

ประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำกลางบางขวาง The Experience on Adaptation of Elderly Prisoners in Bangkhwang Central Prison

วีรยุทธ แสนพงศ์¹

weerayut.san@school.stou.ac.th

จิระสุข สุขสวัสดิ์²

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำกลางบางขวางโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา ผู้ให้ข้อมูล คือ ผู้ต้องขังที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในเรือนจำกลางบางขวางไม่ต่ำกว่า 10 ปี เป็นผู้สูงอายุที่มีการปรับตัวได้ดี สามารถสื่อสารภาษาไทยได้ดี และยินดีเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 7 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แนวคำถามสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง แบบบันทึกการสังเกตแบบมีส่วนร่วม และแบบบันทึกภาคสนาม ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลทำการวิเคราะห์บริบทและเนื้อหา ผลการศึกษา พบว่า ประสบการณ์การปรับตัว 4 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) มูลเหตุแห่งทุกข์ มี 2 ประเด็นรอง คือ กระบวนการพิจารณาคดี และโลกใบใหม่ที่แปรเปลี่ยนไป 2) ความทุกข์ที่เกิดขึ้นก่อนเข้าสู่การปรับตัว มี 2 ประเด็นรอง คือ ความทุกข์ทางกาย และความทุกข์ทางใจ 3) กระบวนการปรับตัว มี 3 ประเด็นรอง คือ การปรับมุมมองความคิด การจัดการกับสภาวะที่ทำให้ใจชุ่มฉ่ำ และความรู้สึกด้านบวก และ 4) การเริ่มต้นของชีวิตที่เข้มแข็ง มี 3 ประเด็นรอง คือ การยับยั้งเพื่อสู้กับปัญหา การก่อเกิดมิตรภาพในเรือนจำ และการวางแผนชีวิตหลังพ้นโทษ

คำสำคัญ: การปรับตัว ผู้ต้องขังสูงอายุ เรือนจำกลางบางขวาง

¹ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

² อาจารย์ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

Abstract

The objective of this study was to examine the experience on Adaptation of elderly prisoners in Bangkhwang Central Prison. Key informants were seven older prisoners 60 years old and older. They were well adjusted person and were punished more than 10 years. They were voluntarily participated in this study. Instruments were an semi-structured questions for interview and observation form. Data were analyzed by context and content analysis and then making interpretation. Findings revealed four main themes which were 1) causable suffering consisted of the justice system and the new world changing, 2) anxious before adaptation consisted of unhappy mental and physical distress, 3) the adjustment processes consisted of vision changing, mind managing and positive thinking, and 4) the beginning of a new strong life consisted of facing problems, enhancing relationship with others and life planning after released.

Keywords: Adaptation, Elderly Prisoners, Bangkhwang Central Prison

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เรือนจำกลางบางขวางเป็นเรือนจำความมั่นคงสูงมีหน้าที่ความรับผิดชอบในการควบคุมดูแลผู้ต้องขังที่มีอัตราโทษสูงตั้งแต่ 30 ปีขึ้นไป จนถึงตลอดชีวิตและประหารชีวิต โดยรับผู้ต้องขังจากเรือนจำและทัณฑสถานทั่วประเทศ โดยผู้ต้องขังที่ถูกควบคุมอยู่ในเรือนจำกลางบางขวางส่วนใหญ่มีความแตกต่างทั้งทางด้านเชื้อชาติ ศาสนาและลักษณะทางคดีพื้นฐานความแตกต่างระหว่างบุคคลดังกล่าวส่งผลให้ ความคิดความรู้สึกของบุคคล ที่มีต่อสถานที่ และเพื่อนร่วมชีวิตย่อมแตกต่างกันไปด้วย โดยเฉพาะเมื่อต้องเผชิญกับภาวะการหรือสภาพแวดล้อมที่มีความกดดัน เช่น การต้องทำตามกฎระเบียบที่

กำหนดไว้อย่างเข้มงวด ความไม่เป็นส่วนตัวในพื้นที่อันจำกัด การถูกกำหนดให้ทำหน้าที่ทั้งที่ไม่ต้องการ รวมไปถึงบางครั้งก็ต้องยอมจำนนต่อเพื่อนผู้ต้องขังด้วยกันเอง

ผู้ต้องขังสูงอายุเป็นกลุ่มผู้ต้องขังอีกกลุ่มหนึ่งที่มีมักจะมีปัญหาในเรื่องการปรับตัวเข้ากับสภาพสิ่งแวดล้อมและสังคมภายหลังเข้ามาสู่เรือนจำ โดยเฉพาะปัญหาที่เชื่อมโยงจากภายนอกห้องขัง ทั้งเรื่องของครอบครัว กล่าวคือ ลูกหลาน ญาติมิตร หรือสัมพันธ์ภาพภายในชุมชนที่ตนเคยดำรงอยู่ และปัญหาจากภายในเรือนจำ อาจนำไปสู่ปัญหาวิกฤตส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ นอกจากนี้ยังมีปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับสังคมและสภาพแวดล้อมใน

เรือนจำ ซึ่งมักเกิดขึ้นเมื่อผู้ต้องขังจำเป็นต้องรวมตัวอยู่ในสถานที่เดียวกัน ต้องทำความเข้าใจและปฏิบัติตามในกฎเกณฑ์ระเบียบข้อบังคับต่างๆ ที่มีลักษณะเฉพาะตัว ดังนั้นเมื่อผู้ต้องขังสูงอายุต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม จึงจำเป็นจะต้องมีการปรับตัวเพื่อสนองความต้องการของตนเองต่อสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมในเรือนจำซึ่งถือว่าเป็นสังคมใหม่ และสภาพแวดล้อมใหม่ที่มีความแตกต่างไปจากสภาพแวดล้อมเดิมอย่างสิ้นเชิงทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุแต่ละคนจะต้องปรับตัวเพื่อความอยู่รอด ลดความตึงเครียด ความวิตกกังวล และปรับสภาวะจิตใจให้สอดคล้องกับสภาพที่ตนเป็นอยู่ หากผู้ต้องขังสูงอายุไม่สามารถปรับตัวได้อาจเกิดปัญหาต่างๆ โดยเฉพาะปัญหาด้านสุขภาพกายและปัญหาด้านสุขภาพจิต เช่น เจ็บป่วย เกิดความเครียด ความกดดัน โรคซึมเศร้า และการฆ่าตัวตาย เป็นต้น

การศึกษางานวิจัยที่ผ่านมาในเรื่องการปรับตัวของผู้ต้องขังในเรือนจำพบว่า ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาวิจัยในเรือนจำที่เกี่ยวกับการปรับตัวของกลุ่มผู้ต้องขังที่หลากหลายอาทิ การศึกษาวิจัยเรื่อง กระบวนการปรับตัวของผู้ต้องขังวัยหนุ่มในเรือนจำกลางบางขวาง (พรรณเลขา พลอยสระศรี, 2546) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของผู้ต้องขังให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีของทัณฑสถานหญิงกลาง (นิภา นิมนวล, 2548) บริบทเรือนจำและ

