

การฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง

SELF-TRAINING ACCORDING TO BUDDHADHAMMA OF INMATES, LAMPANG CENTRAL PRISON

จรรย์นตร์ ตีป้อด *

Jaran Tibut

ดิลก บุญอิม **

Dilok Boon-im

พระอธิการสุชาติ จันทสโร ***

Phra Athikarn Suchat Chantasaro

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง 2) เพื่อเสนอแนวทางเกี่ยวกับการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง เป็นการศึกษาวิจัยแบบผสมวิธี ทั้งเชิงปริมาณ และเชิงสัมภาษณ์ กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ต้องขังชาย ที่เข้าร่วมโครงการฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรม ในเรือนจำกลางลำปาง ระหว่างวันที่ 12 - 28 ธันวาคม 2561 จำนวนทั้งสิ้น 70 คน และกลุ่มเป้าหมายผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ พระภิกษุ และเจ้าหน้าที่เรือนจำกลางลำปาง จำนวน 10 รูป/คน

ผลการวิจัย พบว่า ความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังเรือนจำกลางลำปาง ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ด้านความซื่อสัตย์ ผู้ตอบแบบสอบถาม มีการฝึกความซื่อตรง ซื่อสัตย์ต่อมิตรสหายที่อยู่ร่วมกัน ด้านการมีสติยั้งคิด ผู้ตอบแบบสอบถาม ฝึกใช้ชีวิตความเป็นอยู่อย่างพอเพียง ด้านการมีความเพียร ผู้ตอบแบบสอบถาม ฝึกความเข้มแข็งที่เป็นคุณสมบัติที่สำคัญของการดำรงตนในเรือนจำ และด้านการบำเพ็ญประโยชน์ ผู้ตอบแบบสอบถาม ได้ฝึกความพร้อมเพรียงร่วมมือร่วมใจในการปฏิบัติงานที่ต้องทำด้วยกัน

ส่วนความคิดเห็นของผู้ให้สัมภาษณ์ ด้านความซื่อสัตย์ เห็นว่า ควรให้ผู้ต้องขังฝึกตนให้เป็นคนซื่อตรง โดยปฏิบัติงานด้วยการยึดถือความถูกต้องตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายเป็นสำคัญ ด้านการมีสติยั้งคิด ควรให้ผู้ต้องขังฝึกตนให้ใช้เหตุผลในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งกับคนอื่นอย่างสันติ ด้านการมีความเพียร

* นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง

** วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง

*** วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง

ควรให้ผู้ต้องขังฝึกตนให้มีความเพียรพยายามประพฤติตนตามระเบียบวินัยของเรือนจำ และดำเนินการบำเพ็ญประโยชน์ ควรให้ผู้ต้องขังฝึกตนให้รู้จักบำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวมอยู่เสมอเมื่อได้รับโอกาส

แนวทางการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง ด้านการมีความซื่อสัตย์ ผู้ต้องขังควรฝึกปฏิบัติตนให้เป็นผู้มีความซื่อตรงต่อมิตรสหายที่อยู่ร่วมกัน ปฏิบัติงานตามกฎระเบียบของทางราชการ ปฏิบัติงานโดยยึดถือความถูกต้องตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ด้านการมีสติยั้งคิด ควรฝึกการใช้ชีวิตความเป็นอยู่อย่างพอเพียง ไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา ด้านการมีความเพียร ควรฝึกปฏิบัติตนให้มีความเข้มแข็งในการดำรงตนในเรือนจำ พยายามประพฤติตนตามระเบียบวินัยของเรือนจำ และดำเนินการบำเพ็ญประโยชน์ ควรฝึกปฏิบัติตนให้พร้อมเพรียงร่วมมือร่วมใจในการปฏิบัติงานที่ต้องทำด้วยกัน พร้อมจะอุทิศตนเพื่องานของทางราชการที่ได้รับมอบหมาย

คำสำคัญ: การฝึกตน, ธรรม, ผู้ต้องขัง

ABSTRACT

This research purpose: 1) To study self-train according to the Buddhist principles of inmates in Lamphang Central Prison. 2) To synthesize and propose guidelines for practicing self-training according to the Buddhist principles of inmates in Lamphang Central Prison. It is an integrated research study, merge method both quantitative and interviews. The population used in the research is male inmates at Participating in the Moral and Ethical Training Program in Lamphang Central Prison, between 12 -26 December 2018, the total number of 70 people, 10 interviewees target group is monks and the staff of Lamphang Central Prison.

The research found that, Self-training according to Buddhism principles of inmates in Lamphang Central Prison, of respondents, Issues to have the highest mean, side of honesty, There is training for integrity to be faithful to friends who live together with the interviewees .The mindfulness restraint there comments that, the respondents have trained to live sufficient life. The side of perseverance, There comments that, Inmates have strength training that is an important feature of being in prison. And side of service, there comments that, Inmates have trained the unity to cooperate in the work that must be done together,

As for the interviewers' opinion in the sense of honesty, the prisoners should be trained to be honest, performing the task by adhering to the correctness according to the assigned duties.The mindfulness restraint should allow prisoners to train themselves to use reason to resolve conflicts with others in peace. With perseverance should the prisoners train themselves to be diligent, try to behave in accordance with the discipline of the prison.And side of service should keep the prisoners from practicing themselves to recognize the public's benefits when receiving opportunities.

