

การพัฒนาแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่

กิตติธัช เกื้อกุล¹

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์²

ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา³

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่ 1 ใช้ในการศึกษาลักษณะภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ มีจำนวน 158 คนที่ได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร กลุ่มที่ 2 เป็นผู้ต้องขังเข้าใหม่ที่ได้มาจากการประเมินภาวะซึมเศร้าโดยใช้แบบวัดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังไทย ที่มีภาวะซึมเศร้าระดับปานกลางรวมทั้งสิ้น 20 คนแล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คนการวิจัยนี้เป็นการวิจัยผลานวิธีผลการวิจัย แสดงว่า ผู้ต้องขังเข้าใหม่ จำนวน 158 คน มีค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับปานกลาง ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ กลุ่มทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผล ลดลงมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.05 ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ กลุ่มทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผล ลดลงกว่ากลุ่มควบคุมที่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.01 ผลการสนทนากลุ่มเฉพาะพบว่า ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจอย่างยิ่งต่อรูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำที่ช่วยให้ผู้ต้องขังที่มีภาวะซึมเศร้าสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุข

คำสำคัญ: รูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำ ภาวะซึมเศร้า ผู้ต้องขังเข้าใหม่

¹นักศึกษาระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ที่อยู่: 1761 ถนนพัฒนาการ เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ 10250

E-mail: doctorwiz999111999@gmail.com

²ศาสตราจารย์ (จิตวิทยา) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ที่อยู่: 1761 ถนนพัฒนาการ เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ 10250

Email: psy.phd@kbu.ac.th

³รองศาสตราจารย์ (จิตวิทยา) ผู้อำนวยการ หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ที่อยู่: 1761 ถนนพัฒนาการ เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ 10250

Email: psy.phd@kbu.ac.th

The Development of an Action-Oriented Group Therapy Model for Decreasing Depression Symptoms of New Inmates

Kittidhach Keoukool¹

Pongpan Kirdpitak²

Prasarn Malakul Na Ayudhaya³

Abstract

The main purpose of this research was to develop an action oriented group therapy model for decreasing depression symptoms of new inmates. The sample of the study included 2 groups. The first group of the depression symptoms study consisted of randomly selected 158 new inmates in Chonburi Central Prison. The second group were 20 new inmates of Chonburi Central Prison whose depression scores were moderate. They were then randomly assigned into two groups as experimental and control groups, 10 new inmates each. This research was mixed method research. The research results were as follows: The total mean score and the individual dimension mean scores of depression of new inmates were moderate. The depression of new inmates of the experimental group after participating in the action-oriented group therapy model and after the follow up were significantly decreased at $p < 0.05$. The depression of new inmates of the experimental group after participating in the action-oriented group therapy model and after the follow up were significantly lower than that of the control group at $p < 0.01$ level. Focus group interview showed that the new inmates were satisfied with the action-oriented group therapy model. They also gained more knowledge and they felt that their lives were improved and the model was valuable for their lives.

Keywords : An action oriented group therapy model, decreasing depression symptoms, new inmates

¹Ph.D.Candidate, Ph.D. Program in Psychology, Kasem Bundit University

Address: 1767 Patanakarn Rd. Suan Luang, Bangkok, 10250

Email: nathawatl@gmail.com

²Professor (Psychology), Graduate School, Kasem Bundit University

Address: 1767 Patanakarn Rd. Suan Luang, Bangkok, 10250

E-mail: psy.phd@kbu.ac.th

³Associate Professor (Psychology), Director, Master of Arts Program in Psychology for Development of Human Potentials, Kasem Bundit University

Address: 1767 Patanakarn Rd. Suan Luang, Bangkok, 10250

E-mail: psy.phd@kbu.ac.th

บทนำ

ผู้ต้องขังเข้าใหม่ หมายถึงผู้ที่ถูกคุมขังที่ถูกฝากขังตามคำสั่งศาลเพื่อรอการพิจารณาคดีโดยชอบด้วยกฎหมายให้ลงโทษทุกคดีภายในเรือนจำกลางชลบุรี เป็นผู้ต้องขังชาย อายุระหว่าง 19-70 ปีต้องโทษเกี่ยวกับคดีพระราชบัญญัติยาเสพติด คดีเกี่ยวกับทรัพย์ คดีเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย คดีเกี่ยวกับเพศ คดีค้ำมนุษย์ คดีพระราชบัญญัติอาวุธปืนและวัตถุระเบิด และคดีพระราชบัญญัติคนเข้าเมือง