การยอมรับโทษประหารชีวิต: ศึกษาเฉพาะกรณีกระบวนการปรับตัวของผู้ต้องโทษประหารชีวิต (เพ็ญพรรษา ปากสิทธิ์, 2553) การปรับตัวของผู้ต้องขังให้เข้ากับสภาพเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีเรือนจำกลางบางขวาง (จารุวรรณ คงยศ, 2551) ทัศนสถานเปิดกับการมีส่วนร่วมของประชาชนในการดำเนินงานตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (ภิรวัฒน์ นนทะโชติ, 2555) ประสบการณ์เส้นทางชีวิตสู่มหาดินหลังกำแพง (ยุหวาด หิมโตะบุ๊ค และจิระสุข สุขสวัสดิ์, 2559) ความมั่นคงในการควบคุมตนของคนหลังกำแพง (สุพจน์ อารีย์สวัสดิ์ และจิระสุข สุขสวัสดิ์, 2559) และผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการควบคุมตนของผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง (สำราญ วงศ์ขวัญ และนิพัทธ์ เมฆขจร, 2559) เป็นต้น ทั้งนี้พบว่างานวิจัยส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยในเชิงปริมาณ และการศึกษาส่วนใหญ่เป็นการอธิบายปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเพียงปัจจัยด้านจิตสังคม ในมิติใดมิติหนึ่ง หรือกลุ่มตัวอย่างเฉพาะที่ไม่ใช่ผู้สูงอายุ ซึ่งการศึกษาวิจัยเหล่านี้ยังมิอาจให้คำตอบที่ครอบคลุมมิติทางด้านจิตใจที่แสดงถึงการปรับตัวของผู้ต้องขังกลุ่มผู้สูงอายุ

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงใช้การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา ซึ่งเป็นการแสวงหาความจริงในสภาพที่เป็นอยู่ตามธรรมชาติ ด้วยการมองภาพรวมทุกมิติเพื่อหาความสัมพันธ์ของปรากฏการณ์ที่สนใจกับสภาพแวดล้อมรอบตัวมุ่งเน้นการทำความเข้าใจ

ในด้านความคิด ความรู้สึก ทศนคติ โลกทัศน์ และมุมมองที่มีต่อตนเองตลอดจนต่อสังคมและสภาพแวดล้อมในเรือนจำและสิ่งที่เขาต้องเผชิญ เพื่อการดำเนินชีวิตในเรือนจำ โดยผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษา “ประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำกลางบางขวาง” เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจการปรับตัว เช่น การรับมือกับความทุกข์ต่างๆ ของผู้ต้องขังสูงอายุที่เกิดขึ้น ทั้งนี้จากผลการศึกษาสามารถนำมาเป็นแนวทางการปฏิบัติงานด้านการแนะแนวและการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาในเรือนจำ รวมทั้งเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังสูงอายุเพื่อเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาประสบการณ์การปรับตัวของผู้ต้องขังสูงอายุในเรือนจำกลางบางขวาง

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ตามแนวคิดปรากฏการณ์วิทยา มีวิธีการดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

ผู้ให้ข้อมูล ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังสูงอายุเรือนจำกลางบางขวาง โดยมีเกณฑ์พิจารณาการคัดเลือก คือ (1) ผู้ต้องขังสูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้น (2) ถูกคุมขังอยู่ในเรือนจำกลางบางขวางมาแล้วไม่ต่ำกว่า 10 ปี (3) มีการปรับตัวได้ดี (4) สามารถสื่อสาร

ภาษาไทยได้ดี และ (5) ยินดีเข้าร่วมวิจัย จำนวน 7 คน ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แนวคำถามสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นผ่านการพิจารณาจากอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อใช้ค้นหาคำตอบ เทปบันทึกเสียง แบบบันทึกการสังเกตแบบมีส่วนร่วม และแบบบันทึกภาคสนาม

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยมีการเตรียมแนวคำถามสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมได้ตามความเหมาะสมของสถานการณ์ในขณะนั้น และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม กับผู้ให้ข้อมูลจำนวน 7 คน โดยก่อนที่จะดำเนินการสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการวิจัย สอบถามถึงความสมัครใจ และให้เซ็นใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย โดยข้อมูลต่างๆ จะเก็บไว้เป็นความลับ ใช้นามสมมติแทนชื่อจริง และจะรายงานผลวิจัยในภาพรวมเท่านั้น หลังจากนั้นผู้วิจัยขออนุญาตสัมภาษณ์และขออนุญาตบันทึกเสียงสนทนา ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลคนละ 1-3 ครั้ง ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ครั้งละ 1-2 ชั่วโมงและขอสัมภาษณ์เพิ่มเติมบางรายในกรณีที่มีข้อมูลไม่เพียงพอ

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลและวิเคราะห์เนื้อหา โดยมีขั้นตอนคือ (1) ถอดเทปจากบทสัมภาษณ์ เพื่อถอดรหัสและกำหนดประเด็นหลัก โดยจัด

หมวดหมู่ที่คล้ายคลึงกันตามลักษณะของประเด็นหลักที่กำหนดไว้ (2) วิเคราะห์ข้อมูลโดยอ่านบทสัมภาษณ์เพื่อถอดรหัสข้อความ และกำหนดประเด็นหลัก (3) จัดหมวดหมู่ของรหัสข้อความที่เหมือนกันเป็นหมวดหมู่ตามลักษณะของประเด็นหลักที่กำหนดไว้ (4) นำข้อมูลที่จัดไว้เป็นหมวดหมู่มาพิจารณาจัดรูปแบบความสัมพันธ์ของประเด็นต่างๆ ที่เกิดขึ้นในข้อมูล (5) อธิบายความหมายของประเด็นหลักโดยการเขียนพรรณนา และ (6) เก็บข้อมูลเพิ่มเติมหรือแก้ไขวิเคราะห์ข้อมูลใหม่หากพบว่าข้อสรุปหรือการตีความนั้นไม่ถูกต้องหรือข้อมูลยังไม่ครอบคลุมประเด็นคำถามในงานวิจัย

ความน่าเชื่อถือของงานวิจัย มีดังนี้ (1) ผู้วิจัยทำการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้าด้านวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการเก็บรวบรวมข้อมูลหลายวิธี คือ การสัมภาษณ์ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม และการจดบันทึกภาคสนามของผู้วิจัย และ (2) ตรวจสอบข้อมูลโดยใช้การตรวจสอบแบบสามเส้าด้านข้อมูล โดยผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลช่วงเวลาและสถานที่แตกต่างกัน โดยเน้นเลือกผู้ให้ข้อมูลที่มีความแตกต่างหลากหลายที่ครอบคลุมลักษณะประชากรให้มากที่สุดเพื่อให้ได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือและสมบูรณ์