Guidelines of self-training according to Buddhism principles of inmates in Lamphang Central Prison, Found that, Side of honesty, Inmates should self-training to be honest with their friends, work

according to government regulations perform work by adhering to the correctness according to the assigned duties. Side of having mindfulness restraint, Inmates should practice adequate living, do not use violence to solve problems. Side of perseverance, Inmates should practice to be strong in their prisons. Trying to behave in accordance with the discipline of the prison. And side of service, Inmates should practice to be ready to cooperate in the work that must be done together, ready to devote himself to the work of the government that has been assigned

Keywords: Self-training, Dhamma, Inmates

บทนำ

กระบวนการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดของประเทศไทยในปัจจุบัน มีทิศทางที่แตกต่างออกไปจากอดีต จากเดิมที่มุ่งเน้นการลงโทษผู้กระทำความผิดอย่างรุนแรงเพื่อให้เกิด ความเข็ดหลาบ และเกรงกลัว ไม่กล้าที่จะกลับมากระทำความผิดอีก เปลี่ยนเป็นการให้ความสำคัญ กับการพัฒนาพฤตินิสัยเพื่อให้ผู้กระทำความผิดกลับตนเป็นคนดีก่อนกลับคืนสู่สังคมและไม่หวนกลับมากระทำความผิดอีก ซึ่งปรัชญาการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดดังกล่าวนี้ ถูกสะท้อนผ่านวิสัยทัศน์ของหน่วยงานที่มีภารกิจหลักในด้านการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดได้แก่ กรมราชทัณฑ์ ซึ่งมุ่งมั่นที่จะ เป็นองค์กรที่มีประสิทธิภาพในการควบคุม แก้ไขและพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีมีคุณค่าสู่สังคม กรมราชทัณฑ์ได้ทุ่มเทงบประมาณ และทรัพยากรมหาศาลในการพัฒนาพฤตินิสัยผู้กระทำความผิดในส่วนที่ตนรับผิดชอบ แต่เมื่อพิจารณาสถิติผู้กระทำความผิดกลับพบว่า ผู้กระทำความผิดที่เข้าสู่ระบบเรือนจำยังมีจำนวนมากอยู่ ดังเช่นสถิติปี พ.ศ. 2560 ปรากฏมีผู้ต้องขังที่เป็นนักโทษเด็ดขาด เข้าสู่การควบคุมของกรมราชทัณฑ์ จำนวนทั้งสิ้น 229,335 คน ชาย จำนวน 197,506 คน และหญิง จำนวน 31,829¹

ยิ่งไปกว่านั้น ยังพบว่า มีผู้กระทำความผิดจำนวนไม่น้อยที่วนเวียนเข้า-ออกเรือนจำและทัณฑสถาน ซึ่งอยู่ในการกำกับของกรมราชทัณฑ์ จึงสะท้อน ให้เห็นว่า กระบวนการพัฒนาพฤตินิสัยของผู้กระทำความผิดยังไม่บรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ แม้รัฐจะใช้งบประมาณและทรัพยากร ทางการบริหารอื่นๆ เป็นจำนวนมหาศาลเพื่อจัดการกับปัญหาเหล่านี้ แต่ก็ยังไม่สามารถดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลเท่าที่ควร ยิ่งเมื่อพิจารณาในแง่ความคุ้มค่าทางด้านศักยภาพการผลิตของประเทศด้วยแล้ว จะเห็นได้ว่ารัฐต้องสูญเสียประชากรวัยทำงาน ไปกับปัญหาอาชญากรรม เป็นจำนวนกว่ามาก อย่างไรก็ตาม กรมราชทัณฑ์ได้มีการกำหนดแนวทางการบริหารงานราชทัณฑ์ไว้อย่างชัดเจน ตามแนวทางขององค์การสหประชาชาติ ซึ่งเป็นข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำ สำหรับการปฏิบัติ ต่อผู้ต้องขัง โดยมีมติให้ประเทศสมาชิกถือปฏิบัติตั้งแต่วันที่ 30 สิงหาคม 2498 มีสาระสำคัญ² ดังนี้

¹ กรมราชทัณฑ์, สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 พฤษภาคม 2561. จากเว็บไซต์ https://www.m-society.go.th/ewt_news.php?nid=18755,

² ประเสริฐ เมฆมณี, หลักทัณฑ์วิทยา. (พระนคร: บพิธการพิมพ์จำกัด. 2525). หน้า 5

1. เพื่อเป็นการป้องกันสังคมให้ปลอดภัยแห่งอาชญากรรม โดยการนำตัวผู้กระทำผิด มาลงโทษตามกฎหมาย

2. เพื่อปรับแต่งแก้ไขผู้กระทำผิดโดยการให้การศึกษอบรมทางศีลธรรม จรรยา และฝึกอาชีพที่เหมาะสมเป็นรายบุคคลไป

ปัจจุบัน กรมราชทัณฑ์ได้จัดทำแผนปฏิบัติการราชการ พ.ศ. 2559-2562 มีประเด็นยุทธศาสตร์ 5 ประเด็น³ ดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1: พัฒนาประสิทธิภาพการควบคุมผู้ต้องขังตามหลักมาตรฐานสากล โดยมีเป้าประสงค์ คือ ควบคุมผู้ต้องขังอย่างมีประสิทธิภาพตามมาตรฐานสากล