จากสถิติจำนวนผู้ต้องขังภายในเรือนจำกลางชลบุรี ณ วันที่ 27 พฤศจิกายน พ.ศ. 2555 มีจำนวนทั้งสิ้น 6,296 คน ในขณะที่เรือนจำสามารถรองรับได้ จำนวน 4,200 คน ซึ่งเป็นความจุเกือบล้น (เรือนจำกลางชลบุรี, 2555:8) ส่งผลกระทบทำให้เกิดสภาพความแออัดของผู้ต้องขัง อันจะก่อให้เกิดผลกระทบทั้งทางร่างกายและจิตใจโดยเฉพาะภาวะซึมเศร้า

ผู้วิจัยได้สำรวจภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ภายในเรือนจำกลางชลบุรี ในช่วงระหว่าง วันที่ 19 – 29 มกราคม 2558 จำนวน 400 คน โดยใช้แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าพบว่าผู้ต้องขังมีภาวะซึมเศร้า จำนวน 184 คน คิดเป็นร้อยละ 30.66 โดยมีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย (Mild depression) จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 3.50 ระดับปานกลาง (Moderate Depression) จำนวน 158 คน คิดเป็นร้อยละ 26.33 และระดับรุนแรง (Severe depression) จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 0.83

ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ภายในเรือนจำ เป็นความผิดปกติที่พบได้บ่อย มักจะมีสาเหตุจากสภาพแวดล้อมที่แออัด กฎระเบียบที่เคร่งครัด การขาดที่ปรึกษาด้านกฎหมาย การตัดขาดจากครอบครัว ปัญหาการจัดการด้านคุณภาพชีวิตของนักโทษปัญหาด้านสัมพันธภาพระหว่างครอบครัวและเพื่อนผู้ต้องขังด้วยกัน ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่ส่งผลกระทบทั้งทางร่างกายและ

จิตใจโดยเฉพาะอาการเครียดหรือภาวะซึมเศร้าที่ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานทางด้านจิตใจซึ่งแสดงออกในลักษณะเบื่อหน่าย ขาดแรงจูงใจ ท้อแท้ สิ้นหวัง หดท้อกำลังใจ อารมณ์เศร้า หงุดหงิดง่าย นอนไม่หลับ เหม่อลอย หลง ๆ ลืม ๆ แยกตัว น้ำหนักลดเบื่ออาหาร หดอารมณ์ทางเพศ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่
2. เพื่อพัฒนารูปการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดอาการซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่
3. เพื่อประเมินประสิทธิผลของรูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่

สมมติฐานการวิจัย

1. ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังหลังได้รับการให้การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำและหลังติดตามผลลดลงกว่าก่อนการให้การบำบัดกลุ่ม
2. ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังกลุ่มทดลองหลังได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำและหลังติดตามผลลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือผู้ต้องขังที่เข้ารับการคัดกรองภาวะซึมเศร้า ภายในเรือนจำกลางชลบุรี จำนวน 400 คน ในระหว่างวันที่ 19 – 29 มกราคม 2558

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม

- 2.1 กลุ่มที่ 1 ใช้ในการศึกษาลักษณะภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ มีจำนวน 158 คน ที่ได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร

2.2 กลุ่มที่ 2 เป็นผู้ต้องขังเข้าใหม่ ที่ได้มาจากการประเมินภาวะซึมเศร้าโดยใช้แบบวัดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังไทย ที่มีภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง รวมทั้งสิ้น 20 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการใช้รูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการบำบัดใด ๆ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดภาวะซึมเศร้าสำหรับผู้ต้องขังไทย (Thai Prison Depression Inventory) มีความตรงเชิงเนื้อหาได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 1.0 ค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่

ระหว่าง 0.625-0.876 และมีค่าความเที่ยงของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ 0.976

2. รูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำ เพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขัง มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Objective Congruence: IOC) เท่ากับ 1.00

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผลการศึกษาภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่

พบว่ามีความซึมเศร้าโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ($\bar{X} = 2.50$, $SD = 0.63$) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าต่ำสุดค่าสูงสุดค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของผู้ต้องขังเข้าใหม่ที่มีภาวะ ซึมเศร้า ของกลุ่มตัวอย่าง (n=158)

ภาวะซึมเศร้า	จำนวนข้อ	Std. แผลผล			
		Minimum	Maximum	Mean	Deviation
ด้านอารมณ์	7	2.00	4.00	2.85	0.79
ด้านการคิด	7	2.00	3.00	2.83	0.77
ด้านแรงจูงใจ	4	2.00	4.00	2.80	0.70
ด้านร่างกายและพฤติกรรม	5	2.00	4.00	2.61	0.65
โดยรวม	23	2.00	4.00	2.50	0.63

2. การพัฒนารูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่

ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ หมายถึงรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์หรือการเรียนรู้จากการได้ลงมือปฏิบัติจริงโดยผู้รับการบำบัดได้มีโอกาสรับประสบการณ์ตรงแล้วได้รับการกระตุ้นให้สะท้อนสิ่งต่าง ๆ (Reflection) ที่ได้จาก

ประสบการณ์ตรงออกมาเพื่อพัฒนาทักษะใหม่ๆ เจตคติใหม่ ๆ หรือวิธีการคิดใหม่ ๆ เทคนิคดังกล่าวนำมาใช้เพื่อส่งเสริมให้ผู้รับการบำบัดเข้าใจธรรมชาติของพฤติกรรมที่ส่งผลทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าและธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลงโดยผ่านกลไกการทำความเข้าใจพฤติกรรมหรืออารมณ์ที่เป็นปัญหาซึ่งเป็นประสบการณ์ตรงของตัวผู้ให้การบำบัดเองสำหรับวิธีการให้ความช่วยเหลือผู้ต้องขังที่มีภาวะ

ซึมเศร้าและเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีต่าง ๆ ของการให้การบำบัดกลุ่ม ประกอบด้วย ทฤษฎีการบำบัดแบบรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive behavioral therapy) ทฤษฎีการให้การบำบัดแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral therapy) และทฤษฎีการให้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational emotive behavioral therapy) และดำเนินการสร้างเครื่องมือตามลำดับขั้น ดังนี้

1. ทบทวนวรรณกรรม แนวคิด ทฤษฎี การประยุกต์แนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ ของการให้การบำบัดที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่

2. การพัฒนารูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ จากการทบทวนทฤษฎีและวรรณกรรมได้แก่ ทฤษฎีการบำบัดแบบรู้คิด-พฤติกรรม (Cognitive behavioral therapy) ได้แก่ เทคนิคการกำหนดระเบียบวาระ (Agenda setting) การสอนผู้ป่วย (Didactic aspects) การฝึกผ่อนคลาย (Relaxation training) คำถามชวนให้คิด (Socratic Questioning & Guided Discovery) การสะท้อนกลับ (Feedback) การอภิปรายกลุ่ม การสรุป (Summarizing) และการบ้าน (Home work) ทฤษฎีการบำบัดแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral therapy) ได้แก่ เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) การหยุดความคิด (thought stopping) การอภิปรายและทฤษฎีการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational emotive behavior therapy) โดยมีเทคนิค การ

สอนหลักการ A-B-Cs การจินตนาการแบบเหตุผลที่มีต่ออารมณ์ การแสดงบทบาทสมมติ การให้การบ้านไปฝึกทำ

3. นำรูปแบบการการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของรูปแบบและกิจกรรมให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์

4. วิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องของรูปแบบการการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ผู้วิจัยได้ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา มีค่าความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 1.00 แสดงให้เห็นว่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่า 0.5 ซึ่งอยู่ในช่วงยอมรับได้

5. นำรูปแบบการการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่มาปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้ต้องขังที่มีอาการซึมเศร้าที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 คน ในเรือนจำกลางชลบุรี เพื่อตรวจสอบข้อบกพร่องแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขร่วมกันตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิภายใต้คำแนะนำของอาจารย์ผู้ควบคุมดูแลนิพนธ์

6. นำรูปแบบการการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ที่ปรับปรุงแล้วไปดำเนินการนำไปใช้กับกลุ่มทดลองผู้ต้องขังที่มีอาการซึมเศร้า ภายในเรือนจำกลางชลบุรี จำนวน 10 คนและทำการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus group) ภายหลังการทดลอง

3. ผลการประเมินประสิทธิผลของการให้การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่

3.1 ค่าสถิติพื้นฐานภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองและผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มควบคุมโดยรวมและรายด้านก่อนการทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผล

ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสถิติพื้นฐานของภาวะซึมเศร้าโดยรวมและรายด้านของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองและผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มควบคุมก่อนการทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผลดังแสดงในตารางที่ 2

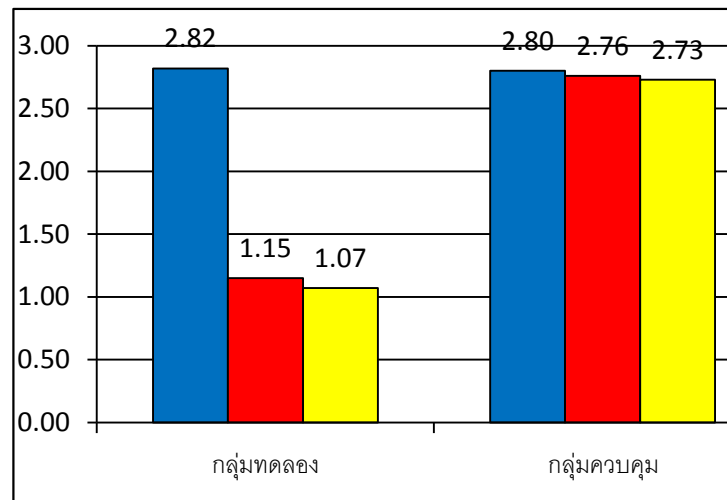
ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลผลค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ โดยรวมและรายด้าน ของกลุ่มทดลอง (n=10) และกลุ่มควบคุม (n=10) ก่อนการทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผล

ภาวะซึมเศร้า	กลุ่มทดลอง (n=10)									กลุ่มควบคุม (n=10)								
	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			หลังการติดตามผล			ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			หลังการติดตามผล		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ด้านอารมณ์	2.85	0.80	ปานกลาง	1.08	0.28	น้อยที่สุด	1.02	0.16	น้อยที่สุด	2.84	0.79	ปานกลาง	2.75	0.73	ปานกลาง	2.72	0.74	ปานกลาง
2. ด้านการคิด	2.81	0.70	ปานกลาง	1.22	0.42	น้อยที่สุด	1.12	0.33	น้อยที่สุด	2.80	0.71	ปานกลาง	2.78	0.61	ปานกลาง	2.77	0.61	ปานกลาง
3. ด้านแรงจูงใจ	2.80	0.64	ปานกลาง	1.25	0.55	น้อยที่สุด	1.12	0.33	น้อยที่สุด	2.77	0.66	ปานกลาง	2.75	0.63	ปานกลาง	2.70	0.64	ปานกลาง
4. ด้านร่างกายและพฤติกรรม	2.82	0.74	ปานกลาง	1.08	0.40	น้อยที่สุด	1.04	0.19	น้อยที่สุด	2.82	0.67	ปานกลาง	2.78	0.66	ปานกลาง	2.75	0.67	ปานกลาง
โดยรวม	2.82	0.73	ปานกลาง	1.15	0.36	น้อยที่สุด	1.07	0.26	น้อยที่สุด	2.80	0.71	ปานกลาง	2.76	0.66	ปานกลาง	2.73	0.67	ปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 2 พบว่าภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองโดยรวมก่อนการทดลอง ($\bar{X}$ =2.82, SD=0.73) อยู่ในระดับปานกลางหลังการทดลอง ($\bar{X}$ =1.15, SD=0.36) และหลังการติดตามผล ($\bar{X}$ =1.07, SD=0.26) อยู่ในระดับน้อยที่สุดส่วนภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มควบคุมโดยรวมก่อนการทดลอง ($\bar{X}$ =2.80, SD=0.71) อยู่ในระดับปาน

กลางหลังการทดลอง ($\bar{X}$ =2.76, SD=0.66) อยู่ในระดับปานกลางและหลังการติดตามผล ($\bar{X}$ =2.73, SD=0.67) อยู่ในระดับปานกลาง

เพื่อให้เห็นความแตกต่างของค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมผู้วิจัยนำเสนอกราฟแท่งแสดงค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ดังแสดงในแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 ค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ โดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล

3.2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองก่อนการทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผล

3.2.1 การเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ก่อนการทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผล

การวิเคราะห์ในขั้นตอนนี้ เป็นการเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ของ

กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยใช้ Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Test เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ และหลังการติดตามผลลดลงต่ำกว่าก่อนการเข้าร่วมการบำบัดกลุ่ม ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 พบว่า ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดมุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่โดยรวมและรายด้านที่ได้รับการบำบัด ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการ ติดตามผล

ภาวะซึมเศร้า	ระยะการทดลอง	$\bar{X}$	ผลการบำบัดกลุ่มที่นำมาเปรียบเทียบ	Negative Rank	Positive Rank	Ties	Z	P
ด้านอารมณ์	ก่อนการทดลอง	2.86	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0.00	5.50	0	-2.812	0.005
	หลังการทดลอง	1.09	ติดตามผล-หลังการทดลอง	0.00	2.50	9	-2.000	0.046
	หลังการติดตามผล	1.03	ติดตามผล-ก่อนการทดลอง	0.00	5.50	0	-2.814	0.005
ด้านความคิด	ก่อนการทดลอง	2.81	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0.00	5.50	0	-2.820	0.005
	หลังการทดลอง	1.23	ติดตามผล-หลังการทดลอง	0.00	3.50	4	-2.333	0.020
	หลังการติดตามผล	1.13	ติดตามผล-ก่อนการทดลอง	0.00	5.50	0	-2.814	0.005
ด้านแรงจูงใจ	ก่อนการทดลอง	2.80	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0.00	5.50	0	-2.814	0.005
	หลังการทดลอง	1.25	ติดตามผล-หลังการทดลอง	0.00	3.00	5	-2.236	0.025
	หลังการติดตามผล	1.13	ติดตามผล-ก่อนการทดลอง	0.00	5.50	0	-2.814	0.005
ด้านร่างกายและพฤติกรรม	ก่อนการทดลอง	2.82	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0.00	5.50	0	-2.821	0.005
	หลังการทดลอง	1.08	ติดตามผล-หลังการทดลอง	0.00	1.50	8	-1.414	0.157
	หลังการติดตามผล	1.04	ติดตามผล-ก่อนการทดลอง	0.00	5.50	0	-2.844	0.004
ภาวะซึมเศร้าโดยรวม	ก่อนการทดลอง	2.82	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0.00	5.50	0	-2.803	0.005
	หลังการทดลอง	1.16	ติดตามผล-หลังการทดลอง	0.00	5.00	1	-2.668	0.008
	หลังการติดตามผล	1.08	ติดตามผล-ก่อนการทดลอง	0.00	5.50	0	-2.803	0.005