ผลการวิจัยและอภิปรายผล

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 4 ประเด็นหลักดังนี้ (1) มูลเหตุแห่งทุกข์ มี 2 ประเด็นรอง คือ 1) กระบวนการพิจารณาคดี และ 2) โลกใบใหม่ที่แปรเปลี่ยนไป (2) ความทุกข์ที่เกิดขึ้นก่อนเข้าสู่การปรับตัว มี 2 ประเด็นรอง คือ 1) ความทุกข์ทางกาย และ 2) ความทุกข์ทางใจ (3) กระบวนการปรับตัว มี 3 ประเด็นรอง คือ 1) การปรับมุมมองความคิด 2) การจัดการกับสถานะที่ทำให้ใจขุนมีว และ 3) ความรู้สึกด้านบวก (4) การเริ่มต้นของชีวิตที่เข้มแข็ง มี 3 ประเด็นรอง คือ 1) การยืนหยัดเพื่อสู้กับปัญหา 2) การก่อเกิดมิตรภาพในเรือนจำและ 3) การวางแผนชีวิตหลังพ้นโทษ

1. มูลเหตุแห่งทุกข์ จากการศึกษพบว่า มูลเหตุแห่งทุกข์ที่เกิดขึ้นในชีวิต ภายใต้ข้อจำกัดของเรือนจำและการยอมรับในกระบวนการยุติธรรมทางอาญา ซึ่งส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ อารมณ์ ความวิตกกังวล ความกลัว ความเศร้า มี 2 ประเด็น ดังนี้

1.1 กระบวนการพิจารณาคดี

ประสบการณ์การต่อสู้คดีความของผู้ต้องขังสูงอายุกับการปฏิบัติของกระบวนการยุติธรรม แม้ว่ากระบวนการยุติธรรมจะมีเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดความยุติธรรมกับพลเรือนของรัฐ แต่ผู้ต้องขังสูงอายุมีข้อจำกัดในด้านความรู้ความเข้าใจในกระบวนการยุติธรรม ซึ่งส่งผลให้ผู้ต้องขังสูงอายุไม่ได้รับความเป็นธรรมเมื่อต้อง

เข้าสู่กระบวนการยุติธรรมของศาล ผู้ต้องขังสูงอายุบางคนต้องเผชิญกับความทุกข์และความเจ็บปวดอีกหลายอย่าง เช่น การถูกเอารัดเอาเปรียบจากทนายความและเจ้าหน้าที่ และต้องเจ็บปวดกับการต้องจ่ายอมรับสารภาพในข้อกล่าวหาที่ตนเองไม่ได้เป็นผู้กระทำ สิ่งต่างๆ ที่ผู้ต้องขังสูงอายุประสบยิ่งสร้างความเจ็บปวดและความทุกข์ทั้งกายและใจที่เกิดขึ้นจากความอยุติธรรมที่ตนเองประสบ ดังคำกล่าวที่ว่า “คิดว่าต้องสู้แต่ก็สู้ไม่หลุดเสียใจมากตอนนั้น ทนายก็ช่วยอะไรเราไม่ได้มาก จะให้ทำอย่างไรก็ไม่บอกให้สู้เอง พยานหลักฐานก็ไม่มี มีแต่พยานของเขา คู่คดีที่เป็นตำรวจเขาวางแผนเอง ช่มชู้เราให้รับสารภาพ สุดท้ายก็โดนประหารเนี่ยะมาอยู่ที่ยังขวาง” และ “เขาถามว่าเอาไปซ่อนไว้ที่ไหน เราก็บอกเขาไปว่าเราไม่ได้ทำ เราไม่รู้เรื่อง เขาก็ค้นก็ไม่เจอ เรื่องทุกอย่างเจ้าหน้าที่เขาเป็นคนแต่งขึ้นมาทั้งนั้น บังคับให้เรารับสารภาพ เซ็นชื่อในเอกสารที่เราไม่ได้อ่านมีแต่เอกสารปลอมทั้งนั้น”

1.2 โลกใบใหม่ที่แปรเปลี่ยนไป เมื่อชีวิตต้องพลิกผันก้าวเข้าสู่เรือนจำ ซึ่งเป็นโลกใบใหม่ที่แปรเปลี่ยนไป การดำเนินชีวิตในเรือนจำเป็นสิ่งที่ยากจะปรับตัวได้สำหรับผู้ต้องขังสูงอายุ อันเนื่องมาจากความเข้มงวดเชิงโครงสร้างของเรือนจำที่เต็มไปด้วยกฎเกณฑ์ต่างๆ และถูกกดดันด้วยสภาวะแวดล้อมทั้งทางกายภาพ สังคม และวัฒนธรรม ซึ่งส่งผลกระทบต่อ การดำรงชีวิตและความรู้สึกนึกคิด จนเกิดความรู้สึกเครียด รู้สึกว่าชีวิตของตนเองนั้นว่างเปล่า และไม่

อยากจะมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนผู้ต้องขังคนอื่น เก็บเนื้อเก็บตัว และในบางรายรุนแรงถึงขั้นคิดที่จะฆ่าตัวตาย ดังคำกล่าวที่ว่า “เคยคิดเหมือนกันว่าจะเอาอย่างไรดี จะไปแขวนคอที่ไหนดี ไม่อยากพบเจอกับใครถ้าได้อยู่คนเดียวเป็นเรื่องแน่นอนอยากอยู่คนเดียวไม่อยากยุ่งกับใครเลยตอนนั้น” และ “ไม่อยากยุ่งกับใครไม่อยากพูดคุยกับใครอยากอยู่คนเดียว มันเครียด เรื่องคดีบ้าง ครอบครัวบ้าง เราของกลางเยอะโทษสูง คนอื่นเขาไม่กล้าพูดด้วยไม่รู้กลัวอะไรตอนนั้นอยู่ที่เรือนจำแม่สอด”

2. ความทุกข์ที่เกิดขึ้นก่อนเข้าสู่การปรับตัว จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่า การที่ผู้ต้องขังสูงอายุต้องเผชิญกับความทุกข์ ความเครียด และความวิตกกังวลที่ต้องใช้ชีวิตอยู่ท่ามกลางกฎระเบียบที่เคร่งครัด ความพยายามในการดำรงชีวิตให้อยู่ภายใต้สังคมเรือนจำเป็นสิ่งที่ยากลำบาก เพราะยังคงยึดมั่นอยู่ในตัวตนเดิมจนไม่สามารถหลุดพ้นจากความรู้สึกไร้คุณค่าของตนเองได้ ซึ่งส่งผลกระทบต่ออารมณ์และความเจ็บปวดในใจ ประกอบด้วย 2 ประเด็น ดังนี้

