



จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต
THE SPIRIT OF THAINESS THROUGH THE VISUAL IMAGE OF
“ART THERAPY”

สายอักษร รักคง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาทัศนศิลป์

บัณฑิตศึกษา สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์

พ.ศ. 2564

ลิขสิทธิ์ของสถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์

จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาทัศนศิลป์

บัณฑิตศึกษา สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์

พ.ศ. 2564

ลิขสิทธิ์ของสถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์

THE SPIRIT OF THAINESS THROUGH THE VISUAL IMAGE OF
“ART THERAPY”



A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR THE DEGREE OF MASTER OF FINE ARTS PROGRAM IN VISUAL ARTS
GRADUATE SCHOOL BUNDITPATANASILPA INSTITUTE
YEAR 2021
COPYRIGHT OF BUNDITPATANASILPA INSTITUTE

ชื่อวิทยานิพนธ์	จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต
4006613003	นางสาว สายอักษร รักคง
ปริญญา	ศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชา ทักษะศิลป์
พ.ศ.	2564
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก	รองศาสตราจารย์ศุภชัย สุกชีโชติ
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เมตตา สุวรรณศรี

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมสื่อผสม ในหัวข้อ “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ ซิกมันด์ ฟรอยด์ และทฤษฎีศิลปะบำบัด แนวคิดศิลปะแมนดาลา ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากปมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้ 2) เพื่อสร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมสื่อผสม ด้วยการนำเสนอในแนวทางศิลปะจัดวาง อันประกอบไปด้วยการใช้วัสดุสำเร็จรูป ที่มาจากวัตถุในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ 3) เพื่อสร้างสรรค์ผลงานที่สะท้อนมุมมองการใช้ศิลปะเพื่อการบำบัด ในการลดภาวะโรคซึมเศร้าของผู้สร้างสรรค์และเป็นแนวทางให้ผู้ที่มีปัญหาจากสภาวะซึมเศร้าได้หาแนวทางบำบัดตนเองด้วยศิลปะ

จากการศึกษาพบว่า กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของตนเองร่วมกับการศึกษาหลักการของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ร่วมกับแนวทางศิลปะบำบัดทั้งในด้านแนวความคิด รูปแบบ และการใช้สัญลักษณ์ในผลงาน ที่มุ่งเน้นถึงการสร้างกลไกที่ช่วยให้จิตใจกลับสู่สภาวะสมดุล ซึ่งสอดคล้องกับศิลปะแมนดาลา ที่มีแนวคิดในการใช้โน้ตจิตควบคุมสมาธิและการภาวนา ซึ่งสะท้อนให้เห็นสิ่งที่อยู่ภายในจิตใจ พร้อมกับการสำรวจสภาวะของจิตที่พิจารณาตนเองในทุกขณะผ่านลวดลายไทยประยุกต์ที่ประณีตบรรจง ใช้สมาธิที่จดจ่อ สงบนิ่ง ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยบำบัดอารมณ์ในด้านลบ ให้มีสติอยู่กับปัจจุบันขณะเพื่อพิจารณาตนเอง และยอมรับความจริงอย่างเข้าใจ ที่ต้องดำเนินไปด้วยกัน เปรียบเสมือนการปลดปล่อยความทุกข์ของผู้สร้างสรรค์ให้หลุดพ้นจากปัญหาด้วยความเข้าใจ

คำสำคัญ: จิตวิญญาณ, ภาพลักษณ์, ศิลปะบำบัด

Thesis Name	The Spirit of Thainess through the Visual Image of “Art Therapy”
4006613003	Miss Saiaksorn Rakkhong
Degree	Master of Fine Arts Program in Visual Arts
Year	2021
Advisor	Assoc. Prof. Supachai Sukkeechote
Co-advisor	Asst. Prof. Dr. Metta Suwanasorn

ABSTRACT

The objectives of this research were 1) to create mixed media paintings on the theme of “The Spirit of Thainess through the Visual Image of "Art Therapy" according to Freud's psychoanalytic theory, the theory of art therapy, and Mandala art concept along with the study of Buddhist teachings to soothe the mind from the accumulated problems and make it become light 2) to create works in mixed media by presenting them through installation art which consists of using ready-made materials from the creator's daily life, and 3) to create works that reflect the perspective of using art for healing in reducing depression of the creator and as a guide for people who have problems with depression to find ways to heal themselves with art.

