

ความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

นายอภิรมย์ ศรีจันทพ

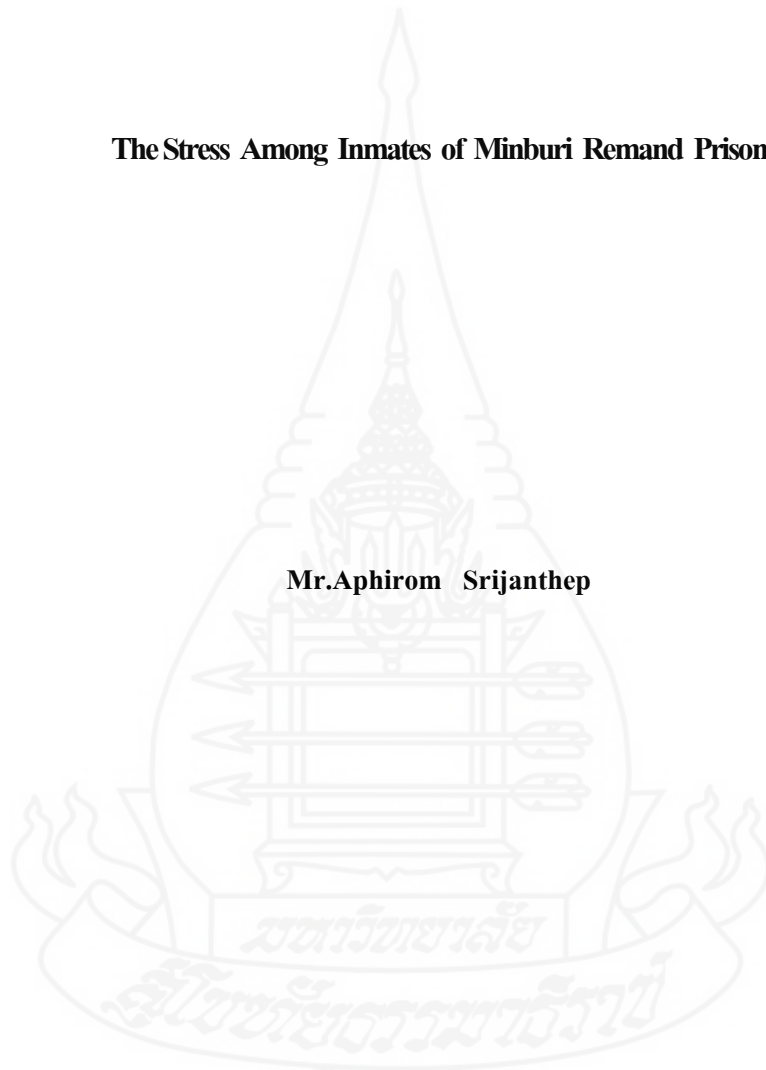


การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาบริหารรัฐกิจ สาขาวิชาวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2562

The Stress Among Inmates of Minburi Remand Prison

Mr.Aphirom Srijanthep



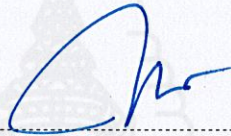
An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree Master of Public Administration
School of Management Sciences
Sukhothai Thammathirat Open University

2019

หัวข้อการศึกษาค้นคว้าอิสระ ความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี
ชื่อและนามสกุล นายอภิรมย์ ศรีจันทพ
แขนงวิชา บริหารรัฐกิจ
สาขาวิชา วิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.กิตติพงษ์ เกียรติวัชรชัย

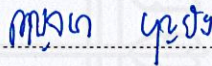
การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 30 ตุลาคม 2563

คณะกรรมการสอบการศึกษาค้นคว้าอิสระ



ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.กิตติพงษ์ เกียรติวัชรชัย)



กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา บุญยัง)



(รองศาสตราจารย์ ดร.นราธิป ศรีราม)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาวิทยาการจัดการ

ชื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ ความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

ผู้ศึกษา นายอภิรมย์ ศรีจันทเพ รหัสนักศึกษา 2613001482 **ปริญญา** รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.กิตติพงษ์ เกียรติวัชรชัย **ปีการศึกษา** 2562

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี 2) เปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี และ 3) เสนอแนะแนวทางในการจัดการความเครียดให้ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลโดยวิธีการสำรวจ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีคืออยู่ระหว่างพิจารณาจำนวน 441 คน โดยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาด้วยสูตรทาร์ยามานันได้จำนวน 209 คน เครื่องมือการวิจัยเป็นแบบประเมินความเครียด และแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยสาเหตุความเครียด สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวด้วยการทดสอบ ค่าที การวิเคราะห์เปรียบเทียบ ด้วยวิธีของ เซฟเฟ้ และ แอลเอสดี โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการศึกษาพบว่า 1) ระดับความเครียดผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีส่วนใหญ่อยู่ในระดับน้อย 2) เปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี โดยจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล เพศ สถานภาพ และเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกันมีระดับความเครียดแตกต่างกัน และ อายุ การศึกษา อาชีพก่อนต้องโทษ ประเภทคดี ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำต่างกัน มีระดับความเครียดไม่แตกต่างกันอย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ปัจจัยสาเหตุความเครียดด้านสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ปัจจัยด้านโรคภัยไข้เจ็บอยู่ในระดับมาก รองลงมาคือด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ และด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่น 3) ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษาทางเรือนจำควรจัดให้มี โครงการให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการปฏิบัติตัวในขณะที่อยู่ในเรือนจำแก่ผู้ต้องขังเข้าใหม่ เพื่อให้ผู้ต้องขังสามารถปรับตัวและได้ทราบวิธีการดำเนินชีวิตในเรือนจำ ควรจัดทำแผนกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตตลอดปี โดยเน้นให้เหมาะสมกับลักษณะกลุ่มของผู้ต้องขัง เพื่อผ่อนคลายความเครียด และควรเพิ่มกิจกรรมกลุ่ม เช่น กีฬาเป็นทีมเพราะเป็นการส่งเสริมการใช้ชีวิตร่วมกันในสังคม การรู้จักระเบียบ มนุษย์สัมพันธ์ ความร่วมมือในการทำกิจกรรมร่วมกัน

คำสำคัญ ความเครียด ผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรี

Independent Study title: The Stress Among Inmates of Minburi Remand Prison

Author: Mr.Aphirom Srijanthep, ID:2613001482 ; Degree: Master of Public Administration;

Independent Study advisor: Dr.Kittipong Keatwatcharachai, Associate Professor;

Academic year: 2019

Abstract

The objectives of this study are to 1) study the stress level of the Minburi Remand prison inmates, 2) compare the stress factor of the inmates of the Minburi Remand Prison, and 3) to suggest stress management guidelines for inmates at the Minburi Remand Prison.

This study is a quantitative research. Data collected by survey method The population of the study was 441 inmates at the Minburi Remand Prison. The sample size used in the study using Taro Yamane formula was 209 people. The research tool was a stress assessment. And questionnaires about the causes of stress. The statistics used for data analysis were percentage, frequency, mean, standard deviation, One-way variance was analyzed by t-test. and One-way Anova analysis of variance by means of the Scheffe and LSD comparisons. Statistics at the .05 level.

The results of the study showed that 1) the stress level of the Minburi Remand prison inmates was at a low level. 2) The stress factor of the inmates of the Minburi Remand Prison. They were classified by personal information, sex, status and money received from relatives for expenses, different levels of stress, and age, education, occupation before incarceration, type of case, length of stay in prison. There was a statistically no difference in stress levels at 0.05, the overall stress causing factors in the prison environment was moderate. When considered individually, it was found that The disease factor was at a high level. Followed by the welfare of inmates in prisons. Congestion of inmates Regulations in prisons And the relationship between other prisoners 3) Recommendations from prison studies should provide a program to provide correct knowledge and understanding on how to practice while in prison for new inmates. So that inmates can adjust and learn how to live in prison Should prepare an activity plan to promote quality of life throughout the year. Focusing on the characteristics of the group of inmates To relieve stress And should add group activities such as team sports because it promotes a common life in society. Knowing order Human relations Cooperation in doing joint activities

Keyword: Stress, Inmates , Minburi Remand prison

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาเรื่องความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วย ความกรุณาอย่างมากจาก รศ.ดร.กิตติพงษ์ เกียรติวัชรชัย ประธานกรรมการที่ปรึกษา และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา บุญยัง กรรมการควบคุมการทำงานวิจัย ผู้ซึ่งได้ให้คำแนะนำและ ข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้ง ในความกรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่งจึงขอขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิที่ได้กรุณาสละเวลาตรวจสอบแบบสอบถามเพื่อแก้ไขเนื้อหา และภาษา เพื่อความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัย

ขอขอบคุณอาจารย์ทุกท่านทั้งภาควิชารัฐประศาสนศาสตร์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาท วิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบคุณผู้บัญชาการเรือนจำพิเศษมีนบุรี ผู้บัญชาการเรือนจำพิเศษกรุงเทพ พร้อม ด้วยเจ้าหน้าที่ทุกท่านที่อำนวยความสะดวกในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้กรุณาสละเวลาอันมีค่าตอบแบบสอบถามและให้ ข้อมูลอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัยรวมทั้งเพื่อนๆปริญญาโทภาควิชารัฐประศาสนศาสตร์ รุ่น 15 ที่ได้ให้ความช่วยเหลือตลอดมา

บุคคลที่มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการให้ความช่วยเหลือ ตลอดจนเป็นกำลังใจให้ สามารถฝ่าฟันอุปสรรคนานัปการ คือ บุคคลในครอบครัว ซึ่งได้ให้การสนับสนุนตลอดระยะเวลา การศึกษาจนประสบความสำเร็จในครั้งนี้

อภิรมย์ ศรีจันท

ตุลาคม 2563

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย	5
สมมุติฐานการวิจัย	7
ขอบเขตในการศึกษา	7
ข้อตกลงเบื้องต้น	7
นิยามศัพท์เฉพาะ	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	9
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	10
แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด	10
แนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์	27
แนวคิดการจัดการทรัพยากรมนุษย์ด้านการอบรมและพัฒนา	33
แนวคิดเกี่ยวกับงานราชทัณฑ์และผู้ต้องขัง	38
เรือนจำพิเศษมีนบุรี	42
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	49
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	50
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	50
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	51
การเก็บรวบรวมข้อมูล	54
การวิเคราะห์ข้อมูล	54

สารบัญ (ต่อ)

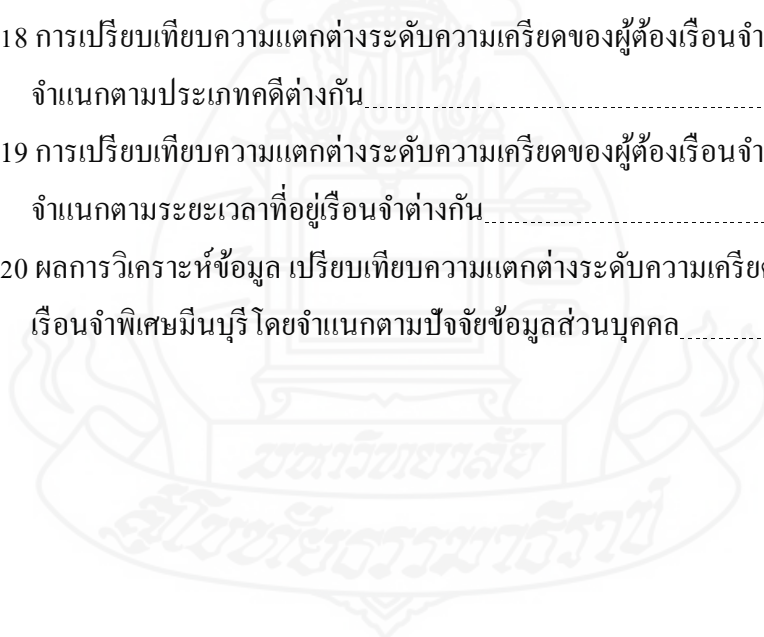
	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	57
ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล	58
ตอนที่ 2 ปัจจัยสภาพแวดล้อมในเรือนจำที่เป็นสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง	61
ตอนที่ 3 ระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง	66
ตอนที่ 4 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบระดับความเครียดของผู้ต้องขัง	67
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	74
สรุปการวิจัย	74
อภิปรายผล	78
ข้อเสนอแนะ	81
บรรณานุกรม	86
ภาคผนวก	88
ก หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย	89
ข แบบสอบถามที่ใช้ในงานวิจัย	92
ค ค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม	101
ง ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบแบบสอบถาม	103
ประวัติผู้ศึกษา	107

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างของผู้ต้องขังเรือนจำเรือนจำพิเศษมีนบุรี.....	51
ตารางที่ 3.2 เกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ปัจจัยสาเหตุความเครียด.....	53
ตารางที่ 3.3 เกณฑ์การประเมินผลระดับความเครียด.....	53
ตารางที่ 3.4 แสดงค่า (Cronbach's Alpha Coefficient) ของแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัย สภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ.....	56
ตารางที่ 3.5 แสดงค่า (Cronbach's Alpha Coefficient) ของแบบวัดความเครียดของผู้ต้องขัง.....	56
ตารางที่ 4.1 สถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	58
ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรีในภาพรวมรายด้าน.....	62
ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดความเครียด ของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านโรคภัยไข้เจ็บ เป็นรายชื่อ.....	62
ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของ ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำเป็นรายชื่อ.....	63
ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านความแออัดของผู้ต้องขังภายในเรือนจำเป็นรายชื่อ.....	64
ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ เป็นรายชื่อ.....	65
ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ยและหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำ พิเศษมีนบุรีในด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำเป็นรายชื่อ.....	65
ตารางที่ 4.8 เกณฑ์การประเมินผลระดับความเครียด.....	66
ตารางที่ 4.9 จำนวน ร้อยละ ช่วงคะแนนของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความเครียด.....	67
ตารางที่ 4.10 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเพศต่างกัน.....	67
ตารางที่ 4.11 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามอายุต่างกัน.....	68
ตารางที่ 4.12 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามการศึกษาต่างกัน.....	68

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 4.13 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามสถานภาพก่อนต้องโทษต่างกัน.....	69
ตารางที่ 4.14 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามสถานภาพก่อนต้องโทษต่างกันเป็นรายคู่.....	69
ตารางที่ 4.15 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามอาชีพก่อนต้องโทษต่างกัน.....	70
ตารางที่ 4.16 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเงินที่ได้รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกัน.....	71
ตารางที่ 4.17 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเงินที่ได้รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกันเป็นรายคู่.....	71
ตารางที่ 4.18 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามประเภทคดีต่างกัน.....	72
ตารางที่ 4.19 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามระยะเวลาที่อยู่เรือนจำต่างกัน.....	72
ตารางที่ 4.20 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรี โดยจำแนกตามปัจจัยข้อมูลส่วนบุคคล.....	73



สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัยเรื่องปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำ

พิเศษมีนบุรี..... 5



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรมเป็นหน่วยงานภาครัฐที่มีพันธกิจเกี่ยวกับการควบคุม ผู้กระทำผิดให้เป็นไปตามที่กฎหมายลงโทษ เพื่อประโยชน์สุขของประชาชนเป็นสำคัญ ในการจัดการในด้านต่างๆเกี่ยวกับผู้ต้องขังที่เข้ามารับโทษในเรือนจำที่ โดยผู้ศึกษาสนใจในการทำการศึกษาเรื่องเกี่ยวกับความเครียดของผู้ต้องขังซึ่งปัจจุบันก่อปัญหาให้กับเรือนจำและทัณฑสถานด้วยการพยายามแหกหักหลบหนีจากที่คุมขัง และการเผาอาคารเรือนนอนที่เป็นข่าวในปัจจุบัน สาเหตุดังกล่าวอาจเกิดจากความเครียดสะสมในผู้ต้องขังการศึกษาความเครียดในผู้ต้องขังจะทำให้ทราบสาเหตุความเครียดและระดับความเครียดในผู้ต้องขัง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาและป้องกันการเกิดเหตุร้ายต่างๆที่จะอาจจะเกิดขึ้นได้ในอนาคต ทั้งนี้ก็เพื่อประโยชน์สุขของประชาชนและประเทศชาติต่อไป

ภารกิจของกรมราชทัณฑ์เกี่ยวกับการควบคุมและแก้ไขพฤติกรรมผู้ต้องขัง และบุคคลที่อยู่ในความควบคุมหรือดูแลตามหน้าที่และอำนาจของกรม โดยมุ่งพัฒนาเป็นองค์กร พัฒนาการพัฒนาระบบ เพื่อแก้ไขหรือฟื้นฟูผู้ต้องขังและบุคคลที่อยู่ในความควบคุมหรือดูแล ตามหน้าที่และอำนาจของกรม ให้กลับตนเป็นพลเมืองดีมีสุขภาพกายและจิตที่ดี ไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำ ได้รับการพัฒนาทักษะฝีมือในการประกอบอาชีพสุจริตและสามารถดำรงชีวิตในสังคมภายนอกได้อย่างปกติโดยสังคมให้การยอมรับ โดยให้มีหน้าที่ปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดให้เป็นไปตามคำพิพากษาหรือคำสั่งตามกฎหมาย กฎหมายว่าด้วยราชทัณฑ์และกฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้องกำหนดแนวทางปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง และบุคคลที่อยู่ในความควบคุมหรือดูแล ตามหน้าที่ ตลอดจนข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำสำหรับปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง และข้อเสนอแนะในเรื่องที่เกี่ยวข้องขององค์การสหประชาชาติ ดำเนินการเกี่ยวกับการสวัสดิการการสงเคราะห์แก่ผู้ต้องขัง และบุคคลที่อยู่ในความควบคุมหรือดูแลตามหน้าที่

ปัจจุบันประชากรผู้ต้องขังเพิ่มจำนวนมากขึ้น ซึ่งจากรายงานของกรมราชทัณฑ์ พบว่าประเทศไทย มีจำนวนประชากรมากกว่าผู้ต้องขัง 300,000 คน โดยในปี 2563 พบผู้ต้องขังจำนวน 377,422 ราย แยกเป็นหญิงจำนวน 48,074 ราย และชายจำนวน 329,346 ราย รูปคดีที่พบมากที่สุดคือ คดียาเสพติด ข้อมูลผู้ต้องขังกรมราชทัณฑ์ ณ วันที่ 1 กรกฎาคม พ.ศ. 2563

สังคมของผู้ต้องขังมีความแตกต่างจากสังคมทั่วไป เมื่อเข้ามาอยู่ในเรือนจำต้องปรับตัวเข้าสู่สิ่งแวดล้อมใหม่ อาศัยอยู่รวมกันอย่างแออัด ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบร่วมกันอย่างเคร่งครัด มีภาระงานที่มากเกิน ต้องแยกจากครอบครัว ขาดอิสรภาพในการแสดงออก และช่วงนี้ก็เจอกับปัญหาโรคระบาด Covid 2019 ทำให้ต้องงดกิจกรรมต่างๆ ทั้งการเยี่ยมญาติใกล้ชิด การเยี่ยมญาติปกติ ซึ่งเป็นสถานะที่อยากจะทำให้นุคคลยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ จนเกิดเป็นความกดดันต่อจิตใจ ทำให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้สึกกลัว จนเกิดความเครียดขึ้น โดยความเครียดที่เกิดขึ้นเป็นภาวะที่ผู้ต้องขังเกิดความรู้สึกว่า ตนเองถูกคุกคามจากสถานการณ์ บุคคล และสิ่งแวดล้อม ที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ความเครียดเป็นสาเหตุสำคัญ ที่ส่งผลต่อปัญหาสุขภาพกาย ปัญหาสุขภาพจิตของผู้ต้องขัง จนอาจทำให้เป็นโรคซึมเศร้า ที่สามารถนำไปสู่สาเหตุการฆ่าตัวตายได้ และอาจส่งผลให้ผู้ต้องขังรวมกลุ่มกันก่อเหตุจลาจลได้

การต้องโทษจำคุกหรือการสูญเสียอิสรภาพเป็นสถานการณ์ที่เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางลบหลายๆ ประการขึ้นพร้อมๆ กัน ในชีวิตของบุคคลนั้นๆ เช่น การต้องเปลี่ยนสภาพแวดล้อม สังคมและที่อยู่อาศัย ผู้ต้องขังจำนวนมากได้แสดงออกให้เห็นถึงสถานะจิตใจที่ผิดปกติอันมีสาเหตุมาจากผลของความเครียด ที่ต้องถูกจำคุกในเรือนจำ ต้องอยู่ในห้องขัง ต้องถูกแยกห่างออกจากสมาชิกในครอบครัว การต้องอยู่อย่างแออัดขัดแย้งกับคนแปลกหน้า ความรู้สึกที่ไม่อยากอยู่ในสถานแห่งนี้ สถานะถูกบีบคั้นด้านจิตใจจากการถูกลงโทษ การสูญเสียอาชีพ ความกลัวจากการถูกลงโทษ ความไม่แน่นอนในผลลัพธ์ทางคดี โดยเฉพาะช่วงระยะเวลาของการพิจารณาคดีจะเป็นระยะที่ผู้ต้องขังแต่ละคนมีความเครียดสูง และการที่ช่วงเวลาถึงการพิจารณาคดีมีระยะเวลาหลายเดือน ก็จะส่งผลให้สถานการณ์เลวร้ายยิ่งขึ้น กฎระเบียบ ข้อบังคับที่ได้กำหนดขึ้นไว้ภายในเรือนจำที่ต้องมีไว้เพื่อให้กลุ่มคนจำนวนมาก สามารถอยู่ร่วมกันได้ มีผลกระทบ อย่างรุนแรงต่อคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดี ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดทั้งสิ้น อีกทั้งสถานการณ์ที่จะต้องปรับตัวในสภาพแวดล้อมที่แออัดและเต็มไปด้วยบุคคลแปลกหน้าและเผชิญสถานะเดียวกัน ก็จะยิ่งสร้างบรรยากาศที่มีผลต่อจิตใจในทางลบมากยิ่งขึ้น โดยส่วนมากที่พบคือความเครียด

ความเครียด คือ กลุ่มอาการเกี่ยวกับทางร่างกายที่มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่มีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัวอันเป็นผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในร่างกาย เพื่อต่อต้านการคุกคามนั้น การแสดงออกของบุคคลเมื่อเผชิญกับความเครียด จะแสดงออกด้วยอาการการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ทางด้านจิตใจและอาการทางพฤติกรรม โดยที่ไม่ว่าความเครียดนั้นจะเกิดจากสาเหตุใดก็ตาม ปฏิกิริยาการตอบสนองต่อความเครียดของบุคคลจะแตกต่างกันไป โดยขึ้นอยู่กับพื้นฐานทางด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม วัฒนธรรม สภาพแวดล้อมในขณะนั้น การยอมรับ

และความสามารถในการปรับตัวของแต่ละบุคคล นอกจากนี้ ยังขึ้นอยู่กับความมากน้อยของสิ่งที่มากระตุ้น ความเครียดนอกจากจะเกิดผลเสียต่อร่างกายและจิตใจแล้ว ยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตด้วย กล่าวคือทำให้บุคคลได้มีโอกาสฝึกการปรับตัว ปรับใจเมื่อพบกับความเครียด เกิดแนวคิดในการแก้ปัญหา ต่อสู้คืนรนพัฒนาตนเองและสภาพแวดล้อมเพื่อเอาชนะความเครียด และความเครียดยังทำให้ชีวิตมีรสชาติ ไม่น่าเบื่อ ไม่นิ่งเฉย พฤติกรรมการปรับตัว เป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามผ่อนคลายความเครียด โดยการแสวงหาวิถีทางที่จะตอบสนองความต้องการของตน ไม่ว่าจะเป็นการความต้องการทางกายหรือจิตใจซึ่งบุคคลจะต้องปรับพฤติกรรมของตนเองทั้งด้านอารมณ์ ความต้องการและบุคลิกภาพให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมต่างๆ เช่นบุคคลจะต้องเรียนรู้ในการปรับตัวให้เข้ากับกลุ่ม โดยการคล้อยตามกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มยอมรับหรือการที่บุคคลปรับตัวให้เข้ากับงานที่ต้องปฏิบัติประจำวันรวมถึงการปรับตัวกับสภาพร่างกายที่เจ็บป่วยได้อีกด้วย

ผู้ต้องขังที่เข้ามาอยู่ในเรือนจำเป็นครั้งแรกจึงเป็นกลุ่มที่มีความรู้สึกเครียดสูงกว่าคนกลุ่มอื่นๆ พวกเขาต้องพยายามหาวิธีการที่จะปรับตัวให้เข้ากับชีวิตความเป็นอยู่ในเรือนจำโดยการเรียนรู้จากผู้ต้องขังเก่า เป็นการเริ่มซึมซับวัฒนธรรมของเรือนจำ และส่งผลให้ผู้ต้องขังต้องปรับตัวและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเดิม ให้เป็นไปตามวัฒนธรรมในเรือนจำ ในด้านการตอบสนองความต้องการ การแก้ไข้ปัญหา การรับรู้กฎระเบียบในเรือนจำ การรับรู้ถึงสิทธิและหน้าที่ของตนเอง การปฏิบัติต่อผู้ต้องขังอื่นและการช่วยเหลือด้านกฎหมาย การได้รับคำปรึกษาจากเจ้าหน้าที่ จึงเกิดพฤติกรรมที่ถูกต้องและเหมาะสม จากการสุ่มสัมภาษณ์และร่วมสังเกต ผู้ต้องขังในเรือนจำพิเศษมีนบุรีจำนวน 10 ราย พบว่าเมื่อเข้ามาอยู่ในเรือนจำมีการแนะนำกฎระเบียบในเรือนจำเพียงไม่เกิน 5 นาที หลังจากนั้นผู้ต้องขังจะต้องช่วยเหลือตนเองในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ในเรือนจำ เพราะฉะนั้นการปรับตัว ของผู้ต้องขังที่เข้ามาใหม่จึงต้องพึ่งพาผู้ต้องขังเก่าเป็นหลัก หากไม่มีใครช่วยเหลือก็จะเกิดความลำบากและความเครียดมาก บางรายถูกผู้ต้องขังเก่าชักนำไปในแนวทางที่ผิด เช่น การทำผิดกฎระเบียบของเรือนจำ จนบางที่อาจรวมกลุ่มกันก่อเหตุจลาจล หรือทำการแหกหักหลบหนีออกจากเรือนจำได้ ถ้าหากมีการแนะนำช่วยเหลือในเรื่องต่างๆ ในขั้นต้นก็จะทำให้ผู้ต้องขังใหม่ทุกคนสามารถตัดสินใจปรับตัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

เรือนจำพิเศษมีนบุรีมีภารกิจที่สำคัญ คือ การควบคุมผู้ต้องขังอย่างมีประสิทธิภาพ การแก้ไขพัฒนาพฤติกรรมนิสัยของผู้ต้องขังให้เป็นบุคคลที่สามารถเข้ากับสังคมทั่วไปได้เมื่อพ้นโทษแล้ว และการเสริมสร้างสมรรถนะในการบริหารงานราชทัณฑ์อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นข้าราชการกรมราชทัณฑ์ ตำแหน่งนักทัณฑวิทยา มีหน้าที่ในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขังให้ดีขึ้น จึงเห็นว่าปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้ต้องขังในเรือนจำโดยส่วนมากนั้น คือ ความเครียดดังได้กล่าวมาแล้ว ฉะนั้น หากผู้ต้องขังคนใดสามารถ ปรับตัวเมื่อเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

ได้ ก็จะสามารถลดความเครียดลงได้ แต่ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะเกิดผลเสีย เช่น สภาพจิตใจไม่ปกติ มีอาการป่วยทางกายที่เนื่องมาจากสภาพทางจิต จนอาจถึงโรคจิตประสาทได้ และอาจก่อเหตุที่ไม่คาดคิดได้เช่นการฆ่าตัวตาย การก่อเหตุจรรยา เป็นต้น

ดังนั้น ผู้ต้องขังควรได้รับการดูแลเพื่อลดความเครียด ซึ่งเป็นการดูแลเพื่อป้องกันการเจ็บป่วยทางกายการเจ็บป่วยทางจิต ป้องกันการรวมกลุ่มกันเพื่อแหกหักหลบหนี หากความเครียดผู้ต้องขังลดลง ผู้ต้องขังจะมีสุขภาพจิตดี สามารถอยู่กับปัจจุบันของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้ผู้ต้องขังมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามมา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาสาเหตุที่เป็นปัจจัยส่งผลให้เกิดความเครียดและระดับความเครียดของผู้ต้องขัง เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ และเป็นแนวทางในการจัดทำโครงการเพื่อลดความเครียดเพื่อให้ผู้ต้องขังเหล่านี้มีการพัฒนาจิตใจ ในการหาแนวทางการปรับตัวเพื่อลดความเครียดให้เหมาะสมยิ่งขึ้น และเมื่อเข้ากลับสู่สังคมก็จะกลับด้วยความเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพที่ดี สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีประสิทธิภาพและความสำเร็จในชีวิต

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี
- 2.2 เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี
- 2.3 เพื่อเสนอแนะแนวทางในการจัดการความเครียดให้ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

3. กรอบความคิดกรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อของความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีกรอบแนวคิดในการศึกษาดังนี้

3.1 ตัวแปรอิสระ

3.1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย

- 1) เพศ
- 2) อายุ
- 3) ระดับการศึกษา
- 4) สถานภาพ
- 5) อาชีพก่อนต้องโทษ

- 6) เงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย
- 7) ประเภท
- 8) ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ

3.1.1 ปัจจัยสาเหตุของความเครียด ประกอบด้วย

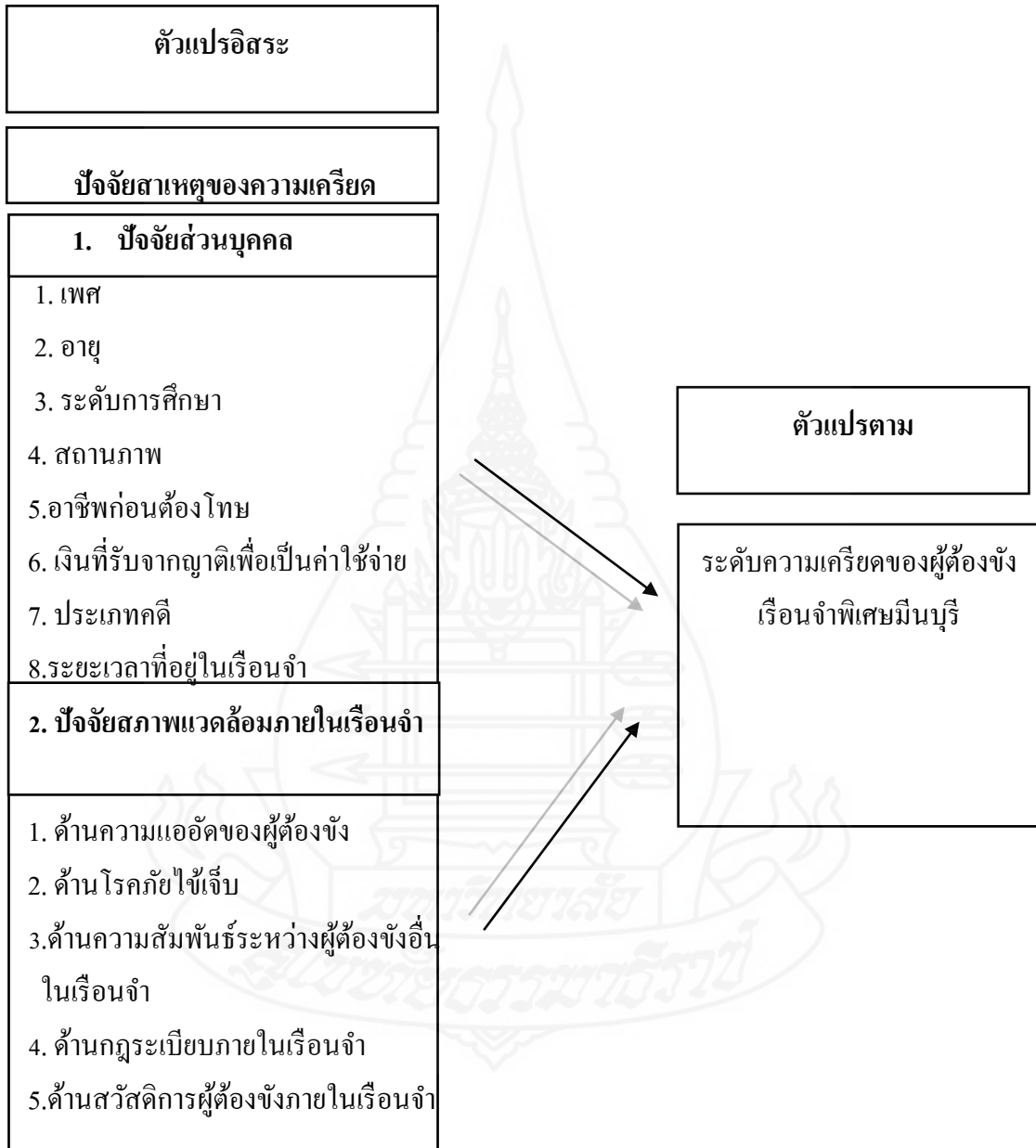
- 1) ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง
- 2) ด้านโรคภัยไข้เจ็บ
- 3) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ
- 4) ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ
- 5) ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ

โดยนำแนวคิดทางรัฐประศาสนศาสตร์ของ Abraham Maslow เกี่ยวกับต้องการของมนุษย์ ประกอบด้วย ความ - ความต้องการทางร่างกาย ได้แก่ ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เพื่อดำรงชีวิต เช่น อาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย อากาศ การพักผ่อน เป็นต้น ซึ่งเป็นความต้องการระดับต่ำที่สุด - ความต้องการความปลอดภัยและความมั่นคง ได้แก่ ความต้องการความปลอดภัยจากอันตราย เช่น ความปลอดภัยในชีวิตตลอดจนความปลอดภัยจากความวิตกกังวลที่อาจเกิดขึ้นได้จากการทำงาน - ความต้องการทางสังคม ได้แก่ ความต้องการมีส่วนร่วมในสังคม หรือความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน รวมทั้งความต้องการมิตรภาพ และความรักและการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือที่ทำงาน จากแนวคิดดังกล่าว ความต้องการของมนุษย์ซึ่งจะเริ่มต้นจากความต้องการพื้นฐาน ซึ่งจำเป็นต่อการดำรงชีวิตมากที่สุด ผู้ต้องขังก็เป็นมนุษย์ปุถุชนย่อมมีความต้องการเช่นเดียวกับบุคคลธรรมดาสามัญทั่วไป ที่ต้องการการตอบสนองทางร่างกายอันได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค ตลอดจนความต้องการด้านอื่นๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสภาพจากบุคคลธรรมดาเป็นผู้ต้องขังนั้นทำให้สิทธิและเสรีภาพต่างๆถูกจำกัด ไม่สามารถทำสิ่งต่างๆได้ตามความต้องการอีกต่อไป จึงก่อให้เกิดความเครียดที่ไม่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ได้จึงนำแนวคิดนี้มาเป็นแนวทางในการหาสาเหตุปัจจัยการเกิดความเครียดในผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

