



ปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสมาธิตามแนวทางของพระพรหมมงคล
ญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต
ด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม

Factors to enhance learning and meditation in the Sakksa meditation course according to the
guidelines of Phrarphrommongkholayarn Wi.(Luangphor Viriyang Sirintharo) that was
related to the quality Psychological of life of inmates in the Klongprem Central Prison

พระท่านุไชยศรีษะ¹ และ จอมเดช ตรีเมฆ²

¹หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต คณะนวัตกรรมการศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต, อีเมล Tum_nu@hotmail.com

²คณะนวัตกรรมการศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต

บทคัดย่อ

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสมาธิตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) 2) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม และ 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสมาธิตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) กับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม จำนวน 266 คน และใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลวิจัยพบว่า 1) ผู้ต้องขังเห็นด้วยกับปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตร ศึกษาศาสมาธิตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) ในด้านประโยชน์ของการนั่งสมาธิ และด้านระดับสมาธิ ตามลำดับ 2) ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจในเรือนจำกลางคลองเปรม และ 3) ปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสมาธิตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) โดยรวมมีความสัมพันธ์คุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรมในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
คำสำคัญ: ฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสมาธิ, คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ, ผู้ต้องขัง

ABSTRACT

This study Have a purpose 1) To study level factors to enhance learning and meditation in the Sakksa meditation course according to the guidelines of Phrarphrommongkholayarn Wi. (Luangphor Viriyang Sirintharo) 2) To study the level of quality of life of inmates in Klongprem Central Prison. And 3) To study the relationship between learning enhancement factors and meditation practice in the S Sakksa meditation curriculum according to the guidelines of Phrarphrommongkholayarn Wi.(Luangphor Viriyang Sirintharo) and the quality of life of the



inmates in Klongprem Central Prison. The questionnaire was used as a tool to collect data on 266 Klongprem prisoners and used statistical data to analyze the data, including mean, standard deviation and Pearson correlation coefficient. The research found that 1) Inmates agree on the factors that strengthen the curriculum learning and meditation. Sakksa meditation according to the guidelines of Phrarphrommongkholayarn Wi. (Luangphor Viriyang Sirintharo) in the benefits of meditation and the concentration level, respectively. 2) The inmates were satisfied with the quality Psychological of life in Klongprem Prison. 3) Factors to strengthen learning and meditation according to the Sakksa meditation curriculum according to the guidelines of Phrarphrommongkholayarn Wi. (Luangphor Viriyang Sirintharo) overall had a high level of relationship with the quality Psychological of life of inmates in Klongprem Central Prison. Statistically significant at the 0.05 level.

Keywords: Meditation in the Sakksa meditation course according, Quality Psychological, Inmates