The study found that the process of creating one's own artwork along with studying the principles of psychoanalytic theory and the art therapy approach in terms of concepts, forms, and the use of symbols in the works, focuses on creating a mechanism that helps the mind to rebalance, which is associated with the Mandala art, which manifests the concept of using the mind control along with meditation and prayer, reflecting what is inside the mind along with exploring the state of mind that contemplates itself in each moment through the application of Thai patterns which are delicate and require a lot of focus and calm; it is an important process that helps heal negative emotions, be mindful in the present moment to contemplate yourself and understand the truth.

Keywords: spirit, symbol, art therapy

161 pages

กิตติกรรมประกาศ

การสร้างสรรคผลงานวิทยานิพนธ์ในชื่อชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เนื่องจากมีหลายภาคส่วนที่ให้การดูแลและสนับสนุนเรื่อยมา ทั้งนี้ต้องขอขอบคุณสถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ ที่มีส่วนช่วยอำนวยความสะดวก และดูแลตลอดการศึกษา ขอขอบคุณ ท่านอาจารย์เด่น หวานจริง คณบดีคณะศิลปะวิจิตร สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ ที่ให้ความช่วยเหลือดูแลเอาใจใส่ในการพัฒนาต่อยอดสู่ความเข้มแข็งในวงการศิลปะต่อไป ทั้งนี้ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ศุภชัย สุกชีโชติ ซึ่งเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหลักในการสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เมตตา สุวรรณศรี อาจารย์ที่ปรึกษาร่วมที่ทุ่มเทแรงกายแรงใจ ให้ความช่วยเหลือ ดูแล และให้คำแนะนำ ทั้งผลงานสร้างสรรค์ ตลอดจนการเขียนวิทยานิพนธ์จนบรรลุผลสำเร็จ ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่าน ที่มีส่วนช่วยให้การศึกษาตลอดจนความรู้ความสามารถ ในการพัฒนาตนเอง สู่การต่อยอดทางผลงานศิลปะสืบต่อไป

ท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณบิดามารดา ที่มีส่วนสนับสนุน และให้กำลังใจตลอดการศึกษาจนสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ขอขอบคุณมิตรภาพจากเพื่อนร่วมชั้นเรียนทุกท่านที่คอยให้การช่วยเหลือ และสนับสนุนตลอดมา ผู้สร้างสรรค์ ขออำนาจชัยและขอน้อมรำลึกถึงอำนาจบารมีของคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก และขอน้อมรำลึกถึงคุณบิดามารดา และคุณครูอาจารย์ที่ได้อบรมสั่งสอนวิชาความรู้ ความเมตตาปรานีอันเป็นที่พึ่งพิงให้ผู้สร้างสรรค์มีสติปัญญา และความคิดสร้างสรรค์ ในการจัดทำผลงานสร้างสรรค์ตลอดจนวิทยานิพนธ์ให้สำเร็จลุล่วง ไปได้ด้วยดี

