



ประวัติศิลปะบำบัด (History of Art Therapy)

นพ.ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

ศิลปะบำบัด (art therapy) ไม่ใช่ศาสตร์แขนงใหม่ พบว่ามีประวัติการพัฒนามายาวนานพอสมควร เมื่อย้อนกลับไปในอดีต ปี พ.ศ. 2403 ฟลอเรนซ์ ไนติงเกิล (Florence Nightingale) ได้เขียนไว้ในบันทึกการพยาบาลว่า “ดอกไม้สีสันสดใส และศิลปกรรมอันงดงามจะช่วยฟื้นฟูคนไข้ให้หายเร็วขึ้น”

ตั้งแต่ราว พ.ศ. 2460 เป็นต้นมา จิตแพทย์เริ่มให้ความสนใจกับผลงานทางศิลปะของผู้ป่วยทางจิตสร้างสรรค์ขึ้นมา และเริ่มประยุกต์ใช้ศิลปะบำบัดเข้ารวมกับการรักษาแบบดั้งเดิม

ในช่วงเวลาเดียวกัน เริ่มสังเกตว่า การแสดงออกทางศิลปะของเด็กมีส่วนเกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางอารมณ์และการรับรู้ และเริ่มมีการศึกษาวิจัยอย่างเป็นระบบต่อมา

พ.ศ. 2468 นายแพทย์ Nolan D.C. Lewis จิตแพทย์และนักจิตวิเคราะห์ เป็นผู้ริเริ่มแนวความคิดเกี่ยวกับศิลปะบำบัด โดยใช้ภาพวาดเป็นสัญลักษณ์ในการสื่อสารอารมณ์และความรู้สึก แทนการใช้คำพูด

พ.ศ. 2493 แพทย์หญิง Margaret Naumburg เป็นจิตแพทย์คนแรกที่บัญญัติศัพท์คำว่า “art therapy” หรือ “ศิลปะบำบัด” และมีผลงานวิจัย ดำรงตำแหน่งศิลปะบำบัดจำนวนมาก โดยนำศิลปะมาประยุกต์ใช้ในการวิเคราะห์และการทำจิตบำบัด นำจิตวิเคราะห์แบบดั้งเดิมมาเป็นพื้นฐานการแสดงออกทางศิลปะ เพื่อเป็นตัวกระตุ้นไปสู่การแสดงออกของความขัดแย้งภายในจิตใจ

พ.ศ. 2514 Edith Kramer ศิลปินซึ่งเป็นนักศิลปะบำบัด ได้เสนอแนวคิดที่แตกต่างจากจิตแพทย์หรือนักจิตบำบัด ในหลักการปฏิบัติ โดยให้ความสำคัญกับกระบวนการทางศิลปะเป็นเอกเทศว่า “ให้ผลการบำบัดได้โดยไม่ต้องพึ่งพาตัวจิตวิเคราะห์” ใช้คำว่า “art as therapy” แทนคำว่า “art therapy” เป็นการประกาศชัดเจนว่า “ศิลปะเป็นการบำบัด ไม่ใช่เครื่องมือที่นำไปใช้ในการทำจิตบำบัด”

ดังนั้นศิลปะบำบัดจึงเริ่มต้นจากแนวคิดที่แตกต่างกัน 2 สาย ขึ้นอยู่กับผู้นำไปใช้ว่ามีพื้นฐานมาจากสายศาสตร์หรือสายศิลป์ เป็นจิตแพทย์หรือศิลปิน แต่ในปัจจุบันก็สามารถผสมผสานกันได้ในที่สุด นับเป็นวิธีการบำบัดทางเลือก ที่เสริมเข้ามาในรูปแบบต่างๆ ที่มีเป้าหมายเพื่อบำบัดรักษา เยียวยาจิตใจผู้ป่วย และเริ่มมีงานวิจัยที่สนับสนุนผลสำเร็จของศิลปะบำบัดเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ



ศูนย์วิชาการแฮปปี้โฮม

www.happyhomeclinic.com

สตาร์คอฟฟ์และทีมงาน ทำการวิจัยที่สถาบันวิจัยมะเร็งแห่งหนึ่งในสหราชอาณาจักร กับกลุ่มคนไข้มะเร็งที่ต้องรับเคมีบำบัด ซึ่งจำนวนมากมีความวิตกกังวลในวิธีการรักษา ผลการรักษา และผลข้างเคียงที่ตามมา