1. บทนำ

ในสังคมโลกปัจจุบัน โดยสภาพทางสังคมเศรษฐกิจ มีการแข่งขันทางธุรกิจ เกิดภาวะเศรษฐกิจที่รุ่งเรือง มีการเปลี่ยนแปลงในหลายๆ ด้าน ทั้งการพัฒนาทางการศึกษา และเทคโนโลยีต่างๆ ที่ทันสมัยการสื่อสารที่สะดวก รวดเร็วเข้าถึงข่าวสารได้ง่าย หลายช่องทาง ในขณะเดียวกัน กลับปรากฏกระแสสวนทางกับความเจริญทางเศรษฐกิจ และเทคโนโลยี ที่ปรากฏให้เห็นในสังคม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาสังคมและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ภาวะของกระแสการเปลี่ยนแปลงทางสังคมทำให้เข้าใจได้ว่าสังคมกำลังอยู่ในภาวะเสื่อมถอยทางจิตสำนึก ค่านิยมที่ดิ่งมลงเสื่อมถอย ประเพณีดั้งเดิมถูกบิดเบือน เนื่องด้วยการเปลี่ยนแปลง ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ ส่งผลให้สังคมไทยมีความเป็นวัตถุนิยมผู้คนขาดสำนึกในหน้าที่ ให้ความสำคัญกับศีลธรรมและวัฒนธรรมที่ดิ่งมลงลง ทั้งการดำรงชีวิตประจำวัน การช่วยเหลือเกื้อกูลกันลดลง ความมีน้ำใจไมตรีน้อยลง เอารัดเอาเปรียบกัน ขาดความสามัคคี ไม่เคารพสิทธิผู้อื่น และขาดการเห็นประโยชน์ในส่วนรวม มีการแสวงหาประโยชน์ส่วนตน โดยเจตนาและขาดเจตนาในการกระทำผิดต่อกฎหมาย จากสถิติปัญหาอาชญากรรมที่เกิดขึ้น ได้อาศัยหลายหน่วยงานเข้ามาเกี่ยวข้องในกระบวนการยุติธรรมที่ประกอบด้วย ตำรวจ อัยการ ศาล โดยกรมราชทัณฑ์ถือว่ามีส่วนที่เข้ามาเกี่ยวข้องในกระบวนการยุติธรรมทางอาญาเกือบทุกขั้นตอน โดยคุณผู้ต้องหาหรือจำเลยไว้ในระหว่างการดำเนินคดีอาชญากรรมในศาลพิจารณาระหว่างพิจารณา ซึ่งการกระทำผิดเป็นปัญหาที่เกิดจากการอยู่ร่วมกันของคนในสังคม ยิ่งสังคมมีความสลับซับซ้อนมากขึ้นเท่าใด จำนวนผู้ที่กระทำผิดก็จะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมอยู่เสมอ ความรุนแรงของการกระทำผิดนั้นจะขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง แต่ในสังคมแต่ละสังคมนั้นก็จะมีกฎเกณฑ์สำหรับควบคุมพฤติกรรมของสมาชิกในสังคมเพื่อมิให้เกิดปัญหาระหว่างกัน ซึ่งการกระทำผิดของผู้ต้องขังเกิดจากขาดการขัดเกลาและความอบอุ่นจากครอบครัว จากกลุ่มเพื่อน จากความท้อถอย การไม่ได้รับความไว้วางใจจากสังคมการอาศัยอยู่ในแหล่งเสื่อมโทรม และยาเสพติด ครอบครัวมีรายได้น้อย อีกทั้งผู้ต้องขังมีการศึกษาต่ำ (Chaiyapong, 2012)

พฤติกรรมของผู้ต้องขังในเรือนจำส่วนใหญ่มีหลายลักษณะ เช่น ผู้ต้องขังคดีกระทำผิดทางเพศ ผู้ต้องขังคดียาเสพติด โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ต้องขังคดีที่ใช้ความรุนแรง ซึ่งเป็นเป็นปัญหาของการระงับความโกรธไม่ได้ ชอบใช้ความรุนแรงในความครอบครัวยุคนี้ กรมราชทัณฑ์จึงได้นำโครงการต่าง ๆ เพื่อมาขัดเกลาจิตใจและยกระดับ



คุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำ โดยการนำเอาโปรแกรมการฝึกสมาธิ โดยนำหลักสูตรศึกษาศาสตราตามแนวทางของพระพุทธมิ่งมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) มาฝึกให้กับผู้ต้องขังในเรือนจำ โดยการเรียนรู้และการฝึกสมาธิหลักสูตรศึกษาศาสตรา เป็นหลักสูตรสำหรับนักโทษในเรือนจำ เป็นหลักสูตรที่เน้นการปฏิบัติสมาธิอย่างง่าย ๆ และได้ผลเร็ว สามารถควบคุมอารมณ์ได้ คลายความเครียด มีสติ สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และการฝึกสมาธิหลักสูตรศึกษาศาสตรา มีผลประโยชน์ในทางโลกคือ 1) ทำให้หลับสบาย คลายกังวล 2) กำจัดโรคร้ายไข้เจ็บ 3) ทำให้สมอง ปัญญาดี 4) ทำให้รอบคอบก่อนทำงาน 5) ทำให้ระงับความร้ายกาจ 6) บรรเทาความเครียด 7) การมีความสุขพิเศษ 8) ทำให้จิตใจอ่อนโยน 9) กลับใจได้ และ 11) เวลาสิ้นลมจะพบทางดี 11) เจริญวาสนาบารมี และ 12) เป็นกุศล (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร, 2553) โดยโครงการฝึกสมาธิหลักสูตรศึกษาศาสตรา นั้น กรมราชทัณฑ์มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและยกระดับจิตใจของผู้ต้องขังและผู้ต้องขังในคดีต่างๆ เพื่อมิให้กลับมาก่อทำผิดซ้ำอีก

