



คู่มือการดำเนินงานกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
ในระบบบังคับบำบัดโดยวัด(วิถีมุทท)

ด้านกิจกรรมกลุ่ม

จัดทำโดย

กลุ่มงานพัฒนาระบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
กรมคุมประพฤติ

(เอกสารหมายเลข 7/2550)

คำนำ

คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่มฉบับนี้เป็นหนึ่งในชุดคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ทั้งหมด 10 เล่ม โดยเล่มแรกเป็นแนวทางการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ซึ่งจัดทำเพื่อให้สำนักงานคุมประพฤติใช้เป็นแนวทางการดำเนินงานและบริหาร โครงการ เล่มที่ 2 เป็นคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพ ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านการบริหารจัดการ กิจกรรมแรกเริ่ม การปฐมนิเทศและการปัจฉิมนิเทศ จัดทำสำหรับสถานที่ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ใช้เป็นแนวทางการบริหารจัดการ โครงการและหลักสูตรในภาพรวม ส่วนเล่มที่ 3 - 10 นั้นเป็นคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านต่าง ๆ ทั้ง 7 ด้าน คือ ด้านศาสนบำบัด (วิถีพุทธ) ด้านงานบำบัด ด้านกิจกรรมกลุ่ม ด้านเวชบำบัด ด้านการมีส่วนร่วมของครอบครัว ด้านบำเพ็ญประโยชน์ และด้านความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดและการป้องกันการเสพยา เนื่องจากมีเนื้อหามากจึงแยกเป็นด้านๆ ส่วนแบบประเมินผลการฟื้นฟูฯ นั้นมีจำนวนหลายแบบจึงแยกไว้เป็นเล่มหนึ่งเฉพาะเพื่อความสะดวกในการนำไปใช้ การจัดทำคู่มือทั้ง 10 เล่มนี้สืบเนื่องมาจากกรมคุมประพฤติได้รับมอบหมายจากคณะกรรมการด้านพัฒนาพฤตินิสัย กระทรวงยุติธรรม ตามตัวชี้วัดที่ 2.4 ซึ่งกำหนดว่า “ระดับความสำเร็จในการศึกษาและพัฒนา รูปแบบ วิธีการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด” ซึ่งกรมคุมประพฤติได้มอบหมายให้กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดรับผิดชอบจึงได้ดำเนินการศึกษาและพัฒนา รูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยสถาบันศาสนาและเลือกดำเนินการศึกษาและพัฒนา รูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) และได้กำหนดเป็นโครงการนำร่องการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) ในสำนักงานคุมประพฤติกรุงเทพมหานคร สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดนครราชสีมา สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดบุรีรัมย์และสำนักงานคุมประพฤติจังหวัดตากและภาคีรวม 5 แห่ง คือ วัดอินทาราม อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี สำนักแม่ชีปฏิบัติธรรมเขาพระ อำเภอดงหลวง จังหวัดสุพรรณบุรี วัดนิมิตประชาธรรมและวัดป่าดักศิลาอำเภอ จังหวัดนครราชสีมา วัดตาไถ่พลวง อำเภอนางรอง จังหวัดบุรีรัมย์และสำนักสงฆ์ชุกคสถานอยู่สุขเจริญ จังหวัดตาก

ในการศึกษาและพัฒนา รูปแบบวิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ในครั้งนี้ได้ใช้องค์ความรู้การมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติจากการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อจัดทำแนวทางรูปแบบวิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) ระหว่างวันที่ 25-27 มีนาคม 2550 ณ กรมคุมประพฤติ และได้กรอบแนวคิดและข้อสรุปประกอบด้วยกระบวนการหลัก 7 ด้าน คือ 1. ด้านศาสนบำบัด (วิถีพุทธ) 2. ด้านงานบำบัด (สัมมาอาชีวะ/สัมมากรรมันตะ) 3. ด้านกิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ 4. ด้านเวชบำบัด 5. ด้านการมีส่วนร่วมของครอบครัว 6. ด้านบำเพ็ญประโยชน์ และ 7. ด้านความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดและ

การป้องกันการเสพยา ทั้งนี้ภายใต้วิธีคิดแบบวิถีพุทธ(พุทธวิธีในการคิด)โดยใช้ยุทธศาสตร์หลักในการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด 4 ด้าน คือ 1. ชี้ชัดให้เห็นทุกข์ 2. ปลุกเร้าให้ลุกขึ้นสู้ 3. ให้ความรู้มากพอที่จะกล้าเสี่ยง และ 4. มีแผนสำหรับตนเองและครอบครัว โดยใช้หลักสุขภาวะองค์รวม แนวพุทธในการประเมินผลการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด นอกจากนี้ได้ทำการศึกษาความรู้เพิ่มเติมจากเอกสารทางวิชาการด้านศาสนา พุทธและวิชาการที่เกี่ยวข้องนำมาจัดทำแนวทางและคู่มือการดำเนินงานการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ด้านต่าง ๆ โดยในด้านศาสนบำบัดนั้นคณะผู้จัดทำได้ปรึกษาพระอาจารย์วัด/สำนักสงฆ์ที่เข้าร่วมโครงการในการให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติม ดร.พระมหาประยูร ธีรวิโส พระอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ช่วยให้คำแนะนำด้านการนำหลักสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธซึ่งพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้บรรยายไว้นำมาใช้เป็นแนวทางการประเมินผล และ ดร.พระมหาพิชิต วิฑูโร พระวิปัสสนาจารย์ผู้มีความรู้และประสบการณ์ประจำคณะ 5 วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร ช่วยตรวจแก้ไขและให้คำแนะนำการจัดทำคู่มือด้านศาสนบำบัด (ฉบับร่าง) และแบบประเมินสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ ส่วนด้านกิจกรรมกลุ่มต่างๆ และด้านการมีส่วนร่วมของครอบครัวได้รับคำแนะนำเพิ่มเติมจากนางสาวสุชาดา ทิมอุดม ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นคณะอนุกรรมการด้านการพัฒนาคุณภาพสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด นอกจากนี้ยังได้นำข้อสรุปที่ได้จากการนิเทศการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดของวัดอินทารามและสำนักแม่ชีปฏิบัติธรรมเขาพระ ตลอดจนจากการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อประเมินผลและเพิ่มพูนความรู้การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด โดยวัด (วิถีพุทธ)ครั้งที่ 1-4 ระหว่างวันที่ 9-10 สิงหาคม 2550 ณ วัดตาไ้พลวง จังหวัดบุรีรัมย์ ระหว่างวันที่ 11-12 สิงหาคม 2550 ณ วัดนิมิตประชาราม จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ 21-22 สิงหาคม 2550 ณ วัดอินทาราม จังหวัดกาญจนบุรีและระหว่างวันที่ 30-31 สิงหาคม 2550 ณ สำนักสงฆ์จุดคงสถานอยู่สุขเจริญ จังหวัดตาก ตามลำดับมาประกอบการแก้ไขคู่มือ(ฉบับร่าง)ให้มีความสมบูรณ์ขึ้นจนสำเร็จลงโดยเรียบร้อย ในการนี้คณะผู้จัดทำกลุ่มงานพัฒนาระบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด จึงขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินงานมา ณ โอกาสนี้ บุญกุศลได้อันได้เกิดจากงานอันเป็นกุศลนี้ของจงเป็นพลวปัจจัยให้ทุกท่านจงเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ และเจริญในธรรมยิ่งขึ้นไปและในการนำคู่มือชุดนี้ไปใช้ท่านมีข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเป็นประการใดได้โปรดแจ้งไปยังกลุ่มงานพัฒนาระบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดกองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดเพื่อประโยชน์ในการพัฒนาปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

กลุ่มงานพัฒนาระบบการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
กรมคุมประพฤติ
กันยายน 2550

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 1 บทนำ	1
บทที่ 2 การดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดใน ระบบบังคับบำบัดโดยวัด(วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่ม	6
• รายละเอียดกิจกรรมและวัตถุประสงค์	6
• กิจกรรมที่ 1 กลุ่มปวารณาธรรม (ประชุมเช้า)	8
• ตารางลงชื่อการดำเนินกิจกรรมกลุ่มปวารณาธรรม	10
• ใบกิจกรรมที่ 1/1 การดำเนินกิจกรรมกลุ่มปวารณาธรรม (สำหรับผู้นำกลุ่ม)	11
• ใบกิจกรรมที่ 1/2 ใบสรุปกลุ่มปวารณาธรรม (สำหรับสมาชิกผู้สรุปกลุ่ม)	13
• กิจกรรม ทางเลือกกลุ่มธรรมะบันเทิง	14
• กิจกรรมที่ 2 กลุ่มสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ (กลุ่มสัมมนา)	16
• กิจกรรมที่ 3 กลุ่มประชุมเจ้าหน้าที่	18
• กิจกรรมที่ 4 กลุ่มประเมินผลงาน	19
• กิจกรรมที่ 5 เรื่อง “ถนนชีวิต”	20
• กิจกรรมที่ 6 เรื่อง “ต้นไม้ของฉัน”	26
• กิจกรรมที่ 7 เรื่อง “ขยะมีค่า”	31
• กิจกรรมที่ 8 เรื่อง “เป้าหมายชีวิต”	36
• กิจกรรมที่ 9 เรื่อง “ก้าวใหม่ของฉัน”	42
บรรณานุกรม	47
คำแนะนำการใช้เอกสาร	48

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมา

สถาบันทางศาสนาเป็นสถาบันที่สำคัญของสังคมสถาบันหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญในการอบรม
หล่อหลอมพัฒนาจิตใจและพฤติกรรมของมนุษย์ให้อยู่ในกรอบศีลธรรมจรรยาตามความเชื่อและศรัทธาของ
กลุ่มบุคคลแต่ละเชื้อชาติ ศาสนา ซึ่งทุกศาสนาดำรงอยู่เพื่อให้มนุษย์สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่าง
สันติสุข โดยในส่วนที่เกี่ยวกับการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดนั้น มีการศึกษาวิจัยการนำ
หลักธรรมทางศาสนาไปใช้ในการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยพบว่า หลักธรรมทาง
ศาสนาเป็นส่วนสำคัญในการสร้างพลังใจ สร้างความหวังใหม่แก่ชีวิต เพิ่มแรงจูงใจในระหว่างการ
บำบัดรักษาฟื้นฟูฯ ได้ตลอดโปรแกรมการฟื้นฟูในรูปแบบการบำบัดรักษาต่างๆ เป็นสิ่งยึดเหนี่ยวไม่ให้กลับไป
เสพยาซ้ำและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาทักษะทางสังคม ทักษะชีวิต ที่สำคัญและ
จำเป็นในการป้องกันการกลับไปเสพยา อันเป็นส่วนหนึ่งของเป้าหมายหลักในการบำบัดและฟื้นฟู
สมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด สำหรับภาคราชการนั้นเมื่อปี พ.ศ.2544 กระทรวงสาธารณสุขโดยสถาบันวิจัย
วิจัย กรมการศาสนา ร่วมกับสำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติดได้มีข้อตกลง 3 ฝ่าย ร่วมกันพัฒนา
ศักยภาพวัดเพื่อเปิดดำเนินการเป็นศูนย์สงเคราะห์และฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดโดยนำรูปแบบการฟื้นฟู
สมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดแบบเข้มข้นทางสายใหม่ (FAST MODEL) ส่วนหนึ่งนำไปประยุกต์ใช้ดำเนินการ
ของวัดศูนย์สงเคราะห์และฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด โดยมีการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่องและขยายการ
ดำเนินงานมากขึ้น ส่วนในภาคของวัดที่มีการดำเนินการบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดนั้นเป็นการ
ดำเนินการโดยองค์ความรู้เดิมที่สืบทอดมาของพระภิกษุสงฆ์เฉพาะราย เฉพาะแห่ง ยังไม่มีการศึกษาหรือ
รวบรวมองค์ความรู้ด้านการบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดอย่างเป็นระบบ สำหรับกรมคุมประพฤตินั้น
ได้ร่วมทำการศึกษาจากการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดที่วัด 4 แห่ง ที่มีการดำเนินการฟื้นฟู
สมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด เมื่อปี พ.ศ. 2548 และได้ข้อสรุปเป็นชุดประสบการณ์องค์
ความรู้ “วิถีพุทธทางเลือกใหม่ของการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด” โดยการศึกษา
ร่วมกับสำนักงานส่งเสริมชุมชนเข้มแข็ง (สสช.) สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา (LDI) ซึ่งเป็นการศึกษาวิเคราะห์
และนำเสนอโดยทฤษฎีกระบวนการระบบ(Context /Input/Process/Products) จากการศึกษาพบว่า ผู้เข้ารับการ
บำบัดมีการเปลี่ยนแปลงปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและจิตสำนึก เช่น มีความรับผิดชอบ พัฒนาตนเอง มีความ
สำนึกและตระหนักความสามัคคี ความรักพ่อแม่และคนรอบข้าง พร้อมแก้ไขตนเองอย่างมุ่งมั่น ส่วนการ
ทำงานร่วมกับคณะสงฆ์และฆราวาสอยู่ในรูปเครือข่ายภาคีความร่วมมือทั้งจากคุณธรรม ความเมตตา ความ
เสียสละ เอื้ออาทรเป็นอุดมการณ์ มีความมุ่งมั่น เป้าหมายชัดเจน อีกทั้งยังเป็นจุดประกายให้สังคม ชุมชน
ตระหนัก รับรู้ เข้าใจ ให้โอกาสแก่กลุ่มเป้าหมายที่พร้อมกันคืนคนดีสู่สังคมและค้นพบ ความเชื่อมโยงของ

งานที่ทำกับความรู้ ความเข้าใจของชุมชนและสังคมได้เป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จ 4 แห่งที่ได้ทำการศึกษา ได้แก่ ปัจจัยบุคคล ปัจจัยแวดล้อม ปัจจัย กลยุทธ์และได้ค้นพบว่าจากการศึกษา/กระบวนการบำบัดฟื้นฟูฯ จากชุดประสบการณ์ที่เลือกใช้วิถีพุทธ วิถีแห่งธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นแก่นในการแก้ไขปรับเปลี่ยนพฤติกรรม บำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดอย่างมีประสิทธิภาพหลายประการ

ปัจจุบันสำนักงานคุมประพฤติในพื้นที่หลายแห่ง เช่น สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดกาญจนบุรี สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดอุบลราชธานี สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดอำนาจเจริญ สำนักงานคุมประพฤติในสังกัดสำนักงานคุมประพฤติกรุงเทพมหานคร เป็นต้น ยังคงมีการดำเนินงานการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) อย่างต่อเนื่อง โดยได้มีองค์กรทางศาสนาตลอดจนภาคชุมชนได้ให้ความสนใจเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด ตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ.2545 ประกอบกับกรมคุมประพฤติได้ดำเนินงานตามตัวชี้วัดที่ 2.4 ของกลุ่มภารกิจด้านพัฒนาพฤตินิสัย ซึ่งกำหนดว่า “ระดับความสำเร็จในการศึกษาและพัฒนา รูปแบบ วิธีการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด” โดยได้เลือกศึกษาและพัฒนา รูปแบบ วิธีการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิดในด้านการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด โดยสถาบันทางศาสนาในบริบทสังคมไทยและได้ทำการศึกษาและพัฒนา รูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ขึ้น

