

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อพัฒนาระบบการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี และ 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ผู้ให้ข้อมูล เป็นเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี จำนวน 31 คน และเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา จำนวน 3 คน ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะไว้ตามลำดับ ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในความควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

เด็กและเยาวชนที่อยู่ในความควบคุมดูแลของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาทุกคนเป็นเพศชาย อายุอยู่ในช่วง 12 – 18 ปี ส่วนใหญ่ มีจำนวนพี่น้อง 2 คน เกินครึ่งหนึ่งเป็นบุตรคนแรก สภาพครอบครัวส่วนใหญ่อยู่กับพ่อแม่ นับถือศาสนาอิสลาม รองลงมานับถือศาสนา การศึกษาในสายสามัญ อยู่ในระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย ส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีส่วนน้อยที่ศึกษาสายศาสนา โดยศึกษาอยู่ในระดับ อิสลามศึกษาตอนต้น ปีที่ 1 -3 ระยะเวลาที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ตั้งแต่ 1 เดือน – 15 เดือน ส่วนใหญ่ อยู่ในช่วง 4 – 5 เดือน ความรู้สึกภายในใจระหว่างอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ได้แก่ กลัว เหงา เศร้า เครียด กังวลเรื่องเรียน และส่วนใหญ่รู้สึกเครียด

ข้อมูลทั่วไปของเจ้าหน้าที่ของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ซึ่งเป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา เพศหญิง จำนวน 3 คน ประกอบด้วยนักจิตวิทยา 1 คน รับผิดชอบงานด้านบำบัด แก้ไข ฟื้นฟู และพัฒนาพฤติกรรมเสียเด็กและเยาวชน นักสังคมสงเคราะห์ชำนาญการ 1 คน รับผิดชอบงานด้านคดีความของเด็กและเยาวชน นักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ จำนวน 1 คน รับผิดชอบการฝึกอบรมและฝึกวิชาชีพ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

การเข้าถึงพื้นที่ศึกษาวิจัยในระยะเตรียมการ

ผู้วิจัยเข้าเตรียมความพร้อม ณ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เพื่อการพัฒนากระบวนการและรูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี พบว่าเด็กและเยาวชนเมื่อเข้ามาอยู่ในสถานพินิจ มักเผชิญความตึงเครียดทางอารมณ์ แต่ยังสามารถเรียนรู้ ทักษะการอยู่กับตัวเอง และการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ได้ เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลยอมรับกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นกิจกรรมที่มุ่งผลลัพธ์ให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยก โดยทางสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจัดเวลาสำหรับการทำกิจกรรมในภาคบ่ายสัปดาห์ละ 1 ครั้ง การศึกษาวิจัยนี้ผู้วิจัยเป็นทั้งผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ (Learning facilitator) และ เป็นนักวิจัย (Researcher)

ข้อปฏิบัติของนักวิจัย/ผู้จัดกระบวนการในการจัดกิจกรรมสำหรับกลุ่มเด็กและเยาวชน

1. สำรวจอาการความไม่สุขสบายทั้งกายและใจ อาการทางใจที่พบ เช่น เหงา เบื่อ เครียด อายากยา อายากกลับบ้าน เป็นต้น อาการทางกาย เช่น ปวด ขา ปวดหลัง ปวดหัว ปวดหลัง เป็นต้น
2. นำเสนอเทคนิคผ่อนคลายจิตใจที่ทำได้ด้วยตัวเอง เมื่อสิ้นสุดการฝึกให้สะท้อนความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับกายและใจ ย้ำเมื่อมีคนสะท้อนว่าดีขึ้น ผ่อนคลาย ให้เสริมแรงบวก และแนะนำให้นำไปปฏิบัติต่อด้วยตนเองในเวลาวาง
3. ทำข้อตกลงขอความร่วมมือ จัดบรรยากาศให้เด็กและเยาวชน จดจ่อและอยู่กับตนเองอย่างต่อเนื่อง ในช่วงแรก เด็กและเยาวชนจดจ่อได้ยาก ถูกดึงความสนใจได้ง่าย หลังจากสัปดาห์ที่ 5 (ต่อเนื่อง) เขาจะคุ้นเคย และจดจ่อได้มากขึ้น ช่วยจัดเตรียมบรรยากาศห้องสำหรับการผ่อนคลายด้วยตัวเอง
4. เพิ่มกิจกรรมที่ได้ขยับร่างกายหลังการนอนบำบัด เน้นการออกกำลังกายสมอง เกมที่จดจ่อ ชมสื่อเชิงบวก

สำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

1. ติดตามสถานการณ์/บรรยากาศการอยู่ร่วมกันภายในสถานพินิจฯ ของเด็กและเยาวชนทุกสัปดาห์
2. เสนอกิจกรรมผ่อนคลายเป็นทางเลือกหลังการเผชิญเหตุการณ์ตึงเครียด
3. เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการวางแผนกิจกรรมแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู พัฒนาพฤติกรรมเสียร่วมกับคณะทำงานสหวิชาชีพ
4. นำเสนอข้อมูลการประเมินกลุ่มด้วยมุมมองการสร้างพื้นที่เรียนรู้ (Learning zone)

เงื่อนไขเชิงบริบทที่ต้องคำนึงถึง

1. **การสร้างบรรยากาศความปลอดภัย** การใช้ความรุนแรงเป็นประเด็นที่มีการเฝ้าระวังไม่ให้เกิดขึ้นระหว่างการจัดกิจกรรมกับเด็กและเยาวชน หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการใช้ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชน และต้องประเมินสถานการณ์ความปลอดภัยของตนเองระหว่างการดำเนินกิจกรรม

2. **การสร้างบรรยากาศความไว้วางใจ** ความต่อเนื่องในการจัดกิจกรรมกับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจฯ ด้วยการเสริมพลังเชิงบวก ร่วมกับการผ่อนคลาย ก่อให้เกิดความไว้วางใจในกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้น เมื่อเกิดความตึงเครียดภายในกลุ่มเด็กและเยาวชน กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาจะเป็นทางเลือกเพื่อใช้ดูแลกลุ่มเด็กและเยาวชน

3. **การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้** การเตรียมความพร้อมความเข้าใจในวิธีการและ เนื้อหา จึงต้องดำเนินการอย่างค่อยเป็นค่อยไป และคำนึงถึงความรู้สึกรักของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ เป็นสำคัญ

การจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ จึงต้องประกอบด้วย 1) การฝึกทักษะผ่อนคลาย ให้เด็กและเยาวชนได้ฝึกการอยู่กับตนเอง ทำให้เด็กและเยาวชนได้พักจากความตึงเครียดในสถานการณ์รอบข้างที่ต้องเผชิญในแต่ละวัน การฝึกทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องจะกลายเป็นความคุ้นเคยและการปฏิบัติอย่างอัตโนมัติ 2) ความตระหนักของผู้จัดกิจกรรมที่ต้องมีความไวต่อการกระทำที่จะนำไปสู่ความรุนแรง เน้นการเสริมพลังทางบวก และการจัดบรรยากาศให้เกิดความผ่อนคลายไปพร้อมๆ กับการเรียนรู้ในจุดประสงค์ที่ต้องการ ไม่บีบบังคับ กดดัน เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม

ส่วนที่ 3 ผลการวิจัยตามคำถามการวิจัย

คำถามการวิจัยข้อที่ 1 การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเป็นอย่างไร?

ผลลัพธ์ (Outcome) ของจากคำถามวิจัยข้อนี้ คือ กระบวนการทำงานสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาที่สอดคล้องกับบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีผลผลิต คือ 1. ชุดความรู้การสร้างปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างเด็กและเยาวชนในการอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้ความรุนแรง และ 2. แนวทางการทำงาน

กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

1. การประชุมเชิงปฏิบัติการกำหนดเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี โดยวิเคราะห์สถานการณ์การอยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชน เครื่องมือที่ใช้ในการสร้างการเรียนรู้ให้กับเยาวชน จากภาคีเครือข่าย ทีมสหวิชาชีพ และเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบกิจกรรม แก้วไข บำบัด ฟันฟู เด็กและเยาวชน กำหนดบทบาทในการขับเคลื่อนงาน การมีเป้าหมายที่ชัดเจนและเกิดขึ้นจากการกำหนดร่วมกันของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจะ

นำมาซึ่งเส้นทางของการขับเคลื่อนงานที่สะดวก ได้รับความไว้วางใจและเข้าใจ รวมถึงไม่ทำให้เจ้าหน้าที่ประจำรู้สึกเป็นภาระ เพราะเป็นส่วนหนึ่งของการสนับสนุนงานประจำให้บรรลุผลไปพร้อมๆ กัน

2. กำหนดให้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นชุดกิจกรรมที่จะนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ การนำเป้าหมายร่วมของคณะทำงานมาเป็นเป้าหมายหลักในการขับเคลื่อนงานวิจัย เท่ากับเป็นการกำกับให้ปฏิบัติการวิจัยนั้นจะต้องตอบสนองบริบทของพื้นที่การวิจัย

3. ออกแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ด้วยเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เด็กและเยาวชนต้องได้รับการผ่อนคลายอารมณ์ด้านลบ จึงต้องมีการฝึกปฏิบัติทักษะการผ่อนคลายตนเอง และการใคร่ครวญประสบการณ์ชีวิตด้วยหลักคิด แยกแยะประโยชน์โทษ การเลือกกระทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น เนื่องด้วยการอยู่ร่วมกันในสถานพินิจฯ เด็กและเยาวชนต้องจัดการทั้งภายในตนเอง ระหว่างตนเองกับเพื่อน และตนเองกับสถานการณ์ความรุนแรง กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ประกอบด้วย 6 กิจกรรม ได้แก่ การผ่อนคลายระดับลึก การให้อภัยตนเองและผู้อื่น การฟังอย่างลึกซึ้ง การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง การสร้างกำลังใจให้ตนเอง การสร้างพลังบวก

4. จัดกิจกรรมทุกครั้งใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) คัดเลือกกิจกรรมที่จะใช้ให้สอดคล้องเหมาะสมกับกลุ่มเด็กและเยาวชนในแต่ละครั้ง ทั้งในเรื่องความต้องการ ความสนใจ เพราะกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงจำนวนคนระหว่างการทำกิจกรรม มีคนเข้ามาเพิ่มเติมใหม่ในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง และต้องมีกิจกรรมสำรองไว้เป็นทางเลือกหากกิจกรรมที่วางแผนไว้ไม่สามารถจัดได้ครบ

แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี แบ่งออกเป็น 2 แนวทาง คือ

1. สนับสนุนกระบวนการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู ตามโปรแกรมหลัก โดยยกระดับกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาเป็นกลุ่มกิจกรรมสนับสนุนกิจกรรมหลักของสถานพินิจฯ เพื่อเตรียมเด็กและเยาวชนระหว่างรับกิจกรรมแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู ตามโปรแกรมหลัก เนื่องด้วยกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนนั้น สร้างบรรยากาศให้เด็กและเยาวชนเกิดความผ่อนคลาย เปิดใจ แลกเปลี่ยนและเรียนรู้ และนำไปสู่การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันโดยไม่แบ่งแยก ภาวณีนนำมาซึ่งบรรยากาศที่ส่งเสริมต่อการปรับเปลี่ยนตนเองของเด็กและเยาวชน

2. ป้องกันการใช้ความรุนแรง นำข้อมูลเชิงบริบทบรรยากาศการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนมาวางแผนจัดกิจกรรมพัฒนาเด็กและเยาวชน มุ่งเน้นการป้องกันการกระทำผิดซ้ำ และอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้ความรุนแรงสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ซึ่งตามบริบทของการเป็นสถานแรกรับที่มีแนวทางการป้องกันเหตุที่จะเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน เช่น การหลบหนี การใช้ความรุนแรง เป็นต้น ใช้การประเมินพื้นที่การเรียนรู้เพื่อสำรวจ ภาวะ “ไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตัวเอง” ของเด็กและเยาวชนหลังเหตุการณ์ใช้ความรุนแรง จัดทำแผนการป้องกันเหตุการณ์ที่อาจจะลุกลามในระหว่างที่เด็กและเยาวชนอยู่ร่วมกันในสถานพินิจฯ

คำถามการวิจัยข้อที่ 2 รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีควรเป็นอย่างไร?

1. กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ออกแบบขึ้นจากเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) ด้วยแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองและแนวคิดสุขภาวะทางปัญญา ในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย การปรับสมดุลด้วยการผ่อนคลายตนเอง การเรียนรู้หลักคิดด้วยกิจกรรมผ่านประสบการณ์ และสรุปทบทวนรู้

กิจกรรมที่เด็กและเยาวชนมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากคือ การสร้างกำลังใจให้ตนเอง และการให้อภัยตนเองและผู้อื่น (4.06) ระดับปานกลาง ผ่อนคลายด้วยพลังบำบัดเรกิ และการฟังอย่างลึกซึ้ง (3.90) การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง (3.84) และ การสร้างพลังบวก (3.52) ตามลำดับ

คะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีเปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญามีข้อคำถาม 10 ข้อ ที่มีค่าคะแนนหลังการร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนร่วมกิจกรรม และมีข้อคำถาม 2 ข้อคือ ข้อที่ 1 ฉันใช้สติในการโต้ตอบเมื่อเกิดปัญหาชีวิต และข้อที่ 12 ฉันยอมรับข้อจำกัดจุดด้อย หรือข้อบกพร่องของตัวเอง ที่มีคะแนนหลังการร่วมกิจกรรมน้อยกว่าก่อนร่วมกิจกรรม

เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา 6 กิจกรรมการเรียนรู้นั้นสามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับกิจกรรมการเรียนรู้ได้ดี และสามารถบอกความรู้สึกของตัวเองหลังกิจกรรมการเรียนรู้ได้ปานกลาง ในขณะที่สามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่น และสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้น้อย

ความเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาวะทางปัญญาหลังเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กและเยาวชนพบว่ามีความสุขภาวะทางปัญญาในด้านต่างๆ ดังนี้

1. **การจัดการตนเองอย่างมีสติ** ด้วยการจัดการความเครียดด้วยตนเอง ผลลัพธ์คือความผ่อนคลาย จัดการอารมณ์ของตนเองได้ และมีสติเมื่อเผชิญเหตุการณ์วิกฤต

2. **การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง** ด้วยการทบทวนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของตนเองและผู้อื่น เพื่อกลับไปเรียนรู้แง่คิดสำคัญ

3. **การปล่อยวางเรื่องราวที่ทุกข์ใจได้** ได้กำลังใจจากการทำกิจกรรม

4. **การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด** เพื่อเติบโตไปข้างหน้า

5. **การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น** การเปลี่ยนแปลงวิธีการจัดการกับปัญหาในเรื่องการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น มีสติไม่วู่วาม ให้อภัยเพื่อนได้เมื่อเกิดการกระทบกระทั่งกัน อยู่ร่วมกับเพื่อนได้ดีขึ้น

6. **การมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ** การเข้ามาอยู่ในสถานพินิจฯ เพื่อเรียนรู้บทเรียนชีวิต

2. คู่มือการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ และคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย แนวคิดพื้นฐาน เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา และรายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี การนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ผู้จัดกระบวนการต้องผ่านการอบรมจากผู้วิจัย และใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) ในการเลือกใช้แต่ละกิจกรรม

แนวคิดพื้นฐาน ประกอบด้วยแนวคิดวิทยาศาสตร์สมอง แนวคิดสุขภาวะทางปัญญา และแนวคิดกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ เนื่องจากเป็นกลุ่มแนวคิดที่ส่งเสริมการสร้างเปลี่ยนแปลงระดับบุคคลที่กระเพื่อมไปสู่บรรยากาศของกลุ่มในการเรียนรู้ร่วมกัน และคำนึงถึงบริบทเฉพาะของเด็กและเยาวชน

เงื่อนไขการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา ในภาวะปกติ ใช้การประเมินพื้นที่การเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนเพื่อจัดกิจกรรม ให้เกิดบรรยากาศ “ผ่อนคลาย เปิดใจ” ด้วยกิจกรรม ผ่อนคลายระดับลึก จากนั้นจัดกิจกรรม สร้างบรรยากาศ “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” ด้วยกิจกรรม การฟังอย่างลึกซึ้ง การสร้างกำลังใจให้ตนเอง การให้อภัยตนเองและผู้อื่น การเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง การสร้างพลังบวก ในกรณีหลังเหตุการณ์วิกฤต/การใช้ความรุนแรง ใช้การประเมินพื้นที่สำรวจ ภาวะ “ไม่ไว้วางใจในความปลอดภัยของตนเอง” ใช้การประเมินความรู้สึก ถอดบทเรียนรู้ จัดระเบียบการอยู่ร่วมกัน พ้นคืนความไว้วางใจ ก่อนจากนั้นจึง เข้าสู่การสร้างบรรยากาศ “ผ่อนคลาย เปิดใจ” ไปสู่บรรยากาศ “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” ตามลำดับ

