

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูเยาวชนผู้กระทำผิด และผลของกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูเยาวชนผู้กระทำผิดในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต ๑ เชียงใหม่ตามแนวสติปัญญา ๔ โดยใช้รูปแบบการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi – experiment) แบบกลุ่มทดลองไม่ได้สุ่ม (non – randomized control group pretest – posttest design) ในการจัดโครงการศูนย์การเรียนรู้คุณธรรมจริยธรรมสำหรับเยาวชน : ค่ายคุณธรรม รุ่นที่ ๔/๒๕๕๓ (ส่วนภูมิภาค จังหวัดเชียงใหม่) ณ สถานศึกษาพระพุทธศาสนาและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนานาชาติ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ ๒๓ – ๒๖ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๓ ซึ่งได้คัดเลือกเยาวชนเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๕๔ คน

เครื่องมือการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามสำหรับเยาวชน แบบประเมินพฤติกรรม โดยคณะกรรมการประเมิน การสัมภาษณ์กลุ่มผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง รวมทั้งการจัดทำโครงการหลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานสำหรับเยาวชน เพื่อดำเนินการวิจัย มีระยะเวลาดำเนินการ ตั้งแต่เดือนมิถุนายน ๒๕๕๒ – กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๔ โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการทดลอง (Pre – test) และใช้การทดลอง (Treatment) หลังจากนั้นได้จัดให้มีการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานภายในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต ๑ เชียงใหม่เป็นประจำ รวมระยะเวลาทั้งสิ้น ๓ เดือน จำนวน ๙๒ วัน หลังจากนั้น คณะผู้วิจัยได้ประสานงานเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย หลังการทดลอง (Post – test) เมื่อวันที่ ๒๗ กันยายน – ๓๐ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๓ จำนวน ๕๔ คน รวมทั้งการสัมภาษณ์ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องและการสังเกตพฤติกรรมของเยาวชน

การวิเคราะห์ข้อมูล คณะผู้วิจัยได้จัดแบ่งข้อมูลการวิเคราะห์ออกเป็น ๒ ส่วน คือ ข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้สถิติเชิงพรรณนา แจกแจงความถี่ และร้อยละ ข้อมูลเกี่ยวกับผลการเปรียบเทียบคะแนนสภาพจิตใจและพฤติกรรมภายในกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ t – test (Paired – test) และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ สรุปผลปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคลได้ว่า เยาวชนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ ๕๗.๔ รองลงมาคือ ระดับประถมศึกษา ร้อยละ ๒๔.๑ และระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและระดับอาชีวศึกษา ร้อยละ ๑๘.๕ เป็นผู้กระทำผิดคดีเกี่ยวกับยาเสพติดมากที่สุด ร้อยละ ๔๒.๖ รองลงมาคือ คดีเกี่ยวกับทรัพย์สิน และคดีเกี่ยวกับชีวิต ร้อยละ ๒๕.๕ เท่ากัน และคดีเกี่ยวกับเพศ ร้อยละ ๕.๖ ส่วนใหญ่มีระยะเวลาที่อยู่ในศูนย์ฯ มากกว่า ๑ ปี ถึง ๒ ปีเต็มบริบูรณ์ ร้อยละ ๓๘.๕ รองลงมาคือ ต่ำกว่า ๑ ปี ร้อยละ ๓๕.๒ ๒ ปีขึ้นไป ถึง ๓ ปีเต็มบริบูรณ์ ร้อยละ ๑๖.๖ และมากกว่า ๓ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๕.๓

เยาวชนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีประสบการณ์การฝึกอบรมการปฏิบัติธรรมจำนวน ๓ ครั้งขึ้นไป ร้อยละ ๖๘.๕ รองลงมาคือ มีประสบการณ์การฝึกอบรมการปฏิบัติธรรม จำนวน ๒ ครั้ง หรือน้อยกว่า ร้อยละ ๓๑.๕ ส่วนความถี่ในการปฏิบัติสมาธิด้วยตนเอง พบว่า เยาวชนกลุ่มตัวอย่างปฏิบัติสมาธิน้อยกว่าสัปดาห์ละครั้ง มากที่สุด ร้อยละ ๓๘.๕ รองลงมาคือ ปฏิบัติสมาธิเป็นบางครั้ง (สัปดาห์ละ ๑-๓ ครั้ง) ร้อยละ ๓๑.๕ และปฏิบัติสมาธิบ่อยครั้ง (สัปดาห์ละ ๔-๖ ครั้งขึ้นไป) ร้อยละ ๒๙.๖