ซึ่งในการศึกษาและพัฒนา รูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) นั้น ได้มีการระดมความรู้ทางด้านศาสนา ทางวิชาการที่เกี่ยวข้องและประสบการณ์ด้านการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) และที่เกี่ยวข้องจากผู้ปฏิบัติงานทั้งในส่วนของพนักงานคุมประพฤติ พระภิกษุสงฆ์ แม่ชี และฆราวาสที่มีประสบการณ์ด้านการดำเนินงานบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) จนได้กรอบแนวคิดในการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ซึ่งประกอบด้วยกระบวนการหลักในการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด 7 ด้าน คือ 1. ด้านศาสนบำบัด 2. ด้านงานบำบัด 3. ด้านกิจกรรมกลุ่ม 4. ด้านเวชบำบัด 5. ด้านการมีส่วนร่วมของครอบครัว 6. ด้านบำเพ็ญประโยชน์ และ 7. ด้านความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดและการป้องกันการเสพยา ภายใต้วีธีคิดแบบวิถีพุทธใช้ยุทธศาสตร์ในการดำเนินการฟื้นฟูฯ 4 ด้าน คือ 1. ชี้นำให้เห็นทุกข์ 2. ปลุกเร้าให้ลุกขึ้นสู้ 3. ให้ความรู้มากพอที่จะกล้าเสี่ยง 4. มีแผนสำหรับตนเองและครอบครัวโดยใช้หลักสุขภาวะองค์รวมแนวพุทธในการประเมินผล

จากนั้น จึงได้นำกรอบแนวคิดการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดดังกล่าวมาจัดทำแนวทางการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) และคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านต่างๆ โดยในระหว่างจัดทำคู่มือฉบับร่างนั้น ได้ดำเนินการนิเทศติดตามผลการดำเนินงานของวัดอินทาราม จังหวัดกาญจนบุรี และสำนักแม่ชีปฏิบัติธรรมเขาพระ จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อถอดบทเรียนจากการปฏิบัติมาแก้ไขปรับปรุงกิจกรรมการฟื้นฟูฯ บางกิจกรรมให้สอดคล้องกับการปฏิบัติและนำคู่มือที่จัดทำขึ้นไปทดลองใช้ดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดที่วัดและสำนักสงฆ์ 4 แห่ง ที่เข้าร่วมโครงการนำร่อง

การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) นอกจากนี้ระหว่างดำเนินการฟื้นฟูฯ ตามโครงการ ได้มีการจัดประชุมเพื่อประเมินผลและเพิ่มพูนความรู้การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) และได้นำข้อมูลจากการสังเกตการณ์การดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูฯ มาปรับปรุงคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูฯ ด้านต่างๆ

ในการจัดทำคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่มเล่มนี้เป็นส่วนหนึ่งในคู่มือสำหรับดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) จำนวน 10 เล่ม ที่จัดทำขึ้นเพื่อให้พนักงานคุมประพฤติ พระภิกษุสงฆ์ แม่ชี ฆราวาส ของหน่วยงานภาคีและชุมชนที่ร่วมปฏิบัติงานใช้เป็นแนวทางการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) โดยสำหรับคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่มเล่มนี้จัดทำสำหรับพนักงานคุมประพฤติ พนักงานเจ้าหน้าที่ เจ้าหน้าที่สำนักงานคุมประพฤติที่เกี่ยวข้อง พระภิกษุสงฆ์ แม่ชี ตลอดจนฆราวาสโดยเฉพาะวิทยากรทั้งจากภายในหรือภายนอกผู้รับผิดชอบดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูฯ ด้านกิจกรรมกลุ่มใช้ศึกษาเป็นแนวทางปฏิบัติให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมการฟื้นฟูฯ แต่ละกิจกรรม

สาระสำคัญของคู่มือการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่มฉบับนี้ประกอบกิจกรรมทั้งหมด 9 กิจกรรม โดยคณะผู้จัดทำได้นำกิจกรรมในหลักสูตร FAST MODEL ของสถาบันธัญญารักษ์มาประยุกต์ใช้ในส่วนการเรียนรู้เพื่อช่วยเหลือตนเอง (Self Help) ชุมชนบำบัด (Therapeutic Community) ในส่วนของกลุ่มบำบัดและกิจกรรมจากกลุ่มจิตบำบัดและศิลปะบำบัดที่ได้จากการถอดบทเรียนการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) ของวัดอินทาราม อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี กิจกรรมจากคู่มือการจัดค่ายยาเสพติดสำหรับผู้ถูกคุมประพฤติและครอบครัวของกรมคุมประพฤติ ตลอดจนคู่มือการจัดโปรแกรมการแก้ไขฟื้นฟูผู้เสพยาเสพติด: โปรแกรมพื้นฐานของกรมคุมประพฤติ โดยนำมาประยุกต์ใช้เฉพาะกิจกรรมที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดโดยวัด (วิถีพุทธ) ซึ่งมี 9 กิจกรรม ดังนี้ 1. กลุ่มปวารณาธรรม (ประชุมเช้า) 2. กลุ่มสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ (กลุ่มสัมมนา) 3. กลุ่มประเมินผลงาน 4. กลุ่มประชุมเจ้าหน้าที่ 5. ถนนชีวิต 6. ต้นไม้ของฉัน 7. ชะมิต้า 8. เป้าหมายชีวิต และ 9. ก้าวใหม่ของฉัน โดยจัดทำเป็นใบกิจกรรมและใบความรู้ประกอบในแต่ละกิจกรรมใช้ศึกษาและเป็นแนวทางปฏิบัติให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูฯ แต่ละกิจกรรม

2. วัตถุประสงค์

เพื่อให้พนักงานคุมประพฤติ พนักงานเจ้าหน้าที่ เจ้าหน้าที่สำนักงานคุมประพฤติที่เกี่ยวข้อง พระภิกษุสงฆ์ สามเณร พระวิทยากร แม่ชี ฆราวาส พระพี่เลี้ยง พี่เลี้ยง ครูฝึก วิทยากร ตลอดจนเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องใช้เป็นแนวทางการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับ

บำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่ม โดยเฉพาะวิทยากรผู้รับผิดชอบดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูฯ ต้องศึกษาโดยละเอียดก่อนนำไปปฏิบัติ

3. วิธีการใช้คู่มือ

- 1) การศึกษาความเป็นมาของการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ศึกษาได้จากบทที่ 1 บทนำ
- 2) การศึกษาภาพรวมและกรอบแนวคิดการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ศึกษาได้จากแนวทางการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) (เอกสารหมายเลข 3/2550) บทที่ 2 กรอบแนวคิดการดำเนินการฟื้นฟูฯ หรือคู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านการบริหาร จัดการฯ (เอกสารหมายเลข 4/2550) บทที่ 2 กรอบแนวคิดการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ)
- 3) ศึกษาขั้นตอน วิธีการปฏิบัติการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่ม ศึกษาได้จากบทที่ 2 การดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่มจากใบกิจกรรมและใบความรู้ต่างๆ ประกอบดังนี้

กิจกรรมที่ 1 กลุ่มปวารณาธรรม (ประชุมเช้า)

ใช้ดำเนินการในช่วงเวลา 08.30-09.30 นาฬิกาของวันในสัปดาห์ที่ 1-4 และใน วันสุดท้ายของสัปดาห์สุดท้าย

กิจกรรมทางเลือกกลุ่มธรรมะบันเทิง สามารถเลือกใช้ดำเนินการก่อนหรือหลังกลุ่ม ปวารณาธรรม (ประชุมเช้า) โดยให้เหมาะสมกับสถานที่และสภาพการณ์

กิจกรรมที่ 2 กลุ่มสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ (กลุ่มสัมมนา)

เป็นกลุ่มที่นำปัญหาที่เกิดขึ้นภายในสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดมาแก้ไข โดยการวางแผนร่วมกันระหว่างทีมงานและผู้ปฏิบัติธรรม และเป็นการส่งเสริมให้การดำเนินงานฟื้นฟูฯ เป็นไปด้วยดี

กิจกรรมที่ 3 กลุ่มประเมินผลงาน

เป็นกลุ่มที่ใช้เพื่อให้โอกาสผู้ปฏิบัติธรรมได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับงานที่ได้รับมอบหมายปฏิบัติ

กิจกรรมที่ 4 กลุ่มประชุมเจ้าหน้าที่

ใช้ดำเนินการภายหลังจากที่ได้ดำเนินกิจกรรมในแต่ละวันเสร็จสิ้นแล้วเพื่อประเมินผลการ

ดำเนินงานในแต่ละวัน รวมทั้งพิจารณาแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในสถานที่ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดตลอดจนเป็นการเตรียมงานในวันถัดไป

กิจกรรมที่ 5 เรื่อง ถนนชีวิต

ใช้ดำเนินการในช่วงท้ายสัปดาห์ที่ 1 ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ผู้ปฏิบัติธรรมได้รู้จักคุ้นเคยกันในระยะเวลาหนึ่ง พอที่จะเปิดเผยตนเองได้

กิจกรรมที่ 6 เรื่อง ต้นไม้ของฉัน และ กิจกรรมที่ 7 เรื่อง ขยะมีค่า

วิทยากรสามารถเลือกใช้กิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งในช่วงท้ายสัปดาห์ที่ 1 โดยกิจกรรมขยะมีค่าสามารถใช้เป็นกิจกรรมนำเข้าสู่บทเรียนเรื่อง การเห็นคุณค่าของตนเอง

กิจกรรมที่ 8 เรื่อง เป้าหมายชีวิตและกิจกรรมที่ 9 เรื่อง ก้าวใหม่ของฉัน

ผู้ดำเนินการสามารถใช้ดำเนินการในช่วงสัปดาห์สุดท้ายก่อนการปฏิบัติธรรมเข้มข้นและสามารถประยุกต์ใช้โดยวิธีการนำกิจกรรมเป้าหมายชีวิตและกิจกรรมก้าวใหม่ของฉันมาทำร่วมกัน เช่น ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีการวางแผนชีวิต(กิจกรรมก้าวใหม่ของฉัน) ไว้อย่างไรภายหลังการฟื้นฟูฯ มีเป้าหมายชีวิตในระยะสั้นอย่างไร ระยะยาวอย่างไร โดยมีการวางแผนที่จะไปให้ถึงเป้าหมายที่วางไว้อย่างไร มีอะไรเป็นปัจจัยสนับสนุนให้เข้าถึงเป้าหมายที่วางไว้คิดว่าในแต่ละเป้าหมายจะมีอุปสรรคอะไรบ้างและจะแก้ไขอุปสรรคนั้นได้อย่างไร

อนึ่ง ในการวางแผนเป้าหมายชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมนั้น สามารถที่จะฝึกปฏิบัติธรรมโดยให้วางแผนเป้าหมายใน 1 สัปดาห์ ซึ่งเป็นเป้าหมายที่ไม่สามารถเป็นไปได้และเมื่อครบ 1 สัปดาห์ให้นำมาพูดคุยในกลุ่มประชุมเชื่อว่าเป้าหมายที่วางไว้ประสบความสำเร็จหรือไม่อย่างไร มีปัญหาอุปสรรคใดและได้แก้ไขโดยวิธีการใดบ้าง ซึ่งในกรณีที่ผู้ปฏิบัติธรรมยังไม่สามารถที่จะกระทำสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ กลุ่มสามารถที่จะให้กำลังใจรวมทั้งร่วมช่วยคิดหาวิธีที่จะดำเนินการต่อไปให้สำเร็จในสัปดาห์ต่อไป

บทที่ 2

การดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่ม

รายละเอียดกิจกรรมและวัตถุประสงค์

กิจกรรม	วัตถุประสงค์
1. กลุ่มปวารณาธรรม(ประชุมเช้า) กิจกรรมทางเลือกรวมธรรมะบันเทิง	<ol style="list-style-type: none">1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้ระบายความรู้สึกทางด้านความสุข ความทุกข์ ความวิตกกังวล ความอึดอัดแน่นใจให้เพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันได้รับทราบ และให้เพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมได้ให้คำแนะนำ ปลอบโยนหรือแสดงความยินดี2. ฝึกให้ผู้ปฏิบัติธรรมกล้าที่จะพูดความผิดของตนเองให้เพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันได้รับรู้ และยอมที่จะเปลี่ยนแปลงแก้ไข3. เพื่อฝึกให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักแก้ปัญหาต่างๆ โดยนำเอาประสบการณ์เข้ามาช่วย
2. กลุ่มสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ (กลุ่มสัมมนา)	<ol style="list-style-type: none">1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน2. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีความกล้าในการแสดงความคิดเห็นและระงับความรู้สึกประหม่าที่จะพูดต่อหน้าคนอื่น3. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมช่วยกันหาแนวคิดโดยใช้เหตุผล ประสบการณ์และความรู้มาแก้ปัญหาต่างๆ4. ส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติธรรมเกิดทักษะในการฟัง คิด อ่าน ถาม เขียน (สุ จิ ปุ ลิ) และยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น
3. กลุ่มประชุมเจ้าหน้าที่	<ol style="list-style-type: none">1. เพื่อให้คณะทำงานทุกคนทราบถึงกิจกรรมประจำวันของผู้ปฏิบัติธรรมและคณะรับผิดชอบ2. เพื่อให้คณะทำงานรู้พฤติกรรม ทักษะของผู้ปฏิบัติธรรมในความเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นหรือเลวลง3. เพื่อให้คณะทำงานทุกคนร่วมกันพิจารณาแก้ไขพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรม โดยใช้กระบวนการของรูปแบบชุมชนบำบัด

