ผลของกิจกรรมฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้

The Effects of Rehabilitation Activities on the Quality of Life of Formerly Detained Individuals under the Internal Security Act in Thailand's Southern Border Provinces

จิราภรณ์ เรืองยิ่ง[1] กรวิกา กัปตพล[2*]

Jiraporn Ruangying[1], Kornwika Kuptapol[2*]

(Received: July 22, 2025; Revised: October 10, 2025; Accepted: December 3, 2025)

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะกิจกรรมและผลของกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษในจังหวัดชายแดนภาคใต้ ดำเนินการทดลองใช้กิจกรรมกับอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ จำนวน 21 คน ในระยะเวลา 5 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แนวคำถามการสนทนากลุ่ม แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และแบบประเมินความสุขของคนไทย ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย 2 มิติ ได้แก่ มิติด้านการมุ่งเน้นเพิ่มภูมิคุ้มกันทางใจและมิติด้านการมุ่งสร้างการเรียนรู้ทางสังคม โดยแบ่งเป็น 2 ส่วนหลัก ได้แก่ กิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจ และกิจกรรมปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชนและการสร้างรายได้/อาชีพเพื่อการดำรงชีพ ผลการทดลองใช้กิจกรรมพบว่า ผู้เข้าร่วมมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นกับเพื่อนร่วมกิจกรรมและวิทยากร มีความคิดและมุมมองเชิงบวกต่อการใช้ชีวิตและสามารถรับมือกับปัญหาได้ดีขึ้น รวมถึงมีทัศนคติที่ดีต่อการสร้างรายได้แม้จะตระหนักว่าขาดความรู้และเงินทุน ผลการประเมินความสุขโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ชี้ให้เห็นว่า ระดับความสุขเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องและมีนัยสำคัญทางสถิติ จากระดับเริ่มต้นที่เทียบเท่าคนทั่วไป (44.57) สู่ระดับที่สูงขึ้น (47.19) ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของกิจกรรมในการส่งเสริมให้กลุ่มเป้าหมายสามารถกลับคืนสู่สังคมได้อย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: กฎหมายพิเศษ คุณภาพชีวิต กิจกรรมฟื้นฟู อดีตผู้ถูกควบคุมตัว จังหวัดชายแดนภาคใต้

[1]สถาบันสันติศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

[1]Institute for Peace Studies, Prince of Songkla University

[2]นักวิชาการอิสระ

[2]Independent Scholar

*Corresponding author. E-mail: k.kornwika@gmail.com

Abstract

This research aimed to examine the nature and effects of rehabilitation activities designed to improve the quality of life of individuals formerly detained under special laws in Thailand's southern border provinces. An experimental intervention was implemented over a five-week period with 21 participants who were former detainees. The research instruments included focus group discussion guides, semi-structured interview forms, and the Thai Happiness Inventory. The rehabilitation program consisted of two key dimensions: enhancing psychological resilience, and fostering social learning for community coexistence and sustainable livelihood development. These dimensions were operationalized through two main components—activities aimed at strengthening mental well-being and activities focused on reshaping attitudes toward communal living and income generation for self-reliance. The results showed that participants developed better interpersonal relationships with peers and facilitators, gained more positive perspectives toward life, and improved their problem-solving abilities. They also expressed constructive attitudes toward income generation, despite being aware of their limitations in knowledge and capital. A repeated-measures ANOVA revealed that participants' happiness levels increased steadily and significantly, rising from an initial score comparable to the general population (M=44.57) to a higher level (M=47.19). These findings highlight the effectiveness of the rehabilitation activities in promoting the sustainable reintegration of former detainees into society.

Keywords: Special Law, Quality of Life, Rehabilitation Activities, Former Detainees, Southern Border Provinces

บทนำ

พื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ของประเทศไทยเป็นบริบททางสังคมที่มีความซับซ้อนและอยู่ภายใต้สถานการณ์ความไม่สงบอย่างต่อเนื่องมาเป็นระยะเวลา 20 ปี (Deep South Watch, 2025) ทำให้รัฐมีการใช้กฎหมายพิเศษในการควบคุมสถานการณ์ เช่น พระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน และพระราชบัญญัติความมั่นคงภายในราชอาณาจักร ซึ่งเปิดโอกาสให้มีการควบคุมตัวบุคคลที่สงสัยว่าจะเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ ส่งผลให้เกิดกลุ่มบุคคลซึ่งถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษ และเมื่อได้รับการปล่อยตัวกลับคืนสู่สังคม บุคคลเหล่านี้มักเผชิญกับปัญหาการปรับตัว การตีตราทางสังคม (Social stigma) และการถูกปฏิเสธจากชุมชน การตีตราดังกล่าวไม่เพียงแต่ส่งผลต่อสถานภาพทางสังคม แต่ยังส่งผลต่อความรู้สึก

เห็นคุณค่าในตนเองลดลงอย่างมีนัยสำคัญ (Becker, 1963; สุภาค์พรรณ ตั้งตรงไพโรจน์ และนิธิศ ธรรมแสงอดิภา, 2567) เมื่อบุคคลถูกตีตราว่าเป็นตัวปัญหาหรือคนเสี่ยง (Risky) พวกเขาจะผนวกป้ายนั้นเข้าเป็นส่วนหนึ่งของตัวตน และนำไปสู่วงจรของความขัดแย้งและการกระทำผิดต่อเนื่อง (Deakin et al., 2022)

ในมุมมองทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social learning theory) ชี้ให้เห็นว่าพฤติกรรมอาชญากรรมหรือพฤติกรรมเบี่ยงเบนสามารถเกิดขึ้นจากกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม โดยผ่านความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้ที่มีพฤติกรรมอาชญากรรม ซึ่งก่อให้เกิดการรับรู้ค่านิยม ทัศนคติ และรูปแบบของพฤติกรรมที่คล้อยตามกัน(Akers, 1995) ในงานวิจัยต่างประเทศหลายชิ้นพบว่าความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสามารถเพิ่มโอกาสในการกลับไปกระทำผิดได้อย่างชัดเจน (Hoeben et al., 2021; Ruangying et al., 2024) และอีกมิติหนึ่งที่ได้รับความสนใจเป็นอย่างมากในงานศึกษาทางจิตวิทยาและอาชญาวิทยาคือ ความสามารถในการฟื้นคืน (Resilience) ซึ่งหมายถึงความสามารถของบุคคลในการเผชิญหน้าและปรับตัวกับวิกฤตหรือเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างสร้างสรรค์ การค้นพบพลังที่จะเอาตัวรอด ฟื้นตัวกลับมา และก้าวต่อไปข้างหน้าได้ (Southwick et al., 2014) จากการศึกษางานวิจัยในบริบทการคืนคนดีสู่สังคม (Reintegration) พบว่า ผู้ที่มีระดับความสามารถในการฟื้นคืนสูงจะมีแนวโน้มการกลับเข้าสู่พฤติกรรมรุนแรงหรือการกระทำผิดซ้ำน้อยลง

ดังนั้น ในการออกแบบกิจกรรมฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของอดีตผู้ถูกควบคุมตัวในพื้นที่ความขัดแย้งจึงมิใช่เพียงการบำบัดเยียวยาในระดับปัจเจกบุคคลเท่านั้น แต่เป็นการดำเนินการในระดับสังคม ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยความเข้าใจในกลไกทางจิตวิทยา สังคมวิทยา และวัฒนธรรม เพื่อส่งเสริมให้บุคคลสามารถกลับคืนสู่สังคมอย่างมีศักดิ์ศรี และมั่นคงทางจิตใจ ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดทางพฤติกรรมศาสตร์แบบบูรณาการที่ผสานมุมมองจากศาสตร์ด้านจิตวิทยา สังคมวิทยา และอาชญาวิทยา มาใช้เป็นกรอบแนวคิดหลักในการออกแบบกิจกรรมฟื้นฟูคุณภาพชีวิตในครั้งนี้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษในจังหวัดชายแดนภาคใต้

2. เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษในจังหวัดชายแดนภาคใต้

การทบทวนวรรณกรรมและกรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยนี้นำแนวคิดพฤติกรรมศาสตร์แบบบูรณาการที่ผสานมุมมองจากศาสตร์ด้านจิตวิทยา สังคมวิทยา และอาชญาวิทยา มาใช้เป็นกรอบแนวคิดหลักในการวิจัย โดยสรุปรายละเอียดพอสังเขปดังนี้

