของสมองที่จะดึงเอาสิ่งเหล่านี้มาตัดสินประสบการณ์ใหม่ที่กำลังรับรู้หรือเผชิญ และส่วนใหญ่เป็นความคิดเชิงลบ ซึ่งเรียกว่า ความคิดเชิงอัตโนมัติ

4). ผู้จัดกระบวนการเชื่อมโยงสู่ประเด็นความเป็นเป็นเด็กและเยาวชนสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ถามถึงความคิดแวบแรกที่สังคมนมองคืออะไรบ้าง ให้กลุ่มระดมสมอง จากนั้นถามกลุ่มว่า รู้สึกอย่างไรเมื่อถูกคิด/ถูกมอง จากสังคมนอย่างนี้ เป็นสุขหรือเป็นทุกข์ ชี้ให้เห็นว่าความคิดเชิงอัตโนมัติเป็นสิ่งที่มียู่ และแฝงอยู่ในความคิดของคนอย่างแนบเนียน หากไม่เท่าทันจะนำไปสู่การคิดที่ละเลยความจริง และข้อมูลด้านอื่น เกิดเป็นความคิดที่เต็มไปด้วยอคติ มีความลำเอียง และเป็นความคิดที่เกิดขึ้นเร็ว การเท่าทันความคิดเชิงอัตโนมัติเป็นสิ่งที่ฝึกฝนได้ โดยเริ่มจากการฟังอย่างลึกซึ้ง

5. ผู้จัดกระบวนการ ให้เด็กและเยาวชนสะท้อนคิดจากการได้ฝึกฟังอย่างลึกซึ้ง ในเรื่องราวของแก๊งมังกรด้า โดยให้จับคู่สองคน กำหนดบทบาทผู้เล่าและผู้ฟัง ยักติกาการฟัง ตามที่ได้ระดมไว้ ให้เวลาแต่ละคู่ได้ทบทวนเรื่องราวของตนเอง จากนั้นให้คนเล่าเล่าเรื่องก่อน เมื่อครบกำหนดเวลา ให้สลับคนฟังเป็นคนเล่า คนเล่าเป็นคนฟัง เมื่อทุกคู่เล่าเรื่องจบลงแล้ว ให้กลับเข้ากลุ่มใหญ่

6. ผู้จัดกระบวนการ ให้เด็กและเยาวชน สะท้อนความรู้สึกและการเรียนรู้จากการทำกิจกรรมในประเด็น ความเท่าทันกับความคิดเชิงอัตโนมัติของตนเอง การเรียนรู้สิ่งใหม่ที่เกิดขึ้นเมื่อใช้การฟังอย่างลึกซึ้ง ประโยชน์ และสิ่งที่จะนำไปใช้ในชีวิิตของตนเอง

7. ผู้จัดกระบวนการสรุป บทเรียนรู้จากการจัดกิจกรรมการฟัง จากนั้นให้เด็กและเยาวชนแต่ละคนทบทวนตนเอง ว่า เมื่อมองย้อนมาที่ตนเอง ความรู้สึกที่มีต่อตนเองเป็นอย่างไร และถามต่อไปว่าความคิดส่วนใหญ่ นั้น มีที่ความคิดที่มองอย่างเป็นกลาง ดังนั้นการสำรวจความคิดของตัวเองอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยฝึกให้เกิดความสามารถในการเท่าทันอคติต่างๆ และช่วยปรับใจให้เป็นกลางได้
8. ผู้จัดกระบวนการเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนสอบถามข้อสงสัยจากการร่วมกิจกรรม

รูปแบบกิจกรรม: การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์โดย เด็กและเยาวชนฯ ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ให้เกิดประสบการณ์ สะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ สรุปบทเรียนรู้สำคัญ และแนวทางการนำไปประยุกต์ใช้

เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม 120 นาที

เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา

ฝึกทักษะการเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

แบ่งเวลาในการจัดกิจกรรมเป็น 3 ช่วง ช่วงแรก 30 นาที ทำกิจกรรมผ่อนคลาย ต่อมาอีก 85 นาที (60 นาที และ 15 นาที) จัดกิจกรรมเรียนรู้ เพื่อให้หลักคิด ในครั้งแรก ผู้ดำเนินกิจกรรมช่วยย้ำ ข้อคิด การเรียนรู้ที่สำคัญ และกระตุ้นให้เด็ก/เยาวชน ร่วมแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และอีก 15 นาที สุดท้ายใช้ชมสื่อที่มีลักษณะการเปิดโลกทัศน์ หรือสร้างอารมณ์เชิงบวกเป็นระยะที่เด็กและเยาวชนมีความตั้งใจและจดจ่อ

3. กิจกรรมสร้างกำลังใจให้ตนเอง

แนวคิด

การสร้างกำลังใจให้ตนเองเป็นทักษะที่ต้องอาศัยการฝึกฝนเช่นเดียวกับการสร้างการเปลี่ยนแปลงของสมองสู่สภาวะจิตสมดุล เป็นการสร้างกระแสความคิดเชิงบวก ได้แก่ การมีความอ่อนโยนต่อตัวเอง สร้างความเบิกบานในชีวิตบ่มเพาะความเข้มแข็งภายใน การกระทำเพื่อเชื่อมโยงตนเองสู่โลกภายนอกและดำรงอยู่อย่างสันติ การคิดถึงสิ่งที่ดีสร้างความปิติยินดีในชีวิต คือวิธีการสร้างกระแสความคิดเชิงบวกให้เข้ามามีอิทธิพลแทนที่และลดความแรงของกระแสความคิดเชิงลบที่เกิดจากความคิดอัตโนมัติ การเน้นย้ำความคิดเรื่องอุดมการณ์ชีวิตให้เข้าสู่กระแสจิตเสริมพลังนำไปสู่การเกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับสรีระวิทยา เกิดการตอบสนองเพื่อให้เกิดการกระทำที่บรรลุเป้าหมาย

ตาราง 15 รายละเอียดกิจกรรมสร้างกำลังใจให้ตนเอง

วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
1) เพื่อให้เด็กและเยาวชน มีทักษะในการ สร้างกำลังใจให้ ตนเอง	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนฝึกทักษะการ สร้างกำลังใจให้ ตนเอง 2) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนได้อยู่ใน บรรยากาศที่เอื้อต่อ การสร้างกำลังใจให้ ตนเอง	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนบอกวิธีการ สร้างกำลังใจให้ ตนเองได้	ตัวชี้วัด 1) เด็กและเยาวชนฯ จดจ่อในกิจกรรมการเรียนรู้ได้ 2) เด็กและเยาวชนฯ บอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม 3) เด็กและเยาวชนฯ รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ 4) เด็กและเยาวชนฯ สะท้อนคิดจากการเรียนรู้ได้ แนวทางการประเมินผล ร้อยละของเด็กและเยาวชนที่สามารถ: - จดจ่อในระหว่างการทำกิจกรรม - บอกความรู้สึกและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม - รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ - สะท้อนคิดหลังกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ - แบบสังเกตการจัดกิจกรรม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้จัดกระบวนการให้เด็กและเยาวชนทำกิจกรรมผ่อนคลายตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิก่อนเริ่มกิจกรรมเป็นเวลา 30 นาที จากนั้น นำวิดีโอเกี่ยวกับวัยรุ่น/เยาวชนที่มีประสบความสำเร็จในชีวิต มาให้เด็กและเยาวชนชม จากนั้นตั้งคำถามว่า เยาวชนในเรื่อง ประสบความสำเร็จได้เพราะอะไร เขามีวิธีการสร้างกำลังใจให้กับตนเองอย่างไร ให้กลุ่มระดมคำตอบร่วมกัน กระบวนการสรุป และชี้ประเด็นการสร้างกำลังใจให้ตนเอง เป็นทักษะฝึกฝนและเรียนรู้ได้

2. ผู้จัดการกระบวนการ เปิดเพลงที่มีเนื้อหาให้กำลังใจ ให้กลุ่มฟัง จากนั้นให้เด็กและเยาวชนแต่ละคนหาพื้นที่นั่งที่ทำให้ได้อยู่กับตัวเอง แล้วให้จดจ่อกับใจในการทบทวนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของแต่ละคน ดังนี้ 2.1) สำรวจความสำเร็จ ความประทับใจ ความสุข ของตนเอง เป็นเหตุการณ์อะไร มีใครเกี่ยวข้อง อะไรทำให้รู้สึกมีความสุข 2.2) ให้จดจำรอยยิ้ม เสียงหัวเราะ ความรู้สึกสุข ที่ได้รับ จากคนที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ความสุขครั้งนั้น 2.3) สำรวจเหตุการณ์ที่ตนเองเป็นคนทำให้ผู้อื่น มีรอยยิ้ม เสียงหัวเราะ มีความสุข 2.4) ให้จดจำความรู้สึกเมื่อตนเองมีโอกาสทำให้คนอื่นมีความสุข 2.5) ให้เด็กและเยาวชนทุกคนนำเอาความรู้สึกดีๆ เหล่านั้นกลับมาที่ตนเอง โดยการวางมือไว้ที่ตำแหน่งหัวใจและท้อง ผู้จัดการกระบวนการเปิดเพลงบรรเลงที่ส่งเสริมการเรียนรู้

3. ผู้จัดการกระบวนการ ให้เด็กและเยาวชนกลับเข้ากลุ่มใหญ่ จับคู่กับเพื่อนที่รู้สึกอยากพูดคุย จากนั้นแจกกระดาษและดินสอให้วาดภาพใบหน้าของเพื่อน และเขียนข้อดีของเพื่อนลงในกระดาษ จากนั้นให้ทุกคนถามคู่ถึงสิ่งที่เขาอยากปรับปรุงตัวเอง เมื่อทุกคนวาดภาพครบแล้วให้ออกมานำเสนอให้กลุ่มได้รับฟัง จากนั้นนำไปติดผนังบริเวณที่จัดเตรียมไว้ และให้เวลาทุกคนได้ชมภาพวาดใบหน้าของเพื่อน เมื่อครบกำหนดเวลา ให้ทุกคนกลับเข้ากลุ่มใหญ่ และสะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ จากการทำกิจกรรมทุกคน ผู้จัดการกระบวนการสรุปทบทวนเรียนรู้จากการสะท้อนของกลุ่มใหญ่ และหลักคิดเรื่องการให้กำลังใจตนเอง การมองเห็นข้อดีของตัวเอง และให้มองจุดด้อยเป็นสิ่งที่สามารถปรับปรุงพัฒนาได้ การได้ทำความรู้จักเพื่อนที่อยู่ร่วมกันมากขึ้น ทำให้ได้เรียนรู้สิ่งดีๆ จากเพื่อนเพื่อนำมาใช้กับตัวเองได้

รูปแบบกิจกรรม: การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์โดย เด็กและเยาวชนฯ ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ให้เกิดประสบการณ์ สะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ สรุปทบทวนเรียนรู้สำคัญ และแนวทางการนำไปประยุกต์ใช้

เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม 120 นาที

เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา มีทักษะในการปล่อยวางเรื่องราวทุกขี้ใจได้ มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน

4. กิจกรรมให้อภัยตนเองและผู้อื่น

แนวคิด

การฝึกให้อภัยตนเองและผู้อื่นในประสบการณ์ด้านลบในอดีต เป็นทักษะที่เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจำเป็นต้องฝึกฝน คือการยอมรับและให้อภัยในความผิดพลาดในอดีต กลับไปเรียนรู้บทเรียนสำคัญ ปลดปล่อยตนเองออกจากอดีต และเริ่มต้นใหม่โดยใช้ประโยชน์จากบทเรียนที่ได้รับ การบ่มเพาะสภาวะจิตที่มีคุณลักษณะแห่งความเมตตา (ความรัก) ต่อตัวเองช่วยลดความเครียด และลดการหลั่งฮอร์โมนความเครียด ลดการวิพากษ์ตัวเองให้น้อยลง เพิ่มความมั่นใจ นำไปสู่การเยียวยาชีวิตจากประสบการณ์เชิงลบในอดีต เพราะความเครียดและฮอร์โมนความเครียดกระทบต่อการทำงานของสมอง ฮอร์โมนความเครียดเข้าสู่สมองส่งผลต่อสมองส่วนการรับรู้ ความเข้าใจ และการเรียนรู้ (Cognition) และสภาวะจิต ฮอร์โมนเหล่านี้ส่งผลโดยตรงต่อสมองส่วนหน้า อมิกดาลา และฮิปโปแคมปัส กระทบต่อการเรียนรู้และจดจำ การปรับสมดุลสมองด้วยการผ่อนคลายโดยใช้เทคนิคแพทย์ทางเลือกการฝึกช้อย่างต่อเนื่องช่วยให้ผ่อนคลายระดับลึก ฟันฟูสมองด้านการจดจำ ลดการโต้ตอบของอมิกดาลาจากอิทธิพลของฮอร์โมนความเครียด และการฝึกสมาธิจดจ่อในความปรารถนาที่จะช่วยให้ผู้อื่นพ้นจากทุกข์เป็นการบ่มเพาะอารมณ์เชิงบวกที่จะเปลี่ยนเส้นทางกระแสประสาทในสมอง ทำให้เกิดการตอบสนอง ที่เรียกว่าอารมณ์ร่วม รู้สึกร่วม เมื่อคนเผชิญเหตุการณ์เชิงลบของผู้อื่น เพราะสมองมีการจดจำและตอบสนองต่อประสบการณ์เชิงลบมากกว่าประสบการณ์เชิงบวก การฝึกสมาธิจดจ่อในความปรารถนาที่จะช่วยให้ผู้อื่นพ้นจากความทุกข์ซึ่งเป็นการฝึกสมาธิแบบเมตตาภาวนา (บ่มเพาะความรักไร้เงื่อนไข) นำไปสู่การลดภาวะซึมเศร้าในบุคคลได้ การทำกิจกรรมเพื่อช่วยเหลือฝึกความเมตตาปรับอุปนิสัยแห่งจิตให้มีความเมตตากรุณาเมื่อฝึกอย่างต่อเนื่องจะกลายเป็นสภาวะใหม่ของจิต