กิจกรรม	วัตถุประสงค์
4. กลุ่มประเมินผลงาน	<ol style="list-style-type: none">1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับงานที่ตนเองปฏิบัติ2. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมยอมรับเหตุผลซึ่งกันและกัน เกิดความเข้าใจในระหว่างผู้ร่วมปฏิบัติงานด้วยกัน3. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์4. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้พูดระบายความรู้สึกของตนเองที่มีต่องาน เพื่อนร่วมงาน เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมงาน รวมทั้งปัญหาและความต้องการต่างๆ
5. ถนนชีวิต	<ol style="list-style-type: none">1. ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีโอกาสสำรวจตัวเอง เหตุการณ์สำคัญในชีวิตเพื่อเข้าใจ และยอมรับตนเองมากขึ้น2. ผู้ปฏิบัติธรรมได้เรียนรู้ชีวิตของกันและกัน จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในกลุ่ม3. เสริมสร้างแนวคิดการมีชีวิตอยู่กับปัจจุบันอย่างมีคุณค่า มุ่งพัฒนาตนเองตามเป้าหมายของชีวิตที่ตั้งไว้ และมีความรับผิดชอบต่อชีวิต
6. ต้นไม้ของฉัน	<ol style="list-style-type: none">1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้ถ่ายทอดความมีคุณค่าของตนเอง โดยเปรียบเทียบสิ่งที่ดีของต้นไม้ ให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง
7. ชยะมีค่า	<ol style="list-style-type: none">1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้มองความมีคุณค่าของตนเอง และให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง
8. เป้าหมายชีวิต	<ol style="list-style-type: none">1. สมาชิกได้สำรวจความต้องการและเป้าหมายในชีวิตของตน2. สมาชิกได้รู้จักและเห็นความสำคัญของการกำหนดเป้าหมายและวางแผนชีวิตของตน
9. ก้าวใหม่ของฉัน	<ol style="list-style-type: none">1. สมาชิกได้สำรวจและประเมินพฤติกรรมที่ไม่เกิดประโยชน์ต่อตัวเอง2. สมาชิกได้เลือกพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลง3. สมาชิกได้วางแผนชีวิต โดยมีพฤติกรรมใหม่ที่เป็นประโยชน์ การฟื้นฟูสัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัวและบุคคลอื่น4. สมาชิกได้แสดงความมุ่งมั่นที่จะดำเนินชีวิตตามแผนที่วางไว้

กิจกรรมที่ 1

กลุ่มปวารณาธรรม(ประชุมเช้า)

1. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้ระบายความรู้สึกทางด้านความสุข ความทุกข์ ความวิตกกังวล ความอึดอัดใจให้เพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันได้รับทราบ และให้เพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมได้ให้คำแนะนำ ปลอบโยนหรือแสดงความยินดี
2. ฝึกให้ผู้ปฏิบัติธรรมกล้าที่จะพูดความผิดของตนเองให้เพื่อนผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันได้รับรู้ และยอมที่จะเปลี่ยนแปลงแก้ไข
3. เพื่อฝึกให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักแก้ปัญหาต่างๆ โดยนำเอาประสบการณ์เข้ามาช่วย

2. สาระสำคัญ

กลุ่มปวารณาธรรมหรือกลุ่มประชุมเช้า เป็นกลุ่มที่ฝึกให้ผู้ปฏิบัติธรรมกล้าแสดงออกในการระบายความรู้สึก การแสดงความคิดเห็น แสดงความคิดสร้างสรรค์ การแก้ปัญหาต่าง โดยใช้ประสบการณ์และกล้าบอกในสิ่งที่บกพร่องของตนเองให้ผู้อื่นได้รับทราบ

หัวข้อกลุ่มปวารณาธรรม

1. สวดมนต์ ไหว้พระ หรือทำสมาธิ
2. ปรัชญา อุดมการณ์
3. กฎ-ระเบียบ
4. ความรู้สึก
5. ข้อบกพร่องของตนเอง
6. ข้อบกพร่องทั่วไป
7. ข้อคิดและธรรมะจากการทำงาน/การดำเนินชีวิตประจำวัน
8. สิ่งที่ควรทราบ/แนะนำผู้ปฏิบัติธรรมใหม่
9. ภาคนันทิง(กิจกรรมทางเลือกให้เป็นไปตามความเหมาะสมกับสถานที่)
10. สรุปกลุ่ม

3. เวลา

- 1 ชั่วโมง

4. สื่อ / อุปกรณ์

-

5. วิธีดำเนินการ

1. จัดกลุ่มเป็นวงกลม หรือชั้นเรียน (หากสมาชิกจำนวนมาก)
2. พระสงฆ์ แม่ชี และหรือภรรวาส เข้าห้องปวารณาธรรม ร่วมรับฟัง และสังเกตุการณ์การดำเนินกลุ่มปวารณาธรรมของสมาชิกด้วย
3. ผู้นำปวารณาธรรมนำสวดมนต์ ไหว้พระ หรือทำสมาธิก่อนดำเนินกลุ่ม

หมายเหตุ ในระยะแรกที่สมาชิกยังไม่สามารถเป็นผู้ดำเนินกลุ่มได้ ให้พระสงฆ์ แม่ชี และหรือภรรวาสที่ได้ฝึกอบรมแล้วเป็นผู้ดำเนินกลุ่มให้ดูก่อน เพื่อให้สมาชิกผู้ปฏิบัติธรรมมีความพร้อมและมีความสามารถเพียงพอให้ดำเนินกลุ่มเอง โดยมีเจ้าหน้าที่เป็นผู้สังเกตุการณ์และให้คำแนะนำการคัดเลือกผู้นำกลุ่มให้พิจารณาจากความรู้ ความสามารถ และมีภาวะผู้นำ

เอกสารอ้างอิง

1. สถาบันธัญญารักษ์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. “คู่มือการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพเข้มข้นทางสายใหม่ (FAST MODEL) . พิมพ์ครั้งที่ 2 . สถาบันธัญญารักษ์ จังหวัดปทุมธานี
2. กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อจัดทำแนวทางรูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) . 2550 . (อัคราเนนา)
3. กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการนิเทศติดตามผลการดำเนินงานตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 เพื่อนิเทศติดตามผลการดำเนินงาน โครงการนำร่องการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) . 2550 . (อัคราเนนา)
4. กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อเพิ่มพูนความรู้การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ครั้งที่ 1-4 . 2550 . (อัคราเนนา)

ตารางลงชื่อการดำเนินกลุ่มปวารณาธรรม (กลุ่มประชุมเช้า)

ประจำวันที่ เดือน พ.ศ.

- 1.ปรัชญา
- 2.อุดมการณ์
- 3.กฎระเบียบที่สมาชิกต้องปฏิบัติ
- 4. ข้อใหญ่

ผู้อ่านรายงาน นาย

แนะนำสมาชิกใหม่ 1. นาย

2. นาย

ความรู้สึกรู้สึกของตนเอง		
1) นาย	6) นาย	
2) นาย	7) นาย	
3) นาย	8) นาย	
4) นาย	9) นาย	
5) นาย	10) นาย	
ข้อบกพร่องของตนเอง		
1) นาย เรื่อง	6) นาย เรื่อง	
2) นาย เรื่อง	7) นาย เรื่อง	
3) นาย เรื่อง	8) นาย เรื่อง	
4) นาย เรื่อง	9) นาย เรื่อง	
5) นาย เรื่อง	10) นาย เรื่อง	
ข้อบกพร่องทั่วไป	สิ่งที่ควรทราบ	ภาคบันเทิง
1) นาย..... เรื่อง.....	1) นาย..... เรื่อง.....	1) นาย..... เรื่อง.....
2) นาย..... เรื่อง.....	2) นาย..... เรื่อง.....	2) นาย..... เรื่อง.....
3) นาย..... เรื่อง.....	3) นาย..... เรื่อง.....	3) นาย..... เรื่อง.....

ผู้นำกลุ่ม นาย

ผู้สรุปกลุ่ม นาย

เอกสารอ้างอิง : จากการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อประเมินผลและเพิ่มพูนความรู้การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถิปุทธ) ครั้งที่ 1-4/2550 ณ วัดตาไ้พลวง (9-10 ก.ค.50)วัดนิมิตประชาราม (11-12 ก.ค.50) วัดอินทาราม (20-21 ก.ค.50) และสำนักสงฆ์ทุ่งคสถานอยู่สุขเจริญ (30-31 ก.ค.50)

ใบกิจกรรมที่ 1/1

การดำเนินกิจกรรมกลุ่มปวณาธรรม (กลุ่มประชุมเช้า)

วิธีดำเนินกิจกรรมของผู้นำกลุ่ม มีหัวข้อดำเนินการดังนี้

- 1) สวดมนต์ ไหว้พระ หรือทำสมาธิ
- 2) ปรัชญา อุดมการณ์ กฎระเบียบ ที่สมาชิกต้องปฏิบัติ (4 ข้อใหญ่)
- 3) ความรู้สึก
- 4) ข้อบกพร่องของตนเอง
- 5) ข้อบกพร่องทั่วไป
- 6) สิ่งที่ควรทราบ/แนะนำผู้ปฏิบัติธรรม
- 7) ข้อคิด/ธรรมะจากการทำงาน/การดำเนินชีวิตประจำวัน
- 8) ภาคบันเทิง
- 9) สรุปกลุ่ม

การดำเนินแต่ละหัวข้อ

หัวข้อที่ 1 ปรัชญา อุดมการณ์ กฎระเบียบที่สมาชิกต้องปฏิบัติ (4 ข้อใหญ่)

- ๑ ให้สมาชิกกอดคอกันเป็นวงกลมท่องปรัชญา อุดมการณ์ร่วมกันหากกลุ่มใหญ่มาก อาจใช้วิธียืนเป็นแถวก็ได้

หัวข้อที่ 2 ความรู้สึกของตนเอง

- 1.เรียกชื่อผู้แจ้งความประสงค์แสดงความรู้สึกทีละ 1 คน

หัวข้อที่ 3 ข้อบกพร่องของตนเอง

- 1.เรียกชื่อผู้แจ้งความประสงค์บอกข้อบกพร่องของตนเอง ทีละคน (ให้ข้อบกพร่องและบอกวิธีแก้ข้อบกพร่องของตนเอง)
- 2.เรียกสมาชิกกลุ่มให้คำแนะนำ

หัวข้อที่ 4 ข้อบกพร่องทั่วไป

- 1.เรียกชื่อผู้แจ้งความประสงค์บอกข้อบกพร่องทั่วไป
- 2.ให้สมาชิกในกลุ่มแสดงตนว่าเป็นผู้ทำข้อบกพร่องทั่วไปนั้นและบอกวิธีการแก้ไขตนเอง
- 3.ให้สมาชิกกลุ่มให้คำแนะนำ

หมายเหตุ หากไม่มีใครยอมรับให้ยอมรับทั้งกลุ่ม

หัวข้อที่ 5 ข้อคิด/ธรรมะจากการทำงาน/การดำเนินชีวิต

- ๑ ผู้นำกลุ่มเรียกชื่อผู้ประสงค์บอกข้อคิด/ธรรมะ จากการทำงาน การดำเนินชีวิตหรือ ข้อคิดจากการสวดมนต์ทำวัตรมาใช้

หัวข้อที่ 6 สิ่งที่ควรทราบ / แนะนำผู้ปฏิบัติธรรมใหม่

- ๑ โดยผู้นำกลุ่มเรียกชื่อผู้ประสงค์บอกสิ่งควรทราบ เช่น ข่าวสารภายในและภายนอก ความรู้ต่างๆ และมีผู้ปฏิบัติธรรมใหม่ ผู้นำกลุ่มแนะนำผู้ปฏิบัติธรรมคนใหม่

หัวข้อที่ 7 ภาคบันเทิง

- ๑ ผู้นำกลุ่มเรียกให้ผู้รับผิดชอบมาแสดงความสามารถในภาคบันเทิง เช่น การร้องเพลง เล่นกีตาร์ธรรม การแสดงความสามารถพิเศษหรือการแสดงร่วมกันของสมาชิกกลุ่ม เป็นต้น

หัวข้อที่ 8 สรุปลกลุ่ม

- ๑ โดยผู้นำกลุ่ม เรียกสมาชิกที่ทำหน้าที่เป็นผู้สังเกตการณ์นำเสนอการสรุป

วันที่ / /

เอกสารอ้างอิง : จากการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อประเมินผลและเพิ่มพูนความรู้การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ครั้งที่ 1-4 /2550 ณ วัดตากี้พลวง (9-10 ก.ค.50) วัดนิมิตประชาราม (11-12 ก.ค.50) วัดอินทาราม (20-21 ก.ค.50) และสำนักสงฆ์ชูดงคสถานอยู่สุขเจริญ (30-31 ก.ค.50)

ใบกิจกรรมที่ 1/2

(สำหรับสมาชิกผู้สรุปกลุ่ม)

ใบสรุปกลุ่มปวารณาธรรม (ประชุมเช้า)

ข้อสังเกตการดำเนินการแต่ละหัวข้อ

หัวข้อที่นำเสนอ/ชื่อผู้เสนอ	การนำเสนอ	การให้คำแนะนำ
1. ความรู้สึกของตนเอง
2. ข้อบกพร่องของตนเอง
3. ข้อบกพร่องทั่วไป
4. ข้อคิดและธรรมะจากการ ทำงาน/การดำเนินชีวิตประจำวัน
5. สิ่งที่ควรทราบ
6. ภาพรวมของการประชุมวันนี้
7. ภาพรวมของการประชุมวันนี้

ลงชื่อ

ผู้สรุป

วันที่ / /

เอกสารอ้างอิง : จากการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อประเมินผลและเพิ่มพูนความรู้การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
ในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ครั้งที่ 1-4 /2550 ณ วัดตาไ้พลวง (9-10 ก.ค.50)วัดนิมิตประชาราม (11-12
ก.ค.50) วัดอินทาราม (20-21 ก.ค.50) และสำนักสงฆ์ธุดงค์สถานอยู่สุขเจริญ (30-31 ก.ค.50)

กิจกรรมทางเลือก กลุ่มธรรมะบันเทิง

1. วัตถุประสงค์ของการดำเนินงานเพื่อ

1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีการเรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพ และฝึกฝนการปรับตัวให้เข้ากับสังคม เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม
2. เพื่อให้เกิดความรู้สึที่ดี กล้าแสดงออกในทางที่ถูกต้อง
3. เพื่อให้เกิดความสนุกสนานผ่อนคลายความตึงเครียด
4. เพื่อสอดแทรกกระบวนการกลุ่มอย่างเป็นระบบ เช่น การทำงานเป็นทีม การมีภาวะผู้นำ

2. สารสำคัญ

สามารถดำเนินงานได้ในลักษณะดังต่อไปนี้

1. คณะทำงาน (พระ แม่ชี และหรือฆราวาส) ผู้ที่ได้รับมอบหมาย จัดให้ผู้ปฏิบัติธรรมเป็น ผู้ดำเนินกลุ่ม จำนวน 1-2 คน (มีหน้าที่เป็นผู้ดำเนินกลุ่ม)
2. ผู้ดำเนินกลุ่มเตรียมการล่วงหน้าว่าจะดำเนินกลุ่มอย่างไร มีเกมส์อะไรบ้าง
กลุ่มธรรมะบันเทิงเป็นกลุ่มที่ให้ผู้ปฏิบัติธรรม กล้าแสดงออก และผ่อนคลายความตึงเครียด และเป็นการวางแผนการดำเนินกลุ่มกันระหว่างคณะทำงาน (พระ แม่ชี และหรือฆราวาส) และผู้ปฏิบัติธรรม ให้เกิดความสนุกสนานผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน

3. สื่อ-อุปกรณ์

-

4. เวลา 30-45 นาที

5. วิธีการดำเนินกิจกรรม

1. คณะทำงาน (พระ แม่ชี และหรือฆราวาส) ผู้ที่ได้รับมอบหมาย จัดให้ผู้ปฏิบัติธรรมเป็น ผู้ดำเนินกลุ่ม จำนวน 1-2 คน (มีหน้าที่เป็นผู้ดำเนินกลุ่ม)
2. ผู้ดำเนินกลุ่มเตรียมการล่วงหน้าว่าจะดำเนินกลุ่มอย่างไร มีเกมส์อะไรบ้าง
กลุ่มธรรมะบันเทิงเป็นกลุ่มที่ให้ผู้ปฏิบัติธรรม กล้าแสดงออก และผ่อนคลายความตึงเครียด และเป็นการวางแผนการดำเนินกลุ่มกันระหว่างคณะทำงาน (พระ แม่ชี และหรือฆราวาส) และผู้ปฏิบัติธรรม ให้เกิดความสนุกสนานผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน
3. ผู้ดำเนินกลุ่มเปิดกลุ่มให้ผู้ปฏิบัติธรรมทราบว่ากลุ่มจะดำเนินไปอย่างไร โดยมี 2
ขั้นตอน คือ
การเล่นเกมส์ต่างๆ ที่ผู้ดำเนินกลุ่มจัดมา

- ภาคบันเทิงให้ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนมีส่วนร่วมมากที่สุด
- ผู้ดำเนินกลุ่มต้องดำเนินกลุ่ม โดยให้ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนมีส่วนร่วมมากที่สุดดูการแสดงออกท่าทาง เพื่อช่วยในการประเมินพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมด้วย
 - ใช้เวลาดำเนินกลุ่ม 30-45 นาที เมื่อสิ้นสุดขั้นตอนแล้วผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนกอดคอกันร้องเพลงจึงจบกลุ่ม

เอกสารอ้างอิง

- กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อจัดทำแนวทางรูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) . 2550 . (อัคราณา)
- กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการนิเทศติดตามผลการดำเนินงานตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 เพื่อนิเทศติดตามผลการดำเนินงาน โครงการนำร่องการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) . 2550 . (อัคราณา)

กิจกรรมที่ 2

กลุ่มสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ (กลุ่มสัมมนา)

1. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน
2. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีความกล้าในการแสดงความคิดเห็นและระงับความรู้สึกประหม่าที่จะพูดต่อหน้าคนอื่น
3. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมช่วยกันหาแนวคิดโดยใช้เหตุผล ประสบการณ์และความรู้มาแก้ปัญหาต่างๆ
4. ส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติธรรมเกิดทักษะในการฟัง คิด อ่าน ถาม เขียน (สุ จิ ปุ ลิ) และยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น

2. สาระสำคัญ

เป็นกลุ่มที่ใช้แนวทางในการปฏิบัติ/การแก้ไขปัญหาร่วมกันอย่างถูกต้องเหมาะสม และมีความเป็นไปได้

หมายเหตุ กลุ่มสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ เป็นกลุ่มที่มาวางแผนร่วมกันระหว่างคณะรับผิดชอบที่เป็น ผู้ควบคุมกิจกรรม (พระสงฆ์ แม่ชี และหรือฆราวาส) ในการกำหนดหัวข้อวัตรปฏิบัติ โดยการนำปัญหาที่เกิดขึ้นภายในศูนย์ฟื้นฟูฯ มาเป็นหัวข้อสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ

3. สื่อ / อุปกรณ์

-

4. เวลา

45 นาที

5. วิธีดำเนินกิจกรรม

1. การสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ โดยกำหนดหัวข้อ และวัตถุประสงค์ให้ผู้ปฏิบัติธรรมทราบ
2. เปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนได้แสดงความคิดเห็น จากความเข้าใจหรือประสบการณ์ของแต่ละคน
3. สร้างบรรยากาศให้ผู้ปฏิบัติธรรมเกิดทัศนคติที่ดีต่อปัญหา ข้อเท็จจริงในระหว่าง ผู้เข้าสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติทุกคน

4. สรุปและประเมินผลการสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ พร้อมทั้งให้บันทึกไว้เป็นหลักฐานเพื่อให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติทุกคน ตลอดจนพระสงฆ์ แม่ชี และหรือฆราวาสที่เป็นผู้ประสานกิจกรรม และทีมดำเนินงานได้ทราบ
5. ในบางเรื่องต้องนำผลการสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ เสนอต่อคณะกรรมการเพื่อพิจารณาใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติต่อไป

6. การประเมินผล

1. ร้อยละของผู้ปฏิบัติธรรมที่แสดงความคิดเห็นในกลุ่ม
2. ร้อยละของจำนวนครั้งที่ต้องกระตุ้นการแสดงความคิดเห็น
3. จำนวนเรื่องที่สัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ

7. ข้อสังเกต

1. หัวข้อที่จะนำมาสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติมาจากปัญหาที่สำคัญที่เกิดขึ้นภายในศูนย์ฟื้นฟูฯ ในขณะนั้น เช่นมีผู้ปฏิบัติธรรมบางคนกระทำผิดกฎระเบียบของศูนย์ฟื้นฟูฯ
2. ข้อสรุปบางข้อของการสัมมนาข้อวัตรปฏิบัติ ต้องไม่ขัดต่อกฎระเบียบของศูนย์ฟื้นฟูฯ ที่ได้กำหนดไว้

เอกสารอ้างอิง

1. สถาบันธัญญารักษ์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. “คู่มือการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพเข้มข้นทางสายใหม่ (FAST MODEL) . พิมพ์ครั้งที่ 2 . สถาบันธัญญารักษ์ จังหวัดปทุมธานี
2. กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ. “รายงานสรุปการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อจัดทำแนวทางรูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) . 2550 . (อัคราเนนา)
3. กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ. “รายงานสรุปการนิเทศติดตามผลการดำเนินงานตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 เพื่อนิเทศติดตามผลการดำเนินงานโครงการนำร่องการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) . 2550 . (อัคราเนนา)

กิจกรรมที่ 3

กลุ่มประชุมเจ้าหน้าที่

1. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คณะทำงานทุกคนทราบถึงกิจกรรมประจำวันของผู้ปฏิบัติธรรมและคณะรับผิดชอบ
2. เพื่อให้คณะทำงานรู้พฤติกรรม ทศนคติของผู้ปฏิบัติธรรมในความเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นหรือเลวลง
3. เพื่อให้คณะทำงานทุกคนร่วมกันพิจารณาแก้ไขพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรม โดยใช้กระบวนการของรูปแบบชุมชนบำบัด

2. สาระสำคัญ

กลุ่มประชุมเจ้าหน้าที่เป็นกลุ่มประชุมปรึกษา พิจารณาแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

3. สื่อ/อุปกรณ์

-

4. เวลา

60 นาที

5. วิธีดำเนินกิจกรรม

1. คณะทำงาน และผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้รับมอบหมายให้เป็นผู้ดูแลสมาชิกทุกคนต้องเข้าร่วมประชุมพร้อมกันที่ห้องประชุม
2. คณะทำงาน หรือผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้รับมอบหมายฯ ในแต่ละกลุ่มรายงานถึงพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม ตลอดจนปัญหาที่เกิดขึ้น
3. คณะทำงาน และผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้รับมอบหมายฯ ร่วมพิจารณาแก้ปัญหาของสมาชิก
4. คณะทำงานสั่งการให้ผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้รับมอบหมายฯ ให้ปฏิบัติงานนอกเหนือจากงานประจำถ้ามี

6. การประเมินผล

1. จำนวนครั้งของการรายงานพฤติกรรม และการแก้ไขตามรูปแบบชุมชนบำบัด
2. ผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้รับการแก้ไขพฤติกรรมมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น

กิจกรรมที่ 4

กลุ่มประเมินผลงาน

1. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรม ได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับงานที่ตนเองปฏิบัติ
2. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมยอมรับเหตุผลซึ่งกันและกัน เกิดความเข้าใจในระหว่างผู้ร่วมปฏิบัติงานด้วยกัน
3. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
4. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้พูดระบายความรู้สึกของตนเองที่มีต่องาน เพื่อนร่วมงาน เจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมงาน รวมทั้งปัญหาและความต้องการต่างๆ

2. สาระสำคัญ

กลุ่มประเมินผลงานเป็นกลุ่มที่ให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้แสดงความรู้สึกต่างๆที่มีต่องาน รวมทั้งเป็นการวางแผนร่วมกันระหว่างเจ้าหน้าที่ กับผู้ปฏิบัติธรรมแต่ละทีมงาน

3. สื่อ/อุปกรณ์

-

4. เวลา

45 นาที

5. วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้ปฏิบัติธรรมในแต่ละทีมงานรวมกลุ่มกัน โดยมีหัวหน้าทีมงานเป็นผู้ดำเนินการ โดยมีเจ้าหน้าที่ประจำทีมงานเป็นที่ปรึกษาแนะนำ
2. หัวหน้าทีมงานเป็นผู้ประเมินสมาชิกในทีม โดยเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้พูดถึงความรู้สึกที่มีต่องาน เพื่อนร่วมงาน ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดจากงาน
3. ให้ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนได้แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก ความต้องการเกี่ยวกับงานที่ตนปฏิบัติ

6. การประเมินผล

1. จำนวนครั้งที่ผู้ปฏิบัติธรรมเข้าร่วมกลุ่มประเมินผลงาน
2. ร้อยละของผู้ปฏิบัติธรรมที่บอกถึงความรู้สึก ปัญหาและอุปสรรคในการทำงาน

เอกสารอ้างอิง : สถาบันชัยบุรีรักษ์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. “คู่มือการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพเข้มข้นทางสายใหม่ (FAST MODEL) . พิมพ์ครั้งที่ 2 . สถาบันชัยบุรีรักษ์ จังหวัดปทุมธานี

ด้านกิจกรรมกลุ่ม (Self Help) กระบวนการเรียนรู้เพื่อดูแลตนเอง

กิจกรรมที่ 5

เรื่อง “ถนนชีวิต”

1. วัตถุประสงค์

1. ผู้ปฏิบัติธรรมได้มีโอกาสสำรวจตัวเอง เหตุการณ์สำคัญในชีวิตเพื่อเข้าใจ และยอมรับตนเองมากขึ้น
2. ผู้ปฏิบัติธรรมได้เรียนรู้ชีวิตของกันและกัน จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในกลุ่ม
3. เสริมสร้างแนวความคิดการมีชีวิตอยู่กับปัจจุบันอย่างมีคุณค่า มุ่งพัฒนาตนเองตามเป้าหมายของชีวิตที่ตั้งไว้ และมีความรับผิดชอบต่อชีวิต

2. สาระสำคัญ

ชีวิตแต่ละคนแตกต่างกัน การได้สำรวจชีวิตแล้วแล้วแบ่งปันให้ผู้อื่นรับฟัง และการได้รับฟังชีวิตของผู้อื่น ทำให้มองตนเองอย่างเข้าใจชีวิตสถานการณ์แวดล้อมของตนเองได้อย่างเป็นจริงมากขึ้น เรื่องราวของแต่ละคนจะเป็นบทเรียนให้แก่กันและกันในการเรียนรู้ รู้จักตนเองและโลกของชีวิตมากขึ้น การแบ่งปันและการรับฟังซึ่งกันและกันก่อให้เกิดสายใยแห่งความรัก ความเห็นอกเห็นใจ และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

3. สื่อ / อุปกรณ์

1. โบงาน
2. โบความรู้
3. ดินสอ, ยางลบ, สีเทียน/สีเมจิก

4. เวลา

2 ชั่วโมง

5. วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มเกริ่นและนำเข้าสู่กิจกรรม “ถนนชีวิต”
2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม “ถนนชีวิตของฉัน” และดินสอ สีเทียนให้สมาชิกแต่ละคน แล้วให้เวลาแต่ละคนทำ 10-20 นาที
3. เมื่อทุกคนทำเสร็จเรียบร้อยแล้วให้นำสิ่งของมา และแลกเปลี่ยนประสบการณ์โดย ให้แต่ละคนเล่าเรื่องราวของตนเองจากถนนชีวิตที่วาดไว้ โดยไม่จำเป็นต้องเรียงลำดับ ให้เป็นไปตามความสมัครใจ (รายละเอียดศึกษาจากใบความรู้ “ถนนชีวิต”)

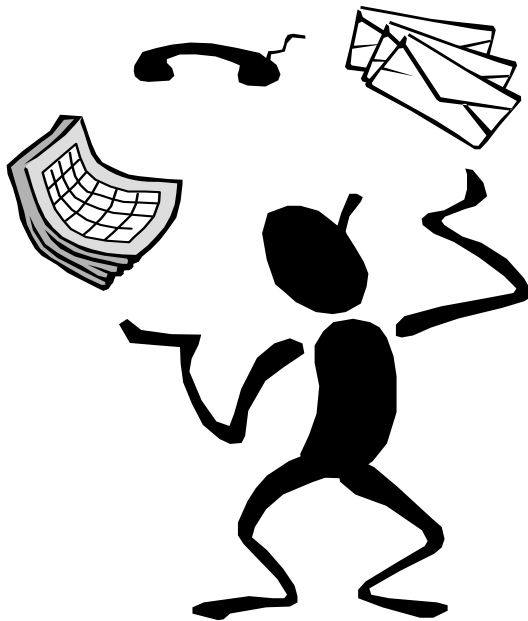
4. เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมแต่ละคนเล่าจบลง ผู้นำกลุ่มควรเปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติธรรมคนอื่นๆ ได้ซักถามเพิ่มเติมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ หรือให้กำลังใจ (ตามความจำเป็น) หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มควรสรุปประเด็นสำคัญๆ หรือสิ่งที่น่าเป็นประโยชน์ ให้ผู้ปฏิบัติธรรมคนอื่นๆ ได้เรียนรู้เรื่องราวของผู้ปฏิบัติธรรมผู้นั้น แล้วจึงส่งต่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมคนอื่นๆ ได้เล่าเรื่องราวต่อไป ทำเช่นนี้จนครบทุกคน แล้วจึงสรุปกิจกรรม
5. เมื่อสรุปแล้วให้ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนลงชื่อในใบกิจกรรม

6. การประเมินผล

1. จากความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม
2. จากการร่วมแสดงความคิดเห็น และหรือการให้ความแนะนำในถนนชีวิตของเพื่อนในกลุ่ม
3. จากแบบประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้ปฏิบัติธรรม

ใบงาน เรื่อง ถนนชีวิต

“ขอให้แต่ละคนได้ลองย้อนระลึกกลับไปถึงชีวิตตัวเองตั้งแต่วัยเด็ก จนถึงปัจจุบันชีวิตเริ่มต้นที่ไหน ผ่านร้อนผ่านหนาวอะไรมาบ้างชีวิตที่ผ่านมาเป็นอย่างไร สุข...ทุกข์...เพียงใด หลังจากที่เราได้รำลึกเรื่องราวได้แล้ว ขอให้จินตนาการว่าชีวิตของเราเปรียบเหมือนกับถนนเส้นหนึ่ง วาดถนนเส้นนั้นลงบนกระดาษที่แจก (ใบงานที่ 5.2) และใส่สัญลักษณ์ หรือรูปภาพแทนเหตุการณ์สำคัญในชีวิตที่ผ่านมา เช่น ต้นไม้ ดอกไม้ พระอาทิตย์ แหล่งน้ำ แทนความสุขสดชื่นสมหวัง ภูเขาก้อนหิน หลุม จี๋หมา ฯลฯ แทนความทุกข์ ขมขื่น ผิดหวัง หรืออุปสรรคของชีวิต ใส่สัญลักษณ์ดังกล่าวลงบนถนนเส้นนั้น จะเขียนเหตุการณ์กำกับไว้ด้วยหรือไม่ก็ได้ ให้เวลาแต่ละคนคิดและเขียนคนละ 10 นาที หลังจากนั้นให้ทุกคนมารวมกลุ่มกันเหมือนเดิม แล้วเราจะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ โดยผลัดกันเล่าถึงชีวิตของพวกเขาแต่ละคนให้กลุ่มฟัง”



สุข...ทุกข์...เสียใจ...น้อยใจ...เจ็บปวด...