ยุทธศาสตร์ที่ 2: พัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีสู่สังคม โดยมีเป้าประสงค์ คือ คืนคนดีมีคุณค่ากลับสู่สังคม

ยุทธศาสตร์ที่ 3: แก้ไขปัญหาอาชญากรรมให้ได้อย่างยั่งยืน โดยมีเป้าประสงค์ คือ เรือนจำและทัณฑสถานปราศจากยาเสพติดและอุปกรณ์สื่อสาร

ยุทธศาสตร์ที่ 4: พัฒนาบุคลากรให้มีความเป็นมืออาชีพ โดยมีเป้าประสงค์ คือ บุคลากรกรมราชทัณฑ์มีความเป็นมืออาชีพ

ยุทธศาสตร์ที่ 5: เสริมสร้างการปฏิบัติงานราชทัณฑ์ ยึดหลักธรรมาภิบาล โดยมีเป้าประสงค์ คือ การปฏิบัติงานราชทัณฑ์เป็นไปตามหลักธรรมาภิบาล

เรือนจำกลางลำปาง เป็นเรือนจำส่วนกลาง สังกัดกรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม ตั้งอยู่เลขที่ 100 ถนนพหลโยธิน ตำบลหัวเวียง อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง ปัจจุบัน มีผู้ต้องขังที่เป็นนักโทษเด็ดขาดในการควบคุมของเรือนจำ ตามที่สำรวจ ณ วันที่ 1 มกราคม 2560 จำนวน 1,452 คน ชาย จำนวน 1,224 คน หญิง จำนวน 228 คน

ในด้านพันธกิจตามประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 คือ พัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีสู่สังคมนั้น เรือนจำกลางลำปาง ได้ดำเนินการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขังในรูปแบบต่างๆ เป็นต้นว่า การอบรมระเบียบวินัย แก่ผู้ต้องขังเข้าใหม่ การอบรมตามประเภทโทษ การอบรมเป็นรายบุคคล การอบรมก่อนพ้นโทษ และจัดให้เข้าเรียนวิชาชีพศึกษา ส่วนแนวทางการอบรมนั้น จะเน้นให้ความรู้ในเรื่องคุณธรรมและจริยธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นสำคัญ เพราะผู้ต้องขังส่วนใหญ่เป็นชาวพุทธ โดยคาดหวังจะให้ผู้ต้องขังกลับตนเป็นพลเมืองดี และสามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้เป็นปกติ อย่างไรก็ตาม ยังมีผู้ต้องขังบางคนที่พ้นโทษไปแล้ว กลับมาต้องโทษซ้ำอีก ซึ่งสะท้อนถึงระดับประสิทธิภาพของการทำงานด้านพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง ที่จะต้องให้มากขึ้น ในการนี้ เรือนจำกลางลำปาง ได้มอบหมายโครงการฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรมแก่ผู้ต้องขัง ให้ผู้วิจัยและคณะจัดกิจกรรมฝึกอบรม ระหว่างวันที่ 12-28 ธันวาคม 2561 โดยกำหนดให้ผู้ต้องขังที่อยู่ในเกณฑ์ที่ต้องปรับพฤติกรรม เข้ารับการฝึกอบรม จำนวน 70 คน ในการทำแผนการฝึกอบรมดังกล่าว ผู้วิจัยได้มีแนวคิดที่จะนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ที่เห็นว่ามีสำคัญยิ่งต่อการฝึกตน จำนวน 4 ด้าน คือ ความซื่อสัตย์ ความมีสติยังคิด ความเพียร และการบำเพ็ญประโยชน์ มาเป็นกรอบในการจัดกิจกรรม โดยจะมีการสำรวจการฝึกตนด้วยการปฏิบัติตามหลักธรรมเหล่านี้ ทั้งก่อนและหลังเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรม เพื่อเป็นการ

³ กรมราชทัณฑ์, แผนปฏิบัติการราชการ กรมราชทัณฑ์พ.ศ. 2559-2562. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 พฤษภาคม 2561. จากเว็บไซต์ www.oic.go.th/FILEWEB/CABINFOCENTER11/DRAWER052/.../00000124.PDF.

ประเมินผลการจัดกิจกรรมครั้งนี้ว่า มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลเพียงใด ซึ่งผลการวิจัยจะสามารถนำไปเป็นแนวทางการกำหนดแผนงานจัดกิจกรรมฝึกอบรมผู้ต้องขังในครั้งต่อไป

ดังนั้น ผู้วิจัยในฐานะเป็นเจ้าหน้าที่ของเรือนจำกลางลำปาง จึงตัดสินใจศึกษาวิจัยเรื่อง “การฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง” ทั้งนี้ เพื่อต้องการศึกษารูปแบบการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง ในด้าน ความซื่อสัตย์ ความมีสติยั้งคิด ความเพียร และการบำเพ็ญประโยชน์ โดยคาดหวังว่า ผลการศึกษาวินิจฉัยครั้งนี้ จะได้แนวทางการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนา ที่เหมาะกับการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง และสามารถนำไปใช้เป็นส่วนหนึ่งของเรือนจำ และทัณฑสถานอื่นๆ ต่อไป