2.1 ความทุกข์ทางกาย การใช้ชีวิตในสภาพแวดล้อมที่ผิดแปลกไปจากสังคมปกติ การที่ต้องตกอยู่ภายใต้กิจวัตรประจำวันที่ต้องถูกกำหนดให้ทำตามระเบียบที่เคร่งครัด ซึ่งแตกต่างไปจากวิถีชีวิตที่ตนเองเคยมี พร้อมกับการมีโรครุมเร้าด้วยสภาพร่างกายที่อ่อนล้าส่งผลการปรับตัวเพื่อยอมรับแบบแผนชีวิตใหม่ และเป็นสิ่งที่สร้างความยากลำบากในการใช้ชีวิตเป็น

อย่างมาก ดังคำกล่าวที่ว่า “โอ้โฮ จนป่านนี้มันยังไม่ค่อยจะนั่นเลย มันยังวิตกกังวลอยู่ เรายังมีโรคภัยไข้เจ็บเยอะนะ อยากจะไปตายอยู่กับครอบครัวใช้ไหม มันตัวนี้แหละที่ทำให้เราทุกข์อยู่ อย่างตาเราเนี่ยะบอดแล้วเป็นต้อกระจกมออะไรเนี่ยะไม่เห็น มันเครียด.เครียดมากๆ” และ “เคยนึกเหมือนกันว่าอยู่ไปทำไม มันทรมานโรคก็เยอะ เนี่ยะมันยังปวดขาปวดกระดูก ทุกวันคิดดู”

2.2 ความทุกข์ทางใจ เมื่อผู้ต้องขังสูงอายุต้องเผชิญกับความยากลำบากของการใช้ชีวิต ในเรือนจำ การถูกลดทอนความภาคภูมิใจในตนเอง และเกิดความรู้สึกล้มเหลวเนื่องจากสภาพจิตใจที่บอบช้ำ อีกทั้งความรู้สึกล้มเหลวตายอยากเพราะขาดคุณค่าและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ทำให้ชีวิตต้องจมปลักอยู่กับความทุกข์ตรมขมขื่น ย่อท้อต่ออุปสรรค และมองไม่เห็นจุดหมายปลายทางที่ชัดเจนจึงนำพาชีวิตไปสู่ความเบื่อหน่าย สิ้นหวัง หดหู่กำลังใจ หดความหมายในชีวิต และอาจรุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายได้ ดังคำกล่าวที่ว่า “ทุกสิ่งทุกอย่างมันหมดไปแล้ว เราไม่มีคุณค่าแล้ว อยากจะฆ่าตัวตาย จะแขวนคอตัวเองหลายครั้งแล้ว อยากตาย ฉันไม่ได้อยู่ ติดคุกดวงมันตกที่สุดตกนานตกยิ่งกว่านรกอีก อยู่ในนี้มันเสียเวลาทำไมทำกินทำอะไรก็ได้ไม่ได้ให้มันผ่านไปวันๆ เท่านั้น” และ “ส่วนน้อยที่เห็นเรามีคุณค่า เขามองเราในฐานะว่ามีเงินมีทอง มีเงินมาเรียกร้ออะไรมากมาย เราเป็นนักโทษพูดง่าย ๆ ความเป็นคนมันหมดไปแล้ว มัน

หมดแล้วศักดิ์ศรีความเป็นคน คุณค่าความเป็นคนมันไม่มี ชีวิตมันไร้ค่าลงตั้งแต่ติดคุกแล้ว”

3. กระบวนการปรับตัว จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า กระบวนการที่ผู้ต้องขังสูงอายุหาหนทางคลายความคับข้องใจที่เกิดขึ้นกับตนเอง อันเนื่องมาจากการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสภาพแวดล้อมใหม่ในเรือนจำด้วยการแสวงหาวิธีการตอบสนองที่เหมาะสมต่อร่างกาย และจิตใจเพื่อให้สามารถดำรงอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสังคมในเรือนจำได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพในบริบทของเรือนจำประกอบด้วย 3 ประเด็น ดังนี้

3.1 การปรับมุมมองความคิด การเผชิญปัญหาโดยปรับมุมมองความคิดให้เข้ากับสถานการณ์จริงที่เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาโดยการยอมรับเข้าใจและปล่อยวางกับอุปสรรคในการดำเนินชีวิต มีจิตใจที่ปลอดโปร่งผ่อนคลายจากความคิดที่มารบกวนจิตใจ สามารถรับรู้และเข้าใจในความเปลี่ยนแปลงมองเห็นความเป็นไปในสิ่งต่างๆ ของชีวิตได้ชัดเจนตามสภาพแห่งความเป็นจริงและมีจิตใจที่สุขสงบ ผู้ต้องขังสูงอายุกล่าวว่า “เราปรับตัวได้แล้วก็สบายตัดปัญหาเรื่องภายนอก เราไม่รับรู้อะไรมันทำให้เราไม่สบายใจเปล่าๆ จะดีจะอย่างไรก็เรื่องของเขา ให้เรามีชีวิตอยู่ต่อไปไม่ยากที่จะคิดทำแต่เรื่องเดิมๆ แล้วถ้ามีแต่คิดเรื่องเดิมๆ เดียวออกไปมันก็เหมือนเดิมเวลานี้เราต้องอยู่กับสภาพที่เป็นอยู่ในนี้ให้ได้” และ “มันสอนให้เรารู้ว่าสิ่งแวดล้อมข้างในกับข้างนอกมันไม่

เหมือนกัน ถ้าเราหลีกเลี่ยงการเข้ามาในนี้ก็ดีแล้ว อยู่ในนี้มันไม่ดีแน่ เราต้องไปสอนลูกสอนหลาน อย่าให้เข้ามา ตัวเราต้องปรับใหม่ ถ้าเราเข้ามาอีก โอ.โอ.ไม่ได้ไปแล้ว เราต้องปรับปรุงใหม่”