สายอักษร รักคง

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	(ค)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	(ง)
กิตติกรรมประกาศ.....	(จ)
สารบัญ.....	(ฉ)
สารบัญภาพ.....	(ญ)
สารบัญตาราง.....	(ฎ)
บทที่ 1 บทนำ	1
1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
2 วัตถุประสงค์ของการสร้างสรรค์.....	2
3 คำถามการสร้างสรรค์.....	3
4 ขอบเขตของการสร้างสรรค์.....	3
5 ขั้นตอนการสร้างสรรค์.....	4
6 วิธีดำเนินการสร้างสรรค์.....	5
7 สมมติฐานการสร้างสรรค์.....	6
8 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	6
9 นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผลงานสร้างสรรค์	8
1 ความเป็นมาและแนวคิดในการสร้างสรรค์.....	8
2 ทฤษฎีและกรอบแนวคิดในการสร้างสรรค์.....	9
3 อิทธิพลจากครอบครัว.....	10
4 อิทธิพลจากสภาพแวดล้อมและสังคมเมือง.....	11
5 ข้อมูลทางวิชาการเรื่อง “โรคซึมเศร้า”.....	11
5.1 สาเหตุและปัจจัยของโรคซึมเศร้า.....	13
5.1.1 ปัจจัยภายในจิตใจ.....	13
5.1.2 ปัจจัยทางด้านความคิด.....	14
5.1.3 ปัจจัยทางด้านพฤติกรรม.....	14

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
5.1.4 ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล.....	15
6 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์.....	16
7 ทฤษฎีศิลปะบำบัด.....	16
7.1 ความเป็นมาของศิลปะบำบัด.....	16
7.2 กระบวนการและขั้นตอนทางศิลปะบำบัด.....	16
7.3 ศิลปินที่ใช้แนวทางศิลปะบำบัดความเศร้า.....	17
7.3.1 เมตตา สุวรรณศรี.....	17
7.3.2 วชิราพร อยู่ดี.....	19
7.4 ทฤษฎีการรับรู้สีทางจิตวิทยาที่ใช้ในการบำบัด.....	21
7.4.1 สีขาว.....	21
7.4.2 สีฟ้าอ่อน.....	21
7.4.3 สีชมพูอ่อน.....	22
7.4.4 สีม่วงอ่อน.....	22
7.5 ตัวอย่างผลงานศิลปะจากผู้เข้ารับการบำบัด.....	22
8 ทฤษฎีสมาธิบำบัด.....	24
9 แนวคิดศิลปะแมนดาลา.....	24
10 ทฤษฎีอัตโนมิตินิยม.....	25
11 ทฤษฎีจิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย.....	26
12 ข้อมูลทางทฤษฎีด้านศิลปะจัดวาง.....	26
13 ผลงานศิลปินที่ทำการศึกษา.....	27
13.1 เมตตา สุวรรณศรี.....	27
13.2 Yayoi Kusama.....	29
13.3 Vincent Van Gogh.....	31
13.4 Louis Wain.....	33
13.5 Edvard Munch.....	35

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 วิธีการสร้างสรรค์ผลงาน.....	39
1 ความเป็นมาแนวคิดแรงบันดาลใจ.....	39
2 ข้อมูลในการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์.....	39
2.1 ข้อมูลจากประสบการณ์ตรงของผู้สร้างสรรค์.....	39
2.2 ข้อมูลจากการรักษาของผู้สร้างสรรค์.....	41
2.3 การใช้ศิลปะบำบัดกับผู้สร้างสรรค์.....	41
2.3.1 สีที่ช่วยในการบำบัด.....	42
2.4 การหาข้อมูลจากเอกสาร.....	45
2.4.1 หอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศิลปากร	45
2.4.2 หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร.....	45
2.4.3 ข้อมูลจากแหล่งหนังสือ และเอกสารทางวิชาการ.....	47
2.4.4 ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต.....	47
3 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์.....	48
4 เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์.....	54
4.1 เทคนิคการเตรียมพื้นสำหรับเขียน.....	54
4.2 เทคนิคการร่างภาพบนวัสดุสำเร็จรูป.....	55
4.3 เทคนิคการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูป.....	56
4.4 เทคนิคการแกะสี.....	58
4.5 เทคนิคการสกรีนลวดลาย.....	59
5 ขั้นตอนกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์.....	60
5.1 ผลงานชิ้นที่ 1.....	61
5.2 ผลงานชิ้นที่ 2.....	65
5.3 ผลงานชิ้นที่ 3.....	69
5.4 ผลงานชิ้นที่ 4.....	75
6 ขั้นตอนกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์.....	79
6.1 ผลงานชุดที่ 1.....	80
6.2 ผลงานชุดที่ 2.....	87
สรุป.....	96