ตาราง 16 รายละเอียดกิจกรรมให้อภัยตนเองและผู้อื่น

วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
1) เพื่อให้เด็กและเยาวชนฯ ฝึกการให้อภัย ตนเองและผู้อื่น	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนฝึกการให้อภัย ตนเองและผู้อื่น 2) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนได้อยู่ใน บรรยากาศที่เอื้อต่อ การฝึกการให้อภัย ตนเองและผู้อื่น	เด็กและเยาวชนฯ สามารถ: 1) บอกวิธีการให้ อภัยตนเองและผู้อื่น ได้ 2) บอกประโยชน์ ของการให้อภัย ตนเองและผู้อื่นได้	<u>ตัวชี้วัด</u> 1) เด็กและเยาวชนฯ จดจ่อในกิจกรรมการ เรียนรู้ได้ 2) เด็กและเยาวชนฯ บอกความรู้สึกที่เกิด ขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม 3) เด็กและเยาวชนฯ รับฟังการสะท้อน ความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ 4) เด็กและเยาวชนฯ สะท้อนคิดจากการ เรียนรู้ได้ <u>แนวทางการประเมินผล</u> ร้อยละของเด็กและเยาวชนที่สามารถ: - จดจ่อในระหว่างการทำกิจกรรม - บอกความรู้สึกและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับ ตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม - รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อน อย่างจดจ่อ - สะท้อนคิดหลังกิจกรรม <u>เครื่องมือที่ใช้</u> - แบบสังเกตการจัดกิจกรรม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้จัดการกระบวนการให้เด็กและเยาวชนฯ ทำกิจกรรมผ่อนคลายตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิก่อนเริ่มกิจกรรมเป็นเวลา 30 นาที จากนั้น ให้เด็กและเยาวชนฯ จัดทำนอนบำบัดตนเอง เป็นวงกลมใหญ่ แต่ละคนใช้ฝ่ามือวางที่ตำแหน่งหัวใจโดยให้ทุกคนหันปลายเท้าเข้าในวงกลม ศีรษะหันออกด้านนอกวงกลม หลังตาและไคร้ครวญตามการนำของผู้จัดการกระบวนการ

2. ผู้จัดการกระบวนการกล่าวนำให้ เด็กและเยาวชนฯ สำรวจเรื่องราวความเจ็บปวด ความไม่พึงพอใจในชีวิต เกิดขึ้นที่ไหน มีใครอยู่ร่วมในเหตุการณ์ ให้ค้นหาด้านบวกหรือข้อดีของเหตุการณ์ด้านลบที่เจ็บปวดนั้น ให้ใช้สายของผู้สังเกตการณ์ สายตาที่มีความเป็นกลาง มองให้เห็นความดี ความงาม บทเรียนรู้ เมื่อพบบทเรียนรู้นั้นแล้ว ให้มองเหตุการณ์นั้นด้วยสายใหม่ ของผู้ที่ยอมรับประสบการณ์ด้านลบ และค้นพบการเรียนรู้ใหม่ จากสายตาที่เป็นกลางนั้น ให้อภัยให้กับผู้คนที่เกี่ยวข้องในเหตุการณ์พร้อมๆ กับให้อภัยตนเองในเรื่องราวที่ได้เกิดขึ้น มองใหม่ด้วยหัวใจที่เป็นกลาง ให้เต็มคำจดจำกับประสบการณ์ที่พบ

3. ผู้จัดการกระบวนการ ให้ความในการบำบัดผ่อนคลายกับเด็กและเยาวชนฯ อีก 10 นาที จากนั้น ปลุกให้ทุกคนมารวมกลุ่มในวงใหญ่ แล้วให้แต่ละคนได้สะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ ของตนเอง

4. ผู้จัดการกระบวนการ นำเกม “ไข่ลอดเชือก” มาให้เด็กและเยาวชนฯ ได้เล่น โดยกำหนดให้มีเส้นเชือกผูกโยงกับเสาห่างจากพื้นประมาณ 40 เซนติเมตร ให้ผู้เข้าร่วมจัดแถวตอกลี 1 แถว คนที่

เป็นหัวแถวเป็นผู้ถือไข่เป็นคนแรกและต้องลอดเชือกที่ขึงไว้โดยไม่โดนเส้นเชือกขณะที่ต้องส่งไข่ต่อไปยังคนถัดไป โดยที่แถวจะต้องไม่ขาดจากกัน ทำต่อไปเรื่อยๆ จนสุดแถวถือว่าทีมผ่านและได้รับชัยชนะ แต่ หากมีการสัมผัสเส้นเชือก ให้กลับไปเริ่มต้นใหม่ และหากไข่แตกถือว่าเกมสิ้นสุดลง เล่นกิจกรรมจนจบเกม

5. ผู้จัดกระบวนการสรุปการสะท้อนคิด บทเรียนรู้สำคัญจากกลุ่มใหญ่ และให้กลุ่มทบทวนหลักการสำคัญในการให้อภัยตนเองและผู้อื่นจากการทำกิจกรรม กระตุ้นถามถึงการนำหลักการไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันของเด็กและเยาวชน ให้กำลังใจต่อการพยายามจัดการเรื่องราวอย่างมีสติของเด็กและเยาวชน

รูปแบบกิจกรรม: การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์โดย เด็กและเยาวชนฯ ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ให้เกิดประสบการณ์ สะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ สรุปบทเรียนรู้สำคัญ และแนวทางการนำไปใช้ในอนาคต

เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม 120 นาที

เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา มีทักษะการให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด

Prince of Songkla University
Pattani Campus

5. กิจกรรมเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง

แนวคิด

การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง คือการมองเห็นด้านลบ ที่เป็นอุปสรรคต่อการเติบโตและเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน เป็นทักษะการแยกแยะสิ่งที่เป็นประโยชน์และโทษที่ต้องอาศัยการฝึกฝนผ่านการทบทวนตนเอง การยอมรับข้อจำกัดของตนเองเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาตนเอง เพื่อไปถึงเป้าหมายที่คาดหวังในชีวิต เป็นการสร้างการเปลี่ยนแปลงของสมองสู่ภาวะจิตสมดุล เป็นการสร้างกระแสความคิดเชิงบวก ได้แก่ การมีความอ่อนโยนต่อตัวเอง สร้างความเบิกบานในชีวิตพบปะความเข้มแข็งภายใน การกระทำเพื่อเชื่อมโยงตนเองสู่โลกภายนอกและดำรงอยู่อย่างสันติ การคิดถึงสิ่งที่ดีสร้างความปิติยินดีในชีวิต คือวิธีการสร้างกระแสความคิดเชิงบวกให้เข้ามามีอิทธิพลแทนที่และลดความแรงของกระแสความคิดเชิงลบที่เกิดจากความคิดอัตโนมัติ การเน้นย้ำความคิดเรื่องอุดมการณ์ชีวิตเพื่อให้ลงมือกระทำสิ่งที่จะบรรลุเป้าหมาย

ตาราง 17 รายละเอียดกิจกรรมเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง

วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
1) เพื่อให้เด็กและเยาวชนฯ เกิดความเข้าใจในข้อจำกัดของตนเอง	1) เด็กและเยาวชนฯ ทุกคนมีความเข้าใจในข้อจำกัดของตนเอง	เด็กและเยาวชนฯ สามารถ: 1) บอกข้อจำกัดของตนเองภายใต้เงื่อนไขบริบทชีวิตที่ผ่านมา 2) บอกประโยชน์ของการเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง	<u>ตัวชี้วัด</u> 1) เด็กและเยาวชนฯ จดจ่อในกิจกรรมการเรียนรู้ได้ 2) เด็กและเยาวชนฯ บอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม 3) เด็กและเยาวชนฯ รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ 4) เด็กและเยาวชนฯ สะท้อนคิดจากการเรียนรู้ได้ <u>แนวทางการประเมินผล</u> ร้อยละของเด็กและเยาวชนที่สามารถ: - จดจ่อในระหว่างการทำกิจกรรม - บอกความรู้สึกและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม - รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ - สะท้อนคิดหลังกิจกรรม <u>เครื่องมือที่ใช้</u> - แบบสังเกตการจัดกิจกรรม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้จัดการกระบวนการให้เด็กและเยาวชนทำกิจกรรมผ่อนคลายตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิก่อนเริ่มกิจกรรมเป็นเวลา 30 นาที จากนั้น ให้เด็กและเยาวชนนั่งล้อมวงใหญ่ และชมวิดีโอที่ค้นเกี่ยวกับชีวิตวัยรุ่น/เยาวชน ที่เคยเป็นเด็กเกรงแต่กลับประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งสะท้อนจุดเปลี่ยนในชีวิต เมื่อ

เริ่มชนะตัวเองและมีแรงผลักดันให้อาชนะข้อจำกัด เมื่อชมเสร็จ เชื่อมโยงเข้าสู่ชีวิตของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยให้โจทย์ว่า ชีวิตของแต่ละคนมีข้อดีและข้อเสีย ให้แต่ละคนเลือกหนึ่งข้อเสียที่อยากเปลี่ยนแปลงมากที่สุดมา 1 เรื่อง

2. ผู้จัดกระบวนการกล่าวนำให้ เด็กและเยาวชน ทบทวนว่าข้อเสียที่เลือกขึ้นมา นั้น ตนเองเริ่มมีข้อเสียนี้เกิดขึ้นตั้งแต่เมื่อใด ให้ค้นหาสาเหตุของข้อเสีย จากนั้นให้นำข้อเสียมาเปรียบเทียบกับวิธีการทำให้กลายเป็นข้อดี พิจารณาความเป็นไปได้ และผลกระทบที่จะเกิดขึ้นหากเปลี่ยนแปลงได้ หรือเปลี่ยนแปลงไม่ได้

3. ผู้จัดกระบวนการให้ เด็กและเยาวชนสะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ ที่ได้จากการทำกิจกรรม และสรุปหลักการสำคัญของการยอมรับข้อเสียของตนเองเพื่อนำไปสู่การปรับปรุงและพัฒนาตนเองต่อไป

รูปแบบกิจกรรม: การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์โดย เด็กและเยาวชนฯ ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ให้เกิดประสบการณ์ สะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้ สรุปทบทวนเรียนรู้สำคัญ และแนวทางการนำไปใช้ในอนาคต
เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม 120 นาที

เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา

มีทักษะการระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

1. ประเมินความพร้อม ความสนใจของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วม หากพบว่าไม่พร้อมที่จะพูดคุยสะท้อนคิดการเรียนรู้ให้เพิ่มเติมกิจกรรมที่เล่นร่วมกันทั้งกลุ่ม เช่น เกมต่อโดมิโน เป็นต้น ฝึกความพร้อม การจ่อจ่อ สะท้อนคิดการเรียนรู้จากเกม ก่อนเข้าสู่การเรียนรู้ในหลักคิดที่เตรียมไว้

2. ยังคงกิจกรรมผ่อนคลายความเครียดก่อนเริ่มกิจกรรมแม้กลุ่มจะดูผ่อนคลายบ้าง ให้ยึดหลักการเรียนว่าคนเรียนรู้ได้ต่างกัน การจัดกิจกรรมผ่อนคลายจะทำให้ทุกคนได้พัก กลับมาอยู่กับตัวเองแม้ว่าบางคนจะไม่พร้อมเรียนรู้หลักคิดแต่เขาจะได้พัก จดจ่ออยู่กับตัวเองระยะหนึ่ง และเมื่อทำต่อเนื่องจะกลายเป็นความคุ้นชิน เขาจะเริ่มปรับตัวเองให้เข้ากับกลุ่ม ส่วนใหญ่กลุ่มจะสามารถนอนผ่อนคลายได้อย่างเต็มที่เมื่อผ่านไปแล้ว 20 นาที

6. กิจกรรมสร้างพลังบวก

แนวคิด

การสร้างพลังบวก โดยวิธีการสร้างกระแสความคิดเชิงบวกให้เข้ามามีอิทธิพลแทนที่และลดความแรงของกระแสความคิดเชิงลบที่เกิดจากความคิดอัตโนมัติ การเน้นย้ำความคิดเรื่องอุดมการณ์ชีวิตให้เข้าสู่กระแสจิตเสริมพลังนำไปสู่การเกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับสรีระวิทยา เกิดการตอบสนองเพื่อให้เกิดการกระทำที่บรรลุเป้าหมาย เป็นการสร้างการเปลี่ยนแปลงของสมองสู่ภาวะจิตสมดุล ได้แก่ การมีความอ่อนโยนต่อตัวเอง สร้างความเบิกบานในชีวิตบ่มเพาะความเข้มแข็งภายในลงมือกระทำสิ่งที่เชื่อมโยงตนเองสู่โลกภายนอกและดำรงอยู่อย่างสันติ การคิดถึงสิ่งที่ดีจะช่วยสร้างความปิติยินดีในชีวิต