3.2 ตัวแปรอิสระ คือ ระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

จากตัวแปรดังกล่าวผู้ศึกษาขอเสนอกรอบแนวคิดในการศึกษาแสดงดังภาพ

กรอบความคิดกรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อของความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

4. สมมุติฐานการวิจัย

- 4.1 ระดับความเครียดของผู้ต้องขังส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก
- 4.2 ปัจจัยสาเหตุการเกิดความเครียดด้านความแออัดอยู่ในระดับมาก

5. ขอบเขตการศึกษา

การศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อของความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีขอบเขตในการศึกษาในแต่ละด้านดังต่อไปนี้

5.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา การศึกษาครั้งนี้เน้นศึกษาสาเหตุที่เป็นปัจจัยส่งผลให้เกิดความเครียดระดับความเครียดและแนวทางในการจัดการความเครียดให้ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

5.2 ขอบเขตด้านหน่วยงาน คือ เรือนจำพิเศษมีนบุรี

5.3 ขอบเขตด้านตัวแปร

5.3.1 ตัวแปรอิสระ คือ ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ

5.3.2 ตัวแปรตาม คือ ระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

5.4 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

5.4.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดีเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำนวน 441 คน (ข้อมูลผู้ต้องขัง ณ วันที่ 1 กรกฎาคม พ.ศ. 2563)

5.4.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้การศึกษา คือ ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่มีสัญชาติไทย คคืออยู่ระหว่างพิจารณา และต้องโทษเป็นครั้งแรก คำนวณโดยใช้สูตรของยามานะ (Yamane) ได้จำนวน 209 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น และสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย

5.5 ขอบเขตด้านระยะเวลา ใช้ระยะเวลา สิงหาคม 2563 – ตุลาคม 2563

6. ข้อตกลงเบื้องต้น

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยให้ความสำคัญกับการพิทักษ์สิทธิ์และเคารพในความเป็นบุคคลของกลุ่มตัวอย่างโดยผู้วิจัยแจ้งวัตถุประสงค์การวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างรับทราบถึงสิทธิ์ที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย ในระหว่างการเข้าร่วมวิจัยกลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบใดๆทั้งสิ้น

ข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างจะถูกปกปิดเป็นความลับโดยจะใช้รหัสแทนชื่อสกุล และข้อมูลที่ได้จะ
ถูกนำเสนอโดยภาพรวม

7. นิยามศัพท์เฉพาะ

7.1 ความเครียด หมายถึง ภาวะที่บุคคลรู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตก
กังวลตลอดจนถูกบีบคั้น เกิดจากการที่บุคคลรับรู้หรือประเมินสิ่งที่เข้ามาในประสบการณ์ของตนว่า
เป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ หรือก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย อันเป็นผลให้สภาวะสมดุลของร่างกายและ
จิตใจเสียไปซึ่งมีปฏิกิริยาตอบสนองหลายอย่างผลตอบสนองของร่างกายที่มีต่อสิ่งเร้าในพฤติกรรม
การแสดงออกด้านต่างๆ ได้แก่ การทางกาย พฤติกรรมหรือความรู้สึก ที่ผู้ต้องขังแสดงออกในช่วง
ระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมา โดยระบุความถี่ของพฤติกรรม อาการหรือความรู้สึกนั้น

7.2 ปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง หมายถึง ปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง
ซึ่งอาจเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดให้กับผู้ต้องขังประกอบด้วย

7.2.1 ปัจจัยส่วนบุคคล หมายถึง ลักษณะส่วนบุคคลของผู้ต้องขัง เช่น เพศ อายุ
การศึกษา สถานภาพ ศาสนา คดีที่กระทำผิด กำหนดโทษ และระยะเวลาที่อยู่ภายในเรือนจำ

7.2.2 ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม หมายถึง ลักษณะทางกายภาพและชีวภาพ ที่มี
ผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อวิถีการดำเนินชีวิตของผู้ต้องขังและทำให้ต้องปรับตัวอยู่
ตลอดเวลาซึ่งก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้ เช่น ความแออัดของผู้ต้องขัง โรคภัยไข้เจ็บ
ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำกฎระเบียบภายในเรือนจำกฎระเบียบ ความแออัดของ
ประชากร

7.3 ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี หมายถึง บุคคลซึ่งถูกขังไว้ที่เรือนจำพิเศษมีนบุรีตาม
หมายขัง หมายจำคุก รวมถึงบุคคลซึ่งถูกฝากให้ควบคุมไว้ตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความ
อาญา หรือกฎหมายอื่นโดยไม่มีหมายอาญา

7.4 เรือนจำพิเศษมีนบุรี หมายถึง สถานที่ซึ่งใช้ควบคุม ขัง หรือจำคุกผู้ต้องขังกับทั้งสิ่ง
ที่ใช้ต่อเนื่องกัน โดยเรือนจำพิเศษมีนบุรีตั้งขึ้นตามเขตอำนาจศาลมีนบุรี มีอำนาจในการควบคุม
ผู้ต้องขังที่มีกำหนดโทษจำคุกไม่เกิน 15 ปี

7.5 ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ หมายถึง ผู้ต้องขังมีความรู้สึกที่ดีต่อ
ผู้ต้องขังอื่นอยู่ร่วมกันด้วยความสามัคคี ทำกิจกรรมต่างๆในเรือนจำ เป็นไปอย่างฉันทมิตร

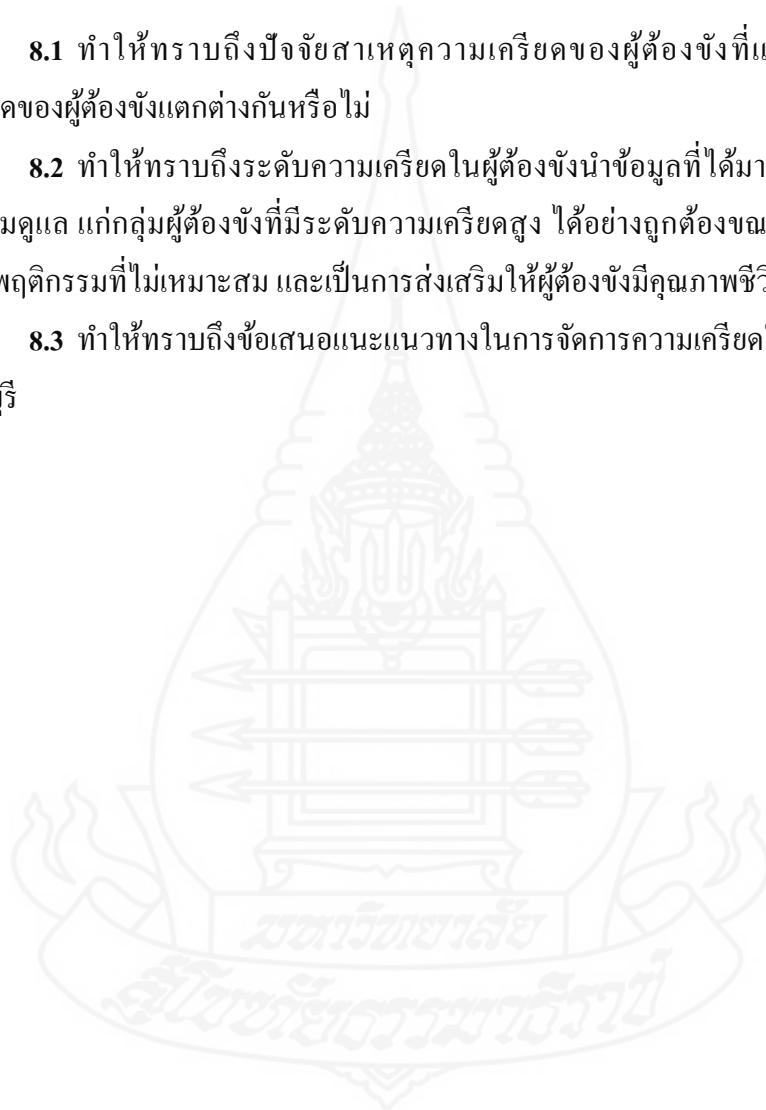
7.6 สวัสดิการผู้ต้องขัง หมายถึง ประโยชน์หรือบริการต่าง ๆ ที่เรือนจำ/ทัณฑสถาน จัดให้ผู้ต้องขังสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพและการได้รับการอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ตามสมควร

8. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

8.1 ทำให้ทราบถึงปัจจัยสาเหตุของความเครียดของผู้ต้องขังที่แตกต่างกันมีผลต่อความเครียดของผู้ต้องขังแตกต่างกันหรือไม่

8.2 ทำให้ทราบถึงระดับความเครียดในผู้ต้องขังนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมดูแล แก่กลุ่มผู้ต้องขังที่มีระดับความเครียดสูง ได้อย่างถูกต้องขณะอยู่ในเรือนจำ เพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และเป็นการส่งเสริมให้ผู้ต้องขังมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น

8.3 ทำให้ทราบถึงข้อเสนอแนะแนวทางในการจัดการความเครียดให้ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประกอบด้วย แนวคิด ทฤษฎี ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด
2. แนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์
3. แนวคิดการจัดการทรัพยากรมนุษย์ด้านการอบรมและพัฒนา
4. แนวคิดเกี่ยวกับงานราชทัณฑ์และผู้ต้องขัง
5. เรือนจำพิเศษมีนบุรี
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความเครียด

การดำรงชีวิตของมนุษย์ทุกคนในสังคมบนโลกทุกวันนี้ เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปว่าทุกคนต้องพยายามต่อสู้ดิ้นรน พยายามที่จะเอาชนะปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน การเรียนรู้การปรับตัว การปรับอารมณ์ การปรับพฤติกรรม ก็เพื่อให้ตนเองสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและสุขภาพที่ดี สถานการณ์เป็นปัญหาที่ส่งผลให้บุคคลต้องเผชิญกับภาวะของการปรับตัว การปรับตัวของบุคคลเกิดจากแรงผลักดันทั้งภายในภายนอกมากระตุ้นให้ร่างกายมีการตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมหรือสิ่งเร้าในสถานการณ์นั้นหรือสภาวะนั้นๆ สิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้นกับบุคคลก็คือความเครียดนั่นเอง

1.1 ความหมายของความเครียด

ความเครียด หมายถึง เป็นสภาวะความกดดันที่เกิดจากสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกที่มากระทบ ทำให้เกิดกระบวนการปรับตัว ถ้าไม่สามารถจะปรับตัวได้จะก่อให้เกิดความเครียด ซึ่งตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525 ได้ให้ความหมายของความเครียดไว้ว่า อาการที่สมองไม่ผ่อนคลาย เพราะเคร่งเครียดอยู่กับงานจนเกินไป และศัพท์ที่ใช้ในภาษาอังกฤษ คือ “ Stress ” ซึ่งมีรากศัพท์มาจากภาษาละตินว่า “ Stringere ” หรือ “ Strictus ” ซึ่งหมายถึง แรงดัน หรือ ความกดดันที่มีต่อร่างกาย ทำให้ร่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลง (Webdter . 1968 : 1861)

เซอร์เลย์ ฟิชเชอร์ (1984, น. 1) ได้กล่าวถึงความเครียดไว้ว่าความเครียดเป็นสภาวะความกดดัน ปรากฏการณ์ของความเครียดก็เป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละคนและวิธีการตอบสนองก็แล้วแต่นับบุคคล ความเครียดนี้รวมไปถึงความกดดัน ความตื่นเต้น ความโกรธ พฤติกรรมที่หลงผิด ทิม ฮินเดล นฤมล หริจันทะนะวงส์ (2546,น.6) อ้างอิงจาก Tim handle(1998) ความเครียด หมายถึงอุปสรรคที่คอยรบกวนสุขภาพทั้งด้านจิตใจและร่างกาย ความเครียดที่เกิดขึ้นเมื่อร่างกายต้องการกระทำที่ฝืนระดับความสามารถปกติ ผลของความเครียดเป็นอันตรายต่อบุคคลครอบครัวและสังคม

วงษ์เดือน สายสุวรรณ (2544,น. 4) ความเครียดนั้น เป็นสภาวะของจิตใจและร่างกายที่เกิดการเปลี่ยนแปลงซึ่งเป็นผลจากการที่ต้องปรับตัวต่อเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่งที่เขากระทำ

วราภรณ์ ตระกูลสถิตย์ (2545 ,น.170) ให้ความหมายไว้ว่า ความเครียดนั้นคือสถานการณ์ที่คับแค้นที่มีผลทำให้เกิดความกดดันทางอารมณ์ ความเครียดจะเกี่ยวพันกับความวิตกกังวล บางครั้งความเครียดอาจจะเกิดขึ้นกับร่างกายที่มีการใช้พลังงานมาก หรือมีการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางสรีรวิทยาของร่างกาย เช่น การอยู่ในที่ที่มีอุณหภูมิสูงมากๆ หรือจากการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นนานๆ

ลักษณะ สิริวัฒน์ (2544 ,น. 155) ความเครียด หมายถึง ภาวะทางใจและกายของบุคคลที่ขาดความสมดุล จนทำให้เกิดการกดดันทางอารมณ์ก่อให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจหรือไม่สบายใจและเป็นเหตุให้มีพฤติกรรมแปรปรวน

สิริพงษ์ อรุณ ไพโรจน์ (2544 ,น. 75) ระบุว่า ความเครียด หมายถึง ความรู้สึกหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเอง และเราไม่สามารถจะบังคับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นให้เป็นไปตามที่เราต้องการได้ หรืออาจจะเป็นอาการทางสมองอย่างหนึ่งซึ่งไม่ได้รับการผ่อนคลาย

กรมสุขภาพจิต (2548,น. 4) ได้ให้ความหมายว่า ความเครียด คือเหตุการณ์หรือสภาพใดก็ตามที่ก่อให้เกิดความลำบากใจในการตัดสินใจ ความวิตกกังวลกับความสัมพันธ์กับคนบางคน ความวิตกกังวลกับความไม่แน่นอนของสถานการณ์หรือเกิดความรู้สึกกลัวอันตรายที่จะเกิดขึ้น

สมิต อาชนวจกุล (2541,น.1) ความเครียด คือ สภาวะที่ซับซ้อนของร่างกายและจิตใจอันเกิดจากสภาวะแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่บีบบังคับให้ร่างกายและจิตใจเปลี่ยนแปลงไป และความเครียดจะยังคงอยู่เรื่อยไปจนกว่าสถานการณ์นั้นจะถูกกำจัดให้หมดไป

สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์ (2546,น. 33) ระบุว่า ความเครียด หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อมีสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น ซึ่งอาจเป็นรูป รส กลิ่น เสียง สิ่งสัมผัส ตลอดจนความรู้สึกนึกคิดเข้ามากระทบกับ ตา ลิ้น จมูก หู กาย และจิตใจของคนเราในสถานการณ์ที่บีบคั้นกดดัน หรือคุกคามให้เกิดความทุกข์ ความไม่สบายใจ จนมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพจิตใจและร่างกาย

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่าความเครียดนั้นเป็นสภาวะของจิตใจรวมทั้งร่างกายที่มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้ามากระทบ ทำให้เกิดความแปรปรวนหรือเปลี่ยนแปลงทางด้าน จิตใจ

อารมณ์ ความรู้สึก ร่างกายและพฤติกรรมที่แสดงออก นำไปสู่ความคับข้องใจ ความไม่สบายกาย และใจ เกิดความรู้สึกไม่พอใจ เป็นทุกข์ ทำให้ภาวะทางจิตใจขาดความสมดุล

1.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับความเครียด

ทฤษฎีของ เซลีส (Selys) บิดาแห่งทฤษฎี ความเครียด ได้กล่าวว่าความเครียด เป็นกลุ่มอาการที่ร่างกายมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อภัยที่มาคุกคามอันส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายโครงสร้างเคมีเพื่อกระตุ้นการคุกคามนั้นหรือ หมายถึงผลกระทบทั่วไป (non specific effect) ทั้งหมดที่เกิดแก่อินทรีย์ เมื่อมีสิ่งมารบกวนและสิ่งสำคัญคือ ร่างกายต้องมีการปรับตัวซึ่งการปรับตัวและการต่อสู้กับ ความเครียดของมนุษย์นั้นแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน

1) ระยะเวลาเตือน (Alarm reaction atage) คือ ระยะเวลาเริ่มจะมีสิ่งที่มาคุกคามปฏิกิริยาอาการที่จะเกิดขึ้นเพียงระยะเวลาสั้นๆ ตั้งแต่เพียงไม่กี่วินาที ไปจนถึง 48 ชั่วโมง ระยะเวลาเตือนนี้ยังแบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือ

1.1) ระยะตื่นตระหนกตกใจ (Shock Phase) เป็นระยะแรกของการตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคาม เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงความสมดุลของร่างกาย ร่างกายผลิตฮอร์โมนบางอย่างออกมา ซึ่งมีผลต่อหัวใจและหลอดเลือด ความดันโลหิตลดต่ำลง หัวใจอาจหยุดเต้นได้ การเปลี่ยนแปลงในระยะนี้ ร่างกายมาพร้อมที่จะมีการปรับตัว และถ้ายังดำเนินต่อไป ร่างกายจะถูกใช้พลังงานหมดภายใน 24 - 28 ชั่วโมง นอกจากจะมีกลไกป้องกันตนเอง

1.2) ระยะต้านการตื่นตระหนกหรือระยะต้านช็อก ระยะต้านการตื่นตระหนก ระยะต้านความรู้สึกตกใจ(Countershock phase) เป็นระยะที่ร่างกายเริ่มจะปรับตัวกลับสู่สภาวะสมดุล โดยจะดึงเอากลไกการต่อสู้ของร่างกายออกมาช่วยเหลือ ระบบต่างๆของร่างกายจะเริ่มประสานกันอย่างมีระบบ อาการที่จะตรวจพบคือ อัตราการเต้นของหัวใจจะแรงและเร็ว ความดันโลหิตสูงขึ้น จะหายใจเร็ว มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ม่านตาขยาย และเหงื่อออกผิดปกติ

2) ระยะเวลาต่อต้าน (Stage of resistance) คือระยะที่จะมีการปรับตัวอย่างเต็มที่ต่อสิ่งที่มาคุกคาม โดยใช้วิธีต่างๆ ผลที่ตามมา คือ อาการจะดีขึ้นหรือหายไป ถ้ายังได้รับสิ่งที่มากระตุ้นจนก่อให้เกิดความเครียดอยู่ ร่างกายก็จะสูญเสียการปรับตัว และเข้าสู่ระยะที่ 3 ต่อไป

3) ระยะเวลาหมดกำลัง(Stage of exhaustion) คือ ระยะที่ไม่สามารถจะปรับตัวได้ เนื่องจากมีความเครียดสูง รุนแรงและนานเกินไป ร่างกายหมดกำลัง อาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นในระยะเตือนก็จะกลับมาอีก ถ้าหากไม่ได้รับความช่วยเหลือ หรือมีการประคับประคองอย่างเพียงพอ กลไกในการปรับตัวจะล้มเหลว เกิดโรคและเสียชีวิตได้ในที่สุด

การตอบสนองต่อสิ่งเร้าจะก่อให้เกิดความเครียดในแต่ละบุคคลแตกต่างกันตามปัจจัยเงื่อนไขภายในและภายนอกของแต่ละบุคคล โดยปัจจัยภายใน เช่น อายุ เพศ กรรมพันธุ์ ปัจจัย

ภายนอก เช่น การรักษาด้วยฮอร์โมน ยา และอาหาร นอกจากนั้นความเครียดหลายๆ ชนิดที่เกิดขึ้นพร้อมกัน จะให้ผลร่วมกัน ซึ่งจะเพิ่มตัวกระตุ้นความเครียด มีผลให้เกิดความต้านทานต่อสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความเครียดลดลง

จากทฤษฎีดังกล่าว สรุปได้ว่า ความเครียดมีผลกระทบทั้งภายในและภายนอก มีทั้งระยะสั้น ๆ และระยะยาว ทำให้ระบบต่างๆ ภายในร่างกายทำงานผิดปกติ เช่น ความแปรปรวนของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกและพฤติกรรมที่แสดงออก อาการบางอย่างอาจรุนแรงถึงชีวิตได้ เช่น หัวใจวาย ความดันโลหิตสูง เป็นต้น หรืออาจจะแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เช่น การก่ออาชญากรรม การทำร้ายร่างกาย เป็นต้น

ทฤษฎี Holmes และ Rahe

ได้มีความคิดเห็นที่ตรงกันว่า เหตุการณ์ชีวิตเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความเครียดและมีผลให้เกิดความเสียหายของความเจ็บป่วยหรือการเป็นโรคสูงขึ้น การเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการนอน การกิน การเข้าสังคม การสร้างสรรค์ นิสัยการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ซึ่งมีความแตกต่างกันในระดับของการปรับตัว และได้พัฒนามาตรวัดการปรับตัวใหม่ทางสังคมหรือ SRRS ซึ่งเกี่ยวข้องกับปริมาณ ความรุนแรง และช่วงเวลาของการปรับตัว เหตุการณ์แต่ละอย่างได้รับการจัดเรียงตามลำดับ โดยอาศัยวิธีการให้คะแนนซึ่งเรียกว่าหน่วยการเปลี่ยนแปลงของชีวิต LCU แม้แต่เหตุการณ์ในด้านดี เช่น การแต่งงาน การหยุดพักผ่อน งานเลี้ยงในช่วงเทศกาลก็อาจนำไปสู่ความเครียดได้ หรือเหตุการณ์ยุ่งยากเล็กน้อยๆ ในชีวิตประจำวันก็ก่อให้เกิดความเครียดซึ่งนำไปสู่การเริ่มต้นของสุขภาพที่ไม่ดีหรือเกิดโรคได้

แนวคิดของ Lazarus ทฤษฎีเชิงอัตรกิริยา จุดสำคัญของทฤษฎีนี้มีหลักว่า ความเครียดไม่ใช่สิ่งเร้าจากสิ่งแวดล้อม ไม่ใช่ลักษณะเฉพาะบุคคล และไม่ใช่การตอบสนองแต่เป็นสัมพันธภาพระหว่างทั้งสามสิ่งนี้รวมกัน การวิเคราะห์เชิงสัมพันธภาพ มีข้อพิจารณาอยู่สองประการ คือ ประการแรกเหตุการณ์จากสิ่งแวดล้อมเดียวกัน อาจได้รับการแปลความหมายว่าทำให้เกิดความเครียดโดยคนหนึ่ง แสดงว่าสิ่งเร้าจากภายนอกส่วนใหญ่ไม่สามารถบอกได้ว่าเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดอย่างแท้จริงแต่กลับเป็นการประเมินค่าด้วยการรับรู้ ที่บอกได้ว่าเหตุการณ์อะไรที่ทำให้เกิดความเครียดหรือไม่ทำให้เกิดความเครียด ประการที่สอง คนๆ เดียวกันอาจแปลความหมายของเหตุการณ์หนึ่งว่าเป็นอีกสิ่งทีก่อให้เกิดความเครียดในสถานการณ์หนึ่ง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย หรือการเปลี่ยนแปลงในสภาวะจิตใจ ซึ่งอาจมีการผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจในสถานการณ์หนึ่ง แต่กลับเครียดและอ่อนเพลียในอีกสถานการณ์หนึ่ง สภาวะเกี่ยวกับอารมณ์และแรงจูงใจแตกต่างกัน และมีผลต่อกระบวนการของการประเมินค่า

1.3 ประเภทของความเครียด

ฮาเฟิน ฟรานเซน อ้างถึง วงศ์พรรณ มาลารัตน์ (2543,น. 21) แบ่งประเภทของความเครียดตามความสามารถการเกิดความเครียดเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความเครียดที่สามารถหลีกเลี่ยงได้ เช่น ไม่ชอบสถานที่ที่มีเสียงดังอีกทีก็ สามารถหลบหลีกไปอยู่ที่อื่นได้

2. ความเครียดที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ เช่น การเจ็บป่วย ความตาย นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์ (2541,น. 123) ได้แบ่งชนิดของความเครียดไว้ดังนี้

(1) ทางกาย (Physcial) ได้แก่ อาการที่ปรากฏทางร่างกาย เช่น ร่างกายมีอาการเหนื่อยเมื่อยล้า ชั่วโมงการทำงานที่ไม่สม่ำเสมอ การรับประทานอาหารที่ไม่เป็นเวลา ความอ้วน ความเจ็บป่วย การติดเชื้อโรคต่างๆ

(2) ต่อม (Endocrine) ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงความสมดุลในฮอร์โมนของร่างกายในระบบที่กำลังเข้าสู่วัยรุ่น วัยที่กำลังจะมีบุตร วัยที่กำลังจะหมดประจำเดือนและความเครียดก่อนการมีประจำเดือน

สมิต อาชวนิจกุล (2537,น. 4) ได้แบ่งประเภทของความเครียดไว้เป็น 2 ประเภท คือ ความเครียดในระยะสั้น และความเครียดในระยะยาว

1. ความเครียดระยะสั้น เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นทันทีทันใด เช่น เมื่อตกใจหรือช็อกจากสาเหตุบางอย่าง เช่น เสียงดัง การเคลื่อนไหวอย่างกะทันหัน อุบัติเหตุต่างๆ เป็นต้น สภาพความเครียดแบบนี้จะเป็นช่วงสั้นๆ เพราะร่างกายจะปรับตัวเข้าสู่สภาวะปกติได้โดยอัตโนมัติ บางครั้งความเครียดอาจมีสาเหตุมาจากด้านจิตใจ เช่น ความเครียดที่เกิดจากคำพูดที่ไม่น่าฟังของบุคคลใกล้ชิด หรือได้รับข่าวร้ายบางอย่าง เป็นต้น อาการของความเครียดระยะสั้น จะมีอาการตื่นกลัว ตื่นเต้น ซึ่พจรเต้นเร็วรู้สึกปั่นป่วนในท้อง จิตใจอ่อนไหวไม่มั่นคง

2. ความเครียดระยะยาว ความเครียดบางอย่างเป็นเรื่องร้ายหรือกินเวลานาน เช่นเกิดจากปัญหาความไม่ลงรอยไม่เข้าใจกันในครอบครัว ปัญหาเรื่องการเงิน ปัญหาการงาน เป็นต้น

ความเครียดแบบนี้รุนแรงกว่าความเครียดระยะสั้น จะมีอาการวิตกกังวลที่หาสาเหตุไม่ได้นอนไม่หลับ เกิดความดันโลหิตสูง และโรคหัวใจซึ่งหากเป็นมากควรพบนักจิตวิทยา หรือจิตแพทย์เพื่อให้คำแนะนำและบำบัดรักษาได้ถูกต้อง

ไวเทนและลอยด์ สุวรี ศิวะแพทย์ (2549 ,น. 307) อ้างอิงจาก Weiten;&Lloyd.1984) แบ่งความเครียดออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. ความคับข้องใจ (Frustration) เป็นภาวะที่เกิดจากความหงุดหงิด กระทบกระชวย อันเนื่องมาจากความต้องการ(Need)เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการกระทำ(Act)ซึ่ง/มีอาจบรรลุเป้าหมายได้เพราะมีอุปสรรคมาขัดขวาง

2. ความขัดแย้ง(Conflict)เป็นภาวะที่เกิดจากความต้องการหรือแรงจูงใจตั้งแต่ 2 ประการขึ้นไป ซึ่งมีความสำคัญเท่าๆกัน เกิดขึ้นในเวลาเดียวกันหรือใกล้เคียงกัน ทำให้จำเป็นต้องเลือกตอบสนองเพียงสถานการณ์เดียว

3.การเปลี่ยนแปลง (Change)เป็นภาวะอาจเกิดขึ้นได้ตลอดช่วงชีวิต (Life Span) การเปลี่ยนแปลงนี้สามารถสังเกตได้จากสภาพความเป็นอยู่ของบุคคลนั้นที่มีการปรับตัวซ้ำแล้วซ้ำเล่า (Readjustment)จนกว่าจะเหมาะสม

4. ความกดดัน(Pressure)เป็นภาวะการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวัง หรือความต้องการที่บุคคลต้องกระทำในทิศทางที่กำหนด ความกดดันแบ่งได้เป็น 2 ชนิด คือ ความกดดันที่เกิดจากบรรยากาศและความกดดันที่เกิดจากความคาดหวัง

ดังนั้น ความเครียด คือ สิ่งที่มาคุกคามทางกายและจิตใจ ทำให้สภาวะของระบบต่างๆ เกิดการเปลี่ยนแปลงหรือแปรปรวนทั้งระบบกายและระบบของความคิดหรือจิตใจ นอกจากนี้แล้วความเครียดยังมีระยะเวลาในการให้ผลดังที่ สมิต อาชวณิชกุล (2541, น. 4) ได้แบ่งประเภทของความเครียดไว้ 2 ประการ คือ

1. ความเครียดในระยะสั้น เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นทันทีทันใด เช่น เมื่อตกใจหรือช็อกจากสาเหตุบางอย่าง เช่น เสียงดัง การเคลื่อนไหวอย่างกะทันหัน นิ้วมือที่ถูกมีดบาด อุบัติเหตุต่างๆ เป็นต้น สภาพความเครียดแบบนี้จะเป็นช่วงสั้นๆ เพราะร่างกายจะปรับตัวเข้าสู่สภาวะปกติได้โดยอัตโนมัติ

2. ความเครียดระยะยาว ความเครียดที่เกิดเรื้อรังหรือกินเวลานาน เช่น เกิดจากปัญหาความไม่ลงรอยกันในครอบครัว ปัญหาเรื่องการเงินรายได้ไม่พอกับรายจ่าย ถูกไล่ออกจากงาน หรือเกิดตกงาน เป็นต้น ความเครียดเหล่านี้จะจัดออกได้ยาก ต้องใช้เวลานาน

สรุปได้ว่า ความเครียดนั้นส่งผลทั้งระยะสั้นและระยะยาว ถ้าความเครียดเกิดขึ้นแล้วบุคคลสามารถปรับตัวได้ทันนั้น จะทำให้สภาวะความเครียดสิ้นสุดลงได้เร็ว แต่ถ้าหากบุคคลไม่สามารถจะปรับตัวได้ทัน สภาวะความเครียดจะส่งผลยืดยาว ก่อให้เกิดความกดดันภายในจิตใจยาวนานพร้อมทั้งจะเกิดพฤติกรรมต่างๆตามมา

1.4 สาเหตุของความเครียด

การศึกษาสาเหตุและปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้น มีผู้ที่ศึกษาและได้สรุปสาเหตุและปัจจัยไว้อย่างหลากหลาย ดังนี้

กรมสุขภาพจิต (2541, น. 35-39) กล่าวถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด คือ ปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมดังนี้

1.4.1 ปัจจัยส่วนบุคคล แบ่งได้เป็นทางด้านร่างกายและจิตใจ

(1) ปัจจัยส่วนบุคคลทางด้านร่างกาย สภาวะทางกายบางประการทำให้เกิดความเครียดได้ในลักษณะที่เรียกว่า ร่างกายเครียด ซึ่งปัจจัยทางร่างกายที่ก่อให้เกิดความเครียดได้แก่

(1.1) คุณลักษณะทางพันธุกรรม ที่ทำให้บุคคลมีลักษณะพื้นฐานที่แตกต่างกัน เช่น เพศ สีผิว ความเข้มแข็งหรือความอ่อนแอของระบบการทำงานของร่างกาย ตลอดจนความพิการทางร่างกายที่เป็นมาตั้งแต่เกิด

(1.2) ความเหนื่อยล้าทางร่างกาย ที่เกิดได้จากการได้ทำงานอย่างหนักและติดต่อกันเป็นเวลานานซึ่งจะมีความเกี่ยวเนื่องมาจากสภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายที่จะทำให้แต่ละคนมีความพร้อมในการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันแตกต่างกัน

(1.3) การพักผ่อนไม่เพียงพอ

(1.4) การเจ็บป่วยทางร่างกาย

(1.5) ภาวะโภชนาการได้แก่ลักษณะนิสัยการรับประทานอาหารที่มีผลต่อความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย เช่นการรับประทานอาหารไม่ถูกส่วน ไม่เพียงพอ หรือการบริโภคสารอาหารบางประเภท เช่น สุรา บุหรี่ กาแฟ สิ่งเสพติดต่างๆล้วนทำให้เกิดความเครียดได้

(1.6) ลักษณะท่าทางที่ปรากฏเกี่ยวกับ โครงสร้างของกล้ามเนื้อ ผิวหนัง และการทรงตัว เช่น การเดิน ยืน วิ่ง นั่ง นอน หากอยู่ในลักษณะที่ไม่เหมาะสมย่อมก่อให้เกิดความเครียดได้

(2) ปัจจัยส่วนบุคคลทางด้านจิตใจ เป็นปัจจัยที่สำคัญและเกี่ยวข้องกับการเกิดความเครียดมากที่สุด ประกอบด้วย

(2.1) บุคลิกภาพประเภทที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ง่าย บุคลิกภาพโดยทั่วไปจะมีด้วย 3 ลักษณะใหญ่ๆ ได้แก่

(2.1.1) บุคลิกภาพแบบเอาจริงเอาจังกับชีวิต เป็นคนที่ต้องการความสมบูรณ์แบบให้กับทุกสิ่งทุกอย่าง ขยัน เจ้าระเบียบ ยึดมั่นกฎเกณฑ์ บุคลิกภาพแบบนี้ทำให้ต้องทำงานหนักและทำทุกอย่างด้วยตนเอง

(2.1.2) บุคลิกภาพแบบพึ่งผู้อื่น เป็นคนที่มีลักษณะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าตัดสินใจ จะเป็นคนที่วิตกกังวลง่าย ทำอะไรต้องอาศัยผู้อื่นหวาดหวั่นกับอนาคตอยู่เสมอ