เรือนจำกลางคลองเปรม เป็นเรือนจำที่สร้างขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2496 อีกทั้งผู้ต้องขังชายล้วนมีประวัติภูมิหลังบุคลิกลักษณะและสภาพทั่วไปของผู้ต้องขัง รวมทั้งประวัติการกระทำผิด และสาเหตุแห่งการกระทำผิดที่แตกต่างกัน และมีหลากหลายคดีเข้ามาอยู่ที่เรือนจำกลางคลองเปรม ที่มีสภาพแออัดไม่ว่าจะเป็นคดีอาชญากรรม คดีกระทำผิดเกี่ยวกับเพศ คดีความรุนแรง ซึ่งส่งผลให้นักโทษที่มาจากหลากหลายคดี ซึ่งมีที่มาและพื้นฐานทางจิตใจ และคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน ดังนั้นทางผู้บังคับบัญชาเรือนจำได้นำโครงการการฝึกสมาธิ โดยนำหลักสูตรศึกษาศาสตราตามแนวทางของพระพุทธมิ่งมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) เพื่อขัดเกลาจิตใจ และพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการสำรวจศึกษาพฤติกรรมของผู้ชาย ที่ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมและนิสัยใช้ความรุนแรงกว่าเพศหญิงอีกทั้งไม่ให้ความสำคัญกับคุณภาพชีวิตของตนเองเท่าที่ควร (มดิชน, 2561) จากสภาพปัญหาดังกล่าว ที่ผู้ต้องขังชายมีความจำเป็นต้องได้รับการขัดเกลาจิตใจและพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยเห็นว่าปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องการส่งเสริมจริยธรรมของผู้ต้องขังชาย เช่น สภาพแวดล้อมทางสังคม ชุมชน ครอบครัว และตัวเยาวชน การปลูกฝังทักษะชีวิตในการสั่งสอน และปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ต้องขังในเรือนจำ ที่มีความจำเป็นในการขัดเกลาพัฒนาด้านจิตใจ ปัญญาและสมาธิ ตามหลักไตรสิกขาทางพุทธศาสนามีการอธิบายปัญหาว่า จะต้องมาจากศีลและสมาธิ กล่าวคือ ถ้าไม่มีสมาธิก็ไม่เกิดปัญญา และถ้าไม่มีศีลก็จะไม่มีสมาธิ บางตำราก็บอกว่า ปัญญา ต้องพัฒนามาจากสติ สติกับปัญญามักจะอยู่คู่กันเสมอ ส่วนปัญญากับความรู้ นั้น จะพบว่าไม่ใช่สิ่งเดียวกันเหมือนอย่างที่หลายคนเข้าใจ คนที่มีความรู้สูงนั้นไม่จำเป็นต้องเป็นผู้ที่มีปัญญาเสมอไป ความรู้เป็นเรื่องที่เกี่ยวกับสมอง ในขณะที่ปัญญานั้นเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับจิตใจ คนที่มากด้วยความรู้แต่จิตใจไม่ดี จึงเป็นผู้ที่ไม่มีปัญญาไปโดยปริยาย