แนวคิดพฤติกรรมศาสตร์แบบบูรณาการ

พฤติกรรมศาสตร์เป็นศาสตร์สหวิทยาการที่ศึกษาปัจจัยและกระบวนการที่กำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ทั้งในระดับปัจเจก กลุ่ม และสังคม โดยให้ความสำคัญกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สิ่งแวดล้อม และบริบททางวัฒนธรรม (Ajzen & Fishbein, 2021) แนวคิดนี้ช่วยให้สามารถอธิบาย พยากรณ์ และจัดการพฤติกรรมในสถานการณ์ที่ซับซ้อนได้อย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความเสี่ยง การตัดสินใจ หรือพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางสังคม (Bandura, 2024b) ในประเทศไทยพฤติกรรมศาสตร์ถูกประยุกต์ใช้อย่างกว้างขวางในการทำความเข้าใจและแก้ไขปัญหาทางสังคม โดยเน้นความสัมพันธ์ของปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมมนุษย์ ทั้งในด้านจิตวิทยา สังคมวิทยา สิ่งแวดล้อมรวมไปถึงหลักคำสอนตามศาสนา ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาแนวทางการป้องกันและฟื้นฟูพฤติกรรมที่ซับซ้อนในสังคม และอาชญาวิทยา ซึ่งเป็นศาสตร์ที่ศึกษาพฤติกรรมของบุคคลที่กระทำผิดกฎหมาย โดยการวิเคราะห์และทำความเข้าใจพฤติกรรมเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนานโยบายและกลยุทธ์ในการควบคุมและป้องกันอาชญากรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Korn & Lloyd, 1961)

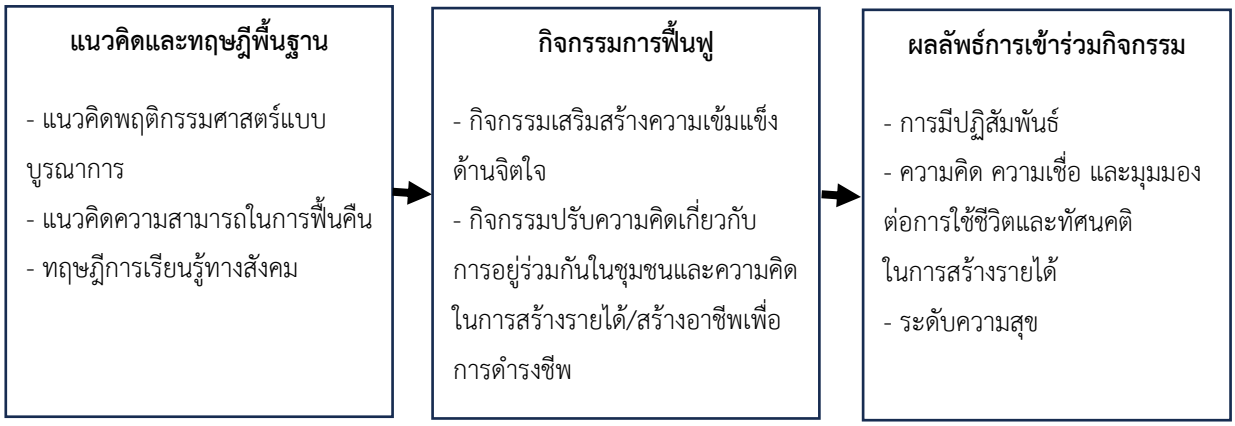
แนวคิดความสามารถในการฟื้นคืน

ความสามารถในการฟื้นคืนเป็นความสามารถของบุคคลในการปรับตัวเชิงบวกภายใต้สถานการณ์วิกฤตหรือความเครียดอย่างรุนแรง ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสามารถฟื้นคืนกลับสู่ภาวะปกติหรือเติบโตขึ้นจากประสบการณ์นั้นได้ (Verbruggen et al., 2020) ซึ่งได้รับความสนใจอย่างต่อเนื่องในแวดวงจิตวิทยาและพฤติกรรมศาสตร์ โดยเฉพาะในบริบทของการพัฒนาศักยภาพบุคคลที่เผชิญกับความเครียด ความยากลำบาก หรือเหตุการณ์กระทบกระเทือนจิตใจ Resilience สามารถพัฒนาได้ผ่านทักษะต่าง ๆ เช่น การคิดเชิงบวก การควบคุมอารมณ์ และการมีเป้าหมายชีวิตชัดเจน โดย Southwick et al. (2014) ได้เสนอองค์ประกอบของ Resilience ประกอบด้วย 1) ด้านที่ฉันมี (I have) ได้แก่ ความไว้วางใจ โครงสร้างและกฎกติกาของครอบครัว บุคคลต้นแบบ การสนับสนุนให้มีอิสระในการดูแลตนเอง การเข้าถึงสุขภาวะ การศึกษาและสวัสดิการ 2) ด้านที่ฉันเป็น (I am) ได้แก่ เป็นบุคคลที่น่ารัก รัก เข้าใจ และเห็นประโยชน์ผู้อื่น ภาคภูมิใจในตนเอง ดูแลตนเอง มีความรับผิดชอบ มีความหวัง ศรัทธา ความไว้วางใจ และ 3) ด้านที่ฉันสามารถ (I can) ได้แก่ การสื่อสาร การแก้ปัญหา การจัดการอารมณ์และสิ่งกระตุ้นมน รู้อารมณ์สภาวะจิตของตนเอง และผู้อื่น รู้จักกาละเทศะ มีผู้ให้ความช่วยเหลืออยู่เสมอ ซึ่งสามารถนำไปใช้พัฒนาแนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตและการฟื้นฟูบุคคลในบริบทที่มีความเปราะบาง ช่วยเสริมสร้างพลังภายใน (Inner strength) และศักยภาพในการคืนสู่สังคมอย่างสร้างสรรค์

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเป็นแนวคิดที่อธิบายว่าพฤติกรรมของมนุษย์เกิดขึ้นจากกระบวนการเรียนรู้โดยผ่านการสังเกต (Observational learning) การเลียนแบบ (Imitation) และการจำลองแบบ (Modeling) จากบุคคลต้นแบบในสังคม (Bandura, 2024a) โดยการเรียนรู้ทางสังคมไม่ได้อาศัยเฉพาะการเสริมแรงทางตรง (Direct reinforcement) แต่ยังเกิดขึ้นได้จากผลกระทบทางอ้อม (Vicarious reinforcement) และกระบวนการภายในจิตใจของบุคคล ซึ่ง Bandura (2024b) ได้นำเสนอทฤษฎีนี้ในกรอบของ “ทฤษฎีความรู้ความเข้าใจทางสังคม” (Social cognitive theory) โดยเน้นว่าพฤติกรรมเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล พฤติกรรม และสิ่งแวดล้อม ซึ่งเรียกว่า “ความสัมพันธ์สามทาง (Reciprocal determinism)” ทั้งนี้ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจำเป็นต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเองหรือของผู้อื่น โดยมีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ ความใส่ใจ (Attention) การจดจำ (Retention) การปฏิบัติ (Reproduction) และแรงจูงใจ (Motivation) ดังนั้น การประยุกต์ใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมในกิจกรรมฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวสามารถดำเนินการผ่านการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้มีแบบอย่างเชิงบวกในสังคม เช่น การจัดกลุ่มเรียนรู้ร่วมกัน การเสริมแรงพฤติกรรมที่เหมาะสม รวมถึงการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้และปลอดภัย ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและพัฒนาตนเองกลับคืนสู่สังคมได้อย่างสร้างสรรค์และยั่งยืน

แนวคิดทฤษฎีข้างต้นสรุปเป็นกรอบแนวคิดการวิจัยดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้ดำเนินการตามหลักจรรยาบรรณในการทำวิจัย โดยก่อนดำเนินการวิจัยได้ขอรับการพิจารณาด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากศูนย์จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ Research Code: PSU IRB 2022-LL-Peacestudies-021 (Internal) รวมถึงมีการใช้นามแฝงในการดำเนินการสัมภาษณ์ เพื่อให้ไม่สามารถระบุถึงตัวบุคคลผู้ให้ข้อมูลได้