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขัง ในเรือนจำกลางลำปาง
2. เพื่อเสนอแนวทางการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง

วิธีดำเนินการวิจัย

ขอบเขตด้านประชากร กลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ ผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง ที่เข้าร่วมโครงการอบรมคุณธรรมและจริยธรรม จำนวน 70 คน ได้มาโดยเจ้าหน้าที่ฝ่ายจำแนกลักษณะผู้ต้องขังเป็นผู้คัดเลือกผู้ต้องขังที่อยู่ในข่ายที่ควรให้เข้ารับการอบรม และการคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ พระภิกษุ จำนวน 1 รูป เจ้าหน้าที่เรือนจำ จำนวน 9 คน รวมจำนวน 10 รูป/คน ได้มาโดยวิธีการเจาะจง

ขอบเขตด้านเนื้อหา เป็นการศึกษาแนวทางการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง ใน 4 ด้าน คือ ด้านความซื่อสัตย์ ด้านความมีสติยั้งคิด ด้านความเพียร และ ด้านการบำเพ็ญประโยชน์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้มีการออกแบบเครื่องมือ 2 อย่าง คือ 1) ใช้แบบสอบถามที่มีลักษณะปลายปิด เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง จากกลุ่มตัวอย่าง โดยการสร้างแบบสอบถามขึ้นเอง จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) ใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างที่มีลักษณะปลายเปิด เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนาของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางลำปาง จากกลุ่มเป้าหมาย โดยการสร้างแบบสัมภาษณ์ขึ้นเองจากการศึกษาแนวคิดทฤษฎี และหลักธรรมต่างๆ

ผลการวิจัย

ด้านความซื่อสัตย์ หลังเข้าร่วมโครงการเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนา ด้านความซื่อสัตย์ โดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ที่สุด ที่เป็นรายชื่อ พบว่า ข้อที่ผู้ตอบแบบสอบถาม มีการฝึกความซื่อตรง ซื่อสัตย์ต่อมิตรสหายที่อยู่

ร่วมกัน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา ฝึกปฏิบัติงานตามกฎระเบียบของทางราชการ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนข้อที่ฝึกต่ำสุด ได้แก่ ปฏิบัติตนด้วยความซื่อสัตย์ตามความเป็นจริง สามารถตรวจสอบได้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

ด้านการมีสติยั้งคิด หลังเข้าร่วมโครงการเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนา ด้านการมีสติยั้งคิด โดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ที่เป็นรายชื่อ พบว่า ข้อที่ผู้ตอบแบบสอบถาม ฝึกใช้ชีวิตความเป็นอยู่อย่างพอเพียง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา ฝึกการไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนข้อที่ฝึกต่ำสุด ได้แก่ ไม่วุ่นไหวต่อคำตักเตือนินทาหรือคำใส่ร้าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

ด้านการมีความเพียร หลังเข้าร่วมโครงการเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนา ด้านการมีความเพียร โดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด เป็นรายชื่อ พบว่า ข้อที่ผู้ตอบแบบสอบถาม ฝึกความเข้มแข็งเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของการดำรงตนในเรือนจำ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา เพียรพยายามประพฤติตนตามระเบียบวินัยของเรือนจำ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนข้อที่ฝึกต่ำสุด ได้แก่ เพียรพยายามปรับความเข้าใจกัน เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

ด้านการบำเพ็ญประโยชน์ หลังเข้าร่วมโครงการเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม ผู้ตอบแบบสอบถาม มีการฝึกตนตามหลักธรรมพระพุทธศาสนา ด้านการบำเพ็ญประโยชน์ โดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ที่เป็นรายชื่อ พบว่า ข้อที่ผู้ตอบแบบสอบถาม ฝึกความพร้อมเพรียงร่วมมือร่วมใจในการปฏิบัติงานที่ต้องทำด้วยกัน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา พร้อมจะอุทิศตนเพื่องานของทางราชการที่ได้รับมอบหมาย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนข้อที่ฝึกต่ำสุด ได้แก่ ได้ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ต้องขังผู้ยากไร้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

อภิปรายผลการวิจัย

ด้านความซื่อสัตย์ ข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับสูงสุด คือ ข้อมีความซื่อตรง ซื่อสัตย์ต่อมิตรสหายที่อยู่ร่วมกัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.41 ที่เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ อาจเห็นว่า การอยู่ในเรือนจำต้องจากครอบครัวที่จะคอยช่วยเหลือกัน ดังนั้นการที่ต้องอยู่ในเรือนจำ ซึ่งมีข้อจำกัดในด้านปัจจัยอุปโภคบริโภค การมีมิตรแท้เป็นปัจจัยสำคัญยิ่งที่จะคอยเตือนสติ แนะนำ ในสิ่งที่ถูกต้อง และมีการแบ่งปันกันในปัจจัยเครื่องบริโภคใช้สอยในยามที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งขาดแคลน แต่การที่จะรักษามิตรแท้ไว้ได้ จะต้องมีความซื่อตรง ซื่อสัตย์ต่อมิตรสหายที่อยู่ร่วมกัน สอดคล้องกับแนวคิดของ วรรณพรหมบุรณย์ (2540)⁴ ที่กล่าวไว้ตอนหนึ่ง ความว่า “การรู้จักตนเอง หมายถึง การรู้จักและเข้าใจใน ความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตน รู้เหตุ รู้ผล รู้จักเลือกสิ่งต่างๆ รู้จักที่จะนำความคิดกับ การกระทำมาสัมพันธ์กัน ทำให้เกิดการตัดสินใจ และการตัดสินใจที่ถูกต้อง คือ การศึกษามอง ตนเอง และผู้อื่นในแง่ดี รักตนเอง รักผู้อื่น มองเห็นความมีคุณค่าในตนและในผู้อื่นด้วย” และข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับต่ำสุด คือ ข้อปฏิบัติตนด้วยความซื่อสัตย์ตามความเป็นจริง สามารถตรวจสอบได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 ที่

