



พุทธธรรมน้อมนำจิต : ศึกษากรณีผู้ต้องขังหญิง เรือนจำเลย จังหวัดเลย

ว่าที่ร้อยตรี นิคม จิตรมา, ดร.จิรกิตต์ภณ พิริยสุวัฒน์

ฝ่ายการศึกษาและพัฒนาจิต เรือนจำจังหวัดเลย กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม

บทคัดย่อ

การศึกษา พบว่าการนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการแก้ไขปัญหา สุขภาพจิต ด้วยการผ่อนคลายตนเองที่ดีคือการดึงความสนใจของเราเองออกจากสิ่งที่กำลังรบกวนอารมณ์เรา เพราะอารมณ์ส่งผลกระทบทั้งด้านร่างกาย จิตใจและพฤติกรรมของตนเอง รวมทั้งส่งผลต่อผู้อื่นด้วย การจัดการกับอารมณ์เป็นทักษะที่สามารถพัฒนาได้ด้วย หลักสังคหวัตถุ 4 (โอบอ้อมอารี วจีไพเราะ สงเคราะห์ประชาชน วางตนเหมาะสม) ตามหลักพระพุทธศาสนา เช่น การควบคุมอารมณ์ทางลบให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ถือเป็นการพัฒนาตนเองให้มีความสามารถทางอารมณ์ที่มีความจำเป็นในการดำรงชีวิตในสังคม และส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิต ด้วยเหตุนี้ถือเป็นการพัฒนาตนเองนำไปสู่ความเป็นเลิศในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน เหตุนี้ถือเป็นการพัฒนาตนเองนำไปสู่ความเป็นเลิศในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน

คำสำคัญ: พุทธธรรม, น้อมนำจิต, แก้ไขปัญหา, สุขภาพจิต, ผู้ต้องขังหญิง, เรือนจำจังหวัดเลย.

Buddhism induces mental: Case study of Female prisoners

At The prisons Loei Province

Abstract

The study found that Introducing Buddhism to solve the Mental health Problem by relaxing, great self that is drawing the attention of ourselves from what we are arousal. Because emotional impact on the whole body, mind and behavior, including the impact on the others. Deal with emotion is a skill that can be improved by Sangkahawattu 4, bases of sympathy; acts of doing favors; principles of service; virtues, making for group integration and leadership, (giving, kindly speech, doing good, participation and behaving oneself properly in all circumstances) by Buddhism such as controls negative emotion expression of emotion to the appropriate. Considered to develop their own emotional abilities that are essential to life in society. And affect their success in life. Because this is a self-development leads to excellence in lifestyle in today's society.

Key Words: Buddhism, induces mental, solve problem, Female prisoners, the prisons Loei Province



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังประสบกับปัญหาความเสื่อมทรามทางด้านศีลธรรมและ คุณธรรมของประชาชนโดยเฉพาะปัญหาที่เกิดขึ้นกับเยาวชนไทย ที่จำนวนไม่น้อยได้หันห่างจากคำสอนของพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นหลักที่พึ่งพาและที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ พระพุทธศาสนาจึงเป็นสถาบันหลัก 1 ใน 3 สถาบันที่สำคัญของชาติ มีความเกี่ยวข้องกับวิถีการดำเนินชีวิตของคนไทยทุกแง่มุม พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ได้พระราชทานพระบรมราโชวาทเกี่ยวกับเรื่องศาสนามีข้อความตอนหนึ่งว่า “คนเราต้องมีศาสนา คือความคิดหรือสิ่งที่คิดประจำใจ อันเป็นแนวทางปฏิบัติในใจประจำตัว และต้องมีการศึกษา คือความรู้ต่างๆ ทั้งในด้านจิตใจ ทั้งในด้านวัตถุเพื่อประกอบกับตัว เพื่อที่จะมีชีวิตอยู่ได้ ทั้งสองอย่างเป็นสิ่งสำคัญและจะแยกจากกันไม่ได้” พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต) กล่าวว่า พระพุทธศาสนาได้รับการจัดเป็นวิชาสำหรับเรียนรู้โดยสถานะหลัก 2 อย่างคือ ในฐานะที่เป็นระบบจริยธรรมสำหรับประชาชนส่วนใหญ่หรือเป็นแหล่งคำสอนจริยธรรม ของประชากรแทบทั้งหมดของประเทศ และในฐานะที่เป็นส่วนประกอบสำคัญของวัฒนธรรมไทย ทั้งในด้านวัตถุและนามธรรมซึ่งมีอิทธิพลครอบคลุมมากที่สุดอย่างหนึ่งในวิถี สังคม เป็นมาตรฐานในการดำเนินชีวิตสำหรับผู้มีนับถือ และเป็นสภาพแวดล้อมอันกว้างใหญ่ทางสังคมสำหรับผู้มีได้นับถือ (กรมวิชาการ, [www.learners.in.th.](http://www.learners.in.th) : 2562) พระพุทธศาสนาจึงเป็นแบบแผนที่ช่วยให้การอยู่ร่วมกันของคนในสังคมไทยมีระเบียบ ในปี พ.ศ. 2497 ประเทศไทยมีผู้ต้องขังหญิง 289 คน จากผู้ต้องขังทั้งหมด 21,744 คน พอมาในปี พ.ศ. 2539 ผู้ต้องขังหญิงเพิ่มเป็น 3,476 คน จากผู้ต้องขังทั้งหมด 75,496 คน แต่จำนวนผู้ต้องขังหญิงมาเพิ่มสูงอย่างรวดเร็ว นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2539 จนถึงปี พ.ศ. 2545 ที่จำนวนผู้ต้องขังหญิงพุ่งขึ้นสูงสุดถึง 49,333 คน เนื่องจากปัญหาการแพร่ระบาดของยาบ้าในช่วงเวลาดังกล่าว จนกระทั่งปี พ.ศ. 2546 ที่ผู้ต้องขังหญิงเริ่มลดลงมาจนถึงปี พ.ศ. 2549 เหลือ 23,740 คน ทั้งนี้เนื่องจากการออกพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 ที่มีการแยกผู้เสพยาออกจากผู้ค้า และมีการเปิดโรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองอย่างจริงจัง จนทำให้ผู้ต้องขังหญิงลดลงดังกล่าว อย่างไรก็ตาม นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2550 เป็นต้นมาที่การเปิดใช้โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองราชทัณฑ์ลดลง ทำให้จำนวนผู้ต้องขังหญิงกลับเพิ่มสูงขึ้นทุกปี จนถึงปี พ.ศ. 2557 ซึ่งมีจำนวนผู้ต้องขังหญิงถึง 45,225 คน นับเป็นประเทศที่มีจำนวนผู้ต้องขังหญิงมากเป็นอันดับ 4 ของโลก รองจากสหรัฐอเมริกา จีน และ รัสเซีย และหากเทียบกับจำนวนประชาชนต่อ 100,000 คน แล้วประเทศไทยจัดได้ว่ามีอัตราส่วนผู้ต้องขังหญิงต่อประชากร 100,000 คน มากเป็นอันดับ 1 ของโลก (นัทธี จิตสว่าง, www.gotoknow.org/posts : 2562)