ใบความรู้ที่ 5.1 (สำหรับผู้นำกลุ่ม) เรื่อง“ถนนชีวิต”

- ผู้นำกลุ่มให้ผู้ปฏิบัติธรรมแต่ละคนเล่าเรื่องราวของตนเองจากถนนชีวิตที่วาดไว้ โดยไม่ต้องเรียงลำดับ ให้เป็นไปตามความสมัครใจ
- ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มจะเล่าถึงประสบการณ์ของตนเองด้วยหรือไม่ก็ได้ แล้วแต่เวลาและเสียงเรียกร้องของผู้ปฏิบัติธรรม
- ถ้าหากว่ากลุ่มไม่พร้อม หรือ ไม่มีผู้ปฏิบัติธรรมคนใดยอมเป็นคนเริ่มต้น ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มอาจต้องเป็นแบบอย่างในการเล่าเรื่องของตนเองก่อน
- ในระหว่างที่ผู้ปฏิบัติธรรมคนหนึ่งเล่าเรื่องราวของตนเองอยู่ ผู้นำกลุ่มหรือผู้ปฏิบัติธรรมคนอื่นอาจซักถามเพิ่มเติม เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมผู้นั้นสำรวจตัวเองเพิ่มเติมได้ โดยผู้นำกลุ่มต้องคำนวณเวลาด้วย เพื่อไม่ให้กลุ่มอยู่กับผู้ปฏิบัติธรรมคนใดคนหนึ่งนานเกินไป
- หากผู้ปฏิบัติธรรมคนใดไม่ได้เล่าถึงสัมพันธภาพภายในครอบครัว ผู้นำกลุ่มอาจถามคำถามเพิ่มเติมได้ เพื่อให้เห็นสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกและครอบครัว ข้อมูลที่ควรได้ เช่น ใกล้ชิดใครที่สุด เชื่อถือวางใจใคร ขัดแย้งกับใคร ฯลฯ เพื่อเป็นข้อมูลในการวางแผน และติดตามผลในโอกาสต่อไป (ทั้งนี้ควรดูด้วยว่าเวลาเหลือพอหรือไม่ ประเด็นนี้อาจเก็บไว้ขยายในชั่วโมงถัดไปได้ตามความเหมาะสม)
- ควรให้สมาชิกได้สำรวจชีวิต และเห็นทุกข์ รวมทั้งเหตุแห่งทุกข์ของแต่ละคนอันเกิดจากความคิดและวงจรแห่งการดำเนินชีวิตของแต่ละคน

ใบความรู้ ที่ 5.2

เรื่อง ถนนชีวิต

การสรุป

- ให้ผู้ปฏิบัติธรรมบอกถึงความรู้สึก ข้อคิด หรือสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมนี้
- ผู้นำกลุ่มสรุปรวมถึงที่ผู้ปฏิบัติธรรมแต่ละคนได้บอกกล่าว และอาจเพิ่มเติมดังนี้

“ ชีวิตคนเราแต่ละคนมีความแตกต่างกัน บนเส้นทางชีวิตของแต่ละคนที่ดำเนินมาตั้งแต่เกิดจนถึงปัจจุบันมีเรื่องราวอยู่มากมาย บางช่วงเวลาก็เป็นเวลาของความทุกข์ ความเศร้า เส้นทางที่เราเดินจากมา และกำลังจะเดินไปเปรียบเสมือนถนนแห่งชีวิตของเราแต่ละคน เราย่อมมีเส้นทางของตนเองและเราเป็นผู้รับผิดชอบตัวเราเอง บนเส้นทางของชีวิตนี้เราต้องมีชีวิตอย่างมีสติอยู่กับปัจจุบัน ทำปัจจุบันให้ดีที่สุด อดีตที่เศร้าหมอง หรือความผิดพลาดต่างๆ จะเป็นบทเรียนให้เราทำปัจจุบันให้ถูกต้อง ซึ่งจะส่งผลต่ออนาคตทั้งดงาม ขณะเดียวกันถนนชีวิตนี้เราไม่ได้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ถ้าเราเปิดใจให้กว้างมองหาสิ่งดีงามในระหว่างเส้นทางของชีวิต เราจะพบว่าชีวิตนี้มีสิ่งดีงามมากมาย เราจะพบมิตรที่ดีได้ที่เราจะร่วมแบ่งปันทุกข์และสุข เราจะพบความสุขที่หาได้ถ้าเรารู้จักเลือกสรร เช่น การเป็นสุขจากการที่เราเป็นผู้ให้ผู้อื่น ความสุขกับการมีชีวิตที่เรียบง่าย ความสุขที่เรารู้จักมองโลกในแง่ดีงาม แต่สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ จากการที่เราเรียนรู้ รู้จักตนเอง เรียนรู้ที่จะเข้าใจผู้อื่น พร้อมพัฒนาตนเอง และมุ่งมั่นไปสู่ถนนชีวิตที่ดีงาม”

ใบงาน ที่ 5.2
เรื่อง “ถนนชีวิตของฉัน”

ชื่อ.....นามสกุล.....

กิจกรรมที่ 6

เรื่อง “ต้นไม้ของฉัน”

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้ถ่ายทอดความมีคุณค่าของตนเอง โดยเปรียบเทียบสิ่งที่คิดของต้นไม้ ให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

2. สาระสำคัญ

คนเราทุกคนย่อมมีคุณค่าในตนเอง มีความสามารถในตนเอง รู้จักคุณงามความดีของตนเองและสามารถทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมได้

3. สื่อ/อุปกรณ์

1. ใบกิจกรรม , ใบงานที่ 1
2. ใบความรู้
3. ดินสอ/สีไม้-สีเทียน

4. เวลา

- 1 ชั่วโมง 30 นาที

5. วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มแบ่งผู้ปฏิบัติธรรมออกเป็นกลุ่มเท่ากันและแจกใบงานต้นไม้ของฉันให้กับทุกคนคนละ 1 แผ่น พร้อมสีเทียนคนละ 1 กλό่ง จากนั้นให้ผู้ปฏิบัติธรรมจินตนาการเปรียบเทียบตนเองกับต้นไม้ว่าถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเป็นต้นไม้ จะเลือกเป็นต้นไม้อะไร เพราะเหตุใด และต้นไม้นั้นมีประโยชน์อะไรและให้ผู้ปฏิบัติธรรมวาดต้นไม้ของตนเองลงบนกระดาษระบายสีสันตามความชอบ และตั้งชื่อต้นไม้ของตนเองด้วย (ใบงานที่ 6.1)

2. เมื่อเสร็จแล้วให้ผู้นำกลุ่มนำสมาชิกแต่ละคนในกลุ่มเสนอผลงานของตนเองพร้อมบอกชื่อต้นไม้ สาเหตุที่เลือกวาดต้นไม้เพราะอะไร เหมือนหรือเป็นตัวแทนในส่วนดีตรงไหนของตนเอง

3. ผู้นำกลุ่มสรุปให้ทุกคนเห็นว่านอกจากคุณค่าภายนอกที่เห็นได้จากตาของเราแล้ว (เช่น รูปร่างดี หล่อ) แต่สิ่งที่มีคุณค่าอยู่ภายในของสมาชิกก็มีอีกมากมาย เช่นที่เราเปรียบเทียบต้นไม้ในกิจกรรม มีความแข็งแรง มีน้ำใจ เป็นที่พึ่งพิงของผู้อื่นได้ ไม่เรื่องมาก มีความอดทน ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีและมีคุณค่า และจะอยู่กับเราตลอดไป

5. ให้สมาชิกได้สะท้อนความคิดว่า “ชีวิตของเรามีคุณค่ากับใครบ้าง และการทำตนเองให้มีคุณค่ามีผลต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไร(ใบงานที่ 6.2)

6. ตัวแทนสมาชิกนำเสนอในกลุ่ม และผู้นำกลุ่มสรุปตามแนวคิด

6. การประเมินผล

1. จากความสนใจในการร่วมกิจกรรม
2. จากแบบประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้ปฏิบัติธรรม

เอกสารอ้างอิง : ปรับปรุงจาก แนวทางผู้สอน โครงการนำร่องศูนย์ส่งเสริมศักยภาพผู้ถูกคุมประพฤติเอกสาร
หมายเลข 5/2548 สำนักงานคุมประพฤติภาค 5

ใบงาน ที่ 6.1
เรื่อง “ต้นไม้ของฉัน”

“หากท่านทำตัวเองให้มีคุณค่า ท่านคิดว่าจะมีผลต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไร”

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ – สกุล วันที่

ใบความรู้ ที่ 6.1

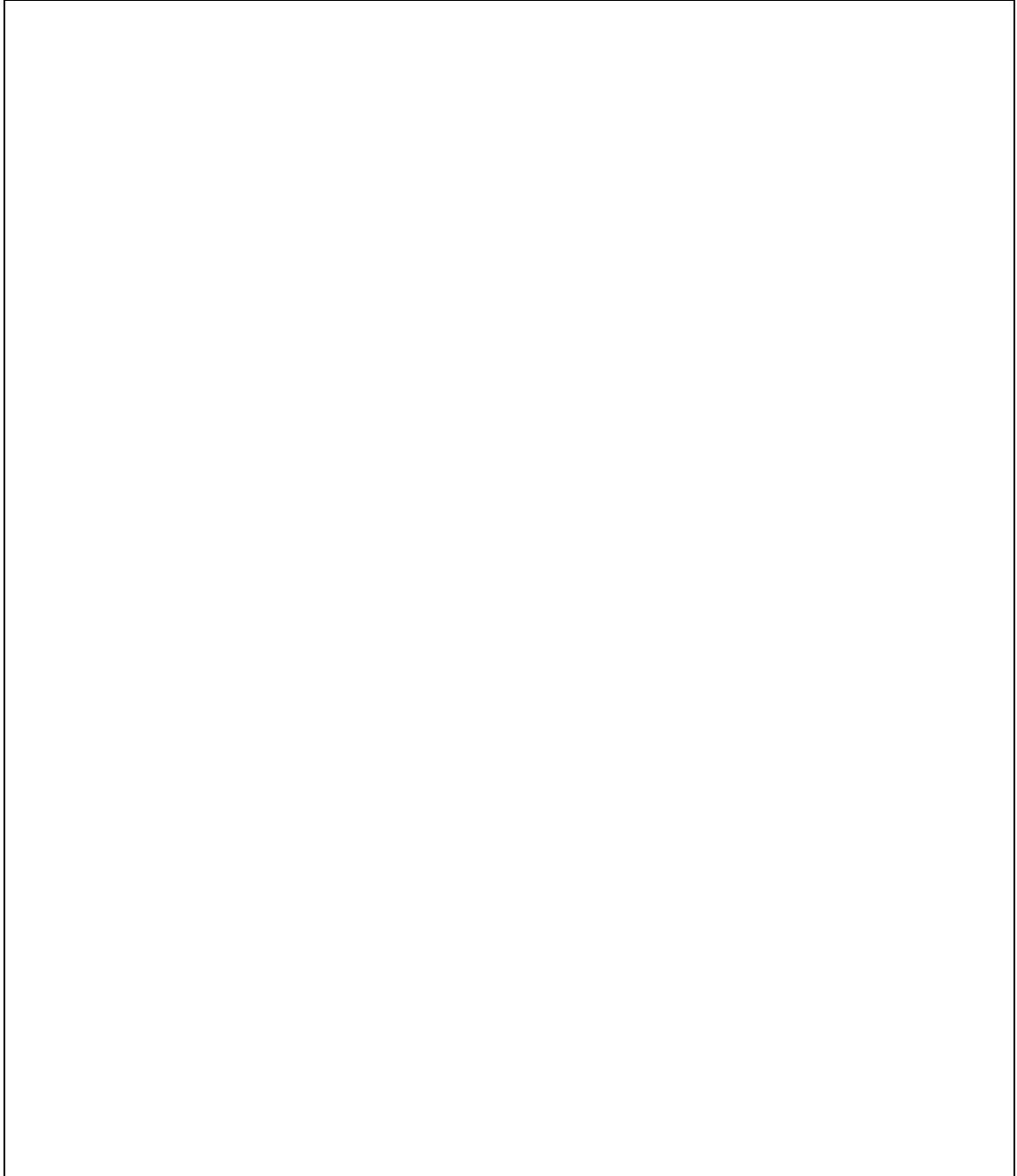
เรื่อง “ต้นไม้ของฉัน”

คนเราทุกคนจะมีความสามารถอยู่ในตัวทั้งสิ้น เพียงแต่ถ้ารู้จักที่จะสำรวจความสามารถของคนที่มีอยู่นั้น และนำออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ หรือนำมาเป็นแนวทางที่จะทำในสิ่งที่คาดหวังไว้ในชีวิต โดยมีความตั้งใจและพยายามที่จะทำกิจกรรมนั้นๆ จนบรรลุผลสำเร็จ ผลที่ตามมาก็คือ เกิดความภาคภูมิใจในความสามารถ ความมีคุณค่าของตนเอง และจะเป็นกำลังสำคัญในการต่อสู้ กับปัญหาอุปสรรคในอนาคตต่อไป

คนเราทุกคนมีคุณค่าในตนเอง ถ้าหากเรามีเวลาทำความเข้าใจถึงความคิด ความต้องการ และความสามารถของตนเองอย่างถ่องแท้แล้ว คนเราจะสามารถนำคุณค่าในตนเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ โดยสำรวจข้อมูลอันเป็นความสำเร็จของตัวเองนำเสนอให้ผู้อื่นได้รับรู้ ซึ่งจะเป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้เราเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

หนทางที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตของคนเราย่อมมีเสมอ ถ้าคนเราตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง โดยรู้จักที่จะสำรวจความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง และตั้งความหวังให้เหมาะสมกับความสามารถของตนเองที่จะทำได้ สิ่งสำคัญคือไม่ละทิ้งความพยายามหรือท้อถอย แม้บางครั้งอาจจะไม่สำเร็จในครั้งแรก ต้องคิดเสมอว่าความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น

ใบงาน ที่ 6.2
เรื่อง “ต้นไม้ของฉัน”



ชื่อ _____
วัน.....เดือน.....พ.ศ.....

กิจกรรมที่ 7

เรื่อง ขยะมีค่า

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้มองความมีคุณค่าของตนเอง และให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

2. สารสำคัญ

ขยะ เป็นสิ่งที่ถูกมองว่าไม่มีค่า ซึ่งต้องทิ้งไป แต่หากนำมาประดิษฐ์ หรือใช้ประโยชน์ด้านอื่น ก็จะได้รับประโยชน์จากขะนั้น เปรียบเช่นคนเราทุกคนย่อมมีคุณค่าในตนเอง มีความสามารถในตนเอง รู้จักคุณงามความดีของตนเองและสามารถทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมได้

3. สื่อ/ อุปกรณ์

กระดาษห่อลูกอม หรือซองใส่น้ำตาล ครีมเทียม ที่ฉีกเอาวัสดุภายในออกแล้ว

4. เวลา

45 นาที

5. วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม โดยพูดคุยร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงการมีคุณค่าในบุคคลและสิ่งของ
2. ให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้สำรวจตนเองและระบุ คนละ 1 ข้อ ตามใบงานที่ 7.2 แบ่งกลุ่ม ผู้ปฏิบัติธรรม กลุ่มละ 5-6 คน ทำกิจกรรมตามใบงาน และให้ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอในกลุ่มใหญ่ ผู้นำกลุ่มสรุปว่าสิ่งที่เป็นขยะเรามองว่าไม่มีค่า ไม่มีประโยชน์ ตามใบงานที่ 7.1
3. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมตามใบความรู้ที่ 7.2 เรื่อง การมีคุณค่าของตนเอง

6. การประเมินผล

1. จากความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม
2. แบบประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้ปฏิบัติธรรม

ใบความรู้ ที่ 7.1

เรื่อง ขยะมีค่า

สิ่งของที่เรามองว่าไม่มีประโยชน์แล้ว น่าจะทิ้งลงถังขยะได้แล้ว แต่ถ้าเราลองสำรวจประโยชน์ของสิ่งนั้นเราจะเห็นว่าสิ่งที่เรามองว่าไม่มีประโยชน์แล้วนั้น ยังสามารถที่จะนำมาใช้ประโยชน์ในด้านอื่นได้อีกหลายอย่าง เปรียบดังเช่นคนเราทุกคนจะมีความสามารถอยู่ในตัวทั้งสิ้น เพียงแต่ถ้ารู้จักที่จะสำรวจความสามารถของคนที่มียุ่ที่นั่นและนำออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์หรือนำมาเป็นแนวทางที่จะทำในสิ่งที่คาดหวังไว้ในชีวิต

ใบความรู้ ที่ 7.2

เรื่อง ความมีคุณค่าในตนเอง

คนเราทุกคนมีคุณค่าในตนเอง ถ้าหากเรามีเวลาทำความเข้าใจถึงความคิด ความต้องการ และความสามารถของตนเองอย่างถ่องแท้แล้ว คนเราจะสามารถนำคุณค่าในตนเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ โดยสำรวจข้อมูลอันเป็นความสำเร็จของตัวเองนำเสนอให้ผู้อื่นได้รับรู้ ซึ่งจะเป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้เราเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

หนทางที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตของคนเราย่อมมีเสมอ ถ้าคนเราตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง โดยรู้จักที่จะสำรวจความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง และตั้งความหวังให้เหมาะสมกับความสามารถของตนเองที่จะทำได้ สิ่งสำคัญคือไม่ละทิ้งความพยายามหรือทอดทิ้ง แม้บางครั้งอาจจะไม่สำเร็จในครั้งแรก ต้องคิดเสมอว่าความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น

การปฏิบัติตามหลักธรรม ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จแห่งกิจการนั้นๆ ที่เรียกว่าอิทธิบาท 4 (ธรรมให้ถึงความสำเร็จ) ซึ่งมี 4 ข้อ คือ

1. **ฉันทะ มีใจรัก** คือ พอใจที่จะทำสิ่งนั้น และทำด้วยใจรัก ต้องการทำให้เป็นผลสำเร็จอย่างดีแห่งกิจ หรืองานที่ทำ มิใช่สักว่าทำพอให้เสร็จๆ หรือเพียงเพราะอยากได้รางวัลหรือผลกำไร
2. **วิริยะ พากเพียรทำ** คือ ยืนยันมั่นประคบหมั่นกระทำสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็งอดทน เอาธุระ ไม่ทอดทิ้ง ไม่ทอดลอย ก้าวไปข้างหน้าจนกว่าจะสำเร็จ
3. **จิตตะ เอาจิตฝักใฝ่** คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิดไม่ปล่อยจิตใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อยล่อย ใช้ความคิดในเรื่องนั้นบ่อยๆ เสมอๆ ทำกิจหรืองานนั้นอย่างอุทิศตัวอุทิศใจ
4. **วิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวน** คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนเกินเลย บกพร่อง ขัดข้อง เป็นต้น ในสิ่งที่ทำนั้น โดยรู้จักทดลอง วางแผน วัตถุประสงค์ วิเคราะห์แก้ไขปรับปรุง เป็นต้น เพื่อจัดการและดำเนินงานนั้นให้ได้ผลดียิ่งขึ้นไป

ตัวอย่างเช่น ผู้ที่ทำงานต่างๆ ไป อาจจำสั้นๆ ว่า รักงาน สู้งาน ใส่ใจงาน และทำงานด้วยปัญญา

เอกสารอ้างอิง : พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) .ธรรมานุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม.

พิมพ์เพื่ออัครทานอุทิศ พันตำรวจเอกวันชัย นาควิษระ

กิจกรรมที่ 8

เรื่อง “เป้าหมายชีวิต”

1. วัตถุประสงค์

1. สมาชิกได้สำรวจความต้องการและเป้าหมายในชีวิตของตน
2. สมาชิกได้รู้จักและเห็นความสำคัญของการกำหนดเป้าหมายและวางแผนชีวิตของตน
3. สมาชิกได้วิเคราะห์ปัญหาที่เป็นอุปสรรคขัดขวางการไปถึงเป้าหมายชีวิต และมีแนวทางในการแก้ไขอุปสรรคนั้นๆ

2. สารสำคัญ

อนาคตเป็นสิ่งที่ทุกคนสามารถกำหนดได้ด้วยตนเอง การมีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน มุ่งมั่น รู้จักควบคุมตนเอง ไม่ท้อแท้ต่อปัญหาอุปสรรคต่างๆ จะทำให้ทุกคนไปสู่เป้าหมายนั้นได้

การเลิกยาเสพติดเน้นเป้าหมายและคุณค่าของชีวิต ซึ่งอาศัยความสามารถในการควบคุมตนเองให้อยู่ในความสงบ และพบว่าการใช้ยาเสพติดเป็นเรื่องไม่จำเป็น

การมีเป้าหมายชีวิตทำให้สมาชิกมีสิ่งยึดเหนี่ยว และมีแรงที่จะอดทนในการเลิกยาเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการ

3. สื่อ / อุปกรณ์

1. ใบกิจกรรม “ความปรารถนาของฉัน”
2. ใบความรู้ “เป้าหมายชีวิต”
3. ขงลบ, ดินสอ

4. เวลา

1.30 ชั่วโมง

5. วิธีการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มเกริ่นและนำเข้าสู่กิจกรรม (ศึกษารายละเอียดจากใบความรู้ที่ 1 เรื่อง เป้าหมายชีวิต)
2. แจกใบกิจกรรม “ความปรารถนาของฉัน” และดินสอให้สมาชิกแต่ละคนแล้วให้เวลาทำคนละ 10 นาที
3. ให้สมาชิกแต่ละคนเล่าเรื่องราวจากใบกิจกรรมที่ตัวเองทำเสร็จแล้ว โดยเลือกเรื่องที่ สำคัญที่สุดเพียง 1 เรื่อง (ศึกษารายละเอียดจากใบความรู้ที่ 2 “เป้าหมายชีวิต”)
4. ให้สมาชิกบอกกล่าวความรู้สึก ข้อคิด และสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม (รายละเอียดศึกษาจากใบความรู้ที่ 3 “เป้าหมายชีวิต”)
5. ให้สมาชิกลงชื่อในใบกิจกรรม
6. ผู้นำกลุ่มเก็บใบกิจกรรมเพื่อรวบรวมไว้ในแฟ้มประวัติของสมาชิกและเก็บดินสอ เพื่อใช้ในโอกาสต่อไป

6. การประเมินผล

จากการมีส่วนร่วมในการร่วมแสดงความคิดเห็น

หมายเหตุ

ก่อนแบ่งกลุ่มย่อย ผู้นำกลุ่มสามารถใช้กิจกรรมเมือง (ก) เมือง (ข) เพื่อสร้างความสนุกสนาน และเป็นการโยงเข้าสู่กิจกรรมในกลุ่มย่อย เรื่อง เป้าหมายชีวิตได้ โดยมีวิธีการดำเนินการดังนี้

1. ให้สมาชิกทุกคนสมมติตนเองว่าอาศัยอยู่เมือง (ก) แต่ปรากฏว่าเมือง (ก) กำลังจะล่มสลายเนื่องจากภัยธรรมชาติ ทุกคนต้องหนีไปอยู่เมือง (ข) แต่เมือง (ก) และเมือง (ข) มียักษ์เฝ้าประตูอยู่ การจะออกไปจากเมือง และเข้าเมืองต้องหาเหตุผลมาขออนุญาตให้ยักษ์พอใจ เมื่อยักษ์เมือง (ก) อนุญาตจึงจะออกจากเมืองได้ และยักษ์เมือง (ข) มีเงื่อนไขว่าวิธีออกจากเมือง (ก) ไปเมือง (ข) ของแต่ละคนต้องไม่ซ้ำกัน มิฉะนั้นยักษ์เมือง (ข) จะไม่ให้เข้าเมือง

2. ขอให้สมาชิกสมัครเป็นยักษ์ 2 คน คือยักษ์เมือง (ก) และเมือง (ข) ให้ยักษ์ทั้งสองยืนห่างกันประมาณ 5-6 เมตร(ขึ้นอยู่กับขนาดของสถานที่ที่จัด)

3. ให้สมาชิกที่เหลืออยู่ยืนอยู่ข้างหลังยักษ์เมือง (ก) แล้วให้แต่ละคนบอกเหตุผลกับยักษ์เมือง (ก) เพื่อขออนุญาตออกจากเมือง แล้วทำท่าตลกๆ เดินจากเมือง (ก) ไปเมือง (ข) ถ้ายักษ์เมือง (ข) พอใจก็จะบอกว่าให้เข้าเมืองได้ (หากสมาชิกมีจำนวนมาก อาจให้สมาชิกออกจากเมืองพร้อมกันครั้งละ 3-4 คนแล้วทำท่าเหมือนๆ กัน เพื่อไม่ให้กิจกรรมเย็นเยื่อ ซึ่งจะทำให้สมาชิกเบื่อหน่ายได้

4. เมื่อทุกคนเข้าเมือง (ข) ได้หมดแล้ว วิทยากรให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็น และข้อคิดจากกิจกรรม ซึ่งมักจะมีคำตอบในลักษณะต่อไปนี้ คือ

- การนำไปสู่เป้าหมายนั้นมีได้หลายวิธี

- การจะไปสู่เป้าหมายได้ต้องมีอุปสรรค ซึ่งต้องใช้สติปัญญา และความอดทนในการบรรลุเป้าหมาย

5. วิทยากรสรุปกิจกรรมแล้วเน้นให้สมาชิกเห็นความสำคัญของการมีเป้าหมายชีวิต แล้วนำเข้าสู่กิจกรรมกลุ่มย่อย โดยให้สมาชิกทำใบกิจกรรม “ความปรารถนาของฉัน” เมื่อสมาชิกทำงานตามใบกิจกรรมเสร็จแล้ว จึงแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 7-8 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

เอกสารอ้างอิง : กลุ่มงานพัฒนาการแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำผิด กองกิจกรรมชุมชน กรมคุมประพฤติ คู่มือการจัดค่ายยาเสพติดสำหรับผู้ถูกคุมความประพฤติและครอบครัว (ค่ายก้าวใหม่) เอกสารหมายเลข 10/2545

ใบความรู้ที่ 8.1
เรื่อง “เป้าหมายของชีวิต”
(สำหรับผู้นำกลุ่ม)

ตัวอย่างการเกริ่นและนำเข้าสู่กิจกรรม

“ในระยะเวลาที่ผ่านมา พวกเราได้คุยกันมากมายเกี่ยวกับชีวิตของพวกเราแต่ละคนในหลายๆแง่ หลายๆ มุม และ โอกาสนี้ อยากให้พวกเราได้ทำกิจกรรมร่วมกันอีกอย่างหนึ่ง พวกเราทุกคนคงมีความฝัน ใครเคยฝันอะไรบ้าง ? น้อย (ชื่อสมมติ) ฝันอยากเป็นอะไร? เด็ก (ชื่อสมมติ) ฝันไหมว่าอยากจะทำอะไร? บางคนอาจจะฝันอยากมีกิจการของตัวเอง บางคนฝันอยากได้มีโอกาสกลับไปอยู่กับครอบครัว บางคนฝันว่าเรียนจบแล้วมีงานทำเป็นกิจจะลักษณะ บางคนฝันอยากมีเงินเยอะๆ ฝันได้หลากหลายมากมาย ช่วงนี้ขอให้ทุกคนลองสังเกตตัวเองว่าสิ่งที่อยากได้ อยากเป็น อยากทำในชีวิตมีอะไรบ้าง แต่ละคนคงมีมากมาย แต่ขอให้เขียนเพียง 10 ข้อ ใต้ลงในกระดาษที่แจกให้แล้วลองคิดว่าจะมีอะไรเป็นอุปสรรคที่ทำให้เราไม่ได้ในสิ่งที่หวัง หรือไม่สามรถเป็นในสิ่งที่อยากเป็น หรือไม่ได้ในสิ่งที่อยากทำ ให้ใส่อุปสรรคนั้นไว้ตอนท้ายของแต่ละข้อด้วย มีเวลาคิดและเขียน 10 นาที ใครมีคำถามหรือมีข้อสงสัยอะไรบ้าง?