ตาราง 18 รายละเอียดกิจกรรมสร้างพลังบวก

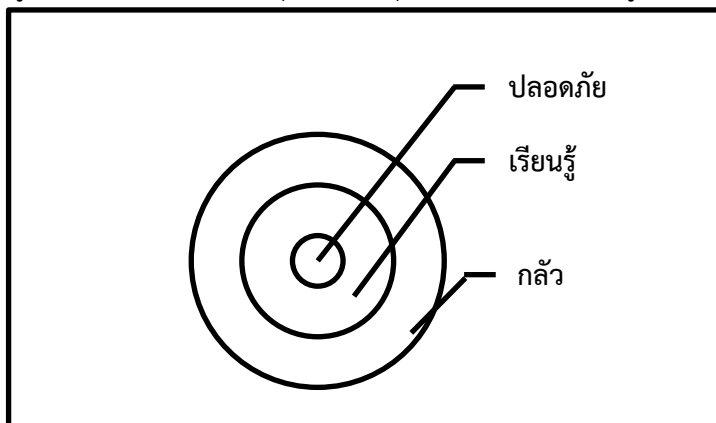
วัตถุประสงค์	ผลผลิต	ผลลัพธ์	ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล
1) เพื่อให้เด็กและเยาวชน มีทักษะในการสร้างพลังบวก ให้แก่ตนเอง	1) เด็กและเยาวชนทุกคนฝึกการสร้างพลังบวก 2) เด็กและเยาวชนทุกคนได้อยู่ในบรรยากาศที่เอื้อต่อการสร้างพลังบวก	เด็กและเยาวชนสามารถ: 1) บอกวิธีการให้สร้างพลังบวก 2) บอกประโยชน์ของการสร้างพลังบวก	<u>ตัวชี้วัด</u> 1) เด็กและเยาวชนจดจ่อในกิจกรรมการเรียนรู้ได้ 2) เด็กและเยาวชนบอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม 3) เด็กและเยาวชนฯ รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ 4) เด็กและเยาวชนสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ได้ <u>แนวทางการประเมินผล</u> ร้อยละของเด็กและเยาวชนที่สามารถ: - จดจ่อในระหว่างการทำกิจกรรม - บอกความรู้สึกและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หลังจากการทำกิจกรรม - รับฟังการสะท้อนความรู้สึกของเพื่อนอย่างจดจ่อ - สะท้อนคิดหลังกิจกรรม <u>เครื่องมือที่ใช้</u> - แบบสังเกตการจัดกิจกรรม

ขั้นตอนการจัดกิจกรรม

1. ผู้จัดกระบวนการให้เด็กและเยาวชนทำกิจกรรมผ่อนคลายตนเองด้วยพลังบำบัดเรกิก่อนเริ่มกิจกรรมเป็นเวลา 30 นาที จากนั้น ให้เด็กและเยาวชนเล่นเกมเปิดม่านทายชื่อให้เกมดำเนินไปจนถึงเข้าสู่บรรยากาศที่เด็กและเยาวชนทุกคนได้หัวเราะ จากนั้นให้กลับเข้าวงใหญ่ และถามความรู้สึกจากการเล่นเกม แล้วเชื่อมโยงไปสู่ เหตุการณ์ในชีวิตที่ทำให้หัวเราะอย่างมีความสุขของแต่ละคน

ละคน ผู้จัดกระบวนการชี้ประเด็นให้เห็นว่า ความสุข ความสนุก เกิดจากการจัดเงื่อนไขให้เกิดขึ้นได้ เช่น ตัวอย่างของเกม ที่ได้นำพาทุกคนออกมาอยู่ในพื้นที่ซึ่งมีความสุขร่วมกัน

2. ผู้นำกระบวนการ ชวนกลุ่มคิดและคุยเรื่องพื้นที่การเรียนรู้ โดยใช้ภาพ 10 ดังนี้



ภาพ 10 พื้นที่การเรียนรู้

ให้เด็กและเยาวชนแต่ละคนพิจารณาว่า ในแต่ละวันเขาใช้ชีวิตอยู่ในพื้นที่ไหน ระหว่างพื้นที่ที่สบาย พื้นที่ตื่นเต้นท้าทาย หรือพื้นที่แห่งความรู้สึกลัว และเกมได้พาเขาออกจากพื้นที่ที่เคยอยู่ มาสู่พื้นที่ตื่นเต้น ท้าทาย และสนุก หรือพื้นที่การเรียนรู้นั้นเอง จากนั้น ให้ชมวิดีโอที่ศึกรออกจากพื้นที่คุ้นเคย มาสู่พื้นที่การเรียนรู้อของเด็กและเยาวชน

3. ผู้จัดกระบวนการ ตั้งคำถามต่อไปว่า บรรยากาศที่สนุก ตื่นเต้น ท้าทาย ทำให้ทุกคนรู้อย่างไร ถ้ามีบรรยากาศการอยู่ร่วมกันแบบนี้เป็นส่วนใหญ่จะส่งผลอย่างไรต่อสมาชิกกลุ่มทุกคน และถ้าอยากให้มีบรรยากาศแบบนี้เกิดขึ้นบ่อยครั้งควรทำอย่างไร และให้สรุปเป็นข้อตกลงในการอยู่ร่วมกันเพื่อสร้างพลังบวก

4. ผู้จัดกระบวนการชวนคุยต่อไปว่า นอกจากข้อตกลงการอยู่ร่วมกันเพื่อให้เกิดพลังกลุ่มแล้ว มีกิจกรรมใดอีกบ้างที่จะช่วยให้บรรยากาศการอยู่ร่วมกันดีขึ้น และเชิญชวนให้เด็กและเยาวชนเริ่มวางมือบำบัดให้เพื่อน

5. ผู้จัดกระบวนการ สรุปหลักการสำคัญของการสร้างพลังบวก

รูปแบบกิจกรรม: การเรียนรู้อ่านประสบการณ์โดย เด็กและเยาวชนฯ ลงมือปฏิบัติกิจกรรม ให้เกิดประสบการณ์ สะท้อนความรู้สึก การเรียนรู้อ สรุปบทเรียนรู้อสำคัญ และแนวทางการนำไปใช้ในอนาคต เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม 120 นาที

เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา

มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ

สรุป

1. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ออกแบบขึ้นจากเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) ด้วยแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองและแนวคิดสุขภาวะทางปัญญา ในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย การปรับสมดุลด้วยการผ่อนคลายตนเอง การเรียนรู้หลักคิดด้วยกิจกรรมผ่านประสบการณ์ และสรุปบทเรียนรู้ทุกกิจกรรมให้ผลลัพธ์สุขภาวะทางปัญญาตามที่กำหนดไว้

2. คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐาน เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา และรายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี การนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ผู้จัดกระบวนการต้องผ่านการอบรมจากผู้วิจัย และใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) ในการเลือกใช้แต่ละกิจกรรม

Prince of Songkla University
Pattani Campus

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อพัฒนาระบบการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี และ 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ผู้ให้ข้อมูล เป็นเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี จำนวน 31 คน และเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา จำนวน 3 คน ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะไว้ตามลำดับ ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

เด็กและเยาวชนที่อยู่ในความควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาทุกคนเป็นเพศชาย อายุอยู่ในช่วง 12 – 18 ปี ส่วนใหญ่ มีจำนวนพี่น้อง 2 คน เกินครึ่งหนึ่งเป็นบุตรคนแรก สภาพครอบครัวส่วนใหญ่อยู่กับพ่อแม่ นับถือศาสนาอิสลาม รองลงมานับถือศาสนา การศึกษาในสายสามัญ อยู่ในระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย ส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีส่วนน้อยที่ศึกษาสายศาสนา โดยศึกษาอยู่ในระดับ อิสลามศึกษาตอนต้น ปีที่ 1 -3 ระยะเวลาที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ตั้งแต่ 1 เดือน – 15 เดือน ส่วนใหญ่ อยู่ในช่วง 4 – 5 เดือน ความรู้สึกภายในใจระหว่างอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ได้แก่ กลัว เหงา เศร้า เครียด กังวลเรื่องเรียน และส่วนใหญ่รู้สึกเครียด

ข้อมูลทั่วไปของเจ้าหน้าที่ของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ซึ่งเป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา เพศหญิง จำนวน 3 คน ประกอบด้วยนักจิตวิทยา 1 คน รับผิดชอบงานด้านบำบัด แก้ไข พื้นฟู และพัฒนาพฤติกรรมเสียเด็กและเยาวชน นักสังคมสงเคราะห์ชำนาญการ 1 คน รับผิดชอบงานด้านคดีความของเด็กและเยาวชน นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ จำนวน 1 คน รับผิดชอบการฝึกอบรมและฝึกวิชาชีพ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

การเข้าถึงพื้นที่ศึกษาวิจัยในระยะเตรียมการ

ผู้วิจัยเข้าเตรียมความพร้อม ณ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เพื่อการพัฒนากระบวนการและรูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี พบว่าเด็กและเยาวชนเมื่อเข้ามาอยู่ในสถานพินิจ มักเผชิญความตึงเครียดทางอารมณ์ แต่ยังสามารถเรียนรู้ ทักษะการอยู่กับตัวเอง และการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ได้ เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลยอมรับกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นกิจกรรมที่มุ่งผลลัพธ์ให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยก โดยทางสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจัดเวลาสำหรับการทำกิจกรรมในภาคบ่ายสัปดาห์ละ 1 ครั้ง การศึกษาวิจัยนี้ผู้วิจัยเป็นทั้งผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ (Learning facilitator) และ เป็นนักวิจัย (Researcher)

ข้อปฏิบัติของนักวิจัย/ผู้จัดกระบวนการในการจัดกิจกรรม

สำหรับกลุ่มเด็กและเยาวชน

1. สำรวจอาการความไม่สุขสบายทั้งกายและใจ อาการทางใจที่พบ เช่น เหงา เบื่อ เครียด อายากยา อายากกลับบ้าน เป็นต้น อาการทางกาย เช่น ปวด ขา ปวดหลัง ปวดหัว ปวดหลัง เป็นต้น
2. นำเสนอเทคนิคผ่อนคลายจิตใจที่ทำได้ด้วยตัวเอง เมื่อสิ้นสุดการฝึกให้สะท้อนความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับกายและใจ ย้ำเมื่อมีคนสะท้อนว่าดีขึ้น ผ่อนคลาย ให้เสริมแรงบวก และแนะนำให้นำไปปฏิบัติต่อด้วยตนเองในเวลาวาง
3. ทำข้อตกลงขอความร่วมมือ จัดบรรยากาศให้เด็กและเยาวชน จดจ่อและอยู่กับตนเองอย่างต่อเนื่อง ในช่วงแรก เด็กและเยาวชนจดจ่อได้ยาก ถูกดึงความสนใจได้ง่าย หลังจากสัปดาห์ที่ 5 (ต่อเนื่อง) เขาจะคุ้นเคย และจดจ่อได้มากขึ้น ช่วยจัดเตรียมบรรยากาศห้องสำหรับการผ่อนคลายด้วยตัวเอง
4. เพิ่มกิจกรรมที่ได้ขยับร่างกายหลังการนอนบำบัด เน้นการออกกำลังกายสมอง เกมที่จดจ่อ ชมสื่อเชิงบวก

สำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

1. ติดตามสถานการณ์/บรรยากาศการอยู่ร่วมกันภายในสถานพินิจฯ ของเด็กและเยาวชนทุกสัปดาห์
2. เสนอกิจกรรมผ่อนคลายเป็นทางเลือกหลังการเผชิญเหตุการณ์ตึงเครียด
3. เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการวางแผนกิจกรรมแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู พัฒนาพฤติกรรมเสียร่วมกับคณะทำงานสหวิชาชีพ
4. นำเสนอข้อมูลการประเมินกลุ่มด้วยมุมมองการสร้างการสร้งพื้นที่เรียนรู้ (Learning zone)

เงื่อนไขเชิงบริบทที่ต้องคำนึงถึง

1. **การสร้างบรรยากาศความปลอดภัย** การใช้ความรุนแรงเป็นประเด็นที่มีการเฝ้าระวังไม่ให้เกิดขึ้นระหว่างการจัดกิจกรรมกับเด็กและเยาวชน หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชน และต้องประเมินสถานการณ์ความปลอดภัยของตนเองระหว่างการดำเนินกิจกรรม

2. **การสร้างบรรยากาศความไว้วางใจ** ความต่อเนื่องในการจัดกิจกรรมกับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจฯ ด้วยการเสริมพลังเชิงบวก ร่วมกับการผ่อนคลาย ก่อให้เกิดความไว้วางใจในกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้น เมื่อเกิดความตึงเครียดภายในกลุ่มเด็กและเยาวชน กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาจะเป็นทางเลือกเพื่อใช้ดูแลกลุ่มเด็กและเยาวชน

3. **การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้** การเตรียมความพร้อมความเข้าใจในวิธีการและ เนื้อหา จึงต้องดำเนินการอย่างค่อยเป็นค่อยไป และคำนึงถึงความรู้สึกรักของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ เป็นสำคัญ

การจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ จึงต้องประกอบด้วย 1) การฝึกทักษะผ่อนคลาย ให้เด็กและเยาวชนได้ฝึกการอยู่กับตนเอง ทำให้เด็กและเยาวชนได้พักจากความตึงเครียดในสถานการณ์รอบข้างที่ต้องเผชิญในแต่ละวัน การฝึกทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องจะกลายเป็นความคุ้นเคยและการปฏิบัติอย่างอัตโนมัติ 2) ความตระหนักของผู้จัดกิจกรรมที่ต้องมีความไวต่อการกระทำที่จะนำไปสู่ความรุนแรง เน้นการเสริมพลังทางบวก และการจัดบรรยากาศให้เกิดความผ่อนคลายไปพร้อมๆ กับการเรียนรู้ในจุดประสงค์ที่ต้องการ ไม่บีบบังคับ กดดัน เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม

ส่วนที่ 3 ผลการวิจัยตามคำถามการวิจัย

คำถามการวิจัยข้อที่ 1 การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเป็นอย่างไร?