แบบแผนการวิจัย

การพัฒนากิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ มุ่งเน้นการฟื้นฟูด้านจิตใจและด้านการอยู่ร่วมกันในสังคม โดยอาศัยการมีส่วนร่วมจากหน่วยงานที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน มีเป้าหมายคือ มุ่งเน้นการช่วยเหลือ ฟื้นฟู และเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนให้กับอดีตผู้ถูกคุมขังภายหลังกลับคืนสู่ชุมชน ผ่านหลักจิตวิทยาเชิงบวกและหลักคำสอนตามศาสนาที่นับถือ โดยแบ่งออกเป็น 3 ช่วง คือ 1) ศึกษาลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ กลับคืนสู่สังคมด้วยวิธีการสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และมีประสบการณ์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของอดีต ผู้ถูกควบคุมตัวฯ/ผู้ถูกกุมขังให้สามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข ในประเด็นเกี่ยวกับลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูด้านจิตใจและด้านการอยู่ร่วมกันในสังคม 2) นำข้อมูลจากการสนทนากลุ่มมายกร่างลักษณะกิจกรรม การฟื้นฟูฯ ใช้แนวคิดพฤติกรรมศาสตร์เชิงบูรณาการ ผ่านมุมมองทางจิตวิทยา สังคมวิทยา และอาชญาวิทยา การผสานรวมศาสตร์เหล่านี้ช่วยให้เข้าใจพฤติกรรม ปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างรอบด้าน และนำไปสู่การป้องกันและจัดการได้อย่างมีประสิทธิภาพ มุ่งเน้นพัฒนา 2 ด้านสำคัญ ได้แก่ ด้านจิตใจ และด้านความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชนและความคิดในการสร้างรายได้และสร้างอาชีพเพื่อการดำรงชีพ ประกอบด้วย 2 กิจกรรมหลัก ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 การเสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจ กิจกรรมที่ 2 การปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชนและความคิดในการสร้างรายได้/สร้างอาชีพเพื่อการดำรงชีพ และ 3) ทดลองใช้กิจกรรม ผ่านกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ 3 ขั้นตอนหลัก ได้แก่ 1) การวางแผน 2) การปฏิบัติและการสังเกตและ 3) การสะท้อนผลการปฏิบัติ

กลุ่มเป้าหมาย

1) กลุ่มเป้าหมายในการศึกษาลักษณะและยกร่างกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตฯ โดยการจัดประชุมสนทนากลุ่มเพื่อระดมสมอง พร้อมตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้ในการนำไปจัดกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ประกอบด้วย (1) ผู้แทนกองสานใจสู่สันติ ศูนย์สันติวิธี กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในภาค 4 ส่วนหน้า (2) ผู้แทนศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 (3) ผู้แทนสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัด (4) ผู้แทนศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (5) ผู้แทนองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (6) ภาคประชาสังคม/NGO ที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ และ (7) ทีมวิจัยและผู้ช่วยวิจัย รวมจำนวน 23 คน

2) กลุ่มเป้าหมายในการทดลองใช้กิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตฯ มีดังนี้

กิจกรรมที่ 1 การเสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจ เริ่มจากการวางแผนเนื้อหา กำหนดเป้าหมายและออกแบบกิจกรรมสำหรับเสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ หลังจากนั้น นำแผน

ไปสู่การปฏิบัติและการสังเกตโดยการดำเนินกิจกรรมเสริมสร้างพลังใจ สุดท้ายเข้าสู่ขั้นตอนการสะท้อนผลการปฏิบัติ เป็นการสะท้อนผลภายหลังจากการจัดกิจกรรม ผู้เข้าร่วม จำนวน 39 คน ประกอบด้วย 1) กลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ไม่น้อยกว่า 1 ปี และได้รับการปล่อยตัวกลับคืนสู่ชุมชนอย่างน้อย 1-2 ปี ที่มีความพร้อมด้านสุขภาพกายและด้านสุขภาพจิต จำนวน 21 คน 2) ทีมวิทยากร นักจิตวิทยาจากโรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์และจากศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 จำนวน 4 คน 3) ผู้นำชุมชน และผู้นำศาสนา จำนวน 2 คน 4) ภาคประชาสังคม/NGO ที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ จำนวน 2 คน และ 4) ทีมวิจัยและผู้ช่วยวิจัย จำนวน 10 คน

กิจกรรมที่ 2 การปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชน และความคิดในการสร้างรายได้/สร้างอาชีพเพื่อการดำรงชีพ เริ่มจากการวางแผนเนื้อหา กำหนดเป้าหมายและออกแบบกิจกรรมปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชน และความคิดในการสร้างรายได้/สร้างอาชีพเพื่อการดำรงชีพของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ หลังจากนั้นนำแผนไปสู่การปฏิบัติและการสังเกต โดยการดำเนินกิจกรรมปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชน และความคิดในการสร้างรายได้/สร้างอาชีพเพื่อการดำรงชีพไปสู่การปฏิบัติ สุดท้ายเข้าสู่ขั้นตอนการสะท้อนผลการปฏิบัติ เป็นการสะท้อนผลภายหลังจากการจัดกิจกรรม ผู้เข้าร่วม จำนวน 21 คน ได้แก่ กลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ภายหลังได้รับการปล่อยตัวกลับคืนสู่ชุมชนอย่างน้อย 1 – 2 ปี ที่มีความพร้อมด้านสุขภาพกายและด้านสุขภาพจิต จำนวน 21 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในแต่ละขั้นตอน มีดังนี้ ขั้นศึกษาลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ คือ แนวคำถามการสนทนากลุ่ม ส่วนขั้นทดลองใช้กิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ประกอบด้วย (1) แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (2) แนวคำถามการสนทนากลุ่ม โดยผู้วิจัยทำการหาคุณภาพของแบบสัมภาษณ์และแนวคำถามการสนทนากลุ่ม โดยการหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน จากนั้นนำผลการประเมินของผู้ทรงคุณวุฒิมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) พบว่า แบบสัมภาษณ์และแนวคำถามการสนทนากลุ่ม มีค่า IOC เท่ากับ 1.00 และ (3) แบบประเมินความสุขของคนไทย ผู้วิจัยใช้แบบประเมินของสำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดเรียบร้อยแล้ว

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1) การเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาลักษณะและยกร่างกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตฯ โดยวิธีการจัดประชุมสนทนากลุ่ม

2) การเก็บรวบรวมข้อมูลผลของการใช้กิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตฯ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกต และแบบประเมินความสุข

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ดำเนินการ ดังนี้ 1) ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก การสนทนากลุ่ม การประชุมระดมสมอง และการทบทวนหลังปฏิบัติงาน ทำการวิเคราะห์เนื้อหา และ 2) ข้อมูลเชิงปริมาณ ผลจากการประเมินความสุข ทำการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated measures ANOVA)

ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ผลการศึกษาลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ กลับคืนสู่สังคม และผลของกิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ

1. ผลการศึกษาลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษกลับคืนสู่สังคม

จากการสนทนากลุ่มระดมสมองเพื่อศึกษาลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูและยกร่างกิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ใน 2 มิติ ได้แก่ มิติด้านการมุ่งเน้นเพิ่มภูมิคุ้มกันทางใจและมิติด้านการมุ่งสร้างการเรียนรู้ทางสังคม ได้นำไปสู่การกำหนดกรอบกิจกรรม สรุปผลได้ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 การเสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจ มุ่งเน้นการพัฒนาสุขภาพจิตและความเข้มแข็งภายใน เพื่อให้อดีตผู้ถูกควบคุมตัวสามารถปรับตัวและใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขและมั่นคง ประกอบด้วย 3 กิจกรรมย่อย ดังนี้

กิจกรรมที่ 1.1 ความสุขที่พอเพียง

วัตถุประสงค์ เพื่อสร้างความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อให้รู้สึกพึงพอใจในสิ่งที่มีและสิ่งที่ได้ทำอย่างเต็มความสามารถ

รายละเอียดกิจกรรม เน้นการกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมตระหนักถึงคุณค่าและความดีในตนเองผ่านการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และข้อดีของกันและกัน มีการใช้เกมสนุก ๆ เช่น การสุ่มหยิบสลากคำสั่งเพื่อสร้างบรรยากาศผ่อนคลายและกระตุ้นการมีส่วนร่วม นอกจากนี้ยังมีการวิเคราะห์และแลกเปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับความพอเพียงและความพึงพอใจในสิ่งที่ตนมี โดยขั้นสุดท้ายวิทยากรจะสรุปแนวคิดว่าทุกคนล้วนมีคุณค่าและเอกลักษณ์เฉพาะตัว ควรยอมรับความแตกต่างและเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเอง และความสุขเกิดจากการยอมรับและพอใจในสิ่งที่ตนเองมีและทำได้อย่างเต็มความสามารถ โดยมีพื้นฐานจากการมองโลกในแง่ดี