หลักสูตรศึกษาศาสตราตามแนวทางของพระพุทธมิ่งมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุชโร) ซึ่งประกอบไปด้วย ขณิกสมาธิ อุปจาระสมาธิ และอัปนาสมาธิ นั้นมีหลักการว่า การบริกรรมก่อให้เกิดสมาธิ สมาธิก่อให้เกิดพลังจิต พลังจิตก่อให้เกิดกระแสขึ้นเป็นฌาน โดยมีจุดประสงค์ในการเผยแพร่การทำสมาธิให้แก่คนหมู่มาก ให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็แนวทางให้ทุกคนมีพลังจิตมากพอ สำหรับการประกอบกิจการงานต่าง ๆ รวมถึงการช่วยในการพัฒนาสติปัญญาสำหรับผู้ต้องขัง นอกจากนี้พลังจิตที่เกิดขึ้นจากการทำสมาธิ จะคอยช่วยควบคุมจิตใจให้มีความสุข มีความสงบ มีความขี้คิด ลดละกิเลส ได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ ซึ่งจะช่วยให้การตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลในพัฒนาคุณภาพชีวิต



การฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต จึงถือได้ว่าเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้ผู้ต้องขังมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต และช่วยแก้ปัญหาให้ผู้ต้องขังที่จะได้กลับตัวกลับใจเป็นคนดี ตลอดจนเป็นแนวทางไม่ให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับอบายมุข และสารเสพติด ให้ผู้ต้องขังได้เป็นคุณค่าของชีวิตที่มีคุณภาพที่จะช่วยสร้างความเจริญรุ่งเรือง ความมั่นคงให้กับประเทศชาติได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่อง “ปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร) ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม” เพื่อนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและยกระดับจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำคลองเปรมให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร)
2. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร) กับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม

3. การดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่องปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร) ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษานี้ได้แก่ ผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรมที่เคยเข้ารับฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร) ในปี 2562 รุ่นที่ 1, รุ่นที่ 2 และรุ่นที่ 3 จำนวน 791 คน (เรือนจำกลางคลองเปรม, 2562)

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ได้แก่ ผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรมที่เคยเข้ารับฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยังค์ สิริธโร) ในปี 2562 รุ่นที่ 1, รุ่นที่ 2 และรุ่นที่ 3 จำนวน 266 คน (เรือนจำกลางคลองเปรม, 2562) โดยใช้สูตรของทาโรยามาเนในการกำหนดกลุ่มตัวอย่าง (Taro Yamane, 1970) และใช้วิธีการการสุ่มแบบเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 4 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ต้องขัง ได้แก่ อายุ อาชีพ การศึกษา สถานภาพสมรส ประสบการณ์ในเข้าอบรมฝึกสมาธิหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต แบบสอบถามเป็นลักษณะเลือกตอบ



ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเชิงพุทธบูรณาการเกี่ยวกับปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิฑูโร) ประกอบด้วย 2 ด้าน ได้แก่ ด้านระดับของสมาธิ และ ด้านประโยชน์ของการนั่งสมาธิ ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ตามแบบของลิเคอร์ท (Likert) เป็นแบบเลือกตอบได้ 5 ระดับ ได้แก่ 5 เท่ากับ ปฏิบัติได้ทุกครั้ง, 4 เท่ากับ ปฏิบัติได้, 3 เท่ากับ ปฏิบัติได้บางครั้ง, 2 เท่ากับ ปฏิบัติได้น้อยครั้ง และ 1 เท่ากับ ปฏิบัติไม่ได้

ส่วนที่ 3 คุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม ประกอบด้วย 4 ด้านคือ ด้านจิตใจ ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ตามแบบของลิเคอร์ท (Likert) เป็นแบบเลือกตอบได้ 5 ระดับ ได้แก่ 5 เท่ากับ ฟังพอใจที่สุด, 4 เท่ากับ ฟังพอใจ, 3 เท่ากับ ฟังพอใจปานกลาง, 2 เท่ากับ ไม่ฟังพอใจ และ 1 เท่ากับ ไม่ฟังพอใจเป็นอย่างยิ่ง