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 3 พบว่า ภาวะซึมเศร้าโดยรวมและรายด้านของผู้ต้องขังเข้าใหม่ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้า ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง ลดลงมากกว่าก่อนการให้การบำบัดกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.01 ส่วนหลังติดตามผล ลดลงมากกว่าหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ < 0.05 ยกเว้นด้านร่างกายและด้านพฤติกรรม

3.2.2 การเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำ

การวิเคราะห์ในขั้นตอนนี้ เป็นการเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าระหว่างกลุ่มการทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้า และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้า ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล โดยรวมและรายด้าน โดยวิธี Mann-Whitney U เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้า หลังการเข้าร่วมการบำบัดกลุ่มและหลังการติดตามผลลดลงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมบำบัดกลุ่ม แสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่โดยรวมและรายด้านของผู้ต้องขังเข้าใหม่ กลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ภาวะซึมเศร้า	ระยะการทดลอง	กลุ่ม	$\bar{X}$	Mean Rank	Sum of Ranks	Mann Whitney U	Z	P
ด้านอารมณ์	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.86	10.70	107.00	48.00	-0.16	0.88
		ควบคุม	2.84	10.30	103.00			
	หลังทดลอง	ทดลอง	1.09	5.50	55.00	0.00	-3.86	0.00*
		ควบคุม	2.76	15.50	155.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	1.03	5.50	55.00	0.00	-3.93	0.00
		ควบคุม	2.73	15.50	155.00			
ด้านความคิด	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.81	10.75	107.50	47.50	-0.19	0.85
		ควบคุม	2.80	10.25	102.50			
	หลังทดลอง	ทดลอง	1.23	5.50	55.00	0.00	-3.85	0.00
		ควบคุม	2.79	15.50	155.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	1.13	5.50	55.00	0.00	-3.81	0.00
		ควบคุม	2.77	15.50	155.00			
ด้านแรงจูงใจ	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.80	10.70	107.00	48.00	-0.15	0.88
		ควบคุม	2.78	10.30	103.00			
	หลังทดลอง	ทดลอง	1.25	5.50	55.00	0.00	-4.05	0.00*
		ควบคุม	2.75	15.50	155.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	1.13	5.50	55.00	0.00	-3.85	0.00
		ควบคุม	2.70	15.50	155.00			
ด้านร่างกายและพฤติกรรม	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.82	11.00	110.00	45.00	-0.38	0.70
		ควบคุม	2.78	10.00	100.00			
	หลังทดลอง	ทดลอง	1.08	5.50	55.00	0.00	-3.86	0.00*
		ควบคุม	2.74	15.50	155.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	1.04	5.50	55.00	0.00	-3.93	0.00*
		ควบคุม	2.72	15.50	155.00			
ภาวะซึมเศร้าโดยรวม	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.82	11.15	111.50	43.50	-0.49	0.62
		ควบคุม	2.80	9.85	98.50			
	หลังทดลอง	ทดลอง	1.16	5.50	55.00	0.00	-3.80	0.00*
		ควบคุม	2.76	15.50	155.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	1.08	5.50	55.00	0.00	-3.79	0.00*
		ควบคุม	2.73	15.50	155.00			

ผลการวิเคราะห์ตารางที่ 4 พบว่า ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้า หลังการทดลองและ หลังการติดตามผลลดลงมากกว่า ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ของกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $<.01$ ส่วนภาวะซึมเศร้าก่อนการทดลองของผู้ต้องขังเข้าใหม่ที่มีภาวะซึมเศร้ากลุ่มทดลอง และของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