ระบบการลงโทษในโลกสมัยใหม่ได้ก้าวมาถึงจุดที่ “คุก” กลายเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ผนวกกับความเชื่อว่าการนำคนมาขังจะทำให้สำนึกในความผิดที่ตนได้กระทำลงไป เรือนจำ จึงกลายเป็นทางเลือกหลักของการแก้ไขผู้กระทำผิด ในปี 2558 ไทยจึงครองอันดับ 1 ในอาเซียนที่มีบุคคลถูกจำกัดอิสรภาพในเรือนจำมากที่สุด International Centre for Prison Studies (ICPS) หรือ ศูนย์ศึกษาเรือนจำนานาชาติ เผยข้อมูลเรื่องสถิติผู้ต้องขังในปี 2558 ประเทศไทยมีผู้ต้องขังทั้งสิ้น 330,923 คน สูงเป็นอันดับหนึ่งของอาเซียน เท่ากับทุก 1 แสนคน มี 419 คนเป็นผู้ ต้องขัง ขณะที่ความสามารถในการรองรับผู้ต้องขังให้มีความเป็นอยู่ที่ถูกสุขลักษณะมากที่สุดอยู่ที่ประมาณ 190,000 คน ([http://www.tcijthai.com.](http://www.tcijthai.com) : 2562) จำนวนผู้ต้องขังที่อยู่กันอย่างแออัดภายในเรือนจำมา ซึ่งปัญหาอื่นอีกมากมาย หนึ่งในนั้นคือปัญหาทางจิตของผู้ต้องขัง กิณอัมมอนหลับ คือปัจจัยพื้นฐานขั้นแรก ที่มนุษย์ทุกคนพึงได้รับ ก่อนไปสู่ความต้องการทางจิตใจ ซึ่งสองสิ่งนี้ไม่สามารถหาได้จากในเรือนจำที่



ผู้ต้องขังกว่าสามแสนคนต้องเบียดเสียดกันใช้ชีวิต “ผู้ต้องขังส่วนใหญ่ที่เป็นผู้ต้องขังใหม่จะมักมีปัญหาสุขภาพจิต เพราะไม่สามารถปรับตัวได้ในระยะแรก อาการในระยะแรกส่วนใหญ่ที่มักเป็นคือ นอนไม่หลับ เพราะในเรือนจำผู้ต้องขังมีที่นอนเพียงกระเบื้องคนละแผ่น เรือนจำแต่ละแห่งจึงมียานอนหลับเตรียมไว้ให้ผู้ต้องขังที่มีอาการ” การเปลี่ยนสถานะจากผู้หญิงธรรมดาทั่วไปคนหนึ่งมาเป็นผู้ต้องขังนั้นส่งผลกระทบต่อสุขภาพอย่างใหญ่หลวงต่อชีวิต โดยเฉพาะทุกข์ทางจิตใจที่สูญเสียอิสรภาพ ยังมีคำสั่งต้องโทษสูงก็ยิ่งเป็นทุกข์และหดหู่มากขึ้น ผู้ต้องขังหญิงจำนวนไม่น้อยต้องใช้เวลายาวนานทำใจรับสภาพต้องขัง ทั้งช่วงเวลาและภาระต่างๆ ไขว่ข้างนอก ขณะอีกจำนวนไม่น้อยถูกครอบครัวยุติโทษ ไม่ยอมรับ ดังตัวเลขผู้ต้องขังหญิงที่ไม่มีญาติมาเยี่ยม ซึ่งมีจำนวนถึง 4,376 คน (กฤตยา อาชวนิจกุล และกุลภา วจนสาระวารสาร สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล : 2558) นอกจากนี้จำนวนอาชญากรที่เพิ่มมากขึ้นเป็นตัวแปรสำคัญที่แสดงให้เห็นถึงภาวะความเสื่อมโทรมของศีลธรรมในสังคมได้เป็นอย่างดี เนื่องจากจำนวนอาชญากรที่เพิ่มมากขึ้นแสดงให้เห็นถึงกระบวนการขัดเกลาทางสังคมไม่มีประสิทธิภาพ ทำให้คนในสังคมขาดสิ่งยึดเหนี่ยวใจ ขาดความมีคุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิตเป็นสิ่งสำคัญ สภาพเศรษฐกิจมีผลต่อการประกอบอาชญากรรมของคน กล่าวคือ หากประเทศประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจคนในประเทศมีอัตราการว่างงานสูง จะส่งผลให้คนมีการประกอบอาชญากรรมเกี่ยวกับทรัพย์สินมากขึ้นเพื่อการดำรงชีพอยู่ในสังคม เนื่องจากเศรษฐกิจเป็นปัจจัยที่สำคัญขั้นพื้นฐานในการดำรงชีวิตของมนุษย์