3.2 การจัดการกับสถานะที่ทำให้ใจ

ขุนมัว การแสวงหาความสุขทางใจเพื่อสร้างสีสันให้กับชีวิต ลดทอนความทุกข์ ความเหงา ความเบื่อหน่าย ความเครียด และความสิ้นหวัง เกิดการผ่อนคลาย ด้วยการร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางเรือนจำจัดขึ้น จนสามารถดำเนินชีวิตที่เหลือต่อไปได้ ภายใต้โลกที่ผู้ต้องขังมักเรียกว่า “โลกสีเหลี่ยมแคบๆ” ดังคำกล่าวที่ว่า “เมื่อเรามีความเครียด เมื่อมีกิจกรรมอะไรเราก็ควรเข้าร่วม ในกิจกรรมนั้นก็มีการอบรมวิชาชีพรื่องทำอาหาร กับข้าว ขนม ไอศกรีม ก็มีนักโทษเข้าร่วมโครงการกันล้นทำให้ทุกคนมีรอยยิ้มสนุกได้ความรู้และนำไปประกอบอาชีพ และต่อยอดให้กับนักโทษคนอื่นอย่างต่อเนื่องและเฟลิดเฟลิน” และ “ได้เคยฝึกวิชาชีพจากวิทยากรข้างนอก ก็อย่างเช่น เรียนศิลปะ วาดรูป ไปเรียนทำขนม ชงกาแฟก็รู้สึกว่ามันก็ดี มันได้ไปกินได้ไปเจอเพื่อนคนใหม่ที่รู้จักกัน มันเปิดหูเปิดตาไปในตัวเพราะอยู่แต่ในแดนก็มีอยู่แค่นี้ไปนอกแดนบ้าง กว้างขวางดี ก็รู้สึกวโล่งดี”

3.3 ความรู้สึกด้านบวก การที่ผู้ต้องขังสูงอายุผ่านประสบการณ์ภาวะวิกฤติ ซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ มองชีวิตอย่างมีความหวังไม่ย่อท้อกับปัญหา และสามารถอยู่กับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้อย่างเข้าใจ รับรู้ถึง

สัมพันธ์ภาพที่ดีกับคนรอบข้างจนเกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวก สามารถดำเนินชีวิตอยู่กับสิ่งที่เป็นไปได้อย่างเข้าใจและได้เห็นมุมมองด้านบวกที่เกิดขึ้นเพื่อช่วยให้ตนเองมีความสุข ดังกล่าวที่ว่า “เราอยู่ในนี้ก็สร้างคุณค่าให้กับตนเองได้ไม่หมดหวังนะเรายังสามารถช่วยเหลือครอบครัวเราได้ อย่างเช่นเรารับจ้างซักผ้าให้เขาก็ได้เดือนหนึ่ง 3,000 กว่าบาท ส่งไปบ้านหมด เป็นทุนการศึกษาให้ลูกได้เรียน ตอนนี้อูกเรียนจบปริญญาตรีแล้วที่มหาวิทยาลัยเกษตรแม่โจ้ มีงานทำแล้ว เราก็อิ่มหนำ” และ “คนอื่นเขาคิดกับเราแบบนั้น เราไม่ต้องไปคิดแบบนั้นเหมือนเขา เขาว่าเราเป็นคนไร้ค่า ก็ปล่อยมันไป เราออกไปก็ต้องทำให้มันดีขึ้นออกจากคุก เราทำได้ใครจะมากล้าว่าเราเขาก็ต้องนับถือเราแล้ว อย่างหลานสาวบอกว่าจะทำรีสอร์ท แต่จะรอปู่ออกไปก่อนแล้วค่อยทำเพราะปู่เป็นคนกว้างขวางรู้จักคนเยอะอยากให้ปู่มาร่วมงานด้วยแค่เราได้ยินแบบนี้ เอ้อ.เรายังมีคุณค่าอยู่ คุณค่าเราอยู่ที่คนอื่นเขานับถือ นี่สำคัญ”

4. การเริ่มต้นของชีวิตที่เข้มแข็ง

ภายหลังจากที่ผู้ต้องขังสูงอายุประสบกับความท้อแท้ความผิดหวังที่เกิดจากปัญหาต่างๆ ที่มารุมเร้าแล้ว ผู้ต้องขังสูงอายุเหล่านั้นสามารถปรับตัวยอมรับและหาแนวทางแก้ไขไม่ยอมแพ้กับโชคชะตาชีวิตของตนเอง เปลี่ยนความท้อแท้ให้เป็นพลังในการเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้นเพื่อก้าวผ่านพ้นความทุกข์และเข้าถึงความสุขในชีวิต ประกอบด้วย 3 ประเด็นรอง ดังนี้

4.1 การยืนหยัดเพื่อสู้กับปัญหา การผ่านความทุกข์ยากภายใต้การใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำมายาวนานมากกว่าสิบปี ช่วยหล่อหลอมมุมมองในการใช้ชีวิตของผู้ต้องขังสูงอาย่ว่าตนเองมีชีวิตที่ดีและสร้างความสุขได้หากมีการเปลี่ยนแปลงแบบแผนการดำเนินชีวิต อยู่กับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัวเพื่อเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างมีความสุข เกิดความคิดในการพัฒนาตัวเอง และมองเห็นตนเองได้ชัดเจน โดยไม่ปล่อยให้ตนเองหมกมุ่นอยู่กับปัญหาและความทุกข์ในใจ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อมุ่งแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างมั่นคง จนสามารถยอมรับทำความเข้าใจกับความเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง เพื่อนำไปสู่คุณค่าของการสร้างชีวิตใหม่ ผู้ต้องขังสูงอายุก่อว่าว่า “อยู่มานานขนาดนี้ 17 ปี จะ 18 ปี แล้ว มันจะลำบากอย่างไรไม่ใช่ว่าปัญหาสำหรับเรา อะไรก็รับได้หมด ลำบากกว่านี้ไม่มีอีกแล้วจริงๆ แล้ว เสื้อผ้า 5 ชุด ที่นอนผ้าห่ม 3 ผืนก็ไม่ใช่ไรอย่าไปคิดอะไรอวดกันอย่างเดียว” และ “ผ่านความสบายมากก็เยอะลำบากมากก็เยอะติดคุกเนี่ยะสุดๆ แล้วมันไม่มีอะไรน่ากลัวกว่านี้แล้วรับได้ทุกอย่างมันอยู่ที่ใจ แล้วว่าใครจะรับความเปลี่ยนแปลงได้มากแค่ไหนเนี่ยะอยู่มาตั้ง 15 ปีแล้วจะกลัวอะไรอีก”

4.2 การก่อเกิดมิตรภาพในเรือนจำ คือ การแสวงหาแรงสนับสนุนจากผู้อื่นเพื่อให้ผู้ต้องขังสูงอายุสามารถฝ่าวิกฤติในชีวิตออกไปได้ ด้วยความรัก ความเข้าใจ ความรู้สึกดีๆ มีสายสัมพันธ์อันงดงามจากมวลมิตรบุคคลภายนอกที่