ผลลัพธ์ (Outcome) ของจากคำถามวิจัยข้อนี้ คือ กระบวนการทำงานสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่สอดคล้องกับบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีผลผลิต คือ 1. ชุดความรู้การสร้างปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างเด็กและเยาวชนในการอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้ความรุนแรง และ 2. แนวทางการทำงาน

กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

1. การประชุมเชิงปฏิบัติการกำหนดเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี โดยวิเคราะห์สถานการณ์การอยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชน เครื่องมือที่ใช้ในการสร้างการเรียนรู้ให้กับเยาวชน จากภาคีเครือข่าย ทีมสหวิชาชีพ และเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบกิจกรรม แก้วไข บำบัด พันฟู เด็กและเยาวชน กำหนดบทบาทในการขับเคลื่อนงาน การมีเป้าหมายที่ชัดเจนและเกิดขึ้นจากการกำหนดร่วมกันของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจะ

นำมาซึ่งเส้นทางของการขับเคลื่อนงานที่สะดวก ได้รับความไว้วางใจและเข้าใจ รวมถึงไม่ทำให้เจ้าหน้าที่ประจำรู้สึกเป็นภาระ เพราะเป็นส่วนหนึ่งของการสนับสนุนงานประจำให้บรรลุผลไปพร้อมๆ กัน

2. กำหนดให้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นชุดกิจกรรมที่จะนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ การนำเป้าหมายร่วมของคณะทำงานมาเป็นเป้าหมายหลักในการขับเคลื่อนงานวิจัย เท่ากับเป็นการกำกับให้ปฏิบัติการวิจัยนั้นจะต้องตอบสนองบริบทของพื้นที่การวิจัย

3. ออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ด้วยเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เด็กและเยาวชนต้องได้รับการผ่อนคลายอารมณ์ด้านลบ จึงต้องมีการฝึกปฏิบัติทักษะการผ่อนคลายตนเอง และการใคร่ครวญประสบการณ์ชีวิตด้วยหลักคิด แยกแยะประโยชน์โทษ การเลือกกระทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น เนื่องด้วยการอยู่ร่วมกันในสถานพินิจฯ เด็กและเยาวชนต้องจัดการทั้งภายในตนเอง ระหว่างตนเองกับเพื่อน และตนเองกับสถานการณ์ความรุนแรง กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ประกอบด้วย 6 กิจกรรม ได้แก่ การผ่อนคลายระดับลึก การให้อภัยตนเองและผู้อื่น การฟังอย่างลึกซึ้ง การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง การสร้างกำลังใจให้ตนเอง การสร้างพลังบวก

4. จัดกิจกรรมทุกครั้งใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) คัดเลือกกิจกรรมที่จะใช้ให้สอดคล้องเหมาะสมกับกลุ่มเด็กและเยาวชนในแต่ละครั้ง ทั้งในเรื่องความต้องการ ความสนใจ เพราะกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงจำนวนคนระหว่างการทำกิจกรรม มีคนเข้ามาเพิ่มเติมใหม่ในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง และต้องมีกิจกรรมสำรองไว้เป็นทางเลือกหากกิจกรรมที่วางแผนไว้ไม่สามารถจัดได้ครบ

แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี แบ่งออกเป็น 2 แนวทาง คือ

1. สนับสนุนกระบวนการแก้ไข บำบัด พื้นฟู ตามโปรแกรมหลัก โดยยกระดับกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นกลุ่มกิจกรรมสนับสนุนกิจกรรมหลักของสถานพินิจฯ เพื่อเตรียมเด็กและเยาวชนระหว่างรับกิจกรรมแก้ไข บำบัด พื้นฟู ตามโปรแกรมหลัก เนื่องด้วยกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนนั้น สร้างบรรยากาศให้เด็กและเยาวชนเกิดความผ่อนคลาย เปิดใจ แลกเปลี่ยนและเรียนรู้ และนำไปสู่การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันโดยไม่แบ่งแยก ภาวณีนนำมาซึ่งบรรยากาศที่ส่งเสริมต่อการปรับเปลี่ยนตนเองของเด็กและเยาวชน

2. ป้องกันการใช้ความรุนแรง นำข้อมูลเชิงบริบทบรรยากาศการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน มาวางแผนจัดกิจกรรมพัฒนาเด็กและเยาวชน มุ่งเน้นการป้องกันการกระทำผิดซ้ำ และอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้ความรุนแรงสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ซึ่งตามบริบทของการเป็นสถานแรกรับที่มีแนวทางการป้องกันเหตุที่จะเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน เช่น การหลบหนี การใช้ความรุนแรง เป็นต้น ใช้การประเมินพื้นที่การเรียนรู้เพื่อสำรวจ ภาวะ “ไม่ไว้วางใจ ในความปลอดภัยของตัวเอง” ของเด็กและเยาวชนหลังเหตุการณ์ใช้ความรุนแรง จัดทำแผนการป้องกันเหตุการณ์ที่อาจจะลุกลามในระหว่างที่เด็กและเยาวชนอยู่ร่วมกันในสถานพินิจฯ

คำถามการวิจัยข้อที่ 2 รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีควรเป็นอย่างไร?

1. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ออกแบบขึ้นจากเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) ด้วยแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองและแนวคิดสุขภาวะทางปัญญา ในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย การปรับสมดุลด้วยการผ่อนคลายตนเอง การเรียนรู้หลักคิดด้วยกิจกรรมผ่านประสบการณ์ และสรุปทบทวนรู้

กิจกรรมที่เด็กและเยาวชนมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากคือ การสร้างกำลังใจให้ตนเอง และการให้อภัยตนเองและผู้อื่น (4.06) ระดับปานกลาง ผ่อนคลายด้วยพลังบำบัดเรกิ และการฟังอย่างลึกซึ้ง (3.90) การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง (3.84) และ การสร้างพลังบวก (3.52) ตามลำดับ

คะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญามีข้อคำถาม 10 ข้อ ที่มีค่าคะแนนหลังการร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนร่วมกิจกรรม และมีข้อคำถาม 2 ข้อคือ ข้อที่ 1 ฉันใช้สติในการโต้ตอบเมื่อเกิดปัญหาชีวิต และข้อที่ 12 ฉันยอมรับข้อจำกัดจุดด้อย หรือข้อบกพร่องของตัวเอง ที่มีคะแนนหลังการร่วมกิจกรรมน้อยกว่าก่อนร่วมกิจกรรม

เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา 6 กิจกรรมการเรียนรู้นั้นสามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้ดี และสามารถบอกความรู้สึกของตัวเองหลังกิจกรรมการเรียนรู้ได้ปานกลาง ในขณะที่สามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่น และสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้น้อย

ความเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาวะทางปัญญาหลังเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชนพบว่ามีความสุขภาวะทางปัญญาในด้านต่างๆ ดังนี้

1. **การจัดการตนเองอย่างมีสติ** ด้วยการจัดการความเครียดด้วยตนเอง ผลลัพธ์คือความผ่อนคลาย จัดการอารมณ์ของตนเองได้ และมีสติเมื่อเผชิญเหตุการณ์วิกฤต

2. **การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง** ด้วยการทบทวนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของตนเองและผู้อื่น เพื่อกลับไปเรียนรู้แง่คิดสำคัญ

3. **การปล่อยวางเรื่องราวที่ทุกข์ใจได้** ได้กำลังใจจากการทำกิจกรรม

4. **การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด** เพื่อเติบโตไปข้างหน้า

5. **การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น** การเปลี่ยนแปลงวิธีการจัดการกับปัญหาในเรื่องการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น มีสติไม่วู่วาม ให้อภัยเพื่อนได้เมื่อเกิดการกระทบกระทั่งกัน อยู่ร่วมกับเพื่อนได้ดีขึ้น

6. **การมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ** การเข้ามาอยู่ในสถานพินิจฯ เพื่อเรียนรู้บทเรียนชีวิต

2. คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ และคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐาน เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา และรายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี การนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ผู้จัดกระบวนการต้องผ่านการอบรมจากผู้วิจัย และใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) ในการเลือกใช้แต่ละกิจกรรม

แนวคิดพื้นฐาน ประกอบด้วยแนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง แนวคิดสุขภาวะทางปัญญา และแนวคิดกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ เนื่องจากเป็นกลุ่มแนวคิดที่ส่งเสริมการสร้างเปลี่ยนแปลงระดับบุคคลที่กระเพื่อมไปสู่บรรยากาศของกลุ่มในการเรียนรู้ร่วมกัน และคำนึงถึงบริบทเฉพาะของเด็กและเยาวชน

เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ในภาวะปกติ ใช้การประเมินพื้นที่การเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนเพื่อจัดกิจกรรม ให้เกิดบรรยากาศ “ผ่อนคลาย เปิดใจ” ด้วยกิจกรรม ผ่อนคลายระดับลึก จากนั้นจัดกิจกรรม สร้างบรรยากาศ “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” ด้วยกิจกรรม การฟังอย่างลึกซึ้ง การสร้างกำลังใจให้ตนเอง การให้อภัยตนเองและผู้อื่น การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง การสร้างพลังบวก ในกรณีหลังเหตุการณ์วิกฤต/การใช้ความรุนแรง ใช้การประเมินพื้นที่ สสำรวจ ภาวะ “ไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตนเอง” ใช้การประเมินความรู้สึก ถอดบทเรียนรู้ จัดระเบียบการอยู่ร่วมกัน พ้นคืนความไว้วางใจ ก่อนจากนั้นจึง เข้าสู่การสร้างบรรยากาศ “ผ่อนคลาย เปิดใจ” ไปสู่บรรยากาศ “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” ตามลำดับ

การนำคู่มือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีไปใช้ ผู้จัดกระบวนการจะต้องผ่านการอบรมก่อนนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ โดยได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการในเรื่องการใช้พลังบำบัดเรกียองน้อย ในการเป็นผู้ปฏิบัติครั้งที่ 1 การเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และการปรับฐานคิดเรื่องการสร้างเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งต้องได้รับการฝึกอบรมได้จากผู้วิจัย

นำกิจกรรมไปใช้ด้วยกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) ทุกครั้ง ในรายกิจกรรม เพื่อเลือกใช้กิจกรรมในลำดับถัดไป ใช้แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนประยุกต์ 13 ข้อ (ภาคผนวก ก) ในการสำรวจคะแนนสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนก่อนจัดกิจกรรม นำมาเป็นข้อมูลในการเลือกใช้กิจกรรมเมื่อนำกิจกรรมไปใช้จะต้องจัดกิจกรรมต่อเนื่องทุกสัปดาห์ ให้ครบทั้ง 6 ครั้ง โดยจัดครั้งละ 2 ชั่วโมง หลังจัดกิจกรรมครบ 6 ครั้ง มีการสำรวจความพึงพอใจด้วยแบบสอบถาม (ภาคผนวก ข) วัดสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน และใช้การสนทนากลุ่มให้เด็กและเยาวชนสะท้อนความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

รายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย 6 กิจกรรมย่อย ในแต่ละกิจกรรมมีแนวคิดตารางรายละเอียดกิจกรรม ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ ผลผลิต ผลลัพธ์ ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล ขั้นตอนการจัดกิจกรรม รูปแบบกิจกรรม เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรม เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา และคำแนะนำเพิ่มเติม

อภิปรายผล

ผลการวิจัยข้อที่ 1 การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีรายละเอียดดังนี้

กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เกิดขึ้นได้ในเงื่อนไขที่ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เปิดช่องทางระดมความร่วมมือจากภาคีเครือข่าย ให้เข้ามาสนับสนุนกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชน ประจวบกับคณะทำงานสหวิชาชีพ ในการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู เด็กและเยาวชน มีความต้องการพัฒนาเด็กและเยาวชน และป้องกันเหตุการณ์การใช้ความรุนแรงของเด็กและเยาวชน ในระหว่างที่อยู่ในสถานพินิจฯ จึงส่งผลให้การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนฯ เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมสนับสนุนเยาวชน กระบวนการได้เริ่มต้นจากการประชุมเชิงปฏิบัติการตั้งเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ กำหนดโจทย์การวิจัย ออกแบบกิจกรรม ไปจนถึงการดำเนินกิจกรรม เพื่อตอบสนองสถานการณ์ความต้องการของสถานพินิจฯ ซึ่งการประชุมเชิงปฏิบัติการ เป็นวิธีการที่มีความสำคัญและเหมาะสมในพัฒนาการดำเนินงานเพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชน (รัฐชัย มาพร, 2549)

การบรรลุเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ที่ทำให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยก ด้วยกิจกรรมที่พัฒนาเกิดขึ้นจากการใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่องด้วยวงจรเดมมิ่ง (PDCA cycle) เน้นการดำเนินงานอย่างมีระบบ โดยมีเป้าหมายให้เกิดการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง การดำเนินการได้รับการติดตามอย่างเป็นระยะ ทำให้สามารถปรับแผน ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ได้ รวมถึงมีการสรุปบทเรียนที่ได้ ทำให้สามารถเรียนรู้รูปแบบที่เหมาะสม และนำมาเป็นแนวทางในการดำเนินงานรอบใหม่ ซึ่งทำให้กิจกรรมการเพิ่มผลิตภาพได้รับการพัฒนาและยกระดับได้อย่างต่อเนื่อง (สุธาสิณี โพธิจันทร์, 2558: 3 - 4) การวิจัยพบว่า วงจรเดมมิ่ง (PDCA cycle) ได้กำกับให้กิจกรรมพุ่งเป้าไปที่ผลลัพธ์ และสะท้อนความสัมพันธ์ของชุดกิจกรรมตามบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ดังภาพ 9 การเลือกใช้กิจกรรมเป็นไปตามบรรยากาศการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ทั้งในภาวะปกติ และหลังเหตุการณ์ที่มีการใช้ความรุนแรง

อย่างไรก็ตามกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนฯ ในการวิจัยครั้งนี้ มีเป็นเงื่อนไขสำคัญคือ แม้ว่าเจ้าหน้าที่จะมีความเห็นว่า กิจกรรมสร้างสุขภาวะทางปัญญาเป็นกิจกรรมที่ควรจัดอย่างต่อเนื่องให้กับเด็กและเยาวชน แต่ในการทำกิจกรรมผู้วิจัยเป็นผู้จัดกระบวนการหลัก เจ้าหน้าที่ของสถานพินิจฯ เป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างดำเนินกิจกรรม การนำเอากิจกรรมไปใช้ในอนาคต ผู้วิจัยจะต้องเพิ่มกระบวนการที่ทำให้ เจ้าหน้าที่ มีความเข้าใจต่อกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาและเลือกกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาไปสร้างการเรียนรู้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

ผลการวิจัยข้อที่ 2 รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาได้สร้างความเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน เมื่อวัดผลลัพธ์ในเชิงปริมาณเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลลัพธ์ในเชิงคุณภาพของสุขภาวะทางปัญญาเป็นไปตามที่ตั้งไว้ในรายการกิจกรรม เกิดขึ้นจากเลือกกิจกรรมตามหลักการที่มีการเสนอจากงานการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีรายละเอียดดังนี้

1. การจัดการตนเองอย่างมีสติ ด้วยการจัดการความเครียดด้วยตนเอง ความผ่อนคลายจัดการอารมณ์ของตนเองได้ และมีสติเมื่อเผชิญเหตุการณ์วิกฤต กิจกรรมการผ่อนคลายระดับลึก ใช้เทคนิคพลังบำบัดเรกิ ซึ่งจะทำให้เยาวชนมีความรู้สึกผ่อนคลาย อาการทางกายและอารมณ์ดีขึ้น สุขสบาย มีความอยากรู้ ประารถนาที่จะเรียนรู้เพิ่มขึ้น มีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น และตอบสนองต่อการบำบัดด้วยเรกิทั้งทางประสาทสัมผัสและตระหนักรู้ พลังบำบัดเรกิสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้คิดทางปัญญาและพฤติกรรมที่จะช่วยลดปัญหาภาวะซึมเศร้าในเยาวชน (Charkhandeh, Talib, Yaacob, & Mamsor, 2012 : 426)

2. การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง ด้วยการทบทวนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของตนเองและผู้อื่น เพื่อกลับไปเรียนรู้แง่คิดสำคัญ กิจกรรมการฟังอย่างลึกซึ้ง ใช้หลักการจดจ่อต่อสิ่งตรงหน้า การฝึกสติความรู้ตัว (Mindfulness meditation) อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งตรงหน้า ช่วยลดความคิดที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ เมื่อบุคคลถึงความรู้สึกตัวกลับมาอยู่กับปัจจุบัน จะเกิดการเรียนรู้แบบใหม่ (ปรียา แก้วพิมลคณะ, 2558 : 40 – 41)

3. การปล่อยวางเรื่องราวที่ทุกข์ใจได้ ได้กำลังใจจากการทำกิจกรรม กิจกรรมการสร้างกำลังใจให้ตนเอง ใช้หลักการที่น่าเอา ประสบการณ์เชิงบวกมาเยียวยาชีวิตจากประสบการณ์เชิงลบในอดีต (Hanson, & Mendius, 2009 : 70) กิจกรรมนี้เพิ่มการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนด้วยมุมมองเชิงบวก บรรยายภาคาการเรียนรู้ในกิจกรรมนี้ จึงเป็นแบบ “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” เด็กและเยาวชนจึงรู้สึกถึงกำลังใจได้จากกลุ่ม และการมองมุมบวกทำให้มีกำลังใจ

4. การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด เพื่อเติบโตไปข้างหน้า กิจกรรมให้อภัยตนเองและผู้อื่น ใช้หลักการ การบ่มเพาะความเมตตาต่อตัวเอง ลดการวิพากษ์ตัวเองให้น้อยลง แม้จะเป็นด้วยการกลับไปย้อนทวนถึงประสบการณ์ชีวิตที่ยากลำบากที่ผ่านมาอีกครั้ง มองเหตุการณ์เหล่านั้นใหม่ด้วยการระลึกถึงคนที่รักและปรารถนาดีต่อตัวเรา หรือสิ่งที่เราศรัทธา ระลึกถึงคนที่เรารู้สึกเมตตาเขา ให้ใช้กำลังใจจากคนหรือสิ่งเหล่านั้น ในการให้อภัยตนเองไปพร้อมๆ กับคนอื่นๆ ที่มีส่วนให้เกิดประสบการณ์ลบนั้น (Hanson, 2011 : 22 – 25)

5. การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น การเปลี่ยนแปลงวิธีการจัดการกับปัญหาในเรื่องการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น มีสติไม่ก้าวร้าว ให้อภัยเพื่อนได้เมื่อเกิดการกระทบกระทั่งกัน อยู่ร่วมกับเพื่อนได้ดีขึ้น กิจกรรมการเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง ใช้หลักการ การมองเห็นข้อเสียของตนเองด้วยความเข้าใจ ปรับเปลี่ยนตนเองดึงเอาข้อดีของตนเองมาใช้ นี้ก็ถึงเป้าหมายชีวิตและนำมาเป็นแรงผลักดันในการปรับเปลี่ยนตนเอง (Hanson, 2011 : 30)

6. การมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ การเข้ามาอยู่ในสถานพินิจฯ เพื่อเรียนรู้ บทเรียนชีวิต กิจกรรมการสร้างพลังบวก ใช้หลักการ การค้นหาความเป็นจริงที่เผชิญอยู่และ เปลี่ยนเป็นให้เป็นประสบการณ์ด้านบวก (Hanson, 2011 : 19) สร้างกิจกรรม ให้เด็กและเยาวชน ยอมรับและมองเห็นความเป็นจริงในการอยู่ในสถานพินิจฯ จะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนมุมมองต่อการ อยู่ร่วมกับเพื่อน มองเห็นด้านที่เป็นการเรียนรู้และเติมเต็มชีวิตของตนเอง

กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาถูกออกแบบโดยเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) เป็นเครื่องมือมุ่งผลลัพธ์ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความสัมพันธ์ การปฏิบัติของ ผู้คน กลุ่ม และองค์กร ด้วยโปรแกรมปฏิบัติการเฉพาะโดยตรงกับผู้ที่เกี่ยวข้อง (Earl, Carden, & Smutyllo, 2001) กิจกรรมทั้ง 6 กิจกรรม จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการมีสุขภาวะทางปัญญา ในเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม ตามแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองนั้น การจะสร้างการเปลี่ยนแปลง ให้เกิดขึ้นกับสมอง ต้องเป็นกิจกรรมที่จัดต่อเนื่อง 6 สัปดาห์ จึงส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงสมอง (Taubert, Draganski, Anwander, Mueller, Horstmann, Villringer, & Ragert, 2010 : 2)

อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาตามตัวชี้วัดรายการกิจกรรม ใน 4 ตัวชี้วัด เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วม กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา 6 กิจกรรมการเรียนรู้ นั้น สามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับ กิจกรรมการเรียนรู้ได้ดี และสามารถบอกความรู้สึกของตนเองหลังกิจกรรมการเรียนรู้ได้ปานกลาง ในขณะที่สามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/ความคิด ของผู้อื่น สะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้น้อย สอดคล้องกับปัญหาการจัดการเรียนรู้ ที่เยาวชนบางส่วนไม่มีความสนใจ เนื่องจากยังไม่เห็น ความสำคัญของการศึกษา ตลอดจนกิจกรรมนั้นๆ ไม่สามารถสร้างแรงจูงใจแก่เยาวชนได้ (กุลนาถ หงส์ลอย และ วรรณ ปทุมเจริญวัฒนา, 2555: 1867 – 1869) ดังนั้นจำเป็นต้องเพิ่มกิจกรรม การ กระตุ้น การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ ที่ทำให้เด็กและเยาวชนสามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่น และสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้เพิ่มขึ้น ซึ่งจะช่วยสร้างบรรยากาศการสร้าง เสริมสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัด ปัตตานี

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะที่เกี่ยวกับการนำผลวิจัยไปใช้

1.1 การนำคู่มือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีไปใช้ ผู้จัดกระบวนการจะต้องผ่านการอบรมก่อนนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ โดยได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการในเรื่องการใช้พลังบำบัดเรกಿಯ้อย ในการเป็นผู้ปฏิบัติระดับขั้นที่ 1 การเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และการปรับฐานคิดเรื่องการสร้างเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งต้องได้รับการฝึกอบรมได้จากผู้วิจัย

1.2 บริบทของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนที่สามารถนำกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาไปใช้ จะต้องมีการบูรณาการทำงานร่วมกันกับภาคีเครือข่าย เจ้าหน้าที่ และทีมสหวิชาชีพ ของสถานพินิจฯ เป็นอย่างดี และมีเป้าหมายการทำงานพัฒนาเด็กและเยาวชนร่วมกัน มีการกำหนดบทบาทในการทำงานงานร่วมกันอย่างชัดเจน

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาและกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในการศึกษาวิจัยนี้เป็นเพียงต้นแบบ ที่ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการพัฒนาขึ้นด้วยกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง ตามบริบทของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี แม้พบว่าทำให้เด็กและเยาวชนมีสุขภาวะทางปัญญาและส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันอย่างไม่แบ่งแยก นำไปสู่การใช้ความรุนแรงก็ตาม แต่สถานการณ์การอยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชนย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามเงื่อนไขปัจจัยอื่นที่เข้ามากระทบ โดยเฉพาะการเข้าออกของเด็กและเยาวชนที่มีการหมุนเวียนเข้ามาและออกไปของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนนั้น ย่อมสะท้อนว่าจำเป็นต้องมีการพัฒนา กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาควบคู่และต่อเนื่องไปกับบริบทที่เปลี่ยนแปลงไปของเด็กและเยาวชน

2. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนฯ ในการวิจัยครั้งนี้ มีเงื่อนไขสำคัญคือ แม้ว่าเจ้าหน้าที่จะมีความเห็นว่า กิจกรรมสร้างสุขภาวะทางปัญญาเป็นกิจกรรมที่ควรจัดอย่างต่อเนื่องให้กับเด็กและเยาวชน แต่ในการทำกิจกรรมผู้วิจัยเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้หลัก เจ้าหน้าที่ของสถานพินิจฯ เป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างดำเนินกิจกรรม การนำเอา กิจกรรมไปใช้ในอนาคต ผู้วิจัยจะต้องเพิ่มกระบวนการที่ทำให้ เจ้าหน้าที่ มีความเข้าใจต่อ กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาและเลือกกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาไปสร้าง การเรียนรู้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการจัดทำการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

จากข้อจำกัดในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ในการศึกษารุ่นต่อไปควร

2.1 ศึกษากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนตามบริบทที่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามการเข้ามาออกไปของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

2.2 ศึกษากระบวนการส่งเสริมการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนของเจ้าหน้าที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