กิจกรรมที่ 1.2 ดีหรือร้ายอยู่ที่มุมมอง

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เข้าใจสาเหตุและวิธีการสร้างความรู้สึกดีต่อตนเอง เพื่อฝึกทักษะการผ่อนคลายโดยเรียนรู้การหายใจที่ถูกต้อง เพื่อให้เข้าใจความแตกต่างระหว่างการมองโลกแง่ดีและการมองโลกแง่ร้าย และเพื่อให้มีความยืดหยุ่นทางความคิด รู้จักมองโลกแง่ดีและมีความหวัง

รายละเอียดกิจกรรม เริ่มต้นด้วยการชวนผู้เข้าร่วมทบทวนชีวิตและสำรวจแหล่งที่มาของความสุขหรือความรู้สึกดีต่อตนเอง วิทยากรจะอธิบายถึงแนวทางการสร้างความรู้สึกดีต่อตนเอง เช่น การทำความดี การค้นหาความถนัด และการไม่เปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น จากนั้นจะมีการวิเคราะห์สถานการณ์ที่หลากหลาย ทั้งด้านบวกและลบ เพื่อฝึกให้ผู้เข้าร่วมมองเห็นและเปลี่ยนมุมมองต่อเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิต สรุปคือทุกสถานการณ์มีทั้งด้านบวกและลบ การเลือกมองในด้านบวกจะช่วยลดความทุกข์และนำไปสู่การหาทางออกของปัญหาได้

กิจกรรมที่ 1.3 ถอดรหัสความเครียด

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เข้าใจอาการของความเครียด เพื่อให้แยกแยะได้ว่าสิ่งที่ทำเวลาเครียดเป็นการแก้ปัญหา หรือแก้อารมณ์ และสามารถประเมินผลดีผลเสียของสิ่งที่ทำได้

รายละเอียดกิจกรรม เน้นการทำความเข้าใจความเครียดอย่างลึกซึ้ง ผู้เข้าร่วมจะได้รับการกระตุ้นให้ทบทวนประสบการณ์ความเครียดของตนเอง อาการที่เกิดขึ้น และสิ่งที่ได้ทำไปเมื่อรู้สึกเครียด วิทยากรจะสรุปอาการของความเครียดและแบ่งประเภทของการจัดการความเครียดออกเป็นการแก้ปัญหาและแก้อารมณ์ พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดีผลเสียของแต่ละวิธี นอกจากนี้ยังมีการฝึกทักษะการหายใจอย่างถูกวิธีเพื่อเป็นเครื่องมือในการผ่อนคลายความเครียด การรู้จักสังเกตอาการ แยกแยะวิธีจัดการ (แก้ปัญหา กับ แก้อารมณ์) และเลือกใช้วิธีที่มีผลดี จะช่วยให้สามารถรับมือกับความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสิ่งสำคัญคือการรู้จักแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ หรือหากแก้ไขไม่ได้ก็ต้องรู้จักยอมรับและผ่อนคลายตนเอง

กิจกรรมที่ 2 การปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชนและความคิดในการสร้างรายได้/สร้างอาชีพเพื่อการดำรงชีพ มุ่งเน้นการปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชน และการสร้างรายได้/อาชีพ เพื่อให้อดีตผู้ถูกควบคุมตัวสามารถปรับตัวเข้ากับการใช้ชีวิตในชุมชน ประกอบด้วย 3 กิจกรรมย่อย ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 ชุมชนของเรา บ้านของเรา

วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบทบาทและหน้าที่ของการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน เพื่อสร้างทัศนคติเชิงบวกต่อการอยู่ร่วมกันและลดอคติจากสังคม เพื่อปลูกฝังความรู้สึกเป็นเจ้าของและมีความรับผิดชอบต่อชุมชน

รายละเอียดกิจกรรม เน้นการทำความเข้าใจถึงความสำคัญของบ้านและชุมชนในฐานะรากฐานชีวิต และความท้าทายของการกลับสู่สังคม ผู้เข้าร่วมจะได้รับการกระตุ้นให้เกิดการระดมความคิดโดยการวาดภาพหรือเขียนคุณลักษณะของชุมชนที่อยากอยู่และสิ่งที่อยากทำเพื่อชุมชนแล้วนำเสนอ และร่วมกันแลกเปลี่ยนมุมมองต่อการยอมรับ ความท้าทายที่อาจเกิดขึ้นในการปรับตัวเข้าหาชุมชน และมุมมองของชุมชนต่ออดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ โดยเน้นย้ำถึงบทบาทของความเข้าใจและการสื่อสาร นำเสนอภาพ/เรื่องเล่า/คลิปวิดีโอตัวอย่างของบุคคลที่สามารถปรับตัวเข้ากับชุมชนได้ดี หรือชุมชนที่มีความเข้มแข็งในการยอมรับความแตกต่าง

สรุปปิดท้ายว่าการอยู่ร่วมกันต้องอาศัยการปรับตัวจากทั้งสองฝ่าย การแสดงออกถึงความตั้งใจที่ดีและความรับผิดชอบจะช่วยสร้างการยอมรับ และทุกคนมีส่วนร่วมในการสร้างชุมชนที่น่าอยู่ได้

กิจกรรมที่ 2 ต้นแบบผู้สร้างชีวิต

วัตถุประสงค์ เพื่อสร้างแรงบันดาลใจจากประสบการณ์จริงของผู้ที่เคยผ่านสถานการณ์คล้ายคลึงกัน เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้รับแนวทางปฏิบัติและข้อคิดในการเริ่มต้นอาชีพ เพื่อสร้างความเชื่อมั่นว่าสามารถกลับมาประสบความสำเร็จในชีวิตได้

รายละเอียดกิจกรรม วิทยากรหลักแนะนำ วิทยากรต้นแบบ ซึ่งเป็นอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ที่สามารถปรับตัวอยู่ในชุมชนได้ มีการประกอบอาชีพและหารายได้เลี้ยงครอบครัวได้ มาเล่าเรื่องราวชีวิตตั้งแต่ออกจากราชทัณฑ์ การรับมือกับมุมมองและท่าทีของคนในชุมชน จนมีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถประกอบอาชีพของตนเองได้ และเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมซักถามได้อย่างอิสระ

กิจกรรมที่ 3 จุดประกายอาชีพ สู่การพึ่งพาตนเอง

วัตถุประสงค์ เพื่อสำรวจความสนใจ ความถนัด และศักยภาพในการประกอบอาชีพของผู้เข้าร่วม เพื่อนำเสนอแนวคิดและโอกาสในการสร้างรายได้ที่หลากหลาย เพื่อสร้างแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเองเพื่อการประกอบอาชีพ

รายละเอียดกิจกรรม เริ่มต้นด้วยการชวนผู้เข้าร่วมทบทวนและสร้างแผนที่ความถนัด ความสนใจโดยให้เขียนสิ่งที่ตนเองชอบ สิ่งที่ทำได้ดี ประสบการณ์ทำงานที่ผ่านมา และอาชีพที่สนใจ ให้ความรู้เปิดมุมมองอาชีพที่สามารถทำได้โดยอาศัยต้นทุนในท้องถิ่น/ชุมชน พร้อมยกตัวอย่างอาชีพต่าง ๆ เช่น เกษตรแปรรูป ช่างฝีมือ รับจ้างทั่วไป โดยยึดตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง มีวิทยากรจากสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดให้ความรู้ในการสร้างอาชีพที่แต่ละคนสนใจและร่วมเป็นพี่เลี้ยงเพื่อให้ผู้เข้าร่วมมีแนวทางในการสร้างอาชีพได้จริง โดยตอนท้ายสรุปขมวดให้กำลังใจ ทุกคนมีศักยภาพในการสร้างอาชีพและรายได้ สิ่งสำคัญคือการค้นพบความสนใจ พัฒนาทักษะ และมองหาโอกาสรอบตัว

2. ผลของกิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษฯ

ผลของกิจกรรมการฟื้นฟูอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษฯ ประกอบด้วย 2 กิจกรรมหลัก ได้แก่ กิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจ และกิจกรรมปรับความคิดเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชนและความคิดในการสร้างรายได้/สร้างอาชีพเพื่อการดำรงชีพ สรุปดังนี้

2.1 การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มผู้ร่วมกิจกรรมและทีมวิทยากร ในระหว่างทำกิจกรรม