(2.1.3) บุคลิกภาพแบบหุนหันพลันแล่น เป็นคนใจร้อน ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ซึ่งจะมีผลกระทบไปถึงภาวะสมดุลของร่างกาย

(2.2) การเผชิญเหตุการณ์ต่างๆในชีวิต (Live Event) เป็นเหตุการณ์ความเปลี่ยนแปลงที่มีผลกระทบต่อการทำกิจกรรมปกติของบุคคลโดยเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น อาจก่อให้เกิดผลทางบวกหรือลบก็ได้ทำให้บุคคลต้องปรับตัว

(2.3) ความขัดแย้งในใจ(Conflict) เกิดจากการที่บุคคลต้องเผชิญทางเลือกสองทาง แต่ทางเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง อาจจะเป็นทางเลือกในสิ่งที่ไม่ต้องการไม่ยอมได้

(2.4) ความคับข้องใจ(Frustration) เกิดจากการที่บุคคลไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้ สาเหตุที่ก่อให้เกิดความคับข้องใจมี 4 ประการ คือ

(2.4.1) ความรู้สึกบางประเภทได้แก่ความรู้สึกสูญเสียคนที่รัก เกียรติยศ ชื่อเสียง หรือความภาคภูมิใจ ความรู้สึกล้มเหลวในชีวิต ความรู้สึกเหล่านี้ทำให้กังวล ความโกรธ ความเศร้า ความทุกข์ใจ เป็นต้น

(2.4.2) การขาดคุณสมบัติบางประการของบุคคล เช่น หמדหวัง ไม่สามารถควบคุมสิ่งต่างๆได้

(2.4.3) อารมณ์ที่ไม่ดีทุกชนิด ได้แก่ ความกลัว ความวิตก การขาดความสามารถ การขาดทักษะในการทำงาน เป็นต้น

(2.4.4) ความล่าช้าของเหตุการณ์หรือการไปสู่เป้าหมายที่ต้องการอันเกิดจากธรรมชาติ หรือลักษณะของเหตุการณ์นั้น หรือเกิดจากปัจจัยแวดล้อมของเหตุการณ์หรือเกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคลนั่นเอง

1.4.2 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ที่จะเป็นสาเหตุที่ทำให้คนเกิดความเครียดได้ ประกอบไปด้วยสิ่งแวดล้อม 3 ประเภท ได้แก่

(1) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เป็นลักษณะทางกายภาพที่มีผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อวิถีการดำเนินชีวิตของบุคคลและทำให้ต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลาซึ่งก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้ เช่น อุณหภูมิอากาศ ความแออัดของประชากรและบ้านเรือน สภาพรถติดและการจราจรที่หนาแน่น ภัยธรรมชาติ ฯลฯ

(2) สิ่งแวดล้อมทางชีวภาพ เป็นสิ่งแวดล้อมที่เป็นสิ่งมีชีวิตและทำอันตรายต่อบุคคลได้ เช่น เชื้อโรคต่างๆ ที่เป็นสาเหตุของโรคระบาด อาทิ โรคเอดส์ โรคไขหวัดนก ไข้เลือดออก เป็นต้น

(3) สิ่งแวดล้อมทางสังคมวัฒนธรรม เป็นปรากฏการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคม และสิ่งทีบุคคลกระทำจะมีผลกระทบต่อกันตลอดเวลา ซึ่งเป็นปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมที่ก่อให้เกิดความเครียด ได้แก่

(3.1) สถานภาพและบทบาทในสังคมของบุคคล ซึ่งอาจจะมีหลายสถานภาพและหลายบทบาท หากบทบาทหลายอย่างนี้มีความขัดแย้งหรือมีความแตกต่างกันมาก ก็อาจทำให้เกิดความยากลำบากในการปรับตัวและเครียดได้

(3.2) บรรทัดฐานทางสังคม บางครั้งกฎเกณฑ์ที่เป็นธรรมเนียมปฏิบัติของสังคมไม่สอดคล้องกับความต้องการของบุคคลหรือเป็นกฎเกณฑ์ที่เคร่งครัดมากย่อมก่อให้เกิดความเครียดแก่บุคคลได้

(3.3) ระบบการเมืองการปกครอง ซึ่งมีต่อวิถีการดำเนินชีวิตของบุคคลหากเป็นระบบการเมืองการปกครองที่เคร่งครัด ทำให้ประชาชนรู้สึกถูกคุกคามหรือถูกควบคุม โดยเฉพาะเรื่องสิทธิ เสรีภาพต่างๆหรือเป็นระบบการเมืองการปกครองที่ทำให้ประเทศขาดความมั่นคงย่อมก่อให้เกิดกับความเครียดประชาชนได้

สมิต อาชนิจกุล (2537, น. 2) กล่าวว่า ความเครียดเกิดจากสถานการณ์ หรือเหตุการณ์ใดๆที่ผลักดันร่างกายและจิตใจให้ผิดปกติไปจากเดิม ทำให้ไม่สบายใจวิตกกังวล ซึ่งทางจิตวิทยาได้แยกจากสาเหตุของความเครียดไว้ 5 ประการ คือ

1. เกิดจากความกดดัน ทุกวันนี้คนเรากลับคืนจากสภาพแวดล้อมและบุคคลรอบๆข้าง เช่น เด็กถูกกดดันจากพ่อแม่ให้เรียนหนังสือมากๆ ลูกน้องถูกกดดันจากหัวหน้าให้ทำงานให้มีประสิทธิผลอย่างมากที่สุด บางคนทำไม่ได้ก็เกิดความเครียดขึ้นมา ถ้าเป็นมากก็ถึงกับโรคประสาทหรือโรคจิตไป

2. เกิดจากความวิตกกังวล คนที่ชอบคิดมาก กังวลกับอดีต กับอนาคต ทำให้ขาดความสุขในชีวิต คนเหล่านี้จะเป็นโรคประสาท อาทิ จะนอนไม่หลับ ซึมเศร้า อ่อนเพลีย บางคนก็วิตกกังวลในเรื่องไม่เป็นเรื่อง เกิดความกลัวโดยไม่น่ากลัว บางคนเป็นคนชอบย่ำคิดย่ำทำย่ำคิด ไม่อาจบังคับจิตใจของตนเองให้สงบราบเรียบได้ ที่เป็นมากก็เกิดอาการหงุดหงิด โกรธง่าย ตกใจง่าย รู้สึกตึงไปทั้งตัว หมดเรียวหมดแรงบางคนถึงกับคิดฆ่าตัวตายก็มี

3. เกิดจากความคับข้องใจ โดยปกติคนเรามักจะมีเป้าหมายในชีวิต หรือ การทำงาน แต่เมื่อถูกขัดขวางจะเกิดอาการเครียดได้ง่าย เช่น รถติดไม่สามารถไปถึงเป้าหมายได้ทันเวลา คนที่อยู่

ในสภาพคับข้องใจมานานเข้าก็จะเกิดอาการต่างๆคือ ปวดหัว มึนงง ปวดกล้ามเนื้อ เป็นลม ใจ สั่น แน่นหน้าอก แน่นท้อง ซาตามตัวรู้สึกเหมือนจะขาดใจ กลัวหัวใจจะหยุดเต้น กลัวจะควบคุมตนเองไม่ได้ บ้างก็กลัวเสียสติไปเลย

4. เกิดจากการขัดแย้ง มีบ่อยครั้งที่เราขัดแย้งในใจ เมื่อจำเป็นต้องตัดสินใจให้เลือกร่างกาย โดยอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว

5. เกิดจากความผิดปกติทางด้านร่างกายของตน เช่น ความพิการทางด้านร่างกายหรือจิตใจ ถูกเพื่อนฝูงล้อเลียน ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ชอบเก็บกด เข้าคิดเข้าแค้นซึ่งบางคนอาจเนื่องมาจากพฤติกรรม อ่าง ศีรษะล้าน ท้อแท้ต่อการดำรงชีวิต

ดังนั้นสามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยและสาเหตุที่สามารถก่อให้เกิดความเครียดได้นั้น แบ่งออกได้เป็น 2 ปัจจัยที่สำคัญ คือ ปัจจัยภายในร่างกาย ประกอบไปด้วยปัจจัยด้านชีววิทยา และปัจจัยด้านพัฒนาการของร่างกาย และปัจจัยภายนอกร่างกาย แก่สิ่งแวดล้อม ทั้งด้านสังคมวัฒนธรรมและด้านเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่างๆที่ก่อให้เกิดความเครียด

สาเหตุหรือปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้นต้องมีสิ่งเร้าเข้ามากระทบแล้วทำให้เกิดความเครียดขึ้น ซึ่งมีอยู่สองประเภท คือประเภทที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต สิ่งเร้าที่ไม่มีชีวิตอาจจะเป็นจำพวกงานหรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เข้ามากระทบทำให้เราเกิดความเครียด สิ่งเร้าที่มีชีวิตก็คือบุคคลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องหรือเขาเหล่านั้นเข้ามาเกี่ยวข้องกับเรา สภาพปัจจุบันทุกคนจะเห็นว่าสิ่งเร้าหลายอย่าง เริ่มตั้งแต่ปัญหาส่วนตัว ลูกเมีย เพื่อนฝูง ที่ทำงาน สภาพแวดล้อม (สิริพงษ์ อรุณ ไพโรจน์ 2544 : 76) ปัจจัยเหล่านี้ล้วนก่อให้เกิดสภาวะความเครียดได้ทั้งนั้น

กรมสุขภาพจิต (2548,น. 1) ได้แบ่งสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดไว้ดังนี้

1. สาเหตุจากจิตใจ เช่น ความต้องการต่างๆ ที่เกิดขึ้นในจิตใจและกลัวว่าจะไม่ได้ดังที่ต้องการที่หวังไว้ จะทำให้คนๆ นั้นเกิดเครียด เช่น กลัวสอบไม่ผ่าน เป็นต้น

2. สาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงในชีวิตความเปลี่ยนแปลงต่างๆ สถานการณ์ที่ทำให้คนเรามีความเครียด เช่น เปลี่ยนงาน ความตายของคนที่เรา รัก เป็นต้น

3. สาเหตุจากการเจ็บป่วย เช่น การเจ็บไข้ได้ป่วยต่างๆ ไป การป่วยด้วยโรคเรื้อรัง เช่น มะเร็ง โรคหัวใจ โรคเอดส์ เป็นต้น

นอกจากนี้แล้ว ลักษณะ สรีรวิวัฒน์ (2544,น. 156-157) ยังได้ชี้ถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดเครียดไว้ว่า ความเครียดในทางอารมณ์ ทางความคิดและทางกาย เป็นผลมาจากความขัดแย้งระหว่างความต้องการของตนเองและการคาดหวังของสังคมและวัฒนธรรม ทำให้เกิดความคับข้องใจโดยมีสาเหตุดังต่อไปนี้

1. ความเครียดที่เกิดจากตัวบุคคลได้แก่

1.1 ความเครียดที่เกิดจากพัฒนาการ (Biological Stress) ซึ่งในการพัฒนาของมนุษย์แต่ละวัยจะมีการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกาย อันเนื่องมาจากต่อมไร้ท่อที่ผลิตฮอร์โมนต่างๆ ที่ทำให้ร่างกายเจริญเติบโต

1.2 ความเครียดที่เกิดจากความต้องการจากภายในตัวบุคคล เช่น ความทะเยอทะยาน ใฝ่สูงจนเกินปกติ ความอยากรู้ อยากเห็นจนเกินขอบเขต หรือการแก่งแย่งชิงดีกัน

1.3 ความเครียดที่เกิดจากเหตุการณ์ที่คาดหวังไว้ก่อนล่วงหน้าว่าจะต้องเกิดขึ้น บางครั้งเหตุการณ์ที่ไม่คาดหวังเกิดขึ้น ทำให้เกิดความคับข้องใจหรือความขัดแย้งในใจ

2. ความเครียดที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอก ได้แก่

2.1 ครอบครัว ที่ทำงาน เพื่อนฝูงหรือสถานที่ที่ต้องเข้าไปเกี่ยวข้องด้วยในเรื่องอุปโลก บริโภค ส่วนก่อนให้เกิดความเครียดได้ทั้งสิ้น หากเราพบในสิ่งที่ทำให้เกิดความไม่พอใจขึ้นมา

2.2 งานที่ปฏิบัติอยู่ประจำ หากเกิดความผิดพลาดก็จะเกิดความวิตกกังวลหรือความกลัวสารพัด ซึ่งก่อให้เกิดภาวะกดดันต่างๆ ทั้งภายในตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง

2.3 สภาพเศรษฐกิจและสังคม สภาพตัวเมืองปัจจุบันจะเห็นว่าการแออัดทั้งคน ทั้งที่อยู่อาศัย จึงทำให้จราจรติดขัด ค่าครองชีพเพิ่มสูงขึ้น ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินน้อยลง มลภาวะเป็นพิษทั้งในน้ำ อากาศ หรือสภาพแวดล้อมต่างๆ ไป

ส่วนวราภรณ์ ตระกูลศุภยดี (2545, น. 174) ได้แบ่งสาเหตุของความเครียดไว้ 2

ประการคือ

1. สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาความรัก ปัญหาการเงิน ปัญหาครอบครัว ปัญหาสุขภาพ ฯลฯ ปัญหาเหล่านี้เป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดความเครียดขึ้นมา

2. การคิดและประเมินเหตุการณ์ของบุคคล คนที่เครียดมักเป็นคนที่มีมองโลกในแง่ร้าย ส่วนคนที่มองโลกในแง่ดีมีอารมณ์รื่นเริงแจ่มใสจะมีความเครียดน้อยกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้ายเอาจริงเอาจังกับชีวิต

วรัชเดื่อน สายสุวรรณ (2544, น. 6) ระบุว่า ความเครียดเกิดจากสาเหตุสำคัญ 2

ประการคือ

1. จากตัวบุคคล บุคคลนั้นๆ มีลักษณะเป็นคนคิดมาก วิตกกังวลสูง มองโลกในแง่ร้าย ขาดทักษะทางสังคม ขาดทักษะการแก้ไขปัญหา เป็นต้น

2. จากสิ่งกระตุ้นภายนอก เป็นสภาวะแวดล้อมภายนอกซึ่งอาจเป็นได้จากปัจจัยทางการภาพ เช่น สถานที่แออัด อากาศเป็นพิษ เป็นต้น เป็นปัจจัยความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง เช่น ความขัดแย้งกับบุคคลในครอบครัว ในที่คุมขัง เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าความเครียดเกิดจากหลายสาเหตุด้วยกัน ซึ่งพอจะสรุปจากเอกสารดังกล่าวได้ว่า สาเหตุของความเครียดเกิดจากทั้งภายในตัวบุคคลเองและภายนอกตัวบุคคล เช่น สภาวะร่างกายไม่อำนวยในการใช้ชีวิตประจำวันก็เป็นสาเหตุของความเครียดได้ ส่วนสาเหตุภายนอก เช่น สภาพแวดล้อม ความเป็นอยู่และสิ่งเร้าต่างๆ ที่มากระทบ ถ้าไม่สามารถปรับสมดุลของสภาพจิตใจได้ส่วนก่อนให้เกิดความเครียดได้ทั้งนั้น

1.5 ระดับของความเครียด

สภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้น มีความแตกต่างกันตามระดับสภาวะทางจิตใจและการมีกลไกในการป้องกันตัวเอง ระดับความเครียดสามารถวัดได้จากพฤติกรรมที่เป็นปฏิริยาตอบสนองต่อสิ่งหรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่มากระทบต่อบุคคล นั้นได้มีการแสดงออกมาหลากหลายรูปแบบมีตั้งแต่ระดับที่สามารถควบคุมตนเองได้ และจนถึงระดับที่ควบคุมตนเองไม่ได้ สำหรับการวัดระดับความเครียดมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและนักวิชาการได้จัดแบ่งไว้หลากหลายผู้วิจัยได้สรุปและนำมาเสนอ ดังนี้

กรมสุขภาพจิต (2541, น. 12) แบ่งระดับความเครียด เป็น 4 ระดับ คือ

1. ความเครียดในระดับต่ำ (Mild stress) หมายถึงภาวะเครียดขนาดน้อยและหายไปในระยะอันสั้น เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ความเครียดในระดับนี้ไม่คุกคามต่อการดำเนินชีวิตบุคคลมีการปรับตัวอย่างอัตโนมัติ เป็นการปรับตัวด้วยความเคยชินและการปรับตัวต้องการพลังงานเพียงเล็กน้อยเป็นภาวะที่ร่างกายผ่อนคลาย

2. ความเครียดในระดับปานกลาง (Moderate stress) หมายถึงความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เนื่องจากมีสิ่งคุกคาม หรือพบเหตุการณ์สำคัญๆ ในสังคม บุคคลจะมีปฏิริยาตอบสนอง อาจแสดงออกมาในลักษณะความวิตกกังวล ความกลัว ฯลฯ ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติทั่วไป ไม่รุนแรงจนก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย เป็นระดับความเครียดที่ทำให้บุคคลเกิดความกระตือรือร้น

3. ความเครียดในระดับสูง (High stress) เป็นระดับความเครียดที่ทำให้บุคคลได้รับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดสูงเป็นเวลานาน และไม่สามารถปรับตัวได้ในเวลาอันรวดเร็ว ถือว่าอยู่ในเกณฑ์อันตราย หากไม่ได้รับการบรรเทาจะนำไปสู่ความเครียดเรื้อรัง เกิดโรคร้ายต่างๆ ตามมาได้

4. ความเครียดในระดับรุนแรง (Severe stress) เป็นความเครียดระดับสูงที่ดำเนินติดต่อกันมาอย่างต่อเนื่อง จนทำให้บุคคลมีความล้มเหลวในการปรับตัวจนเกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ หหมดแรง ควบคุมตนเองไม่ได้ เกิดอาการทางกายหรือโรคร้ายต่างๆ ตามมาได้ง่าย

ขณะที่ ซาเวอรี่ (Savery, 1989, น. 17-20) แบ่งระดับความเครียดตามผลกระทบของความเครียดต่อสุขภาพร่างกาย และจิตใจของบุคคล ซึ่งแบ่งเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. ความเครียดระดับที่ 1 (Level 1) เป็นความเครียดชั่วคราว เป็นผลให้เกิดการเพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจ อัตราการหายใจ ความดันโลหิต และมีการเปลี่ยนแปลงการเผาผลาญ (Metabolism) ในร่างกาย

2. ความเครียดระดับที่ 2 (Level 2) เป็นความเครียดที่เพิ่มความรุนแรงขึ้น มีผลกระทบต่อสุขภาพจิต คือมีอาการกระสับกระส่าย หงุดหงิด ไม่มีสมาธิ วิตกกังวล ตกใจง่าย มีอาการของความเครียดระดับที่ 1 เป็นเวลานาน

3. ความเครียดระดับที่ 3 (Level 3) เป็นความเครียดที่รุนแรงขึ้น ทำให้เกิดอาการปวดศีรษะ อาหารไม่ย่อย เจ็บหน้าอก ต้องปรึกษาแพทย์เพื่อบรรเทาอาการ

4. ความเครียดระดับที่ 4 (Level 4) เป็นความเครียดระดับรุนแรงที่สุด ทำให้เกิดอาการเป็นแผลในกระเพาะอาหาร เป็นลมบ่อย ติดสุรา ติดยาคลายเครียด หรือยาระงับประสาท มีอาการทางจิตประสาทที่บ่งชี้ความรุนแรงของความเครียด และอาจรุนแรงถึงหัวใจหยุดเต้นได้

เจนิส ลักขณา สิริวัฒน์ (2544, น. 166) อ้างอิงจาก Janis, 1986) แบ่งระดับความเครียดเป็น 3 ระดับ ดังนี้

1. ความเครียดระดับต่ำ (Mild Stress) เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดอยู่เล็กน้อยถือว่าเป็นภาวะปกติที่พบได้ในชีวิตประจำวันของทุกๆ คน ความเครียดนี้อาจไม่รู้สึกรเพราะความเคยชิน หรือรู้สึกทันได้ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของร่างกาย ความนึกคิดอารมณ์ และพฤติกรรมให้เห็นได้ชัด ไม่เกิดผลเสียในการดำเนินชีวิต ความรู้สึกเครียดนี้จะหมดไปในระยะเวลาอันสั้นเพียงวินาทีหรือภายในชั่วโมง มักเกี่ยวข้องกับสาเหตุเพียงเล็กน้อย ได้แก่เหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน เช่น ไปเรียนไม่ทันเวลา ฯลฯ

2. ความเครียดระดับกลาง (Moderate Stress) ความเครียดในระดับนี้มีความรุนแรงกว่า โดยมีระยะเวลาเป็นชั่วโมง หรือหลายๆ ชั่วโมง จนนานเป็นวันก็ได้ เช่น ความเจ็บป่วยที่ไม่รุนแรง ความเครียดจากการทำงานมากเกินไป หรือมีความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน เป็นต้น

3. ความเครียดระดับสูง (Severe Stress) ความเครียดระดับนี้จะอยู่นานนับสัปดาห์ หรืออาจจะเป็นเดือน หรือเป็นปีก็ได้ เช่น การตายยาก การเจ็บป่วยที่รุนแรง การสูญเสียอวัยวะที่มีความสำคัญต่อวิถีการดำเนินชีวิต เป็นต้น

สมชาย จักรพันธ์ (2548) แบ่งกลุ่มอาการของความเครียดตามระดับความรุนแรงของความเครียดไว้เป็น 3 ระดับ ได้แก่

ระดับที่ 1 ระดับนี้บุคคลจะสามารถทนได้ไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้าน สรีระของร่างกายหรือ อารมณ์ความรู้สึก ความคิดหรือพฤติกรรมและไม่ก่อให้เกิดผลเสียในการ ดำเนินชีวิต

ระดับที่ 2 เป็นระยะที่ร่างกายและจิตใจต้องต่อสู้กับความเครียดจะทำให้มีการ เปลี่ยนแปลงทาง ด้านสรีระ ทางด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึกตลอดจนพฤติกรรมผลกระทบต่อ การดำรงชีวิตประจำวันของบุคคลทำให้ ประสิทธิภาพในการดำเนินลดน้อยลงและมีการตัดสินใจที่ ผิดพลาดได้

ระดับที่ 3 เป็นสภาวะจิตใจที่มีความเครียดอย่างรุนแรงที่มีการเปลี่ยนแปลง ทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมของบุคคลอย่างชัดเจนทำให้การ ดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป มีการตัดสินใจที่ผิดพลาด จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือดูแลและ บำบัดรักษา

ซูทิตย์ ปานปรีชา (2534,น.12) ได้แบ่งระดับของความเครียดไว้ 3 ระดับ ได้แก่ ระดับที่ 1 เป็นภาวะที่จิตใจมีความเครียดอยู่เล็กน้อย ซึ่งถือว่าเป็นภาวะปกติทุกคน ขณะเผชิญปัญหาต่างๆหรือกำลังต่อสู้กับความรู้สึกที่ไม่ดีของตนเอง

ระดับที่ 2 เป็นภาวะของจิตใจมีความเครียดอยู่ปานกลางเป็นระยะที่ร่างกายและ จิตใจต่อสู้กับความเครียดที่แสดงออกให้เห็น โดยมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระทางร่างกาย ความคิด อารมณ์ พฤติกรรมและการดำเนินชีวิต

ระดับที่ 3 เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดรุนแรงหรือความเครียดมากกว่า ร่างกายและจิตใจพ่ายแพ้ต่อความเครียด มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจเห็นได้ชัด มีพยาธิ สภาพหรือป่วยเป็นโรค ทำให้การดำเนินชีวิตเสียไป การตัดสินใจผิดพลาด

ขณะที่ สุจริต สุวรรณชีพ (2531,น.45) ได้กล่าวว่า ระดับของความเครียดมีหลายด้าน และ จะส่งผลที่แตกต่างกันกล่าวคือ

1.ระดับต่ำ จะทำให้ความสามารถในการทำงานเพิ่มสูงขึ้น และสร้างความสุขใจ ให้แก่มนุษย์

2.ระดับปานกลาง อาจมีผลต่อพฤติกรรมและอาจจะนำไปสู่การกระทำในลักษณะ ที่บ่อยๆ ได้แก่ กินมากกว่าปกติ นอนไม่หลับ คิดเห่ล้าติดยา

3.ระดับรุนแรง อาจทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงถึงบ้าดีเดือดหรือซึมเศร้า หรือถึงกับวิตกกังวล ไม่รับความจริง ไม่สามารถควบคุมตนเองได้

4.ความเครียดในระยะยาว อาจทำให้เกิดโรคทางกายได้หลายโรค และ โรคอื่นๆได้ มากมาย รวมทั้งแก่เร็วอายุสั้นด้วย

สมิต อาชวณิจกุล (เพ็งอ่าง) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีผลต่อระดับความเครียด ประกอบไปด้วย

1. ความรุนแรงของความกดดันหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เช่น ความสูญเสียที่ร้ายแรง
 2. บุคลิกภาพของแต่ละคน เช่น ผู้ที่รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง มั่นใจในตนเอง กล่าวได้ว่าถ้าเสีย ฐัจักมองการณ์ไกล ยืดหยุ่นได้ มีอารมณ์ขันจะมีความเครียดไม่มาก
 3. ประสบการณ์ในการเผชิญปัญหา และความสามารถในการแก้ไขปัญหา ผู้มีส่วนทำให้ความเครียดมีมากขึ้นหรือน้อยลง
 4. การประเมินความสำคัญของปัญหา ถึงแม้จะเป็นเรื่องที่รุนแรง แต่คิดว่ามีความสำคัญกับกัน ไม่มากนัก หรือมีเจตคติในลักษณะที่มองเห็นปัญหา เป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถของตนเอง ระดับความเครียดก็ไม่สูง
 5. ความช่วยเหลือจากภายนอก หากรู้สึกว่าจะมีภัย ก็จะได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่น ความเครียดถึงแม้จะมีแต่ก็ไม่มาก
 6. สำหรับผู้ที่มิพึงพอใจ เช่น ศรัทธาในศาสนาอย่างมาก ก็จะไม่เครียดมากนัก
- จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า ความเครียดที่ปรากฏนั้นมีระดับที่แตกต่างกัน ถ้าเป็นความเครียดในระดับเล็กน้อยที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันก็สามารถปรับตัวและจัดการได้เร็ว ใช้เวลาไม่มากนัก แต่ถ้าเป็นความเครียดในระดับที่รุนแรงที่ไม่สามารถจะปรับตัวได้ ทำให้การปรับตัวล้มเหลว ก็อาจจะกลายเป็นผู้มีสภาวะทางจิตที่ผิดปกติและอาจจะนำมาซึ่งลักษณะอาการอันไม่พึงปรารถนาได้

1.6 ธรรมชาติของความเครียด

สมิต อาชวณิจกุล (2541, น.8) ได้แบ่งธรรมชาติของความเครียดไว้ 3 ประการ คือ

1. ความเครียดเป็นปฏิกิริยาที่ทำให้มนุษย์สามารถทำในสิ่งที่ยากเกินกว่ากำลังสติปัญญาความสามารถในเวลาปกติจะทำได้ จึงเป็นเครื่องมือสำคัญของมนุษย์ที่มีประโยชน์อย่างยิ่งต่อการดำรงชีวิต หากรู้จักควบคุมให้อยู่ในกรอบของความพอดี
2. สาเหตุของความเครียดส่วนใหญ่เกิดจากจิตใจ แต่ปฏิกิริยาของความเครียดเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติทั้งร่างกายและจิตใจ เรื่องที่เกิดจากจิตใจไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยพลังกำลังทางร่างกาย เมื่อเกิดความเครียดร่างกายเปรียบเสมือนรถยนต์ที่ติดเครื่องและเร่งเครื่องอยู่กับที่เป็นเวลานาน โดยไม่ได้ออกกวิงส์สักที ทั้งความสิ้นเปลืองและความสึกหรอย่อมเกิดขึ้น ทำให้ร่างกายทรุดโทรมโดยใช่เหตุ และพลอยให้เสียสมรรถภาพทางจิตใจไปด้วย
3. ความเครียดเป็นสิ่งที่มิประโยชน์ยามจำเป็นหากรู้จักใช้ให้ดี ดังนั้นสิ่งที่เป็นผลเสียของความเครียดก็คือความเครียดส่วนเกิน ซึ่งหมายถึงปฏิกิริยาของความเครียดที่เกิดขึ้นมากกว่า

ความจำเป็น ซึ่งจะเป็นผลเสียต่อการแก้ปัญหา และต่อทั้งร่างกายและจิตใจตนเอง และความเครียด
 สวาบนเกินนี้เองที่สมควรจะได้รับการแก้ไข

สรุปได้ว่า ความเครียดที่มีความรุนแรงมากเกินไปจนเกินความสามารถของบุคคลจะ
 ปรับตัวและจัดการได้ จะนำมาซึ่งภาวะแรงกดดันอย่างหนักต่อสภาพจิตใจ แต่ถ้าหากความเครียดไม่
 รุนแรงนักปละเกิดการปรับตัวหรือจัดการกับความเครียดได้อย่างเหมาะสมย่อมอาจจะเกิดแรง
 กระตุ้นให้ทะยาน ไปข้างหน้าเพื่อความสำเร็จได้

1.7 ผลของความเครียด

สุวรี ศิวะแพทย์(2549,น.310) ได้ระบุผลของความเครียดไว้ว่า ความเครียดในระดับที่
 รุนแรง (Severe Stress) มักทำให้คิดมากจนเลอะเลือน และยังมีผลร้ายต่ออารมณ์ด้วย นอกจากนี้ยัง
 ก่อให้เกิดการตอบสนองทางร่างกาย(Physiological System)เพื่อเตรียมพร้อมต่อภาวะฉุกเฉินหรือ
 อันตรายที่จะเกิดขึ้น ยิ่งกว่านั้นยังพบว่าความเครียดที่เกิดขึ้นเป็นระยะเวลานาน(Long-Term Stress)
 สามารถระงับระบบภูมิคุ้มกัน (Immune System) ซึ่งทำหน้าที่ป้องกันเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายอัน ได้แก่
 เชื้อแบคทีเรีย ไวรัส โรคภูมิแพ้ โรคมะเร็ง ตลอดจนอันตรายอื่นๆ (Taylor ,1991อ้างถึงใน Matin
 ,1995)

อภิเชษฎ์ นาคเลขา (2544,น.55) คนที่มีความเครียดสูงตลอดเวลา สามารถทำให้เกิด
 โรคภัยไข้เจ็บต่างๆ อย่างมากมายและรุนแรง แต่เดิมคนมักจะกลัวกันว่า ความอ้วน ไขมันในหลอดเลือด
 สูงจะเป็นสาเหตุสำคัญของโรคหัวใจขาดเลือด แต่ปัจจุบัน แพทย์ได้ค้นพบแล้วว่า คนที่มีอัตรา
 การป่วยเป็นโรคหัวใจมากที่สุดถ้าไม่นับติดเชื้อมีคือ คนที่มีความตึงเครียดทางระบบประสาทสูง

ความเครียดส่งผลสะท้อนไปยังอวัยวะต่างๆ องร่างกายผ่านทางระบบประสาทที่ควบคุม
 กการทำงานของแต่ละอวัยวะเกือบจะทุกจุด กล่าวคือ ความเครียดทำให้เกิดการหดเกร็งของหลอดเลือด
 ทุกขนาดทั่วร่างกาย เลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ รวมทั้งกล้ามเนื้อของหัวใจน้อยลง ทำให้ความต้านทาน
 ทางส่วนปลายทั่วร่างสูงขึ้น มีผลทำให้ความดันโลหิตสูงกว่าปกติตลอดเวลาที่มีความเครียด โอกาส
 ที่หัวใจจะทำงานผิดพลาดปละวายจึงสูง เพราะเมื่อร่างกายอยู่ภายใต้ความเครียดทางกายหรือจิตใจ
 การผลิตฮอร์โมนจะเพิ่มขึ้น เช่น อะดรีนาลีนและคอร์ติซอล ฮอร์โมนเหล่านี้จำทำให้อัตราการเต้น
 ของหัวใจ ระดับความดันโลหิต กระบวนการเผาผลาญพลังงาน และกิจกรรมทางกายภาพ
 เปลี่ยนแปลงได้

1.1 อาการของความเครียด

คูแกนและคณะ (Dougan ;et al.1986,น.191-198) ได้ชี้ให้เห็นถึงอาการของ
 ความเครียดไว้ โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ

1. ด้านอารมณ์(Mood) เช่น รู้สึกหงุดหงิด ฉุนเฉียว กังวลใจ รู้สึกสับสน หลงลืม เบื่อหน่าย เป็นต้น

2. ด้านอวัยวะ (Organ) เช่น หัวใจเต้นแรง หายใจถี่ กระทบะอาหารปั่นป่วน เหนืออกง่ายกว่าปกติ วิงเวียนศีรษะ ปากแห้ง ปัสสาวะบ่อย ท้องเสียหรือท้องผูกบ่อยๆ เป็นต้น

3. ด้านกล้ามเนื้อ(Muscles) เช่น มือและนิ้วสั่น เส้นกระดูก กล้ามเนื้อยึด พูดตะกุกตะกัก ขบกรามบ่อยๆ ตาพร่ามัว ปวดหลัง เป็นต้น

4. ด้านพฤติกรรมที่แสดงออก (Behavior) เช่น ลูกเกี๋ยกถน เดินตัวเกร็ง นอนไม่หลับ ตื่นแล้วยังนอนต่อ ความต้องการทางเพศลดน้อยลง มีอุบัติเหตุเกิดขึ้นบ่อยครั้ง ต้องพึ่งยาหรือไปพบแพทย์บ่อยขึ้น เป็นต้น

ทิม ฮินเดล (นฤมล หริจันทนะวงศ์.2546 : 12; อ้างอิงจาก Tim Handle.1998) ได้แบ่งอาการของความเครียดไว้ 3 ประการ คือ

1. อาการทางร่างกาย อาการเครียดทางกายบางอาการอาจคุกคามถึงชีวิต เช่น ความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจ อาการที่ไม่มีผลถึงชีวิตรวมถึงอาการนอนไม่หลับ ความรู้สึกเหน็ดเหนื่อยตลอดเวลา ปวดศีรษะ อาหารไม่ย่อย ไม่เจริญอาหาร อาการความเครียดที่เกิดขึ้นทันที ได้แก่ อาการคลื่นเหียน หายใจไม่ออกหรือปากแห้ง

