

## การบำบัดด้วยศิลปะ

### ความหมาย

การบำบัดด้วยศิลปะ (art therapy) หมายถึง การใช้กิจกรรมศิลปะหรือผลงานศิลปะ เพื่อวินิจฉัย ข้อบกพร่องของบุคคลที่กลไกการทำงานของร่างกาย หย่อนสมรรถภาพ ซึ่งมีสาเหตุเนื่องมาจากความผิดปกติบางประการของกระบวนการทางจิต และเพื่อใช้กิจกรรมศิลปะที่เหมาะสมช่วยในการรักษาให้มีสภาพดีขึ้น

### ประวัติความเป็นมา

การบำบัดด้วยศิลปะเป็นกระบวนการในด้านจิตวิทยาสาขาจิตวิทยาบำบัด (Psychotherapy) ในแขนงศิลปะบำบัด (Therapeutic art) แขนงวิชาศิลปะบำบัดนี้เป็นแขนงวิชาใหม่ เริ่มมีตำราทางวิชาการเผยแพร่ในประเทศแถบตะวันตก เมื่อประมาณก่อนถึงคริสต์ศตวรรษที่ ๒๐ เล็กน้อย อันเน้นหนักในด้านของสุขภาพจิต (mental health) ที่ได้ค้นคว้ากันมาในทศวรรษก่อน

ในสหรัฐอเมริกาความสัมพันธ์ระหว่างสาขาวิชาจิตวิทยาและสาขาศิลปะศึกษาเกิดขึ้น เนื่องจากบุคคลในสาขาศิลปะศึกษาระดับถึงความสำคัญของแขนงวิชาที่ตนสามารถให้ความร่วมมือช่วยเหลือนอกเหนือจากบทบาทของตนในสังคมที่เป็นอยู่เดิมจึงมีการเรียกร้องให้แขนงวิชาศิลปะศึกษาได้มีส่วนร่วมในการช่วยสังคมด้านนี้ด้วย (ข้อมูลของสมาคมศิลปะบำบัดแห่งสหรัฐอเมริกาในปี ๑๙๗๒ จากรายงานการวิจัยของแอนเดอร์สันและแลนดาร์เท็น) จากกระแสความต้องการนี้จึงได้มีการผลิตบัณฑิตระดับมหาบัณฑิตในด้านศิลปะบำบัด บัณฑิตเหล่านี้ได้รับการศึกษาและฝึกหัดจากสถาบันอุดมศึกษาเจ็ดแห่งในช่วงระยะเวลา ๕ ปี ต่อมา และจากรายงานของวารสารของสมาคมศิลปะบำบัดแห่งสหรัฐปี ๑๙๗๔ มีมหาวิทยาลัย และวิทยาลัยมากกว่า ๔๘ แห่ง ที่เปิดสาขาวิชาเรียนและ

ฝึกด้านศิลปะบำบัด โดยเป็นวิชาที่ประสานวิชาการทางด้านศิลปะศึกษาเข้ากับวิชาการศึกษาพิเศษ (special education)

### ทฤษฎีที่ใช้ในด้านศิลปะบำบัด

ทฤษฎีในด้านศิลปะบำบัดที่ใช้กันแพร่หลายมีหลายทฤษฎี เช่น ของ ซิลเวอร์ (Silver, 1978) เชคท์แมน (Schechtman, 1976) อุลิน (Uhlén, 1979) และซิงเกอร์ (Singer, 1979) ทฤษฎีแต่ละทฤษฎีใช้ต่างกรณีกัน เช่น ทฤษฎีของซิลเวอร์ใช้ในการบำบัดกับเด็กที่หย่อนสมรรถภาพทางการพูดและเขียนอ่าน อันเนื่องมาจากปัญหาทางอารมณ์ แต่มีสมรรถภาพทางการเห็นและการเคลื่อนไหวที่ดี ซิลเวอร์เน้นการบำบัดโดยให้เด็กสำรวจและแสวงหาจากกระบวนการทำงานศิลปะ เช่น ในกิจกรรมวาดเขียน จะเน้นรูปแบบทางศิลปะมากกว่าเนื้อหา คือ เน้นที่สี รูปร่างมากกว่าเรื่องราว และเสริมกระบวนการด้านศิลปะปฏิบัติด้วยภาษา การบำบัดนี้จะมีผลในการปรับสมดุลด้านอารมณ์ของเด็ก

ส่วนทฤษฎีอื่นเช่นของซิงเกอร์ใช้บำบัดเด็กวัยรุ่นที่มีความบกพร่องด้านระบบประสาท ซึ่งมีผลต่อสมรรถภาพด้านการเขียนอ่าน ด้านการเห็นและการเคลื่อนไหว ซึ่งใช้บำบัดทั้งในระบบกลุ่ม และระบบเดี่ยว ครูจะวางแผนการเรียนการสอนระยะยาวไว้ให้เด็กตามความต้องการและความเหมาะสมเป็นรายบุคคล กระบวนการบำบัดจะใช้กิจกรรมทางศิลปะปฏิบัติ เช่น การสร้างจิตรกรรม ๓ มิติ ด้วยแถบกระดาษ เพื่อให้เด็กได้สำรวจหารูปร่างของเส้นและรูปร่างของบริเวณว่างจากงานศิลปะที่ตนทำขึ้น

### การบำบัดด้วยศิลปะในระบบโรงเรียน

กระบวนการในการบำบัดด้วยศิลปะนั้น ผู้เชี่ยวชาญ จะใช้ศิลปะแขนงต่าง ๆ เช่น ทัศนศิลป์ ดนตรี นาฏศิลป์ และการละครเป็นเครื่องมือ ในบางกรณีจะใช้แยกกัน เป็นเอกเทศ แต่ในบางกรณีก็จะใช้ร่วมกันตามขั้นตอนที่เหมาะสม ซึ่งระบุอยู่ในทฤษฎีต่าง ๆ เช่น อาจเริ่มด้วย ดนตรีแล้วตามด้วยขั้นตอนของทัศนศิลป์ เป็นต้น ปฏิบัติการต่าง ๆ นี้ทำโดยผู้เชี่ยวชาญที่ได้รับการศึกษาและฝึกฝนมาในแขนงนี้ได้เฉพาะ ครูศิลปะธรรมดาของ แขนงวิชาศิลปะดังกล่าวข้างต้นไม่สามารถดำเนินการ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะอาจก่อผลเสียแทนที่จะ เป็นผลดี ผู้เชี่ยวชาญที่มีความสามารถนั้น นอกจาก จะได้รับการศึกษาและฝึกฝนทางด้านศิลปศึกษาและ การศึกษาพิเศษ (ศึกษาด้านศิลปศึกษาก่อนแล้วจึงศึกษา ต่อในสาขาการศึกษาพิเศษ) แล้ว ก็ควรมีความเชี่ยวชาญ โดยเฉพาะในด้านใดด้านหนึ่งของเด็กพิเศษที่มีความ บกพร่อง (exceptional children, atypical children, children with special needs etc.) เช่น ผู้ที่มีความรู้ เฉพาะด้านของเด็กปัญญาอ่อนหรือเด็กพิการด้านกระดูก และกล้ามเนื้อ เป็นต้น อย่างไรก็ตามในบางกรณี ผู้-เชี่ยวชาญนี้ก็อาจยังต้องขอความร่วมมือจากแพทย์ด้วย เพื่อการสนองตอบต่อความต้องการของเด็กอย่างแท้จริง

อนึ่ง บทบาทของการบำบัดด้วยศิลปะในที่นี้จะ เน้นเฉพาะบทบาทของทัศนศิลป์เท่านั้น ศิลปะบำบัด มิใช่กระบวนการที่จะปฏิบัติได้ทันที แต่จะต้องรองจน กว่าเด็กจะมีสภาพอารมณ์ และการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อม ได้ดีและพร้อมเสียก่อน จึงจะเริ่มใช้ศิลปะในการบำบัด ได้ โดยต้องเน้นความเหมาะสมกับความต้องการของ แต่ละคนเป็นหลัก เพราะแม้ว่าเด็กอาจจะอยู่ในกลุ่ม พิการเดียวกัน แต่ระดับของความพิการอาจไม่เท่ากัน หรืออาจพิการในบริเวณอวัยวะที่ต่างกัน เช่น บุคคล ที่พิการทางกระดูก และกล้ามเนื้อ อาจจะบกพร่องที่ ส่วนขาหรือแขน หรือนิ้วมือ แยกต่างหากเป็นต้น ส่วน กลุ่มเด็กปัญญาอ่อนก็มีหลายระดับ ตั้งแต่ระดับที่ยัง สามารถเรียนหนังสือได้ (Educable Mentally Retarded) หรือที่เรียกว่า E.M.R. ไปจนถึงระดับที่ยังสามารถ

ฝึกได้ (Trainable Mentally Retarded) หรือที่เรียกว่า T.M.R. ก็มีความแตกต่างกัน

ศิลปะบำบัดในโรงเรียนนั้นใช้ในการบำบัดทั้ง ร่างกายและจิตใจของเด็กพิเศษที่มีความบกพร่อง ซึ่ง ตามการแบ่งหมวดของสถาบันโบลรัฐนิวยอร์กซึ่งของ สหรัฐอเมริกาแบ่งเป็นประเภทใหญ่ ๆ ดังต่อไปนี้

๑. เด็กปัญญาอ่อน (Mentally Retarded)
  ๒. เด็กบกพร่องทางระบบประสาท (Neurologically Impaired)
  ๓. เด็กที่บกพร่องทางการรับรู้ (Perceptually Impaired)
  ๔. เด็กพิการทางกระดูกและกล้ามเนื้อ (Orthopedically Handicapped)
  ๕. เด็กที่มีปัญหาด้านอารมณ์และสังคม (Emotional Disturbed and Socially Maladjusted)
  ๖. เด็กพิการทางสายตา (Visually Handicapped)
  ๗. เด็กพิการทางโสต (Auditorily Handicapped)
  ๘. เด็กพิการซับซ้อน (Multiply Handicapped)
  ๙. เด็กพิการด้านการสื่อความหมาย (Communi- cations Handicapped)
  ๑๐. เด็กพิการปฐมวัย (Preschool Handicapped)
- วัตถุประสงค์ของศิลปะบำบัดในโรงเรียนนั้น เพื่อ
๑. พัฒนาความคล่องแคล่วว่องไวของการใช้มือ
  ๒. พัฒนาการเคลื่อนไหวอย่างมีระบบ
  ๓. พัฒนาด้านสังคมและการสื่อความหมาย
  ๔. เพื่อเรียนรู้การควบคุมสิ่งแวดล้อมผ่านการ- เรียนรู้ และควบคุมการใช้วัสดุอุปกรณ์และเครื่องมือ ทางศิลปะ
  ๕. เพื่อกระตุ้นและสร้างกำลังใจให้รู้จักสังเกต
  ๖. เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้ความแตกต่างของสี รูปร่าง รูปทรง พื้นผิว
  ๗. เพื่อกระตุ้นหรือริ้วความคิดและจินตนาการ
  ๘. เพื่อสร้างความเชื่อมั่นและกำลังใจในด้าน ความคิดสร้างสรรค์ การตัดสินใจด้วยตนเอง และเป็น หนทางให้ผู้เรียนได้มีโอกาสสัมผัสกับประสบการณ์ที่ มีความหมายต่อตนเอง

ศิลปะ  
ที่หลากหลาย  
การเรียนศึ  
ความสามา  
และรวดเร็ว  
น้อยขั้นตอน  
เข้าใจและ  
ในตนเอง  
สังเกตด้าน  
เป็นสำคัญ  
งานเป็นห  
นั้น ๆ  
ตัว  
การเรียนรู  
ความพิกา  
นิ้วมือมีคว  
ครูอาจให้  
แตกต่างระ  
การพิมพ์  
แทนการรู้  
ตัว  
สามารถใน  
การวิเคราะห์  
ผู้เรียนนั้น  
ปะติด เต็  
จะต้องมีข  
- คี  
- ก  
- เอ  
- ป  
- เอ  
ขั้นด้านบ  
- เอ  
ด้านหนึ่ง  
- เอ  
- เอ

เรียกว่า

บังคับทั้ง

เรื่อง ซึ่ง

วิธีของ

ป็น

1)

ogically

ptually

edically

notional

apped)

apped)

apped)

muni-

apped)

ัน เพื่อ

ไรใช้มือ

าย

านการ-

เรื่องมือ

าสังเกต

รูปร่าง

นาการ

ในด้าน

และเป็น

การณที่

ศิลปะบำบัดนั้นส่วนมากแล้วจะไม่จัดกิจกรรมที่หลากหลายในระยะเวลาใกล้เคียงกันเหมือนในระบบการเรียนศิลปะธรรมดา มักจะจัดประสบการณ์ตามความสามารถของเด็ก กิจกรรมที่เด็กสามารถทำได้ง่ายและรวดเร็ว กิจกรรมมักแยกย่อยให้ธรรมดาที่สุดน้อยขั้นตอนที่สุด ให้เด็กทำซ้ำ ๆ กัน เพื่อให้เกิดความเข้าใจและสามารถทำได้ดี ซึ่งจะก่อให้เกิดความมั่นใจในตนเอง ในบางกรณีกิจกรรมจะเน้นด้านความเข้าใจสังเกตด้านศิลปะ เช่น สี เส้น รูปร่าง รูปทรง ผิวพื้นเป็นสำคัญ ในบางกรณีจะเน้นด้านกระบวนการปฏิบัติงานเป็นหลักซึ่งก็แล้วแต่วัตถุประสงค์ของการบำบัดนั้น ๆ

ตัวอย่างกิจกรรมศิลปะที่ใช้ในการบำบัดที่เน้นการเรียนรู้สังเกตด้านศิลปะ เช่น การช่วยให้เด็กที่มีความพิการทางการรับรู้ ซึ่งอาจมีปัญหากับปลายนิ้วมือมีความสามารถรับรู้ความรู้สึกสัมผัสได้น้อยมากครูอาจให้เด็กเรียนรู้หรือเข้าใจถึงลักษณะผิวพื้นความแตกต่างระหว่างหยาบและละเอียดได้โดยใช้กิจกรรมการพิมพ์วัตถุ ผิวหยาบ และละเอียด เพื่อให้เด็กได้เห็นแผนการรู้สึกสัมผัส

ส่วนการบำบัดโดยเน้นความเข้าใจและความสามารถในการปฏิบัติงาน เพื่อศึกษาคุณผลการบำบัดโดยการวิเคราะห์กระบวนการทำงาน (task analysis) ของผู้เรียนนั้น ยกตัวอย่างเช่นสอนกระบวนการทำงานปะติด เด็กจะได้เรียนรู้ทำความเข้าใจกับงานปะติดว่าต้องมีขั้นตอนเป็นลำดับ เช่น

- ตัดกระดาษเป็นรูปที่ต้องการ
- กางแผ่นกระดาษที่ใช้เป็นพื้นหลังลงบนโต๊ะ
- เอาแปรงจุ่มลงในกาว
- ปาดกาวที่เกินต้องการออกจากปลายแปรง
- เอากระดาษที่ตัดเป็นรูปร่างวางกลับด้านล่างขึ้นด้านบน
- เอาแปรงทากาวลากจากขอบด้านหนึ่งไปอีกด้านหนึ่งจนทั่ว
- เอานิ้วรีดกระดาษที่ปะได้ลมออก
- เช็ดกาวที่ไหลเปื้อนออกมามากรูปแบบที่ปะ

- เช็ดมือและบริเวณที่ทำงานให้สะอาด เป็นต้น

กิจกรรมเหล่านี้จะทำซ้ำแล้วซ้ำอีกจนกว่าเด็กจะทำได้ดีขึ้น ว่องไวขึ้น เข้าใจวิธีการดีขึ้น จึงย้ายไปทำกิจกรรมอื่น แม้การบอกกล่าวเด็กถึงกิจกรรมที่จะทำก็จะต้องเป็นระบบเช่นเดียวกับกลวิธีของการบำบัดในวิธีการนี้คือ แทนการระบุให้นักเรียนทำงานปะติดภาพดูหนาว ครูควรต้องระบุว่าให้นักเรียนเอากระดาษกาวและกรรไกรมาทำภาพดูหนาว ซึ่งนักเรียนจะปะรูป ๑๐ รูปลงบนกระดาษพื้นหลังโดยไม่ให้เห็นรอยเปื้อนของกาว คือ คำสั่งของครูจะระบุขั้นตอนรายละเอียดวิธีการอย่างกระจ่างในตัวเอง

ดังนั้นครูที่ทำงานด้านศิลปะบำบัดจึงต้องพร้อมที่จะรับความเป็นจริงที่ว่า ผลงานที่เด็กทำขึ้น อาจจะไม่มีความสวยงามในลักษณะงานศิลปะ อาจจะไม่เข้าชานาเบื่อหน่าย เพราะศิลปะในที่นี้มีใช้เป็นวิธีทางแห่งการแสดงออกของเด็กโดยตรง แต่ศิลปะเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการช่วยแก้ไขข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นในตัวเด็กเป็นสำคัญ ครูในหน้าที่นี้จะต้องเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือเด็กในระหว่างทำงานอย่างใกล้ชิด ต้องเป็นทั้งผู้ให้กำลังใจสนับสนุนให้เด็กทำงานซ้ำแล้วซ้ำอีก รวมทั้งต้องทำหน้าที่ในด้านวินัยโดยเฝ้าสังเกตความเปลี่ยนแปลงในตัวเด็ก หรือผลของการบำบัดควบคู่ไปอย่างสม่ำเสมอ

### การบำบัดด้วยศิลปะนอกระบบโรงเรียน

การบำบัดด้วยศิลปะในระบบนี้จะไม่เป็นการเรียนกันอย่างสม่ำเสมอในลักษณะของระบบโรงเรียน แต่มีการนำศิลปะเข้าไปใช้ในการบำบัดเป็นครั้งคราว หรือเป็นช่วง ๆ สัมพันธ์ไปกับการปฏิบัติงานอื่น ๆ สถานที่ที่มีการใช้ศิลปะบำบัดควบคู่ไปกับการปฏิบัติการด้านอื่น ๆ นั้น ตัวอย่างเช่น สถาบันเด็กพิการ หรือเด็กปัญญาอ่อน สถานพักฟื้นคนป่วย สถานพยาบาลคนป่วยโรคจิต สถานพักฟื้นคนชรา หรือบ้านพักคนชรา เป็นต้น ในกรณีของสถานพักฟื้น คนป่วยอยู่ในสภาพที่ไม่ปกติเพราะร่างกายและจิตใจอ่อนสมรรถภาพ การใช้ศิลปะบำบัดจึงใช้เพื่อวัตถุประสงค์คล้ายคลึงกัน เช่น การทำ

ภาพถ่ายบ้างอาจเป็นสิ่งนำเบื่อนำย กิจกรรมศิลปะที่ใช้ในลักษณะภาพถ่ายบ้างร่างกายอาจช่วยให้ลดความนำเบื่อนำยลง

ส่วนการใช้กิจกรรมศิลปะในบ้านพักคนชรา นั้น อาจใช้ทั้งในรูปแบบศิลปะบ้างหรือใช้ศิลปะในลักษณะธรรมดาผสมผสานกันตามความต้องการและความเหมาะสมของแต่ละบุคคล แม้คนชราในบ้านพักนั้น ส่วนใหญ่จะเป็นผู้อยู่ในสภาพปกติ แต่กลไกการทำงานของร่างกายย่อมอ่อนล้าหมดกำลังเช่นกัน อีกทั้งด้านของจิตใจก็อาจมีปัญหาด้วย พบว่ามีคนชราจำนวนมากที่เก็บตัวเปล่าเปลี่ยวโดดเดี่ยวเพราะต้องจากบ้านมาสู่สถานที่ ๆ มีแต่คนแปลกหน้าอยู่รอบข้าง ความรู้สึกของการถูกทอดทิ้ง ความรู้สึกของการเผชิญหน้ากับวาระสุดท้ายของชีวิต ความรู้สึกว่าคุณกลายเป็นผู้ที่พึ่งตัวเองไม่ได้ ไร้ซึ่งประโยชน์ความรู้สึกเหล่านี้มีผลต่อจิตใจและร่างกายทั้งสิ้น จึงได้มีการนำกิจกรรมศิลปะมาใช้ในสถานที่นี้ในประเทศตะวันตก การทำกิจกรรมศิลปะเปิดทางให้คนชราได้ใช้เวลาในการทำสิ่งที่เพลิดเพลิน ให้ลืมเวลากิจกรรมนำพวกเขา มาสนิทสนมกัน งานศิลปะที่ทำงานจะจัดให้มีการขายเป็น

ครั้งคราว การทำงานของคนชราได้ทำให้ความรู้สึกไร้ประโยชน์ พึ่งตนเองไม่ได้หมดไป เกษียณอายุจึงมิได้หมายถึง การจบสิ้นของอายุการทำงาน หรืออาชีพ แต่หมายถึงการเปลี่ยนไปสู่อาชีพอื่นเท่านั้น ศิลปะเป็นสิ่งช่วยเตรียมใจเตรียมตัวในการจากไป ผลงานศิลปะเปรียบเหมือนผลผลิตที่ทิ้งไว้เบื้องหลังเพื่อเป็นอนุสรณ์ของคน อีกทั้งเป็นกิจกรรมที่ช่วยเปิดโอกาสให้สิ้นให้มีความหวังและจินตนาการ ศิลปะเป็นเครื่องปลอบใจเป็นการพักผ่อน สนองความต้องการของจิตใจ และก่อให้เกิดความรู้สึกอิสระ ดังคำกล่าวที่ว่า "ศิลปินอาจอยู่ตัวคนเดียวโดยไม่รู้สึกลัวหัวเหว"

กิจกรรมศิลปะที่ใช้ในบ้านพักคนชรา นั้น ส่วนใหญ่ในอดีต มักเป็นกิจกรรมประเภทงานช่าง หรืองานประเภทระบายสีตามเบอร์ การลอกรูป หรือลอกปฏิทิน แต่ปัจจุบันนี้คนรุ่นหลังประกอบด้วยคนที่มีระดับความรู้มากขึ้น กิจกรรมเหล่านั้นไม่สามารถสนองความต้องการได้เหมาะสม ดังนั้นในปัจจุบันจึงเสนอให้มีกิจกรรมทั้งในด้านส่งเสริมสุนทรียภาพ การแสดงออกด้านศิลปวิจารณ์ ความรู้ด้านประวัติศาสตร์ศิลป์ และกิจกรรมศิลปะปฏิบัติประกอบกัน

มะลิฉัตร เอื้ออานันท์

มะลิฉัตร  
 สุจิตต์  
 กุมภา  
 Anderson  
 the I  
 1973  
 Insight  
 Educ  
 Monreau  
 Skil  
 Janu  
 St. Joh  
 Rel  
 Taylor,  
 40:1

บรรณานุกรม

มะลิฉัตร เอื้ออานันท์ "การใช้ศิลปะช่วยในด้านกายภาพบำบัด." ด้วยชีวิตและจิตใจโยงโยสุไพศิลป์  
สู่วิธีดำเนินงานแสดงศิลปะเด็กพิการครั้งที่ ๑ มุขนิธิเพื่อเด็กพิการร่วมกับสมาคมศิลปกรรมไทย  
 กุมภาพันธ์ ๒๕๓๐ (ไม่ปรากฏหน้า)

Anderson, Frances E. and Helen Landgarten, "Art in Mental Health : Survey on  
 the Utilization of Art Therapy," Studies in Art Education. 15:44-48;  
 1973-1974.

Insights, Art in Special Education: Educating the Handicapped through Art.  
 Educators of New Jersey, 1981.

Monreau, Lanny and Frances E. Anderson. "Task Analysis in Art : Building  
 Skills and Success for Handicapped Learners," Art Education. 39:52-54  
 January 1986.

St. John, Patricia A. "Art Education, Therapeutic Art, and Art Therapy: Some  
 Relationships," Art Education. 39:14-16; January 1986.

Taylor, Cynthia L. "Art and the Needs of the Older Adult," Art Education.  
 40:8-15; July 1987.

ไม่รู้สักไร  
 ไปถึงมิได้  
 ชีพ แต่  
 ะเป็นสิง  
 นศิลปะ  
 อนุสรณ์  
 สให้ฝัน  
 ปล่อยให้  
 ใจ และ  
 เป็นอาจ

ว่านใหญ่  
 เรื่องงาน  
 กปฏิทิน  
 บทความรู้  
 ต้องการ  
 จกรรม  
 ออกด้าน  
 กิจกรรม

เน้นที่