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 การวิเคราะห์และพัฒนาผลงานวิทยานิพนธ์	97
1 การวิเคราะห์ที่มาแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์	97
2 การวิเคราะห์ข้อมูลจากทฤษฎีที่ใช้ในการสร้างสรรค์	98
3 การวิเคราะห์ศิลปินที่ทำการศึกษายกเว้นเกี่ยวกับงานสร้างสรรค์	100
4 วิเคราะห์การสร้างสรรค์และเทคนิควิธีการสร้างสรรค์	101
5 การค้นคว้าและทดลองเทคนิคสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์	102
5.1 ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชิ้นที่ 1	103
5.2 ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชิ้นที่ 2	105
5.3 ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชิ้นที่ 3	107
5.4 ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชิ้นที่ 4	109
6 การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์	111
6.1 ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 1	111
6.2 ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 2	114
7 การวิเคราะห์ผลงานวิทยานิพนธ์	116
7.1 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ	123
สรุป	129
บทที่ 5 สรุปผลงานการสร้างสรรค์	130
1 สรุปแนวความคิดในการสร้างสรรค์	131
2 สรุปแนวความคิดตามกรอบทฤษฎี	131
3 อภิปรายผล	133
4 ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้ประโยชน์	136
5 ข้อเสนอแนะสำหรับการสร้างสรรค์ครั้งต่อไป	136
บรรณานุกรม	137
ภาคผนวก	140
ประวัติผู้สร้างสรรค์	154

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 ภาพแผนภูมิแสดงกรอบทฤษฎีของการสร้างสรรค์.....	9
2 ภาพแสดงจำนวนการฆ่าตัวตายต่อแสนประชากร ปี 2540-2544 จำแนกตามเพศ.....	12
3 ภาพ เมตตา สุวรรณศรี ระหว่างการสร้างสรรค์ผลงาน.....	18
4 ภาพจากนิทรรศการชุด “ความเศร้าอันงดงาม” Beautiful Sadness, 2554.....	20
5 ภาพระบายสีจากผู้รับการบำบัดจำนวน 14 ภาพ โดย วิสาखा ไผ่งาม นักศิลปะบำบัด.....	23
6 เส้นใยความรักของแม่ต่อลูกน้อยอหิสูติ, 2558, ถักโครเชต์และโลหะ, แปรผันตามพื้นที่...	28
7 Obliteration Room, 2002, สื่อผสมบนวัสดุเหลือใช้, แปรผันตามพื้นที่.....	30
8 The Starry Night, 1889, จิตรกรรม, 74 x 92 cm.....	32
9 ภาพผลงานจากศิลปิน หลุยส์ เวน แสดงลักษณะภาพวาดที่เปลี่ยนไปตามลักษณะ อาการป่วยทางจิต.....	34
10 The scream, 1893, จิตรกรรม, 91 x 74 cm.	36
11 ภาพถ่ายขณะปฏิบัติงานเขียนลายรดน้ำ.....	40
12 ภาพถ่ายขั้นตอนการเขียนน้ำยาหาคาลผลงานของผู้สร้างสรรค์.....	40
13 ภาพถ่ายตัวอย่างผลงานศิลปะบำบัดของผู้สร้างสรรค์.....	41
14 ภาพลักษณะโทนสีบำบัด (โทนสีพาสเทล).....	42
15 ภาพภายในหอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร.....	45
16 ภาพผลงานจากการจัดแสดงผลงาน ศิลปะแห่งเหตุปัจจัยและการบำบัด.....	46
17 การหาข้อมูลจากหนังสือด้านทฤษฎีทางารแพทย์ และการบำบัดสภาวะจิต.....	47
18 ภาพขั้นตอนการเตรียมพื้นวัสดุสำเร็จรูปสำหรับเขียนลวดลาย.....	54
19 ภาพขั้นตอนการร่างลวดลายด้วยดินสอสี.....	55
20 ภาพขั้นตอนการเขียนลวดลายด้วยปากกาเคมี.....	56
21 ภาพขั้นตอนการตัดเส้นลวดลายด้วยฟู่กัน.....	57
22 ภาพเทคนิคการแกะสีด้วยฟองน้ำ.....	58
23 ภาพเทคนิคการสกรีนลวดลาย.....	59
24 ภาพร่างผลงานรวมสี่ชิ้น.....	60
25 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชิ้นที่ 1.....	64