การนำคู่มือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีไปใช้ ผู้จัดกระบวนการจะต้องผ่านการอบรมก่อนนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ โดยได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการในเรื่องการใช้พลังบำบัดเรกียองน้อย ในการเป็นผู้ปฏิบัติครั้งที่ 1 การเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และการปรับฐานคิดเรื่องเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งต้องได้รับการฝึกอบรมได้จากผู้วิจัย

นำกิจกรรมไปใช้ด้วยกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง (PDCA) ทุกครั้ง ในรายกิจกรรม เพื่อเลือกใช้กิจกรรมในลำดับถัดไป ใช้แบบวัดสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนประยุกต์ 13 ข้อ (ภาคผนวก ก) ในการสำรวจคะแนนสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนก่อนจัดกิจกรรม นำมาเป็นข้อมูลในการเลือกใช้กิจกรรมเมื่อนำกิจกรรมไปใช้จะต้องจัดกิจกรรมต่อเนื่องทุกสัปดาห์ ให้ครบทั้ง 6 ครั้ง โดยจัดครั้งละ 2 ชั่วโมง หลังจัดกิจกรรมครบ 6 ครั้ง มีการสำรวจความพึงพอใจด้วยแบบสอบถาม (ภาคผนวก ข) วัดสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน และใช้การสนทนากลุ่มให้เด็กและเยาวชนสะท้อนความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

รายละเอียดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย 6 กิจกรรมย่อย ในแต่ละกิจกรรมมีแนวคิดตารางรายละเอียดกิจกรรม ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ ผลผลิต ผลลัพธ์ ตัวชี้วัดและแนวทางการประเมินผล ขั้นตอนการจัดกิจกรรม รูปแบบกิจกรรม เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรม เป้าหมายสุขภาวะทางปัญญา และคำแนะนำเพิ่มเติม

อภิปรายผล

ผลการวิจัยข้อที่ 1 การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี มีรายละเอียดดังนี้

กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เกิดขึ้นได้ในเงื่อนไขที่ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี เปิดช่องทางระดมความร่วมมือจากภาคีเครือข่าย ให้เข้ามาสนับสนุนกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชน ประจวบกับคณะทำงานสหวิชาชีพ ในการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู เด็กและเยาวชน มีความต้องการพัฒนาเด็กและเยาวชน และป้องกันเหตุการณ์การใช้ความรุนแรงของเด็กและเยาวชน ในระหว่างที่อยู่ในสถานพินิจฯ จึงส่งผลให้การพัฒนากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนฯ เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมสนับสนุนเยาวชน กระบวนการได้เริ่มต้นจากการประชุมเชิงปฏิบัติการตั้งเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ กำหนดโจทย์การวิจัย ออกแบบกิจกรรม ไปจนถึงการดำเนินกิจกรรม เพื่อตอบสนองสถานการณ์ความต้องการของสถานพินิจฯ ซึ่งการประชุมเชิงปฏิบัติการ เป็นวิธีการที่มีความสำคัญและเหมาะสมในพัฒนาการดำเนินงานเพื่อลดความเครียดของเด็กและเยาวชน (รัฐชัย มาพร, 2549)

การบรรลุเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ที่ทำให้เด็กและเยาวชนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันไม่แบ่งแยก ด้วยกิจกรรมที่พัฒนาเกิดขึ้นจากการใช้กระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่องด้วยวงจรเดมมิ่ง (PDCA cycle) เน้นการดำเนินงานอย่างมีระบบ โดยมีเป้าหมายให้เกิดการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง การดำเนินการได้รับการติดตามอย่างเป็นระยะ ทำให้สามารถปรับแผน ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ได้ รวมถึงมีการสรุปบทเรียนที่ได้ ทำให้สามารถเรียนรู้รูปแบบที่เหมาะสม และนำมาเป็นแนวทางในการดำเนินงานรอบใหม่ ซึ่งทำให้กิจกรรมการเพิ่มผลิตภาพได้รับการพัฒนาและยกระดับได้อย่างต่อเนื่อง (สุธาสิณี โพธิจันทร์, 2558: 3 - 4) การวิจัยพบว่า วงจรเดมมิ่ง (PDCA cycle) ได้กำกับให้กิจกรรมพุ่งเป้าไปที่ผลลัพธ์ และสะท้อนความสัมพันธ์ของชุดกิจกรรมตามบริบทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี ดังภาพ 9 การเลือกใช้กิจกรรมเป็นไปตามบรรยากาศการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ทั้งในภาวะปกติ และหลังเหตุการณ์ที่มีการใช้ความรุนแรง