เข้ามาเสริมสร้างให้คุณค่าและความหมายของตนเองในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ซึ่งจะช่วยให้ได้เปิดความคิดมุมมองใหม่ๆ และสร้างชีวิตใหม่ขึ้นมา ได้มีพื้นที่สำหรับระบายความวิตกกังวล ผู้ต้องขังสูงอายุก่อว่าว่า “มีวิทยากรและอาจารย์ มีองค์กรทางศาสนาเข้ามาให้ความรู้เกี่ยวกับศาสนา และคณะครู อาจารย์ จากสถาบันต่างๆ มาอบรมให้ความรู้จาก “โครงการกำลังใจ” ในพระดำริของพระเจ้าหลานเธอพระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา ได้รับความรู้เป็นอย่างมาก ได้ทำการจัดส่งไปให้กำลังใจ ผู้ป่วยโรคเอดส์ ถักผ้าพันคอ ผ้าขนหนูส่งไปให้พระภิกษุที่อยู่ตามชนบท ที่หนาวทางภาคเหนือ และแปลหนังสือ อักษรเบลล์ เป็นเรื่องราวให้ผู้พิการทางสายตาได้อ่าน”

4.3 การวางแผนชีวิตหลังพ้นโทษ การสร้างเป้าหมายในชีวิตหลังจากพ้นโทษและค้นหาสิ่งที่ตนเองต้องการในอนาคต และเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในสิ่งที่ตนเองหวัง และรับรู้ถึงคุณค่าในตนเองว่ายังสามารถที่จะกระทำในสิ่งต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ได้อีกมากมาย การกำหนดอนาคตด้วยพลังแห่งความหวังจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างพลังชีวิตที่เข้มแข็ง ผู้ต้องขังสูงอายุก่อว่าว่า “ที่เราใช้ชีวิตอยู่ต่อไปก็เพราะว่าถ้าเราได้ออกไปแล้วเลี้ยงหลานอยู่บ้าน เราไม่ได้เป็นใหญ่โตเหมือนคนอื่นเขา แต่สามารถช่วยลูกๆ ญาติพี่น้องคนในชุมชนที่บ้านเราเท่าที่จะทำได้ ต้องดูแลตนเองชีวิตเราสำคัญที่สุด ลมหายใจยังอยู่นะเราจะเป็นอย่างไร ชีวิตเราผ่านความลำบากมาเยอะต่อไปวันหน้าต้องรู้ว่าจะทำ

อย่างไรให้มันดีกว่าเพื่อตนเอง” และ “ออกไปเราควรแก้ไขปรับปรุงให้มันดีขึ้น เพราะว่าบทเรียนมันมีแล้ว ต้องใช้ความคิดใช้สมองให้มันดีขึ้น อยู่ในนี้มีเรื่องไม่ดีมากมายไม่ต้องยุ่งกับมันดีที่สุด เพราะชีวิตเป็นของเรา เราต้องกำหนดว่าจะไรควรทำไม่ควรทำและคิดให้ดีขึ้น”

อภิปรายผล

ผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้ต้องขังสูงอายุ ได้ระบุว่า ความทุกข์ของพวกเขา เริ่มต้นจากกระบวนการพิจารณาคดี ซึ่งความทุกข์นี้เริ่มก่อตัวขึ้นนับแต่วันแรกที่ถูกจับกุมจนถึงการพิจารณาคดีของศาล ซึ่งเป็นความยากลำบากอีกชั้นหนึ่งที่ทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุต้องตกอยู่ในสภาวะความเครียด คาดหวังกับการต่อสู้คดีความ ผู้ต้องขังสูงอายุต้องเผชิญกับความทุกข์ในรูปแบบต่างๆ และความเจ็บปวดจากกระบวนการยุติธรรม เช่น ถูกเอารัดเอาเปรียบจากทนายความ และการเจ็บปวดกับการต้องจำยอมรับสารภาพในข้อกล่าวหาที่ตนเองไม่ได้เป็นผู้กระทำ ส่งผลให้เกิดความทุกข์ เช่น ความผิดหวัง ความวิตกกังวล ความเศร้าโศก และความเจ็บปวดทางใจ สอดคล้องกับการศึกษาของ นภาพรณ หะวานนท์และคณะ (2555) ที่พบว่า แม้จะมีกฎหมายกำหนดไว้ให้เกิดความเป็นธรรมกับผู้กล่าวหาแต่ในทางปฏิบัติในบางกรณีอาจมีการข่มขู่การใช้วิธีการบังคับด้วยวิธีการต่างๆ การเอาเปรียบเรียกร้องผลตอบแทนหรือการละเมิดศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของผู้ต้องหา

มูลเหตุแห่งทุกข์อีกประเด็นหนึ่งนอกเหนือจากความทุกข์ที่เกิดจากกระบวนการพิจารณาคดีแล้วนั้นคือ ความทุกข์ที่เกิดจากโลกใบใหม่ที่แปรเปลี่ยนไป นั่นคือโลกใบใหม่ของชีวิตที่ก้าวเข้าสู่เรือนจำด้วยสภาพจิตใจที่ชื่นชมวิตกกังวล หวาดกลัว โศกเศร้าจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในอดีต และการดำเนินชีวิตในเรือนจำเต็มไปด้วยกฎเกณฑ์ต่างๆ ที่ต้องถือปฏิบัติตาม การทำใจและยอมรับเพื่อปรับชีวิตให้สอดคล้องกับระเบียบวินัยซึ่งเป็นสิ่งใหม่และไม่คุ้นเคยจนยากที่จะปฏิบัติตาม รวมถึงถูกกดดันด้วยสภาพแวดล้อมทั้งทางกายภาพและสังคมใหม่ที่อยู่ท่ามกลางวัฒนธรรมที่แตกต่าง การยอมรับสภาพการเป็นอยู่ในโลกใบใหม่จึงเป็นสิ่งที่ยากจะปรับตัวได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ เกรแฮม ไซคิด (อ้างถึงใน พรรณเลขา พลอยสระศรี, 2546) ที่ได้ศึกษาผลกระทบของการจองจำและข้อจำกัดด้านต่างๆ ของผู้ต้องขังและได้พบปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวของผู้ต้องขังในเรือนจำว่า นอกจากจะถูกจำกัดความต้องการในด้านต่างๆ แล้วยังต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมที่เป็นสังคมใหม่ในเรือนจำ ซึ่งมีความแตกต่างจากสภาพแวดล้อมของสังคมภายนอกโดยสิ้นเชิงทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัว

ความทุกข์ที่เกิดขึ้นก่อนเข้าสู่การปรับตัวการใช้ชีวิตในเรือนจำของผู้ต้องขังสูงอายุนั้น จากการศึกษาพบว่า ความทุกข์ทางกายเป็นสภาวะที่เกิดจากการที่ต้องตกอยู่ภายใต้กฎระเบียบและกรอบกติกาที่เข้มงวดทำให้รู้สึก