4. การวิเคราะห์เชิงคุณภาพโดยการประเมินความพึงพอใจของผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลอง ที่มีต่อรูปแบบการบำบัดกลุ่ม โดยการใช้การสนทนากลุ่มเฉพาะ

ผลประเมินความพึงพอใจของผู้ต้องขังเข้าใหม่ที่มีต่อรูปแบบการให้การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำ โดยการทำสนทนากลุ่มเฉพาะพบว่าผู้ต้องขังเข้าใหม่ มีความพึงพอใจต่อรูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มีบรรยากาศผ่อนคลาย เป็นกันเอง สามารถจัดการกับอารมณ์และรู้สึกปล่อยวางได้มากขึ้น สามารถเลือกที่จะมีความสุขหรือความทุกข์และสามารถประยุกต์ใช้ทักษะการผ่อนคลายให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง นอกจากนี้สามารถ ลดความหมกมุ่นทางจิตใจ ได้ออกกำลังกาย เกิดผลดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่องรูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขัง ผู้วิจัยได้อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัยดังนี้

1. ผลการศึกษาลักษณะภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังพบว่าภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับมากเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าภาวะซึมเศร้าด้านอารมณ์มากที่สุดรองลงมาคือภาวะซึมเศร้าด้านความคิด ด้านแรงจูงใจ ด้านร่างกายและพฤติกรรมอยู่ในระดับมากตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Affizal & Nural (2014:153-159) ที่ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบความชุกของความเครียดและภาวะซึมเศร้า ในเรือนจำ Peninsular Malaysia เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดและภาวะซึมเศร้า ผลการวิจัยพบว่าความเครียดและภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับสูงในกลุ่มผู้ต้องขังเข้าใหม่ที่จะประสบภาวะซึมเศร้าได้อย่างชัดเจน เนื่องจากปัญหาด้านการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่นอกจากนี้ความเครียดกับภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังมักจะเกี่ยวข้องกับความเสี่ยงของการทำร้ายตัวเองและการฆ่าตัวตายภายในเรือนจำ และสอดคล้องกับงานวิจัยของTahir&Hamid (2012:34 - 36) ได้สรุปถึงภาวะซึมเศร้าในกลุ่มผู้ต้องขังหญิง ในเรือนจำ Peshawar ประเทศปากีสถาน พบว่ามีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย จำนวน 73.7% มีภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง จำนวน 21.1% และมีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรง จำนวน 5.3%

2.การพัฒนาารูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ผู้วิจัยพัฒนารูปแบบการให้การบำบัดกลุ่มเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ด้านอารมณ์ ด้านความคิด ด้านแรงจูงใจ ด้านร่างกายและพฤติกรรม โดยประยุกต์ใช้ แนวคิดและเทคนิคการให้การบำบัดกลุ่ม 3 ทฤษฎีได้แก่ทฤษฎีการบำบัดรู้คิด – พฤติกรรม (Cognitive Behavioral Therapy)

ทฤษฎีการบำบัดแบบพฤติกรรมบำบัด (Behavior therapy) และทฤษฎีการบำบัดตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational emotive behavioral therapy) สรุปได้ดังนี้

การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ในกลุ่มทดลองพบว่า ภาวะซึมเศร้าหลังได้รับการบำบัดกลุ่มลดลงกว่าก่อนได้รับการบำบัดกลุ่มและภาวะซึมเศร้าของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันหลังได้รับการบำบัด โดยกลุ่มทดลองมีภาวะซึมเศร้าลดลงกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยทั้งนี้เป็นการบำบัดกลุ่มแบบรู้คิด-พฤติกรรม มีการส่งเสริมให้ผู้ป่วยเกิดการเรียนรู้ซึ่งในแต่ละวันจะมีการเรียนรู้เกิดขึ้นมากมายเช่นเรียนรู้ว่าวันนี้จะต้องทำอะไรและเรียนรู้ว่าบุคคลอื่นทำอย่างไรช่วยให้ผู้ป่วยเห็นความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมและความรู้สึกของตนเองปรับเปลี่ยนมุมมองจากทางลบมาเป็นทางบวกและมีวิธีคิดที่สอดคล้องกับความเป็นจริงมากขึ้น ส่งผลให้ภาวะซึมเศร้าลดลงทั้งนี้เป็นเพราะว่าผู้วิจัยใช้เทคนิค การสอนผู้ป่วย การค้นหาความคิดอัตโนมัติทางลบที่มีการอธิบายให้เข้าใจความหมายของความคิดอารมณ์และพฤติกรรม การใช้เทคนิคบำบัดทางพฤติกรรมในการดำเนินกิจกรรมแต่ละขั้นตอนมีการใช้เทคนิคทางพฤติกรรมด้วยการมอบหมายงานให้ผู้ป่วยทำอย่างชัดเจนซึ่งผู้ป่วยสามารถที่จะปฏิบัติตามได้เช่นการทำแบบฝึกหัดการทำการบ้านการฝึกใช้เทคนิคการหยุดความคิด ซึ่งเป็นผลทำให้ภาวะซึมเศร้าลดลง

เพื่อประเมินประสิทธิผลของรูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้า

ของผู้ต้องขังเข้าใหม่ โดยเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผลซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย ข้อที่ 1 ภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ ลดลงที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก

1) การบำบัดอยู่บนพื้นฐานของการวิเคราะห์ปัญหาผู้รับการบำบัดในรูปแบบของความคิด (Cognitive model) ทำให้เข้าใจผู้รับการบำบัดในสถานการณ์ต่างๆว่าเขามีความรู้สึกความคิดอย่างไร

2) ผู้บำบัดมีความสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้รับการบำบัดทำให้เกิดความไว้วางใจและให้ความร่วมมือในการบำบัด

3) ผู้รับการบำบัดให้ความร่วมมือ (Collaboration) และการมีส่วนร่วมอย่างเข้มแข็ง (Active participation)

4) การมุ่งเน้นที่ปัญหามีเป้าหมายชัดเจนและพยายามไปให้ถึงเป้าหมาย

5) การบำบัดเน้นการแก้ไขปัญหาที่ปัจจุบันถึงแม้บางครั้งอาจย้อนไปจุดที่อดีตเพื่อผู้ป่วยแยกแยะประเมินและตอบโต้กับความคิดและความเชื่อที่ไม่เป็นประโยชน์ของตนเอง

6) ลักษณะของการบำบัดมีส่วนที่เป็นการสอนและให้ความรู้กับผู้ป่วยเช่นรูปแบบของการคิดรวมทั้งเทคนิคต่างๆที่ใช้กับความคิด

7) การทำพฤติกรรมบำบัดจะมีการกำหนดเวลาในการที่ชัดเจน

8) มีการตรวจสอบอารมณ์ของผู้บำบัด สรุปเนื้อหาที่พูดทำให้ผู้รับการบำบัดเข้าใจอารมณ์ของตนเองและสามารถจัดการอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนา

9)การบำบัดเป็นการสอนให้รู้หรือให้การศึกษาเพื่อให้ผู้รับการบำบัดสามารถแยกแยะและประเมินความคิดของตนเองได้รวมทั้งการกระทำเพื่อแก้ไขความคิดที่บิดเบือนให้เป็นความคิดที่เหมาะสมโดยเป้าหมายสูงสุดคือสอนให้ผู้รับการบำบัดสามารถเป็นผู้บำบัดตนเองได้

10)มีการใช้เทคนิคที่หลากหลายเพื่อการเปลี่ยนแปลงความคิดอารมณ์และพฤติกรรมซึ่งการเปลี่ยนแปลงจะเริ่มต้นที่จุดไหนให้เป็นไปตามความเหมาะสมและข้อมูลสะท้อนกลับจากผู้รับการบำบัด เพราะในการบำบัดแต่ละครั้งผู้วิจัยได้ให้การบำบัดเน้นการฝึกอย่างต่อเนื่องดังนั้นแม้ว่าจะยุติการบำบัดกลุ่มแล้วก็ตามสมาชิกยังคงฝึกปฏิบัติทักษะต่างๆเช่น ทักษะการผ่อนคลาย ตารางกิจกรรม การจินตนาการ การหยุดความคิดเมื่อความคิดวุ่นววน ขาดสมาธิ ฝึกอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอจนความคิดอัตโนมัติในทางลบเดิมที่เคยมีนั้นถูกเปลี่ยนเป็นความคิดในทางบวกมากขึ้น ส่งผลทำให้ภาวะซึมเศร้าลดลง

เพื่อประเมินประสิทธิผลของรูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่โดย เปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผลซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานข้อ 2

ผลการวิเคราะห์พบว่าภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังเข้าใหม่ กลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าหลังการทดลองและหลังการติดตามผล ลดลงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการบำบัดกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $<.01$ อาจเป็นเพราะผู้ต้องขังเข้าใหม่

กลุ่มควบคุม ที่ไม่ได้รับการบำบัดกลุ่มใดๆ และไม่ได้รับการปฐมนิเทศผู้ต้องขังเข้าใหม่ ทำให้ขาดทักษะด้านสุขภาพจิตที่มีความสำคัญ อาจส่งผลกระทบด้านการควบคุมได้