อย่างไรก็ตามกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนฯ ในการวิจัยครั้งนี้ มีเป็นเงื่อนไขสำคัญคือ แม้ว่าเจ้าหน้าที่จะมีความเห็นว่า กิจกรรมสร้างสุขภาวะทางปัญญาเป็นกิจกรรมที่ควรจัดอย่างต่อเนื่องให้กับเด็กและเยาวชน แต่ในการทำกิจกรรมผู้วิจัยเป็นผู้จัดกระบวนการหลัก เจ้าหน้าที่ของสถานพินิจฯ เป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างดำเนินกิจกรรม การนำเอากิจกรรมไปใช้ในอนาคต ผู้วิจัยจะต้องเพิ่มกระบวนการที่ทำให้ เจ้าหน้าที่ มีความเข้าใจต่อกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาและเลือกกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาไปสร้างการเรียนรู้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

ผลการวิจัยข้อที่ 2 รูปแบบกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชน ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี

กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาได้สร้างความเปลี่ยนแปลงทางด้านสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน เมื่อวัดผลลัพธ์ในเชิงปริมาณเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนมีคะแนนสุขภาวะทางปัญญาด้านการจัดการอย่างมีสติหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลลัพธ์ในเชิงคุณภาพของสุขภาวะทางปัญญาเป็นไปตามที่ตั้งไว้ในรายการกิจกรรม เกิดขึ้นจากเลือกกิจกรรมตามหลักการที่มีการเสนอจากงานการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีรายละเอียดดังนี้

1. การจัดการตนเองอย่างมีสติ ด้วยการจัดการความเครียดด้วยตนเอง ความผ่อนคลายจัดการอารมณ์ของตนเองได้ และมีสติเมื่อเผชิญเหตุการณ์วิกฤต กิจกรรมการผ่อนคลายระดับลึก ใช้เทคนิคพลังบำบัดเรกิ ซึ่งจะทำให้เยาวชนมีความรู้สึกผ่อนคลาย อาการทางกายและอารมณ์ดีขึ้น สุขสบาย มีความอยากรู้ ประารถนาที่จะเรียนรู้เพิ่มขึ้น มีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น และตอบสนองต่อการบำบัดด้วยเรกิทั้งทางประสาทสัมผัสและตระหนักรู้ พลังบำบัดเรกิสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้คิดทางปัญญาและพฤติกรรมที่จะช่วยลดปัญหาภาวะซึมเศร้าในเยาวชน (Charkhandeh, Talib, Yaacob, & Mamsor, 2012 : 426)

2. การเห็นตนเองตามความเป็นจริงด้วยใจที่เป็นกลาง ด้วยการทบทวนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของตนเองและผู้อื่น เพื่อกลับไปเรียนรู้แง่คิดสำคัญ กิจกรรมการฟังอย่างลึกซึ้ง ใช้หลักการจดจ่อต่อสิ่งตรงหน้า การฝึกสติความรู้ตัว (Mindfulness meditation) อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งตรงหน้า ช่วยลดความคิดที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ เมื่อบุคคลดึงความรู้สึกตัวกลับมาอยู่กับปัจจุบัน จะเกิดการเรียนรู้แบบใหม่ (ปรียา แก้วพิมลคณะ, 2558 : 40 – 41)

3. การปล่อยวางเรื่องราวที่ทุกข์ใจได้ ได้กำลังใจจากการทำกิจกรรม กิจกรรมการสร้างกำลังใจให้ตนเอง ใช้หลักการที่น่าเอา ประสบการณ์เชิงบวกมาเยียวยาชีวิตจากประสบการณ์เชิงลบในอดีต (Hanson, & Mendius, 2009 : 70) กิจกรรมนี้เพิ่มการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนด้วยมุมมองเชิงบวก บรรยายภาคาการเรียนรู้ในกิจกรรมนี้ จึงเป็นแบบ “แลกเปลี่ยน เรียนรู้” เด็กและเยาวชนจึงรู้สึกถึงกำลังใจได้จากกลุ่ม และการมองมุมบวกทำให้มีกำลังใจ