อดีตไม่สามารถปรับตัวปรับใจที่จะยอมรับในกฎระเบียบเหล่านั้นได้และรวมไปถึงความหลากหลายทางวัฒนธรรมและการใช้ชีวิตที่มีความแตกต่าง ความพยายามในการดำรงชีวิตภายใต้สังคมเรือนจำเป็นสิ่งที่ยากลำบาก เพราะผู้ต้องขังสูงอายวยังคงยึดมั่นอยู่ในรากเหง้าในอดีตจนไม่สามารถหลุดพ้นจากความรู้สึกไร้คุณค่าของตนเองได้ ทำให้การปรับตัวปรับใจเพื่อยอมรับแบบแผนชีวิตใหม่ให้เหมือนผู้ต้องขังคนอื่นๆ เป็นสิ่งที่สร้างความกดดันและความยากลำบากให้กับผู้ต้องขังต้องกลายเป็นบุคคลที่สมยอมขาดความเป็นตัวของตัวเอง ขาดความมั่นใจในการดำเนินชีวิต ซึ่งอาจเป็นการลดทอนพลังชีวิตพลังใจและพลังความคิดในการใช้ชีวิตในเรือนจำ และความทุกข์ที่เกิดขึ้นก่อนเข้าสู่การปรับตัวประการสุดท้ายคือ ความทุกข์ทางใจเป็นความทุกข์ที่เกิดจากการที่ตนเองไม่สามารถทำใจและยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ซึ่งส่งผลให้จิตใจที่อ่อนแออยู่แล้วเกิดอาการท้อแท้ หดท้อกำลังใจ และไร้ซึ่งความหวังเนื่องจากสภาพจิตใจที่ยังบอบช้ำ เพราะขาดความหนักแน่นภายในใจทำให้ชีวิตต้องจมปลักอยู่กับความทุกข์ ตลอดจนมีความรู้สึกเกรงกลัวต่ออุปสรรคและมองไม่เห็นจุดหมายปลายทางที่ชัดเจนจึงนำพาชีวิตไปสู่ความเบื่อหน่ายและหมดกำลังใจในการดำเนินชีวิต ทำให้เกิดการเสียสมดุลจนกลายมาเป็นความทุกข์ที่ปรากฏขึ้นในจิตใจ สนับสนุนคำอธิบายของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต, 2553 อ้างถึงใน

พุทธิกานต์ คงคา, 2554) ในเรื่องของความทุกข์ทางใจ (Mental pain; Mental suffering) ว่าเป็นสภาวะทุกข์ที่เกิดขึ้นเป็นความไม่สบายใจ ความเศร้าโศก ความคร่ำครวญรำไร เจ็บปวด รวดร้าวใจ ความคับแค้น สิ้นหวัง รวมทั้งความทุกข์ทางใจมีความเกี่ยวข้องทางกาย (Bodily pain; Physical suffering) หรือกายิกทุกข์ กล่าวคือ เมื่อเกิดความทุกข์ทางกายก็ทำให้เกิดความทุกข์ทางใจหรือเมื่อเกิดความทุกข์ทางใจก็ส่งผลไปถึงความทุกข์ทางร่างกายด้วย

สำหรับสาเหตุของการปรับตัวนี้ ผลการวิจัย พบว่า เนื่องจากความปรารถนาที่จะดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับวัฒนธรรมของเรือนจำและให้เข้ากับสภาพในเรือนจำและใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่ามองไปข้างหน้าด้วยมุมมองใน ชีวิตอย่างมีเป้าหมายและมีทัศนคติที่ดีต่อการดำเนินชีวิตโดยไม่ปล่อยให้ชีวิตผ่านไปอย่างไร้จุดหมาย แม้บางครั้งการปรับตัวจะไม่สามารถเอาชนะในสถานการณ์ได้ทุกเรื่องแต่ก็ทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุได้เรียนรู้ เข้าใจ ทำให้แข็งแกร่ง เติบโตกับการปรับตัวที่ผ่านพ้นมาสามารถแก้ไข และปรับปรุงตัวเองให้เหมาะสมกับสภาพที่เป็นอยู่ให้ได้ ถึงแม้ว่าการปรับตัวอาจเป็นกระบวนการปรับตัวที่ต่อเนื่องไม่มีที่สิ้นสุดอย่างน้อยก็ได้ทำให้ผู้ต้องขังสูงอายุกล้าที่จะเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้นกล้าที่จะยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงเพื่อเปลี่ยนชีวิตให้เกิดการยอมรับในการที่จะเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ในที่สุดและมองชีวิตอย่างมีความหวังไม่ย่อท้อกับปัญหาสามารถอยู่กับ

สภาพแห่งความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้อย่างกลมกลืนและเข้าใจ สอดคล้องกับงานวิจัยของจิระสุข สุขสวัสดิ์ และอริญญา ตั๊ยคำกริ (2553) พบว่า นักศึกษาที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ความไม่สงบในภาคใต้เลือกที่จะเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาซึ่งเป็นรูปแบบการปรับตัวเพื่อเรียนรู้ยอมรับ และเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตามความเป็นจริงมากกว่าที่จะเลือกรูปแบบการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ท่ามกลางสถานการณ์ความเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีคุณค่าและปกติสุข

ประเด็นสุดท้ายภายหลังจากที่ผู้ต้องขังสูงอายุประสบกับความท้อแท้และความผิดหวังที่เกิดจากปัญหาต่างๆ ที่มารุมเร้าแล้ว ผู้ต้องขังเหล่านั้นสามารถปรับตัวยอมรับการเปลี่ยนแปลงและหาแนวทางแก้ไขไม่ยอมแพ้กับโชคชะตาชีวิตของตนเอง เปลี่ยนความท้อแท้ให้เป็นพลังในการเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้นเพื่อก้าวผ่านความทุกข์และเข้าถึงความสุขในชีวิต ผลการวิจัยพบว่าการเริ่มต้นของชีวิตที่เข้มแข็งของผู้ต้องขังสูงอายุนั้น เริ่มจากการที่ผู้ต้องขังสูงอายุสามารถปรับตัวยอมรับและหาแนวทางแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อพาตนเองออกจากความทุกข์และค้นพบพลังใจในการฝ่าฟันอุปสรรคและกล้าเผชิญกับสถานการณ์ของชีวิตที่ผ่านเข้ามาได้อย่างเข้มแข็งโดยไม่หันหลังให้กับชีวิตที่ผิดพลาดมาในอดีตไม่ยอมแพ้กับโชคชะตาและปรับเปลี่ยนชีวิตให้ยืนหยัดขึ้นมาได้ใหม่ สามารถทำความเข้าใจต่อชีวิตที่เปลี่ยนแปลง มีทัศนคติที่ดีต่อการดำเนินชีวิต