4.ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ต้องขังที่มีต่อรูปแบบการให้การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำภายหลังการให้รูปแบบการให้การบำบัดกลุ่ม ผู้วิจัยทำสนทนากลุ่มเฉพาะพบว่าผลประเมินความพึงพอใจของผู้ต้องขังเข้าใหม่ที่มีต่อรูปแบบการให้การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำ โดยการทำสนทนากลุ่มเฉพาะพบว่าผู้ต้องขังเข้าใหม่ มีความพึงพอใจต่อรูปแบบการบำบัดกลุ่มที่มีบรรยากาศผ่อนคลาย เป็นกันเอง สามารถจัดการกับอารมณ์และรู้สึกปลอดภัยได้มากขึ้น สามารถเลือกที่จะมีความสุขหรือความทุกข์และสามารถประยุกต์ใช้ทักษะการผ่อนคลายให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง นอกจากนี้สามารถ ลดความหมกมุ่นทางจิตใจ ได้ออกกำลังกาย เกิดผลดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

5.ผลการติดตามผลหลังการบำบัดกลุ่ม 1 เดือนพบว่าผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มทดลองไม่พบภาวะซึมเศร้ากลับซ้ำ ในขณะที่ผู้ต้องขังเข้าใหม่กลุ่มควบคุมพบว่ามีภาวะซึมเศร้ารุนแรง จำนวน 2 ราย ภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง จำนวน 5 ราย ภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย จำนวน 3 รายโดยใช้แบบวัดภาวะซึมเศร้าสำหรับผู้ต้องขังไทย อาจเป็นเพราะมีภาวะซึมเศร้าเกิน 2 สัปดาห์ ไม่ได้รับการบำบัดรักษาตามระบบ ส่งผลกระทบทำให้ไม่สามารถปรับตัวในสังคมเรือนจำได้ เนื่องจากขาดทักษะในการดูแลสุขภาพจิตของตนเองและมักจะใช้กลไกป้องกันตนเองในลักษณะการโทษผู้อื่น(Projection) ซึ่งจากการสัมภาษณ์พบว่าผู้ต้องขังเข้าใหม่

กลุ่มควบคุมนิยมใช้เนื่องจากช่วยผ่อนคลายความเครียดและความวิตกกังวลต่างๆ เพื่อให้ความรู้สึกผิวนั้น ลดน้อยลง จึงโทษผู้อื่นทำให้สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนผู้ต้องขังไม่ค่อยดีนัก เมื่อรู้สึกไม่สบายใจจึงขาดเพื่อนที่ปรึกษาและแยกตัวเพื่อใช้ความคิดและจินตนาการอยู่ในโลกส่วนตัว ซึ่งจากการหมกมุ่นครุ่นคิดแต่เดิมๆ และการแก้ปัญหาที่บิดเบือนความเป็นจริงอาจส่งผลต่อภาวะซึมเศร้ากลับซ้ำในที่สุด

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 แบบวัดภาวะซึมเศร้าสำหรับผู้ต้องขังไทยสามารถนำไปใช้กับผู้ต้องขังที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในเรือนจำจังหวัดอื่นได้และควรศึกษาในรายละเอียดของแบบวัดวิธีการและการแปลความหมายก่อนนำไปใช้

1.2 รูปแบบการให้การบำบัดกลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขัง เข้าใหม่ประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีของตะวันตก สำหรับการบำบัดกลุ่มครั้งนี้ในการวิจัยครั้งต่อไปอาจประยุกต์ใช้แนวคิด ทฤษฎีตะวันออกเช่นการบำบัดแนวพุทธ ซึ่งอาจเหมาะสมกับวัฒนธรรมเรือนจำ เพื่อนำมาพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคมต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษากับผู้ต้องขังในลักษณะอื่นอาทิผู้ต้องขังที่มีปัญหาด้านการปรับตัวอย่างต่อเนื่องและมีภาวะซึมเศร้า

2.2 ควรศึกษาเปรียบเทียบกับผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่างในเรือนจำอื่นๆ

2.3 ควรมีการติดตามผลการเป็นผู้ต้องขังที่มีภาวะซึมเศร้าหลังจากการทดลองไปแล้ว 3 เดือน 6 เดือนเพื่อติดตามอาการป่วยกลับซ้ำ

References

- Affizal, Ahmad & Nural, Hazrina Mazlan. (2014) Stress and Depression: A Comparison Study between Men and Women Inmates in Peninsular Malaysia. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4 (2), 153-159
- Central Prison. (2555). *Annual Report of Central Prison, Chonburi B.A. 2555*, PP: 8- 10
- Tahir, Mehmood Khan & Hamid, Hussain, (2012). A Qualitative Study Exploring Role Of Community Pharmacy In The Irrational Use And Purchase Of Nonprescription Antibiotics In Al Ahsa. *European Journal of General Medicine*, 9 (1), 33-38