4. การให้อภัยตนเองและผู้อื่นที่ทำผิดพลาด เพื่อเติบโตไปข้างหน้า กิจกรรมให้อภัยตนเองและผู้อื่น ใช้หลักการ การบ่มเพาะความเมตตาต่อตัวเอง ลดการวิพากษ์ตัวเองให้น้อยลง แม้จะเป็นด้วยการกลับไปย้อนทวนถึงประสบการณ์ชีวิตที่ยากลำบากที่ผ่านมาอีกครั้ง มองเหตุการณ์เหล่านั้นใหม่ด้วยการระลึกถึงคนที่รักและปรารถนาดีต่อตัวเรา หรือสิ่งที่เราศรัทธา ระลึกถึงคนที่เรารู้สึกเมตตาเขา ให้ใช้กำลังใจจากคนหรือสิ่งเหล่านั้น ในการให้อภัยตนเองไปพร้อมๆ กับคนอื่นๆ ที่มีส่วนให้เกิดประสบการณ์เหล่านั้น (Hanson, 2011 : 22 – 25)

5. การระงับยับยั้งการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น การเปลี่ยนแปลงวิธีการจัดการกับปัญหาในเรื่องการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น มีสติไม่ก้าวร้าว ให้อภัยเพื่อนได้เมื่อเกิดการกระทบกระทั่งกัน อยู่ร่วมกับเพื่อนได้ดีขึ้น กิจกรรมการเข้าใจข้อจำกัดของตนเอง ใช้หลักการ การมองเห็นข้อเสียของตนเองด้วยความเข้าใจ ปรับเปลี่ยนตนเองดึงเอาข้อดีของตนเองมาใช้ นี้ก็ถึงเป้าหมายชีวิตและนำมาเป็นแรงผลักดันในการปรับเปลี่ยนตนเอง (Hanson, 2011 : 30)

6. การมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ณ ปัจจุบันขณะ การเข้ามาอยู่ในสถานพินิจฯ เพื่อเรียนรู้ บทเรียนชีวิต กิจกรรมการสร้างพลังบวก ใช้หลักการ การค้นหาความเป็นจริงที่เผชิญอยู่และ เปลี่ยนเป็นให้เป็นประสบการณ์ด้านบวก (Hanson, 2011 : 19) สร้างกิจกรรม ให้เด็กและเยาวชน ยอมรับและมองเห็นความเป็นจริงในการอยู่ในสถานพินิจฯ จะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนมุมมองต่อการ อยู่ร่วมกับเพื่อน มองเห็นด้านที่เป็นการเรียนรู้และเติมเต็มชีวิตของตนเอง

กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาถูกออกแบบโดยเครื่องมือแผนที่ผลลัพธ์ (Outcome mapping) เป็นเครื่องมือมุ่งผลลัพธ์ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความสัมพันธ์ การปฏิบัติของ ผู้คน กลุ่ม และองค์กร ด้วยโปรแกรมปฏิบัติการเฉพาะโดยตรงกับผู้ที่เกี่ยวข้อง (Earl, Carden, & Smutyllo, 2001) กิจกรรมทั้ง 6 กิจกรรม จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการมีสุขภาวะทางปัญญา ในเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม ตามแนวคิดวิทยาศาสตร์สมองนั้น การจะสร้างการเปลี่ยนแปลง ให้เกิดขึ้นกับสมอง ต้องเป็นกิจกรรมที่จัดต่อเนื่อง 6 สัปดาห์ จึงส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงสมอง (Taubert, Draganski, Anwander, Mueller, Horstmann, Villringer, & Ragert, 2010 : 2)

อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาตามตัวชี้วัดรายกิจกรรม ใน 4 ตัวชี้วัด เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วม กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา 6 กิจกรรมการเรียนรู้ นั้น สามารถอยู่กับตัวเองและจดจ่อกับ กิจกรรมการเรียนรู้ได้ดี และสามารถบอกความรู้สึกของตนเองหลังกิจกรรมการเรียนรู้ได้ปานกลาง ในขณะที่สามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/ความคิด ของผู้อื่น สะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้น้อย สอดคล้องกับปัญหาการจัดการเรียนรู้ ที่เยาวชนบางส่วนไม่มีความสนใจ เนื่องจากยังไม่เห็น ความสำคัญของการศึกษา ตลอดจนกิจกรรมนั้นๆ ไม่สามารถสร้างแรงจูงใจแก่เยาวชนได้ (กุลนาถ หงส์ลอย และ วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา, 2555: 1867 – 1869) ดังนั้นจำเป็นต้องเพิ่มกิจกรรม การ กระตุ้น การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ ที่ทำให้เด็กและเยาวชนสามารถฟังการสะท้อนความรู้สึก/คิด ของผู้อื่น และสามารถสะท้อนคิดหลังกิจกรรมเรียนรู้ได้เพิ่มขึ้น ซึ่งจะช่วยสร้างบรรยากาศการสร้าง เสริมสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัด ปัตตานี

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะที่เกี่ยวกับการนำผลวิจัยไปใช้

1.1 การนำคู่มือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานีไปใช้ ผู้จัดกระบวนการจะต้องผ่านการอบรมก่อนนำคู่มือกิจกรรมไปใช้ โดยได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติการในเรื่องการใช้พลังบำบัดเรก้อย่างน้อย ในการเป็นผู้ปฏิบัติระดับขั้นที่ 1 การเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และการปรับฐานคิดเรื่องการสร้างเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งต้องได้รับการฝึกอบรมได้จากผู้วิจัย

1.2 บริบทของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนที่สามารถนำกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาไปใช้ จะต้องมีการบูรณาการทำงานร่วมกันกับภาคีเครือข่าย เจ้าหน้าที่ และทีมสหวิชาชีพ ของสถานพินิจฯ เป็นอย่างดี และมีเป้าหมายการทำงานพัฒนาเด็กและเยาวชนร่วมกัน มีการกำหนดบทบาทในการทำงานงานร่วมกันอย่างชัดเจน

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาและกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาในการศึกษาวิจัยนี้เป็นเพียงต้นแบบ ที่ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการพัฒนาขึ้นด้วยกระบวนการพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง ตามบริบทของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดปัตตานี แม้พบว่าทำให้เด็กและเยาวชนมีสุขภาวะทางปัญญาและส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันอย่างไม่แบ่งแยก นำไปสู่การใช้ความรุนแรงก็ตาม แต่สถานการณ์การอยู่ร่วมกันของเด็กและเยาวชนย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามเงื่อนไขปัจจัยอื่นที่เข้ามากระทบ โดยเฉพาะการเข้าออกของเด็กและเยาวชนที่มีการหมุนเวียนเข้ามาและออกไปของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนนั้น ย่อมสะท้อนว่าจำเป็นต้องมีการพัฒนา กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาควบคู่และต่อเนื่องไปกับบริบทที่เปลี่ยนแปลงไปของเด็กและเยาวชน

2. กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนฯ ในการวิจัยครั้งนี้ มีเงื่อนไขสำคัญคือ แม้ว่าเจ้าหน้าที่จะมีความเห็นว่า กิจกรรมสร้างสุขภาวะทางปัญญาเป็นกิจกรรมที่ควรจัดอย่างต่อเนื่องให้กับเด็กและเยาวชน แต่ในการทำกิจกรรมผู้วิจัยเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้หลัก เจ้าหน้าที่ของสถานพินิจฯ เป็นผู้ควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนระหว่างดำเนินกิจกรรม การนำเอา กิจกรรมไปใช้ในอนาคต ผู้วิจัยจะต้องเพิ่มกระบวนการที่ทำให้ เจ้าหน้าที่ มีความเข้าใจต่อ กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาและเลือกกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาไปสร้าง การเรียนรู้กับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการจัดทำการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

จากข้อจำกัดในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ในการศึกษาครั้งต่อไปควร

2.1 ศึกษากระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนตามบริบทที่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามการเข้ามาออกไปของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

2.2 ศึกษากระบวนการส่งเสริมการใช้กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาสำหรับเด็กและเยาวชนของเจ้าหน้าที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

Prince of Songkla University
Pattani Campus