2. อาการทางอารมณ์ อาการเครียดทางอารมณ์ประกอบด้วยอาการฉุนเฉียวง่าย กลัดกลุ้ม ซึมเศร้า ขาดความต้องการทางเพศ ไม่มีอารมณ์ขัน และไม่มีสมาธิทำงานประจำง่ายๆ

3.อาการทางพฤติกรรม เพื่อผ่อนคลายความเครียดชั่วขณะ หลายคนปล่อยอารมณ์ด้วยการรับประทานอาหาร สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า

กรมสุขภาพจิต (2548 ,น.2)แบ่งอาการความเครียดไว้ดังนี้

1. ผลต่อร่างกาย อาการทางร่างกายอาจจะสังเกตได้โดยการเต้นของชีพจรเบาและเร็ว การหายใจถี่ หายใจสั้น กล้ามเนื้อตึงเครียดบริเวณต้นคอ แขน ขา บางคนอาจมีอาการมึนงง นิ่งไม่คิดที่ ขบพัน บดกราม อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย

2. ผลต่อจิตใจ ขาดสมาธิ ตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ได้ยาก แม้ในเรื่องที่ง่าย หงุดหงิด มีความวิตกกังวล มีความกลัวโดยไร้เหตุผล ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

3. ผลต่อพฤติกรรม มีการรับประทานเพิ่มขึ้นหรือลดลงในบางคน มีการใช้ยามากขึ้น มีการกระตุกของกล้ามเนื้อ หรือมีอาการตาขยับ บางคนชอบดื่มผม กัดเล็บ กระทบเท้า เรื่องการนอนอาจมากขึ้นหรือน้อยลง มีการดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติดมากขึ้น มีความก้าวร้าว

นอกจากนี้ วราภรณ์ ตระกูลสถิตย์ (2546 ,น.171) ยังระบุอีกว่า ร่างกายและจิตใจมีการทำงานประสานกันจึงไม่สามารถแยกออกจากกันได้อย่างอิสระ ดังนั้นเรื่องของความเครียดที่เกิดขึ้น

จึงมีผลต่อการปรับตัวทั้งทางร่างกายและจิตใจซึ่งมีผลต่อสุขภาพจิตโดยทั่วไปด้วยกระบวนการเกิดความเครียด และผลที่ตามมาก็คือ ทำให้เกิดปัญหาาระบบหัวใจหลอดเลือด ระบบย่อยอาหาร ระบบหายใจ ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ระบบผิวหนัง ระบบขับถ่าย สืบพันธุ์และระบบต่อมไร้ท่อ

วงษ์เดือน สายสุวรรณ(2544 ,น.5) ความเครียดที่มีมากและคงอยู่เป็นเวลานาน จะส่งผลต่อร่างกายและจิตใจ ดังนี้

ด้านร่างกาย ได้แก่ ปวดศีรษะ ปวดไมเกรน นอนไม่หลับ หรือง่วงนอนตลอดเวลา ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ เช่น ปวดหลัง ขบกรามบ่อย หัวใจเต้นแรง หายใจไม่ปกติ มือเท้าเย็น มีเหงื่อออกตามมือ ตามเท้า เป็นต้น

ด้านจิตใจ ได้แก่ หงุดหงิดง่าย โกรธง่ายกว่าปกติ คิดมาก ลืมง่าย ผันรำย เสรีา เบื่อหน่าย เหงา มองโลกในแง่ร้าย เป็นต้น

ด้านพฤติกรรม ได้แก่ สูบบุหรี่ ฝุดลุกฝุดนั่ง ชอบปลีกตัวอยู่คนเดียว เสียบขริม ไม่พูดกับใคร เป็นต้น

สรุปได้ว่า การต้องอยู่ในสภาพผู้ต้องขังซึ่งไร้อิสระ ไม่สุขสบาย ห่างไกลจากครอบครัว และสังคมภายนอกตลอดจนความแออัดยัดเยียดของสถานที่อยู่เป็นเหตุการณั้ที่มากกระตุ้นให้ผู้ต้องขังเกิดความเครียดและส่งผลทำให้เกิดความแปรปรวนต่อจิตใจ อารมณ์ความรู้สึก สภาวะร่างกายปะละพฤติกรรมที่แสดงออก กล่าวคือ สภาวะของร่างกาย อารมณ์และจิตใจ มีความผิดปกติจากที่เป็นอยู่ โดยแบ่งออกเป็น 3 ประการ ดังนี้

1. ด้านอารมณ์และจิตใจ ได้แก่ รู้สึกหงุดหงิด ฉุนเฉียว โกรธ ตั้บสน เบื่อหน่าย สมาธิสั้น กังวลใจ
2. ด้านร่างกาย ได้แก่ ปากคอแห้ง หายใจถี่ เหงื่อออก อ่อนเพลีย มือเท้าเย็น วิงเวียนศีรษะ
3. ด้านพฤติกรรมที่แสดงออก ได้แก่ ลุกลี้ลุกกลน เดินตัวเกร็ง นอนไม่หลับ

กระสับกระส่าย ความต้องการทางเพศลดลง

2. แนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์

ความต้องการของมนุษย์เป็นเครื่องกระตุ้นและแรงผลักดันให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งออกมาในอันที่จะปฏิบัติงานให้สำเร็จบนพื้นฐานความเชื่อหรือสมมุติฐานว่า มนุษย์มีความต้องการ และพฤติกรรมของมนุษย์จากความต้องการทางจิตวิทยาที่ทำการศึกษาเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปคือ

Samuelson 1971 (อ้างใน กฤษณา ศักดิ์ศรี(2534,น.159) กล่าวว่ามนุษย์นั้นเพียรพยายามทุกวิถีทางในอันที่จะให้บรรลุความต้องการทีละขั้น เมื่อความต้องการขั้นแรกได้รับการตอบสนองแล้ว

ความต้องการขั้นนั้น ก็จะลดลงความสำคัญจนหมดความสำคัญไป ไม่เป็นแรงกระตุ้นอีกต่อไป แต่จะเกิดความสนใจและความต้องการสิ่งใหม่อีกต่อไปแต่ความต้องการขั้นต้นๆที่ได้รับการตอบสนองไปเรียบร้อยแล้วนั้น อาจกลับมาเป็นความจำเป็น หรือความต้องการครั้งใหม่อีกได้ เมื่อการตอบสนองความต้องการครั้งแรกได้สูญเสียหรือขาดหายไปและความต้องการที่เคยมีความสำคัญจะลดความสำคัญลงเมื่อมีความต้องการใหม่ๆเข้ามาแทนที่

Gilmer กล่าวว่า “มนุษย์มีความต้องการหลายสิ่งหลายอย่าง เช่น อาหาร อากาศ น้ำ ที่อยู่อาศัยรวมทั้งสิ่งอื่นๆด้วย เช่น การยอมรับนับถือ สถานภาพ การเป็นเจ้าของเป็นต้น แต่อย่างไรก็ตามโดยทั่วไปความต้องการเหล่านี้ยากที่จะได้รับการตอบสนองจนอิ่มและพอใจทุกอย่างที่ได้รับอยู่แล้ว”

French and bell (อ้างถึงใน ศรีบุญญา แพทย์พิทักษ์(2553,น.21) กล่าวว่า มนุษย์ มีความต้องการและความหวังในการใช้เหตุผลของตนเองและใช้ความพยายามปฏิบัติงานใน องค์การให้ดีที่สุดจึงต้องมี โนทส์ที่กว้างไกลในการวางแผนพัฒนา คือ มนุษย์สามารถพัฒนาได้ ในด้านส่วนตัว และสมรรถภาพในการปฏิบัติงาน ผู้นำการเปลี่ยนแปลงจึงมีบทบาทในการที่จะให้คนทำงานร่วมกันกัน(Collaboration)ตั้งเป้าหมาย(Goal Setting)วินิจฉัย และแก้ปัญหา (Diagnosing and solving problems) และนำแผนไปปฏิบัติ (Implementing plan)

ทุกวันนี้คนเราพยายามทำงานก็เพื่อจะสนองความต้องการของตน ทำงานเพื่อเงิน เพราะเงินเป็นสื่อกลางของการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ ตามต้องการ แต่ถ้ามองให้ลึกลงไปแล้วการทำงานไม่ใช่เพื่อเงินแต่อย่างเดียวเสมอ ไปเศรษฐกิจมีเงินมหาศาลก็ยังทำงานต่างๆ ที่ทำงานแล้วได้เงินเป็นค่าตอบแทนเพียงเล็กน้อย น้อยๆ การทำงานเพื่อเงิน เป็นเพียงเหตุผลประการหนึ่งเท่านั้น ยังมีปัจจัยอื่นๆ อีกมากที่คนต้องการได้รับจากการทำงาน ซึ่งบางครั้งเงินไม่สามารถซื้อความต้องการบางอย่างได้ เสถียร เหลืองอร่าม(2525 ,น.10- 18) และนิพนธ์ คันธเสวี(2528,น. 71)

ศิริวรรณ เสรีรัตน์, สมชาย หิรัญกิตติ และธนวรรณ ตั้งสินทรัพย์ศิริ (2550,น.168) ได้ให้ความหมายของความต้องการ หมายถึง สภาวะที่บุคคลขาดความสมดุล ขาดบางสิ่งบางอย่าง และต้องการได้รับสิ่งนั้น เช่น ขาดอาหารทำให้รู้สึกหิว ก็ต้องการอาหารรับประทาน เกิดความรู้สึกเหนื่อย เพลียเนื่องจากพักผ่อนไม่เพียงพอ ก็ต้องการพักผ่อน ไม่มีเงิน ก็ต้องการเงินสำหรับการใช้จ่าย ไม่ได้รับการยอมรับ ไม่ได้รับการยกย่อง ไม่มีชื่อเสียง ไม่มีเกียรติยศ ก็ต้องการการยอมรับ การยกย่อง ต้องการมีชื่อเสียง ต้องการเกียรติยศเป็นต้น ซึ่งความต้องการเหล่านี้อาจสรุปได้ว่าเป็น ความต้องการทั้งทางร่างกายและความต้องการทางด้านจิตใจ

สรุปได้ว่าความต้องการ หมายถึง การที่มนุษย์มีความปรารถนาอยากได้อะไรหรืออยากเป็นในบางสิ่งบางอย่าง ซึ่งบุคคลจะมีความต้องการในระดับที่แตกต่างกัน แม้จะมีสถานะหรือปัจจัย ส่วน

บุคคลที่เหมือนกันก็ตามการให้หรือการสนองความต้องการจึงควรให้ในสิ่งที่ผู้รับต้องการจริงๆซึ่งถ้าได้รับการตอบสนองแล้วบุคคลก็จะเกิดความสุขและความพึงพอใจ

2.2 ทฤษฎีลำดับชั้นความต้องการของมาสโลว์ (Maslow) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์จะเกี่ยวข้องกับความต้องการความจำเป็น และการจูงใจของมนุษย์ ทฤษฎีลำดับชั้นความต้องการของมนุษย์ (Hierarchy of Needs Theory) ของนักจิตวิทยา Abraham Maslow ที่คิดค้นขึ้นในปี ค.ศ. 1943 เป็นทฤษฎีที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางและนำไปประยุกต์ใช้ กล่าวว่ามีมนุษย์มีความต้องการตั้งแต่กำเนิด และเรียงลำดับชั้นของความต้องการจากขั้นแรกไปสู่ขั้นสูงขึ้น ทฤษฎีของมาสโลว์มีสมมุติฐานดังนี้

- 1.มนุษย์มีความต้องการ และความต้องการนี้จะมีอยู่ตลอดเวลาและไม่สิ้นสุด
- 2.ความต้องการของมนุษย์สามารถเรียงลำดับตามความสำคัญตั้งแต่ระดับต่ำสุด คือความต้องการพื้นฐาน สูงขึ้นไปจนระดับสูงสุด คือความต้องการประสบความสำเร็จในชีวิตสูงสุด
- 3.ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้วจะไม่เป็นสิ่งที่จูงใจพฤติกรรมของมนุษย์ต่อไป มนุษย์จะมีความต้องการในระดับสูงขึ้นซึ่งจะกลายเป็นสิ่งที่จูงใจแทน
- 4.ความต้องการของมนุษย์จะสลับซับซ้อน มนุษย์มีความต้องการหลายอย่างพร้อมกัน ได้ความต้องการอย่างหนึ่งอาจยังไม่ทั้งหมดไป ความต้องการอย่างอื่นจะเกิดขึ้นได้

ลำดับชั้นความต้องการของมนุษย์ (Hierarchy of Needs Theory) ของนักจิตวิทยา Abraham Maslowประกอบด้วยความต้องการ 5 ประเภท ดังนี้

- 1.ความต้องการทางร่างกาย (Physiological Needs) ได้แก่ ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เพื่อดำรงชีวิต เช่น อาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย อากาศ การพักผ่อน เป็นต้น ซึ่งเป็นความต้องการระดับต่ำที่สุด
- 2.ความต้องการความปลอดภัยและความมั่นคง (Security of safety needs) ได้แก่ ความต้องการความปลอดภัยจากอันตราย เช่น ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ความมั่นคงในงาน ตลอดจนความปลอดภัยจากความวิตกกังวลที่อาจเกิดขึ้นได้จากการทำงาน
- 3.ความต้องการทางสังคม (Social or belongingness Needs) ได้แก่ ความต้องการมีส่วนร่วมในสังคม หรือความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน รวมทั้งความต้องการมิตรภาพ และความรัก และการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือที่ทำงาน

4.ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง (Esteem Needs) ประกอบด้วยความต้องการที่ตอบสนองความรู้สึกในคุณค่าของตนเองความต้องการให้ผู้อื่นยอมรับนับถือ และความต้องการได้รับการยกย่องสรรเสริญ มีชื่อเสียงเกียรติยศ โดยการสร้างผลสำเร็จของงานให้เกิดคุณค่า และชื่อเสียงบุคลากรที่มีความต้องการเกียรติยศชื่อเสียงต้องการให้ผู้อื่นยอมรับในผลงาน และรับรู้ว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถในการทำงาน

5.ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตสูงสุด (Self-Actualization Needs) ได้แก่ ความต้องการใช้ความพยายาม ทักษะ และศักยภาพสูงสุดที่มีอยู่ในตนเองให้เกิดผลสำเร็จตามที่นึกคิดหรือเป็นดั่งที่คาดหวัง ความต้องการความสำเร็จในชีวิตเป็นความต้องการสูงสุดที่มนุษย์คาดหวัง

Maslow (อ้างถึงใน วิชาพร มาพบสุข(2544,น.22-23) ได้เสนอทฤษฎี ลำดับขั้นของความ ต้องการ (hierarchy of needs) ซึ่งมีอยู่ 5 ขั้นที่สำคัญดังนี้

ขั้นที่ 1 ความต้องการทางด้านร่างกายหรือต้องการวัตถุที่จะมาทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ (physiological needs or survival needs) เป็นความต้องการอันดับแรกของมนุษย์ได้แก่ ความต้องการ ทางด้านปัจจัยสี่ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต และการพักผ่อนนอนหลับ ความต้องการทางเพศที่จำเป็นในการดำรงเผ่าพันธุ์มนุษย์

ขั้นที่ 2 ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety needs) มนุษย์ทุกคนมีความต้องการที่จะดำรงชีวิตอยู่โดยปราศจากภัยอันตราย มีสุขภาพจิต สุขภาพกายที่ดี มีความมั่นคงในอาชีพหน้าที่การงาน และฐานะทางเศรษฐกิจ ความปลอดภัยในชีวิต และทรัพย์สิน

ขั้นที่ 3 ความต้องการความรัก และการยอมรับจากผู้อื่น (love and belonging needs) ทุกคนต้องการความรักจากผู้อื่น เช่น จากพ่อแม่ จากเพื่อนต้องการที่จะให้และรับความรักมิใช่กันและกันปรารถนาที่จะเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ

ขั้นที่ 4 ความต้องการได้รับการยกย่อง มีเกียรติยศ ชื่อเสียง (self-esteem needs) หรือ ความต้องการที่จะเห็นคุณค่า และความสามารถของตัวเอง เป็นการประเมินตนเอง ได้ว่าตนเองมีค่าทุกในสังคมยอมรับนับถือให้เกียรติยกย่องเกิดความรู้สึกเชื่อมั่นยอมรับนับถือตัวเอง (self-respect)

ขั้นที่ 5 ความต้องการเป็นตัวของตัวเอง สามารถกระทำตนได้ตามความสามารถที่เป็นจริง (self-actualization or self-fulfillment needs) เป็นความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต

ของคนพัฒนาขั้นสูงสุด เพื่อแสดงถึงความสามารถ และศักยภาพที่จะกระทำได้ของตนเองมนุษย์ทุกคนปรารถนาที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเอง มุ่งสู่เป้าหมายอันสูงสุดหรืออุดมคติที่ตนกำหนดไว้ บุคคลที่ได้รับความต้องการผ่านมาถึง ขั้นที่ 5 นี้จะรับรู้หรือเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงมีความเป็นอิสระสามารถทำทุกสิ่งได้ตามที่ตนต้องการและทำอย่างถูกต้องมีเหตุผลอย่างคนคิดเป็น

จากทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์นี้สามารถแบ่งความต้องการออกได้เป็น 2 ระดับใหญ่ คือ

1. ความต้องการในระดับต่ำ (Lower order needs) ประกอบด้วย ความต้องการในขั้นที่ 1, 2 และ 3 ตามลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ ได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย (Physiological needs) ความต้องการความปลอดภัย และความมั่นคง (Security of safety needs) ความต้องการทางสังคม (Social or belongingness needs)

2. ความต้องการในระดับสูง (Higher order needs) ประกอบด้วย ความต้องการในขั้นที่ 4 และ 5 ตามลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ ได้แก่ ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง (Esteem needs) (ความภาคภูมิใจในตนเอง) และความต้องการความสำเร็จในชีวิต (Self-Actualization needs)

2.2 ทฤษฎีการจูงใจ ERG ของ Alderfer

ทฤษฎีการจูงใจ ERG (Existence-relatedness-growth theory) ซึ่งเน้นการทำให้เกิดความพอใจตามความพอใจตามความต้องการของมนุษย์แต่ไม่คำนึงถึงความต้องการว่าความต้องการใดจะเกิดขึ้นก่อนหรือหลัง และความต้องการหลายอย่างอาจเกิดขึ้น พร้อมกันก็ได้ (ศิริวรรณ เสรีรัตน์ , สมชายหิรัญกัตติ และชนวรรณ ตั้งสินทรัพย์ศิริ(2550,น.173-174)

Alderfer (1972) แบ่งความต้องการมนุษย์ออกเป็น 3 ประการดังนี้

1. ความต้องการในการอยู่รอด (Existence needs) เป็นความต้องการของบุคคลในระดับต่ำสุดที่ต้องการการตอบสนองทางกาย เช่น ต้องการอาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่ได้ผู้บริหารจึงควรตอบสนองความต้องการของบุคคลด้วยการให้ค่าตอบแทนที่เป็นธรรม เช่น เงิน โบนัส สวัสดิการอื่น ๆ รวมถึงความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยจากการทำงาน เช่น มีการทำสัญญาว่าจ้างการทำงาน เป็นต้น

2.ความต้องการด้านความสัมพันธ์ (Relatedness needs) เป็นความต้องการของบุคคลที่จะมีมิตรไมตรี และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลที่อยู่แวดล้อมในการทำงานผู้บริหารควรส่งเสริมให้บุคลากรในองค์กรมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันตลอดจนสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลภายนอกด้วย เช่น การจัดกิจกรรมที่ทำให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างผู้บริหารและพนักงาน เพื่อให้สถานภาพ เป็นที่ยอมรับทางสังคม

3.ความต้องการความเจริญก้าวหน้า (Growth needs) เป็นความต้องการสูงสุดของบุคคลได้แก่ ความต้องการได้รับการยกย่อง และต้องการความสำเร็จในชีวิต ผู้บริหารควรสนับสนุนให้พนักงานพัฒนาตนเองให้เจริญก้าวหน้าด้วยการพิจารณาการเลื่อนขั้น เลื่อนตำแหน่ง หรือ มอบหมายให้รับผิดชอบงานในระดับสูงขึ้นอันจะเป็นโอกาสในการก้าวหน้าไปสู่ความสำเร็จของพนักงาน

จากแนวคิดดังกล่าวสรุปได้ว่า ความต้องการของมนุษย์มีความหลากหลาย โดยขึ้นอยู่กับพื้นฐานของความต้องการแต่ละบุคคล ดังนั้นมนุษย์จึงพยายามแสวงหาที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองให้สูงขึ้นดีขึ้น และจะตอบสนองความต้องการของตนเอง ในลำดับขั้นที่ 4-5 ของมาสโลว์ คือ ความต้องการที่จะมีฐานะเด่น และได้รับการยกย่องจากสังคม และความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตสูงสุด

2.3 ทฤษฎีความต้องการสามประการ ของ David McClelland

McClelland 1961 (อ้างถึงใน พิทยา บวรวัฒนา (2550,น. 32) นักวิชาการท่านนี้มีความคิดไว้ในที่ทำงานนั้นมีแรงจูงใจหรือความต้องการอยู่ 3 ประการ คือ

1.ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จ (Achievement) หมายถึง พลังผลักดันที่ต้องการแสดงออกถึงความดีเด่น ความต้องการที่จะทำอะไรให้สำเร็จได้ดีกว่าคนอื่นหรือดีกว่ามาตรฐานทั่วไปความมุ่งมั่นพยายามต่อสู้ฝ่าฟันเพื่อความสำเร็จ คนที่มีความต้องการแบบนี้เป็นคนที่ปรารถนาจะทำอะไรให้ได้ดีกว่าคนอื่น เป็นคนที่ถือว่างานเป็นเรื่องที่ทำขาย และเป็นคนที่รับผิดชอบต่อความสำเร็จ หรือความล้มเหลวต่อการทำงานของตน

2.ความต้องการที่จะมีอำนาจ (Power) หมายถึง ความต้องการที่จะมีอิทธิพล และเข้าไปควบคุมกำกับคนอื่นให้กระทำตามที่ตนต้องการ คนพวกนี้ชอบทำตัวเป็นคนคุมเกม ชอบมีอำนาจ

ชอบศักดิ์ศรีมากกว่าที่จะให้ความสำคัญต่อการทำงานที่ดี และชอบทำงานในลักษณะที่แข่งขันกับคนอื่น

3.ความต้องการที่จะผูกพัน (Affiliation) หมายถึง ความต้องการที่จะให้คนอื่นชอบและเป็นมิตรด้วย คนพวกนี้ต้องการบรรยากาศทำงานแบบต่างฝ่ายต่างเข้าใจ และร่วมมือกันทำงาน

จากแนวคิดดังกล่าวสรุปได้ว่า ความต้องการของมนุษย์ซึ่งจะเริ่มต้นจากความต้องการพื้นฐาน ซึ่งจำเป็นต่อการดำรงชีวิตมากที่สุดขึ้นไปจนถึงลำดับสูงสุด ผู้ต้องขังก็เป็นมนุษย์ปุถุชนย่อมมีความต้องการเช่นเดียวกับบุคคลธรรมดาสามัญทั่วไป ที่ต้องการการตอบสนองทางร่างกายอันได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค ตลอดจนความต้องการด้านอื่นๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสภาพจากบุคคลธรรมดาเป็นผู้ต้องขังนั้นทำให้สิทธิและเสรีภาพต่างๆ ถูกจำกัด ไม่สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ตามความต้องการอีกต่อไป จึงก่อให้เกิดความเครียดที่ไม่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ได้

3. แนวคิดการจัดการทรัพยากรมนุษย์ด้านการการอบรมและพัฒนา

ผู้ต้องขังทุกคนที่อยู่ในเรือนจำล้วนเป็นทรัพยากรมนุษย์ของประเทศชาติที่หลงผิดและเข้ามาอยู่ในกระบวนการยุติธรรมในขั้นสุดท้ายคือการจำคุกซึ่งบุคคลเหล่านี้ต้องอยู่ในกำกับดูแลของภาครัฐเป็นพิเศษต้องมีการฝึกอบรมด้านคุณธรรม และจริยธรรม และการฝึกอบรมเพื่อโอกาสการจ้างงาน ให้ผู้ต้องขังทุกคนมีโอกาสในการเข้าถึงการศึกษาและฝึกอบรมอย่างเท่าเทียมเมื่อถึงเวลาครบกำหนดโทษแล้วนั้นผู้ต้องขังเหล่านั้นจะสามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างปกติสุขและเป็นกำลังด้านทรัพยากรมนุษย์ที่ดีของประเทศชาติต่อไป

3.1 การศึกษาสำหรับผู้ต้องขัง

จากแนวทางการศึกษาปัจจุบันที่เปิดโอกาสการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อให้ให้สอดคล้องกับความเป็นไปของพลวัตทางสังคม พระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ.2560 ส่วนที่ 2 การจำแนกและการพัฒนาพฤตินิสัยมาตรา 42 ได้กำหนดว่าเพื่อประโยชน์ในการแก้ไข บำบัด พื้นฟู และพัฒนานิสัยผู้ต้องขังให้กลับตนเป็นคนดีให้จัดให้มีระบบการพัฒนานิสัยด้วยวิธีการแนวทางที่เหมาะสมเกี่ยวกับการพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง โดยให้ผู้ต้องขังได้รับการศึกษา และเชื่อมโยงไปสู่หมวด ท 5 สิทธิหน้าที่ ประโยชน์และกิจการอื่นๆ เกี่ยวกับผู้ต้องขัง ส่วนที่ 1 สิทธิผู้ต้องขัง มาตรา 44 ให้เรือนจำจัดให้ผู้ต้องขังได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ และต้องดำเนินการให้สอดคล้องตามหลักสูตรการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ รวมทั้งต้องมีการฝึกอบรมด้านคุณธรรม และจริยธรรม และการฝึกอบรมเพื่อ โอกาสการจ้างงาน ให้ผู้ต้องขังทุกคนมีโอกาสในการเข้าถึง

การศึกษาและฝึกอบรมอย่างเท่าเทียมกัน โดยการขับเคลื่อนภาคปฏิบัติได้กำหนดใช้โปรแกรมและหลักสูตรการพัฒนาพหุคตินิสัยเป็นเครื่องมือเพื่อการแก้ไข บำบัด พื้นฟู และพัฒนาผู้ต้องขัง โดยในหลักสูตรการศึกษาสำหรับผู้ต้องขัง ประกอบด้วย การศึกษาสายสามัญ สายอาชีพระดับอุดมศึกษา และการศึกษาตามอัธยาศัย ซึ่งปัจจุบันของการพัฒนาพหุคตินิสัยผู้ต้องขังด้านการศึกษาต่างๆ

นิยาม “การศึกษา” ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายว่าเป็นการเรียนรู้ เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคม โดยการถ่ายทอดการเรียนรู้ การฝึก การอบรม การสืบสานทางวัฒนธรรม การสร้างสรรค์จรรโลงความก้าวหน้าทางวิชาการ การสร้างองค์ความรู้อันเกิดจากการจัดสภาพแวดล้อม สังคม การเรียนรู้และปัจจัยเกื้อหนุนให้บุคคลเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยปัจจุบันได้ก้าวเข้าสู่การศึกษาในศตวรรษที่ 21 (Partnership for 21 Century Skills) ที่มุ่งเน้นกระบวนทัศน์ใหม่ (New paradigm) ในการจัดการเรียนรู้ด้านการพัฒนาทักษะ ทักษะการคิด ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะองค์กร ทักษะการสร้างสรรค์ ทักษะ และค่านิยมทางเทคโนโลยี

หลักการการศึกษาสำหรับผู้ต้องขัง

1. มุ่งเน้นให้ผู้ต้องขังสามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการศึกษาไปพัฒนาความรู้ พัฒนาอาชีพ พัฒนาทักษะชีวิต พัฒนาพหุคตินิสัย เพื่อให้สามารถกลับตนเป็นพลเมืองที่ดีกลับเข้าไปใช้ชีวิตอย่างสุจริตชนในสังคมภายหลังพ้นโทษและไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำ
2. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายการศึกษาทั้งภาครัฐ เอกชน และปราชญ์ท้องถิ่น ในการดำเนินงานจัดการศึกษาให้กับผู้ต้องขัง
3. การจัดกระบวนการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับแนวทางการศึกษาของประเทศตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 พระราชบัญญัติการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551 และพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ. 2560 นโยบายและของกรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม
4. การจัดกระบวนการเรียนรู้ให้กับผู้ต้องขัง โดยคำนึงถึงความหลากหลายตามความต้องการของกลุ่มผู้ต้องขัง รวมทั้งบูรณาการการเรียนรู้ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตลอดจนนำเทคโนโลยีมาใช้อย่างเหมาะสม
5. พัฒนาการจัดการเรียนการสอนผู้ต้องขังที่ยึดหลักความสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาพหุคตินิสัย และความเป็นเอกลักษณ์ทางศิลปวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่นของแต่ละบริบทเฉพาะของแต่ละเรือนจำ

เป้าหมาย

การจัดการศึกษาสำหรับผู้ด้อยชั้น ที่มีเป้าหมายเพื่อพัฒนาผู้ด้อยชั้น 4 ด้าน ประกอบด้วย พัฒนาพฤตินิสัย พัฒนาอาชีพ พัฒนาทักษะชีวิต พัฒนาความรู้ เพื่อให้สามารถกลับตนเป็นพลเมืองที่ดิถีกลับเข้าไปใช้ชีวิตอย่างสุจริตชนในสังคมภายหลังพ้นโทษและไม่หวนกลับมากระทำความผิดซ้ำ

นียมการศึกษาสำหรับผู้ด้อยชั้น

การศึกษาสำหรับผู้ด้อยชั้นเป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาพฤตินิสัย พัฒนาอาชีพ พัฒนาทักษะชีวิต พัฒนาความรู้ ให้มีความเป็นพลเมืองสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างปกติสุข

ประเภทที่ 1 : การศึกษาขั้นพื้นฐาน/อาชีวศึกษา

1. ผู้ไม่รู้หนังสือ กำหนดให้ใช้หลักสูตรของกรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม และหลักสูตรของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.)