พระพรหมคุณาภรณ์ (สำนักพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, www.onab.go.th : 2561) ได้กล่าวว่า หลักการสำคัญของพุทธศาสนา คือ มุ่งอิสรภาพ พระพุทธศาสนานั้นมีลักษณะของความหลุดพ้น หรือความเป็นอิสระอยู่โดยตลอด จุดหมายของพระพุทธศาสนาก็ได้แก่วิมุติ พระพุทธเจ้าตรัสอีกแห่งหนึ่งว่า “วิมุติสสารา สพเพ ธมมา ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมีวิมุติเป็นสาระ” คือ มีวิมุติเป็นแก่นสาร ซึ่งก็มีความหมายอันเดียวกัน รวมความว่า ลักษณะนี้บอกให้ทราบว่าพระพุทธศาสนาถือเอาวิมุติหรืออิสรภาพนี้เป็นจุดหมาย เป็นหลักการสำคัญ และให้ความสำคัญแก่อิสรภาพทุกชั้นตอน โดยเฉพาะในขั้นสุดท้ายที่ว่าต้องการให้คนเข้าถึงความหลุดพ้นเท่านั้น แต่มีลักษณะของการไม่ยึดติดถือมั่น ไม่มีอุปาทานในสิ่งต่างๆ อยู่โดยตลอดหลักการของพระพุทธศาสนาบางครั้งก็สรุปด้วยคำว่า “สพเพ ธมมา นาล อภินิเวสยา” คือให้รู้เข้าใจความจริงถึงขั้นที่ว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงนั้นไม่อาจเข้าไปยึดมั่นถือมั่นได้ ไม่อาจไม่น่า-ไม่ควรยึดติดถือมั่น เพราะอะไร เพราะว่าสิ่งทั้งหลายนั้นไม่ได้เป็นไปตามความปรารถนา หรือตามความยึดมั่นของเรา แต่มันเป็นไปตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัยของมัน ถึงเราจะไปยึดมั่นก็ไม่มีผลอะไรต่อตัวความจริง มีแต่จะกระทบกระเทือนต่อตัวเราเอง ทำให้เราแย่งเอง คือ เตือดร้อนเป็นทุกข์ วิถีปฏิบัติที่ถูกต้องคือ เราจะต้องรู้ความจริงของเหตุปัจจัย แล้วไปทำที่เหตุปัจจัย เพราะฉะนั้นเราจะต้องรู้เท่าทันความจริงว่า สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่เป็นไปตามความปรารถนาของเรา การเข้าไปยึดมั่นถือมั่นไม่เป็นประโยชน์ และเป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ แล้วก็ไม่ได้ทำให้มีผลเป็นจริงขึ้นมาได้ พระพุทธศาสนาจึงสอนให้เราไม่มีอิสรภาพ โดยฝึกตนให้รู้จักที่จะไม่ยึดติดถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย จนกระทั่งเมื่อรู้ความจริง รู้เท่าทันชัดแจ้งทั่วตลอดแล้ว ก็จะมีจิตหลุดพ้นเป็นอิสระ

ดังนั้นผู้วิจัยได้พิจารณาจากสถิติและผลกระทบจากปัญหาสุขภาพจิตของผู้ต้องขัง จึงมีความจำเป็นที่จะต้องศึกษาว่า ปัจจัยใดบ้างเป็นสาเหตุที่ทำให้คนเราเกิดปัญหาสุขภาพจิต และสภาวะทางอารมณ์ ได้เลือกกลุ่มประชากรที่เป็นผู้ต้องขังที่กระทำผิดในเรือนจำจังหวัดเลย และคดีถึงที่สุดแล้วเป็นกรณีศึกษาในการทำวิจัยครั้งนี้ เพราะผู้ต้องขังมีคุณสมบัติตามที่ผู้วิจัยต้องการคือ กรณีผู้ต้องขังสมัคร



ใจเข้าร่วมโครงการอบรมหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ครุศาสตร) โดยกรมราชทัณฑ์และมูลนิธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการปรับสภาวะทางอารมณ์ของผู้ต้องขังหญิงเรือนจำจังหวัดเลย
2. ศึกษาปัจจัยแห่งความสำเร็จของการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้กับผู้ต้องขังหญิงเรือนจำจังหวัดเลย
3. เพื่อศึกษาแนวทางในการสร้างเสริมสุขภาพจิตทางอารมณ์ของผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำจังหวัดเลย

ขอบเขตของการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) โดยใช้วิธีการวิจัยภาคสนาม (field study) ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ชั้นรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Research) เป็นการศึกษาแนวความคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา วิธีการศึกษา รวมทั้งข้อมูลสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาครั้งนี้ โดยแบ่งแหล่งข้อมูล ดังนี้

- 1) แหล่งปฐมภูมิ (Primary Source) ศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพุทธศักราช 2539
- 2) แหล่งทุติยภูมิ (Secondary Source) ศึกษาข้อมูลจากงานวิจัย หนังสือ เอกสารและตำราวิชาการที่เกี่ยวข้องกับหลักพุทธบูรณาการทางจิตวิทยา
- 3) แหล่งทุติยภูมิ (Secondary Source) ศึกษาข้อมูลจากงานวิจัย หนังสือ เอกสารและตำราวิชาการที่เกี่ยวข้องกับอาชญาวิทยา (Criminologist)

ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญโดยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง ได้แก่ เจ้าหน้าที่เรือนจำ จังหวัดเลย 3 คน ผู้ต้องขัง 340 คน

ขอบเขตด้านพื้นที่

ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ศึกษา คือ เรือนจำจังหวัดเลย อำเภอเมือง จังหวัดเลย

นิยามศัพท์เฉพาะ

- 1) ผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดเลย หมายถึง ผู้ต้องขังหญิงซึ่งถูกศาลพิพากษาตัดสินลงโทษจำคุกในคดีทุกประเภท ที่สมัครใจเข้าร่วมอบรมหลักสูตรสมาธิ จำนวน 340 คน
- 2) จินตามยปัญญา หมายถึง ปัญญาเกิดจากการคิด เป็นการนำเอาความรู้ หรือข้อมูลที่ได้จากการฟังมาไตร่ตรอง



3) การบริหารจัดการ หมายถึง การฝึกให้จิตมีคุณภาพ มีความดีงาม อ่อนโยน หนักแน่น มั่นคง แข็งแกร่ง สงบร่มเย็นมีความสุขการเจริญปัญญา

4) เรือนจำจังหวัดเลย หมายถึง สถานที่ควบคุมผู้ต้องขังหญิงซึ่งถูกศาลพิพากษาตัดสินลงโทษจำคุกในคดีต่างๆ สังกัดกรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม อำเภอเมือง จังหวัดเลย

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการแก้ไขปัญหา

พุทธศาสนาจะมีความทันสมัยและมีประโยชน์ที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์มากมาย แต่นักบริหารทั่วไปมักมองข้ามคุณค่าเหล่านี้ ไม่ว่าจะด้วยความดูถูกดูแคลน ไม่สนใจ ไม่รู้จักจริง ท้อถอย กลัวความลำบากหรือด้วยเหตุผลอื่น ๆ ดังนั้น จะเห็นได้ว่าพุทธศาสนาสามารถให้ประโยชน์แก่มนุษยชาติตั้งแต่ 2600 ปี จนถึงยุคโลกาภิวัตน์ที่ปราศจากอคติได้เป็นอย่างมาก และถึงแม้ว่าจะต้องใช้ความพยายามอยู่บ้างก่อนที่จะได้รับประโยชน์ แต่ก็ไม่ได้มากไปกว่าความพยายามที่ผู้บริหารพึงใช้เป็นปกติอยู่แล้ว (อนุ มงคล ศิริเวทิน, :2554, 111) การบริหาร คนทั่วไปอาจมองเป็นเรื่องของชาวบ้าน ไม่เกี่ยวกับพระสงฆ์ หรือพระพุทธรูปศาสนา มากเท่าใดนัก แต่ถ้ามองให้ดีแล้ว เรื่องนี้เกี่ยวกับพระสงฆ์และพระพุทธรูปศาสนา มาก เพราะว่าในพระพุทธรูปศาสนา ก็มีสถาบันเมืองการค้าที่จะต้องมีการบริหาร ซึ่งก็คือคณะสงฆ์หรือเรียกว่า ภิกษุสงฆ์ พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้บริหารภิกษุสงฆ์ หรือที่เราเรียกกันในปัจจุบันว่า คณะสงฆ์ ซึ่งใจปัจจุบันนี้นักวิชาการตะวันตกยอมรับและประจักษ์ว่า คณะสงฆ์นี้เป็นองค์กรที่มีอายุยืนยาวที่สุดในโลก ไม่ปรากฏว่ามีองค์กรใดในโลกตะวันตก ตะวันออกที่ไหนอื่น ที่จะยังยืนอยู่ได้ มีแต่เกิดมาแล้วก็ล่มสลายจบสิ้นไป แต่คณะสงฆ์ในพระพุทธรูปศาสนา ตั้งแต่พระพุทธเจ้าทรงตั้งมา 2600 กว่าปี (พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต), : 2552, 113) ยังอยู่มาได้จนบัดนี้ แสดงว่า ความยั่งยืนของคณะสงฆ์ จะต้องมียุทธวิธีการบริหารอะไรที่จะทำให้อยู่ได้อย่างยั่งยืนมั่นคง

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับสภาวะทางอารมณ์

อารมณ์เป็นสิ่งที่เราไม่สามารถสัมผัสและสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจนแต่เราสามารถรู้สึกถึงสภาวะทางอารมณ์ของบุคคลที่แวดล้อมเราอยู่ได้ เช่น อาจสังเกตได้จากพฤติกรรมที่มีได้แสดงออกเป็นภาษาหรือคำพูด เช่น การแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง แต่อาจเกิดความสับสนในการตีความหมายได้เพราะสังคมแต่ละแห่งอาจมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมือนกัน อารมณ์ทุกอารมณ์นั้นเกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย โดยอารมณ์ในแง่ลบ เช่น อารมณ์โกรธและอารมณ์เศร้าที่มักทำให้เกิดผลเสียต่อบุคคลมาก (<http://www.orthodoxnet.org>: 2562) ดังนั้นบุคคลจึงควรที่จะสำรวจตัวเองและยอมรับว่าตนเองกำลังอยู่ในสภาวะอารมณ์อะไร และฝึกหัดที่จะระบายและควบคุมตัวเองได้อย่างเหมาะสมและเป็นไปในทางสร้างสรรค์ หรือรู้จักที่จะยับยั้งหรือควบคุมอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมให้ได้