Prince of Songkla University
Pattani Campus

บรรณานุกรม

- กระทรวงยุติธรรม กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. (2558). รายงานการดำเนินงานของรัฐมนตรีต่อ
 สาธารณะรายปี ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2557. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงฯ.
- กุลนาถ หงษ์ลอย และ วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา. (2555). อนาคตภาพของการจัดการศึกษาตลอด
 ชีวิต เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนผู้กระทำผิด. วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา,
 7(1), 1858 – 1871.
- คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ.(2554) แผนพัฒนาเด็กและเยาวชน
 แห่งชาติ พ.ศ. 2555-2559. กรุงเทพมหานคร : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- จันทนา เทศวัดมา. (2546). ภาวะซึมเศร้าของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
 จังหวัดสุราษฎร์ธานี (สารนิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่,
 เชียงใหม่.
- จำปี เสภา. (2553). ผลของการให้คำปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มี
 ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัด
 สงขลา (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพมหานคร.
- ชาย โปธิสิตา. (2556). ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพมหานคร:
 อมรินทร์พินท์ตั้ง.
- ชัยรัฐ มาพร. (2549). การพัฒนาการดำเนินงานเพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ
 และคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดอุบลราชธานี (สารนิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต).
 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- ดวงกมล สังสกุลณีย์. (2552). อ้อมโนทัศน์ของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด.
 (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- ไทยรัฐออนไลน์. (2559, มกราคม 15). โจ้สุราษฎร์ฯ ฮือ! ฟังประตูที่คุมขัง แหกศูนย์ฝึกฯ หนีหาย 22
 คน รวบกลับได้ 13. [เวปบล็อก]. สืบค้นจาก <http://www.thairath.co.th/content/563328>
- ธรากร กมลเปรมปิยะกุล.(2554) คำนิยม. ใน กริชเทพ ศรศิลป์ และ ญัฐจรัส เองมหัสสกุล.
 (บรรณาธิการ). *New heart new world โลกเปลี่ยนไปเมื่อใจเปลี่ยนแปลง* (น. 43).
 กรุงเทพมหานคร : ภาพพิมพ์.
- ธวัชชัย โตสิตระกูล และปราณี พงศ์ไพบูลย์. (2558). การทำงานบ่มเพาะสุขภาวะทางปัญญาในคน
 หนุ่มสาว. ใน ปรียา แก้วพิมล, สุรีย์พร กฤษเจริญ, ปราณี พงศ์ไพบูลย์, และอุไรรัตน์
 หน้าใหญ่ (บรรณาธิการ), *บทเรียนรู้สุขภาวะทางปัญญา* (น. 43-58). สงขลา: เค ก้อปี้.

- นวลตา อาภาศัพท์กุล. (2546). *ทุกข์กรณีของเด็กในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชนภาคใต้*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- บุญโรม สุวรรณพาหุ, อรัญญา ต้อยคัมภีร์ และ วรณีย์ แกมเกต. (2556). สุขภาวะของวัยรุ่น : กรอบมโนทัศน์และเครื่องมือประเมินทางจิตวิทยา. *พฤติกรรมศาสตร์*, 19(2), 127-138.
- ประเวศ วะสี. (2554). คำนิยม. ใน กริชเทพ ศรีศิลป์ และ ญัฐจรัส เองมหัสสกุล. (บรรณาธิการ). *New heart new world โลกเปลี่ยนไปเมื่อใจเปลี่ยนแปลง* (น. 35). กรุงเทพมหานคร : ภาพพิมพ์.
- ปรียา แก้วพิมล, เยาวณี จรูญศักดิ์, ทิพมาศ ชินวงศ์, โสณัม เล็บชา, พินนภา ยงเกียรติไพบูลย์ และ อุไรรัตน์ หน้าใหญ่. (2555). ผลของโปรแกรมพลังบำบัดเรกิและการฝึกสติต่อสนามพลังออราและสุขภาพองค์รวมของนักศึกษาพยาบาลไทย. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 18(2), 41-60.
- ปรียา แก้วพิมล, วิไลพร สมานกสิกรณ์, ปราณี พงศ์ไพบูลย์, วัฒนา ศรีพจนารถ, ธนอมศรี อินทนนท์, พินนภา ยงเกียรติไพบูลย์ และ อุไรรัตน์ หน้าใหญ่. (2557). ประสบการณ์นักศึกษาพยาบาลในโปรแกรมพลังบำบัดเรกิและการภาวนา: การตื่นรู้เพื่อเข้าใจผู้หญิงท้องไม่พร้อม. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 20(1), 97-110.
- ปรียา แก้วพิมล, สุรีย์พร กฤษเจริญ, ปราณี พงศ์ไพบูลย์, โสเพ็ญ ชูนวล และ อุไรรัตน์ หน้าใหญ่. (2558). *รายงานวิจัยการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย ปี 2557*. สงขลา : เค ก้อปี.
- ปรียา แก้วพิมล, สุรีย์พร กฤษเจริญ และ โสเพ็ญ ชูนวล. (2557). *รายงานวิจัยการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญานักศึกษามหาวิทยาลัย ปี 2556: การพัฒนาแบบวัดสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย*. สงขลา: เค ก้อปี.
- ปรียา แก้วพิมล และ อุไรรัตน์ หน้าใหญ่. (2558). *คู่มือกิจกรรมพัฒนาสุขภาวะทางปัญญาสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัย*. สงขลา : เค ก้อปี.
- ปรียา แก้วพิมล, อุไรรัตน์ หน้าใหญ่, พินนภา ยงเกียรติไพบูลย์, วัฒนา ศรีพจนารถ, ปราณี พงศ์ไพบูลย์, วิไลพร สมานกสิกรณ์, ... อรดี โชคสวัสดิ์. (2556). *การพัฒนาโปรแกรมสำหรับนักศึกษาพยาบาลในการเป็นผู้ให้บริการด้านสุขภาวะทางเพศโดยใช้เทคนิคพลังบำบัดเรกิและการภาวนา*. สงขลา: คณะพยาบาลศาสตร์.
- พระราชบัญญัติศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว. (2553). ราชกิจจานุเบกษา, เล่ม 127 ตอนที่ 72 ก ลงวันที่ 22 พ.ย. 2553.

- พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ. (2550). ราชกิจจานุเบกษา, เล่ม 124 ตอนที่ 16 ก ลงวันที่ 19 มี.ค. 2550. สืบค้นเมื่อวันที่ 13 ธันวาคม 2558, จาก <http://gotoknow.org/blog/a-c-h-d/270241>
- พระไพศาล วิสาโล. (2554). คำนิยมจากคนปลูกต้นไม้แห่งภูหลวง. ใน วรรณภา จารุสมบุญ. (บรรณาธิการ). *ปลูกความสุขกลางใจ: คู่มือการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อสุขภาวะทางปัญญา* (3-5). กรุงเทพมหานคร: สามลดา.
- พระไพศาล วิสาโล. (2559, พฤศจิกายน 28). ธรรมเพื่อสุขภาวะบนวิถีความพอเพียง. [เวปบล็อก]. สืบค้นจาก <http://www.visalo.org/article/healthDhamperSukapawa.htm>
- พินนภา หมวกยอด. (2558). *การพัฒนาศักยภาพนักศึกษาในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา* (ปริญญาานิพนธ์วิทยาศาตรศษุภบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- แฟรงค์ นอยจ์ และ จิตราภรณ์ วนัสพงศ์. (2558). รายงานการประเมินผลแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (2555-2559). [ม.ป.ท.]
- มติชนออนไลน์. (2559, สิงหาคม 12). เยาวชนสถานพินิจฯ ปิดตานิ่วนทำลาย-เผาเรือนนอน จนท. คุม 11 รายสอบ. [เวปบล็อก]. สืบค้นจาก <http://www.matichon.co.th/news/247074>
- ยุพดี ชิดเดือน และ ชีระศักดิ์ อุ่นอารมณ์เลิศ. (2556). ผลการใช้โปรแกรมเพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชนสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครปฐม. *วารสารวิทยบริการ*, 25(4), 65-78.
- วลีกาล ญาณสาร และ พรพิมล วรวิฑูพิทพิงศ์. (2553). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทางของ Trotzer ที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเอง และความหวังของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 7 จังหวัดเชียงใหม่. *มนุษยศาสตร์สาร*, 11(1), 61-70”
- วิศิษฐ์ มาลาศิริรัตน์. (2554) คำนิยม. ใน กริชเทพ ศรีศิลป์ และ ญัฐจรัส เองมหัสสกุล. (บรรณาธิการ). *New heart new world โลกเปลี่ยนไปเมื่อใจเปลี่ยนแปลง* (น. 39). กรุงเทพมหานคร : ภาพพิมพ์.
- ศรีนรา ไกรนรา. (2550). *ความคิดเห็นของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจที่มีต่อการปฏิบัติตามมาตรฐานขั้นต่ำขององค์การสหประชาชาติ : ศึกษากรณีสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดราชบุรี*. (รายงานผลการวิจัย). ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านกาญจนาภิเษก. (2559 พฤษภาคม 7). การพัฒนาเยาวชนเชิงบวก. [สไลด์นำเสนองาน]. สืบค้นจาก [www.http://social.obec.go.th/library/document/sumrit/14-170654/002.pdf](http://social.obec.go.th/library/document/sumrit/14-170654/002.pdf)

- สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี. (2559). สรุปรายงานการประชุมกรรมการสงเคราะห์เด็กและเยาวชนฯ. [เอกสารอัดสำเนา]. ปัตตานี: สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี.
- สุธาสิณี โปธิจันทร์. (2558). PDCA หัวใจสำคัญของการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง. *Productivity World*. 19(115), 93-97.
- สุทธิพงษ์ ธรรมาวุฒิ. (ผู้จัดรายการ). (2557, 15 มีนาคม). *มังกรกลับใจ 1* [คนค้นคน] กรุงเทพฯ: โมเดิร์นไนน์ทีวี (ช่อง 9)
- สุภางค์ จันทวานิช. (2552). *การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวรรณณา คำไร. (2554). *ปลูกความสุขกลางใจ: คู่มือการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพื่อสุขภาวะทางปัญญา*. กรุงเทพมหานคร: สามลดา.
- สุวิมล ติรกานันท์. (2557). *ระเบียบวิธีวิจัยทางสังคมศาสตร์ : แนวทางสู่การปฏิบัติ*. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อภิญา ตันทวิวงศ์. (2554). *หลากหลายสุขภาวะ*. กรุงเทพมหานคร: ดี.เค.ปรีนติ้งเวิลด์.
- อรรธรณ กัลปะ. (2549). *การปรับตัวของเยาวชนชายในสถานแรกรับเด็กและเยาวชนสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในภาคตะวันออก* (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศิลปากร, นครปฐม.
- อรอุมา วชิระประดิษฐ์พร. (2555). *สาเหตุการกระทำความผิดของเด็กและเยาวชนกับมาตรการแก้ไขในเชิงรุก*. กรุงเทพมหานคร: สถาบันพัฒนาข้าราชการฝ่ายตุลาการศาลยุติธรรม สำนักงานศาลยุติธรรม.
- อิสมาแอ สมายล์ และ ปุณณรัตน์ พิชญ์ไพฑูลย์. (2553). ผลการสอนศิลปะแบบพหุวัฒนธรรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*. 5(2), 480 – 494.
- อุไรรัตน์ หน้าใหญ่. (2559). ผลการประเมินการจัดกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี กลุ่ม 1 (กิจกรรมนำร่อง – pilot study). [เอกสารอัดสำเนา]. ปัตตานี: สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี.
- Charkhandeh, M., Talib, A. M., Yaacob, N S., & Mamsor, B. M. (2012). Effectiveness of Reiki Therapy on Depressed Adolescents in Tehran, Iran. *International Journal of Asian Social Science*, 2(4), 423- 427.

- Earl, S., Carden, F., & Smutylo, T. (2001). *Outcome mapping: building learning and reflection into development programs*. Ottawa, ON: International Development Research Center.
- Hanson, R. (2011). *Just one thing: developing a Buddha brain on simple practice at a time*. Oakland, CA: New Harbinger Publication.
- Hanson, R., & Mendius, R. (2009). *Buddha's brain : the practical neuroscience of happiness, love, and wisdom*. Oakland, CA: New Harbinger Publication.
- James, C. (2011). Theory of Change Review: A report commissioned by Comic Relief. [Report]. Retrieved from <http://www.researchtoaction.org/2012/05/theory-of-change-review-commissioned-by-comic-relief/>
- Penczak, C. (2005). *Magick of Reiki: focused energy for healing, ritual & spiritual development (3rd ed.)*. Saint Paul, MN: Llewellyn Publication.
- Taubert, M., Draganski, B., Anwander, A., Mueller, K., Horstmann, A., Villringer, A., & Ragert, P. (2010). Dynamic properties of human brain structure: learning-related changes in cortical areas and associated fibre connections. *Journal of Neuroscience*, 30(2010), 11670 – 11677.
- Usui, M., & Petter, F. A. (1999). *The original Reiki handbook of Dr. Mikao Usui*. Aitrang, Germany: Lotus press.