จากผลการเปรียบเทียบคะแนนสภาพจิตใจและพฤติกรรมภายในกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูตามแนวสติปัฏฐาน ๔ พบว่า เยาวชนที่ได้รับกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนสภาพจิตใจและพฤติกรรมสูงขึ้นกว่า ก่อนเข้ารับการกระบวนการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ และในการเปรียบเทียบผลคะแนนในแต่ละด้าน มีผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

๑. เยาวชนที่ได้รับกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนสภาพอารมณ์และจิตใจสูงขึ้นกว่า ก่อนเข้ารับการกระบวนการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

๒. เยาวชนที่ได้รับกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมและการปฏิบัติตัวทางวาจาสูงขึ้นกว่า ก่อนเข้ารับการกระบวนการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

๓. เยาวชนที่ได้รับกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมและการปฏิบัติตัวทางกายสูงขึ้นกว่า ก่อนเข้ารับการกระบวนการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

จากการศึกษาผลของกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูเยาวชนผู้กระทำผิดในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต ๑ เชียงใหม่ตามแนวสติปัฏฐาน ๔ พบว่า เยาวชนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับการประเมินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความประพฤติอยู่ในเกณฑ์ปานกลางหรือพอใช้ ร้อยละ

๘๔.๑ รองลงมาคือ ความประพฤติดูอยู่ในเกณฑ์ขั้นต่ำควรปรับปรุง ร้อยละ ๒๐.๔ และความประพฤติดูอยู่ในเกณฑ์ดี ร้อยละ ๕.๖ สอดคล้องกับผลการสัมภาษณ์ซึ่งพบว่า การปฏิบัติธรรมมีผลทางด้านจิตใจและส่งผลให้เยาวชนมีพฤติกรรมทางกายและวาจาดีขึ้นในระดับพอใช้ เยาวชนรู้จักการควบคุมและพัฒนาตนเอง สอดคล้องกับความคิดเห็นของผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ซึ่งให้ความเห็นว่า เยาวชนมีกิริยาสุภาพเรียบร้อย มีพฤติกรรมการปฏิบัติธรรมพอใช้ และมีผลการประเมินที่ชี้ให้เห็นว่า เยาวชนมีการกระทำผิดกฎระเบียบน้อยลง มีสมาธิมากขึ้น ขอบรับฟังเหตุผลของผู้อื่นมากขึ้น มีความขยัน ประพฤติดูอ่อนน้อมถ่อมตนหรือการพูดจาสุภาพ มีความเมตตา กรุณา รู้สึกเกรงกลัวต่อบาป มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น กล้าแสดงออกต่อสาธารณชน มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น และมีข้อเสนอแนะว่า ควรมีการจัดดำเนินโครงการเช่นนี้เป็นประจำทุกปี มีการติดตามประเมินผลทุกระยะ มีการจัดหลักสูตรการอบรมอย่างต่อเนื่อง และจัดเตรียมความพร้อมทั้งด้านงบประมาณ บุคลากรด้านการฝึกอบรม และผู้เข้าร่วมโครงการ

ส่วนในด้านความคิดเห็นของเยาวชน พบว่า การปฏิบัติธรรมควรใช้กฎระเบียบที่เข้มงวดมากขึ้น มีการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเสริมการปฏิบัติธรรม การแนะนำวิธีการปฏิบัติธรรมด้วยตนเอง การแบ่งฐานหรือแบ่งกลุ่มในการปฏิบัติธรรม การจัดสถานที่ให้เพียงพอต่อผู้เข้ารับการปฏิบัติธรรม การจัดเพิ่มจำนวนพระวิปัสสนาจารย์ให้เพียงพอ และการจัดปฏิบัติธรรมในช่วงเวลาที่เหมาะสม

ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม พบว่า ควรมีรูปแบบการปฏิบัติธรรมที่หลากหลาย มีรูปแบบการปฏิบัติธรรมที่หลากหลายตามลักษณะนิสัยหรือตามหลักจิต ๖ ของผู้ปฏิบัติด้วย โดยเน้นกิจกรรมการสอดแทรกเนื้อหาสาระและการปฏิบัติธรรมไปด้วยกัน และปรับเปลี่ยนวิธีการปฏิบัติให้ครอบคลุมการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้ปฏิบัติด้วย ตลอดจนการส่งเสริมกิจกรรมปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง และการเน้นกิจกรรมกระบวนกลุ่มร่วมกับการปฏิบัติธรรม คือ การให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องและผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติธรรมร่วมกับเยาวชน เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเยาวชนกับสังคมรอบตัวของเยาวชน ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการฟื้นฟูทางด้านจิตใจของเยาวชนได้ทางหนึ่ง