การเข้าสู่สถานการณ์ที่กระตุ้นอารมณ์จะทำให้รู้สึกตึงเครียดจนไม่สามารถควบคุมตนเองได้ การฝึกการผ่อนคลายจะทำให้รู้สึกว่าจะสามารถใช้ความคิดพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้น มองในมุมที่เป็นบวก ใช้เหตุผลให้มากขึ้นในการแสดงออก เมื่อตั้งสติได้และรู้สึกว่าเรากำลังถูกรัดด้วยอารมณ์ การผ่อนคลายตนเองที่ดีคือการดึงความสนใจของเราเองออกจากสิ่งที่กำลังเร้าอารมณ์เรา เพราะอารมณ์ส่งผลกระทบทั้งด้านร่างกาย จิตใจและพฤติกรรมของตนเอง รวมทั้งส่งผลต่อผู้อื่นด้วย การจัดการกับอารมณ์เป็นทักษะที่สามารถพัฒนาได้ด้วย วิธีการและเทคนิคต่างๆ เช่นการควบคุมอารมณ์ทางลบให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ถือเป็นการพัฒนาตนเองให้มีความสามารถทางอารมณ์ที่มีความจำเป็นในการใช้ชีวิต และส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตด้วย



การควบคุมอารมณ์เป็นความสามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะอารมณ์ในทางลบ เช่น ความโกรธ ฉุนเฉียว อารมณ์ทุกอย่างเกิดขึ้นกับเราได้ แต่มีใช้จะแสดงออกไปทุกอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับเรา ผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ย่อมสามารถควบคุมอารมณ์ที่เกิดขึ้นอยู่ในขอบเขตที่เหมาะสมตามแต่สถานการณ์ รู้จักระบายอารมณ์ออกในรูปแบบที่เหมาะสม การมองสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก รู้จักมองบุคคลหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแง่มุมมองอื่นที่ต่างไปจากเดิม ฝึกตนเองให้มีอารมณ์ขัน การฝึกคิดหรือมองสิ่งต่างๆ ในหลายๆ แง่มุมจะทำให้เราไม่ติดกรอบหรือติดกับมายาคติที่สร้างขึ้น

ชาญเชาวน์ ไชยานุกิจ (ชาญเชาวน์ ไชยานุกิจ, <http://prachatai.org> : 2562) รักษาการปลัดกระทรวงยุติธรรม กล่าวว่า ตลอดการบริหารกระบวนการยุติธรรมทางอาญาของไทย ไม่ค่อยมีมิติของผู้หญิงมากนัก หากมีก็เป็นเพียงรูปแบบแต่ขาดเนื้อหา เพราะผู้ออกแบบส่วนใหญ่เป็นผู้ชาย และความเข้าใจคอนเซ็ปต์ของหญิง-ชาย รวมถึงการเลือกปฏิบัติยังไม่แจ่มชัดในวงการนี้ ส่วนแนวคิดในการผ่อนปรนกฎระเบียบที่เคร่งครัดเกินไป หรือทำให้ผู้ต้องขังหญิงเข้าถึงสาธารณูปโภคต่างๆ มากขึ้นนั้น เป็น “การบริหารงานภายในเรือนจำ” ซึ่งไม่ต้องอาศัยกฎหมาย แต่ต้องแก้ไขวิถีคิดของผู้บริหารในการจัดลำดับความสำคัญ ส่วนข้ออ้างที่มักพูดกันมากเรื่อง ความจำกัดของงบประมาณ รักษาการปลัดยุติธรรมยืนยันว่า งบ 11,000 ล้านบาทนั้นเพียงพอต่อการบริหารจัดการหากมีวิธีคิดที่สอดคล้องกับมุมมองสิทธิมนุษยชนสากล ทั้งนี้ ปัจจุบันงบประมาณต่อหัวต่อปีของผู้ต้องขังชายอยู่ที่ 21,000 บาท ขณะที่ส่วนของผู้หญิงนั้นมากกว่าราว 300 บาท ส่วนการลดจำนวนผู้ต้องขังนั้น ชาญเชาวน์ กล่าวว่า 1) อยู่ที่มีการกำหนดนโยบายและการวางฐานการลงโทษในคดีอาชญาเสพติดว่าจะยังคงกรอบการลงโทษหนักแบบเดิมหรือไม่ 2) การปฏิรูปการลงโทษระดับกลางด้วยการสร้างทางเลือกอื่นๆ เช่น เครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ แต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับความเข้าใจและทัศนคติของผู้พิพากษาเป็นสำคัญในการสั่งลงโทษ 3) ยุติธรรมทางเลือก โดยหยิบยกอุปสรรคปัจจุบันที่ประสบผลสำเร็จสุดๆ ร้อนๆ คือ คำสั่ง คสช. ที่ 41/2557 เรื่องยาเสพติด ที่ยอมฟังเสียงข้าราชการ ยอมลดการปราบปรามลง แล้วเน้นการป้องกันมากขึ้น โดยในงบปี 58 นั้นเพิ่มงบการป้องกันขึ้น 10% เน้นการติดตามเฝ้าระวัง 15% ทั้งยังระดมอำนาจจากทั้งกระทรวงมหาดไทยและกระทรวงศึกษาธิการเพื่อร่วมมือกัน