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
26 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2.....	68
27 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3.....	74
28 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4.....	78
29 ภาพแบบร่างผลงานชั้นที่ 1 และ 2.....	79
30 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1.....	86
31 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2.....	95
32 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชั้นที่ 1.....	103
33 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชั้นที่ 2.....	105
34 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชั้นที่ 3.....	107
35 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชั้นที่ 4.....	109
36 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1.....	111
37 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2.....	114
38 ภาพผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1.....	141
39 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพโดยรวมภายในผลงาน).....	142
40 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพผลงานจากมุมมองด้านข้าง)..	143
41 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพผลงานในส่วนโซฟา).....	144
42 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพผลงานในส่วนโต๊ะหน้าโซฟา).....	145
43 ภาพผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2.....	146
44 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพมุมมองภายในของผลงาน)..	147
45 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนเตียงและตู้).....	148
46 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนเตียง, พรม และรองเท้า).....	149
47 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนพรม และรองเท้า).....	150
48 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนชุดโต๊ะทำงาน).....	151
49 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนพรม).....	152
50 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนผ้าม่านโปร่ง).....	153

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 การเปรียบเทียบความเหมือนและความแตกต่างของการสร้างสรรค์ระหว่างงานศิลปะของผู้สร้างสรรค์กับศิลปินที่นำมาศึกษา.....	37
2 สีที่มีผลโดยตรงต่อการบำบัดจิต.....	42
3 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทวัสดุสำเร็จรูป.....	48
4 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการทำพื้น.....	49
5 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการเขียนลวดลาย.....	51
6 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 1 (Terminal Project) ชื่อ มุมมองแห่งจิตใต้สำนึก 1.....	61
7 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 2 (Terminal Project) ชื่อ มุมมองแห่งจิตใต้สำนึก 2.....	65
8 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 3 (Terminal Project) ชื่อ มุมมองแห่งจิตใต้สำนึก 3.....	69
9 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 4 (Terminal Project) ชื่อ Perspective Complete.....	75
10 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชุดที่1 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด 1”	80
11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด 2”.....	87
12 ตารางที่ 12 การวิเคราะห์แนวคิดทางวิชาการ เรื่อง“โรคซึมเศร้า”	116
13 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีจิตวิเคราะห์.....	117
14 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีศิลปะบำบัด	118
15 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีการรับรู้สีทางจิตวิทยา.....	119
16 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีสมาธิบำบัด.....	120
17 การวิเคราะห์แนวคิดศิลปะแมนดาลา.....	121
18 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีจิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย.....	122
19 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ.....	123