๕.๒ อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยผลของกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูเยาวชนผู้กระทำผิดตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ พบว่า ผลของการฝึกสมาธิหลายชนิดและหลายประเภทมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ของบุคคลผู้ปฏิบัติ เช่น สุขภาพจิต สุขภาพกาย ความมั่นคงทางอารมณ์ ความคิด การใช้เหตุผล ความเครียด เป็นต้น ซึ่งผลการศึกษาส่วนใหญ่พบว่า การฝึกสมาธิเป็นวิธีหนึ่งในการพัฒนา

สติของผู้ปฏิบัติให้มีสุขภาพจิตดีขึ้นในด้านการควบคุมอารมณ์ จิตใจ และสติปัญญาให้ดีขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่นในงานศึกษาของ มอส (Moss) (๒๐๐๔) ซึ่งพบว่า ผู้ที่ทำสมาธิแบบโยคะและการทำสมาธิมีความวิตกกังวลลดลงหลังจากการนั่งสมาธิเป็นกลุ่ม สมคิด ทิพย์เพ็ง (๒๕๔๘) พบว่า หลังการทดลองใช้วิธีการปฏิบัติอานาปานสติ เมื่อเปรียบเทียบผลการเรียนรู้ด้านความรู้และเจตคติพบว่า คะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนทดลองใช้วิธีการปฏิบัติอานาปานสติอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ อารี นุ้ยบ้านด่าน (๒๕๔๘) พบว่า ระดับความเครียดและระดับสติ ก่อนการเข้าโครงการวิจัยระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกัน แต่หลังการฝึกสมาธิตั้งแต่สัปดาห์ที่ ๑ – ๖ ระดับสติในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๐๑ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า เยาวชนที่ได้รับกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนสภาพจิตใจและพฤติกรรมสูงขึ้นกว่า ก่อนเข้ารับกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูตามแนวสติปัฏฐาน ๔ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

จากผลการศึกษาวิจัยกระบวนการแก้ไขฟื้นฟูเยาวชนผู้กระทำความผิดในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต ๗ เชียงใหม่ตามแนวสติปัฏฐาน ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ ๒ พบว่า การปฏิบัติธรรมมีผลทางด้านจิตใจและส่งผลให้เยาวชนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมดีขึ้นในระดับพอใช้ ฉะนั้น จึงควรมีการจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความคงทนของพฤติกรรมในระยะยาว ดังที่ในงานศึกษาของสถาบันวิทยาศาสตร์แห่งชาติ สหรัฐอเมริกา (National Science Foundation; NSF)(๒๐๐๘) ซึ่งพบว่า ระดับคลื่นแกมมาที่สูงของภิกษุก่อนการปฏิบัติสมาธินั้น แสดงให้เห็นว่าสมองได้มีการพัฒนาอย่างถาวรหากได้รับการปฏิบัติธรรมติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ถึงแม้ว่าปัจจัยทางด้านอายุและสุขภาพอาจจะทำให้คลื่นสมองแกมมามีระดับที่แตกต่างกันไป แต่ปัจจัยที่สำคัญที่สังเกตได้ชัดจากการทดลอง คือ จำนวนชั่วโมงของการปฏิบัติสมาธิส่งผลโดยตรงต่อการทำงานของคลื่นสมองแกมมา

นอกจากนั้นแล้ว การจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม ควรมีประยุกต์รูปแบบให้มีความหลากหลายครอบคลุมกับวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน ดังในงานศึกษาของ สุกีย์ (Sukys) (๒๐๐๔) ซึ่งพบว่า การฝึกสมาธิของศาสนาพุทธนิกายเซน ทำให้ผู้ปฏิบัติมีตระหนักรู้ว่า สมาธิเป็นส่วนหนึ่งของการทำงานตามหน้าที่ของตน และ ชาน (Chan) (๒๐๐๔) พบว่า ประสบการณ์ในการทำสมาธิมีสหสัมพันธ์กับการปฏิบัติงานโดยรวมที่สูงขึ้น