ตั้งมั่น...เพื่อถึงหลักชัย



ใบความรู้ที่ 8.2
เรื่อง “เป้าหมายของชีวิต”
(สำหรับผู้นำกลุ่ม)

การแลกเปลี่ยนประสบการณ์

๑ ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกเลือกจากที่เขียนไว้ 10 อย่างขึ้นมา 1 อย่าง โดยให้พิจารณาว่าเป็นความต้องการอย่างแท้จริง และมีความเป็นไปได้ที่จะปฏิบัติได้ ตั้งใจเป็นเป้าหมายชีวิต ให้สมาชิกเล่าให้กลุ่มฟังถึงรายละเอียดของเป้าหมาย และแนวทางที่จะไปถึงเป้าหมายนั้น พร้อมทั้งปัญหาอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น

๑ ผู้นำกลุ่มชักชวนเพื่อสมาชิกให้ช่วยกันพิจารณาแนวทาง และปัญหาอุปสรรคที่สมาชิกเสนอ รวมทั้งอุปสรรคอื่นๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น เพื่อให้สมาชิกเตรียมหาแนวทางในการแก้ไขอุปสรรคนั้นๆ ไว้หลายๆ แนวทาง



ใบความรู้ ที่ 8.3

เรื่อง “เป้าหมายของชีวิต”

(สำหรับผู้นำกลุ่ม)

การสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

ผู้นำกลุ่มกลุ่มสรุปรวมจากสิ่งที่สมาชิกอภิปราย และนำไปพิจารณาในประเด็นสำคัญๆ ที่ควรได้ เช่น

“เป้าหมายในชีวิตของคนเรามี 2 เป้าหมาย คือ เป้าหมายหลักและเป้าหมายรอง เป้าหมายหลัก คือ จุดสูงสุดของชีวิต ส่วนเป้าหมายรองเปรียบเหมือนวิธีการที่จะไปให้ถึงเป้าหมายหลัก (เป้าหมายรองมักจะเป็นเป้าหมายย่อยๆ ที่เมื่อทำไปแล้วจะนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายหลัก) ดังนั้นเราต้องพยายามยึดเป้าหมายหลักไว้ แต่อาจปรับเปลี่ยนเป้าหมายรองได้ตามเวลา สถานที่ และบุคคล นอกจากนี้เป้าหมายต้องมีความชัดเจน มีระยะเวลาที่แน่นอน เพราะความชัดเจนทำให้เราไม่ต้องหลงทางและระยะเวลาจะเป็นตัวผลักดันให้เราทำตามเป้าหมายให้เร็วขึ้น แต่อย่างไรก็ตามต้องคำนึงถึงอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น เมื่อมีอุปสรรคเรามักจะโทษสิ่งอื่นหรือบุคคลอื่น จะทำให้มองไม่เห็นทางแก้ไขและเลิกทำ อาจเป็นเหตุให้ไม่สามารถไปสู่เป้าหมายได้ เช่น ไม่มีกิจการของตัวเอง โทษว่าเป็นเพราะครอบครัวไม่สนับสนุน เมื่อโทษคนอื่นแล้วทำให้ดูเหมือนไม่มีทางออกเพราะความคิดอย่างนี้จะปิดทางแก้ไขปัญหา ดังนั้นเป้าหมายนั้นต้องเป็นเป้าหมายที่เราเป็นผู้กระทำ และกระทำได้จริง ไม่ใช่เกิดจากความคาดหวังว่าคนอื่นจะต้องทำให้เราและเมื่อมีอุปสรรคต้องพิจารณาที่ตัวเองก่อน หากไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยตัวเอง ก็ต้องยอมรับว่าอาจจะนอกเหนือการควบคุมและหาวิถีทางใหม่ๆ เพื่อไปสู่การบรรลุเป้าหมาย การมุ่งมั่น รู้จักควบคุมตนเองไม่ท้อแท้ต่อปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในชีวิต เป็นคุณสมบัติที่สำคัญที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย”

ข้อสังเกต เนื่องจากกิจกรรม “เป้าหมายชีวิต” เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาในการดำเนินกิจกรรมมาก หากทางสถานพินิจฯ มีข้อจำกัดในเรื่องเวลาสามารถยืดหยุ่นตามระยะเวลาที่มี หากไม่สามารถกระทำได้โดยละเอียดอาจจะเพียงแต่ให้สมาชิกเขียนสิ่งที่ปรารถนา 10 อย่างแล้วเลือก 1 อย่าง มานำเสนอต่อกลุ่ม โดยยังไม่ต้องพิจารณาอุปสรรค โดยในรายละเอียดอื่นๆ อาจจะยกไปทำในช่วงวางแผนชีวิตในกิจกรรม “ก้าวใหม่ของฉัน” ก็ได้ เพราะสิ่งที่ได้มาจากการเขียนความปรารถนา 10 อย่างนี้ มักจะให้เห็นความในใจของสมาชิก ความรู้สึกที่มีต่อบุคคลในครอบครัว การมองตัวเองของสมาชิกตามมาด้วย (ดังนั้น จึงไม่ควรยืดหยุ่นโดยบอกว่าเขียนไม่ครบก็ได้ เพราะสมาชิกจะไม่ได้สังเกตตัวเองโดยละเอียด เมื่อต้องเขียนมาก ความในใจก็จะหลุดออกมาโดยไม่รู้ตัว)

กิจกรรมที่ 9

เรื่อง ก้าวใหม่ของฉัน

1. วัตถุประสงค์

1. สมาชิกได้สำรวจและประเมินพฤติกรรมที่ไม่เกิดประโยชน์ต่อตัวเอง
2. สมาชิกได้เลือกพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลง
3. สมาชิกได้วางแผนชีวิต โดยมีพฤติกรรมใหม่ที่เป็นประโยชน์ การฟื้นฟูสัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัวและบุคคลอื่น
4. สมาชิกได้แสดงความมุ่งมั่นที่จะดำเนินชีวิตตามแผนที่วางไว้

2. สาระสำคัญ

- พฤติกรรมหรือการกระทำต่างๆ เป็นสิ่งที่บุคคลเลือกเอง ไม่มีใครบังคับให้เขาทำ เช่นนั้น บุคคลที่อ่อนแอหรือขาดความรับผิดชอบต่อตนเอง เวลาที่เผชิญปัญหาหมักเลือกกระทำใน 3 ลักษณะ คือ การยอมแพ้ปัญหา การแสดงพฤติกรรมที่รุนแรง และการใช้สารเสพติด การให้สมาชิกได้สำรวจและประเมินพฤติกรรมตนเองจะช่วยให้เขาเข้าใจสิ่งที่เขากำลังกระทำอยู่ และสามารถเลือกพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นมากขึ้น

- การวางแผนโดยกำหนดเป้าหมายระยะสั้นที่สมาชิกสามารถปฏิบัติได้ในชีวิตจริง จะทำให้สมาชิกมีโอกาสประสบความสำเร็จได้สูง ซึ่งมักจะเป็นกำลังใจให้สมาชิกพยายามเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายระยะยาวต่อไป

- การฟื้นฟูสัมพันธภาพกับคนใกล้ชิดและคนในครอบครัวเป็นเรื่องจำเป็น และเป็นแรงสนับสนุนให้สมาชิกสามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

3. เวลาที่ใช้

3.30 ชั่วโมง

4. ขนาดของกลุ่ม

7-8 คน

5. สื่อ / อุปกรณ์

1. ใบงานที่ 1 “การฟื้นฟูสัมพันธภาพ”
2. ใบงานที่ 2 “การมีเพื่อนใหม่”
4. ใบงานที่ 3 “สัญญาใจ”

6. วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มสรุปกิจกรรมที่ได้ทำมาในเรื่อง “เป้าหมายชีวิต” เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน เช่น “กิจกรรมที่เราได้มาทั้งทางด้าน การสำรวจทำความรู้จักตนเอง รู้จักเพื่อน ทำกิจกรรมร่วมกันในหลายๆ เรื่อง ประโยชน์สูงสุดที่พวกเราจะได้ในการฟื้นฟูฯ ครั้งนี้ คือ พวกเราทุกคนจะได้กลับไปอยู่กับครอบครัว และสังคมอย่างมีความสุข มีชีวิตที่ถูกต้องตามครรลอง เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้โดยไม่กลับไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติดใดๆ อีก ซึ่งจะประสบความสำเร็จได้สิ่งสำคัญที่สุดคือ ตัวสมาชิกเองจะต้องมีแผนการดำเนินชีวิตที่ชัดเจน ทั้งแผนการที่จะดูแลอารมณ์ จิตใจ ความรู้สึกนึกคิดของตนให้เป็นไปในทางบวก หลีกเลี่ยงอารมณ์ที่จะเป็นตัวกระตุ้นให้คิดถึงยารวมทั้งแผนการสำหรับการทำกิจวัตรประจำวันที่เป็นสายยึดเหนี่ยวและเป็นสิ่งหลีกเลี่ยงการกลับไปใช้ยา ซึ่งในระยะเวลาที่ผ่านมาของการฟื้นฟูฯ เราได้คุยกันในทางบางส่วนของแผนการทั้งสองด้านบ้างแล้ว และเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมที่จะกลับไปเดินด้วยตนเองได้อย่างมั่นคง สง่างาม และไม่เสียดกรายเข้าไปใกล้สิ่งเสพติดทั้งปวงอีก คือแผนการที่จะอยู่ร่วมกับครอบครัวและคนในสังคมอย่างมีความสุข และแผนชีวิตในอนาคต
2. ผู้นำกลุ่มเกริ่นนำเรื่องการฟื้นฟูสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว และการมีเพื่อนใหม่ แล้วแจกใบงานที่ 1 ให้สมาชิกแต่ละคนพร้อมดินสอ
3. ให้สมาชิก 1 คน อ่านข้อความ ก (หรือผู้นำกลุ่มอ่านเอง) แล้วให้สมาชิกแต่ละคนเขียนตอบลงในตารางแล้วอภิปรายร่วมกันทีละข้อ
4. ให้สมาชิก 1 คน อ่านข้อความ ข แล้วให้สมาชิกแต่ละคนตอบคำถามข้อ 1 และ 2 แล้วอภิปรายร่วมกันทีละข้อ
5. ผู้นำกลุ่มสรุปถึงความสำคัญของการฟื้นฟูสัมพันธภาพต่อการป้องกันการกลับไปใช้ยาของสมาชิก
6. ผู้นำกลุ่มแจกใบงานที่ 2 ให้สมาชิกแต่ละคนพร้อมดินสอ
7. ให้สมาชิก 1 คน อ่านข้อความ ก (หรือผู้นำกลุ่มอ่านเอง) แล้วให้สมาชิกแต่ละคนตอบคำถาม ข้อ 1-4 แล้วอภิปรายร่วมกันทีละข้อ
8. ผู้นำกลุ่มสรุปความสำคัญของการมีเพื่อนใหม่ต่อการป้องกันการกลับไปใช้ยาของสมาชิก
9. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทบทวนว่าจากเป้าหมายชีวิตที่เคยอภิปรายกันไว้ สมาชิกมีข้อสรุปกับเป้าหมายของตนเองอย่างไรบ้างวางเป้าหมายของชีวิตอย่างไรบ้าง เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายนั้น หลังจากอภิปรายแล้วให้สมาชิกเขียนลงในใบกิจกรรม “สัญญาใจ”
10. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนสรุปสิ่งทั้งหมดที่สมาชิกจะทำต่อไป หลังจากผ่านการฟื้นฟูฯ (นำสิ่งที่เขียนไว้ในใบงานต่างๆ มาเล่าให้กลุ่มฟัง) เล่าให้กลุ่มฟังทีละคน
11. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกบอกถึงข้อคิด สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ และผู้นำกลุ่มสรุปอีกครั้ง



ใบงาน ที่ 9.1

เรื่อง การฟื้นฟูสัมพันธภาพ

ก. เป็นเรื่องปกติที่ผู้ติดยาจะทำให้ผู้อื่นเจ็บปวด ทั้งนี้เนื่องมาจากผู้ติดยาเสพติดมักจะไม่สามารถดูแลรับผิดชอบตนเองได้ ดังนั้น เขาก็ย่อมไม่สามารถที่จะดูแลเอาใจใส่ผู้อื่นได้เช่นเดียวกัน

ในระยะฟื้นฟูจากภาวะเสพติด คุณควรที่จะนึกถึงคนที่คุณเคยทำร้าย ทั้งร่างกายและจิตใจ ในระหว่างที่คุณติดยา และควรที่จะพูดหรือทำอะไรสักอย่างกับพวกเขาเหล่านั้น เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีขึ้นมาใหม่

สิ่งที่เคยกระทำในอดีตที่ต้องการชดเชย	การกระทำที่คิดว่าจะชดเชยสิ่งที่ทำไปแล้วในอดีต

ข. การกระทำเพื่อฟื้นฟูสัมพันธภาพดังกล่าวข้างต้นนี้ คุณไม่มีจำเป็นต้องทำให้ยุ่งยากมากนัก อาจจะต้องใช้เวลานานมากกว่าที่จะได้สิ่งเหล่านั้นกลับคืนมา ถึงแม้ว่าคุณจะยอมรับถึงความผิดพลาดต่างๆ ที่ได้ทำลงไปในอดีต เพราะไม่ใช่ทุกคนที่จะพร้อมยกโทษให้คุณ สิ่งสำคัญของกระบวนการนี้อยู่ที่การเริ่มต้นที่จะให้อภัยตัวคุณเอง ในขณะที่ส่วนหนึ่งของการฟื้นฟูสัมพันธภาพขึ้นมาใหม่นั้น คุณจะต้องให้อภัยผู้อื่น สำหรับสิ่งต่างๆ ที่เขาทำกับคุณในระหว่างที่คุณติดยา (อย่ารอให้คนอื่นให้อภัยคุณ แต่คุณต้องให้อภัยคนอื่นก่อน รวมทั้งตัวคุณเองได้ด้วย)

1. มีใครบ้างที่คุณต้องการให้อภัย

.....
.....

2. มีความขุ่นข้องหมองใจอะไรบ้างที่คุณอยากให้อภัยผ่านไปโดยไม่ต้องการพูดถึงมันอีก

.....
.....



ใบงาน ที่ 9.2

เรื่อง การสร้างเพื่อนใหม่

ก. สิ่งที่ดีว่าเป็นพรอันประเสริฐอย่างหนึ่งสำหรับมนุษย์คือ การมีเพื่อน ใครสักคนหนึ่งที่เราสามารถไว้วางใจได้อย่างเต็มเปี่ยม ใครสักคนหนึ่งซึ่งรู้ถึงสิ่งที่ดีที่สุด และสิ่งทีเลวที่สุดในตัวของเรา และใครสักคนหนึ่งซึ่งรักเรา ทั้งๆ ที่รู้ว่าเราได้ทำสิ่งที่ผิดพลาดไป

ข. คำถามต่อไปนี้จะช่วยคุณทบทวนสัมพันธภาพที่คุณมีต่อผู้อื่น

1. คุณมีคนรู้จักที่มีลักษณะคล้ายกับคนที่บรรยายข้างต้นหรือไม่ หากมี พวกเขาชื่อใครบ้าง

.....