โดยการแบ่งคนไข้โรคมะเร็งออกเป็นสามกลุ่ม กลุ่มแรกให้ฟังดนตรีเบาๆ ในระหว่างการทำเคมีบำบัด กลุ่มที่สองทำเคมีบำบัดในห้องที่ประดับด้วยภาพศิลปะแขวนผนังที่เปลี่ยนไปทุกสัปดาห์ และกลุ่มที่สามให้การบำบัดในหอผู้ป่วยปกติที่ไม่มีดนตรีหรือศิลปะใดๆ พบว่าคนไข้ในสองกลุ่มแรกมีความเครียดและวิตกกังวลน้อยกว่าคนไข้ในกลุ่มที่สาม ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการใช้ดนตรีและศิลปะนั้นดีต่อการบำบัดความเครียดของคนไข้ และยังพบว่าดนตรีได้ผลดีกว่าภาพศิลปะอีกด้วย

พบว่าลักษณะทางสถาปัตยกรรมส่งผลกระทบต่อระยะเวลาการฟื้นตัวของผู้ป่วย โดยวิจัยในผู้ป่วยผ่าตัดถุงน้ำดี แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ครั้งหนึ่งพักฟื้นในห้องที่มองเห็นต้นไม้ อีกครั้งพักฟื้นในห้องที่มองเห็นแต่กำแพงอิฐ พบว่าผู้ป่วยที่พักฟื้นในห้องที่มองเห็นต้นไม้ใช้ยาระงับอาการปวดน้อยกว่า และสามารถกลับบ้านได้ก่อน

โรงพยาบาลเชลซีและเวสต์มินสเตอร์ แห่งลอนดอน ประดับประดาด้วยภาพศิลปะ และผลงานประติมากรรมของศิลปินผู้มีชื่อเสียงมากมาย มีเสียงดนตรีซบถตลอดเวลาทั้งวัน แสดงให้เห็นถึงการใชศิลปะกรรมและดนตรี เป็นกลยุทธ์สำคัญในการเยียวยาผู้ป่วย



รูปโรงพยาบาลเชลซีและเวสต์มินสเตอร์

ยังพบอีกว่าการฟังเพลงเบาๆ ในช่วงเวลาสัก 30 นาทีก่อนคลอด จะช่วยให้คุณแม่คลอดลูกง่าย และคลายความกังวลใจในขณะคลอดลูกได้เป็นอย่างดี

นอกจากนี้ยังมีการผ่อนคลายความเครียดด้วยศิลปะและเสียงเพลง โดยนำไปใช้กับงานศัลยกรรมออร์โทพีดิกส์ ซึ่งคนไข้ที่ได้รับการผ่าตัดกระดูกต้องนอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาล 10-14 วัน นักวิจัยได้ให้คนไข้ฟังเพลงและแขวนรูปภาพสวยๆ ไว้บนผนัง โดยสับเปลี่ยนรูปภาพเสมอ พบว่าคนไข้มีความต้องการยาระงับปวดน้อยลง และใช้เวลาพักฟื้นในโรงพยาบาลน้อยลง

HAPPY HOME ACADEMY

ศูนย์การค้าเซ็นทรัลพลาซา แจ้งวัฒนะ ชั้น 7 โซนการศึกษา ห้อง 724
เลขที่ 99 หมู่ 2 ถ.แจ้งวัฒนะ ต.บางตลาด อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120

© ลิขสิทธิ์ของ แฮปปี้โฮมคลินิก

happyhomeclinic@yahoo.com

08-2014-7272, 0-2835-3537



การแพร่หลายของศิลปะบำบัด ในระดับโลกยังมีไม่มากเท่าที่ควร พบมากที่สุดที่สหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี สหราชอาณาจักร และสหรัฐอเมริกา ส่วนในภูมิภาคเอเชีย ก็พบว่าญี่ปุ่น และเกาหลี มีความสนใจเรื่องนี้

การแพร่หลายในประเทศไทยยังมีไม่มากนัก เนื่องจากยังไม่มีหลักสูตรการเรียนการสอนโดยตรง และนักศิลปะบำบัด ผู้เชี่ยวชาญที่จบสาขานี้โดยตรงก็ยังมีน้อยมาก

ในปัจจุบัน บางโรงพยาบาลมีการนำดนตรีมาใช้ในการซักถามผู้ป่วยและญาติ ในระหว่างรอตรวจหรือรอรับยา เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด ซึ่งมีทั้งรูปแบบการเปิดเทป หรือการแสดงสดของนักดนตรี มีทั้งดนตรีไทยและดนตรีสากล นับว่าเป็นการเริ่มต้นที่ดี และในอนาคตคาดว่าจะพัฒนาไปสู่การนำไปใช้เพื่อการบำบัด ลดความเจ็บปวด ช่วยลดการใช้ยาระงับปวดลง ลดระยะเวลาพักฟื้นในโรงพยาบาลหลังการผ่าตัดลง เป็นต้น