⁴ วรรณพรหมบุรณย์, การพัฒนามนุษย์ที่ยั่งยืน. (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2540). หน้า 51

เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม อาจเห็นว่า การแสดงความซื่อสัตย์ตามความเป็นจริง เป็นสิ่งที่ ดีทำให้ผู้พูดเป็นบุคคลน่าเชื่อถือ แต่บางครั้ง การพูด การกระทำตามความเป็นจริงมีผลกระทบแก่ตนและผู้อื่น เช่น ผู้ต้องขังรู้ว่า พูดความจริงแล้ว เพื่อนทั้งสองฝ่ายจะวิวาทกัน แล้วยังขึ้นพูดออกไป การพูดความจริงเช่นนี้ จึงไม่เป็นผลดีแก่ใครๆ อย่างไรก็ตามก็ดี ปฏิบัติตนด้วยความซื่อสัตย์ตามความเป็นจริงจึงขึ้นอยู่กับสถานการณ์และ ช่วยเวลาที่เหมาะสม และเกิดผลดีแก่ทุกฝ่าย สอดคล้องกับแนวคิดของ ยุรพร ศุภรัตน์ (2542)⁵ ที่กล่าวไว้ ตอนหนึ่ง ความว่า “การรู้จักตนเอง เป็นความสามารถในการรู้เข้าใจอารมณ์ ตลอดจนจุดอ่อน จุดแข็ง และ ความต้องการของตนเอง อย่างลึกซึ้ง ผู้ที่รู้จักตนเองเป็นอย่างดีจะมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น คนที่รู้จัก ตนเองเป็นอย่างดี ย่อมเข้าใจถึงผลกระทบจากอารมณ์ของตนเองที่มีต่อผู้อื่น และต่อการปฏิบัติงาน”

ด้านการมีสติยั้งคิด: ข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับสูงสุด คือ ข้อฝึกใช้ชีวิตความ เป็นอยู่อย่างพอเพียง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.30 ที่เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ อาจ เห็นว่า การเข้าใจตนเองและการยอมรับในตนเองเป็นสิ่งสำคัญมากในการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่อย่าง พอเพียง เช่น ใช้จ่ายทรัพย์ไม่เกินรายได้ ทำงานไม่เกิดกำลัง และบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมไม่เกินสภาพ และบทบาทของตนสอดคล้องกับแนวคิดของนันทนา ธรรมบุศย์ (2540)⁶ ที่กล่าวไว้ตอนหนึ่ง ความว่า “การ เข้าใจตนเองและการยอมรับในตนเองเป็นสิ่ง สำคัญมากในการพัฒนาตน ผู้ที่ไม่รู้จักตนเองย่อมไม่อาจทราบ ได้ว่า ตนคือใคร ตนมีข้อดี ข้อบกพร่องอย่างไร ตนมีบทบาทหน้าที่ และความรับผิดชอบอะไรบ้าง ซึ่งจะเป็น อุปสรรคที่ขัดขวาง ไม่ให้คนเราก้าวไปสู่ความเจริญก้าวหน้า และความสำเร็จของชีวิต ตรงกันข้ามกับผู้รู้จัก ภาวะของตนเองอย่างแท้จริง ย่อมสามารถกำหนดแนวทางของชีวิตให้อยู่ในทิศทางซึ่งมีความหมายตามที่ ต้องการได้” และข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับต่ำสุด คือ ข้อไม่หวั่นไหวต่อคำติฉินนินทาหรือ คำใส่ร้าย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.94 ที่เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนหนึ่ง อาจตระหนักอยู่ใน ตนเองว่า ความเป็นผู้ต้องขัง จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความอดทนอดกลั้นต่อสิ่งที่ตนไม่ต้องการ เพราะตนอยู่ ภายใต้อาการควบคุมของเรือนจำ หากอดทนอดกลั้นคำติฉินนินทาหรือคำใส่ร้าย จะมีความเป็นอยู่อย่างลำบาก และอาจสร้างศัตรูขึ้นได้ ดังนั้น การไม่หวั่นไหวต่อคำติฉินนินทา แล้วสัมพันธ์ภาพเชิงบวก จะทำให้ตน ปลอดภัย สอดคล้องกับแนวคิดของเรียม ศรีทอง (2542)⁷ ที่กล่าวไว้ตอนหนึ่ง ความว่า “การตระหนักอยู่ใน ตนเอง จะช่วยให้เรารู้ตนเอง นำไปสู่การพัฒนาสัมพันธภาพเชิงบวก จัดการสิ่งต่างๆ ได้อย่างมี ประสิทธิภาพ และวางเป้าหมายในชีวิตได้อย่างเหมาะสม”

ด้านการมีความเพียร: ข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับสูงสุด คือ ข้อคิดว่าความ เข้มแข็งเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของการดำรงตนในเรือนจำ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.53 ที่เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม อาจเห็นว่า เมื่อจำใจต้องเข้ามาอยู่ในเรือนจำ จึงจำเป็นต้องปรับตัวเองให้มีความเข้มแข็ง ทั้งกายและจิตใจ จึงจะสามารถดำรงตนในเรือนจำได้เป็นปกติ สอดคล้องกับแนวคิดของ วราภรณ์ ตระกูล สฤษดิ์ (2545)⁸ ที่กล่าวไว้ตอนหนึ่ง ความว่า “การปรับตัว เป็นกระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการ

⁵ ยุรพร ศุภรัตน์. “ภาวะอารมณ์ต่อการเป็นผู้นำ”. ดอกเบญจ. ปีที่ 17 ฉบับที่ 218 (2542), หน้า 116

⁶ นันทนา ธรรมบุศย์, “การเข้าใจตนเองและผู้อื่น”, วารสารแนะแนว, ปีที่ 13 ฉบับที่ 168 (2540), หน้า 19

⁷ เรียม ศรีทอง, พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. (กรุงเทพมหานคร: เวิร์ดเวฟ เอ็ดดูเคชั่น, 2542), หน้า 220

⁸ วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์, จิตวิทยาการปรับตัว. (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2545), หน้า

ปรับตนเอง เมื่อเผชิญกับสภาพปัญหาความอึดอัดใจ ความคับข้องใจความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ สามารถอยู่สภาพแวดล้อมหรือในสภาพปัญหานั้นๆได้” และข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับต่ำสุด คือ ข้อเพียรพยายามปรับความเข้าใจกัน เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.11 ที่เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนหนึ่ง อาจเห็นว่าการความขัดแย้งกับผู้อื่น ย่อมทำให้จิตใจมีความเครียด ชีวิตไม่เป็นสุข หวาดระแวงภัย ความเพียรพยายามปรับความเข้าใจกัน เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น จึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็น สอดคล้องกับแนวคิดของ ทองหล่อ วงษ์อินทร์ (2523)⁹ ที่กล่าวไว้ตอนหนึ่ง ความว่า “เมื่อมีความคับข้องใจหรือความขัดแย้งในใจเกิดขึ้น คนเราย่อมหาวิธีการต่างๆ ที่จะขจัดความคับข้องใจให้หมดไป หรือเพื่อแก้ไขสถานการณ์นั้นให้ดีขึ้นอย่างน้อยก็เพื่อระบายความเครียดให้เบาบางลง การกระทำเพื่อให้หลุดพ้นจากความอึดอัดไม่สบายใจ”

ด้านการบำเพ็ญประโยชน์: ข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับสูงสุด คือ ข้อพร้อมเพียรร่วมมือร่วมใจในการปฏิบัติงานที่ต้องทำด้วยกัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.34 ที่เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ อาจเห็นว่า ในเรือนจำ เจ้าหน้าที่มักมอบหมายงานให้ผู้ต้องขังทำเป็นทีม หรือเป็นกลุ่ม และให้รับผิดชอบในงานนั้นร่วมกัน จึงจำเป็นที่ผู้ต้องขังแต่ละคนต้องฝึกตนให้การรู้จักและเข้าใจตนเองเป็นความพยายามแก้ไขตนเองให้มีความประพฤติ ปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม ยอมรับความจริงในสิ่งที่ตนเป็นตัวตน ทำให้มีแนวทางในการปรับปรุงตนเองให้เป็นที่รักใคร่ ชอบพอของเพื่อนร่วมงาน ซึ่งจะก่อให้เกิดพร้อมเพียรร่วมมือร่วมใจในการปฏิบัติงานที่ต้องทำด้วยกัน จนบรรลุผลสำเร็จ สอดคล้องกับแนวคิดของศักดิ์ไทย สุรกิจบวร (2550)¹⁰ ที่กล่าวไว้ตอนหนึ่ง ความว่า “การรู้จักและเข้าใจตนเองเป็นความพยายามแก้ไขตนเองให้มีความประพฤติ ปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม ยอมรับความจริงในสิ่งที่ตนเป็นตัวตน ทำให้มีแนวทางในการปรับปรุงตนเองให้เป็นที่รักใคร่ ชอบพอคนอื่น ๆ ให้มากยิ่งขึ้น ทำให้สามารถปรับตัวให้มีชีวิตที่มีความหมาย มีความกระตือรือร้นและมีชีวิตชีวาในการดำเนินชีวิตมากขึ้น” และข้อที่กลุ่มผู้ตอบแบบสอบถามได้ฝึกตนในระดับต่ำสุด คือ ข้อ ใต้ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ต้องขังผู้ยากไร้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 ที่เป็นเช่นนี้ อภิปรายได้ว่า