จากการสัมภาษณ์และสังเกตการร่วมกิจกรรมของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ พบว่าในช่วงเริ่มทำกิจกรรมประมาณ 30 นาทีแรก ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนไม่ค่อยมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมกิจกรรมและวิทยากร แต่ละคนมีพื้นที่ส่วนตัว ยังไม่เปิดรับผู้อื่น แต่เมื่อได้ทำกิจกรรมร่วมกันสักระยะหนึ่ง ได้แลกเปลี่ยน

แสดงความคิดเห็นร่วมกัน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี และมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มผู้ร่วมทำกิจกรรมและกับวิทยากรได้ดี กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในแต่ละกิจกรรมมากขึ้น มีความไว้วางใจมากขึ้น เช่น สามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม สามารถโต้ตอบหรือตอบคำถามที่วิทยากรถามได้ มีสีหน้าท่าทางที่แสดงออกถึงการมีความสุขในการได้ทำกิจกรรมร่วมกัน

2.2 ความคิด ความเชื่อ และมุมมองต่อการใช้ชีวิต

จากการสัมภาษณ์และสังเกตการแสดงความคิดเห็นต่อการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในชุมชนของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ พบว่า กลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ส่วนใหญ่สะท้อนว่าตนเองสามารถรับมือกับปัญหาที่พบเจอได้ และมีความเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนมีความแตกต่างกันทั้งความคิด ความรู้สึกและการกระทำ แต่ก็สามารถอยู่ร่วมกันได้

2.3 ความคิด ความเชื่อ และทัศนคติในการสร้างรายได้

จากการสัมภาษณ์และสังเกตการแสดงความคิดเห็นต่อการสร้างรายได้ การประกอบอาชีพ พบว่ากลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ส่วนใหญ่มองว่าตนเองขาดความรู้และช่องทางในการหารายได้ ต้นทุนในชุมชนค่อนข้างต่ำ อยากประกอบอาชีพที่สามารถมีรายได้ที่มั่นคง มีความสนใจและต้องการความรู้เกี่ยวกับช่องทางการสร้างอาชีพที่เหมาะกับตนเองและบริบทของพื้นที่ รวมถึงอยากได้เงินทุนสำหรับการประกอบอาชีพ โดยเชื่อว่าหากตนเองได้รับการพัฒนาความรู้เรื่องการประกอบอาชีพอย่างต่อเนื่อง จะสามารถมีอาชีพที่มีรายได้ที่มั่นคงได้

2.4 การเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดเจนจากการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้

การเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดเจนที่สุดของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ คือการมีความคิดเชิงบวกมากขึ้น เช่น มีรูปแบบการรับรู้และการรู้คิดไปในทิศทางที่ดี มองและรับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามสภาพความเป็นจริงเป็นเหตุเป็นผล มีความเชื่อว่าการใช้ชีวิตของแต่ละคนมีโอกาสที่จะเจอกับปัญหา อุปสรรค แต่เชื่อว่าตนเองมีศักยภาพ สามารถรับมือกับปัญหาที่เจอได้ และใช้ชีวิตบนพื้นฐานของการคิดบวก คิดว่าทุกปัญหามีทางแก้เสมอ

2.5 ผลการประเมินความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯที่เข้าร่วมกิจกรรม

ผลการประเมินความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯที่เข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 3 ครั้ง ผู้วิจัยทำการศึกษาการเปลี่ยนแปลงของระดับความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ตลอดระยะเวลา 5 สัปดาห์ โดยมีการวัดระดับความสุขทั้งหมด 3 ครั้ง คือการวัดครั้งที่ 1 (เริ่มต้น) การวัดครั้งที่ 2 (1 สัปดาห์หลังการวัดครั้งแรก) และการวัดครั้งที่ 3 (4 สัปดาห์หลังการวัดครั้งที่ 2) โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated measures ANOVA) เพื่อประเมินว่าระดับความสุขเฉลี่ยของกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในแต่ละช่วงเวลาที่วัดหรือไม่ และระบุว่าช่วงเวลาใดที่เกิดการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวขึ้น

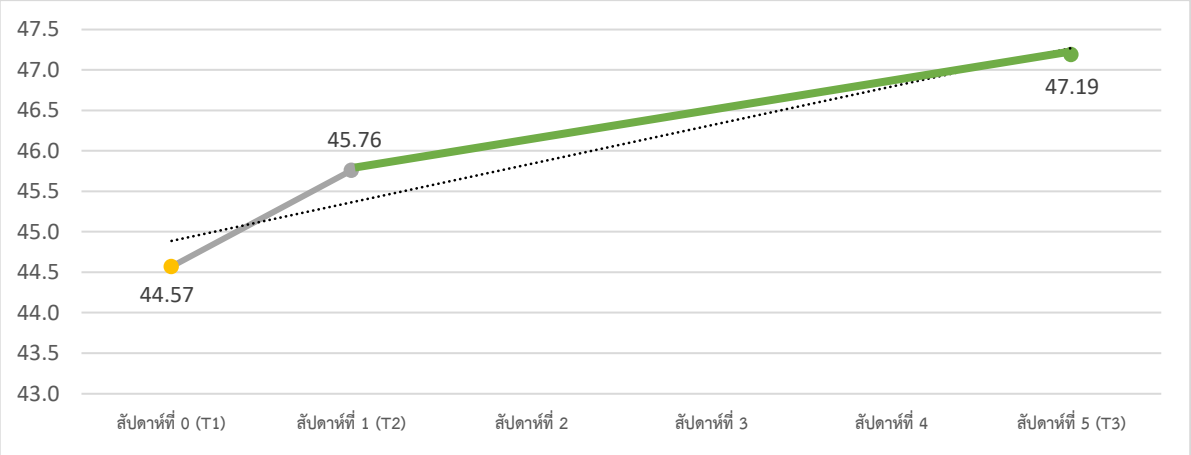
ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคู่ของระดับความสุขในแต่ละช่วงเวลา

ช่วงเวลา	*M*	*SE*	Mean Difference	
			วัดครั้งที่ 2	**วัดครั้งที่ 3**
วัดความสุขครั้งที่ 1	44.57	0.73	**1.19*** (T_1-->T_2: ห่าง 1 สัปดาห์)	**2.62*** (T_1-->T_3: ห่าง 5 สัปดาห์)
วัดความสุขครั้งที่ 2	45.76	0.64	-	**1.43*** (T_2-->T_3: ห่าง 4 สัปดาห์)
วัดความสุขครั้งที่ 3	47.19	0.56	-	-
Mauchly's W=0.790, p=0.107; ***F***(2,40) = 46.429, p<0.001; η_p^2 = 0.699				

T_i หมายถึง ช่วงเวลาการวัดความสุข, η_p^2 = Partial Eta Squared, * หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ในแต่ละช่วงเวลา พบว่า กลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ มีระดับความสุขเฉลี่ย เท่ากับ 44.57 ในการวัดครั้งแรก และครั้งที่ 2 มีระดับความสุขเฉลี่ย เท่ากับ 45.76 และครั้งที่ 3 มีระดับความสุขเฉลี่ย เท่ากับ 47.19 ซึ่งทั้ง 3 ช่วงเวลา กลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ มีระดับความสุขเท่ากับคนทั่วไป โดยระดับความสุขเฉลี่ยของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ เมื่อเวลาผ่านไป 1 สัปดาห์ (T1-->T2) จากการวัดครั้งแรกระดับความสุขเพิ่มสูงขึ้น 1.19 และเมื่อเวลาผ่านไป 5 สัปดาห์ (T1-->T3) จากการวัดครั้งแรกระดับความสุขเพิ่มสูงขึ้น 2.62 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 นอกจากนี้ เมื่อเวลาผ่านไป 4 สัปดาห์จากการวัดครั้ง 2 ไปยังครั้งที่ 3 ระดับความสุขเพิ่มสูงขึ้น 1.43 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เช่นกัน กล่าวคือ ผลการวิเคราะห์*ปัจจัยทางเวลา*สามารถอธิบายความแปรปรวนของระดับความสุขได้ร้อยละ 69.9 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าระดับความสุขมีแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงสูงขึ้นเรื่อย ๆ อย่างชัดเจนตลอดช่วงเวลาการศึกษา