แต่อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ยังอาจสรุปให้ชัดเจนไม่ได้ว่า ผลของอารมณ์และพฤติกรรมที่ดีขึ้นของเยาวชนเป็นผลมาจากการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของโครงการวิจัยเพียงประการเดียว เนื่องจากทางศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต ๗ เชียงใหม่ก็ยังมีโครงการและกิจกรรมในการแก้ไขฟื้นฟูที่จัดขึ้นเป็นประจำ รวมทั้งการมีกฎระเบียบในการควบคุมดูแล และ

มีหน่วยงานภายนอกเข้ามาจัดทำกรแก้ไขฟื้นฟูเยาวชนร่วมด้วย ซึ่งสาเหตุปัจจัยต่างๆ เหล่านี้มีส่วนสนับสนุนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของเยาวชน แต่อย่างน้อยการที่มหาวิทยาลัยสงฆ์ได้มีส่วนร่วมร่วมกับหน่วยงานหรือสถาบันทางสังคมอื่นๆ ในการแก้ไขปัญหาวัยของเยาวชน โดยใช้องค์ความรู้ทางศาสนา ก็จะเป็นเหตุปัจจัยหนึ่งในการสร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้น

ดังนั้น ถึงแม้การปฏิบัติธรรมพัฒนาสติ จะเป็นสิ่งที่ดี แต่ถ้าเยาวชนขาดแรงจูงใจในการปฏิบัติธรรม คือมุ่งแต่จะให้ปฏิบัติอย่างเดียว แต่ขาดความเลื่อมใสศรัทธาในการปฏิบัติ หรือเป็นกิจกรรมที่ถูกบังคับให้ทำ ย่อมส่งผลเสียต่อการปฏิบัติและสร้างทัศนคติที่ไม่ดีแก่เยาวชน จึงควรเน้นการจัดกิจกรรมให้เยาวชนมีความรู้สึกที่ดี ใช้กิจกรรมกลุ่มและกระบวนการกลุ่ม คือ ให้เยาวชนมีส่วนร่วมมากกว่าเน้นการปฏิบัติธรรมแบบปัจเจกเพียงอย่างเดียว และการจัดกิจกรรมที่ชักจูงให้ผู้ปกครองและสังคมรอบข้างเยาวชนเข้ามีส่วนร่วมให้มากขึ้น และเน้นย้ำให้เยาวชนเข้าใจผลของกาปฏิบัติธรรมว่า ไม่ใช่ปฏิบัติธรรมเพื่อตนเองหรือปฏิบัติตามกฎระเบียบเท่านั้น แต่ยังเป็นการสร้างสมบุญความดีแก่ผู้อื่น โดยเฉพาะครอบครัวของตนเอง สังคมรอบข้าง ประเทศชาติ และเป็นการดำรงพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืนต่อไป

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

- ๑) ควรมีการดำเนิน โครงการอย่างต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี และจัดให้มีโครงการทั่วถึงแก่เยาวชนทุกคน
- ๒) ควรมีการจัดกิจกรรมโครงการโดยคำนึงความแตกต่างและความต้องการของแต่ละคน
- ๓) ควรมีการประเมินผลเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการอย่างต่อเนื่อง
- ๔) ควรให้คณะผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ผู้ดูแล และผู้ปกครองได้เข้าร่วมโครงการด้วย เช่น การสวดมนต์ไหว้พระ ฟังธรรม ทำวัตรเช้าเย็น ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ เดินจงกรมร่วมกัน
- ๕) ควรมีการจัดหลักสูตรการอบรม และมีการสนับสนุนด้านงบประมาณบุคลากรด้านการฝึกอบรม และผู้เข้าร่วมโครงการ

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัย

- ๑) ควรนำโครงการพัฒนาสติที่ได้จากการวิจัยไปใช้ศึกษาถึงวิธีการฟื้นฟูสภาพจิตใจของเด็กและเยาวชนอย่างต่อเนื่อง และการขยายผลโครงการไปสู่ศูนย์ฝึกฯ อื่นๆ
- ๒) ควรมีการศึกษาทดลองเปรียบเทียบผลการใช้โครงการพัฒนาจิตโดยใช้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

๓) ควรมีการศึกษาวิจัยติดตามผลเด็กและเยาวชนที่พ้นโทษและได้ผ่านการอบรมแล้วอย่างต่อเนื่อง เพื่อศึกษาผลการนำไปใช้ปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน