



ศิลปะบำบัดในเด็กพิเศษ (Art Therapy in Special Children)

นพ.ทวิศักดิ์ สิริรัตน์เรขา
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

ศิลปะ (Art) คือ ผลแห่งพลังความคิดสร้างสรรค์ของมนุษย์ที่แสดงออกในรูปลักษณะต่างๆ ให้ปรากฏซึ่งสุนทรียภาพ ความประทับใจ หรือความสะเทือนอารมณ์ตามอัจฉริยภาพ พุทธิปัญญา ประสบการณ์ ขนบธรรมเนียม จารีตประเพณี หรือความเชื่อในลัทธิ ศาสนา

ในทางจิตวิทยา ศิลปะ ก็คือหนทางแห่งการปลดปล่อยอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ตามความต้องการของแต่ละคน และช่วยพัฒนาศักยภาพในด้านการเรียน การเล่น และการแสดงออกต่างๆ

ศิลปะบำบัด (art therapy) คือ การใช้กิจกรรมทางศิลปะเพื่อค้นหาข้อบกพร่อง ความผิดปกติ บางประการของกระบวนการทางจิตใจ และใช้กิจกรรมทางศิลปะที่เหมาะสม ช่วยในการบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพให้ดีขึ้นเพื่อ ลดปัญหาทางอารมณ์ พฤติกรรม และเสริมสร้างศักยภาพในด้านต่างๆ

มีการใช้สื่อ วัสดุ อุปกรณ์ และรูปแบบที่หลากหลาย เช่น ชีต เขียน วาด ระบาย ตัดปะ ปั้น ถัก ทอ เพื่อเป็นทางเลือกที่จะระบายความรู้สึกนึกคิด จนสามารถเข้าใจ และจัดการกับความความรู้สึกได้ สามารถสื่อสารกับผู้คนรอบข้างได้

แนวคิดของศิลปะบำบัด

ศิลปะบำบัด เป็นรูปแบบหนึ่งของการแพทย์เสริมและทางเลือก ที่เน้นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม นำมาเสริมในการดูแลรักษาแนวทางหลักให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น จึงจำเป็นต้องมีการประสานงานกันเป็นทีมระหว่างนักศิลปะบำบัดกับแพทย์ที่ดูแลรักษาผู้ป่วย ไม่ใช่รูปแบบการบำบัดรักษาที่สามารถแยกเป็นอิสระได้ ต้องทำไปควบคู่กัน

ศิลปะบำบัด มีประโยชน์ในด้านการพัฒนาอารมณ์ สติปัญญา สมาธิ ความคิดสร้างสรรค์ รวมถึงการช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก และการประสานงานการเคลื่อนไหวของร่างกาย นอกจากนี้ยังเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วย กระตุ้นการสื่อสาร และเสริมสร้างทักษะสังคมอีกด้วยศิลปะบำบัด



การแสดงออกทางผลงานศิลปะ ไม่ว่าจะเป็นลายเส้น สี รูปทรง สัญลักษณ์ อารมณ์ ความหมาย ที่สื่อออกมาทั้งหมดสามารถนำมาวิเคราะห์ให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดว่าเป็นอย่างไร หรือสภาพจิตมี ปัญหาอย่างไร

การประเมินผลการดูแลรักษา เน้นที่กระบวนการ และกิจกรรมทางศิลปะ ไม่ได้เน้นที่ผลงานทางศิลปะ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนศิลปะ ที่จะเน้นผลงานและเพิ่มความสามารถทางศิลปะ

ประโยชน์ของศิลปะบำบัด

ศิลปะบำบัด มุ่งเน้นให้เกิดความสมดุลของชีวิต ช่วยบรรเทาปัญหา เยียวยาจิตใจ และเสริมสร้างศักยภาพการดำเนินชีวิตในด้านต่างๆ อย่างรอบด้าน ทั้งทางร่างกาย สติปัญญา จิตใจ สังคม และสุนทรียศาสตร์ ไปพร้อมๆ กัน โดยถ่วงน้ำหนักให้แตกต่างกันตามสภาพปัญหาของแต่ละคน

ศิลปะบำบัด มีประโยชน์หลากหลาย ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ และกลุ่มเป้าหมายที่นำไปใช้

1) ศิลปะบำบัดเพื่อการเยียวยาจิตใจ ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ชจัดความขัดแย้งภายใน ส่วนลึกของจิตใจ ช่วยให้มึระดับอารมณ์คงที่ดีขึ้น ไม่ฉุนเฉียว หรือโศกเศร้ามากนัก สามารถเข้าใจและจัดการกับอารมณ์ได้ดีขึ้นเมื่อมีสิ่งกระตุ้นต่างๆ เข้ามากระทบ

นำมาใช้ในในกลุ่มเด็กที่มีปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์และพฤติกรรม

2) ศิลปะบำบัดเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหว ช่วยในการตอบสนองต่อความต้องการตามธรรมชาติที่จะเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย ช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก ให้สามารถทำกิจกรรมที่ละเอียด มีความซับซ้อนมากขึ้น ช่วยให้มีการทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อมัดต่างๆ อย่างคล่องแคล่ว และช่วยควบคุมทิศทางเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

นำมาใช้ใน กลุ่มเด็กสมองพิการ หรือ ซีพี (cerebral palsy) ซึ่งมีปัญหาเรื่องการเคลื่อนไหว และกลุ่มแอสเพอร์เกอร์ (asperger's syndrome) ซึ่งมีปัญหาเรื่องกล้ามเนื้อมัดเล็กร่วมด้วย

3) ศิลปะบำบัดช่วยเสริมสร้างทักษะการสื่อสาร เนื่องจากศิลปะเป็นภาษาสากลที่สามารถเข้าใจตรงกันได้ แม้จะใช้ภาษาพูดแตกต่างกัน เด็กสามารถเรียนรู้ความคิดรวบยอด (concept) ในเรื่องต่างๆ ผ่านทางศิลปะได้เร็ว

นำมาใช้ในในกลุ่มเด็กที่มีปัญหาด้านการพูดและการสื่อสาร (communication disorder) กลุ่มเด็กออทิสติก (autistic disorder) และกลุ่มที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา (intellectual disabilities)

4) ศิลปะบำบัดช่วยเสริมสร้างทักษะสังคม ช่วยให้เข้าใจอารมณ์ ความคิดของตนเอง และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มีทักษะการสร้างมนุษยสัมพันธ์ มีทักษะการแก้ปัญหาที่เหมาะสม สามารถปรับตัวในสังคมได้อย่างเหมาะสม



เน้นการใช้รูปแบบศิลปะบำบัดแบบกลุ่ม เป็นการเปิดโอกาสให้มีการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น เพิ่มขึ้น ช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเรียนรู้การทำกิจกรรมร่วมกัน รู้จักการรอคอย ผลัดกันทำกิจกรรม เรียนรู้ การช่วยเหลือซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม ให้การยอมรับผู้อื่น และได้รับการยอมรับจากผู้อื่น

นำมาใช้ในในกลุ่มเด็กที่มีความบกพร่องด้านทักษะสังคม (social skill deficit) และการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น

กระบวนการและรูปแบบศิลปะบำบัด

ในการทำศิลปะบำบัด ไม่มีกระบวนการและรูปแบบที่ตายตัว แต่มีการออกแบบการบำบัดรักษา ให้เหมาะสมกับแต่ละบุคคล โดยมีขั้นตอนหลักๆ ดังนี้

- 1) สร้างสัมพันธภาพ เป็นขั้นแรกของการบำบัด สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้บำบัดกับผู้รับการบำบัด ซึ่งรวมถึงการประเมินสภาพปัญหา และวางแผนการบำบัดรักษาด้วย
- 2) ค้นหาปัญหา เป็นขั้นของการสำรวจ ค้นหา วิเคราะห์ปัญหา ความขัดแย้งภายในส่วนลึกของจิตใจ
- 3) ทบทวนประสบการณ์ เป็นขั้นการบำบัด โดยดึงประสบการณ์แห่งปัญหาขึ้นมาจัดเรียง ปรับเปลี่ยน แก้ไขใหม่ ในมุมมองและสภาวะใหม่
- 4) เสริมสร้างพลังใจ ให้แรงเสริม เป็นขั้นสุดท้ายของการบำบัด โดยเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง และให้โอกาสแห่งการเปลี่ยนแปลง



นพ.ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา และอาจารย์สมจิตร์ ไกรศรี ได้ร่วมพัฒนา “โปรแกรมศิลปกรรมบำบัด สถาบันราชานุกูล” สำหรับผู้บกพร่องทางพัฒนาการและสติปัญญา ช่วงอายุ 15-25 ปี โดยจัดเป็นโปรแกรมกลุ่ม รูปแบบโรงพยาบาลกลางวัน สัปดาห์ละ 4 ครั้งๆ ละ 6 ชั่วโมง ซึ่งประกอบด้วย ฐานกิจกรรมศิลปะ 6 ฐาน คือ วาดรูป ระบายสี ปั้น ประดิษฐ์ ถักทอ และบาติก เสริมด้วยกิจกรรมกลุ่ม และกิจกรรมเสริมประสบการณ์พิเศษ ในรูปแบบบูรณาการ พบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ สามารถลดระดับความรุนแรงของอารมณ์ลง ลดพฤติกรรมก้าวร้าว เสริมสร้างสมาธิ และพัฒนาทักษะสังคม



ลักษณะเด่นของศิลปะบำบัด

ศิลปะบำบัดมีคุณลักษณะเด่นคือ เป็นสื่อการเรียนรู้ที่เข้าใจง่าย ในทุกเพศ ทุกวัย ทุกระดับความสามารถ แม้ว่าจะยังไม่มีภาษา ยังพูดไม่ได้ หรือเคลื่อนไหวไม่คล่อง ก็สามารถเรียนรู้ได้ผ่านทางศิลปะ

เป็นแนวทางการบำบัดทางเลือกที่มีความยืดหยุ่นสูง จึงสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ทุกระดับตามปัจจัยความพร้อมด้านบุคลากรเป็นสำคัญ ขยายผลได้รวดเร็ว ทนต่อความต้องการเร่งด่วนที่เกิดขึ้น เนื่องจากไม่ต้องใช้ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางเป็นจำนวนมาก

ศิลปะบำบัด สามารถนำภูมิปัญญาท้องถิ่น ศิลปหัตถกรรมพื้นบ้าน มาประยุกต์ใช้ได้อย่างกลมกลืนตามสภาพพื้นที่อีกด้วย เป็นการนำศาสตร์หลายแขนงมาบูรณาการ และมีการวางแผนการบำบัดรักษา เพื่อให้สอดคล้องตอบสนองต่อสภาพปัญหาของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน

การประยุกต์ใช้ศิลปะบำบัดในเด็กพิเศษ

มีการนำศิลปะบำบัดไปประยุกต์ใช้ในรูปแบบที่หลากหลาย ทั้งในผู้ป่วยจิตเวช ในผู้มีปัญหาด้านอารมณ์และพฤติกรรม ในผู้บกพร่องทางพัฒนาการและสติปัญญา และในผู้ประสบภัยพิบัติต่างๆ

การนำศิลปะบำบัดมาประยุกต์ใช้ในเด็กพิเศษกลุ่มผู้บกพร่องทางพัฒนาการและสติปัญญาพบว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ สามารถเสริมสร้างพัฒนาการ และช่วยบรรเทาปัญหาทางด้านอารมณ์ จิตใจ และพฤติกรรม ดึงศักยภาพที่มีอยู่มาใช้ได้เต็มที่ยิ่งขึ้น



ตัวอย่างผลงานศิลปะผู้บกพร่องทางพัฒนาการและสติปัญญา



Musick พบว่าเด็กที่บกพร่องทางสติปัญญา จะมีพัฒนาการด้านความคิดสร้างสรรค์ซึ่งสามารถพัฒนาได้ และช่วยส่งเสริมให้พัฒนาการด้านอื่นๆ ดีขึ้นด้วย โดยศึกษาการใช้โปรแกรมศิลปะบำบัดแบบเข้มข้น ในเด็กที่บกพร่องทางสติปัญญา จำนวน 8 คน เป็นเวลา 2 ภาคเรียน พบว่าระดับพัฒนาการด้านการขีดเขียน (graphic developmental level) เพิ่มขึ้นจาก 5 เดือน เป็น 33 เดือน

Silver พบว่าศิลปะเป็นเสมือนภาษาที่สอง ของกลุ่มเด็กที่มีความบกพร่องในการสื่อสาร และการเรียนรู้ เด็กสามารถเรียนรู้ความคิดรวบยอด (concept) ผ่านทางศิลปะได้เร็วกว่าวิธีการสื่อสารหลัก และสามารถใช้งานศิลปะสะท้อนให้เห็นถึงสิ่งที่เขารู้และสิ่งที่เขาคิด ดังนั้นศิลปะจึงนำไปสู่เป้าหมายในการบำบัดได้ดี

เอกสารอ้างอิง

- ชาญณรงค์ พรุ่งโรจน์, บรรณาธิการ. ศิลปะเด็กพิเศษ art for all. กรุงเทพฯ: โอเอส พรินติ้ง เฮ้าส์, 2542.
- ชาญณรงค์ พรุ่งโรจน์, บรรณาธิการ. ศิลปะ: ยิน ยล สัมผัส. กรุงเทพฯ: พอร์แมท แอสโซซิเอตส์, 2544.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. การบำบัดทางเลือก ในเด็กพิเศษ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2550.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2550.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา และสมจิตร์ ไกรศรี. โปรแกรมศิลปกรรมบำบัด สถาบันราชานุกูล. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2550.
- เลิศศิริวี บวรกิตติ, เทพศักดิ์ ทองนพคุณ, วรณะ อุณาคุณ, Longo JA, Garcia B, Tupper H. ศิลปกรรมบำบัด: ความสังเขป.
- วารสารวิชาการสาธารณสุข. 2548; 14 (6): 1051-1054.
- อัสนี ซูอรุณ, เลิศศิริวี บวรกิตติ และสมชัย บวรกิตติ. ศัพท์สับสน: ศิลปะบำบัด หรือ ศิลปกรรมบำบัด. วารสารราชบัณฑิตยสถาน. 2548; 30 (3): 875.
- อำไพชนิษฐ สมานวงศ์ไทย, เลิศศิริวี บวรกิตติ. ศิลปกรรมบำบัด. ธรรมศาสตร์เวชสาร. 2549; 6: 243-7.
- 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.

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. ศิลปะบำบัดในเด็กพิเศษ. [Online] 2552; Available from: URL: http://www.happyhomeclinic.com/alt03-arttherapy_sp.htm