2. สายสามัญ หมายถึงระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย กำหนดให้ใช้หลักสูตรของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) กระทรวงศึกษาธิการ

3. สายอาชีพ (อาชีวศึกษา) หมายถึงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) กำหนดให้ใช้หลักสูตรของสถาบันการศึกษาในสังกัดสำนักคณะกรรมการการอาชีวศึกษากระทรวงศึกษาธิการ

ประเภทที่ 2 : ระดับอุดมศึกษา

1. สายอาชีพ (อาชีวศึกษา) หมายถึงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) กำหนดให้ใช้หลักสูตรของสถาบันการศึกษาในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษากระทรวงศึกษาธิการ

2. ระดับปริญญาตรี หมายถึงการศึกษาใน โครงการสัมฤทธิ์บัตร ปริญญาตรี กำหนดให้ใช้หลักสูตรของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช และหลักสูตรมหาวิทยาลัยมหามงกุฎราชวิทยาลัย

3. ระดับบัณฑิตศึกษา หมายถึงการศึกษาปริญญาโท เปิดการเรียนการสอนในสาขา รัฐประศาสนศาสตร์หลักสูตรของมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม โดยใช้สถานที่เรือนจำมหาสารคาม และสาขาวิชาแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช โดยใช้สถานที่เรือนจำกลางบางขวาง

ประเภทที่ 3 : การศึกษาตามอัธยาศัยเป็นการอบรมรูปแบบ โครงการ/กิจกรรม/แหล่งเรียนรู้ ที่สอดคล้องกับบริบทผู้ด้อยชั้นและเรือนจำทัณฑสถาน ประกอบด้วย

1. โครงการพัฒนาความรู้ ตัวอย่างเช่น โครงการฝึกอบรมด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ โครงการอบรมด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น โครงการฝึกอบรมการใช้โปรแกรมห้องสมุด เป็นต้น
2. โครงการพัฒนาทักษะอาชีพ ตัวอย่างเช่น โครงการฝึกวิชาชีพพระยะสั้น (40 ชั่วโมงขึ้นไป) ประเภทงานศิลปะ งานช่างสาขาต่างๆ โครงการอบรมผู้ช่วยบรรณารักษ์/ซ่อมหนังสือ เป็นต้น
3. โครงการพัฒนาทักษะชีวิต ตัวอย่างเช่น โครงการฝึกอบรมลูกเสือ ยุวกาชาด โครงการบรรยายความรู้โดยวิทยากรภายนอก เป็นต้น
4. โครงการอื่นๆ ตามความสนใจและความต้องการของผู้ต้องขัง โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้ต้องขัง ซึ่งเรือนจำสามารถดำเนินการจัดการโดยใช้เงินนอกงบประมาณส่วนใดส่วนหนึ่ง หรือได้รับ สนับสนุนงบประมาณจากหน่วยงานภาคีเครือข่ายในการจัดดำเนินโครงการ
5. แหล่งเรียนรู้ภายในเรือนจำ ประเภทห้องสมุดกลาง ห้องสมุดสาขา ห้องสมุดเคลื่อนที่ มุมเรียนรู้ โดยผ่านสื่อเรียนรู้ประเภทต่างๆ เช่น หนังสือ รายการโทรทัศน์ ภาพยนตร์ บอร์ด นิทรรศการ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ ซึ่งผู้ต้องขังสามารถเข้าศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองตามตารางเวลาที่เรือนจำได้กำหนด

3.2 แนวความคิดการพัฒนาพฤตินิสัย

การพัฒนาพฤตินิสัยเป็นกระบวนการฟื้นฟูพัฒนาร่างกายและจิตใจ ให้ผู้ต้องขังได้รับการดูแลทั้งจิตใจและร่างกาย เพื่อให้เขาเหล่านั้น ได้กลับตัวกลับใจ ปรับเปลี่ยนทัศนคติ สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขเมื่อพ้นโทษรวมทั้งในระหว่างต้องโทษได้ใช้ชีวิตดีเป็นโอกาสในการพัฒนาตน เกิดประโยชน์แก่ตัวผู้ต้องขังเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติทั้ง ทางตรงและทางอ้อม

การแก้ไขพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง โดยการกำหนดนโยบาย แผนงาน โครงการและแนวทางปฏิบัติ ที่จะนำไปสู่การพัฒนาแก้ไข ปรับเปลี่ยนพฤตินิสัยของผู้ต้องขัง ให้มีความรู้ ทักษะมีวิชาชีพติดตัวกลับตนเป็นพลเมืองที่ดีมีคุณประโยชน์ต่อการพัฒนาประเทศเพื่อคืนคนดีสู่สังคมลดภาระ ภาครัฐอย่างไรก็ตาม จากการที่ผู้กระทำผิดส่วนใหญ่ ได้สะสมพฤติกรรมความคิด และจิตสำนึก ในทางที่ไม่ถูกต้องมาเป็นระยะเวลายาวนาน และมีลักษณะการกระทำผิดที่หลากหลาย ดังนั้น งานด้านการแก้ไข พัฒนาพฤตินิสัยเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรมผู้ต้องขังให้ดีขึ้นปกติ เหมือนบุคคลทั่วไป จึงเป็นงานที่ถือได้ว่ามีความยากเย็นกรณีพิเศษ (กรมราชทัณฑ์, 2561)

ความหมายของการพัฒนาพฤตินิสัย ในการศึกษานั้น ได้มีผู้ให้ความหมาย ของการพัฒนาพฤตินิสัยไว้ดังนี้

กรมราชทัณฑ์ได้ให้ความหมาย การพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง หมายความว่า การแก้ไขฟื้นฟู และพัฒนาผู้ต้องขัง เพื่อให้กลับตนเป็นคนดี

อนุชา ร่มพะยอม (2560, น. 15) ได้ให้ความหมายว่า การพัฒนาพฤตินิสัย หมายถึง การแก้ไขฟื้นฟูพฤติกรรมผู้ต้องขังทั้งร่างกายและจิตใจให้มีการพัฒนาในทางที่ดีขึ้น เพื่อพัฒนาความคิดและฟื้นฟูสภาพจิตใจ โดยการให้การศึกษและการนำหลักธรรมทางศาสนามาขัดเกลาให้ผู้ต้องขังสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจนเกิดปัญญาในการประกอบกิจการต่างๆและมีความคิดในการแก้ไขปัญหาในทางที่ถูกที่ควรซึ่งการให้การศึกษประกอบด้วย ด้านการศึกษา สายสามัญ ด้านการฝึกวิชาชีพ และด้านการอบรมทางศาสนาและศีลธรรม

นายสีบวงศ์ พิทักษ์ธรรม (2553, น.56) ได้ให้ความหมายว่า การพัฒนาพฤตินิสัย หมายถึง วิธีการแก้ไขผู้กระทำผิดที่ใช้วิธีอบรมให้ความรู้ ให้การศึกษาการสอนศาสนา ศีลธรรมจรรยา ให้การฝึกวิชาชีพด้านต่างๆ รวมถึงการสังคมสงเคราะห์และนันทนาการ

สรุปได้ว่าการพัฒนาพฤตินิสัยในความคิดเห็นของผู้วิจัย หมายถึง วิธีการปรับปรุงแก้ไขสภาพร่างกายและจิตใจของผู้ต้องขังให้เข้มแข็ง สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้ และสามารถนำ ความรู้ การศึกษาหลักธรรมทางศาสนาต่างๆมาขัดเกลาให้ผู้ต้องขังสามารถ

3.3 ทฤษฎีการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิด ทฤษฎีที่มุ่งต่อการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิด มี 2 ทฤษฎี คือ

3.3.1 ทฤษฎีแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิดโดยเจ้าพนักงาน(Rehabilitation By The Official Theory) เป็นการปฏิรูปการลงโทษเพื่อแก้แค้นและทดแทน มาเป็นการลงโทษแบบมีมนุษยธรรม และให้การลงโทษจำคุกแทนการลงโทษเนรเทศ ประหารชีวิต หรือการทรมานร่างกาย อันเป็นแนวคิดและทฤษฎีของสำนักอาชญาวิทยาและทัณฑวิทยาสำนักคลาสสิก และต่อมาในสมัยสำนักนีโอ-คลาสสิก มีการคำนึงถึงเหตุยกเว้นความผิด เหตุยกเว้นโทษและเหตุผลหย่อนโทษวิธีการนี้ไม่ได้ผลเท่าที่ควร อาชญากรรมไม่ลดลง จึงมีการปฏิรูปครั้งที่ 2 ซึ่งมีแนวคิดมาจากทฤษฎีจิตวิทยาของ ซิกมันด์ฟรอยด์ (Sigmund Freud) และสังคมศาสตร์แขนงต่างๆตัวอย่างทฤษฎีของฟรอยด์ เสนอว่า อาชญาไม่ใช่การกระทำโดยเจตนาฝ่าฝืนบรรทัดฐานของสังคมเสนอไป แต่อาจเป็นปฏิกิริยาสนองตอบโดยไร้สำนึกต่อปัญหาส่วนบุคคล ผู้กระทำความผิดอาจเป็นคนเจ็บป่วยมากกว่าจะเป็นคนชั่วร้าย การฝ่าฝืนกฎหมายน่าจะเป็นการเจ็บป่วยมากกว่าการเจตนากระทำความผิดอย่างแท้จริง

แนวความคิดดังกล่าวนี้ โดยส่วนใหญ่เชื่อว่ามีที่มาจากการเกิดขึ้นของสำนักอาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา สำนักโศติฟและสำนักป้องกันสังคม เนื่องจากทั้ง 2 สำนักนี้เห็นว่าอาชญากรรมมิใช่เป็นการกระทำโดยเจตนา การปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดจึงควรเน้นที่การแก้ไขฟื้นฟูมากกว่าการลงโทษ

3.3.2 ทฤษฎีการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิดโดยประชาชนและชุมชนร่วมกับเจ้าพนักงาน(Reintegration Theory) แนวคิดคือกระบวนการยุติธรรมเป็นระบบงานเกี่ยวกับชุมชน จึงต้องทำงานร่วมกันระหว่างหน่วยงานภาครัฐและเอกชนอื่นๆ ในการป้องกันและปราบปรามอาชญากรรม และการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิด อีกแนวคิดหนึ่ง คือ ในระบอบประชาธิปไตยประชาชนเป็นเจ้าของอำนาจอธิปไตย ประชาชนจึงควรมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของรัฐ เช่น ประชาชนและชุมชนที่ผู้กระทำความผิดที่พ้นโทษไปแล้วจะกลับไปอยู่ด้วยจะต้องมีส่วนร่วมในการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิดดังกล่าวให้มีความทำให้อยู่ในสังคมได้

4. แนวคิดเกี่ยวกับผู้ต้องขัง เรือนจำ และทัณฑสถาน

4.1 ความหมายของผู้ต้องขัง

พระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ.2560 มาตรา 4(2) , (3) , (4), (5) ได้ให้ คำจำกัดความของคำที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังไว้ดังนี้

4.1.1 ผู้ต้องขัง หมายความว่า ความรวมถึง นักโทษเด็ดขาด คนต้องขัง และคนฝาก

4.1.2 นักโทษเด็ดขาด หมายความว่า บุคคลที่ถูกขังไว้ตามหมายจำคุกภายหลังคำพิพากษาถึงที่สุด และหมายความรวมถึง บุคคลที่ถูกขังไว้ตามคำสั่งที่ขอด้วยกฎหมายให้ลงโทษด้วย

4.1.3 คนต้องขัง หมายความว่า บุคคลที่ถูกขังไว้ตามหมายขัง

4.1.4 คนฝากหมาย หมายความว่า บุคคลที่ถูกฝากให้ควบคุมไว้ตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา หรือกฎหมายอื่น โดยไม่มีหมายอาญา

4.2 ประเภทของผู้ต้องขัง

กฎหมายกำหนดประเภทของผู้ต้องขังไว้เพื่อจัดกันมิให้ผู้ต้องขังต่างประเภท ต่างคดีและมีระดับพื้นฐานการประพฤติที่แตกต่างกัน ให้อยู่ปะปนมิว่ผสมกันซึ่งนอกจากจะก่อให้เกิดความยุ่งยากในแง่ของการปกครองและการรักษาระเบียบวินัย แล้วยังเป็นผลเสียในแง่ของหลักทฤษฎีวิทยาแผนใหม่ ที่มุ่งประสงค์ให้ผู้ต้องขังต่างประเภทได้รับการแยกคุมขังและแยกการปฏิบัติที่แตกต่างกันไป ตามลักษณะของ ความผิด ความแตกต่างในการกระทำผิด อายุ เพศ เป็นสำคัญ

กฎกระทรวงมหาดไทย ข้อ 40 ออกตามความในมาตรา 58 แห่งพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พ.ศ.2479 ได้กำหนดถึงการแบ่งประเภทผู้ต้องขังไว้ 7 ประเภท ได้แก่

1. ผู้ต้องขังหญิง
2. ผู้ต้องขังที่มีอายุต่ำกว่า 25 ปี และต้องโทษเป็นครั้งแรก

3. ผู้ต้องขังที่ต้องโทษสำหรับความผิดที่กระทำอนาจาร
4. ผู้ต้องขังที่ต้องโทษความผิดที่ประทุษร้ายแก่ชีวิตและร่างกาย
5. ผู้ต้องขังที่ต้องโทษสำหรับความผิดที่ประทุษร้ายแก่ทรัพย์
6. ผู้ต้องขังซึ่งศาลพิพากษาว่าเป็นผู้มีสันดานเป็นผู้ร้าย
7. ผู้ต้องขังที่ไม่ได้อยู่ในจำพวกที่ได้ระบุมาแล้ว

4.3 ความหมายของเรือนจำและทัณฑสถาน

พระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พุทธศักราช 2560 ได้ให้ความหมายคำว่า เรือนจำ หมายถึง สถานที่ซึ่งใช้ควบคุมผู้ต้องขังอันได้แก่ ผู้ต้องขัง นักโทษเด็ดขาด คนต้องขัง คนฝากและนักโทษพิเศษ มีกำแพง ป้อมยาม อาคารสถานที่ทำการเรือนจำ ซึ่งรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทยได้กำหนด และประกาศในราชกิจจานุเบกษา วางอาณาเขตไว้ โดยชัดเจน (กรมราชทัณฑ์, 2563:3)

ทัณฑสถาน หมายถึง เรือนจำประเภทหนึ่ง ซึ่งเป็นสถานที่ควบคุมผู้ต้องขัง ซึ่งแยกตามความผิดเพื่อการฝึกอบรมอาชีพโดยเฉพาะ (กรมราชทัณฑ์ (2563, น.3)

เรือนจำ เป็นสถานที่ที่จัดตั้งขึ้น เพื่อสนองตอบต่อวัตถุประสงค์ของการลงโทษหลายประการ ทั้งการป้องกันสังคมจากผู้กระทำผิด การข่มขู่ยับยั้งอาชญากรรม การแก้แค้นทดแทน ผู้กระทำผิดให้หลายจำ และการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด ซึ่งงานเรือนจำในแต่ละสมัยจะสนองตอบต่อวัตถุประสงค์แต่ละอย่างมากขึ้นน้อยแตกต่างกันไป โดยมีการ พัฒนาทั้งแนวคิดและวิธีการตลอดมา ปัจจุบันเรือนจำถือเป็นสถานที่แก้ไขผู้ต้องขังพร้อมกับส่งเสริมให้ผู้ต้องขังสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมภายนอกได้ (นัทธี จิตสว่าง, 2541, น.44-47)

4.3.1 ประเภทของเรือนจำ

ประเภทของเรือนจำเพื่อแยกการปฏิบัติให้เหมาะสมกับผู้ต้องขังประเภทต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพมี 2 ประเภท คือ

1) **เรือนจำตามระดับความมั่นคง** เรือนจำตามระดับความมั่นคงเป็นรูปแบบของการจัดที่ขังถือเกณฑ์ด้านความมั่นคงแข็งแรงของเรือนจำความร้ายแรงของการกระทำผิดระยะเวลาที่ถูกลงโทษ การจัดเรือนจำตามระดับความมั่นคงนี้นิยมจัด 3 ระดับ คือ

(1) **เรือนจำระดับความมั่นคงสูง** (Maximum security prison) เป็นเรือนจำที่เน้นการควบคุมเป็นหลัก ใช้สำหรับคุมขังผู้กระทำผิดที่มีลักษณะร้ายแรง มีกำหนดโทษสูงหรือกระทำผิดโดยสันดาน ประกอบด้วยกำแพงสูง มีเรือนนอนที่เข้มแข็ง จัดห้องขังเป็นสัดส่วนมีอุปกรณ์แข็งแรงตุ้มน้ำ และเครื่องมือสังเกตความเคลื่อนไหวของผู้ต้องขัง รวมทั้งมีเจ้าหน้าที่ถืออาวุธ

บนป้อมยามเจ้าหน้าที่ตรวจตราการเข้าออก และควบคุมผู้ต้องขังอย่างใกล้ชิด การอบรมฝึกวิชาชีพ จะจัดดำเนินการเฉพาะภายในเรือนจำเท่านั้น

(2) เรือนจำระดับความมั่นคงปานกลาง (Medium security prison) เป็นเรือนจำที่มีความมั่นคงรองลงมา เน้นการควบคุมพอสมควร ใช้สำหรับควบคุมผู้กระทำผิดที่มีความร้ายแรงน้อยกว่าประเภทแรก หรือเป็นผู้กระทำผิดที่ผ่านเรือนจำที่มีความมั่นคงสูงมาแล้วเมื่อโทษลดลงก็นำมาควบคุมไว้ในบรรยากาศที่ผ่อนคลายการควบคุมมากกว่าการฝึกอาชีพจะเน้นหนักไปในด้านอุตสาหกรรมภายในเรือนจำและมีการเกษตรบางส่วน

(3) เรือนจำระดับความมั่นคงต่ำ (Minimum security prison) เป็นเรือนจำที่ไม่ได้เน้นการควบคุมใช้คุมผู้ต้องขังที่ใกล้พ้นโทษ โดยให้อิสระเสรีภาพในการเคลื่อนไหวแก่ผู้ต้องขัง ด้วยการใช้ระบบให้ผู้ต้องขังรักษาระเบียบวินัยและรับผิดชอบต่อหมู่คณะที่อยู่ร่วมกันด้วยตนเองเป็นการตอบแทนคุณความดีของนักโทษ โดยจะคัดเลือกผู้กระทำผิดที่มีความประพฤติดีและไว้วางใจได้ ไปควบคุมไว้เพื่อเป็นการเตรียมการปลดปล่อย

สรุปได้ว่าการจัดประเภทเรือนจำตามระดับความมั่นคงจะยึดหลักการควบคุมผู้กระทำผิด โดยมุ่งเน้นการควบคุมป้องกันมิให้หลบหนีมากกว่าการอบรมแก้ไขพฤติกรรมผู้ต้องขังอยู่ร่วมกันภายใต้ระบบการควบคุมที่เข้มงวดซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการแก้ไขพฤติกรรมทางด้านจิตใจของผู้กระทำผิด

2) เรือนจำตามประเภทของผู้กระทำผิด เรือนจำตามประเภทของผู้กระทำผิดจะมุ่งเน้นที่การอบรมแก้ไขพฤติกรรมที่สอดคล้องและเหมาะสมกับผู้ต้องขังประเภทนั้นๆ ซึ่งแบ่งได้ดังนี้

(1) เรือนจำชาย เป็นเรือนจำที่ใช้คุมขังผู้ต้องขังชายประเภททั่วไปหลายประเภทไว้ด้วยกัน แต่จัดแยกแดนผู้ต้องขังประเภทต่างๆ ออกจากกัน เช่นผู้ต้องขังในคดีเกี่ยวกับทรัพย์สิน ผู้ต้องขังในคดีเกี่ยวกับชีวิตร่างกาย และผู้ต้องขังในคดียาเสพติด เป็นต้น เป็นเรือนจำที่มีอยู่แพร่หลายเพราะผู้ต้องขังส่วนใหญ่จะเป็นผู้ต้องขังที่ถูกควบคุมอยู่ในเรือนจำ

(2) เรือนจำหญิงหรือทัณฑสถานหญิง เป็นเรือนจำที่ใช้สำหรับคุมขังผู้ต้องขังหญิง โดยเฉพาะเพื่อแยกออกจากผู้ต้องขังชายโดยเด็ดขาด ทั้งนี้เพราะการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงจะมีแนวทางในการดำเนินการที่แตกต่างจากผู้ต้องขังชายนอกจากนี้ การดำเนินการในการควบคุมและการอบรมแก้ไขจะใช้เจ้าหน้าที่หญิงเกือบทั้งหมด เจ้าหน้าที่ชายที่ปฏิบัติหน้าที่อยู่ในเรือนจำหญิงมักอยู่นอกกำแพงเรือนจำ หรือทำหน้าที่บริหาร

(3) *ทัณฑ์สถานวัยหนุ่ม* เป็นเรือนจำที่ใช้คุมขังผู้ต้องขังวัยหนุ่ม เพื่อป้องกันการรังแก และการถ่ายทอดนิสัย หรือเทคนิคการกระทำผิดจากผู้ต้องขังที่มีความเชี่ยวชาญ และเพื่อให้การอบรมแก้ไขเป็นพิเศษ โดยเน้นการศึกษาอบรมที่แตกต่างจากผู้ต้องขังทั่วไป

(4) *ทัณฑ์สถานบำบัดพิเศษ* เป็นเรือนจำที่ใช้สำหรับคุมขังผู้ต้องขังคดีอาชญากรรม โดยเฉพาะผู้ต้องขังที่คดีอาชญากรรม เพื่อให้การบำบัดรักษาผู้ต้องขังเหล่านี้ โดยผู้ต้องขังเหล่านี้เป็นผู้ป่วยที่จำเป็นต้องได้รับการบำบัดรักษามากกว่าการลงโทษในฐานะที่เป็นอาชญากร

(5) *เรือนจำเปิดหรือทัณฑ์สถานเปิด* เป็นเรือนจำที่มุ่งเน้นในเรื่องการเตรียมการปลดปล่อยผู้ต้องขังที่ใกล้พ้นโทษและจะกลับเข้าสู่สังคมชนบทให้ได้รับการฝึกอาชีพ ด้านเกษตรกรรมจึงมีสภาพแตกต่างไปจากเรือนจำปิดโดยทั่วไป กล่าวคือ จะไม่มีกำแพงหรือป้อมยามมีเพียงรั้วลวดหนามธรรมดา มีลักษณะเช่นเดียวกับสวนเกษตรโดยทั่วไป

(6) *เรือนจำชั่วคราว* เป็นเรือนจำที่จัดตั้งขึ้นเพื่อใช้ในกิจการใดกิจการหนึ่ง โดยเฉพาะและเป็นการชั่วคราว เช่น เรือนจำชั่วคราวสำหรับคุมขังผู้กระทำความผิดระหว่าง พิจารณาคดี โดยใช้สถานีตำรวจเป็นเรือนจำชั่วคราว หรือเรือนจำชั่วคราวเพื่อการเกษตร ซึ่งเป็นการจัดพื้นที่ด้านการเกษตรสำหรับให้ผู้ต้องขังฝึกวิชาชีพด้านการเกษตร และประกาศเป็นเรือนจำชั่วคราวโดยอาจเป็นกรณีที่ส่งผู้ต้องขังไปทำงานแบบเช่าไปเย็นกลับหรือไปประจำก็ได้

(7) *เรือนจำพิเศษ* เป็นเรือนจำที่ใช้สำหรับคุมขังผู้ต้องขังระหว่างการพิจารณาคดี หรือคดียังไม่เสร็จเด็ดขาดตามกฎหมาย

สรุปได้ว่า การจัดประเภทของเรือนจำตามประเภทของผู้กระทำความผิดทำให้สามารถที่จะดำเนินการควบคุม และแก้ไขพฤติกรรมของผู้ต้องขังได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ต้องขังวัยหนุ่มนอกจากการควบคุมโดยแยกออกจาก ผู้ต้องขังทั่วไป เพื่อป้องกันการถ่ายทอดลักษณะนิสัยและเทคนิคการกระทำผิดแล้วจึงควรที่จะให้การอบรมแก้ไขเป็นพิเศษ ทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ คุณธรรมและจริยธรรม เพื่อให้สามารถดำรงชีพ มีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าของสังคม ต่อไป

5. ข้อมูลพื้นฐานและหน้าที่ความรับผิดชอบของเรือนจำพิเศษมีนบุรี

5.1 ข้อมูลพื้นฐานเรือนจำพิเศษมีนบุรี

5.1.1 หน่วยงานเรือนจำพิเศษมีนบุรี

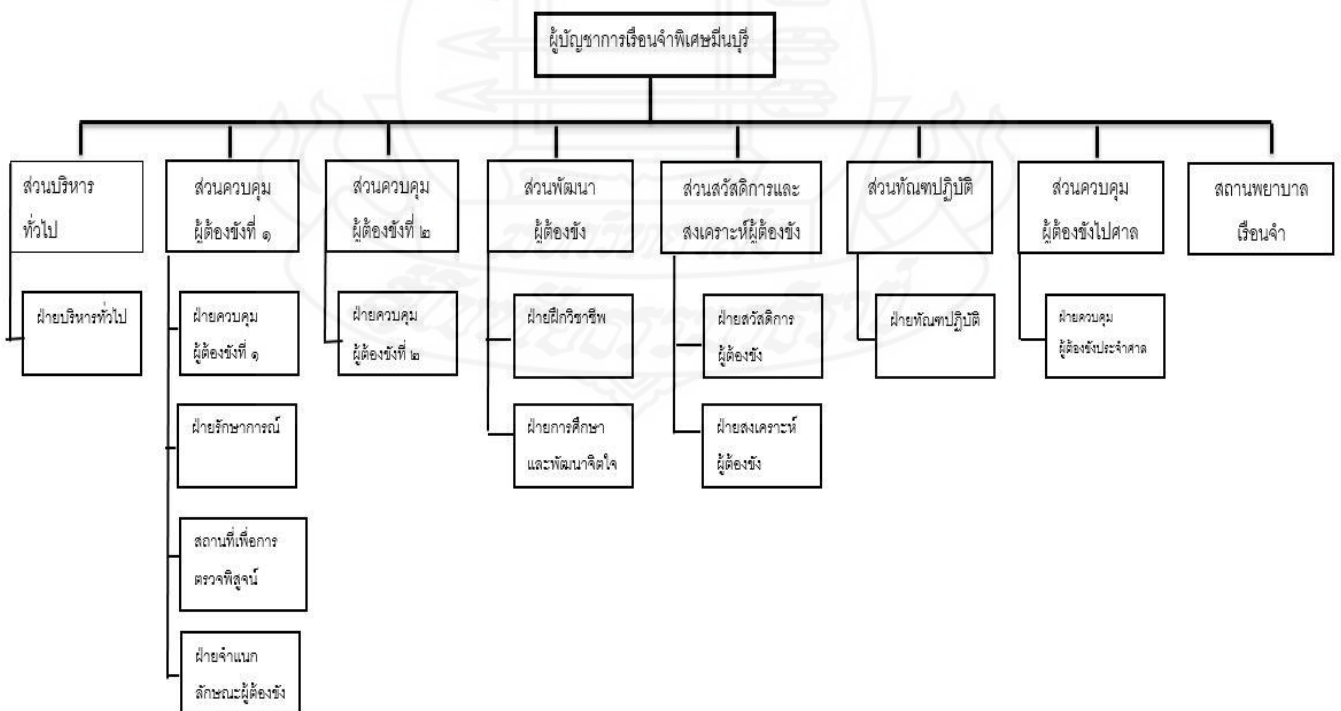
5.1.2 วิสัยทัศน์เรือนจำพิเศษมีนบุรี (Vision)

- 1) เป็นเรือนจำที่มีประสิทธิภาพในการควบคุม
- 2) เน้นการปลูกฝังจริยธรรมและระเบียบวินัย
- 3) เสริมสร้างความพึงพอใจให้ผู้มาติดต่อราชการ
- 4) พัฒนากระบวนการที่ดีเพื่อศักดิ์ศรีราชทัณฑ์

5.1.3 พันธกิจเรือนจำพิเศษมีนบุรี (Mission)

- 1) สร้างผู้คุมมืออาชีพ
- 2) ป้องกัน ปราบปรามยาเสพติด โทรศัพท์มือถือ และสิ่งของต้องห้ามเข้าเรือนจำ
- 3) บำบัด ฟื้นฟู แก้ไขพฤติกรรมนิสัยของผู้ต้องขัง อย่างมีประสิทธิภาพ

5.1.4 แผนภูมิการบังคับบัญชาเรือนจำพิเศษมีนบุรี



5.1.5 ที่ตั้ง 49 ถนนสุวินทวงศ์ แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร

โทรศัพท์ 025407315 โทรสาร 025407245

- พื้นที่ทั้งหมด จำนวน 50 ไร่ 2 งาน 88 ตารางวา
- พื้นที่ภายใน จำนวน 24 ไร่ 2 งาน 88 ตารางวา
- พื้นที่ภายนอก จำนวน 26 ไร่ - งาน - ตารางวา

5.1.6 บ้านพักสำหรับบุคลากร

มี/เพียงพอ มี / ไม่เพียงพอ ไม่มี

5.1.7 อัตรากำลังเจ้าหน้าที่

ตารางที่ 2.1 อัตรากำลังเจ้าหน้าที่

อัตรากำลังเจ้าหน้าที่			
รายการ	ชาย(คน)	หญิง(คน)	รวม
ข้าราชการ	106	19	125
ลูกจ้างประจำ	2	-	2
พนักงานราชการ	8	5	13
พนักงานทั่วไป	-	-	-
พนักงานจ้างเหมา	-	2	2
ลูกจ้างชั่วคราว (เงินร้านค้าสงเคราะห์)	5	8	13
รักษาความปลอดภัย	6	-	6
รวม	127	34	161

5.1.8 รถยนต์

- ประเภทของรถยนต์ราชการที่มีใช้งานในปัจจุบัน
- ประเภท นั่งส่วนบุคคล จำนวน 1 คัน อายุการใช้งาน 20 ปี
- ประเภท รถตู้ จำนวน 1 คัน อายุการใช้งาน 4 ปี
- ประเภท กระบะนั่ง จำนวน 1 คัน อายุการใช้งาน 10 ปี
- ประเภท กระบะบรรทุก จำนวน 2 คัน อายุการใช้งาน 25 ปี
- ประเภทรถยนต์ที่ต้องการเพื่อประโยชน์ต่อการปฏิบัติราชการ
- ประเภท รถเก๋งนั่งส่วนบุคคลจำนวน 1 คันใช้ในการปฏิบัติงานภารกิจ

ติดต่อราชการของผู้บริหาร

- ประเภท รถบรรทุกขนาด 2 ตัน จำนวน 1 คัน

5.1.9 อุปกรณ์คอมพิวเตอร์

- คอมพิวเตอร์ที่ต้องใช้สำหรับการปฏิบัติงานจริง จำนวน 40 เครื่อง
- คอมพิวเตอร์ที่ได้รับจัดสรร จำนวน 25 เครื่อง

5.1.10 ข้อมูลความจุของผู้ต้องขัง

ความจุผู้ต้องขังตามมาตรฐานของพื้นที่ 4,795 คน ความจุเฉลี่ยย้าย 4,891 คน

5.1.11 จำนวนผู้ต้องขังในปัจจุบัน

ตารางที่ 2.2 จำนวนผู้ต้องขัง (ข้อมูลผู้ต้องขัง ณ วันที่ 1 กรกฎาคม พ.ศ.2563)

จำนวนผู้ต้องขัง			
รายการ	ชาย	หญิง	รวม
ผู้ต้องขังเด็ดขาด	3,863	632	4,495
ผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดี	361	80	441
ผู้ต้องกักขัง	-	-	-
ผู้เข้ารับการตรวจพิสูจน์	-	-	-
เด็กติดผู้ต้องขัง	-	-	-
รวม	4,224	712	4,936

(ข้อมูลผู้ต้องขัง ณ วันที่ 1 กรกฎาคม พ.ศ.2563)

5.1.12 ผู้ต้องขังหญิงตั้งครรภ์ จำนวน 2 คน

-เด็กติดผู้ต้องขัง อายุ 0-1 ปี จำนวน 4 คน

5.1.13 ประเภทฐานความผิด (ระบุ 5 อันดับแรก)

1) พรบ.ยาเสพติด	คิดเป็นร้อยละ 73.64
2) คดีเกี่ยวกับทรัพย์	คิดเป็นร้อยละ 10.58
3) ความผิดต่อชีวิตและร่างกาย	คิดเป็นร้อยละ 8.08
4) คดีเกี่ยวกับเพศ	คิดเป็นร้อยละ 2.47
5) คดีอื่นๆ	คิดเป็นร้อยละ 4.82

5.2 ส่วนราชการเรือนจำพิเศษมีนบุรี

5.2.1 ผู้บัญชาการเรือนจำพิเศษมีนบุรี ผู้บังคับบัญชาสูงสุด (อำนวยการระดับสูง)

5.2.2 ส่วนควบคุมและรักษาการณ์ ผู้อำนวยการส่วนควบคุมและรักษาการณ์

(วิชาการระดับชำนาญการพิเศษ)

1) ฝ่ายควบคุมผู้ต้องขัง

- (1) แคนแรกจับ
- (2) แคนเรือนนอน
- (3) แคนพยาบาล

2) ฝ่ายรักษาการณ์

- (1) งานรักษาการณ์
- (2) หมวดย้อมรักษาการณ์

5.2.3 ส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง ผู้อำนวยการส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง

1) ฝ่ายฝึกวิชาชีพ

- (1) งานเงินทุนฝึกวิชาชีพ
- (2) งานฝึกวิชาชีพผู้ต้องขัง
- (3) งานพัสดุฝึกวิชาชีพ

2) ฝ่ายการศึกษา

- (1) งานการศึกษา
- (2) งานพัฒนาจิตใจ

3) ฝ่ายทัศนศิลป์ หัวหน้าฝ่ายทัศนศิลป์ (วิชาการระดับชำนาญการ)

- (1) งานทัศนศิลป์
- (2) งานทะเบียน
- (3) งานจำแนกลักษณะผู้ต้องขัง
- (4) ศูนย์ข้อมูลคอมพิวเตอร์

5.2.4 ส่วนสวัสดิการผู้ต้องขัง หัวหน้าฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง (วิชาการระดับชำนาญการ)

1) ฝ่ายสวัสดิการผู้ต้องขัง

- (1) งานสุทกรรม
- (2) งานเงินฝากผู้ต้องขัง
- (3) งานเยี่ยมญาติ

2) ฝ่ายสงเคราะห์ผู้ต้องขัง

- (1) งานร้านสงเคราะห์
- (2) งานสังคมสงเคราะห์และนันทนาการ
- (3) สถานพยาบาล

3) ฝ่ายบริหารทั่วไป หัวหน้าฝ่ายบริหาร (วิชาการระดับชำนาญการ)

- (1) งานธุรการ
- (2) งานการเงินและบัญชี
- (3) งานการเจ้าหน้าที่และสวัสดิการ
- (4) งานพัสดุและอาคารสถานที่

5.3 อำนาจหน้าที่ความรับผิดชอบ

เรือนจำพิเศษมีนบุรี ตั้งขึ้นตามเขตอำนาจศาลมีนบุรี มีอำนาจในการควบคุมผู้ต้องขังที่มีกำหนดโทษจำคุกไม่เกิน 15 ปี โดยมีหน้าที่รับผิดชอบ ดังนี้

5.3.1 ส่วนควบคุมผู้ต้องขัง และงานรักษาการณ์ รับผิดชอบในการควบคุมผู้ต้องขังตามคำพิพากษาของศาลหรือคำสั่งของผู้มีอำนาจ ได้แก่ผู้ต้องขังที่อยู่ระหว่าง การสอบสวน ระหว่างการไต่สวนมูลฟ้อง ระหว่างการพิจารณาคดี ระหว่างอุทธรณ์-ฎีกา และผู้ต้องขังคดีเด็ดขาดบางส่วน ที่มีกำหนดโทษไม่เกิน 15 ปี การควบคุมนอกจากควบคุมไม่ให้หลบหนี จะต้องมีการจัดการและพัฒนาระบบงานควบคุม และงานรักษาการณ์เรือนจำ รวมทั้งดำเนินการควบคุมผู้ต้องขังป่วยที่ออกไปรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลอีกด้วย

5.3.2 ส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง รับผิดชอบในการวางแผนดำเนินการควบคุม ตรวจสอบ ติดตาม ประเมิน และรายงานผลเกี่ยวกับการให้การศึกษา ทั้งวิชาชีพผู้ต้องขัง การพัฒนาฝีมือแรงงาน การทำงานสาธารณะนอกเรือนจำ การใช้แรงงานรับจ้าง การอบรมและการจัดกิจกรรม เพื่อพัฒนาพฤตินิสัยของผู้ต้องขังในรูปแบบต่างๆ รวมทั้งการบริหารเงินทุนผลประโยชน์ จากการฝึกวิชาชีพ

5.3.3 ส่วนสวัสดิการผู้ต้องขัง รับผิดชอบในการจัดสวัสดิการ ให้การสงเคราะห์แก่ผู้ต้องขังและผู้ถูกคุมประพฤติในด้านต่างๆเช่นจัดหาเครื่องอุปโภค-บริโภคสำหรับผู้ต้องขัง งานเยี่ยมญาติ งานตรวจค้นสิ่งของฝากผู้ต้องขัง งานเงินฝาก ร้านสงเคราะห์ผู้ต้องขังตลอดจนจัดสวัสดิการให้กับข้าราชการเรือนจำ

5.3.4 ส่วนทัณฑปฏิบัติ รับผิดชอบในการดำเนินการด้านทัณฑปฏิบัติ ได้แก่ การตรวจสอบหมายศาล การจัดทำ และเก็บรวบรวมทะเบียนประวัติผู้ต้องขัง การจำแนกลักษณะผู้ต้องขัง การเลื่อนชั้น การลดชั้น การย้าย การปล่อย การออกใบสุทธิ การถึงแก่กรรมของผู้ต้องขัง การลดวันต้องโทษจำคุก การขอพระราชทานอภัยโทษ การดำเนินการคัดเลือก ผู้ต้องขังออกทำงานนอกเรือนจำ การคุมประพฤติ

5.3.5 ฝ่ายวินัยผู้ต้องขัง รับผิดชอบในการแจ้งความดำเนินคดีอาญาแก่ผู้ต้องขังที่กระทำผิดวินัยที่เกี่ยวข้องกับคดีทางอาญา การดำเนินการรายงานกรมราชทัณฑ์หลังจากออกคำสั่งลงโทษผู้ต้องขังการออกคำสั่งลงโทษทางวินัยผู้ต้องขัง การพิจารณาอุทธรณ์โต้แย้งคำสั่งลงโทษทางวินัยของผู้ต้องขังในเบื้องต้นก่อนส่งอุทธรณ์ให้กรมราชทัณฑ์พิจารณาอีกครั้ง รวมทั้งพิจารณากระทำผิดวินัยของผู้ต้องขัง