รศ.ดร.กฤตยา อาชวนิจกุล และกุลภา วจนสาระ (กฤตยา อาชวนิจกุล และกุลภา วจนสาระ, www.tcijthai.com/tcijthainews.:2562) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวถึงสุขภาพจิตของผู้ต้องขังหญิงผ่านงานวิจัย “ผู้ต้องขังหญิง: สถานการณ์และข้อเสนอเชิงนโยบาย” ว่า แม้ผู้ต้องขังที่มีอาการทางจิตจะมีสัดส่วนไม่ถึงร้อยละ 10 ของผู้ต้องขังหญิงพิการลักษณะต่างๆ ทั้งหมด แต่การดูแลรับมือกับผู้ต้องขังหญิงที่มีสุขภาพจิตไม่ดีนั้นเป็นภาระใหญ่หลวง อาจเป็นเพราะเจ้าหน้าที่เรือนจำหรือแม้กระทั่งสังคมไทยมีความรู้ทั่วไปน้อยมากในการรับมือกับผู้มีอาการทางจิตที่คาดเดาพฤติกรรมได้ยาก บางรายซึมเศร้า หดหู่ อยากฆ่าตัวตาย บางรายมีแนวโน้มใช้ความรุนแรงทั้งตัวเองและคนอื่น บางรายมีโลกส่วนตัวพุดคนเดียว ไม่รับรู้โลกความเป็นจริง ฯลฯ และส่วนใหญ่ต้องการผู้เชี่ยวชาญทางจิตเวชเข้ามาช่วยเหลือดูแล ประเมินพฤติกรรม อาการ การควบคุม และรักษา เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้ต้องขังอื่นได้ ขณะที่หลายเรือนจำหาทางดูแลผู้ต้องขังที่มีอาการทางจิตเหล่านี้เอง เช่น ตั้งกลุ่มอาสาสมัครช่วยเหลือดูแล พาไปตรวจตามนัด กินยาสม่ำเสมอ ทำกิจกรรมฟื้นฟู เป็นต้น



จิรจิตต์ภณ พิริยสุวัฒน์ (จิรจิตต์ภณ พิริยสุวัฒน์ : 2558, 1) ศึกษาเรื่อง การนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการปรับสภาวะทางอารมณ์: ศึกษากรณีผู้ต้องขังชาย เรือนจำจังหวัดเลย พบว่า แบบสัมภาษณ์สำหรับผู้ต้องขังจำนวน 124 คน พบว่า การกระทำผิดของผู้ต้องขัง มีความเกี่ยวข้องกับสภาวะทางอารมณ์ของผู้กระทำผิด, เรื่องจิตใจ (โลภะ โทสะ และโมหะ) เป็นสาเหตุสำคัญในการกระทำผิด และการดำรงชีวิตภายในเรือนจำ การนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ของทางเรือนจำมีส่วนช่วยลดปัญหาสภาวะทางอารมณ์ ผู้ต้องขังได้ และการอบรมจิตตภาวนาเป็นกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีความเหมาะสมกับผู้ต้องขัง ในเรือนจำ

พระมหาสมชาย จำปาทอง ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำผิดเกี่ยวกับทรัพย์สินของผู้ต้องขังในเรือนจำพิเศษธนบุรี: ศึกษาในแนวทางทฤษฎีความผูกพันทางสังคม ทฤษฎีการควบคุมตนเอง และทฤษฎีการคบหาสมาคมที่แตกต่างกัน พบว่า ผู้ต้องขังฯ ส่วนใหญ่มีอายุโดยเฉลี่ย 31 ปี มีอายุโดยเฉลี่ยในขณะกระทำความผิด 30 ปี นับถือศาสนาพุทธ ได้รับการศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษา มีอาชีพรับจ้างทั่วไป มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 19,030 บาท อยู่กับภรรยาโดยมิได้สมรส มีบุตรด้วยกันโดยเฉลี่ย 2 คน และพ่อแม่อยู่ด้วยกัน มีสภาพครอบครัวที่รักใคร่กลมเกลียวกันดีการทดสอบสมมติฐานพบว่า ปัจจัยทางด้านความผูกพันทางสังคม โดยเฉพาะความผูกพันกับครอบครัว ปัจจัยทางการควบคุมตนเองทั้ง 6 ด้าน ปัจจัยทางการคบหาสมาคมที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะด้านความถี่-บ่อย มีผลต่อการกระทำผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

พรพรพร ยกเชื้อ (พรพรพร ยกเชื้อ : 2541, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง พุทธศาสนากับปัญหาอาชญากรรมในสังคมไทย : ศึกษาความค่านึงเรื่องศีล 5 ของผู้กระทำ ความผิดในเรือนจำกลางคลองเปรม พบว่า ศีล 5 ในพระพุทธศาสนา ซึ่งได้แก่ เว้นจากการฆ่าสัตว์หรือ ทำร้ายชีวิต เว้นจากการลักขโมยหรือฉ้อโกง เว้นจากการประทุษร้ายในกาม เว้นจากการ พุดเท็จหรือพูดหลอกลวง เว้นจากการดื่มสุราเมรัยหรือสิ่งเสพติดต่างๆ เป็นศีลพื้นฐานของ พระพุทธศาสนา การละเมิดศีล 5 นับได้ว่าเป็นทั้งความผิดในแง่ศีลธรรมและในแง่อาชญากรรม ในทัศนะของกฎหมายและอาชญาวิทยา นอกจากนั้นพระพุทธศาสนายังมีความสอดคล้องกับ หลักอาชญาวิทยาที่ว่า อาชญากรรมมีสาเหตุจากบุคลิกภาพของบุคคลและปัจจัยอื่นๆ ภายนอก โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจและสังคม นอกจากนั้นยังพบในการวิจัยภาค สนามว่า ผู้กระทำความผิดนั้นมีความรู้และมีความค่านึงในศีล 5 เพราะฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า ศาสนามีความสำคัญต่อการควบคุมอาชญากรรม แต่ยังมีปัจจัยอื่นที่เข้ามามีอิทธิพลต่อการเกิดอาชญากรรม การแก้ไขปัญหอาชญากรรมในสังคม จึงต้องอาศัยศาสนาและปัจจัยอื่นๆ ประกอบกัน