ในปัจจุบัน ศิลปะบำบัด มีการนำมาใช้ในกลุ่มบุคคลที่มีความต้องการพิเศษ กลุ่มบกพร่องทางพัฒนาการ สติปัญญา ออทิสติก และในกลุ่มเด็กที่มีปัญหาด้านอารมณ์ จิตใจ พฤติกรรม เพิ่มขึ้นรวดเร็วกว่าผู้ป่วยกลุ่มอื่นๆ เนื่องจากสามารถช่วยเสริมสร้างพัฒนาการด้านต่างๆ บรรเทาปัญหาทางด้านอารมณ์ จิตใจ และพฤติกรรมได้เป็นอย่างดี

ก้าวต่อไปในอนาคตสำหรับประเทศไทย คือ การพัฒนาหลักสูตรการฝึกอบรมด้านศิลปะบำบัด เพื่อสร้างนักวิชาชีพด้านศิลปะบำบัดที่มีคุณภาพและเพียงพอ สามารถตอบสนองต่อความต้องการที่เพิ่มมากขึ้น และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทย

เอกสารอ้างอิง

- เจน วราหะ. ศิลปกรรมบำบัด. สารคดี. 2545; 182 (10).
- ชาญณรงค์ พรุ่งโรจน์, บรรณาธิการ. ศิลปะเด็กพิเศษ art for all. กรุงเทพฯ: โอเอส พรินติ้ง เฮ้าส์, 2542.
- ชาญณรงค์ พรุ่งโรจน์, บรรณาธิการ. ศิลป์: ยิน ยล สัมผัส. กรุงเทพฯ: พอร์แมท แอสโซซิเอทส์, 2544.
- ชาติป สุวรรณทอง. 2002, May 4. ศิลปะบำบัด (Online). Available URL: <http://www.bangkokbiznews.com>
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. 2007, Jan 6. พัฒนาการเด็ก (Online). Available URL: <http://www.happyhomeclinic.com>
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา และสมจิตร์ ไกรศรี. โปรแกรมศิลปกรรมบำบัด สถาบันราชานุกูล. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2550.
- พริ้มเพรา ดิษยวณิช. การวาดภาพเพื่อการประเมินและการรักษา. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, 2544.
- มาลีญา กองสุข. ศิลปกรรมบำบัด ณ โรงเรียนบ้านน้ำเค็ม จังหวัดพังงา. ธรรมศาสตร์เวชสาร. 2549; 275-276.
- ราชบัณฑิตยสถาน, สำนัก. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์ พับลิเคชันส์, 2546; 1101-1102.
- เลิศศิริร์ บวรกิตติ, เทพศักดิ์ ทองนพคุณ, วรณะ อนุภาณู, Longo JA, Garcia B, Tupper H. ศิลปกรรมบำบัด: ความสังเขป.วารสารวิชาการสาธารณสุข. 2548; 14 (6): 1051-1054.
- วศมนตร์ ทวีปสินชัย และมัทธนี ปราโมทย์เมือง. กิจกรรมทางศิลปะเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์. เอกสารประกอบการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การใช้ศิลปะเพื่อการบำบัด. สถาบันราชานุกูล. 2548.



อัศนี ซูอรุณ, เลิศศิริร์ บวรกิตติ และสมชัย บวรกิตติ. ศัพท์สับสน: ศิลปะบำบัด หรือ ศิลปกรรมบำบัด. *วารสารราชบัณฑิตยสถาน*.

2548; 30 (3): 875.

อำไพชนิษฐ สمانวงศ์ไทย, เลิศศิริร์ บวรกิตติ. ศิลปกรรมบำบัด. *ธรรมศาสตร์เวชสาร*. 2549; 6: 243-7.

Cattanach A, editor. **Process in the arts therapies**. London: Jessica Kingsley, 1999.

Edwards D. **Art therapy**. London: SAGE publications, 2004.

Malchiodi CA. **Understanding children's drawings**. New York: The Guilford Press, 1998.

Malchiodi CA, editor. **Medical art therapy with children**. London: Jessica Kingsley, 1999.

Rosal M. **Art therapy with children**. Abbeygate Press: Isle of Palms, SC, 1995.

หมายเหตุ: บทความนี้คัดลอกมาจากหนังสือ “ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด”

ทวีศักดิ์ ลีรัตน์เรขา. *ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2550.

ทวีศักดิ์ ลีรัตน์เรขา. **ประวัติศิลปะบำบัด**. [Online] 2552; Available from: URL:

http://www.happyhomeclinic.com/alt04-arttherapy_hx.htm