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ลักษณะแบบสอบถามเป็นปลายเปิด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอนหนังสือเชิญจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรังสิต ถึงผู้บังคับบัญชาเรือนจำกลางคลองเปรมเพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลกับผู้ต้องขัง
2. นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรมที่เคยเข้ารับฝึกสมาธิตามหลักสูตรสมาธิตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิฑูโร) ในปี 2562 รุ่นที่ 1, รุ่นที่ 2 และรุ่นที่ 3 จำนวน 266 คน ด้วยตนเอง
3. และผู้ศึกษาได้อธิบายและชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของแบบสอบถาม ชี้แจงการทำวิจัยให้ทราบ และวิธีการกรอกข้อมูลแก่ผู้ตอบแบบสอบถามในแบบสอบถามอย่างละเอียด

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยใช้สถิติ Person Correlation

4. ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิฑูโร) ในภาพรวม

ปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตร ศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยงค์ สิริวิฑูโร)	\bar{X}	SD	การแปลความหมาย
1. ด้านระดับของสมาธิ	3.31	0.63	ปฏิบัติได้บางครั้ง
2. ด้านประโยชน์ของการนั่งสมาธิ	3.56	0.55	ปฏิบัติได้
ค่าเฉลี่ยรวม	3.43	0.56	ปฏิบัติได้



ตารางที่ 1 พบว่า ผู้ต้องขังปฏิบัติได้กับปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสนาธิตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อดิเรก สิริธโร) ในภาพรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.56 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ต้องขังปฏิบัติได้กับด้านประโยชน์ของการนั่งสมาธิ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.56 และปฏิบัติได้บ้างครั้งกับด้านระดับสมาธิ ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำคลองเปรม ด้านจิตใจ

คุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำคลองเปรม	\bar{X}	SD	การแปลความหมาย
1. การตอบโต้ด้วยถ้อยคำรุนแรงเมื่อผู้อื่นพูดจาดูด้วยคำรุนแรงต่อท่าน	3.70	0.94	พึงพอใจ
2. การตอบโต้ด้วยกิริยารุนแรง เช่น ขว้างปาสิ่งของ ถ่มน้ำลาย ฯลฯ เมื่อผู้อื่นพูดจาดูด้วยคำรุนแรง	3.55	0.88	พึงพอใจ
3. ท่านมีอาการหงุดหงิดหรือโกรธโดยไม่ทราบสาเหตุ	3.74	0.90	พึงพอใจ
4. ความสามารถรับรู้อารมณ์โกรธของตนเอง	3.64	0.92	พึงพอใจ
5. ความสามารถระงับอารมณ์โกรธของตัวเอง	3.62	0.83	พึงพอใจ
6. อาการหงุดหงิดเมื่อทำอะไรไม่ได้ดังใจหวัง	3.70	0.92	พึงพอใจ
7. การใช้หลักการของสมาธิในการระงับความหงุดหงิดหรือโกรธ	3.47	0.80	พึงพอใจ
8. ผลลัพธ์การใช้หลักของสมาธิมาช่วยในการระงับความหงุดหงิดหรือโกรธ	3.62	0.85	พึงพอใจ
9. ความสามารถนอนหลับได้ง่าย	3.40	0.83	กลาง ๆ
10. การมองโลกในแง่ดีหลังจากเรียนสมาธิ	3.44	0.79	พึงพอใจ
ค่าเฉลี่ยรวม	3.59	0.50	พึงพอใจ