ธิดิวดี หมั่นมี (สังคมศาสตร์ปริทรรศน์, www.kmutt.ac.th. :2562) ศึกษาเรื่อง หลักพุทธธรรมกับการบริหารในยุคโลกาภิวัตน์ การบริหารในยุคโลกาภิวัตน์ พบว่า เป็นการบริหารที่ต้องอาศัยความทันสมัยและทันต่อเหตุการณ์และที่สำคัญที่สุดคือต้องมีความคล่องตัวและสามารถบูรณาการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อยู่เสมอ ฉะนั้นการบริหารงานนั้นตามความหมายของทฤษฎีรัฐประศาสนศาสตร์นั้นคือการบริหารที่เป็นการผสมผสานสหวิชาเข้าด้วยกันอย่างลงตัว แต่การบริหารในยุคโลกาภิวัตน์อีกรูปแบบหนึ่งที่คิดว่าเป็นการบริหารงานที่ทันสมัยและไม่เคยล้าหลังอีกประการหนึ่งคือการบริหารตามหลักพุทธธรรม กล่าวคือหลักธรรมพุทธธรรมซึ่งในที่นี้กล่าวคือหลักสังคหวัตถุ 4 ประกอบด้วย การให้ ได้แก่ การเสียสละ การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การพูดคำสุภาพ อ่อนหวาน การบำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือกันและกัน และการวางตนเสมอต้นเสมอปลายซึ่งหลักเหล่านี้จะสามารถนำมาบูรณาการหรือประยุกต์ใช้



กับการบริหารได้เป็นอย่างดีถึงแม้ว่าหลักธรรมดังกล่าวจะได้ถูกค้นพบมาไม่น้อยกว่า 2,600 ปี แล้วก็ตาม

กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม จัดโปรแกรมส่วนใหญ่ก็มักมีได้ออกแบบมาเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้หญิง หรือมีได้คำนึงถึงเงื่อนไขของครอบครัวแต่อย่างใด โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรณีแม่ที่เป็นเสาหลักหรือเป็นผู้ดูแลเด็กหรือเยาวชนแต่เพียงผู้เดียวสู่ความเป็นธรรม สำหรับผู้ต้องขังหญิง ในขณะที่ผู้ต้องขังหญิงที่มีความบกพร่องทางกาย และ/หรือทางจิต ก็มักไม่ได้รับความเอาใจใส่ด้านที่พัก อุณหภูมิ หรือสถานที่ที่ออกแบบเฉพาะสำหรับผู้พิการ หรือได้รับยามากหรือน้อยเกินไป ในกรณีของผู้มีความบกพร่องทางจิต ตลอดจนไม่มีการให้คำปรึกษา หรือแก้ไขฟื้นฟูทางจิตแต่อย่างใด ทำให้มีสัดส่วนการเพิ่มขึ้นที่น่าตกใจของผู้ต้องขังหญิงที่ทนทุกข์จากปัญหาสุขภาพจิต เช่น การเก็บกวาดวิตกจริต อาการหวาดกลัว การตื่นกลัว การมีหลายบุคลิก และการฆ่าตัวตาย และเป็นอัตราส่วนที่สูงกว่าสถานการณ์ทั่วไป หรือแม้แต่สถานการณ์ของผู้ต้องขังชาย

จะเห็นได้ว่าปัจจุบันสภาพสังคมค่อนข้างเน้นในเรื่องของวัตถุมากกว่าความเอาใจใส่ในเรื่องของจิตใจหรือทางด้านจริยธรรม สังคมจึงขาดแนวยึดหรือหลักทางศาสนาจึงทำให้สังคมมีความยุ่งยากและปั่นป่วน คนที่อยู่ในสังคมจึงขาดซึ่งจริยธรรมที่สำคัญในการใช้ชีวิตการมีศาสนาตามกฎหมายยังไม่สำคัญเท่ากับที่เราได้ตระหนักว่าเรานั้นมีแนวคิดหรือหลักยึดทางศาสนาในเรื่องใด เรื่องของศาสนามีหลายอย่างที่เป็นเรื่องสำคัญที่นำไปช่วยในกระบวนการพัฒนา แก้ไขปัญหา เพื่อนำพาไปสู่การปฏิบัติตน และหากนำหลักศาสนาตามหลักสังคหวัตถุ 4 มาใช้ร่วมกับการบริหารงานในยุคปัจจุบันก็สามารถนำไปสู่ความสำเร็จในงานระดับหนึ่ง ซึ่งความหมายของหลักสังคหวัตถุ 4 (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), : 2543) นั้นหมายถึงคุณธรรมที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน ผูกใจคนและประสานหมู่ชนให้มีความสามัคคีเป็นธรรมที่ทำให้คนเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของคนทั่วไปเป็นการปลูกไมตรีเต็มน้ำใจต่อกัน ทำให้สังคมเป็น

อภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้ เพื่อศึกษา การนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการแก้ไขปัญหา สุขภาพจิต ศึกษากรณีเรือนจำเลย จังหวัดเลย: ศึกษากรณีผู้ต้องขังหญิง เรือนจำจังหวัดเลย สามารถนำมาอภิปรายผลดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในยุคโลกาภิวัตน์ จำเป็นอย่างยิ่งต้องมีหลักพุทธธรรม เพราะหลักธรรมทั้งหลายเหล่านี้ไม่ว่าจะเป็นหลักสังคหวัตถุ 4 หรือหลักธรรมใด ๆ ก็ตามเป็นหลักความดีของการกระทำทางกาย วาจา และใจ ระหว่างผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาและผู้ร่วมงานทุกฝ่าย ดังนั้นบุคลากรในองค์กรทุกคนย่อมมีความพึงพอใจกับการบริหารโดยใช้ หลักสังคหวัตถุ 4 ได้แก่ ทาน ปิยวาจา อตถจริยา สมานัตตตา (โอบอ้อมอารี วจีไพเราะ สงเคราะห์ประชาชน วางตนเหมาะสม) ดังนั้น การทำงานร่วมกันในสังคมยุคใหม่ คือ กระบวนการทำงานร่วมกับผู้อื่นเพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ (Sergiovanni) ทุกคนย่อมมุ่งมั่นตั้งใจที่จะทำงานให้สัมฤทธิ์ผลเป็นไปตามเป้าหมายขององค์กร มีตัวชี้วัด และต้องมีหลักธรรมเข้ามาใช้ในการบริหาร หลักสังคหวัตถุ 4 คือ