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนหนึ่ง อาจเห็นว่า ตนเองอยู่ในฐานะเป็นผู้ต้องขังเช่นกัน ไม่มีอาชีพ ไม่มีรายได้ ต้องพึ่งพาทางครอบครัว ซึ่งมีฐานะเศรษฐกิจไม่ค่อยดีเช่นกัน จึงมีกำลังทรัพย์ไม่เพียงพอต่อการ ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ต้องขังผู้ยากไร้ แต่อย่างไรก็ตาม ค่าเฉลี่ยในข้อนี้อยู่ในระดับมาก อาจกล่าวได้ว่า ผู้ต้องขังอีกจำนวนหนึ่ง พอลจะช่วยเหลือแก่ผู้ต้องขังผู้ยากไร้ ตามฐานทางการเงินของตน สอดคล้องกับแนวคิดของ กรมวิชาการ (2526)¹¹ ที่กล่าวไว้ตอนหนึ่ง ความว่า “การทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น หมายถึง การบำเพ็ญประโยชน์ตามหน้าที่ของตนตามฐานะ การบำเพ็ญประโยชน์นี้ไม่ได้หมายความว่าแต่เพียงการออกไปช่วยเหลือบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมในภายนอกเท่านั้น แต่ยังหมายถึงว่าเรามีหน้าที่อะไรก็บำเพ็ญประโยชน์ไปตามหน้าที่”

⁹ ทองหล่อ วงษ์อินทร์, จิตวิทยาการศึกษา. (กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยครูเพชรบุรี, 2523), หน้า 143

¹⁰ ศักดิ์ไทย สุรกิจบวร, “การรู้จักและเข้าใจตนเอง: ฐานในการพัฒนาตนเองของผู้บริหารมืออาชีพ”. วารสารบริหารการศึกษา. ปีที่ 4 ฉบับที่ 8 (2550). หน้า 31

¹¹ กรมวิชาการ, หนังสือเรียนสังคมศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พระพุทธศาสนา. (กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, 2526), หน้า 101

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 การปฏิบัติงานตามกฎระเบียบของทางราชการ โดยเรือนจำควรหาวิธีการให้ผู้ต้องขังได้ฝึกปฏิบัติงานตามกฎระเบียบของทางราชการ ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ให้เกิดผลดีของทางราชการ ด้วยความอุตสาหะ เอาใจใส่ และรักษาผลประโยชน์ของเรือนจำ ปฏิบัติตามคำสั่งของเจ้าหน้าที่ โดยไม่ขัดขืนหลีกเลี่ยง มีความสุภาพเรียบร้อย รักษาความสามัคคี ช่วยเหลือในการปฏิบัติงานส่วนรวม

1.2 พร้อมจะอุทิศตนเพื่องานของทางราชการที่ได้รับมอบหมาย เรือนจำควรจัดชั้นงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้ผู้ต้องขังได้ฝึกตน โดยเน้นให้ปฏิบัติหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยความจริงจัง ขยันหมั่นเพียร อุทิศตนและเวลาให้กับการทำงานอย่างเต็มกำลังความสามารถ มีความขยันตั้งใจ และเอาใจใส่ต่องานในหน้าที่รับผิดชอบให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ศึกษาเรียนรู้งานในหน้าที่ เตรียมความพร้อมตลอดเวลา เพื่อให้มีความสามารถในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ใฝ่ใจในการพัฒนาตนเองเพื่อเพิ่มความรู้ ความสามารถในการพัฒนางาน

1.3 ปฏิบัติงานโดยยึดถือความถูกต้องตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เรือนจำควรชี้แจงการปฏิบัติงาน โดยให้ผู้ต้องขังยึดถือความถูกต้องตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ซื่อสัตย์สุจริตและรับผิดชอบ ยึดมั่นและทำในสิ่งที่ถูกต้อง ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความโปร่งใสและสามารถตรวจสอบได้ มุ่งผลสัมฤทธิ์ของงาน ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเสมอภาคและเป็นธรรม

1.4 ไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา เรือนจำควรฝึกอบรมให้ผู้ต้องขังได้เรียนรู้และฝึกฝนตนเองให้เป็นคนใจเย็น มีเหตุผล ฝึกสมาธิ ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น อย่ายึดตนเองเป็นใหญ่ ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ อยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างมีความสุข ให้ความช่วยเหลือผู้อื่นๆ เท่าที่จะสามารถทำได้ ไม่ตัดสินปัญหาโดยการใช้อำนาจ และหลีกเลี่ยงเมื่อถูกผู้อื่นใช้อำนาจ

1.5 มุ่งมั่นในการปฏิบัติงานอย่างสุดความสามารถ เรือนจำควรหากิจกรรมที่สร้างแรงจูงใจแก่ผู้ต้องขัง ให้ความตั้งใจทำงานในหน้าที่ของตนให้ดี สู้งาน และผูกพันกับงานที่ตนรับผิดชอบอยู่ สนใจใฝ่เรียนรู้ ขยันค้นคว้าข้อมูล หาความรู้เพิ่มเติม พัฒนาการหรือขั้นตอนการทำงานให้ดีขึ้น เร็วขึ้น และมีประสิทธิภาพมากขึ้นอยู่เสมอ มีความสนใจใคร่รู้ กล้าคิดกล้าทำในสิ่งที่ถูกต้อง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มีเป้าหมายในการทำงาน “คิดล่วงหน้า ทำล่วงหน้า” ว่าต้องการทำงานอะไร มีปริมาณงานมากน้อยเพียงใด ควรทำอะไรก่อนและหลัง ระยะเวลาที่ใช้ในการทำงาน ควบคุมตนเองให้มีวินัยอยู่เสมอ ทำงานตรงเวลา คิดเป็นระเบียบ ทำงานก็เป็นระเบียบ และปฏิบัติตามกฎของเรือนจำอย่างเคร่งครัด เป็นคนอดทนอดกลั้น มองทุกสิ่งอย่างรอบคอบ ไม่ใจร้อน อดทนต่อความเครียดในการทำงาน อดทนต่อคำพูดและพฤติกรรม เปิดใจกว้างยอมรับความคิดเห็นใหม่ๆ สามารถเผชิญกับปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ ได้