.....

.....

2. สถานที่ใดบ้าง ที่คุณสามารถทำให้คนรู้จักคนใหม่ กลายเป็นเพื่อนใหม่ของคุณ

.....

.....

.....

3. คุณมีวิธีการสร้างเพื่อนใหม่อย่างไร

.....

.....

.....

4. พฤติกรรมใดบ้าง ที่คุณคิดว่ามีความจำเป็นต้องปรับเปลี่ยน เพื่อที่จะทำให้คุณสานสัมพันธ์ภาพที่ซื่อสัตย์และจริงใจร่วมกับผู้อื่นได้

.....

.....

.....



ใบงาน ที่ 9.3
เรื่อง สัจจญาใจ

สัจจญาใจ

จากวันนี้ไป ฉันสัจจญาว่าฉันจะ.....



1.....
.....
.....
.....



2.....
.....
.....
.....



3.....
.....
.....
.....

.....

ชื่อของฉัน



บรรณานุกรม

- กัญญา ภูระหงษ์ . คู่มือการดำเนินงานวัดเป็นศูนย์สังเคราะห์และฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด . พิมพ์ครั้งที่ 1 สำนักงานกิจการ โรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก กรุงเทพมหานคร. 2546
- กลุ่มงานพัฒนาระบบการแก้ไขฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด กองกิจการชุมชน กรมคุมประพฤติ . คู่มือการจัดค่ายยาเสพติดสำหรับผู้ถูกคุมความประพฤติและครอบครัว (ค่ายก้าวใหม่) เอกสารหมายเลข 10/23545
- กรมคุมประพฤติ กระทรวงยุติธรรม , สถาบันรัชญาธิปไตย กระทรวงสาธารณสุข , กองทัพบก กองทัพเรือ กระทรวงกลาโหม , สำนักงานตำรวจแห่งชาติและกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย . คู่มือการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด . พิมพ์ครั้งที่ 2 . สถาบันรัชญาธิปไตย . 2549
- กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อจัดทำแนวทาง รูปแบบ วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ระหว่างวันที่ 25-27 มีนาคม 2550 . กรมคุมประพฤติกรุงเทพมหานคร . 2550 (อัดสำเนา)
- กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการนิเทศติดตามผลการดำเนินงานตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 เพื่อนิเทศติดตามผลการดำเนินงานโครงการนำร่องการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ครั้งที่ 6/1 วันที่ 16 พฤษภาคม 2550 ณ วัดอินทาราม อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี และครั้งที่ 6/2 ระหว่างวันที่ 22- 23 พฤษภาคม 2550 ณ สำนักแม่ชีปฏิบัติธรรมเขาพระ อำเภอเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี. กรมคุมประพฤติกรุงเทพมหานคร . 2550 (อัดสำเนา)
- กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . “รายงานสรุปการจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อประเมินผลและเพิ่มพูนความรู้การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ครั้งที่ 1-4 ระหว่างวันที่ 9 -10,11-12,21-22,30-31 กรกฎาคม 2550 . กรมคุมประพฤติ กรุงเทพมหานคร. 2550 (อัดสำเนา)
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) . ธรรมนุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่สงบ . พิมพ์เพื่ออัครทาน อุทิศ พันตำรวจเอกวันชัย นาควัชร
- ภูขงค์ กนิษฐชาติ . “วิถีพุทธ ทางเลือกใหม่ของการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด” . กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กรมคุมประพฤติ . 2548. (อัดสำเนา)
- สถาบันรัชญาธิปไตย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข . “คู่มือการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพเข้มข้นทางสายใหม่ (FAST MODEL)” พิมพ์ครั้งที่ 2 . สถาบันรัชญาธิปไตย จังหวัดปทุมธานี . 2546
- สำนักงานคุมประพฤติภาค 5 กรมคุมประพฤติ . แนวทางผู้สอน โครงการนำร่องศูนย์ส่งเสริมศักยภาพผู้ถูกคุมประพฤติ . เอกสารหมายเลข5/2548

รายชื่อคณะผู้จัดทำ

ผู้เข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อจัดทำแนวทางรูปแบบวิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
ในระบบบังคับบำบัดโดยวัด(วิถิปุทธ) ระหว่างวันที่ 25-27 มีนาคม พ.ศ.2550 ณ กรมคุมประพฤติ

หน่วยงานภายใน

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. นางสาวจิรวรรณ เกาไพ | พนักงานคุมประพฤติ 7ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 2. นางณัฐญา คชประเสริฐ | พนักงานคุมประพฤติ 6ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 3. นางวราภรณ์ ชุมภูทอง | พนักงานคุมประพฤติ 6ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 4. นางสาวกัญจนา คิณุนาม | พนักงานคุมประพฤติ 7ว สำนักงานคุมประพฤติประจำศาลแขวง
พระนครเหนือ |
| 5. นางวราภรณ์ บุญประเคิม | พนักงานคุมประพฤติ 4 สำนักงานคุมประพฤติประจำศาลอาญากรุงเทพใต้ |
| 6. นางสาวพิกุล นาคโพธิ์ศรี | พนักงานคุมประพฤติ สำนักงานคุมประพฤติประจำศาลแขวงพระนครใต้ |
| 7. นางมณีรัตน์ บุญฤทธิ | ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักงานคุมประพฤติภาค 3 |
| 8. นางสาวพิจิตรมณี คุณารักษ์ | ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักงานคุมประพฤติจังหวัดนครราชสีมา |
| 9. นางสาวนิตา ทักษานุกรีย์ | พนักงานคุมประพฤติ 6ว สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดบุรีรัมย์ |
| 10. นางสาวอดิภาญจน์ ต้นสาโรจน์วนิช | พนักงานคุมประพฤติ 6ว สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดตาก |
| 11. นางสาวดวงตา หมดล่า | พนักงานคุมประพฤติ 5 สำนักงานคุมประพฤติประจำศาลจังหวัดแม่สอด |
| 12. นางสุนิสา เอมสมบุญ | พนักงานคุมประพฤติ 5 สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดสุพรรณบุรี |

หน่วยงานภายนอก

- | | |
|----------------------------------|---|
| 13. พระครูถาวรกาญจนนิมิต | เจ้าอาวาสวัดอินทาราม ต.หนองขาว อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี |
| 14. พระอาจารย์พรไพโรสน อินทวนุโน | วัดอินทาราม ต.หนองขาว อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี |
| 15. พระอธิการกำหนด สุตาคโม | เจ้าอาวาสวัดนิมิตประชาราม อ.ขามทะเลสอ จ.นครราชสีมา |
| 16. พระเลอศักดิ์ วราสุโก | วัดตากั้วพลวง ต.หนองกง อ.นางรอง จ.บุรีรัมย์ |
| 17. หลวงพ่อถักกษณ์ จตตมโล | ประธานสงฆ์สำนักสงฆ์ธุดงค์สถานอยู่สุขเจริญ อ.เมือง
จ.ตาก |
| 18. พระมหาณรงค์ คมภิโร | วัดลาดคำ จ.อำนาจเจริญ |
| 19. พระมานพ สุชาโต | คณะ 4 วัดระฆังโฆสิตารามวรมหาวิหาร กรุงเทพมหานคร |
| 20. แม่ชีสโรชา ไชยเกตุ | หัวหน้าสำนักแม่ชีปฏิบัติธรรมเขาพระ อ.เดิมบางนางบวช จ.สุพรรณบุรี |
| 21. แม่ชีอรุณ แก้วศรีงาม | สำนักแม่ชีปฏิบัติธรรมเขาพระ อ.เดิมบางนางบวช จ.สุพรรณบุรี |
| 22. นางมาลัย ทวีสุข | ผู้อำนวยการพิเศษ (อาจารย์ 3 ระดับ 8)
โรงเรียนธรรมโชติศึกษาลัย อ.เดิมบางนางบวช จ.สุพรรณบุรี |
| 23. นางเบญจ จันทร์ผ่อง | วัดอินทาราม ต.หนองขาว อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี |

- | | |
|------------------------|---|
| 24. นายอภิชาต วาฬนาค | วัดนิมิตประชาราม อ.ขามทะเลสอ จ.นครราชสีมา |
| 25. นายวิเชียร ประภา | วัดตาไ้พลวง ต.หนองกง อ.นางรอง จ.บุรีรัมย์ |
| 26. นายสนั่น อารีรักษ์ | สำนักสงฆ์คงค์สถานอยู่สุขเจริญ อ.เมือง จ.ตาก |

วิทยากร

- | | |
|----------------------------|--|
| 27. พระมหาสุภาพ พุทธวิริโย | เจ้าอาวาสวัดป่านาคำ ต.จุมจัง อ.ภูมินารายณ์ จ.กาฬสินธุ์ |
| 28. นางพรประภา แก้วกล้า | หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาระบบพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด
กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 29. นางสาวสุชาดา ทิมอุดม | อนุกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิในคณะกรรมการด้านการพัฒนา
คุณภาพสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด |

ผู้ร่วมสังเกตการณ์

- | | |
|---------------------------------|--|
| 30. นายแพทย์อรรถพล สุคนธาภิรมย์ | สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) |
| 31. นางสาวทิพย์มล ไตรยุทธ | สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) |

เจ้าหน้าที่

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1. นางวิจนา บวรธรรมจักร | พนักงานคุมประพฤติ 7ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 2. นายอรรถชัย อำนวยศิลป์ | พนักงานคุมประพฤติ 3 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 3. นางสาวดา ชะทา | พนักงานคุมประพฤติ กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 4. นางลัดดา วงศ์มติกุล | เจ้าพนักงานธุรการ 5 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 5. นางสาวภัทราวรรณ เทียนไทย | เจ้าพนักงานการเงินและบัญชี 2 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพ
ผู้ติดยาเสพติด |

ผู้สรุป/เรียบเรียง

- | | |
|--------------------------|--|
| 1. นางวิจนา บวรธรรมจักร | พนักงานคุมประพฤติ 7ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 2. นางวราภรณ์ ชุมภูทอง | พนักงานคุมประพฤติ 6ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 3. นายอรรถชัย อำนวยศิลป์ | พนักงานคุมประพฤติ 3 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |

ผู้เข้าร่วมประชุมกลุ่มย่อยเรื่อง การมีส่วนร่วมของครอบครัวและกิจกรรมกลุ่มต่างๆ

วิทยากรกลุ่ม

- | | |
|-------------------------|--|
| 1. นางสาวสุชาดา ทิมอุดม | ผู้ทรงคุณวุฒิในคณะกรรมการด้านการพัฒนาคุณภาพสถาน
ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด |
|-------------------------|--|

ผู้ประสานงานกลุ่ม

- | | |
|--------------------------|---|
| 1. นายอรรถชัย อำนวยศิลป์ | พนักงานคุมประพฤติ 3 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
|--------------------------|---|

ผู้เข้าร่วมประชุมกลุ่มย่อย

- | | | |
|--------------------|---------------|---|
| 1. พระเลอศักดิ์ | วราสุโก | วัดตาไ้พลวง ต.หนองกง อ.นางรอง จ.บุรีรัมย์ |
| 2. นายวิเชียร | ประภา | วัดตาไ้พลวง ต.หนองกง อ.นางรอง จ.บุรีรัมย์ |
| 3. นายสนั่น | อารีย์กลับ | สำนักสงฆ์ธุดงค์สถานอยู่สุขเจริญ อ.เมือง จ.ตาก |
| 4. นางสาวพิจิตรมณี | คุณารักษ์ | ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักงานคุมประพฤติจังหวัดนครราชสีมา |
| 5. นางสาวนิตา | ทัศนานุตรีย์ | พนักงานคุมประพฤติ 6ว สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดบุรีรัมย์ |
| 6. นางสาวอดิถาญจน์ | ตันสาโรจน์วิช | พนักงานคุมประพฤติ 6ว สำนักงานคุมประพฤติจังหวัดตาก |
| 7. นางวราภรณ์ | บุญประเดิม | พนักงานคุมประพฤติ 4
สำนักงานคุมประพฤติประจำศาลอาญากรุงเทพใต้ |
| 8. นางสาวพิกุล | นาคโพธิ์ศรี | พนักงานคุมประพฤติ
สำนักงานคุมประพฤติประจำศาลแขวงพระนครใต้ |

ผู้สรุป/เรียบเรียง

- | | | |
|---------------|---------------|--|
| 1. นางวิจนา | บวรธรรมจักร | พนักงานคุมประพฤติ 7ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 2. นางวราภรณ์ | ชุมภูทอง | พนักงานคุมประพฤติ 6ว กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 3. นายอรรถชัย | อำนวยการศิลป์ | พนักงานคุมประพฤติ 3 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |

ผู้ร่วมจัดทำ

- | | | |
|------------------|---------------|---|
| 1. นายอรรถชัย | อำนวยการศิลป์ | พนักงานคุมประพฤติ 3 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 2. นางเบญจพร | คงบวรเกียรติ | พนักงานพิมพ์ดีดชั้น 3 กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |
| 3. นายจีระศักดิ์ | ชองศิริ | นักวิจัยสังคมศาสตร์ กองพัฒนาการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด |

ที่ปรึกษา

- | | | |
|-----------------|----------|--|
| 1. นางพรประภา | แก้วกล้า | หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาระบบฯ |
| 2. นางสาวสุชาดา | ทิมอุดม | ผู้ทรงคุณวุฒิในคณะกรรมการด้านการพัฒนาคุณภาพ
สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด |

คำแนะนำการใช้เอกสาร

ชุดเอกสาร : การดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ประกอบด้วยเอกสารจำนวน 10 เล่ม ดังนี้

- 1.แนวทางการดำเนินงานการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) (เอกสารหมายเลข 3/2550) : จัดทำสำหรับสำนักงานคุมประพฤติ
- 2.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านการบริหารจัดการฯ กิจกรรมแรกเริ่ม การปฐมนิเทศ และการปัจฉิมนิเทศ (เอกสารหมายเลข 4/2550) : จัดทำสำหรับสถานที่ฟื้นฟูฯ โดยวัด (วิถีพุทธ)
- 3.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านศาสนบำบัด (เอกสารหมายเลข 5/2550)
- 4.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านงานบำบัด (เอกสารหมายเลข 6/2550)
- 5.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านกิจกรรมกลุ่ม (เอกสารหมายเลข 7/2550)
- 6.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านเวชบำบัด (เอกสารหมายเลข 8/2550)
- 7.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านการมีส่วนร่วมของครอบครัว (เอกสารหมายเลข 9/2550)
- 8.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดและการป้องกันการเสพยา (เอกสารหมายเลข 10/2550)
- 9.คู่มือการดำเนินกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) ด้านบำเพ็ญประโยชน์และการออกกำลังกาย (เอกสารหมายเลข 11/2550)
- 10.รวมแบบฟอร์มการประเมินผลการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัดโดยวัด (วิถีพุทธ) (เอกสารหมายเลข 12/2550)