1. ทาน คือ การให้ ได้แก่ การเสียสละ การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
2. ปิยวาจา ได้แก่ การพูดคำสุภาพ อ่อนหวาน



3. อุตถจริยา หมายถึง การบำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือกันและกัน

4. สมานัตตตา คือ การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย

จะเห็นได้ว่าความเสมอภาคและมีความเป็นธรรมต่อผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาอย่างเท่าเทียมกันไม่เลือกปฏิบัติผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาถึงจะปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะเห็นว่าผู้บังคับบัญชามีความเป็นธรรมจึงเกิดกำลังใจที่จะมุ่งมั่นปฏิบัติงานอย่างเต็มที่

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาเรื่องพุทธธรรมน้อมนำจิต : ศึกษากรณีผู้ต้องขังหญิง เรือนจำจังหวัดเลย ศึกษากรณีเรือนจำเลย จังหวัดเลย: ศึกษากรณีผู้ต้องขังหญิง เรือนจำจังหวัดเลย สามารถสรุปผลวิจัยได้ดังนี้

การนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการแก้ไขปัญห สุขภาพจิต ด้วยการผ่อนคลายตนเองที่ดีคือการดึงความสนใจของเราเองออกจากสิ่งที่กำลังรบกวนอารมณ์เรา เพราะอารมณ์ส่งผลกระทบทั้งด้านร่างกาย จิตใจและพฤติกรรมของตนเอง รวมทั้งส่งผลต่อผู้อื่นด้วย การจัดการกับอารมณ์เป็นทักษะที่สามารถพัฒนาได้ด้วย หลักสังคหวัตถุ 4 (โอปปาติกะ วิจิไพเราะ สงเคราะห์ประชาชน วางตนเหมาะสม) ตามหลักพระพุทธศาสนา เช่น การควบคุมอารมณ์ทางลบให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ถือเป็นการพัฒนาตนเองให้มีความสามารถทางอารมณ์ที่มีความจำเป็นในการใช้ชีวิต การดำรงชีวิตในสังคม และส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตด้วย เหตุนี้ถือเป็นการพัฒนาตนเองนำไปสู่ความเป็นเลิศในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ดังนี้

1. ใช้กระบวนการขัดเกลาทางสังคมให้มีสภาพจิตใจที่ดี มีความแข็งแกร่งต่อการเอาชนะกิเลสทั้งหลาย ด้วยหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาจัดกิจกรรมที่ให้ชุมชนออกแบบกิจกรรมร่วมกับสถาบันการศึกษาและสถาบันทางพระพุทธศาสนา สร้างภูมิคุ้มกันปัญหาอาชญากรรม
2. สถาบันครอบครัวและโรงเรียนจะต้องปลูกจิตสำนึกในเรื่องการคบเพื่อนที่ดีให้แก่เยาวชนในชุมชนเพื่อให้สมาชิกในสังคมมีการประพฤติตนตามหลักพระพุทธศาสนา ที่เลือกคบหาสมาคม เช่น เพื่อปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนมีจิตสาธารณะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษา

1. ควรมีการวิจัยนโยบายเสริมสร้างเยาวชนจิตสาธารณะ
2. ควรมีการวิจัยกิจกรรมเยาวชนต้นแบบวิถีพุทธ

มจร



เอกสารอ้างอิง

- นัทธี จิตสว่าง, (2546) โปรแกรมการแก้ไขพื้นฟูผู้กระทำผิด, กรุงเทพฯ : วัฒนพงศ์การพิมพ์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต), (2552) ทฤษฎีหรือแนวคิดทางด้านการบริหารและการจัดการองค์กร, กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์สวย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), (2543) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 9, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พรชัย ชันดี, ธัชชัย ปิตะนิละบุตร และอศวิน วัฒนวิบูลย์. (2543) ทฤษฎีและงานวิจัยทางอาชญาวิทยา, กรุงเทพฯ : บริษัทบุ๊คเน็ท จำกัด.
- อนุมงคล ศิริเวทิน, (2554) หลักศานากับการบริหารงานยุคโลกาภิวัตน์, กรุงเทพฯ : จงลักษณ์การพิมพ์.
- อรสม สุทธิสาคร, (2546) นักโทษประหารหญิง, กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สารคดี.
- พระราชพร ยกเชื้อ, (2541) “พุทธศานากับปัญหาอาชญากรรมในสังคมไทย : ศึกษาความค้ำนึ่งเรื่อง ศิล 5 ของผู้กระทำ ความผิดในเรือนจำกลางคลองเปรม”, วิทยาลัย วิทยานิพนธ์ มหาวิทยาลัยอักษรสาศตร์ (ศานาเปรียบเทียบ) บัณฑิต: มหาวิทยาลัยมหิดล. กรมวิชาการ, www.learners.in.th. 20 พฤศจิกายน 2558.
- กฤตยา อาชวนิจกุล และกุลภา วจนสาร, เข้าถึงได้, <http://www.tcijthai.com/tcijthainews>. พฤศจิกายน 2562.
- ชาญเชาวน์ ไชยานุกิจ, เข้าถึงได้, <http://prachatai.org>. ธันวาคม 2562.
- นัทธี จิตสว่าง, เข้าถึงได้, <https://www.gotoknow.org/posts>. 2562.
- ธิติวุฒิ หมั่นมี, วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์, เข้าถึงได้, <http://www.kmutt.ac.th>. ธันวาคม 2562.