Prince of Songkla University
Pattani Campus
ภาคผนวก

ภาคผนวก 1

แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์สำหรับเด็กและเยาวชนใน
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

รหัส []

คำชี้แจง ข้อความมีทั้งหมด 13 ข้อ ให้ท่านทำเครื่องหมาย [X] ลงในช่องที่ตรงกับตนเองมากที่สุด โดยแต่ละระดับหมายถึงมีความหมายดังนี้

- | | | |
|------------------|---------|-------------------------------|
| 5 ระดับมากที่สุด | หมายถึง | ในชีวิตประจำวันมีอยู่ตลอดเวลา |
| 4 ระดับมาก | หมายถึง | ในชีวิตประจำวันมีเป็นส่วนใหญ่ |
| 3 ระดับปานกลาง | หมายถึง | ในชีวิตประจำวันมีบางครั้ง |
| 2 ระดับน้อย | หมายถึง | ในชีวิตประจำวันมีนานๆ ครั้ง |
| 1 ระดับไม่มี | หมายถึง | ในชีวิตประจำวันไม่มีเลย |

สุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติ

ข้อความ	5	4	3	2	1
ข้อ 1 ฉันใช้สติในการโต้ตอบเมื่อเกิดปัญหาชีวิต					
ข้อ 2 ฉันระงับอารมณ์ตัวเองได้เวลาโกรธ					
ข้อ 3 ฉันใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์เมื่อเจอปัญหา					
ข้อ 4 ฉันพยายามสร้างความเบิกบานในชีวิตเมื่อมีเรื่องราวที่ไม่สบายใจ					
ข้อ 5 ฉันมีเวลาตรวจสอบการกระทำของตนเองทุกวัน					
ข้อ 6 ฉันนึกถึงผลดีผลเสียก่อนตัดสินใจทำสิ่งที่ชอบ					
ข้อ 7 ฉันประเมินความพร้อมของตนเองก่อนตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ					
ข้อ 8 ฉันให้อภัยตัวเองเมื่อทำในสิ่งที่ผิดพลาด					
ข้อ 9 ฉันเลือกใช้วิธีการที่ไม่รุนแรงเมื่อเกิดความขัดแย้งไม่พอใจกัน					
ข้อ 10 ฉันให้อภัยคนอื่นที่ทำให้ฉันยุ่งยากใจ					
ข้อ 11 ฉันรับฟังคนอื่นอย่างเข้าใจโดยไม่ด่วนสรุปว่าผิดถูก					
ข้อ 12 ฉันยอมรับข้อจำกัด จุดด้อย หรือข้อบกพร่องของตัวเอง					
ข้อ 13 ฉันมีความพร้อมที่จะใช้ชีวิตอย่างมีสติ					

การแปลผล แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติประยุกต์
สำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จำนวน 13 ข้อ มีการให้คะแนน
ดังนี้

- ตัวเลือก 5 เท่ากับ 5 คะแนน
- ตัวเลือก 4 เท่ากับ 4 คะแนน
- ตัวเลือก 3 เท่ากับ 3 คะแนน
- ตัวเลือก 2 เท่ากับ 2 คะแนน
- ตัวเลือก 1 เท่ากับ 1 คะแนน

คะแนนรวมไม่เกิน 65 คะแนน โดยผลรวมที่ได้แบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

คะแนน 13 - 30 คะแนน มีระดับสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติต่ำกว่าปกติ

คะแนน 31 - 48 คะแนน มีระดับสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติปานกลาง

คะแนน 49 คะแนนขึ้นไป มีระดับสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติดี

คะแนนรวม คะแนน

สุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติอยู่ในระดับ

[] ต่ำกว่าปกติ

[] ปานกลาง

[] ดี

Prince of Songkla University
Pattani Campus

ภาคผนวก 2

แบบประเมินการจัดกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและ
คุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง ให้ท่านเติมคำตอบตามความเป็นจริงและ ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง [] ที่ตรงกับตนเอง

1. อายุ ปี
2. จำนวนพี่น้อง คน
3. เป็นบุตรคนที่
4. ระดับการศึกษา

[] ไม่เรียน	[] ประถมศึกษา (ป.1 – ป.6)	[] อิสลามศึกษาตอนต้น (ปีที่ 1 – 3)
	[] มัธยมศึกษาตอนต้น (ม.1- ม.3)	[] อิสลามศึกษาตอนต้น (ปีที่ 4 – 6)
	[] มัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.4-ม.6)	[] อิสลามศึกษาตอนกลาง (ปีที่ 1-3)
	[] ปวช. (ปีที่ 1 – 3)	[] อิสลามศึกษาตอนปลาย (ปีที่ 1-3)
3. ศาสนา [] อิสลาม [] พุทธ [] คริสต์ [] อื่นๆ.....
4. อาชีพ [] รับจ้างทั่วไป
[] ค้าขาย
[] ทำการเกษตร (กรีดยาง ทำสวน ทำนา เพาะปลูก เลี้ยงสัตว์)
[] นักเรียน/นักศึกษา
[] ว่างาน
[] อื่น ๆ ระบุ.....
5. ระยะเวลาที่อยู่ในสถานพินิจ ปี เดือน
6. ความรู้สึกที่อยู่ในสถานพินิจ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

[] เศร้า
[] เหงา
[] เศร้า
[] กลัว
[] กังวลเรื่องเรียน
7. ปัญหาสุขภาพ [] ไม่มี [] มี ให้ระบุ

8. สภาพครอบครัว

- อยู่กับพ่อแม่
- อยู่กับพ่อ
- อยู่กับแม่
- อยู่กับปู่/ย่า/ตา/ยาย
- อยู่กับคนอื่น ระบุ

Prince of Songkla University
Pattani Campus

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจต่อกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญา

คำชี้แจง จากการเข้าร่วมกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญา ให้ท่านตอบแบบความพึงพอใจต่อกิจกรรม
สุขภาวะทางปัญญา โดยทำเครื่องหมาย X ลงใน [] ที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

กิจกรรม	ความพึงพอใจ				
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	ไม่เลย 1
1. ผ่อนคลายด้วยพลังบำบัดเรกิ					
2. การฟังอย่างลึกซึ้ง					
3. การสร้างกำลังใจให้ตนเอง					
4. การให้อภัยตนเองและผู้อื่น					
5. การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง					
6. การสร้างพลังบวก					

Prince of Songkla University
Pattani Campus

ภาคผนวก 3

แบบสังเกตการทำกิจกรรมสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

กิจกรรม ที่.....

วันที่จัดกิจกรรม

ความพร้อมในการทำกิจกรรม สภาพแวดล้อม (บุคคล สถานที่ เวลา เหตุการณ์อื่นๆ ที่เกิดขึ้น)

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

การความร่วมมือในการทำกิจกรรมเด็กและเยาวชน และเจ้าหน้าที่

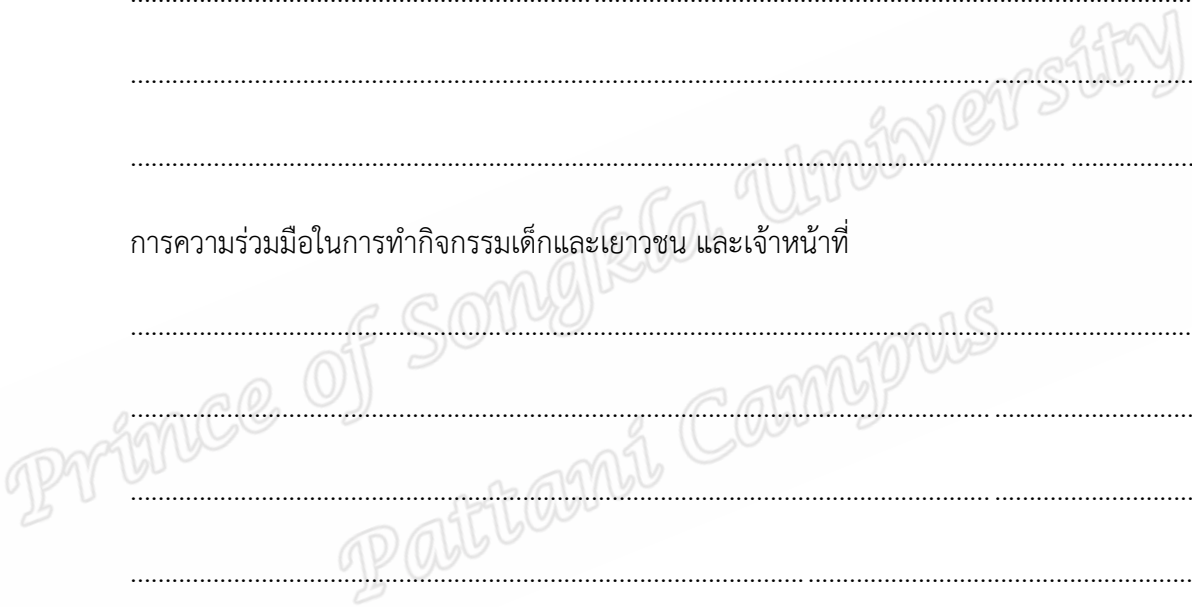
.....
.....
.....

การมีส่วนร่วมในกิจกรรม/การสะท้อนคิด /การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ของเด็กและเยาวชน

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

การเรียนรู้ที่น่าสนใจ

.....
.....



ประเด็นอื่นๆ เช่น ปฏิกริยาต่างๆ

.....

.....

.....

ผู้บันทึก

ตารางวิเคราะห์การสังเกตการณ์

ปรากฏการณ์ที่ ขัดแย้ง/ที่ต้องการ เปลี่ยนแปลง	สิ่งที่สังเกตพบ	ทฤษฎีที่ใช้อธิบาย	วิธีการนำมาใช้อธิบาย

สรุปผลการวิเคราะห์

.....

.....

.....

ภาคผนวก 4

แนวคำถามในการสนทนากลุ่ม

ประกอบด้วยคำถามปลายเปิดเรื่องการเปลี่ยนแปลงและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นหลังจากการร่วมกิจกรรม สำหรับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมครบทั้ง 6 ครั้ง มีแนวคำถามดังนี้

1. ก่อนการทำกิจกรรม มีวิธีการจัดการกับปัญหาต่างๆ อย่างไร เพราะอะไร ?
2. ความรู้สึกที่ได้จากการได้ทำกิจกรรมเป็นอย่างไร ?
3. สิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมมีอะไรบ้างและเป็นอย่างไร ?
4. การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในเรื่องวิธีการจัดการกับปัญหาต่างๆ อย่างไรบ้าง ?
5. ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองและเพื่อนใน เรื่องการระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจเป็นกลาง การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด การปล่อยวางและมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน และอื่นๆ มีอะไรบ้าง เปลี่ยนแปลงไปอย่างไร ?
6. การเข้าร่วมกิจกรรมมีผลต่อการใช้ชีวิตในสถานพินิจอย่างไรบ้าง ?
7. การเข้าร่วมกิจกรรมมีผลต่อการใช้ชีวิตในอนาคตอย่างไร ?
8. ความรู้สึกจากการเข้าร่วมกิจกรรมโดยรวมเป็นอย่างไร ?
9. การเข้าร่วมกิจกรรมมีผลต่อการจัดการเรื่องราวอย่างมีสติอย่างไร ?
10. สิ่งที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ต่อในชีวิตประจำวันได้คืออะไรบ้าง ?
11. ข้อเสนอแนะต่อการจัดกิจกรรมคืออะไรบ้าง ?

ภาคผนวก 5
แนวคำถามสนทนากลุ่มเจ้าหน้าที่

ประกอบด้วย

1. จากการสังเกตกิจกรรม มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง ?
2. การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม ในเรื่องการระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจเป็นกลาง การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด การปล่อยวางและมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน เป็นอย่างไรบ้าง ?
3. ความเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นในเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม ในเรื่องการระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจเป็นกลาง การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด การปล่อยวางและมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบัน เป็นอย่างไรบ้าง ?
4. สิ่งที่สามารถนำประยุกต์ใช้ในการพัฒนาเด็กและเยาวชนที่รับผิดชอบดูแลอยู่ระดับส่วนบุคคล หน่วยงาน และนโยบายการทำงาน คืออะไรบ้าง เป็นอย่างไร ?
5. ข้อเสนอแนะต่อการจัดกิจกรรม คืออะไรบ้าง เป็นอย่างไร ?
6. ข้อเสนอแนะต่อองค์กรหรือหน่วยงาน คืออะไรบ้าง เป็นอย่างไร ?