และเมื่อทำการตรวจสอบรูปแบบการเปลี่ยนแปลงระดับความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ จาก Repeated measures ANOVA พบว่า แนวโน้มเชิงเส้น (Linear trend) ระดับความสุขมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเป็นเส้นตรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามเวลาที่เพิ่มขึ้น (F(1,20)=64.089, p<0.001) โดยแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงที่สม่ำเสมอในทิศทางเดียวตลอดช่วงเวลาการศึกษา และแนวโน้มกำลังสอง (Quadratic trend) ไม่พบว่าระดับความสุขมีแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงแบบโค้ง (เพิ่มขึ้นแล้วลดลง หรือลดลงแล้วเพิ่มขึ้น) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (F(1,20)=0.460, p=0.506) กล่าวคือ การเปลี่ยนแปลงระดับความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ เป็นแบบ เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นเส้นตรง ตลอดช่วงเวลาที่ศึกษาใน 5 สัปดาห์ โดยไม่พบว่ามีการเพิ่มขึ้นหรือลดลงแบบโค้งอย่างเด่นชัด ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 ผลการประเมินความสุข

อภิปรายผลการวิจัย

กิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้ ใช้แนวคิดพฤติกรรมศาสตร์เชิงบูรณาการมุมมองทางด้านจิตวิทยา โดยเน้นที่การกระทำของปัจเจกบุคคล สาเหตุภายใน เช่น ความคิด อารมณ์ และบุคลิกภาพ มุมองด้านสังคมวิทยา โดยมองที่ผลกระทบของโครงสร้างสังคม ความสัมพันธ์ และปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อพฤติกรรม เช่น บรรทัดฐานทางสังคม และสุดท้ายมุมองด้านอาชญาวิทยา จะมุ่งเน้นที่การศึกษาปรากฏการณ์อาชญากรรม ทั้งสาเหตุ การกระทำ และการป้องกัน รวมถึงแนวคิดการมีส่วนร่วม ในการออกแบบและพัฒนาขึ้น เนื่องจากอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษเป็นบุคคลที่มีประสบการณ์การถูกคุมขังจากการกระทำความผิดต่อกฎหมายเพื่อก่อความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ และถูกสังคมกล่าวหาว่าเป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมก่อการร้าย ซึ่งเป็นพฤติกรรมก่อการร้ายที่มีความแตกต่างจากพฤติกรรมก่อการร้ายทั่วไป โดยเฉพาะในด้านของแรงจูงใจที่มีที่มาจากความเชื่อ (จอมเดช ตรีเมฆ, 2564) การที่บุคคลเข้ามาอยู่ในขั้นตอนนี้ ขึ้นอยู่กับการที่บุคคลอื่นในสังคมกระทำต่อเขา การถูกจับกุมและถูกประณามว่าเป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมก่อการร้าย จึงมีผลสำคัญต่อการที่บุคคลจะเข้าไปมีส่วนร่วมในสังคม และการสร้างความรู้สึกหรือความสำนึกว่าเป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมก่อการร้าย (Becker, 1963) ดังนั้น ในการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของบุคคลกลุ่มนี้จึงต้องอาศัยการมองรอบด้านทั้งด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ ซึ่งเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการใช้ชีวิตของมนุษย์ เพื่อให้บุคคลสามารถกลับคืนสู่สังคมสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในชุมชนได้อย่างปกติสุข

การศึกษาลักษณะกิจกรรมการฟื้นฟูกิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวนี้ มุ่งเน้นไปที่การช่วยเหลือฟื้นฟูใน 2 มิติ ได้แก่ มิติด้านการเพิ่มภูมิคุ้มกันทางใจและมิติด้านการสร้างการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งผลการทดลองใช้กิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ พบว่า

การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มผู้ร่วมกิจกรรมและทีมวิทยากร ในระหว่างทำกิจกรรม ผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี และมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มผู้ร่วมทำกิจกรรมและกับวิทยากรได้ดี กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในแต่ละกิจกรรมมากขึ้น มีความไว้วางใจมากขึ้น เช่น สามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม สามารถโต้ตอบหรือตอบคำถามที่วิทยากรถามได้ มีสีหน้าท่าทางที่แสดงออกถึงการมีความสุขในการได้ทำกิจกรรมร่วมกัน

ความคิด ความเชื่อ และมุมมองต่อการใช้ชีวิต พบว่า กลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวในคดีความมั่นคงในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้สามารถรับมือกับปัญหาที่พบเจอได้ โดยพวกเขามีชุดความคิด ความเชื่อ และมุมมองต่อการใช้ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น มีความเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนมีความแตกต่างกันทางความคิด ความรู้สึก และการกระทำ แต่ก็สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรมได้ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของการส่งเสริมการปรับตัวทางจิตสังคมเชิงบวกในกลุ่มเปราะบางนี้ โดยการปรับปรุงที่สังเกตได้ชัดเจน ได้แก่ การเพิ่มขึ้นของความไว้วางใจระหว่างบุคคล การมีมุมมองที่เป็นจริงเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในชุมชน แม้ในบริบทที่มีความขัดแย้งเรื้อรัง ทัศนคติเชิงรุกในการสร้างรายได้เพื่อเลี้ยงชีพ แม้จะเผชิญกับความท้าทายจากการถูกตีตราทางสังคม และการเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนของการคิดบวกและระดับความสุข ผลลัพธ์นี้ชี้ให้เห็นถึงศักยภาพของกิจกรรมฟื้นฟู และตอกย้ำถึงความสำคัญของการสนับสนุนที่ครอบคลุม ซึ่งตอบสนองทั้งความต้องการด้านจิตใจและด้านปฏิบัติของกลุ่มประชากรที่เปราะบางนี้ สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องความสามารถในการฟื้นคืนสภาพ (Resilience) ของงานวิจัยของ Southwick et al. (2014) ชี้ให้เห็นว่าความเชื่อที่ว่าตนเองเป็นคนมีความสามารถ มีความรู้สึกมั่นคงทางใจ เชื่อในคุณค่าและความสามารถของตนเองในการควบคุมจัดการกับสิ่งต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม การรู้สึกว่าตนมีความสำคัญ มีค่า มีความหมาย เป็นที่ยอมรับและเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว กลุ่ม หรือสังคมที่แวดล้อม และการมีพลังอำนาจในการควบคุมหรือแก้ไขสิ่งต่าง ๆ ที่อาจจะเข้ามาส่งผลกระทบต่อชีวิตของตนเองได้ ล้วนเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิตและทักษะในการเผชิญกับปัญหาในรูปแบบต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

ความคิด ความเชื่อ และทัศนคติในการสร้างรายได้ พบว่า กลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ส่วนใหญ่มองว่าตนเองขาดความรู้และช่องทางในการหารายได้ ต้นทุนในชุมชนค่อนข้างต่ำ อยากประกอบอาชีพที่สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง มีความสนใจและต้องการความรู้เกี่ยวกับช่องทางการสร้างอาชีพที่เหมาะกับตนเองและบริบทของพื้นที่ รวมถึงอยากได้เงินทุนสำหรับการประกอบอาชีพ โดยเชื่อว่าหากตนเองได้รับการพัฒนาความรู้และทักษะด้านการประกอบอาชีพอย่างต่อเนื่อง จะสามารถสร้างความมั่นคงทางรายได้ในระยะยาว ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยในช่วงหลัง ค.ศ. 2020 ที่ชี้ให้เห็นว่าอดีตผู้ต้องขังจำนวนมากยังคงประสบปัญหาการขาดทรัพยากรพื้นฐานหลังพ้นโทษ ทั้งในด้านการศึกษา การจ้างงาน รายได้ ที่อยู่อาศัย การสนับสนุนทางสังคม และสุขภาวะทางจิต ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญต่อการกระทำผิดซ้ำ โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ต้องขังคดีความมั่นคง