5.3.6 ฝ่ายบริหารทั่วไป

รับผิดชอบเกี่ยวกับ การงานธุรการ งานการเจ้าหน้าที่และสวัสดิการ งานการเงินและบัญชี งานพัสดุ และอาคารสถานที่ งานเลขานุการ งานรับเรื่องราวร้องทุกข์ และประชาสัมพันธ์ของเรือนจำ

5.3.7 ด้านการสร้างความปลอดภัยในสังคม

- 1) รายงานการปล่อยตัวผู้ต้องขัง
- 2) มีการส่งต่อข้อมูลผู้พ้นโทษไปยังหน่วยงานอื่นๆที่เกี่ยวข้อง เช่น ตำรวจองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สำนักงานคุมประพฤติ ชุมชน เป็นต้น

3) มีการศึกษาความต้องการของตลาดแรงงานในพื้นที่ เพื่อประกอบการพัฒนาหลักสูตรในการฝึกวิชาชีพให้ผู้เข้ารับการอบรม / ฝึกวิชาชีพ โดยการสำรวจความต้องการของตลาดแรงงานในพื้นที่ และร่วมกับสำนักงานฝีมือแรงงานจังหวัดอ่างทองในการดำเนินการกำหนดหลักสูตรฝึกวิชาชีพและทำการฝึก

4) มีการประสานกับผู้ประกอบการหรือหน่วยงานภาคีเกี่ยวข้อง เพื่อรองรับผู้กระทำได้ผ่านการอบรม / ฝึกวิชาชีพ หลังจากพ้นโทษเข้าสู่ตลาดแรงงาน

5) มีการจัดระเบียบเรือนจำตามนโยบายของกระทรวงยุติธรรม และกรมราชทัณฑ์ โดยกำหนดเป้าหมายออกเป็น 2 ส่วน คือ บริเวณภายนอกเรือนจำ และ ภายในเรือนจำ

6) มีวิธีการแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังตาม โปรแกรมการจำแนกประเภทผู้ต้องขังโดยใช้หลักสูตรเตรียมความพร้อมก่อนปล่อย การบังคับใช้กฎหมาย การให้การสงเคราะห์ ฯลฯ

5.3.8 ด้านการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด

มีการป้องกันและปราบปรามการทุจริตโดยใช้หลักนิติธรรม หลักคุณธรรม หลักความโปร่งใส หลักการมีส่วนร่วมของประชาชน หลักความรับผิดชอบ และหลักความคุ้มค่า นำมาใช้เพื่อปลูกฝังให้บุคลากรในองค์กรได้เรียนรู้และถือปฏิบัติ

5.3.9 การป้องกันและปราบปรามการทุจริตในภาครัฐ

มีการป้องกันและปราบปรามการทุจริตโดยใช้หลักนิติธรรม หลักคุณธรรม หลักความโปร่งใส หลักการมีส่วนร่วมของประชาชน หลักความรับผิดชอบ และหลักความคุ้มค่า นำมาใช้เพื่อปลูกฝังให้บุคลากรในองค์กร ได้เรียนรู้และถือปฏิบัติ

5.3.10 ด้านการป้องกันและปราบปรามอาชญากรรมพิเศษ

มีการขยายผลผู้ต้องขังรายสำคัญในคดีที่เกี่ยวข้องกับอาชญากรรมพิเศษ โดยเชื่อมโยงข้อมูลกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องโดยประสานกับสำนักงาน ปปส. ภาค 1 และตำรวจภูธรอ่างทองในการดำเนินการสอบสวนขยายผล นำไปสู่การจับกุม

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระมหามนตรี หลินภู (2551 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การศึกษาความเครียดและการลดความเครียดที่มีต่อการใช้ชีวิตภายในเรือนจำของผู้ต้องขัง โดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยยึดหลัก อริยสัจ 4 จากการศึกษาพบว่าผู้ต้องขังมีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ผู้ต้องขังมีความเครียดไม่แตกต่างกัน เมื่อจำแนกตามอายุ สถานภาพสมรสและกำหนดโทษ ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยยึดหลักอริยสัจ 4 เพื่อลดความเครียดที่มีต่อการใช้ชีวิตภายในเรือนจำมีระดับความเครียดลดลงหลังการเข้าร่วม โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยยึดหลักอริยสัจ 4 เพื่อลดความเครียดที่มีต่อการใช้ชีวิตภายในเรือนจำมีระดับความเครียดต่ำกว่าผู้ต้องขังที่ไม่ได้เข้าร่วม โปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ธนวรรณ อุดมมีชัย (2546 ,น.80-81) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของผู้ต้องขัง กรณีศึกษาเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร จากการศึกษาพบว่าผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีระดับความเครียดปกติหรือไม่เครียดร้อยละ 52.7 รองลงมา มีความเครียดเล็กน้อย ร้อยละ 22.4 กลุ่มที่มีความเครียดสูงมีร้อยละ 16.2 และกลุ่มที่มีความเครียดปานกลางมีน้อยที่สุด ร้อยละ 8.6 การวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานครพบว่า ความพึงพอใจสภาพแวดล้อมและความเป็นอยู่ในเรือนจำและระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางลบกับระดับความเครียดของผู้ต้องขัง

ปกรณ บุญเรืองลือ. (2552,บทคัดย่อ). ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษ กรุงเทพมหานคร ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดีจากการศึกษาพบว่า ผู้ต้องขังมีระดับความเครียดปานกลาง ร้อยละ 47.3 มีระดับความเครียดต่ำร้อยละ 44.6 และผู้ต้องขังมีระดับความเครียดสูงร้อยละ 8.1 ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด 3 ด้าน ได้แก่ ด้านครอบครัวและธุรกิจการทำงานมีผลต่อความเครียดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.74 ด้านคติความเชื่อมีผลต่อความเครียดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.29 และด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมภายในเรือนจำ มีผลต่อความเครียดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.88

สรุปงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดมีการศึกษาสาเหตุและปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้น มีผู้ที่ศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดคือปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เก็บข้อมูลโดยวิธีการสำรวจ (Survey Reserch) เพื่อศึกษาระดับความเครียดและปัจจัยที่เป็นสาเหตุของความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี ซึ่งผู้วิจัยมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดีเรือนจำพิเศษมีนบุรี จากสถิติวันที่ 16 กรกฎาคม 2563 มีจำนวนประชากร ทั้งหมดจำนวน 441 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มตัวอย่างจากประชากรที่มีคุณสมบัติมีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

1. กำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างประชากร โดยใช้การคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ (Taro Yamane) ที่มีระดับความคลาดเคลื่อน .05 ระดับความเชื่อมั่น 95

$$n = \frac{N}{1+(Ne^2)} \quad e=0.5$$

n = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

N = จำนวนประชากร

e = ระดับความคลาดเคลื่อนไม่เกินร้อยละ 5

โดยแทนค่าตามสูตรดังนี้

$$n = \frac{441}{1 + (441 \times 0.05^2)} \quad e = 0.5$$

ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 209 คน

2. แบ่งกลุ่มประชากรผู้ต้องขัง ออกเป็น 2 กลุ่ม

2.1 ผู้ต้องขังชาย

2.2 ผู้ต้องขังหญิง

3. ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายเพื่อให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มตามสัดส่วน

ตาราง 3.1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

ผู้ต้องขังระหว่างคดี	จำนวนประชากร (คน)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)
ผู้ต้องขังชาย	361	$209 \times 361 / 441 = 171$
ผู้ต้องขังหญิง	80	$209 \times 80 / 441 = 38$

2. เครื่องที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามขึ้นเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการศึกษาจาก ทฤษฎีเอกสารต่างๆ และการทบทวนเครื่องมือในรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งประกอบด้วย จำนวน 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1

เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วยเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพก่อนต้องโทษ เงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย ประเภทคดี ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำพิเศษมีนบุรี ที่เป็นสาเหตุความเครียดแบ่งออกเป็น 5 ด้าน คือ

- ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง

1. ประชากรผู้ต้องขัง มีเกินความจุของเรือนจำ
2. ขนาดของพื้นที่ห้องคุมขังไม่เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขัง
3. การฝึกวิชาชีพในโรงงานที่คับแคบ
4. การรับประทานอาหารใน โรงอาหารที่มีที่นั่งไม่เพียงพอ

- ด้านโรคภัยไข้เจ็บ

1. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเกิดโรค Covid 2019 ที่แพร่ไปทั่วโลก
2. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับ โรคฉี่หนู โรคภายในเรือนจำ
3. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง
4. ความวิตกกังวลเกี่ยวข้องกับ โรคติดต่ออื่นๆ

- ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ

1. เพื่อนผู้ต้องขังไม่ให้ความสนใจหรือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
2. เพื่อนผู้ต้องขังขัดแย้งกันเป็นฝักฝ่าย
3. เพื่อนผู้ต้องขังไม่รับฟังความคิดเห็นของเรา
4. การใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำ

- ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ

1. การปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำ
2. การลงโทษวินัยผู้ต้องขังตามระเบียบกรมราชทัณฑ์
3. ความเที่ยงตรงในการประเมินผลการเลื่อนชั้น
4. การควบคุมดูแลให้อยู่ในกฎระเบียบโดยเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์

- ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ

1. การได้รับประทานอาหารในแต่ละมื้อ
2. การได้รับการรักษาพยาบาลเบื้องต้นของเรือนจำ
3. การได้รับน้ำอุปโภคบริโภคตามมาตรฐานเรือนจำ
4. การจัดกิจกรรมนันทนาการต่างๆของเรือนจำ

ซึ่งคำตอบในแต่ละข้อเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับและมีเกณฑ์ในการให้คะแนนดังนี้
ช่วงระหว่างชั้น = (คะแนนสูงสุด - คะแนนต่ำสุด)/จำนวนชั้น

$$= (5-1) / 5 = 0.8$$

จากหลักเกณฑ์ดังกล่าว สามารถแปลความหมายได้ดังนี้

ตารางที่ 3.2 เกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ปัจจัยสาเหตุความเครียด

คะแนน	ปัจจัยสภาพแวดล้อมในเรือนจำที่เป็นสาเหตุของความเครียด อยู่ในระดับต่างๆดังนี้
1.00-1.80	มีผลต่อความเครียดน้อยที่สุด
1.81-2.60	มีผลต่อความเครียดเล็กน้อย
2.61-3.40	มีผลต่อความเครียดปานกลาง
3.41-4.20	มีผลต่อความเครียดมาก
4.21-5.00	มีผลต่อความเครียดมากที่สุด

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับระดับความเครียด

ซึ่งคำตอบในแต่ละข้อเป็นแบบมากกว่าส่วนประเมินค่า 5 ระดับและมีเกณฑ์ในการให้คะแนนดังนี้

อาการที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย	ให้	1	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นนานๆ ครั้ง	ให้	2	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นบ่อยๆ	ให้	4	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นเป็นประจำ	ให้	5	คะแนน

การประเมินผลระดับความเครียดของ โดยการอิงคะแนนของกรมกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขและให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้อง การรวมคะแนนทั้ง หกมาประเมินผลดังนี้ ตารางที่ 3.3 เกณฑ์การประเมินผลระดับความเครียด

คะแนนรวม	ค่าระดับความเครียด	ระดับความเครียด
0 – 23	1	ปรกติไม่เครียด
24 – 41	2	เครียดเล็กน้อย
42 – 61	3	เครียดปานกลาง
62 ขึ้นไป	4	เครียดมาก

ตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเป็นเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยขอหนังสือ แนะนำตัว จาก มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ถึง ผู้บัญชาการเรือนจำขอนแก่นเก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรี โดยการแข่งการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างวันละ 4 ครั้ง ครั้งละ 30 คน รวมระยะเวลาในการเก็บข้อมูล 2 วัน ทำการนัดผู้ต้องขังตามรายชื่อที่สุ่มอย่างง่ายมาพบ แจก แบบสอบถาม อธิบายวิธีการทำและรอเก็บแบบสอบถามคืนทันที

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน ถูกต้อง ตามที่กำหนดไว้

4.2 สร้างคู่มือลงรหัส

4.3 นำข้อมูลทั้งหมดจากแบบสอบถามมาลงรหัสแบบฟอร์ม

4.4 ประมวลผลข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติเชิงพรรณนาโดยการหาความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วย Independent Samples T test ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่มีมากกว่า 2 กลุ่มใช้ One-way ANOVA และทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffe และ LSD (Post Hoc)

ขั้นตอนในการสร้างแบบสอบถาม

ดำเนินการลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. กำหนดขอบเขตและเนื้อหาที่จะสร้างแบบสอบถาม
2. ศึกษาค้นคว้าเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. สร้างแบบสอบถามแล้วนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านพิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา การใช้ภาษา ความเหมาะสมของคำถามร่วมกันวิจารณ์และแก้ไขคำถาม เพื่อให้เกิดความสอดคล้องและความ

เที่ยงตรง ตามเนื้อหาในทุกๆ ด้านโดยผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด ประกอบด้วย

ผู้อำนวยการส่วนควบคุมผู้ต้องขัง	1	ท่าน
ผู้อำนวยการส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง	1	ท่าน
นักจิตวิทยาชำนาญการ	1	ท่าน

หลังจากที่ผ่านการพิจารณาของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิแล้วผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งผลวิเคราะห์ค่าความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ (IOC) ต่อเครื่องมือแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี โดยกำหนดเกณฑ์การพิจารณา คือ

เห็นว่าสอดคล้อง	ให้คะแนน +1
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน 0
เห็นว่าไม่แน่ใจ	ให้คะแนน -1

การวิเคราะห์ข้อมูลความเหมาะสมสอดคล้องของแบบสอบถามความคิดเห็นโดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง (IOC) คำนวณตามสูตร

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

$\sum R$ = ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

นำข้อมูลที่รวบรวมจากความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมาคำนวณค่า IOC โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence) ของผู้เชี่ยวชาญมาคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปโดยเฉลี่ยทั้งฉบับเท่ากับ 0.73

6. การหาความเชื่อมั่น (Reliability)

ผู้วิจัยดำเนินการหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยการนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษกรุงเทพ จำนวน 30 คน จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบหาความเชื่อถือโดยคำนวณหาสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้

6.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ ที่ส่งผลกระทบต่อความเครียด ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.951

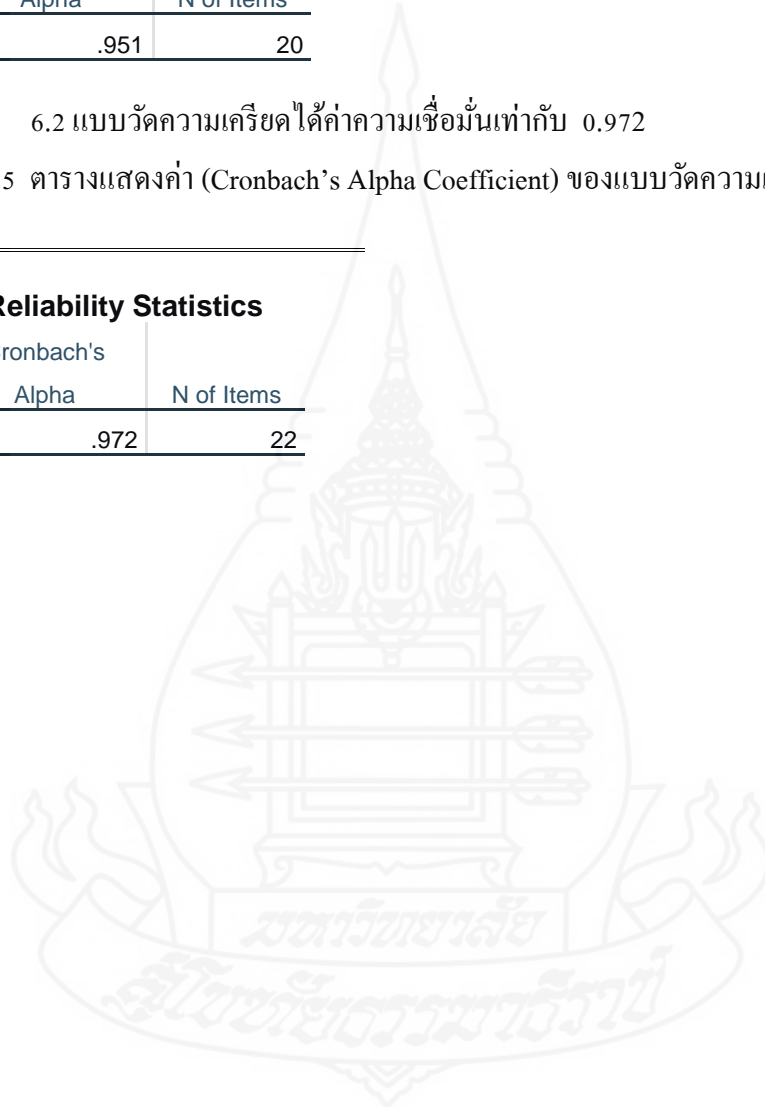
ตารางที่ 3.4 ตารางแสดงค่า (Cronbach's Alpha Coefficient) ของแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.951	20

6.2 แบบวัดความเครียดได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.972

ตารางที่ 3.5 ตารางแสดงค่า (Cronbach's Alpha Coefficient) ของแบบวัดความเครียดของผู้ต้องขัง

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.972	22



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาเรื่องการศึกษาร้อยละของสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี เพื่อศึกษาร้อยละของสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านโรคภัยไข้เจ็บ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ และเพื่อศึกษาระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มตัวอย่าง คือผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีซึ่งคืออยู่ระหว่างพิจารณา จำนวน 209 คนซึ่ง โดยใช้การคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ (Yamane) ผู้วิจัยได้ดำเนินการส่งแบบสอบถามจำนวน 209 ฉบับ ให้กลุ่มตัวอย่างด้วยตนเองและสามารถเก็บแบบสอบถามคืนได้ครบถ้วนสมบูรณ์ จำนวน 209 ฉบับโดยผู้ศึกษานำเสนอผลการศึกษาดังนี้

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล

ข้อมูลสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษาสถานภาพอาชีพก่อนต้องโทษ เงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย ประเภทคดี ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ แจกแจงข้อมูลด้วยความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 2 ปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำที่เป็นสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านโรคภัยไข้เจ็บด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ โดยหาค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)

ตอนที่ 3 ระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีแจกแจงข้อมูลด้วยความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 4 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบระดับความเครียดของผู้ต้องขัง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วย Independent Samples T test ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่มีมากกว่า 2 กลุ่มใช้ One-way ANOVA และทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffe และ LSD (Post Hoc)

โดยเสนอรายละเอียดของของผลการศึกษาดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อการศึกษาข้อมูลสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพก่อนต้องโทษ เงินที่ได้รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย ประเภทคดี ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ แจกแจงข้อมูลด้วยความถี่ (Frequency) และ ค่าร้อยละ (Percentage) ได้ผลการวิเคราะห์ดังตาราง 4.1

ตารางที่ 4.1 สถานภาพส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
n = 209		
1. เพศ		
ชาย	171	81.8
หญิง	38	18.2
2. อายุ		
ไม่เกิน 25 ปี	39	18.7
26-35ปี	93	44.5
36-45ปี	57	27.3
46-55ปี	17	8.1
56-65ปี	1	0.5
65 ปีขึ้นไป	2	1.0
3. ระดับการศึกษา		
ไม่จบประถมศึกษา	11	5.3
ประถมศึกษา	59	28.2
มัธยมศึกษาตอนต้น	68	32.5
มัธยมศึกษาตอนปลาย	48	23.0
ปวช.	9	4.3
ปวส.	4	1.9
ปริญญาตรี	8	3.8
สูงกว่าปริญญาตรี	2	1.0

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

n = 209

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. สถานภาพก่อนต้องโทษ		
โสด	142	67.9
สมรส	49	23.4
หย่า	18	8.6
5. อาชีพก่อนต้องโทษ		
ไม่มีงานทำ	34	18.7
ข้าราชการรัฐวิสาหกิจ	4	44.5
รับจ้างทั่วไป	91	27.3
พ่อค้า/แม่ค้า	20	8.1
กำลังศึกษา	1	0.5
พนักงานบริษัท	29	13.9
เกษตรกร	5	2.4
เจ้าของกิจการ	10	4.8
อื่นๆ	15	7.2
6. เงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย		
ไม่มี	71	34.0
1-2000 บาท	75	35.9
2001-4000 บาท	28	13.4
4001-6000 บาท	10	4.8
6001-8000 บาท	9	4.3
มากกว่า 8001 ขึ้นไป	16	7.7
7. ประเภทคดี		
คดีทั่วไป	86	41.1
พรบ. ยาฯ	123	58.9

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

n = 209

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
8. อาชีพก่อนต้องโทษ		
ต่ำกว่า 1 เดือน	45	21.5
1-3 เดือน	79	37.8
4-6 เดือน	26	12.4
7-9 เดือน	15	7.2
10-12เดือน	5	2.4
มากกว่า 1 ปี	39	18.7

จากตารางตารางที่ 4.1 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยเพศชาย ร้อยละ 81.8 เพศหญิง ร้อยละ 18.2

จำแนกตามอายุพบว่าผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีบุรีผู้ตอบแบบสอบถามมีอายุ 26-35 ปี จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 44.5 รองลงมาคืออายุ 36-45ปี จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 27.3 อายุ ไม่เกิน 25 ปี จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 18.7 อายุ 46-55 ปี จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 8.1 อายุ 65 ปีขึ้นไป จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1 อายุ 56-65 ปี จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.5

จำแนกตามระดับการศึกษาพบว่าผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีบุรีผู้ตอบแบบสอบถามมีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 32.5 รองลงมาคือระดับประถมศึกษา จำนวน 59 คนคิดเป็นร้อยละ 28.2 ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 23 ไม่จบประถมศึกษาจำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 5.3 ระดับ ปวช. จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 4.3 ระดับปริญญาตรี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 3.8 ระดับ ปวส. จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.9 สูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1

จำแนกตามสถานภาพก่อนต้องโทษพบว่าผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีบุรีผู้ตอบแบบสอบถามมีสถานภาพก่อนต้องโทษเป็น โสด จำนวน 142 คน คิดเป็นร้อยละ 67.9 รองลงมาคือสถานภาพ สมรส จำนวน 49 คนคิดเป็นร้อยละ 23.4 และหย่า จำนวน 18 คนคิดเป็นร้อยละ 8.6

จำแนกตามอาชีพก่อนต้องโทษก่อนต้องโทษพบว่าผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีบุรีผู้ตอบแบบสอบถามมีอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 43.5 รองลงมาคือไม่มีงานทำ จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 16.3 พนักงานบริษัท จำนวน 29 คนคิดเป็นร้อยละ 13.9 พ่อค้า/แม่ค้า

จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 9.6 อาชีพอื่นๆ จำนวน 15 คนคิดเป็นร้อยละ 7.2 เจ้าของกิจการ จำนวน 10 คนคิดเป็นร้อยละ 4.8 เกษตรกรจำนวน 5 คนคิดเป็นร้อยละ 2.4 จักรวรรดิรัฐวิสาหกิจ จำนวน 4 คนคิดเป็นร้อยละ 1.9 และกำลังศึกษาอยู่ จำนวน 1 คนคิดเป็นร้อยละ 0.5

จำแนกตามเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายพบว่าผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีผู้ตอบแบบสอบถาม ได้รับเงินฝากจากญาติ 1-2000 บาท จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 35.9 รองลงมาคือ ไม่มีเงินฝากจากญาติ จำนวน 71 คนคิดเป็นร้อยละ 34.0 ได้รับเงินฝากจากญาติ 2001-4000 บาท จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 13.4 ได้รับเงินฝากจากญาติ มากกว่า 8001 บาท ขึ้นไป จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 7.7 ได้รับเงินฝากจากญาติ 4001- 6000 บาท จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 ได้รับเงินฝากจากญาติ 6001-8000 บาท จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 4.3

จำแนกตามประเภทคดีพบว่าผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีผู้ตอบแบบสอบถามเป็นคดี พรบ. ยา จำนวน 123 คนคิดเป็นร้อยละ 58.9 และคดีทั่วไปจำนวน 86 คนคิดเป็น ร้อยละ 41.1

จำแนกตามระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำพบว่าผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีผู้ตอบแบบสอบถามเป็นผู้ต้องขังที่อยู่มาแล้วเป็นระยะเวลา 1-3 เดือน จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 37.8 และรองลงมาคือระยะเวลาต่ำกว่า 1 เดือน จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 21.5 ระยะเวลา มากกว่า 1 ปี จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 18.7 ระยะเวลา 4-6 เดือน จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 12.4 ระยะเวลา 7-9 เดือน จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 7.2 ระยะเวลา 10-12 เดือน จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4

ตอนที่ 2 ปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำที่เป็นสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านโรคภัยไข้เจ็บ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ โดยหาค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ดังตารางที่ 4.2 ถึงตารางที่

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในภาพรวมรายด้าน

ปัจจัยส่งผลกระทบต่อความเครียดของผู้ต้องขัง	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อ ความเครียด
1.ด้าน โรคภัยไข้เจ็บ	3.47	1.19	มาก
2.ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ	3.38	1.16	ปานกลาง
3.ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง	3.33	1.12	ปานกลาง
4.ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ	3.22	1.22	ปานกลาง
5.ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่น	2.94	1.13	ปานกลาง
รวม	3.26	1.16	ปานกลาง

จากตารางที่ 4.2 พบว่าปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง($\bar{X} = 3.26$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมากที่สุดคือ ด้าน โรคภัยไข้เจ็บ ($\bar{X} = 3.47$) รองลงมาคือด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ ($\bar{X} = 3.38$) ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ($\bar{X} = 3.33$) ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ($\bar{X} = 3.22$) และ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่น ($\bar{X} = 2.94$)

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้าน โรคภัยไข้เจ็บ เป็นรายชื่อ

ด้าน โรคภัยไข้เจ็บ	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อ ความเครียด
1.ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเกิดโรค Covid 2019 ที่แพร่ไปทั่วโลก	3.33	1.32	ปานกลาง
2.ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคฉี่หนู ภายในเรือนจำ	3.54	1.16	มาก
3.ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง	3.45	1.13	มาก

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

ด้านโรคภัยไข้เจ็บ	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อ ความเครียด
4. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรค ติดต่ออื่นๆ	3.54	1.13	มาก
รวม	3.47	1.19	มาก

จากตาราง 4.3 พบว่าปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีด้านโรคภัยไข้เจ็บภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.47$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคโควิดโรครายในเรือนจำ และ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคติดต่ออื่นๆอยู่ในระดับมากเท่ากันคือ ($\bar{X} = 3.54$) รองลงมาคือความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง ($\bar{X} = 3.45$) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเกิดโรค Covid 2019 ที่แพร่ไปทั่วโลก ($\bar{X} = 3.33$)

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำเป็นรายข้อ

ด้านสวัสดิการผู้ต้องขัง ภายในเรือนจำ	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อ ความเครียด
1.การได้รับประทานอาหาร ในแต่ละมื้อ	3.58	1.18	มาก
2.การได้รับการรักษาพยาบาลเบื้องต้น ของเรือนจำ	3.42	1.16	มาก
3.การได้รับน้ำอุปโภคบริโภคตาม มาตรฐานของเรือนจำ	3.47	1.14	มาก
4. การจัดกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ของเรือนจำ	3.05	1.13	ปานกลาง
รวม	3.38	1.16	ปานกลาง

จากตาราง 4.4 พบว่าปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.38$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า การได้รับประทานอาหารในแต่ละมื้ออยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.58$) รองลงมาคือ การได้รับน้ำอุปโภคบริโภคตามมาตรฐานเรือนจำอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.47$) การได้รับการรักษาพยาบาลเบื้องต้นของเรือนจำอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.42$) และ การจัดกิจกรรมนันทนาการต่างๆของเรือนจำอยู่ในระดับ ปานกลาง($\bar{X} = 3.05$)

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านความแออัดของผู้ต้องขังภายในเรือนจำเป็นรายข้อ

ด้านความแออัดของผู้ต้องขังภายในเรือนจำ	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อความเครียด
1.ประชากรผู้ต้องขัง มีเกินความจุของเรือนจำ	3.48	1.18	มาก
2.ขนาดของพื้นที่ห้องคุมขังไม่เพียงพอ กับจำนวนผู้ต้องขัง	3.45	1.14	มาก
3.การฝึกวิชาชีพใน โรงงานที่คับแคบ	3.13	1.03	ปานกลาง
4. การรับประทานอาหารเช้าใน โรงอาหารที่มีที่นั่งไม่เพียงพอ	3.25	1.10	ปานกลาง
รวม	3.33	1.12	ปานกลาง

จากตาราง 4.5 พบว่าปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.33$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ประชากรผู้ต้องขัง มีเกินความจุของเรือนจำอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.48$) รองลงมาคือ ขนาดของพื้นที่ห้องคุมขังไม่เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขังอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.45$) การรับประทานอาหารเช้าในโรงอาหารที่มีที่นั่งไม่เพียงพออยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.25$) และการฝึกวิชาชีพใน โรงงานที่คับแคบอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = 3.15$)

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ เป็นรายชื่อ

ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ	ค่าเฉลี่ย มาตรฐาน (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อ ความเครียด
1. การปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของเรือนจำ	2.99	1.21	ปานกลาง
2. การลงโทษวินัยผู้ต้องขังตาม ระเบียบกรมราชทัณฑ์	3.10	1.19	มาก
3. ความเที่ยงตรงในการประเมินผล การเลื่อนชั้น	3.11	1.22	ปานกลาง
4. การงดการเยี่ยมญาติตาม พรก. จุกเงิน	3.71	1.25	ปานกลาง
รวม	3.22	1.22	ปานกลาง

จากตาราง 4.6 พบว่าปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.22$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า การงดการเยี่ยมญาติตาม พรก. จุกเงินอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.71$) รองลงมาคือ ความเที่ยงตรงในการประเมินผลการเลื่อนชั้นอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.11$) การลงโทษวินัยผู้ต้องขังตามระเบียบกรมราชทัณฑ์อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.10$) และ การปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = 2.99$)

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำเป็นรายชื่อ

ด้านความสัมพันธ์ระหว่าง ผู้ต้องขังอื่น	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อ ความเครียด
1. เพื่อนผู้ต้องขัง ไม่ให้ความสนใจ หรือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน	3.04	1.19	ปานกลาง

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ด้านความสัมพันธ์ระหว่าง ผู้ต้องขังอื่น	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับการมีผลต่อ ความเครียด
2. เพื่อนผู้ต้องขังขัดแย้งกันเป็นฝักฝ่าย	3.06	1.17	ปานกลาง
3. เพื่อนผู้ต้องขังไม่รับฟังความคิดเห็น	2.74	1.08	ปานกลาง
4. การใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังอื่น ภายในเรือนจำ	2.90	1.10	ปานกลาง
รวม	2.94	1.13	ปานกลาง

จากตาราง 4.7 พบว่าปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีบุรีด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.94$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า เพื่อนผู้ต้องขังขัดแย้งกันเป็นฝักฝ่ายอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.06$) รองลงมาคือ เพื่อนผู้ต้องขังไม่ให้ความสนใจหรือช่วยเหลือซึ่งกันและกันอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.04$) การใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.90$) และ เพื่อนผู้ต้องขังไม่รับฟังความคิดเห็นของเราอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = 2.99$)

ตอนที่ 3 ระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง

การประเมินผลระดับความเครียด อิงการประเมินผลระดับความเครียดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขและนำคะแนนรวมนั้นมาประเมินผลดังนี้

ตารางที่ 4.8 เกณฑ์การประเมินผลระดับความเครียด

คะแนนรวม	ค่าระดับความเครียด	ระดับความเครียด
0 – 23	1	ปรกติไม่เครียด
24 – 41	2	เครียดเล็กน้อย
42 – 61	3	เครียดปานกลาง
62 ขึ้นไป	4	เครียดมาก

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีแจกแจงข้อมูล ด้วยความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

ตารางที่ 4.9 จำนวน ร้อยละ ช่วงคะแนนของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความเครียด

(n=209)

ระดับความเครียด	ค่าระดับ ความเครียด	ช่วงคะแนน แบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ปรกติไม่เครียด	1	0 - 23	63	30.1
เครียดเล็กน้อย	2	24 - 41	93	45.5
เครียดปานกลาง	3	42 - 61	23	11.0
เครียดมาก	4	62 ขึ้นไป	28	13.4
รวม			209	100

จากตารางที่ 4.10 พบว่าระดับความเครียดผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีส่วนใหญ่อยู่ในระดับเล็กน้อย จำนวน 95 คน (ร้อยละ 45.5) รองลงมาคือปรกติไม่เครียด จำนวน 63 คน (ร้อยละ 30.1) เครียดมากจำนวน 28 คน (ร้อยละ 13.4) และ เครียดปานกลาง จำนวน 23คน (ร้อยละ 11.1)

ตอนที่ 4 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มกับความเครียดด้วย Independent Samples T test , One-way ANOVA และวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยของ Scheffe และ LSD (Post Hoc)

ตารางที่ 4.10 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเพศต่างกัน

เพศ	N	ค่าเฉลี่ย	SD	T	Sig.
ชาย	171	2.15	0.992	2.502	0.015
หญิง	38	1.76			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.10 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเพศต่างกันด้วยค่าสถิติ T- test พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี ที่มีเพศต่างกันจะมีระดับความเครียดต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.11 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามอายุต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	3.745	5	.749	.788	.560
ภายในกลุ่ม	193.031	203	.951		
โดยรวม	196.775	208			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.11 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามอายุต่างกัน พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มอายุต่างๆมีระดับความเครียดที่ไม่แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.12 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามการศึกษาต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	4.535	7	.648	.677	.691
ภายในกลุ่ม	192.240	201	.956		
โดยรวม	196.775	208			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.12 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามการศึกษาต่างกัน พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มการศึกษาต่างๆมีระดับความเครียดไม่แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.13 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามสถานภาพก่อนต้องโทษต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	11.614	2	5.807	6.461	.002
ภายในกลุ่ม	185.161	206	.899		
โดยรวม	196.775	208			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.13 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามสถานภาพก่อนต้องโทษต่างกัน พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มสถานภาพก่อนต้องโทษต่างๆ มีระดับความเครียดมี 1 คู่แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงได้ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffe ปรากฏผลดังตารางที่ 4.15