สามารถอยู่กับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้อย่างเข้าใจ และได้เห็นแง่มุมที่ดีขึ้นเพื่อนำไปสู่ความพยายามที่จะดำรงชีวิตอยู่ในเรือนจำได้อย่างมีคุณค่าและมีความหวังมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับแนวคิดสุขภาวะทางจิตของริฟท์ (Ryft, 1995 อ้างถึงในกุลรัตน์ แก้วเป็ง, 2554) ตรงกับด้านการมีเป้าหมายในชีวิต (purpose in life) ซึ่งได้แก่การมีความมุ่งหมายในชีวิตสามารถกำหนดทิศทางในชีวิตของตนมีความเชื่อที่เป็นหลักยึดในจิตใจเพื่อที่จะนำไปสู่จุดหมายในชีวิต

สรุป และ ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัย พบว่า ความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับผู้ต้องขังสูงอายุนั้นเป็นความทุกข์ที่เกิดจากกระบวนการพิจารณาคดี และความทุกข์เกิดจากความวิตกกังวลที่ต้องใช้ชีวิตท่ามกลางกฎระเบียบที่เคร่งครัด ซึ่งส่งผลกระทบต่อสภาวะทางใจและทางกาย ด้วยสาเหตุดังกล่าวทำให้ผู้ต้องขังมีความเสี่ยงที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าขาดความหมายในชีวิตมองว่าชีวิตของตนไร้คุณค่าไม่อยากจะมีชีวิตต่อไป ดังนั้นการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาจากเจ้าหน้าที่ทีมงานสุขภาพจิตในเรือนจำ จะเป็นกระบวนการที่ทำหน้าที่ช่วยเหลือให้ผู้ต้องขังได้ตระหนักถึงสภาพแห่งความเป็นจริง โดยการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคลหรือแบบกลุ่มแก่ผู้ต้องขังเพื่อให้ผู้ต้องขังได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกัน เพื่อให้เห็นถึงคุณค่าความสำคัญของ

แต่ละคนที่จะทำให้เกิดความนับถือตนเองต่อการดำเนินชีวิตอยู่ในเรือนจำได้อย่างมีความหมายจนสามารถยอมรับและอยู่กับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและอนาคต

นอกจากนี้ ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวเข้ากับสภาพการณ์เป็นอยู่ในเรือนจำของผู้ต้องขังสูงอายุ เป็นผลมาจากการที่ผู้ต้องขังมีมุมมองหรือทัศนคติที่ดีกับผู้คนและสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว และมีความปรารถนาที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า มองไปข้างหน้าด้วยมุมมองใน ชีวิตอย่างมีเป้าหมาย ดังนั้นในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษา หรือเจ้าหน้าที่ที่ทำงานด้านสุขภาพจิตในเรือนจำ/ทัณฑสถาน จึงควรให้ความสำคัญในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมกำลังใจ การเห็น

คุณค่าในชีวิต การมีเป้าหมายในชีวิตอย่างสม่ำเสมอและเหมาะสมกับช่วงวัยขรา เพื่อให้สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับความแตกต่างท่ามกลางผู้อื่น และปรับใจให้เข้ากับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งฝึกฝนอุปสรรคและมีศักยภาพในการดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย เนื่องจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะกลุ่มผู้ต้องขังสูงอายุ ผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการศึกษากระบวนการปรับตัวของผู้ต้องขังในแต่ละช่วงอายุ ผู้ต้องขังกลุ่มเพศทางเลือก ผู้ต้องขังชาวต่างชาติและกลุ่มผู้ต้องขังพิการ ทั้งนี้เพื่อให้เห็นความแตกต่างและความหลากหลายในผลการวิจัย

บรรณานุกรม

- กรมราชทัณฑ์. (2558). สถิติผู้ต้องขังประจำปีงบประมาณ 2558. นนทบุรี: กรมราชทัณฑ์.
- กุลรัตน์ แก้วเป็ง. (2554). สุขภาวะทางจิตของผู้ป่วยสารเสพติดในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพภายหลังได้รับการรักษาเชิงบุคคลรายบุคคลแนวพุทธ: การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จารุวรรณ คงยศ. (2551). การปรับตัวของผู้ต้องขังให้เข้ากับสภาพเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีเรือนจำกลางคลองเปรม. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จิระสุข สุขสวัสดิ์ และอรัญญา ดุ้ยคำภีร์. (2553). ประสบการณ์ความรุนแรง การเผชิญปัญหาและความสุขในจังหวัดชายแดนภาคใต้ของไทย: การวิจัยนำร่องแบบผสานวิธี. วารสารประชากรศาสตร์, 26(1), 22-47.
- ชาย โพธิธิตา. (2550). ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งพับลิชชิ่ง.

- ณสงวน เรนทรเสณี. (2553). *ประสบการณ์ทางจิตใจผู้รอดชีวิตที่สูญเสียความสมบูรณ์ทางกายจากเหตุการณ์เพลิงไหม้ซานติก้าผับ*. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นภาพร หะวานนท์ และคณะ. (2555). *ชีวิตที่ถูกกลืน เรื่องเล่าของผู้หญิงในเรือนจำ* (พิมพ์ครั้งที่ 1) กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- นิภา นิมนวล. (2548). *ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้ต้องขังเข้ากับสภาพแวดล้อมเรือนจำ ศึกษาเฉพาะกรณีของทัณฑสถานหญิงกลาง*. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พรรณเลขา พลอยสระศรี. (2546). *กระบวนการปรับตัวของผู้ต้องขังวัยหนุ่มในเรือนจำบางขวาง*. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พุทธิกานต์ คงคา. (2555). *ประสบการณ์ความทุกข์ของนิสิตนักศึกษาหอพักที่เข้าร่วมกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ*. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เพ็ญพรรษา ปกาลิทธิ. (2553). *บริบทเรือนจำและการยอมรับโทษประหารชีวิต*. (วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภีร์วัฒน์ นนทะโชติ. (2555). *ทัณฑสถานเปิดกับการมีส่วนร่วมของประชาชนในการดำเนินงานตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง*. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์การเรียนรู้ทางไกลเชิงนวัตกรรม*, 11(2), 1-18.
- ยุหวาด หิมโตะบึก และจิระสุข สุขสวัสดิ์. (2559). *ประสบการณ์เส้นทางชีวิตผู้ต้องหาบัณฑิตหลังจำคุก*. *วารสารศึกษาศาสตร์*, 9(2), 230-241.
- สำราญ วงศ์ขวัญ และนิพัทธ์ เมฆจร. *ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการควบคุมตนของผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง*. *วารสารศึกษาศาสตร์*, 9(2), 285-293.
- สุพจน์ อารีย์สวัสดิ์ และจิระสุข สุขสวัสดิ์. (2559). *ความมั่นคงในการควบคุมตนของคนหลังจำคุก*. *วารสารวิชาการคุณธรรมความดี*, 5(1), 1-19.