ตารางที่ 4.5 พบว่า ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตด้านจิตใจในเรือนจำคลองเปรม ในภาพรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.59 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจ ต่อการมีอาการหงุดหงิดหรือโกรธโดยไม่ทราบสาเหตุ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.74 การตอบโต้ด้วยถ้อยคำรุนแรงเมื่อผู้อื่นพูดจาดูด้วยคำรุนแรง อาการหงุดหงิดเมื่อทำอะไรไม่ได้ดังใจหวัง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.70 ความสามารถรับรู้อารมณ์โกรธของตนเอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 ความสามารถระงับอารมณ์โกรธของตัวเองกับผลลัพธ์การใช้หลักของสมาธิมาช่วยในการระงับความหงุดหงิดหรือโกรธ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 การตอบโต้ด้วยกิริยารุนแรง เช่น ขว้างปาสิ่งของ ถ่มน้ำลาย ฯลฯ เมื่อผู้อื่นพูดจาดูด้วยคำรุนแรง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.55 การใช้หลักการของสมาธิในการระงับความหงุดหงิดหรือโกรธ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.47 การมองโลกในแง่ดีหลังจากเรียนสมาธิ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.44 และความสามารถนอนหลับได้ง่าย มีความพึงพอใจปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.40



5. การอภิปรายผล

1. ผู้ต้องขังปฏิบัติได้กับปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของ พระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺทร โธ) ในภาพรวม เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้ต้องขังปฏิบัติได้ กับด้านประโยชน์ของการนั่งสมาธิ และปฏิบัติได้บางครั้ง กับด้านระดับสมาธิ ตามลำดับ ที่เป็นเช่นนี้อาจจะเนื่องจาก ผู้ต้องขังได้รับรู้ถึงประโยชน์ของการนั่งสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺทร โธ) ที่ทำให้ผู้ต้องขังได้รับผลประโยชน์ไม่ว่าจะเป็น การทำให้หลับสบาย กำไร โรคภัยไข้เจ็บ ทำให้สมองปัญญาดี เป็นต้น ซึ่งผลการศึกษาที่มีความสอดคล้องกับแนวคิดของหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของ พระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺทร โธ) ซึ่งประกอบไปด้วย ฌณิกสมาธิ อุปจาระสมาธิ และอัปนาสมาธิ นั้นมีหลักการว่า การบริกรรมก่อนให้เกิดสมาธิ สมาธิก่อให้เกิดพลังจิต พลังจิตก่อให้เกิดกระแสขึ้นเป็นฌาน โดยมี จุดประสงค์ในการเผยแพร่การทำสมาธิให้แก่คนหมู่มาก ให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็แนวทางให้ทุกคนมีพลังจิต มากพอ สำหรับการประกอบกิจการงานต่าง ๆ รวมถึงการช่วยในการพัฒนาสติปัญญาสำหรับผู้ต้องขัง นอกจากนี้พลัง จิตที่เกิดขึ้นจากการทำสมาธิ จะคอยช่วยควบคุมจิตใจให้มีความสุข มีความสงบ มีความขี้คิด ลดละกิเลส ได้แก่ โภคะ โทสะ โมหะ ซึ่งจะช่วยให้การตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลในพัฒนาคุณภาพชีวิต

2. ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตในเรือนจำคลองเปรม ด้านจิตใจ ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากผู้ต้องขัง ได้รับปัจจัยมาจากการเรียนและการฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺทร โธ) ซึ่งมีผลทำให้ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจที่ดีขึ้นภายหลังการฝึก สมาธิ ซึ่งผลการศึกษาที่มีความสอดคล้องกับผลงานวิจัยของสมรณ ช้วนปรีชา (2559) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อ คุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำและทัณฑสถานเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ระดับคุณภาพชีวิต ของผู้ต้องขังสูงอายุอยู่ใน ระดับปานกลาง

3. ปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺทร โธ) โดยรวมมีความสัมพันธ์คุณภาพชีวิต ด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม ในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์เป็นรายด้าน พบว่า ด้านประโยชน์การ นั่งสมาธิ และด้านระดับสมาธิมีความสัมพันธ์ในระดับสูง ที่เป็นเช่นนี้อาจจะเนื่องจาก ปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และ ฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺทร โธ) เป็นปัจจัยที่ เสริมสร้างให้ผู้ต้องขังมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น เพราะผู้ต้องขังในเรือนจำคลองเปรมเป็นนักโทษที่มาจากหลากหลายคดี ซึ่งมีที่มาและพื้นฐานทางจิตใจและคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน ดังนั้นทางผู้บังคับบัญชาเรือนจำได้นำโครงการการฝึก สมาธิ โดยนำหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺทร โธ) เพื่อขัด เกลาจิตใจ และพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังในเรือนจำให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการสำรวจศึกษาพฤติกรรม ของผู้ชาย ที่ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมและนิสัยใช้ความรุนแรงกว่าเพศหญิงอีกทั้ง ไม่ให้ความสำคัญกับคุณภาพ ชีวิตของตนเองเท่าที่ควร (มดิชน,2561) จากสภาพปัญหาดังกล่าว ที่ผู้ต้องขังชายมีความจำเป็นต้องได้รับการขัดเกลา จิตใจและพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยเห็นว่าปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องการส่งเสริมจริยธรรมของผู้ต้องขังชาย เช่น สภาพแวดล้อมทางสังคม ชุมชน ครอบครัว และตัวเยาวชน การปลูกฝังทักษะชีวิตในการสั่งสอน และปลูกฝัง คุณธรรมและจริยธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ต้องขังในเรือนจำ ที่มีความจำเป็นในการขัดเกลาพัฒนาด้านจิตใจ ปัญญา และสมาธิ ตามหลักไตรสิกขาทางพุทธศาสนามีการอธิบายปัญหาว่า จะต้องมาจากศีลและสมาธิ กล่าวคือ ถ้าไม่มี



สมาธิก็ไม่เกิดปัญญา และถ้าไม่มีสติก็จะไม่มีสมาธิ บางตำราก็บอกว่า ปัญญา ต้องพัฒนามาจากสติ สติกับปัญญามักจะ อยู่คู่กันเสมอ ส่วนปัญญากับความรู้ นั้น จะพบว่าไม่ใช่สิ่งเดียวกันเหมือนอย่างที่หลายคนเข้าใจ คนที่มีความรู้สูงนั้นไม่ จำเป็นต้องเป็นผู้ที่มีปัญญาเสมอไป ความรู้เป็นเรื่องที่เกี่ยวกับสมอง ในขณะที่ปัญญานั้นเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับจิตใจ คนที่มากด้วยความรู้แต่จิตใจไม่ดี จึงเป็นผู้ที่ไม่มีปัญญาไปโดยปริยาย

6. บทสรุปและข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่องปัจจัยเสริมสร้างการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทาง ของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุช โร) ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจของ ผู้ต้องขังในเรือนจำกลางคลองเปรม ทำให้พบประเด็นเกี่ยวกับผู้ต้องขังสามารถปฏิบัติได้กับปัจจัยเสริมสร้าง การเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุช โร) ซึ่งทำให้ผู้ต้องขังมีความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตในเรือนจำคลองเปรม ด้านจิตใจ ที่เป็นเช่นนี้ เนื่องจากผู้ต้องขังได้รับปัจจัยมาจากการเรียนรู้และการฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของ พระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุช โร) และมีข้อพบว่าการฝึกสมาธิ ฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษ ศาสตรบัณฑิตตามแนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ.(หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุช โร) มีความสัมพันธ์กับคุณภาพ ชีวิต ด้านจิตใจของผู้ต้องขังในเรือนจำคลองเปรม และมีข้อเสนอเพิ่มเติมดังนี้