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากสภาวะสังคมเมืองในปัจจุบัน มีการแก่งแย่งแข่งขัน ผู้คนในสังคมใช้ชีวิตอยู่บนพื้นฐานของความตึงเครียด กดดัน ความวุ่นวายใจที่เกิดขึ้นต่อเนื่อง ทำให้เกิดผลกระทบทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ โรคภัยต่าง ๆ หลากอย่างเกิดขึ้นจากปัจจัยความเครียดและการใช้ชีวิตเป็นหลัก รวมทั้งปัญหาสุขภาพจิต โรคซึมเศร้า (Depression) มีผลกระทบต่อทั้งตัวผู้ป่วยเอง ครอบครัว คนรอบข้าง ตลอดจนสังคมภายนอก จากปัญหาดังกล่าว ทำให้ผู้สร้างสรรค์ เล็งเห็นถึงสภาพการณ์โรคซึมเศร้า ที่ผู้คนส่วนใหญ่มองข้าม ปัญหาปัจจุบันที่ตัวผู้ป่วยเองและสังคมยังขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคนี้อย่างจริงจัง จึงถูกละเลยไม่ให้ความสำคัญ อีกทั้งยังไม่ทราบว่าเป็นสภาวะป่วยทางจิตอย่างหนึ่งที่ต้องได้รับการรักษา ผู้ป่วยที่มีอาการซึมเศร้าอาจมีความรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง หดหู่ กาลังใจในการใช้ชีวิต รวมถึงอาจได้รับผลกระทบรุนแรงจนถึงขั้นฆ่าตัวตายอีกด้วย

ซึ่งปัจจุบัน ปัญหาโรคซึมเศร้า (Depression) ถือเป็นปัญหาหลักที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้คนในสังคม จากข้อมูลสถิติขององค์การอนามัยโลก ปี ค.ศ. 2017 ระบุว่าปัจจุบันทั่วโลกมีผู้ป่วยโรคซึมเศร้าประมาณ 322 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 4.4 ของประชากรโลก และในประเทศไทยมีข้อมูลการสำรวจจำนวนของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า พ.ศ. 2551 พบว่า มีคนไทยป่วยซึมเศร้า 1.5 ล้านคน หากพิจารณาตามเพศ อายุ จะพบว่า เพศหญิงเสี่ยงป่วยมากกว่าเพศชาย 1.7 เท่า โดยผู้ป่วยส่วนใหญ่อยู่ในวัยทำงานในช่วงอายุ 25 - 59 ปี นับเป็นร้อยละ 62 รองลงมาเป็นวัยสูงอายุ 60 ปีขึ้นไป นับเป็นร้อยละ 26.5 และเป็นเยาวชนอายุ 15 - 24 ปี นับเป็นร้อยละ 11.5 ทั้งนี้ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา มียอดคนไทยที่ฆ่าตัวตายทั้งสิ้นประมาณ 40,000 คน และตัวเลขผู้ที่ฆ่าตัวตายสำเร็จเฉลี่ยสูงถึงประมาณ 340 คนต่อเดือน (ไพจิตร พุทธรอด และ กนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ, 2563, น. 485)

จากปัญหาดังกล่าวผู้สร้างสรรค์จึงต้องการเป็นส่วนหนึ่งที่จะสะท้อนให้ผู้คนในสังคมหันมาเห็นความสำคัญของปัญหาโรคซึมเศร้า (Depression) ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองก็เป็นผู้หนึ่งที่ต้องเผชิญกับปัญหาภาวะซึมเศร้าเช่นเดียวกัน ผู้สร้างสรรค์จึงเลือกหนทางที่จะใช้ศิลปะในการบำบัดจิต โดยการศึกษาศิลปะแมนดาลาเป็นศิลปะที่เบ็ด ที่เน้นการใช้เส้นขีดเชื่อมต่อกันในลักษณะทรงกลมด้านเท่า

เพื่อสร้างสมาธิรวมทั้งเป็นการกำหนดจิตให้ผู้วาดจดจ่อต่อการขีดเส้นที่อยู่ตรงหน้า ซึ่งศิลปะแมนดาลานั้น นับว่ามีผลดีในการช่วยผ่อนคลายความเครียดและเป็นการจัดระเบียบให้กับความคิดที่ยุ่งเหยิงให้สงบได้ด้วยแนวทางศิลปะบำบัด นอกจากนี้ผู้สร้างสรรค์ที่มีความชำนาญในสายงานด้านศิลปะไทย จึงได้นำเทคนิคการสร้างลวดลายแบบศิลปะไทยมาถ่ายทอดในรูปแบบศิลปะแมนดาลา ซึ่งต้องใช้สมาธิจดจ่อต่อสิ่งที่อยู่ตรงหน้า ทำให้เกิดความสงบ มีสติ หลุดพ้นจากปัญหาที่เป็นปมภายในจิตใจ โดยการย้ายที่ความเจ็บปวดตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ที่กล่าวไว้ว่า เมื่อมนุษย์พบกับปัญหาและพยายามหาหนทางออกจากสภาพความเป็นจริงของชีวิต แต่บางครั้ง ก็ไม่สามารถพบทางออกที่จะแก้ปัญหาได้โดยตรง ทำให้เกิดภาวะเก็บกด ซึมเศร้า ครุ่นคิด เพื่อหาหนทางให้กับปัญหา

