

ประวัติศิลปะบำบัด

HISTORY OF ART THERAPY

นายแพทย์ทวีศักดิ์ ลีรัตนเรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

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

ตั้งแต่ราว พ.ศ. 2460 เป็นต้นมา จิตแพทย์เริ่มให้ความสนใจกับผลงานทางศิลปะที่ผู้ป่วยทางจิตสร้างสรรค์ขึ้นมา และเริ่มประยุกต์ใช้ศิลปะบำบัดเข้าร่วมกับการรักษาแบบดั้งเดิม

ในช่วงเวลาเดียวกัน เริ่มสังเกตว่า การแสดงออกทางศิลปะของเด็กมีส่วนเกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางอารมณ์และการรับรู้ และเริ่มมีการศึกษาวิจัยอย่างเป็นระบบต่อมา

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

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

พ.ศ. 2514 Edith Kramer ศิลปินชาวออสเตรีย ซึ่งเป็นนักศิลปะบำบัด ได้เสนอแนวคิดที่แตกต่างจากจิตแพทย์หรือนักจิตบำบัด ในหลักการปฏิบัติ โดยให้ความสำคัญกับกระบวนการทางศิลปะเป็นเอกเทศว่า “ให้ผลการบำบัดได้โดยไม่ต้องพึ่งพาจิตวิเคราะห์” ใช้คำว่า “art as therapy” แทนคำว่า “art therapy” เป็นการประกาศชัดเจนว่า “ศิลปะเป็นการบำบัด ไม่ใช่เครื่องมือที่นำไปใช้ในการทำจิตบำบัด”

ดังนั้น ศิลปะบำบัดจึงเริ่มต้นจากแนวคิดที่แตกต่างกัน 2 สาย ซึ่งอยู่กับผู้นำไปใช้ว่ามีพื้นฐานมาจากสายศาสตร์หรือสายศิลป์ เป็นสายการแพทย์หรือสายศิลปิน แต่ในปัจจุบันก็สามารถผสมผสานกันได้ดีที่สุด นับเป็นวิธีการบำบัดทางเลือก ที่เสริมเข้ามาในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีเป้าหมายเพื่อบำบัดรักษา เยียวยาจิตใจผู้ป่วย และเริ่มมีงานวิจัยที่สนับสนุนผลสำเร็จของศิลปะบำบัดเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

สตาร์คอฟฟ์และทีมงาน ทำการวิจัยที่สถาบันวิจัยมะเร็งแห่งหนึ่งในสหราชอาณาจักร กับกลุ่มคนไข้มะเร็งที่ต้องรับเคมีบำบัด ซึ่งจำนวนมากมีความวิตกกังวลในวิธีการรักษา ผลการรักษา และผลข้างเคียงที่ตามมา

โดยการแบ่งคนไข้โรคมะเร็งออกเป็นสามกลุ่ม กลุ่มแรกให้ฟังดนตรีเบา ๆ ในระหว่างการทำเคมีบำบัด กลุ่มที่สองทำเคมีบำบัดในห้องที่ประดับด้วยภาพศิลป์แขวนผนังที่เปลี่ยนไปทุกสัปดาห์ และกลุ่มที่สามให้การบำบัดในหอผู้ป่วยปกติที่ไม่มีดนตรีหรือศิลปะใด ๆ พบว่าคนไข้ในสองกลุ่มแรกมีความเครียดและวิตกกังวลน้อยกว่าคนไข้ในกลุ่มที่สาม ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการใช้ดนตรีและศิลปะนั้นดีต่อการบำบัดความเครียดของคนไข้ และยังพบว่าดนตรีได้ผลดีกว่าภาพศิลปะอีกด้วย

พบว่าลักษณะทางสถาปัตยกรรมส่งผลต่อระยะเวลาการฟื้นตัวของผู้ป่วย โดยวิจัยในผู้ป่วยผ่าตัดถุงน้ำดี แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ครึ่งหนึ่งพักฟื้นในห้องที่มองเห็นต้นไม้ อีกครึ่งพักฟื้นในห้องที่มองเห็นแต่กำแพงอิฐ พบว่าผู้ป่วยที่พักฟื้นในห้องที่มองเห็นต้นไม้ใช้ยาระงับอาการปวดน้อยกว่า และสามารถกลับบ้านได้ก่อน