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาครั้งนี้

1. ผู้ฝึกสอนสมาธิแก่ผู้ต้องขังควรมุ่งเน้นถึงให้ผู้ต้องขังเห็นถึงประโยชน์ของการนั่งสมาธิมาก ยิ่งขึ้น และควรให้ผู้ต้องขังแต่ละคนมีการเข้าถึงสมาธิโดยต้องแท้เพื่อให้ผู้ต้องขังมีสภาพจิตใจ มีการพักผ่อน หลับสบาย ไม่มีความกังวลใจใดๆ
2. เรือนจำควรส่งเสริมให้ผู้ต้องขังสามารถฝึกสมาธิและอยู่ในบริกรรมขณะนั่งสมาธิได้มากกว่า 30 นาทีขึ้นไป เพื่อให้การฝึกให้ผู้ต้องขังในเข้าถึงระดับสมาธิมากยิ่งขึ้น
3. เรือนจำควรส่งเสริมให้ผู้ต้องขังสามารถฝึกสมาธิให้สำเร็จเพื่อให้ไปบรรเทาและรักษาระดับ ความเครียดของผู้ต้องขังให้ลดลงมากยิ่งขึ้น
4. เรือนจำควรมีการพัฒนาความสะอาดของเรือนนอนและการเพิ่มสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ ที่ จำเป็นแก่ผู้ต้องขังมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

ในการศึกษาครั้งต่อไปควรศึกษาในเชิงคุณภาพ โดยใช้เครื่องมือเป็นแบบสัมภาษณ์และการสังเกต พฤติกรรมของผู้ต้องขัง เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับการฝึกการเรียนรู้และฝึกสมาธิตามหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิตตาม แนวทางของพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิรินุช โร) มากยิ่งขึ้น



กิตติกรรมประกาศ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.ต.อ. ดร. จอมเดช ศรีเมฆ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดี ผู้วิจัยตระหนักถึงความตั้งใจจริงและความทุ่มเทของอาจารย์ที่ปรึกษา และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฉัตรวิญญ์ องค์กรสิงห์ ประธานกรรมการสอบและ ผศ. ดร.ชุลีรัตน์ เจริญพร กรรมการสอบสารนิพนธ์ ที่ท่านได้กรุณาชี้แนะแนวทาง และคำแนะนำตลอดจนข้อสังเกตต่าง ๆ ทำให้ผู้วิจัยได้พัฒนาแนวความคิดและได้ตรงถึงปัญหาต่างๆ ได้อย่างรอบคอบมากยิ่งขึ้น และขอขอบพระคุณอาจารย์ต่าง ๆ อันที่ผู้วิจัยมิได้เอ่ยนาม ที่ได้อบรมสั่งสอนให้มีความรู้ทางด้านวิชาการแก่ผู้วิจัย รวมทั้งได้แต่งตั้งทำให้ผู้วิจัยได้ใช้ค้นคว้า อ้างอิงจนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงได้

ขอกราบนมัสการพระเจ้าพระคุณพระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺธโร) เจ้าอาวาสวัดธรรมมงคล ผู้เปรียบเสมือนบิดามารดาผู้ให้กำเนิด ที่ได้เมตตาสนับสนุนทุนทรัพย์ในการศึกษา และอนุญาตให้ศึกษาเกี่ยวกับหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต ตลอดจนได้ข้อมูลต่าง ๆ ที่สนับสนุนการดำเนินการวิจัย

สุดท้ายขอขอบคุณผู้ต้องขังและผู้คุมทุกท่านที่ได้ให้ความช่วยเหลือในการตอบแบบสอบถาม จนทำให้งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

มดิชน. (2561). การพัฒนาจิตใจและส่งเสริมศีลธรรมจรรยาด้วยหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต. สืบค้นจาก

https://www.maticchon.co.th/politics/news_1488452

เรือนจำคลองเปรม. (2562). จำนวนผู้ต้องขังในเรือนจำคลองเปรม. กรุงเทพฯ: กรมราชทัณฑ์.

สมรมน ช้วนปรีชา. (2559). ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำและทัณฑสถานเขต

กรุงเทพมหานคร (คุชฎีนิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการ, มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ).

หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺธโร. (2553). หลักสูตรหลักสูตรศึกษาศาสตรบัณฑิต. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วน 9119 เทคนิควิธีคิด.

Cronbach, L.J. (1990). *Essentials of Psychological Testing*. New York : Collins.

Taro Yamane. (1970). *Statistic : an Introductory Analysis*. New York : Harper & Row.