การสร้างสรรควิทยานิพนธ์นี้เป็นการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อการบำบัดสภาวะทางจิต ที่เน้นไปที่กระบวนการทางศิลปะ การเลือกเครื่องมือทางศิลปะ เพื่อนำมาบำบัดรักษาผู้สร้างสรรค์ที่เป็นผู้ป่วยโรคซึมเศร้า โดยคัดเลือกเทคนิคให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาของผู้ป่วยที่แตกต่างกัน การใช้ศิลปะเป็นสื่อในการแสดงออกของอารมณ์ ความรู้สึก ความขัดแย้ง ที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในส่วนลึกของจิตใจ ที่ไม่สามารถพูดออกมาเป็นคำพูดได้ โดยสรุป คือการเน้นที่กระบวนการสร้างผลงานมากกว่าผลสัมฤทธิ์ของชิ้นงาน แม้กระนั้นก็ตามผลงานที่ถูกสร้างสรรค์อย่างจริงจังของผู้สร้างสรรค์ มีคุณค่าในเชิงสุนทรียศาสตร์เพิ่มขึ้นในใจอีกด้วย

2. วัตถุประสงค์ของการสร้างสรรค์

2.1 เพื่อสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมสื่อผสม ในหัวข้อ “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ และทฤษฎีศิลปะบำบัด แนวคิดศิลปะแมนดาลา ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากปมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้

2.2. เพื่อสร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมสื่อผสม (Painting Mixed Media) ด้วยการนำเสนอแนวทางศิลปะจัดวาง (Installation Art) อันประกอบไปด้วยการใช้วัสดุสำเร็จรูปและวัตถุจากชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ และนำมาสร้างสรรค์ผลงานตามระยะเวลาของโครงการ

2.3. เพื่อสร้างสรรค์ผลงานที่สะท้อนมุมมองการใช้ศิลปะเพื่อใช้ในการบำบัด(Art therapy) เพื่อลดภาวะโรคซึมเศร้า (Depression) ของผู้สร้างสรรค์และเป็นแนวทางให้ผู้ที่มีปัญหาจากสภาวะซึมเศร้า ได้หาแนวทางบำบัดตนเองด้วยศิลปะ

3. คำถามในการสร้างสรรค์

ผู้สร้างสรรค์สามารถใช้หลักการทางศิลปะบำบัดภาวะโรคซึมเศร้า มาแสดงออกให้เห็นถึงความงามและอัตลักษณ์ของจิตรกรรมสื่อผสม ผ่านการนำเสนอบนวัสดุสำเร็จรูปในชีวิตประจำวันได้หรือไม่

4. ขอบเขตการสร้างสรรค์

เพื่อดำเนินการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ หัวข้อ “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ที่เป็นผลงานจิตรกรรมสื่อผสม (Painting Mix Media) โดยแสดงถึงลักษณะดังต่อไปนี้

4.1 เพื่อสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ในหัวข้อ “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” จำนวน 2 ชุด

4.2 เพื่อสร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมสื่อผสม (Painting Mix Media) ด้วยการใช้ศิลปะบำบัด โดยการนำเสนอในแนวทางศิลปะจิตวางที่ใช้วัสดุสำเร็จรูป และวัตถุจากชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์