ที่มักเผชิญแรงกดดันจากการตีตราทางสังคมและความเสี่ยงด้านความปลอดภัยที่สูงกว่ากลุ่มทั่วไป (McLennan et al., 2025; Visher & Courtney, 2021; Western et al., 2015) นอกจากนี้ ความเชื่อของกลุ่มตัวอย่างที่ว่าการได้รับการพัฒนาทักษะด้านอาชีพอย่างต่อเนื่องจะช่วยเพิ่มโอกาสในการสร้างรายได้ที่มั่นคง สะท้อนหลักการของ self-efficacy และ mastery experience ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Bandura ซึ่งอธิบายว่าการเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติจริงและการประสบความสำเร็จซ้ำ ๆ จะช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง นำไปสู่การกำหนดเป้าหมายใหม่และความพยายามอย่างต่อเนื่องในการพัฒนาตนเอง ในมิติของการพัฒนาเชิงระบบ การเสริมสร้างศักยภาพของทีมสหวิชาชีพที่ทำงานร่วมกับอดีตผู้ถูกควบคุมตัวถือเป็นองค์ประกอบสำคัญ เนื่องจากปัญหาที่กลุ่มตัวอย่างเผชิญมีความซับซ้อนและเชื่อมโยงหลายมิติ ทั้งด้านเศรษฐกิจ จิตวิทยา ความสัมพันธ์ในครอบครัว อัตลักษณ์ และบริบททางสังคม โดยผลการวิจัยที่ผ่านมาชี้ว่าทีมสหวิชาชีพที่ได้รับการพัฒนาองค์ความรู้ด้านจิตวิทยา การแนะแนวอาชีพ การให้คำปรึกษา และความเข้าใจบริบทชุมชนอย่างรอบด้าน สามารถช่วยลดความเสี่ยงต่อการหวนกลับเข้าสู่กระบวนการยุติธรรม และส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมของผู้พ้นโทษได้อย่างมีนัยสำคัญ (McLennan et al., 2025; Western et al., 2015)

การเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดเจนจากการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ คือ การมีความคิดเชิงบวกมากขึ้น เช่น มีรูปแบบการรับรู้และการรู้คิดไปในทิศทางที่ดี มองและรับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามสภาพความเป็นจริง มีความเชื่อว่าการใช้ชีวิตของแต่ละคนมีโอกาสที่จะเผชิญกับปัญหา อุปสรรค แต่เชื่อว่าตนเองมีศักยภาพ สามารถรับมือกับปัญหาที่เจอได้ และใช้ชีวิตบนพื้นฐานของการคิดบวก คิดว่าทุกปัญหามีทางแก้เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับทุนจิตวิทยาเชิงบวก ที่กล่าวว่า ความสามารถของบุคคลในการจัดการสิ่งต่าง ๆ หรือการประเมินของบุคคลถึงความเป็นไปได้ที่จะประสบผลสำเร็จ ซึ่งเป็นคุณลักษณะหรือความสามารถเชิงบวกของบุคคลซึ่งสามารถพัฒนาได้ โดยมีลักษณะที่สำคัญดังนี้ รับรู้ความสามารถของตนเอง มั่นใจ และพยายามทำสิ่งที่ท้าทายให้สำเร็จ มองโลกทางบวกถึงความสำเร็จในปัจจุบันและอนาคต พยายามเพื่อให้ไปถึงเป้าหมายและค้นหาวิธีการที่นำไปสู่ความสำเร็จ และเมื่อเจอปัญหาอุปสรรค สามารถฟื้นคืนกลับมาได้ ซึ่งแนวคิดนี้เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้ประสบความสำเร็จ มีพฤติกรรมทางบวกในการดำเนินชีวิตทั้งในการปฏิบัติงานในองค์การ และการดำเนินชีวิตในประจำวันได้ (Luthans et al.,2007)

ผลการประเมินความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ พบว่าระดับความสุขของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอและเป็นเส้นตรงตลอดช่วงเวลา 5 สัปดาห์ โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 ซึ่งสะท้อนว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงทางบวกได้อย่างต่อเนื่อง กิจกรรมดังกล่าวประกอบด้วยสองมิติสำคัญ คือ การเสริมสร้างความเข้มแข็งด้านจิตใจ (Internal resilience) ซึ่งช่วยพัฒนาความสามารถในการควบคุมตนเอง การแก้ปัญหา ความมุ่งมั่น และการเห็นคุณค่าในตนเอง และการปรับทัศนคติด้านการอยู่ร่วมกันในชุมชนและการสร้างรายได้/อาชีพ (Social participation & vocational

readiness) ซึ่งส่งเสริมปัจจัยภายนอก เช่น การสนับสนุน การให้คำปรึกษา และการมีโอกาสในการพึ่งพาตนเอง การดำเนินงานทั้งสองมิตินี้ช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถปรับตัวในครอบครัว สร้างกัลยาณมิตร และมองโลกในแง่ดีมากขึ้น ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยก่อนหน้านี้ที่ชี้ว่าการรวมกิจกรรมด้านจิตใจและทักษะอาชีพช่วยเพิ่มความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีของอดีตผู้ต้องขังอย่างมีนัยสำคัญ (Hidayati et al., 2023; Ang et al., 2025; ฌานิกา ศรีวรรณวิทย์ และคณะ, 2564) ทั้งนี้ การมีเครือข่ายสนับสนุนจากชุมชนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมสังคมช่วยเสริมให้การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและพฤติกรรมคงอยู่ได้หลังปล่อยตัว (McLennan et al., 2025) นอกจากนี้ งานวิจัยยังยืนยันว่าโปรแกรมฟื้นฟูแบบองค์รวมที่ผสมผสานปัจจัยภายในและภายนอก รวมถึงการสนับสนุนจากหน่วยงานหลายภาคส่วน จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการกระทำผิดซ้ำและสร้างคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน (Hidayati et al., 2023)

โดยการดำเนินงานทั้ง 2 กิจกรรมข้างต้นนี้ ต้องอาศัยการบูรณาการและการทำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิดของหน่วยงานหลายภาคส่วน เพื่อผลักดันทั้งในระดับนโยบายและปฏิบัติการให้มีความต่อเนื่อง ทั้งในการพัฒนาและกิจกรรมที่ดำเนินการ รวมถึงการคิดค้นรูปแบบกิจกรรมที่ทันสมัยและสอดรับกับบริบทเฉพาะของจังหวัดชายแดนใต้ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องมุ่งมั่นสร้างความร่วมมือแบบการทำงานร่วมกัน เพื่อให้เกิดการผสมผสานการส่งต่อข้อมูล การดำเนินงานที่ต่อเนื่องและทันการณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง กรมราชทัณฑ์ควรมีบทบาทในการเริ่มดำเนินการ ตั้งแต่อดีตผู้ถูกควบคุมตัวยังอยู่ภายใต้การดูแล เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทางใจและการเรียนรู้ทางสังคมอย่างต่อเนื่อง ควรมีการยกระดับให้เห็นภาพความเป็นเครือข่ายการทำงานที่มีเป้าหมายร่วมกันขององค์กรที่เกี่ยวข้อง ซึ่งรวมถึงหน่วยงานภาครัฐ เช่น กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในราชอาณาจักร ภาค 4 ส่วนหน้า ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รวมถึงองค์กรภาคประชาสังคม/ผู้นำศาสนาที่มีบทบาทสำคัญในพื้นที่ โดยมีศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 โรงพยาบาลจิตเวช ภาคประชาสังคม และผู้นำศาสนาในพื้นที่ เป็นกลไกหลัก/หน่วยงานหลักในการขับเคลื่อนเชิงปฏิบัติ เนื่องจากจะสร้างความไว้วางใจและเข้าถึงทั้งตัวบุคคลและชุมชนที่พวกเขาอาศัยอยู่ได้ดีกว่า ส่วนกองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในราชอาณาจักร ภาค 4 ส่วนหน้า 12 ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อาจเป็นกลไกเสริม/หน่วยงานหนุนเสริม โดยสนับสนุนในเชิงนโยบาย งบประมาณ บุคลากร และทรัพยากรต่าง ๆ เพื่ออำนวยความสะดวกในการดำเนินงาน

สรุปผลการวิจัย

กิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้ ดำเนินการกับอดีตผู้ถูกควบคุมตัว 21 คน มุ่งเน้น 2 ด้านหลัก คือ จิตใจ และการปรับตัวสู่ชุมชน/การสร้างอาชีพ โดยดำเนินงานผ่าน 2 กิจกรรมหลักภายใต้วงจรการวิจัยแบบมีส่วนร่วม (วางแผน-ปฏิบัติ-สะท้อนผล) ผลลัพธ์