1.6 ไม่ย่อท้อต่อความยากลำบากในการปฏิบัติงาน เรือนจำควรหาวิธีเสริมแรงใจ ให้ผู้ต้องขังไม่ย่อท้อต่อความยากลำบากในการปฏิบัติงาน เอาใจใส่กระตือรือร้นในการเรียนรู้ และเพิ่มพูนวิชาความรู้ความสามารถในการทำกิจการงาน และมุ่งมั่นที่จะทำงานในหน้าที่รับผิดชอบให้สำเร็จ อดทน มุ่งกระทำงานอย่างต่อเนื่องจนกว่าจะสำเร็จ ไม่ท้อถอยหรือวางธุระเสียกลางคัน ไม่เป็นคนจับจด หรือทำงานแบบทำๆ หยุดๆ ปรับปรุงพัฒนาวิธี การทำงานให้ดำเนินไปสู่ความสำเร็จ ให้ถึงความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

1.7 ให้ความช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานอย่างเต็มที่ เรือนำควรจัดการงานที่ต้องร่วมกันทำเป็นทีม ให้ผู้ต้องขังได้ฝึกฝนการให้ความช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานอย่างเต็มที่ ทำงานร่วมกับผู้อื่นให้ประสบผลสำเร็จ ได้ มีความจริงใจในการให้ความช่วยเหลือ การประนีประนอม การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมงาน และ สร้างความประทับใจที่ดีกับบุคคลอื่นที่ต้องทำงานร่วมด้วย

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

2.1 ควรวิจัยเกี่ยวกับ “รูปแบบการพัฒนาพฤติกรรมความซื่อสัตย์ต่อตนเองของผู้ต้องขัง” เพราะ คนที่ซื่อสัตย์ต่อตนเอง ย่อมไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเองในเพราะไปล่วงเกินผู้อื่น

2.2 ควรวิจัยเกี่ยวกับ “การเสริมสร้างทักษะการมีศิลปะตามแนวพุทธธรรมแก่ผู้ต้องขัง” เพราะ ศิลปะ เป็นความฉลาดคิด ฉลาดพูด ฉลาดทำ ในสิ่งที่สร้างสรรค์ประโยชน์

2.3 ควรวิจัยเกี่ยวกับ “บทบาทของเรือนจำในการส่งเสริมความเป็นผู้มีวินัยในตนเองแก่ผู้ต้องขัง” เนื่องจากภารกิจที่สำคัญประการหนึ่งของเรือนจำ คือ การพัฒนาพฤติกรรมนิสัยผู้ต้องขังให้สามารถอยู่ร่วมกับสังคม ได้เป็นปกติ การมีวินัยในตนเอง เป็นการควบคุมตนเองให้อยู่ในกรอบกติกาและบรรทัดฐานของสังคม

เอกสารอ้างอิง

กรมราชทัณฑ์. แผนปฏิบัติการราชทัณฑ์ พ.ศ. 2559-2562. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 พฤษภาคม 2561.

จากเว็บไซต์ www.oic.go.th/FILEWEB/CABINFOCENTER11/DRAWER052/.../00000124.PDF.

กรมราชทัณฑ์. สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ. สืบค้นเมื่อวันที่ 2 พฤษภาคม 2561. จากเว็บไซต์

https://www.m-society.go.th/ewt_news.php?nid=18755,

กรมวิชาการ. หนังสือเรียนสังคมศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, 2526

ทองหล่อ วงษ์อินทร์. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยครูเพชรบุรี, 2523

นันทนา ธรรมบุศย์. “การเข้าใจตนเองและผู้อื่น”. วารสารแนะแนว. ปีที่ 13 ฉบับที่ 168 (2540). หน้า 19

ประเสริฐ เมฆมณี. หลักทฤษฎีวิทยา. พระนคร: บพิธการพิมพ์จำกัด. 2525

ยุรพร สุทธิรัตน์. “ภาวะอารมณ์ต่อการเป็นผู้นำ”. ดอกเบญจ. ปีที่ 17 ฉบับที่ 218. 2542. หน้า 116

เรียม ศรีทอง. พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. กรุงเทพมหานคร: เวิร์ดเวฟ เอ็ดดูเคชั่น, 2542

วรรณภา พรหมบุรุษย์. การพัฒนามนุษย์ที่ยั่งยืน. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, 2540

วรารัตน์ ตระกูลสฤษดิ์. จิตวิทยาการปรับตัว. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2545

ศักดิ์ไทย สุรกิจบวร. “การรู้จักและเข้าใจตนเอง: ฐานในการพัฒนาตนเองของผู้บริหารมืออาชีพ”. วารสาร

บริหารการศึกษา. ปีที่ 4 ฉบับที่ 8 (2550). หน้า 31