ตารางที่ 4.14 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามสถานภาพก่อนต้องโทษต่างกันเป็นรายคู่

สถานภาพก่อนต้องโทษ	โสด	สมรส	หย่า
\bar{X}	2.04	2.41	1.50
โสด	2.04	-	-.373
สมรส	2.41	-	.908*
หย่า	1.50	-	-

*P < 0.05

จากตารางที่ 4.14 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามสภาพก่อนต้องโทษต่างกัน พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มอาชีพก่อนต้องโทษต่างๆมีระดับความเครียดที่แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 หนึ่งคู่ คือ กลุ่มสมรสมีระดับความเครียดมากกว่ากลุ่มหย่า

ตารางที่ 4.15 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามอาชีพก่อนต้องโทษต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	5.804	8	.725	.760	.639
ภายในกลุ่ม	190.971	200	.955		
โดยรวม	196.775	208			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.15 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามอาชีพก่อนต้องโทษต่างกัน พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มอาชีพก่อนต้องโทษต่างๆมีระดับความเครียดที่ไม่แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.16 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	17.381	5	3.476	3.934	.002
ภายในกลุ่ม	179.394	203	.884		
โดยรวม	196.775	208			

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.16 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกัน พบว่าผู้ต้อง

เรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างๆมีระดับความเครียดอย่างน้อย 1 คู่แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงได้ทดสอบความ แตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ LSD (Post Hoc) ปรากฏผลดังตารางที่ 4.17

ตารางที่ 4.17 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกันเป็นรายคู่

เงินที่รับจากญาติเพื่อ เป็นค่าใช้จ่าย	\bar{X}	ไม่มี	1 - 2,000	2,001 - 4,000	4,001 - 6,000	6,001 - 8,000	ตั้งแต่ 8,001ขึ้นไป
ไม่มี	2.35	-	.512*	-.076	.552	.797*	.540*
1 - 2,000	1.84		-	-.589*	.040	.284	.028
2,001 - 4,000	2.43			-	.629	.873*	.616*
4,001 - 6,000	1.80				-	-.244	-.257
6,001 - 8,000	1.56					-	.257
ตั้งแต่ 8,001ขึ้นไป	1.81						-

*P < 0.05

จากตารางที่ 4.17 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกัน เมื่อเอามาเข้ารายคู่ด้วยของ วิธีของ LSD (Post Hoc) ค่าพบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มเงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างๆมีระดับความเครียดที่แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 6 คู่ ได้แก่กลุ่มไม่มีเงินมีระดับความเครียดมากกว่ากลุ่ม 1 - 2,000 ,กลุ่ม 6,001 - 8,000 ,กลุ่มตั้งแต่ 8,001 ขึ้นไป และกลุ่ม 1 - 2,000 มีระดับความเครียดมากกว่ากลุ่ม 2,001 - 4,000 และสุดท้าย กลุ่ม 2,001 - 4,000 มีระดับความเครียดมากกว่ากลุ่มกลุ่ม 6,001 - 8,000 , กลุ่มตั้งแต่ 8,001 ขึ้นไป

ตารางที่ 4.18 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี
จำแนกตามประเภทคดีต่างกัน

ประเภทคดี	N	ค่าเฉลี่ย	SD	T	Sig.
คดีทั่วไป	86	2.13	0.980	0.637	0.525
พรบ.ยาฯ	125	2.04	.970		

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.18 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามประเภทคดีต่างกันด้วยค่าสถิติ T-test พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี ที่มีประเภทคดีต่างกันมีระดับความเครียดไม่แตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.19 การเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี
ระยะเวลาที่อยู่เรือนจำต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม	6.812	5	1.362	1.456	.206
ภายในกลุ่ม	189.963	203	.936		
โดยรวม	196.775	208			

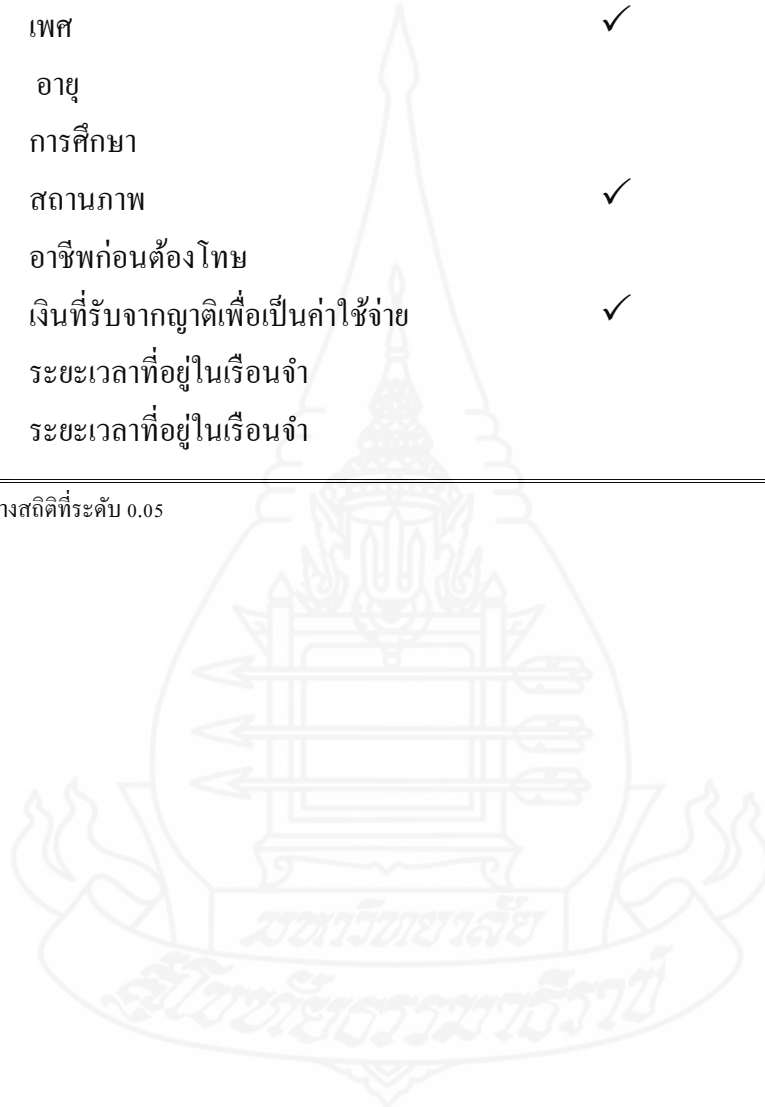
*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4.19 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำแนกตามระยะเวลาที่อยู่เรือนจำต่างกัน พบว่าผู้ต้องเรือนจำพิเศษมีนบุรี กลุ่มระยะเวลาที่อยู่เรือนจำต่างๆมีระดับความเครียดที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.20 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดของผู้ต้องขัง
เรือนจำพิเศษมีนบุรี โดยจำแนกตามปัจจัยข้อมูลส่วนบุคคล

ลำดับที่	ข้อมูลส่วนบุคคล	ระดับความเครียดของผู้ต้องขัง	
		แตกต่างกัน	ไม่แตกต่างกัน
1.	เพศ	✓	
2.	อายุ		✓
3.	การศึกษา		✓
4.	สถานภาพ	✓	
5.	อาชีพก่อนต้องโทษ		✓
6.	เงินที่ได้รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย	✓	
7.	ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ		✓
8.	ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ		✓

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

1. สรุปการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 1.1.1 เพื่อศึกษาระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี
- 1.1.2 เพื่อศึกษาปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี
- 1.1.3 เพื่อเสนอแนะแนวทางในการจัดการความเครียดให้ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

1.2 รูปแบบการศึกษา

เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เก็บข้อมูลโดยวิธีการสำรวจ (Survey Research)

1.3 วิธีดำเนินการศึกษา

1.3.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดีเรือนจำพิเศษมีนบุรี จำนวน 441 คน (ข้อมูลผู้ต้องขัง ณ วันที่ 1 กรกฎาคม พ.ศ.2563)

1.3.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้การศึกษา คือ ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่มีสัญชาติไทย คคืออยู่ระหว่างพิจารณา และต้องโทษเป็นครั้งแรกโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบไม่เจาะจง (sample random sampling) จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 209 คน คำนวณโดยใช้สูตรของยามานะ (Yamane) ที่ความเชื่อมั่น 95% และความคลาดเคลื่อนตัวอย่างที่ 5 %

1.3.3 เครื่องมือที่ใช้ศึกษาได้แก่ แบบสอบถาม เพื่อศึกษาระดับความเครียดและปัจจัยสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด รวมไปถึงข้อเสนอแนะต่างๆเพื่อนำไปใช้ในการลดความเครียดในผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี ซึ่งแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพก่อนต้องโทษ เงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย ประเภทดีระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่เป็นสาเหตุความเครียดแบ่งออกเป็น 5 ด้าน คือด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านโรคภัยไข้เจ็บ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ และด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือน

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการวัดระดับความเครียด

ตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

1.3.4 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเป็นเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยขอหนังสือ แนะนำตัว จาก มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ถึง ผู้บัญชาการเรือนจำขอนแก่นเก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรี โดยการแข่งการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างวันละ 4 ครั้ง ครั้งละ 30 คน รวมระยะเวลาในการเก็บข้อมูล 2 วัน ทำการนัดผู้ต้องขังตามรายชื่อที่สุ่มอย่างง่ายมาพบ แจกแบบสอบถาม อธิบายวิธีการทำและรอเก็บแบบสอบถามคืนทันที

1.3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

- 1) ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน ถูกต้องตามที่กำหนดไว้
- 2) สร้างคู่มือลงรหัส
- 3) นำข้อมูลทั้งหมดจากแบบสอบถามมาลงรหัสแบบฟอร์ม
- 4) ประมวลผลข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

1.3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติเชิงพรรณนา ค่าสถิติที่ใช้ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มด้วย Independent Samples T test ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่มีมากกว่า 2 กลุ่มใช้ One-way ANOVA และทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffe และ LSD (Post Hoc)

1.4 ผลการศึกษา จากการศึกษาในครั้งนี้สามารถสรุปผลการศึกษาได้ดังนี้

1.4.1 ข้อมูลส่วนบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยเพศชายร้อยละ 81.8 เพศหญิง ร้อยละ 18.2 เกือบครึ่งหนึ่งมีอายุ 26-35 ปี ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ส่วนใหญ่มีสถานภาพโสดก่อนต้องโทษ มีอาชีพรับจ้างทั่วไปมากที่สุดส่วนใหญ่ได้รับเงินฝากจากญาติ 1-2000 บาท ผู้ต้องขังส่วนใหญ่จะมาเป็นคดี พรบ.ยาเสพติด เนื่องจากเป็นผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดี ส่วนใหญ่จะเข้ามาอยู่เรือนจำแล้วเป็นระยะเวลา 1-3 เดือน

1.4.2 ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมที่เป็นสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

จากการศึกษาพบว่าปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำ

พิเศษมีนบุรีมาก 1 ด้าน ด้านโรคภัยไข้เจ็บ รองลงมาระดับปานกลางเรียงตามลำดับ อีก 4 คือ ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ และด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่น ซึ่งในแต่ละด้านสรุปผลได้ดังนี้

1) ด้านโรคภัยไข้เจ็บผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยสาเหตุความเครียดของด้านโรคภัยไข้เจ็บภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคฉี่หนู โรคภายในเรือนจำ และ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคติดต่ออื่นๆ อยู่ในระดับมากเท่ากันคือ รองลงมาคือความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง และความวิตกเกี่ยวกับการเกิดโรค Covid 2019 ที่แพร่ไปทั่วโลก

2) ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ ของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยสาเหตุความเครียดด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า การได้รับประทานอาหารในแต่ละมื้ออยู่ในระดับมาก รองลงมาคือ การได้รับน้ำอุปโภคบริโภคตามมาตรฐานเรือนจำอยู่ในระดับมาก การได้รับการรักษาพยาบาลเบื้องต้นของเรือนจำอยู่ในระดับมาก และ การจัดกิจกรรมนันทนาการต่างๆของเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง

3) ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยสาเหตุความเครียดด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ประชากรผู้ต้องขัง มีเกินความจุของเรือนจำอยู่ในระดับมาก รองลงมาคือ ขนาดของพื้นที่ห้องคุมขังไม่เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขังอยู่ในระดับมาก การรับประทานอาหารในโรงอาหารที่มีที่นั่งไม่เพียงพออยู่ในระดับปานกลาง และ การฝึกวิชาชีพในโรงงานที่คับแคบอยู่ในระดับปานกลาง

4) ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยสาเหตุความเครียดด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า การงดการเยี่ยมญาติตาม พรก. ฉุกเฉินอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ ความเที่ยงตรงในการประเมินผลการเลื่อนชั้นอยู่ในระดับปานกลาง การลงโทษวินัยผู้ต้องขังตามระเบียบกรมราชทัณฑ์อยู่ในระดับปานกลาง และ การปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง

5) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำ ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยสาเหตุความเครียดด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า เพื่อนผู้ต้องขังขัดแย้งกันเป็นฝักฝ่ายอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ เพื่อนผู้ต้องขังไม่ให้ความสนใจหรือช่วยเหลือซึ่งกันและ

กันอยู่ในระดับปานกลาง การใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง และ เพื่อนผู้ต้องขังไม่รับฟังความคิดเห็นของเราอยู่ในระดับ ปานกลาง

1.43 ระดับความเครียดของผู้ต้องขัง

จากการศึกษาพบว่าระดับความเครียดผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีส่วนใหญ่อยู่ในระดับเล็กน้อย จำนวน 95 คน ร้อยละ 45.5 รองลงมาคือปรกติไม่เครียด จำนวน 63 คน ร้อยละ 30.1 กลุ่มที่มี เครียดมากจำนวน 28 คน ร้อยละ 13.4 และ กลุ่มที่มีเครียดปานกลาง จำนวน 23คน ร้อยละ 11.1

1.44 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรี โดยจำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพก่อนต้องโทษ เงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย ประเภทคดี ระยะเวลาที่อยู่ในเรือนจำ

- 1) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี ที่มีเพศต่างกัน จะมีระดับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 2) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่อายุต่างกัน มีระดับความเครียดที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 3) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีระดับความเครียดไม่แตกต่างกัน อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 4) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี ที่มีสถานภาพก่อนต้องโทษต่างกัน มีระดับความเครียดมี แตกต่างกันอย่าง มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 5) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่มีอาชีพก่อนต้องโทษต่างกัน มีระดับความเครียดที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 6) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่มีรายได้ที่เป็นเงินฝากจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายต่างกัน มีระดับความเครียดแตกต่างกัน อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 7) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่มีประเภทคดีต่างกัน มีระดับความเครียดไม่แตกต่างกัน อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 8) ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีที่มีระยะเวลาที่อยู่เรือนจำต่างกัน มีระดับความเครียดที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2. อภิปรายผล

จากการศึกษาครั้งนี้สามารถอภิปรายผล ดังนี้

สมมุติฐานที่ 1. ระดับความเครียดของผู้ต้องขังส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก จากการศึกษาพบว่าระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีส่วนใหญ่อยู่ในระดับเล็กน้อย จำนวน 95 คน ร้อยละ 45.5 รองลงมาคือปรกติไม่เครียด จำนวน 63 คน ร้อยละ 30.1 กลุ่มที่มีเครียดมากจำนวน 28 คน ร้อยละ 13.4 และ กลุ่มที่มีเครียดปานกลาง จำนวน 23คน ร้อยละ 11 สำหรับผู้ต้องขังที่มีความเครียดมาก จากประชากรกลุ่มตัวอย่าง 209 คน มีผู้ต้องขังที่มีความเครียดระดับมากถึง 28 คน ร้อยละ 13.4 ของประชากรทั้งหมดถือว่าเป็นตัวเลขที่สูง

สอดคล้องกับกับการศึกษาของชนวรรณ อุดมมีชัย 2546 ซึ่งศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของผู้ต้องขัง กรณีศึกษาเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร ซึ่งผู้ต้องขังมีกลุ่มที่มีความเครียดสูงมีร้อยละ 16.2 ซึ่งมีอัตราสูงเช่นกันโดยความเครียดนั้นส่งผลทั้งระยะสั้นและระยะยาวต่อผู้ต้องขัง ถ้าความเครียดเกิดขึ้นแล้วผู้ต้องขังสามารถปรับตัวได้ทันนั้น จะทำให้สภาวะความเครียดสิ้นสุดลงได้เร็ว แต่ถ้าหากผู้ต้องขังไม่สามารถจะปรับตัวได้ทัน สภาวะความเครียดจะส่งผลยืดยาว ก่อให้เกิดความกดดันภายในจิตใจยาวนานพร้อมทั้งจะเกิดพฤติกรรมต่างๆ ตามมาและ สอดคล้องกับกับการศึกษาของ ปกรณ์ บุญเรืองลือ 2552 ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดีจากการศึกษาพบว่าผู้ต้องขังที่มีระดับความเครียดต่ำร้อยละ 44.6 และผู้ต้องขังมีระดับความเครียดสูงร้อยละ 8.1 ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด 3 ด้าน ได้แก่ ด้านครอบครัวและธุรกิจการงานมีผลต่อความเครียดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.74 ด้านคดีความมีผลต่อความเครียดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.29 และด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมภายในเรือนจำ มีผลต่อความเครียดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.88

สมมุติฐานที่ 2. ปัจจัยสาเหตุการเกิดความเครียดด้านความแออัดอยู่ในระดับมาก

จากการศึกษาปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีระดับมาก คือ ด้านโรคภัยไข้เจ็บ รองลงมาระดับปานกลางเรียงตามลำดับ อีก 4 คือ ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ และ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่น

1) ด้านโรคร้ายไข้เจ็บผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของด้านโรคร้ายไข้เจ็บภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคฉี่หนู โรคภายในเรือนจำ และ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคติดต่ออื่นๆอยู่ในระดับมากเท่ากันคือ รองลงมาคือความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง และความวิตกกังวลกับการเกิดโรค Covid 2019 ที่แพร่ไปทั่วโลก

สอดคล้องกับเหตุการณ์ปัจจุบันนี้มีผู้ต้องขังทำการก่อเหตุจลาจลเผาเรือนนอนเรือนจำที่เรือนจำกลางบุรีรัมย์และทำการแหกหักหลบหนีอีกหลายๆเรือนจำ จนเกิดการเสียหายแก่ทางราชการอย่างรุนแรงโดยผู้ต้องขังดังกล่าวให้การว่ากลัวโรคระบาดที่อาจจะติดตนได้ภายในเรือนจำและวิตกกังวลเกี่ยวกับการเกิดโรค Covid 2019 ที่แพร่ไปทั่วโลก และปัจจัยด้านโรคร้ายไข้เจ็บดังกล่าวยังสอดคล้องกับบทความของกรมสุขภาพจิต (2541, น.35-39) ที่ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม สิ่งแวดล้อมทางชีวภาพ เป็นสิ่งแวดล้อมที่เป็นสิ่งมีชีวิตและทำอันตรายต่อบุคคลได้ เช่นเชื้อโรคต่างๆที่เป็นสาเหตุของโรคระบาด อาทิ โรคเอดส์ โรคไข้หวัดนก ไข้เลือดออกเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้เมื่อผู้ศึกษาได้นำปัจจัยต่างๆมาศึกษาจึงทำให้ทราบปัจจัยด้านโรคร้ายไข้เจ็บผู้ต้องขังเป็นสาเหตุให้ผู้ต้องขังเกิดความเครียดอยู่ในระดับมาก

2) ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ ของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า การได้รับประทานอาหารในแต่ละมื้ออยู่ในระดับมาก รองลงมาคือ การได้รับน้ำอุปโภคบริโภคตามมาตรฐานเรือนจำอยู่ในระดับมาก การได้รับการรักษาพยาบาลเบื้องต้นของเรือนจำอยู่ในระดับมาก และ การจัดกิจกรรมนันทนาการต่างๆของเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งการที่ปัจจัยสภาพแวดล้อมด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำเป็นสาเหตุให้ผู้ต้องขังมีความเครียดอยู่ในระดับปานกลางนั้นสอดคล้องกับ

สอดคล้องกับแนวคิดความต้องการของมนุษย์ ของ Maslow ด้านความต้องการทางร่างกาย ซึ่งเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ ได้แก่ ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เพื่อดำรงชีวิต เช่น อาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย เป็นความต้องการที่เป็นความต้องการขั้นต่ำสุดที่บุคคลพึงมี ปัจจัยด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำนี้ จึงเป็นสาเหตุให้ผู้ต้องขังเกิดความเครียดเป็นอันดับสองรองจากปัจจัยด้านโรคร้ายไข้เจ็บผู้ต้องขัง

3) ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ประชากรผู้ต้องขัง มีเกินความจุของเรือนจำอยู่ในระดับมาก รองลงมาคือ ขนาดของพื้นที่

ห้องคุมขังไม่เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขังอยู่ในระดับมาก การรับประทานอาหารในโรงอาหารที่มีที่นั่งไม่เพียงพออยู่ในระดับปานกลาง และการฝึกวิชาชีพในโรงงานที่คับแคบอยู่ในระดับ ปานกลาง ปัจจัยด้านความแออัดของผู้ต้องขัง นี้เป็นสาเหตุให้ผู้ต้องขังเกิดอาการเครียดอยู่ในอันดับที่ 3 ถัดจาก ปัจจัยด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ

สอดคล้องกับบทความของกรมสุขภาพจิต (2541, น.35-39) ที่ได้กล่าวถึงสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เป็นลักษณะทางกายภาพที่มีผลกระทบต่อทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อวิถีการดำเนินชีวิตของบุคคลและทำให้ต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลาซึ่งก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้ เช่น อุณหภูมิอากาศ ความแออัดของประชากรและบ้านเรือน สภาพรถติดและการจราจรที่หนาแน่น ภัยธรรมชาติ นั้นเป็นสาเหตุทำให้บุคคลเกิดความเครียดได้ซึ่งการที่ผู้ต้องขังเข้ามาอยู่ในเรือนจำและต้องอยู่ในพื้นที่จำกัดและมีประชากรอยู่อย่างแออัดจึงเป็นสาเหตุหนึ่งส่งผลต่อความเครียดได้

4) ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า การงดการเยี่ยมญาติตาม พรก. ถูกเงื่อนไขอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ ความเที่ยงตรงในการประเมินผลการเลื่อนชั้นอยู่ในระดับปานกลาง การลงโทษวินัยผู้ต้องขังตามระเบียบกรมราชทัณฑ์อยู่ในระดับปานกลาง และการปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำอยู่ในระดับ ปานกลาง ปัจจัยด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ

สอดคล้องกับบทความกรมสุขภาพจิต (2541, น.35-39) ที่ว่าระบบการปกครอง ซึ่งมีต่อวิถีการดำเนินชีวิตของบุคคลหากเป็นระบบการปกครองที่เคร่งครัด จะทำให้บุคคลรู้สึกถูกคุกคามหรือถูกควบคุม โดยเฉพาะเรื่องสิทธิ เสรีภาพต่างๆหรือเป็นระบบที่ทำให้ที่เคร่งครัดมากเกินไปก่อให้เกิดกับความเครียดได้

5) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า เพื่อนผู้ต้องขังขัดแย้งกันเป็นฝักฝ่ายอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ เพื่อนผู้ต้องขังไม่ให้ความสนใจหรือช่วยเหลือซึ่งกันและกันอยู่ในระดับปานกลาง การใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำอยู่ในระดับปานกลาง และ เพื่อนผู้ต้องขังไม่รับฟังความคิดเห็นของเราอยู่ในระดับ ปานกลาง

สอดคล้องกับ แนวคิดของ Alderfer (1972) เกี่ยวกับการแบ่งความต้องการมนุษย์ โดยได้กล่าวถึงด้านความต้องการด้านความสัมพันธ์ (Relatedness needs) เป็นความต้องการของบุคคลที่

จะมีมิตรไมตรี และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลที่อยู่แวดล้อมควรมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ตลอดจนสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อ เพื่อให้สถานภาพ เป็นที่ยอมรับทางสังคม โดยปัจจัยด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำส่งผลกระทบต่อความเครียดน้อยที่สุดในบรรดาปัจจัยอื่นที่นำมาเปรียบเทียบกัน

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีครั้งนี้ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดของผู้ต้องขังรวมถึงระดับความเครียดที่มีผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี ซึ่งระดับความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง 209 คนมีผู้ต้องขังที่มีความเครียดอยู่ในระดับมากถึง 28 คน คิดเป็นร้อยละ 13.4 และซึ่งในผู้ต้องขังกลุ่มนี้จะต้องจับตาคอยระวังเป็นคูพิเศษในการศึกษาในครั้งนี้ยังทำให้ทราบถึงปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดในผู้ต้องขัง ซึ่งปัจจัยที่ด้านสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดดังกล่าว ผู้ศึกษาขอเสนอแนะแนวทางในการจัดการกับปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดให้กับผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรีในด้านต่างๆเพื่อจะได้บรรเทาอาการเครียดของผู้ต้องขังดังต่อไปนี้

3.1.1 ด้านโรคภัยไข้เจ็บ

- 1) เรือนจำควรจัดให้มีการดูแลรักษาพยาบาลให้กับผู้ต้องขังอย่างทั่วถึง
- 2) ควรจัดแพทย์ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านเข้าไปทำการตรวจรักษาผู้ต้องขังอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยอาทิตย์ละครั้ง
- 3) ควรจัดให้มีนักจิตวิทยาภายในเรือนจำทำการประเมินผู้ต้องขังเข้าใหม่ทุกคน
- 4) ควรจัดให้มีรถเอกซเรย์เข้าไปตรวจสอบสแกนผู้ต้องขังทุกคนเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด โรคเป็นประจำทุกหกเดือน
- 5) สถานพยาบาลภายในเรือนจำจะต้องมียารักษาโรคเบื้องต้นที่เพียงพอ
- 6) เมื่อผู้ต้องขังที่มีโรคประจำตัวมีอาการกำเริบอย่างรุนแรงจะต้องจัดผู้ช่วยพยาบาลเข้ารักษาอาการให้ทันท่วงที
- 7) เกี่ยวกับสถานการณ์เชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVI 19) ในเรือนจำ
 - (7.1) ควรกำหนดให้เรือนพยาบาลและเจ้าหน้าที่พยาบาลรับผิดชอบ ในการเฝ้าระวังและติดตามข้อมูลเกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิด
 - (7.2) ควรเพิ่มขั้นตอนการซักประวัติในขั้นตอนการรับผู้ต้องขังรายใหม่ หรือการรับย้ายผู้ต้องขังจากทัณฑสถานอื่น

(7.3) ฝึกอบรมความรู้โรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVI 19) และทักษะการป้องกันตนเอง รวมทั้งใส่ชุดอุปกรณ์ป้องกันตนโดยการสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า

(7.4) จัดเตรียมสถานที่แควนแรกรับสำหรับผู้ต้องขังใหม่เพื่อให้ผู้ต้องขังใหม่อยู่ในแควนนี้อย่างน้อย 2 สัปดาห์

(7.5) จัดเตรียมกระบวนการและอุปกรณ์ในการคัดกรองอาการของผู้ต้องขัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งอุปกรณ์ป้องกันสำหรับเจ้าหน้าที่ และผู้ต้องขังอย่างเพียงพอ

3.1.2 ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ

1) เกี่ยวกับการได้รับอาหารในแต่ละมื้อจะต้องจัดอาหารให้เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขังที่มีและอาหารที่ให้จะต้องมีความสะอาด และถูกหลักอนามัย

2) เกี่ยวกับน้ำสำหรับดื่มจะต้องมีน้ำที่สะอาดไม่มีสิ่งเจือปนและมีน้ำตามจุดต่างๆ เพียงพอแก่ความต้องการของผู้ต้องขัง

3) ควรจัดให้มีสถานที่ออกกำลังกายให้กับผู้ต้องขัง เช่น สนามฟุตบอล เปตอง สนามตะกร้อ เพื่อให้ผู้ต้องขังได้ผ่อนคลายยามว่างเพื่อลดความเครียดได้

4) จัดให้ผู้ต้องขังได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานและในสายอาชีพต่างๆ รวมทั้งสนับสนุนให้ผู้ต้องขังเรียนต่อในระดับปริญญาตรี มุ่งเน้นให้ผู้ต้องขังสามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการศึกษาไปพัฒนาความรู้ พัฒนาอาชีพ พัฒนาทักษะชีวิต พัฒนาพฤติกรรม เพื่อให้สามารถกลับตนเป็นพลเมืองที่ดีกลับเข้าไปใช้ชีวิตอย่างสุจริตชนในสังคมภายหลังพ้นโทษและไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำ

3.1.3 ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง

1) อาคารเรือนนอนที่มีพื้นที่ในการนอนไม่เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขังควรจะทำพื้นที่เพิ่มโดยการต่อเป็นเตียงสองชั้นเพื่อลดความแออัดลงได้

2) ลดความแออัดของผู้ต้องขังตั้งแต่ก่อนเข้าเรือนจำโดยคดีเล็กน้อยควรจะติดค่าไร EM (Electronic Monitoring Center) ซึ่งเป็นเครื่องควบคุมตัวอิเล็กทรอนิกส์

3) ควรจัดทำพักโทษผู้ต้องขังที่มีความประพฤติดีให้สามารถออกจากเรือนจำก่อนกำหนดเวลาแต่จะต้องไปรายงานตัวที่คุมประพฤติทุกเดือน

4) ควรเกลี้ยย้ายผู้ต้องขังไปเรือนจำในเขตเดียวกันไปที่เรือนจำที่สามารถรองรับผู้ต้องขังเพิ่มได้ไม่เกินมาตรฐานรองรับที่ 1.2 ตารางเมตร/คน

3.1.4 ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ

1) ผู้ต้องขังเข้าใหม่ควรจัดให้ผู้ต้องขังเข้าใหม่อยู่รวมกัน ในแดนเดียวกันและจัดเจ้าหน้าที่ควบคุมชี้แจงกฎระเบียบต่างให้ชัดเจนรวมถึงบอกเกี่ยวกับโทษของการผิดวินัยให้ผู้ต้องขังทราบ

2) เกี่ยวกับการงดเยี่ยมญาติตาม พรก.ฉุกเฉิน เพื่อป้องกัน Covid 2019 จะต้องชี้แจงให้ผู้ต้องขังทราบถึงเหตุผลในการงดเยี่ยมดังกล่าว

3) เจ้าหน้าที่จะต้องลงโทษทางวินัยแก่ผู้ต้องขังตามกฎกระทรวงที่ออกให้เท่านั้น ห้ามลงโทษทางวินัยนอกเหนือจากที่กฎหมายกำหนด

4) ห้ามไม่ให้เจ้าหน้าที่ใช้ความรุนแรงกับผู้ต้องขังที่ทำผิดวินัย

3.1.5 ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำ

1) ควรจัดกีฬาภายในเรือนจำเป็นประจำเพื่อให้ผู้ต้องขังได้มีความสามัคคีกันและสามารถช่วยให้ผ่อนคลายอาการเครียดลงได้

2) การฝึกวิชาชีพในกองงานต่างๆควรจัดให้ผู้ต้องขังหมุนเวียนกัน ในหน้าที่ต่างๆ เพื่อจะได้จะได้ฝึกการเชื่อมความสัมพันธ์และสามารถทำงานร่วมกับบุคคลอื่นได้

3) ควรฝึกให้ผู้ต้องขังรู้จักการทำงานเป็นทีม โดยการมอบหมายงานให้แก่ละกลุ่ม ช่วยกันแสดงความคิดเห็นและนำผลงานมาเสนอแก่เจ้าหน้าที่

4) ควรเปิดโอกาสให้ผู้ต้องขังเข้ามาปรึกษาเจ้าหน้าที่ได้เพื่อระบายความในใจเกี่ยวกับปัญหาการใช้ชีวิตภายในเรือนจำ

จากผลการศึกษาเรื่อง ปัจจัยสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขัง เรือนจำพิเศษมีนบุรี ผู้วิจัยขอเสนอแนะข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการป้องกันและแก้ไขสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดของผู้ต้องขัง เพื่อก่อให้เกิดแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขัง ต่อผู้บริหารของเรือนจำ โดยนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ต้องขัง เพื่อสนับสนุนสอดคล้องกับภารกิจหลักของกรมราชทัณฑ์ในด้านการแก้ไข พัฒนาพฤติกรรมนิสัยของผู้ต้องขัง ให้เป็นบุคคลที่สามารถใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำได้อย่างปกติสุขและเมื่อได้เมื่อพ้นโทษ ก็สามารถเข้ากับสังคมทั่วไปได้ ดังนั้นควรเปิดโอกาสให้ผู้ต้องขังได้พักผ่อนโดยการชมรายการโทรทัศน์วีดิโอเทป ตลอดจนเล่นดนตรี กีฬาประเภทต่างๆ และประกอบกิจกรรมทางศาสนาซึ่งสามารถช่วยผ่อนคลายความเครียดและมีสุขภาพแข็งแรงพร้อมที่จะพัฒนา และเป็นคนดีในสังคมได้