โรงพยาบาลเชลซีและเวสต์มินสเตอร์ แห่งลอนดอน ประดับประดาด้วยภาพศิลปะ และผลงานประติมากรรมของศิลปินผู้มีชื่อเสียงมากมาย มีเสียงดนตรีซบถล่อมตลอดทั้งวัน แสดงให้เห็นถึงการใช้ศิลปกรรมและดนตรี เป็นกลยุทธ์สำคัญในการเยียวยาผู้ป่วย



รูปโรงพยาบาลเชลซีและเวสต์มินสเตอร์

ยังพบอีกว่าการฟังเพลงเบา ๆ ในช่วงเวลาสัก 30 นาทีก่อนคลอด จะช่วยให้คุณแม่คลอดลูกง่ายและคลายความกังวลใจในขณะคลอดลูกได้เป็นอย่างดี

นอกจากนี้ยังมีการผ่อนคลายความเครียดด้วยศิลปะและเสียงเพลง โดยนำไปใช้กับงานศัลยกรรมออร์โทพีดิกส์ ซึ่งคนไข้ที่ได้รับการผ่าตัดกระดูกต้องนอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาล 10-14 วัน นักวิจัยได้ให้คนไข้ฟังเพลงและแขวนรูปภาพสวย ๆ ไว้บนผนัง โดยสลับเปลี่ยนรูปภาพเสมอ พบว่าคนไข้มีความต้องการยาระงับปวดน้อยลง และใช้เวลาพักฟื้นในโรงพยาบาลน้อยลง

การแพร่หลายของศิลปะบำบัด ในระดับโลกยังมีไม่มากเท่าที่ควร พบมากที่สหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี สหราชอาณาจักร และสหรัฐอเมริกา ส่วนในภูมิภาคเอเชีย ก็พบว่าญี่ปุ่น และเกาหลี มีความสนใจเรื่องนี้

การแพร่หลายในประเทศไทยยังมีไม่มากนัก เนื่องจากยังไม่มีหลักสูตรการเรียนการสอนโดยตรง และนักศิลปะบำบัดผู้เชี่ยวชาญที่จบสาขานี้โดยตรงก็ยังมีน้อยมาก

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

ในปัจจุบัน มีการนำศิลปะบำบัดมาประยุกต์ใช้ในกลุ่มบุคคลที่มีความต้องการพิเศษ เช่น กลุ่มบกพร่องทางพัฒนาการสติปัญญา ออทิสติก และในกลุ่มเด็กที่มีปัญหาด้านอารมณ์ จิตใจ พฤติกรรม เพิ่มขึ้นรวดเร็วกว่าผู้ป่วยกลุ่มอื่น ๆ เนื่องจากสามารถช่วยเสริมสร้างพัฒนาการด้านต่าง ๆ 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.

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา และสมจิตร์ ไกรศรี. **โปรแกรมศิลปกรรมบำบัด สถาบันราชานุกูล**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2550.

พริ้มเพรา ดิษยวณิช. **การวาดภาพเพื่อการประเมินและการรักษา**. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, 2544.

มาลียา กองสุข. ศิลปกรรมบำบัด ณ โรงเรียนบ้านน้ำเค็ม จังหวัดพังงา. **ธรรมศาสตร์เวชสาร**. 2549; 275-6.

ราชบัณฑิตยสถาน, สำนัก. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**, กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์ พับลิเคชันส์, 2546; 1101-2.

เลิศศิริร์ บวรกิตติ, เทพศักดิ์ ทองนพคุณ, วรณะ อุณาอุล, Longo JA, Garcia B, Tupper H. ศิลปกรรมบำบัด: ความสังเขป.

วารสารวิชาการสาธารณสุข. 2548; 14 (6): 1051-4.

วศมนตร์ ททรัพย์สินชัย และมัทธนี ปราโมทย์เมือง. กิจกรรมทางศิลปะเพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์. **เอกสารประกอบการสัมมนาเชิง**

ปฏิบัติการ เรื่อง การใช้ศิลปะเพื่อการบำบัด. สถาบันราชานุกูล. 2548.

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

2548; 30 (3): 875.

อำไพชนิษฐ สมานวงศ์ไทย, 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.

บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2567). **ประวัติศิลปะบำบัด**. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/>

alt04-arttherapy_hx.htm

(บทความต้นฉบับ: มีนาคม 2549)