ภาคผนวก 6

ใบพินัยสิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล (กลุ่มเด็กและเยาวชน-สนทนากลุ่ม)

โครงการวิจัยเรื่อง: การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน
ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

วัตถุประสงค์และข้อมูลที่ต้องการ

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี โดยดิฉันนางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการพัฒนาสังคม คณะบัณฑิตวิทยาลัย กำลังดำเนินการวิจัย เรื่อง “การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี” โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนากระบวนการ และรูปแบบกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดว่าจะจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา กับ เด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ และจะเก็บข้อมูลจากเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมฯ ท่านเป็นผู้หนึ่งที่โครงการวิจัยนี้เลือกโดยวิธีการเจาะจง ผู้วิจัยใครขอเชิญท่านร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลพร้อมกับเด็ก และเยาวชนท่านอื่นที่ได้ทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาฯ ครบ 6 ครั้ง ในการให้ข้อมูลนั้น ท่านและเด็กและเยาวชนอื่นๆ อีกประมาณ 6 - 8 คน จะถูกเชิญให้ร่วมสนทนากับนักวิจัย การสนทนาจะใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง

หัวข้อสนทนาจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับ ความรู้สึกในการทำกิจกรรม ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองและเพื่อน สิ่งที่คุณเองได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรม สิ่งที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ ต่อในชีวิตประจำวันได้ และข้อเสนอแนะต่อการจัดกิจกรรม ข้อมูลที่ได้จากการสนทนากับท่านและทุกคนในกลุ่ม เราจะไม่นำไปเปิดเผยแก่คนอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องโดยตรงในการวิจัย และเมื่อจบโครงการวิจัยนี้แล้ว ข้อมูลทั้งหมดจะถูกทำลายเพื่อป้องกันไม่ให้มีการนำไปใช้ในทางที่ไม่พึงประสงค์

ความเสี่ยงและประโยชน์สำหรับผู้ให้ความร่วมมือ

ในการให้ความร่วมมือครั้งนี้ ไม่มีอะไรที่จะก่อให้เกิดผลในทางไม่ดีต่อท่านข้อมูลที่ผู้วิจัยได้จากท่านและทุกคนในกลุ่มของท่าน จะช่วยพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ผู้วิจัยหวังว่าผลของการศึกษาจะเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาให้ดีขึ้น

ในการสนทนา นี้ อาจมีบางเรื่องที่ท่านอาจจะรู้สึกไม่ค่อยสะดวกใจที่จะพูด ในกรณี เช่นนั้น ท่านมีสิทธิ์ที่จะขอไม่พูดหรือไม่ออกความเห็นในข้อใดข้อหนึ่งก็ได้ แต่ถึงอย่างไร ผู้วิจัยก็ใคร่ ขอความร่วมมือท่าน ขอให้พูดและแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ คำตอบรวมทั้งความคิดเห็นของท่าน จะไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิด

การมีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลครั้งนี้เป็นความสมัครใจของท่าน ท่านมีสิทธิ์ที่จะของดการ ให้ความร่วมมือเมื่อใดก็ได้ โดยที่จะไม่มีผลกระทบต่อตัวท่านหรือต่อครอบครัวของท่านแต่อย่างใดเลย

ที่เรียนท่านมาทั้งหมดนี้ หากยังมีสิ่งใดที่ไม่ชัดเจน หรือหากท่านมีข้อสงสัยได้โปรดซึ่ง ทางผู้วิจัยยินดีอธิบายแก่ท่านจนเป็นที่พอใจ

(ผู้เก็บข้อมูล: โปรดถามผู้ให้สัมภาษณ์ว่า “ท่านมีอะไรสงสัย หรืออยากจะถามเกี่ยวกับ เรื่องนี้ไหม” ถ้ามี โปรดอธิบายให้ผู้ให้สัมภาษณ์ฟังจนเป็นที่พอใจ)

การให้ความยินยอมของผู้ให้ข้อมูล

ข้าพเจ้าได้อ่านเอกสารขอความยินยอมนี้ (หรือเจ้าหน้าที่อ่านเอกสารให้ข้าพเจ้าฟัง) และได้มีโอกาสถามข้อสงสัยจนเป็นที่พอใจแล้ว ข้าพเจ้าได้รับทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ของ โครงการวิจัยนี้โดยละเอียดแล้ว ทั้งนี้ ข้าพเจ้าเข้าใจดีว่า ข้าพเจ้ามีสิทธิ์ที่จะไม่ตอบคำถามข้อใดข้อ หนึ่งก็ได้ หรือขอให้ความร่วมมือได้ทุกเมื่อถ้าต้องการ โดยที่จะไม่ทำให้เกิดผลกระทบต่อตัวข้าพเจ้า หรือต่อบริการใดๆ ที่ข้าพเจ้าอาจจะต้องการในอนาคตแต่อย่างใด ข้าพเจ้ายินดีให้ความร่วมมือใน ฐานะผู้ให้ข้อมูล

ลงชื่อ ผู้ให้ความร่วมมือ วันที่

ลงชื่อ ผู้ปกครอง วันที่

ลงชื่อ ผู้เก็บข้อมูล วันที่

ชื่อผู้ดำเนินโครงการวิจัย นางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่ ผู้ดำเนินการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบ กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและ เยาวชนจังหวัดปัตตานี

สถานที่ติดต่อ ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ตำบลรูสะมิแล อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 94000

โทรศัพท์ 094-7561554 e-mail: meo.peace.in.mind@gmail.com

ภาคผนวก 7

ใบพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล (เจ้าหน้าที่-สนทนากลุ่ม)

โครงการวิจัยเรื่อง: การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

วัตถุประสงค์และข้อมูลที่ต้องการ

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี โดยดิฉันนางสาวอุไรรัตน์ หน้าที่ใหญ่ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการบริหารการพัฒนาสังคม คณะบัณฑิตวิทยาลัย กำลังดำเนินการวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี” โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนากระบวนการและรูปแบบกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดว่าจะจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ และจะเก็บข้อมูลจากเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมฯ ท่านเป็นผู้หนึ่งที่โครงการวิจัยนี้เลือกโดยวิธีการเจาะจง ผู้วิจัยใคร่ขอเชิญท่านร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลพร้อมกับเจ้าหน้าที่ท่านอื่นที่ปฏิบัติหน้าที่ในการควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างทำกิจกรรม ในการให้ข้อมูลนั้น ท่านเจ้าหน้าที่คนอื่นๆ อีกประมาณ 4 - 6 คน จะถูกเชิญให้ร่วมสนทนากับนักวิจัย การสนทนาจะใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง

หัวข้อสนทนาจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับความรู้สึกในการสังเกตการทำกิจกรรม ความเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นในเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม สิ่งที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาเด็กและเยาวชนที่รับผิดชอบดูแลอยู่ ขอเสนอแนะต่อการจัดกิจกรรมข้อมูลที่ได้จากการสนทนากับท่านและทุกคนในกลุ่ม เราจะไม่นำไปเปิดเผยแก่คนอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องโดยตรงในการวิจัย และเมื่อจบโครงการวิจัยนี้แล้ว ข้อมูลทั้งหมดจะถูกทำลายเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการนำไปใช้ในทางที่ไม่พึงประสงค์

ความเสี่ยงและประโยชน์สำหรับผู้ให้ความร่วมมือ

ในการให้ความร่วมมือครั้งนี้ ไม่มีอะไรที่จะก่อให้เกิดผลในทางไม่ดีต่อท่านข้อมูลที่ผู้วิจัยได้จากท่านและทุกคนในกลุ่มของท่าน จะช่วยพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ผู้วิจัยหวังว่าผลของการศึกษาจะเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาให้ดีขึ้น

ในการสนทนา นี้ อาจมีบางเรื่องที่ท่านอาจจะรู้สึกไม่ค่อยสะดวกใจที่จะพูด ในกรณี เช่นนั้น ท่านมีสิทธิ์ที่จะขอไม่พูดหรือไม่ออกความเห็นในข้อใดข้อหนึ่งก็ได้ แต่ถึงอย่างไร ผู้วิจัยก็ใคร่ ขอความร่วมมือท่าน ขอให้พูดและแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ คำตอบรวมทั้งความคิดเห็นของท่าน จะไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิด

การมีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลครั้งนี้เป็นความสมัครใจของท่าน ท่านมีสิทธิ์ที่จะของดการ ให้ความร่วมมือเมื่อใดก็ได้ โดยที่จะไม่มีผลกระทบต่อตัวท่านหรือต่อครอบครัวของท่านแต่อย่างใดเลย

ที่เรียนท่านมาทั้งหมดนี้ หากยังมีสิ่งใดที่ไม่ชัดเจน หรือหากท่านมีข้อสงสัยได้โปรดซึ่ง ทางผู้วิจัยยินดีอธิบายแก่ท่านจนเป็นที่พอใจ

(ผู้เก็บข้อมูล: โปรดถามผู้ให้สัมภาษณ์ว่า “ท่านมีอะไรสงสัย หรืออยากจะถามเกี่ยวกับ เรื่องนี้ไหม” ถ้ามี โปรดอธิบายให้ผู้ให้สัมภาษณ์ฟังจนเป็นที่พอใจ)

การให้ความยินยอมของผู้ให้ข้อมูล

ข้าพเจ้าได้อ่านเอกสารขอความยินยอมนี้ (หรือเจ้าหน้าที่อ่านเอกสารให้ข้าพเจ้าฟัง) และได้มีโอกาสถามข้อสงสัยจนเป็นที่พอใจแล้ว ข้าพเจ้าได้รับทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ของ โครงการวิจัยนี้โดยละเอียดแล้ว ทั้งนี้ ข้าพเจ้าเข้าใจดีว่า ข้าพเจ้ามีสิทธิ์ที่จะไม่ตอบคำถามข้อใดข้อ หนึ่งก็ได้ หรืองดให้ความร่วมมือได้ทุกเมื่อถ้าต้องการ โดยที่จะไม่ทำให้เกิดผลกระทบต่อตัวข้าพเจ้า หรือต่อบริการใดๆ ที่ข้าพเจ้าอาจจะต้องการในอนาคตแต่อย่างใด ข้าพเจ้ายินดีให้ความร่วมมือใน ฐานะผู้ให้ข้อมูล

ลงชื่อ ผู้ให้ความร่วมมือ วันที่

ลงชื่อ ผู้เก็บข้อมูล วันที่

ชื่อผู้ดำเนินโครงการวิจัย นางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่ ผู้ดำเนินการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบ กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและ เยาวชนจังหวัดปัตตานี

สถานที่ติดต่อ ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ตำบลรูสะมิแล อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 94000

โทรศัพท์ 094-7561554 **e-mail:** meo.peace.in.mind@gmail.com

ภาคผนวก 8

หนังสือแจ้งผลการพิจารณารับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน กองบริการการศึกษาวิทยาเขตปัตตานี โทร. ๒๔๔๑

ที่ มอ ๐๐๑.๐๒/วส๗/๕

วันที่ ๒๗ ธันวาคม ๒๕๕๙

เรื่อง ผลการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

เรียน นางสาวไรรัตน์ หน้าใหญ่ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาการบริหารการพัฒนาสังคม คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

ตามที่ท่านได้ยื่นเอกสารเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เรื่อง การพัฒนา รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดปัตตานี (The Development of Spiritual Health Activity Model for Children and Youth in the Juvenile Observation and Protection Center of Pattani Province) (เลขที่โครงการ REC Number :psu.pn.๒-๐๑๖/๕๙) นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และการศึกษา ประจำวิทยาเขตปัตตานี ได้พิจารณาแล้ว มีมติรับรองโครงการวิจัยของท่าน แบบเร่งรัด และขอส่งหนังสือรับรอง จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชรียา ไชยลังกา)
รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ วิทยาเขตปัตตานี

- สำเนาเรียน
1. คณะบดีคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
 2. รองคณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย วิทยาเขตปัตตานี



Pn2-C2/1.0

Certificate of Approval
The Research Ethics Committee for Humanities, Social Sciences and Education
Prince of Songkla University, Pattani Campus

REC Number : psu.pn.2-016/59

ชื่อโครงการ : การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจและ
คุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

Project titled : The Development of Spiritual Health Activity Model for Children and Youth in
the Juvenile Observation and Protection Center of Pattani Province

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่

Principle Investigator : Ms.Urairat Nayai

หน่วยงานที่สังกัด : คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

Affiliation of PI : Faculty of Humanities and Social Sciences

co-investigators : -

Review Method : Expedited

Documents acceptances :

1. Submission Form
2. Self-Assessment Form
3. Information sheet for research participant
4. Intial Review Submission Form
5. Informed consent form
6. Research Project
7. Research tool

have been reviewed by the Human Research Ethics Committee in full
compliance with the Declaration of Helsinki and the Belmont Report. Please submit the report
at least once annually or submit the final report if finished.

T. Kaenin

Assoc. Prof. Dr. Theeraphong Kaenin
Chairman of Human Research Ethics Committee

Date of approval : 19 November 2016

Date of expiration : 19 November 2017

Research Unit, Curriculum and Faculty Development Office,
Educational Services Division, Prince of Songkla University, Pattani Campus.
181 Charoenpradit Road, Rusamilae, Muang, pattani 94000
Tel. +66-(0)7333 1251 Fax 66-(0)7333 1251

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ สกุล นางสาวอุไรรัตน์ หน้าใหญ่

รหัสประจำตัวนักศึกษา 5820220603

วุฒิการศึกษา

วุฒิ
ศึกษาศาสตร์บัณฑิต
(สังคมศึกษา)

ชื่อสถาบัน

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ปีที่สำเร็จการศึกษา

2548

ทุนการศึกษา

ทุนอุดหนุนการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ประจำปี 2560

ตำแหน่งและสถานที่ทำงาน

เจ้าหน้าที่ประจำโครงการพัฒนาผู้นำศาสนาเพื่อการพัฒนาสังคมชายแดนใต้
ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
วิทยาเขตปัตตานี

การตีพิมพ์เผยแพร่ผลงาน

อุไรรัตน์ หน้าใหญ่ และวันพิชิต ศรีสุข. (2559). “สุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนใน
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี” ใน การประชุมวิชาการระดับชาติ
เครือข่ายวิจัยสถาบันอุดมศึกษาทั่วประเทศ ครั้งที่ 11 ประจำปี 2559 เรื่อง เครือข่าย
วิจัยอุดมศึกษา สานพลังประชารัฐ ระหว่างวันที่ 19 – 20 ธันวาคม 2559. ณ อาคาร
สุรพัฒน์ 2 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา. หน้า 2167 –
2180 นครราชสีมา : สถาบันวิจัยและพัฒนา