ผู้วิจัยขอเสนอแนะในการจัดการกับความเครียดในผู้ต้องขังดังต่อไปนี้

1. เน้นเรื่องงานทัศนปฏิบัติ คือ จากจำแนกลักษณะผู้ต้องขังให้เป็นไปอย่างสมบูรณ์ครบถ้วน กล่าวคือ มีการทำทะเบียนประวัติ ข้อมูลพื้นฐาน ตรวจสอบสุขภาพและมีคลินิกสุขภาพใจ และจัดให้มีการจำแนกซ้ำทุกๆ 2 เดือน ตามความหนักเบาของภารกิจ
2. จัดให้มีโครงการให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการปฏิบัติตัวในขณะที่อยู่ในเรือนจำแก่ผู้ต้องขังเข้าใหม่ เพื่อเพิ่มความเข้าใจ ความรู้และคำแนะนำในการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง เพื่อให้ผู้ต้องขังสามารถปรับตัวและได้ทราบวิธีการดำเนินชีวิตในเรือนจำ เช่น หลักสูตรผู้ต้องขังแรกเข้าระยะเวลา 2 สัปดาห์
3. จัดให้มีการประเมินผลโดยผู้ต้องขังสามารถประเมินสภาพแวดล้อมทั่วไปภายในเรือนจำอย่างสม่ำเสมอ ได้แก่ คุณภาพและความสะอาดของอาหาร น้ำดื่ม ห้องนอน รวมถึงบริเวณกองงานละบริเวณโดยรอบ เพราะเป็นปัจจัยพื้นฐานของการดำรงชีวิตที่สำคัญและจำเป็น
4. จัดทำแผนกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตตลอดปี โดยเน้นให้เหมาะสมกับลักษณะกลุ่มของผู้ต้องขัง เพื่อผ่อนคลายความเครียด และควรเพิ่มกิจกรรมกลุ่ม เช่น กีฬาเป็นทีมเพราะเป็นการส่งเสริมการใช้ชีวิตร่วมกันในสังคม การรู้จักระเบียบ มนุษย์สัมพันธ์ ความร่วมมือในการทำกิจกรรมร่วมกัน
5. จัดให้มีหน่วยบริการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้ต้องขังที่มีปัญหาในเรือนจำต่าง ๆ ได้เข้ามาปรึกษา โดยอาจจัดให้มีขึ้นในแต่ละแดน อย่างชัดเจน เพราะผู้ต้องขังบางคนอาจไม่ทราบว่าควรจะไปปรึกษาใคร ที่ไหน อย่างไร ปรึกษาในเรื่องใดได้บ้าง เช่น โครงการบริการทางกฎหมายสำหรับผู้ต้องขังสำหรับการให้การช่วยเหลือด้านกฎหมายแก่ผู้ต้องขัง จึงน่าจะเปิดบริการในเรือนจำพิเศษมีนบุรี เพราะเป็นเรือนจำพิเศษมีนบุรี รับผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดีนอกจากนั้น ควรมีโครงการให้คำปรึกษา ซึ่งเจ้าหน้าที่นักสังคมสงเคราะห์ของเรือนจำที่มีเพียง 1 คน ในแต่ละเรือนจำ ไม่เพียงพอในการให้บริการแก่ผู้ต้องขังจำนวนมากได้อย่างทั่วถึง จึงควรให้เจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ในแต่ละแดนเป็นผู้ให้คำปรึกษา หากปัญหาใดที่เกินความสามารถจึงส่งต่อให้ นักสังคมสงเคราะห์รับผิดชอบต่อหากทำเช่นนี้ ก็จะลดภาระของนักสังคมสงเคราะห์ลง และเกิดผลประโยชน์ต่อผู้ต้องขังได้อย่างทั่วถึงมากขึ้น มีผลงานอย่างเป็นรูปธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังเพิ่มขึ้น
6. ควรมีหน่วยงานพยาบาลเบื้องต้นประจำแดน เพราะปัญหาหนึ่งจากแบบสอบถามที่ผู้ต้องขังต้องการมากคือ การบริการพยาบาลขั้นต้น จากเจ้าหน้าที่ประจำแดนและความสะดวกในการขอไปตรวจกับเจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ ดังนั้น จึงควรมีการจัดเจ้าหน้าที่ประจำแดนที่มีความรู้ความสามารถรักษาพยาบาลขั้นต้น ดูแลห้องพยาบาลประจำแดนเพื่ออำนวยความสะดวก ตรวจ

วินิจฉัยอาการเบื้องต้นของผู้ต้องขังได้ถูกต้อง ว่ามีความจำเป็นต้องส่งห้องพยาบาลเรือนจำหรือไม่อย่างไร

การวิจัยครั้งนี้ค่อนข้างจำกัดด้านเวลา และงบประมาณ จึงต้องจำกัดขอบเขตของกลุ่มประชากรที่ศึกษา ข้อมูลเกี่ยวกับความเครียดจึงกระจายอยู่เฉพาะประชากรกลุ่มนี้ ฉะนั้นในการศึกษาโอกาสต่อไป จึงควรมีการศึกษากลุ่มประชากรในเรือนจำลักษณะอื่นๆบ้าง เช่น ทัณฑสถาน เรือนจำกลาง เรือนจำจังหวัด เป็นต้น

การวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้ต้องขัง โดยเฉพาะข้าราชการของเรือนจำอาจสร้างปัญหาให้ผู้ตอบไม่สะดวกใจ ไม่อยากให้ข้อมูลที่เป็นจริงมากนัก การศึกษาในโอกาสต่อไป ควรจะเป็นผู้ศึกษาที่ไม่ได้ปฏิบัติงานในกรมราชทัณฑ์ จะได้เกิดข้อเปรียบเทียบการศึกษาเพื่อนำไปหาข้อสรุปที่ถูกต้องยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะการศึกษาครั้งต่อไป

1. ศึกษาปัจจัยความเครียดของผู้ต้องขัง ในเรือนจำอื่น หรือกลุ่มเรือนจำอื่นเช่น ทำการศึกษาในกลุ่มเรือนจำกลางและ กลุ่มเรือนจำความมั่นคงสูง
2. ศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความความเครียดของผู้ต้องขัง ระหว่างเรือนจำแต่ละประเภทเช่นเรือนจำพิเศษเปรียบเทียบปัจจัยสาเหตุความเครียดกับเรือนจำกลาง
3. ศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่อาจเป็นสาเหตุความเครียดของผู้ต้องขังเช่น ปัจจัยด้านเศรษฐกิจและการเมืองที่มีกลุ่มประชาชนมาประท้วงหน้าเรือนจำจนอาจทำให้ผู้ต้องขังเกิดความเครียดและอาจเหตุก่อจลาจลภายในเรือนจำได้
4. ศึกษาเปรียบเทียบการใช้โปรแกรมการทำสมาธิเพื่อลดความเครียดของผู้ต้องขังเช่น นำหลักสัจธรรมสมาธิมาทดสอบกับกลุ่มผู้ต้องขัง



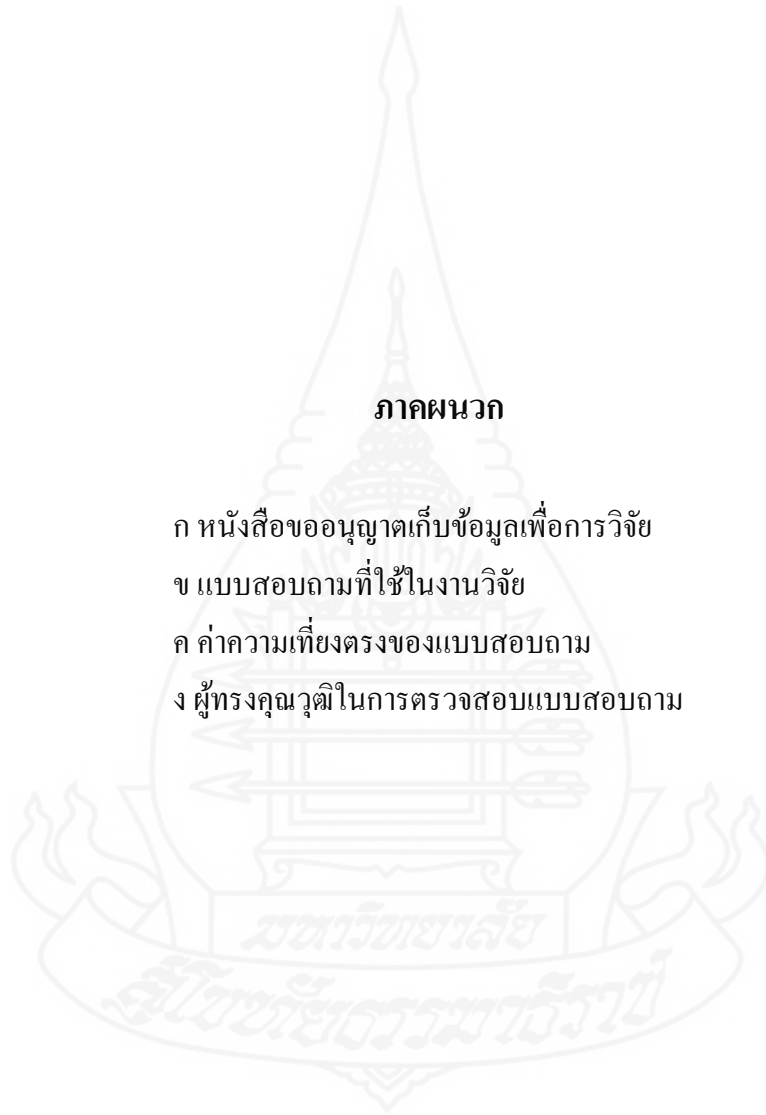
บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมราชทัณฑ์. (2563) *แบบประเมินภาวะสุขภาพจิตสำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำไทย*. สืบค้นจาก http://www.correct.go.th/meds/index/Download/24868_58.pdf
- กรมราชทัณฑ์. (2563) *สถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ*. สืบค้นจาก http://www.correct.go.th/stat102/display/select_type.php
- กรมสุขภาพจิต. (2563) *แบบวัดระดับความเครียด*. สืบค้นจาก https://la.mahidol.ac.th/th/wpcontent/uploads/2019/09/article_20170504171136.pdf
- กัลยา วานิชย์บัญชา. (2550). *การใช้โปรแกรม SPSS for window ในการวิเคราะห์ข้อมูล*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร.
- ชนวรรณ อุดมมีชัย. (2546). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของผู้ต้องขัง กรณีศึกษาเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร*. (รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม, กรุงเทพมหานคร.
- นันทิ จิตสว่าง. (2541). *หลักอาชญาวิทยา*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มูลนิธิพิบูลย์สงเคราะห์.
- ปกรณ์ บุญเรืองถือ. (2552). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ต้องขังระหว่างพิจารณาคดี*. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- พระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พุทธศักราช 2560. (2560, 17 กุมภาพันธ์). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 134 ตอนที่ 21 ก หน้า 1- 23.
- พระมหามนตรี หลินภู. (2551). *การศึกษาความเครียดและการลดความเครียดที่มีต่อการใช้ชีวิตภายในเรือนจำของผู้ต้องขัง กรณีศึกษาเรือนจำจังหวัดกาฬสินธุ์*. (รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรจน์, กรุงเทพมหานคร.
- สวัสดิ์ ส่งสัมพันธ์ . (2542) *คู่มือเจ้าพนักงานเรือนจำในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง*. นนทบุรี: กรมราชทัณฑ์.

ภาคผนวก

- ก หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย
- ข แบบสอบถามที่ใช้ในงานวิจัย
- ค ค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม
- ง ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบแบบสอบถาม



ภาคผนวก ก

หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย



เรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร
 เลขที่รับ..... ๐๙๔๙๕
 วันที่..... 28 ก.ย. 2563 /
 เวลา..... 14.15



ที่ อว ๐๖๐๒.๑๗/บ นคต

สาขาวิชาวิทยาการจัดการ
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๒๔ กันยายน ๒๕๖๓

ฝ่ายควบคุม
 เลขที่..... ๕๕๓/๒๓-๕๖
 วันที่..... 29 ก.ย. 2563
 เวลา..... 1๐.๐๐

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาทดลองเครื่องมือวิจัย

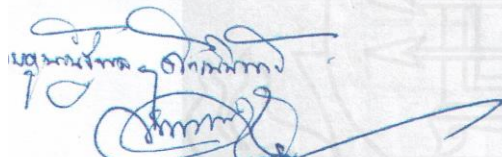
เรียน ผู้บัญชาการเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน ๑ ชุด
 ๒. แบบสอบถาม จำนวน ๑ ชุด

เนื่องด้วย นายอภิรมย์ ศรีจันทเพ็ญ นักศึกษาหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
 วิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช กำลังทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง "ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ
 ความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษนนทบุรี" ซึ่งมี รองศาสตราจารย์ ดร.กิตติพงษ์ เกียรติวัชรชัย เป็นอาจารย์ที่
 ปรึกษาตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ ที่ส่งมาพร้อมนี้

ในการนี้ นักศึกษาจำเป็นต้องทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัยในหน่วยงานของท่าน ทั้งนี้เพื่อให้
 ผลการวิจัยที่ได้จะเป็นประโยชน์แก่งานวิชาการสืบไป หากต้องการสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมโปรดติดต่อกับ
 นักศึกษาโดยตรงได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ ๐๙๓๓-๕๗๕-๓๙๑๐

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์แก่นักศึกษา และขอขอบพระคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้


 (นายอภิรมย์ สิริคศิริ)
 ผู้อำนวยการส่วนปฏิบัติการที่ ๒
 29 ก.ย. 2563

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นราธิป สิริราม)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาวิทยาการจัดการ

ส่ง ผู้อำนวยการส่วนปฏิบัติการที่ ๒
 ดำเนินการ พิจารณา
 เพื่อทราบ อื่น ๆ.....

โทร. ๐๒-๕๐๔๘๑๙๑-๖
โทรสาร. ๐๒-๕๐๓๓๖๑๒๒

13๗๔ น.๐.๒๖๓
 ๕๐๖ ๖1๖ ๐๖๓1๖
 11๐. 11๐๔ 1- ๕ ๑๖๓.๖.๖.
 ๒๐๖ 11๖๖ ๒๐๖ ๒๐๖ ๒๐๖
 1 เพื่อโปรดพิจารณา
 (นายไพโรจน์ ธรรมบุตร)
 หัวหน้าฝ่ายควบคุมกลาง

นายคณฐ กระแสร์ทิพย์
ผู้บัญชาการเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร

28 ก.ย. 2563

เรียนจำพิเศษมินบุรี
 เลขที่รับ 4973
 วันที่ - ๕ ต.ค. ๒๕๖๓
 เวลา.....



ที่ อว ๐๖๐๒.๑๗/บ ๗๑๗

สาขาวิชาวิทยาการจัดการ
 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
 ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด
 จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐

๓๐ กันยายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขออนุญาตให้นักศึกษาเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้บัญชาการเรือนจำพิเศษมินบุรี

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน ๑ ชุด
 ๒. แบบสอบถาม จำนวน ชุด

เนื่องด้วย นายอภิรมย์ ศรีจันทเทพ นักศึกษาหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
 วิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช กำลังทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผล
 ต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมินบุรี” ซึ่งมี รองศาสตราจารย์ ดร.กิตติพงษ์ เกียรติวัชรชัย เป็นอาจารย์
 ที่ปรึกษา ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่ส่งมาพร้อมนี้

ในการนี้ นักศึกษาจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยจากบุคลากรในหน่วยงานของท่าน จึงเรียนมา
 เพื่อขออนุญาตจากท่านให้นักศึกษาดำเนินการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย หากต้องการสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม
 โปรดติดต่อแก่นักศึกษาโดยตรงได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ ๐๙๓-๕๗๕-๓๙๑๐

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์แก่นักศึกษา และขอขอบพระคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

- ส่ง ผู้รับผิดชอบ
- ส่วนควบคุมผู้ต้องขังที่ ๑
 - ส่วนควบคุมผู้ต้องขังที่ ๒
 - ส่วนควบคุมผู้ต้องขังไปศาล
 - ส่วนสวัสดิการและสงเคราะห์ผู้ต้องขัง
 - ส่วนบริหารทั่วไป
 - เพื่อทราบ.....
 - เพื่อรายงาน.....
 - ส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง
 - ส่วนทัณฑปฏิบัติ
 - สถาบันพยาบาลเรือนจำ
 - เพื่อดำเนินการ.....
 - อื่นๆ.....

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นราธิป ศรีธรรม)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาวิทยาการจัดการ

นายอนุชิต

11/10/2563 11/10/2563

ส.ส.

นายสมภพ สังกัดแก้ว

ผู้บัญชาการเรือนจำพิเศษมินบุรี

โทร. ๐๒-๕๐๔๘๑๘๑-๖

โทรสาร. ๐๒-๕๐๓๓๖๑๒

(นายวุฒิธนา สมบัติ)
 หัวหน้าฝ่ายควบคุมผู้ต้องขังที่ ๑
 และหัวหน้าฝ่ายรักษาการณ์
 รักษาการ ผู้อำนวยการส่วนควบคุมผู้ต้องขัง
 ๕ ต.ค. ๒๕๖๓



ภาคผนวก ข
แบบสอบถามที่ใช้ในงานวิจัย



แบบสอบถามเพื่อการศึกษา

เรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารรัฐกิจ สาขาวิชาวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช โดยมีวัตถุประสงค์ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความเครียดของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี จึงขอความร่วมมือมายังท่านเพื่อตอบแบบสอบถามฉบับนี้ตามความเป็นจริง สำหรับข้อมูลที่ท่านได้ตอบแบบสอบถามชุดนี้จะนำไปใช้ประโยชน์เชิงวิชาการ ซึ่งจะไม่มีผลกระทบต่อท่าน โดยผู้ศึกษาจะปกปิดเป็นความลับ และขอขอบคุณท่าน มา ณ โอกาสนี้

คำอธิบายในการตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ ที่ส่งผลกระทบต่อความเครียด

ตอนที่ 3 แบบวัดความเครียด

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความคิดเห็น และข้อเสนอแนะ

จึงขอความกรุณาให้ทุกท่านตอบคำถามให้ตรงความรู้สึก และความคิดเห็นของท่านมากที่สุด โปรดตอบให้ครบทุกข้อ

ขอขอบคุณ ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

ขอแสดงความนับถือ

นายอภิรมย์ ศรีจันทเพ

หลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพส่วนบุคคลของผู้ต้องขังเรือนจำพิเศษมีนบุรี
คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

1.1 เพศ

- ชาย หญิง

1.2 อายุ

- ไม่เกิน 25 ปี 26-35 ปี 36-45 ปี 46-55 ปี
 56-65 ปี มากกว่า 65 ปีขึ้นไป

1.3 ระดับการศึกษา

- ไม่จบประถมศึกษา
 ประถมศึกษา
 มัธยมศึกษาตอนต้น
 มัธยมศึกษาตอนปลาย
 ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นต้น (ปวช.)
 ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)
 ปริญญาตรี
 สูงกว่าปริญญาตรี

1.4 สถานภาพสมรสก่อนต้องโทษ

- โสด
 สมรส
 หย่า

1.5 อาชีพก่อนต้องโทษ

- ไม่มีงานทำ/ว่างงาน กำลังศึกษา
 ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัท/ห้างร้าน
 รับจ้างทั่วไป เกษตรกร
 พ่อค้า/แม่ค้า ผู้บริหาร/เจ้าของกิจการ
 อื่นๆ

1.6 เงินที่รับจากญาติเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย

- ไม่มี
- 1 - 2,000 บาท / เดือน
- 2,001 - 4,000 บาท / เดือน
- 4,001 - 6,000 บาท / เดือน
- 6,001 - 8,000 บาท / เดือน
- ตั้งแต่ 8,001 ขึ้นไป

1.7 ประเภทคดี

- คดีทั่วไป ระบุ
- พรบ.ยา ระบุประเภท.....

1.8 ระยะเวลาที่เข้ามาอยู่ในเรือนจำ

- | | |
|--|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ต่ำกว่า 1 เดือน | <input type="checkbox"/> 1-3 เดือน |
| <input type="checkbox"/> 4-6 เดือน | <input type="checkbox"/> 7-9 เดือน |
| <input type="checkbox"/> 10-12 เดือน | <input type="checkbox"/> 1 ปีขึ้นไป |

ตอนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำพิเศษมีนบุรี ที่เป็นสาเหตุความเครียดแบ่งออกเป็น 5 ด้านคือ ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ด้านโรคภัยไข้เจ็บ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ ในแต่ละข้อให้ท่านพิจารณาถึงระดับความคิดเห็นของท่าน จัดเป็น 5 ระดับ คือ

- ระดับ 1 หมายถึง มีผลต่อความเครียดน้อยที่สุด
- ระดับ 2 หมายถึง มีผลต่อความเครียดเล็กน้อย
- ระดับ 3 หมายถึง มีผลต่อความเครียดปานกลาง
- ระดับ 4 หมายถึง มีผลต่อความเครียดมาก
- ระดับ 5 หมายถึง มีผลต่อความเครียดมากที่สุด

2. โปรดพิจารณาข้อความในแต่ละข้อ และเลือกทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องขวามือช่องใดช่องหนึ่ง เพียงช่องเดียวในแต่ละข้อที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด

ท่านมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำพิเศษมีนบุรี ที่เป็นสาเหตุความเครียดในด้านต่างๆ ต่อไปนี้อย่างไร

ข้อ	ประเด็นปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ	ระดับความคิดเห็นต่อความเครียด				
		มีผล น้อย ที่สุด (1)	มีผล น้อย (2)	มีผล ปาน กลาง (3)	มีผล มาก (4)	มีผล มาก ที่สุด (5)
1	ด้านความแออัดของผู้ต้องขัง ประชากรผู้ต้องขัง มีเกินความจุของเรือนจำ					
2	ขนาดของพื้นที่ห้องคุมขังไม่เพียงพอกับจำนวนผู้ต้องขัง					
3	การฝึกวิชาชีพในโรงงานที่คับแคบ					
4	การรับประทานอาหารในโรงอาหารที่มีที่นั่งไม่เพียงพอ					
5	ด้านโรคภัยไข้เจ็บ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเกิดโรค Covid 2019 ที่แพร่ไปทั่วโลก					
6	ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคฉี่หนูโรครภายในเรือนจำ					
7	ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง					
8	ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรคติดต่ออื่นๆ					
9	ด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้ต้องขังอื่นในเรือนจำ เพื่อนผู้ต้องขังไม่ให้ความสนใจหรือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน					
10	เพื่อนผู้ต้องขังขัดแย้งกันเป็นฝักฝ่าย					
11	เพื่อนผู้ต้องขังไม่รับฟังความคิดเห็นของเรา					

ข้อ	ประเด็นปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในเรือนจำ	ระดับความคิดเห็นต่อความเครียด				
		มีผล น้อย ที่สุด (1)	มีผล น้อย (2)	มีผล ปาน กลาง (3)	มีผล มาก (4)	มีผล มาก ที่สุด (5)
12	การใช้ชีวิตร่วมกับผู้ต้องขังอื่นภายในเรือนจำ					
	ด้านกฎระเบียบภายในเรือนจำ					
13	การปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำ					
14	การลงโทษวินัยผู้ต้องขังตามระเบียบกรมราชทัณฑ์					
15	ความเที่ยงตรงในการประเมินผลการเลื่อนชั้น					
16	การงดการเยี่ยมญาติตาม พรก.ฉุกเฉิน					
	ด้านสวัสดิการผู้ต้องขังภายในเรือนจำ					
17	การได้รับประทานอาหารในแต่ละมื้อ					
18	การได้รับการรักษาพยาบาลเบื้องต้นของเรือนจำ					
19	การได้รับน้ำอุปโภคบริโภคตามมาตรฐานเรือนจำ					
20	การจัดกิจกรรมนันทนาการต่างๆของเรือนจำ					

ตอนที่ 3 แบบวัดความเครียด

เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับระดับความเครียดโดยปรับปรุงจากแบบวัดระดับความเครียด กรมสุขภาพจิต และแบบประเมินภาวะสุขภาพจิตสำหรับผู้ต้องขังในเรือนจำไทย มาสร้างเป็นแบบวัดความเครียดมีลักษณะเป็นแบบวัดการรับรู้ต่อภาวะสุขภาพโดยทั่วไป ได้แก่ อาการทางกาย พฤติกรรม การแสดงออกและความรู้สึกด้านจิตใจ ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 22 ข้อ ข้อความในแต่ละคำถามต้องการทราบว่าผู้ต้องขังมีอาการพฤติกรรมหรือความรู้สึกเช่นนั้น เกิดขึ้นมากน้อยเพียงไรโดยแบบสอบถามนี้ได้ตรวจความถูกต้องจากผู้ทรงคุณวุฒิเรียบร้อยแล้ว

คำชี้แจง 1.แบบสอบถามประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 22 ข้อ ในแต่ละข้อให้ท่านพิจารณาถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของท่าน จัดเป็น 5 ระดับ คือ

อาการที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย	ให้	1	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นนานๆ ครั้ง	ให้	2	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นบ่อยๆ	ให้	4	คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นเป็นประจำ	ให้	5	คะแนน

2. ในช่วงระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมาจนถึงวันนี้ ให้สำรวจว่ามีอาการ ความรู้สึกและพฤติกรรมต่อไปนี้บ้างหรือไม่ ตั้งแต่ระดับไม่เคยเลย บางครั้ง ค่อนข้างบ่อย และบ่อยมาก โดยทำเครื่องหมายถูก ✓ ลงในช่องให้ตรงกับความเป็นจริงให้มากที่สุด

ข้อ	อาการ ความรู้สึก และพฤติกรรม	ไม่ เลย (1)	เกิดขึ้น นานๆ ครั้ง (2)	เกิดขึ้น เป็น บางครั้ง (3)	เกิดขึ้น บ่อยๆ (4)	เกิดขึ้น เป็น ประจำ (5)
1	คุณรู้สึกอยากร้อง หรือตะโกนดังๆ เพื่อระบายความอัดอั้นคับแค้นใจ					
2	คุณรู้สึกเศร้า เสียใจ จนทำให้คุณไม่มีความสุขกับการใช้ชีวิตในเรือนจำ					
3	คุณรู้สึกน้อยใจ เสียใจ ในโชคชะตาของตนเองที่ต้องมาใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำเช่นทุกวันนี้					

4	คุณรู้สึกท้อแท้สิ้นหวังในชีวิต					
5	ระยะนี้คุณเกิดความรู้สึกกลัว และหวาดระแวงการใช้ชีวิตในเรือนจำโดยไม่มีเหตุผล					
6	คุณรู้สึกสูญเสียความเป็นตัวเอง					
7	คุณรู้สึกว่าตนเองมักมีอาการกระวนกระวายหรือกระสับกระส่าย					
8	พักนี้คุณรู้สึกปวดเมื่อยบริเวณต้นคอ หลังหรือไหล่มากกว่าปกติ					
9	พักนี้คุณมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพร่างกายหรือมีการ					
10	ระยะนี้คุณรู้สึกเป็นห่วงและวิตกกังวลในเรื่องบางเรื่องมากกว่าปกติ					
11	คุณรู้สึกว่าพักนี้คุณมักมีอาการหงุดหงิดและโมโหง่ายกว่าปกติ					
12	พักนี้คุณมักมีอาการปวดหัว เวียนหัว					
13	ช่วงนี้คุณรู้สึกอ่อนเพลีย เหมือนคนไม่มีเรี่ยวแรง (ปกติไม่เคยเป็น)					
14	พักนี้คุณรู้สึกไม่อยากจะพูดคุยหรือสูงส่งกับเพื่อนผู้ต้องขังอื่นๆ อยากรู้อยู่เงียบๆคนเดียว					
15	พักนี้คุณมักมีปัญหาเกี่ยวกับการนอน เช่นนอนไม่หลับ หลับยาก หลับๆตื่นๆ ตื่นเร็ว/เช้ากว่าปกติ หรือตื่นขึ้นมาแล้วรู้สึกอ่อนเพลียเหมือนนอนไม่เต็มอิ่ม					

ข้อ	อาการ ความรู้สึก และพฤติกรรม	ไม่ เลย (1)	เกิดขึ้น นานๆ ครั้ง (2)	เกิดขึ้น เป็น บางครั้ง (3)	เกิดขึ้น บ่อยๆ (4)	เกิดขึ้น เป็นประจำ (5)
16	ช่วงนี้คุณรู้สึกเพลียง่าย ไม่อยากทำอะไร อยากนอนอย่างเดียว					
17	ระยะนี้คุณมักมีอาการจุกเสียด แน่นท้อง หรือท้องอืด					
18	พักนี้คุณมักคิดวกไปวกมาแต่เรื่องเดิมๆที่ทำ ให้คุณไม่สบายใจแต่ก็ไม่สามารถหยุดคิดได้					
19	พักนี้คุณมักมีอาการหลงลืมง่ายจนตนเอง หรือเพื่อนผู้ต้องชังคนอื่นสังเกตเห็น					
20	คุณรู้สึกว่าชีวิตของคุณมักมีแต่เรื่องไม่ดี เกิดขึ้น					
21	คุณรู้สึกผิตอยู่ตลอดเวลา					
22	พักนี้คุณมีปากเสียงกับผู้ต้องชังคนอื่นบ่อย กว่าปกติ					
	รวม					
	รวมทั้งหมด					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

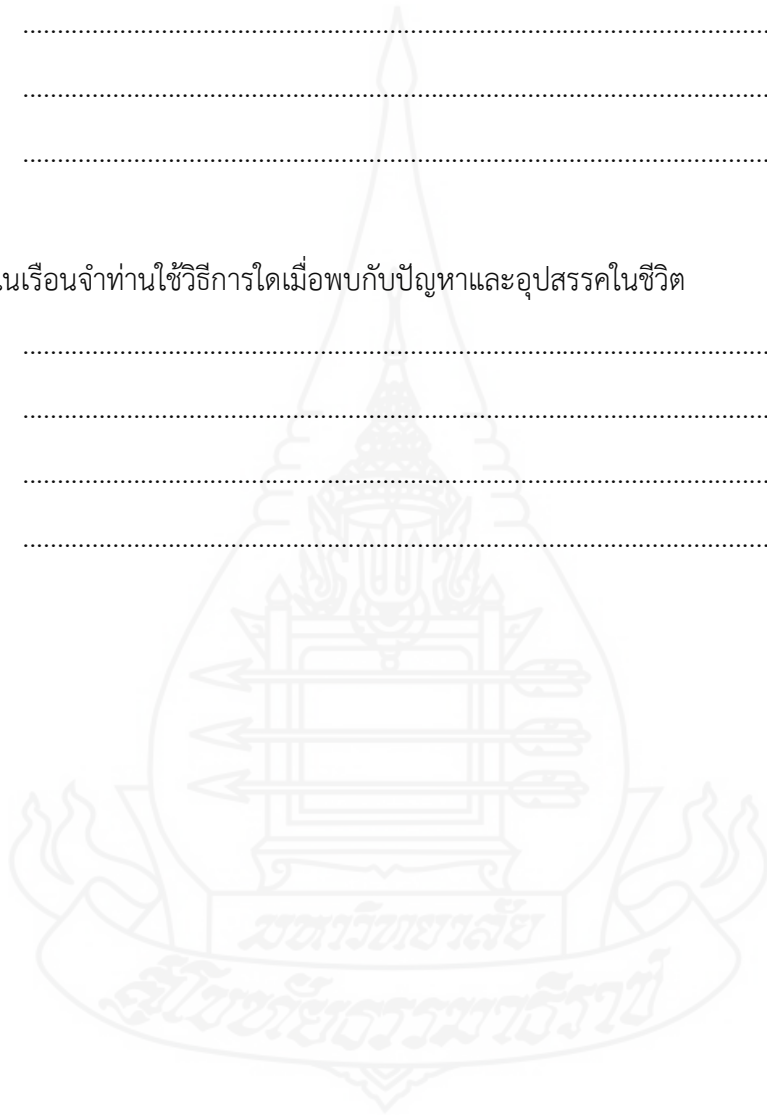
คำชี้แจง โปรดอ่านคำถามและเขียนคำตอบตามความเข้าใจและความรู้สึกของท่านมากที่สุด

1. ขณะอยู่ในเรือนจำท่านคิดว่าสิ่งใดหรือเรื่องใดที่ทำให้ท่านรู้สึกเครียดมาก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

.....
.....
.....
.....

2. ขณะอยู่ในเรือนจำท่านใช้วิธีการใดเมื่อพบกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิต

.....
.....
.....
.....



ภาคผนวก ค

ค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม



ตารางแสดงค่า (Cronbach's Alpha Coefficient) ของแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยสภาพแวดล้อม
ภายในเรือนจำ ที่เป็นสาเหตุความเครียด

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.951	.951	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
1	51.30	257.734	.694	.948
2	51.47	253.361	.812	.947
3	51.53	264.189	.687	.949
4	51.73	262.409	.697	.949
5	51.57	251.633	.806	.947
6	51.13	251.154	.775	.947
7	51.37	253.137	.799	.947
8	51.20	251.407	.781	.947
9	51.77	264.944	.695	.949
10	51.93	266.202	.550	.950
11	52.10	270.369	.582	.950
12	51.80	266.372	.620	.950
13	51.40	260.938	.592	.950
14	51.63	257.413	.686	.949
15	51.57	262.668	.585	.950
16	51.50	251.707	.719	.948
17	51.50	272.397	.467	.951
18	51.47	257.223	.727	.948
19	51.47	256.189	.736	.948
20	51.63	262.792	.692	.949

ตารางแสดงค่า(Cronbach's Alpha Coefficient) ของแบบวัดความเครียดของผู้ต้องขัง

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.972	.970	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
1	41.43	330.047	.759	.	.970
2	41.17	332.282	.826	.	.970
3	40.80	324.510	.792	.	.970
4	41.00	326.345	.785	.	.970
5	41.40	336.386	.724	.	.971
6	41.13	326.120	.891	.	.969
7	41.07	322.892	.869	.	.969
8	40.90	323.266	.778	.	.970
9	40.93	320.685	.844	.	.970
10	40.87	321.292	.859	.	.969
11	40.90	328.369	.778	.	.970
12	40.90	321.541	.881	.	.969
13	41.07	320.340	.909	.	.969
14	41.07	325.513	.761	.	.970
15	40.87	323.016	.779	.	.970
16	41.17	330.213	.792	.	.970
17	41.33	332.989	.748	.	.970
18	41.13	321.499	.837	.	.970
19	41.30	328.976	.843	.	.970
20	41.30	336.769	.672	.	.971
21	41.47	345.706	.443	.	.973
22	41.90	356.162	.191	.	.974

ภาคผนวก ง

ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม)



รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ

- ดร.กิตติมา อินศิริ ผู้อำนวยการส่วนควบคุมผู้ต้องขัง ที่ 3
- นายสุรินทร์ จันทร์เทพ ผู้อำนวยการส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง
- นางสาวสิริกมล แลคไทสง นักจิตวิทยาชำนาญการ



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นายอภิรมย์ ศรีจันทเพ
วัน เดือน ปีเกิด	6 เมษายน 2526
สถานที่เกิด	อำเภอเพ็ญ จังหวัดอุดรธานี
ประวัติการศึกษา	ธุรกิจบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พ.ศ. 2553
สถานที่ทำงาน	เรือนจำพิเศษมีนบุรี
ตำแหน่ง	นักพัฒนาวิทยาปฏิบัติกร