สำคัญที่เกิดขึ้น คือ (1) การปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้น ผู้เข้าร่วมเปิดใจและมีส่วนร่วมกับกิจกรรมและวิทยากรมากขึ้นอย่างชัดเจน และ (2) มีมุมมองเชิงบวกต่อชีวิต ผู้เข้าร่วมส่วนใหญ่สามารถรับมือปัญหาได้ดีขึ้นและยอมรับความแตกต่างในการอยู่ร่วมกัน (3) มีทัศนคติที่ดีต่อการสร้างรายได้ พบความต้องการความรู้ ช่องทาง และเงินทุนเพื่อประกอบอาชีพที่มั่นคง และ (5) การเปลี่ยนแปลงความคิด ผู้เข้าร่วมมีแนวคิดเชิงบวก มองโลกตามความเป็นจริง และเชื่อมั่นในศักยภาพตนเองในการแก้ปัญหา โดยผลการประเมินความสุข จากผลการวิเคราะห์ Repeated measures ANOVA ชี้ให้ว่ากลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ มีระดับความสุขเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญและต่อเนื่องตลอด 5 สัปดาห์ โดยเริ่มต้นที่ระดับความสุขเท่ากับคนทั่วไปหรือเท่ากับ 44.57 ซึ่งบ่งชี้ว่าแนวโน้มความสุขที่เพิ่มขึ้นนี้ค่อนข้างสอดคล้องกันในกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ ซึ่งสะท้อนว่ากิจกรรมที่จัดขึ้นมีประสิทธิผลในการพัฒนาความสามารถในการจัดการปัญหาชีวิตและยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. หน่วยงานภาครัฐที่มีอำนาจเชิงนโยบาย (เช่น กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในราชอาณาจักร ภาค 4 ส่วนหน้า หรือ ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้) ควรผลักดันให้เกิดการพัฒนาระบบฐานข้อมูลรายบุคคล (Individual database) สำหรับอดีตผู้ถูกควบคุมตัวฯ โดยรวบรวมข้อมูลคุณภาพชีวิตที่สำคัญ 3 มิติ คือ ด้านจิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ เพื่อให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถติดตามประเมินผลและให้ความช่วยเหลือได้อย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

2. กองสานใจสู่สันติ ศูนย์สันติวิธี กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในราชอาณาจักร ภาค 4 ส่วนหน้า ควรเป็นหน่วยงานหลักในการประสานงานเพื่อให้เกิดการบูรณาการและส่งต่อองค์ความรู้จากงานวิจัยนี้ไปยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอย่างเป็นทางการ เช่น ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (พม.) และสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน เพื่อร่วมกันวางระบบการดูแลแบบไร้รอยต่อ (Seamless support system) ตั้งแต่ก้าวแรกที่ออกจากเรือนจำ

3. ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ ควรพิจารณานำรูปแบบกิจกรรมการฟื้นฟูที่ประสบความสำเร็จจากงานวิจัยนี้ ซึ่งมีความยืดหยุ่นและเน้นหลักจิตวิทยาเชิงบวก มาปรับใช้เป็นรูปแบบมาตรฐานสำหรับการดูแลอดีตผู้ต้องขังกลุ่มอื่น ๆ เพื่อสร้างแนวปฏิบัติที่เป็นเอกภาพและมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. กิจกรรมการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษกลับคืนสู่สังคมในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้ เป็นลักษณะกิจกรรมที่ใช้แนวคิดทางพฤติกรรมศาสตร์มุ่งเน้นการฟื้นฟูคุณภาพชีวิตด้านด้านจิตใจและด้านการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งอาศัยการมีส่วนร่วมของหน่วยงานหลักที่เกี่ยวข้องในเชิงการบูรณาการการทำร่วมกัน ดังนั้น การวิจัยครั้งต่อไปหากมีการจัดทำโปรแกรมพัฒนาเฉพาะด้าน เช่น โปรแกรมปรับความคิด

และพฤติกรรมผ่านหลักคำสอนทางศาสนา โปรแกรมให้ความรู้และพัฒนาทักษะอาชีพที่สอดคล้องกับทุนชุมชนและทุนทางวัฒนธรรม เป็นต้น จะทำให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตมีความต่อเนื่องและมีผลที่ยั่งยืนมากยิ่งขึ้น ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของกลุ่มที่ได้รับการพัฒนา

2. หน่วยงานหลักที่มีอำนาจในเชิงนโยบาย ควรพัฒนาระบบฐานข้อมูลรายบุคคลในด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ ที่เชื่อมต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ เพื่อรายงานข้อมูลคุณภาพชีวิตของกลุ่มอดีตผู้ถูกควบคุมตัวด้วยกฎหมายพิเศษ

รายการอ้างอิง

จอมเดช ตรีเมฆ. (2566). *ทฤษฎีอาชญาวิทยา.* สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรังสิต.

ฌานิกา ศรีวรรณวิทย์, วรรณดี สุทธินรากร, ภัทรวรรธน์ จีรพัฒนธนะร และสถิดาพร คำสด. (2564). กระบวนการทางอาชีพเพื่อเตรียมความพร้อมสู่การมีชีวิตที่ดีของผู้ต้องขังที่อยู่ในเรือนจำ และทัณฑสถานภายหลังการพ้นโทษ. *วารสารชุมชนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา*, *16*(2), 177-190.

สุภาค์พรรณ ตั้งตรงไพโรจน์ และนิธิศ ธรรมแสงอดิภา. (2567). บทสำรวจเบื้องต้นว่าด้วยกลุ่มเคลื่อนไหวทางการเมืองปาตานีกับการผลักดันนโยบายสาธารณะเพื่อแก้ปัญหาความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้. *วารสารสถาบันพระปกเกล้า*, *22*(3), 7-26.

Ajzen, I., & Fishbein, M. (2021). *The theory of planned behavior: A research guide*. Oxford University Press.

Akers, R. L. (1995). *Social learning and social structure: A general theory of crime and deviance*. Northeastern University Press.

Ang, S. Y., Mat Saat, G. A., & Shittu, O. T. (2025). Prison-based psychological and social interventions to improve the well-being of women prisoners: A systematic review. *Mental Health & Prevention, 37,* 200405. https://doi.org/10.1016/j.mhp.2025.200405

Bandura, A. (2024a). *Social learning theory* (Revised ed.). Prentice Hall.

Bandura, A. (2024b). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory* (Revised ed.). Prentice Hall.

Becker, H. S. (1963). *Outsiders: Studies in the sociology of deviance*. Free Press.

Deakin, J., Fox, C., & Matos, R. (2022). Labelled as ‘risky’ in an era of control: How young people experience and respond to the stigma of criminalised identities. *European Journal of Criminology, 19*(4), 653–673. https://doi.org/10.1177/1477370820916728

Deep South Watch. (2025). *Conflict incident database* [Power BI area chart]. Deep South Watch Database. https://deepsouthwatch.org/th

Hidayati, N. O., Suryani, S., Rahayuwati, L., Fitrasanti, B. I., & Ahmad, C. a. (2023). A scoping review of correctional-based interventions for women prisoners with mental health problems. *Social Sciences, 12*(8), 452. https://doi.org/10.3390/socsci12080452

Hoeben, E. M., Osgood, D. W., Siennick, S. E., & Weerman, F. M. (2021). Hanging Out with the Wrong Crowd? The Role of Unstructured Socializing in Adolescents' Specialization in Delinquency and Substance Use. *Journal of Quantitative Criminology, 37*(1), https://doi.org/10.1007/s10940-019-09447-4

Korn, R., & Lloyd W. M. K. (1961). *Criminology and penology*. Rinehart and Winston.

Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford University Press.

McLennan, S., Meyer, L., & Wangmo, T., Gaab, J., Elger, B., & Seaward, H. (2025). Psychological stressors of imprisonment and coping of older incarcerated persons: A qualitative interview study. *BMC Public Health, 25,* 328. https://doi.org/10.1186/s12889-025-21452-w

Ruangying, J., Kunsuya, A., & Suwanwong, D. (2024). Psychological conditions, social coexistence and rehabilitation of ex-prisoners under Internal Security Act in the southern border provinces of Thailand. *Humanities, Arts and Social Sciences Studies, 24*(3), 753–767. https://doi.org/10.69598/hasss.24.3.265984

Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology, 5*, 25338. https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338

Verbruggen, J., Blokland, A., Robinson, A. L., & Maxwell, C. D. (2020). The relationship between criminal behaviour over the life- course and intimate partner violence perpetration in later life. *European Journal of Criminology, 17*(6), 784-805. https://doi.org/10.1111/cymi.12502

Visher, C. A., & Courtney, S. M. (2021). *One year out: Experiences of prisoners returning to communities*. Urban Institute. https://www.urban.org/research/publication/one-year-out-experiences-prisoners-returning-communities

Western, B., Braga, A. A., Davis, J., & Sirois, C. (2015). Stress and hardship after prison. *American Journal of Sociology*, 120(5), 1512–1547. https://doi.org/10.1086/723042