4.3 เพื่อสร้างสรรค์ผลงาน ที่แสดงให้เห็นถึงมุมมองของผู้ที่มีสภาวะซึมเศร้า ผ่านผลงานที่ใช้หลักการทางศิลปะบำบัดอันได้แนวคิดมาจากศิลปะแมนดาลา มาแสดงออกให้เห็นถึงการทำสมาธิผ่านการวาดลวดลาย โดยคงความงามและอัตลักษณ์ของลวดลายไทยประดิษฐ์ เพื่อบำบัดจิตตนเองให้ผ่อนคลายจากความทุกข์ทางใจ

นอกจากนี้ผลงานชุด จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต 2 ชุด จะนำเสนอผลงานเผยแพร่ออกสู่สาธารณะ โดยมีจุดประสงค์เพื่อเป็นการบำบัดสภาวะทางจิตของผู้สร้างสรรค์ผลงาน และสะท้อนให้ผู้เข้าชมผลงานเข้าใจและเข้าถึงการบำบัดสภาวะซึมเศร้า (Depression) ด้วยการใช้ศิลปะบำบัด (Art therapy)

1.4.3.1 จัดนิทรรศการศิลปะในหอศิลป์ของสถาบันการศึกษาทางด้านศิลปะ

1.4.3.2 นำเสนอผลงานผ่านสื่อสาธารณะต่าง ๆ

1.4.3.3 นำเสนอในรูปแบบของวิทยานิพนธ์และบทความวิชาการ

5. ขั้นตอนการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานทัศนศิลป์ในหัวข้อ “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ประกอบด้วยการศึกษาค้นคว้าข้อมูลทางวิชาการทั้งจากตำรา และศึกษาผลงานที่เกี่ยวข้อง ที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับสภาวะซึมเศร้า และศึกษาดูงานจากสถานที่จริง รวมถึงศึกษาจากผลงานและแนวคิดจากศิลปินที่สร้างสรรค์ผลงานลักษณะดังกล่าว โดยสามารถจัดแบ่งขั้นตอนของการศึกษาและการสร้างสรรค์ได้ดังต่อไปนี้

5.1 ศึกษาเอกสารทางวิชาการ

5.1.1 ข้อมูลทางวิชาการ เรื่อง “โรคซึมเศร้า”

5.1.2 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ซิกมันด์ ฟรอยด์

5.1.3 ทฤษฎีศิลปะบำบัด

5.1.4 ทฤษฎีการรับรู้สีทางจิตวิทยาที่ใช้ในการบำบัด

5.1.5 ทฤษฎีสมาธิบำบัด

5.1.6 แนวคิดศิลปะแมนดาลา

5.1.7 ทฤษฎี Automatism

5.1.8 ทฤษฎีจิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย

5.1.6 ข้อมูลทางทฤษฎีด้านศิลปะจัดวาง (Installation)

5.1.7 เก็บข้อมูลศิลปินที่ได้รับแรงบันดาลใจทั้งจากศิลปินไทย ประกอบด้วย เมตตา สุวรรณศรี และศิลปินต่างประเทศ ได้แก่ ยาโยอิ คุซามะ (Yayoi Kusama), วินเซนต์ แวนโก๊ะห์ (Vincent Van Gogh), หลุยส์ เวิน (Louis Wain) และ เอ็ดเวิร์ด มุงค์ (Edvard Munch)

5.2 เรียนรู้เทคนิคในการสร้างสรรค์

5.2.1 ศึกษาเทคนิคการเขียนลวดลายไทยแบบโบราณ

5.2.2 ศึกษาเทคนิคการเขียนลวดลายแบบแมนดาลา

5.2.3 ศึกษาและทดลองเทคนิคการเขียนลวดลายไทยรูปแบบเฉพาะตัว

5.2.4 ศึกษาและทดลองการติดตั้งด้วยเทคนิควิธีการ ดังต่อไปนี้

1) ติดตั้งแบบห้อยแขวน

2) ติดตั้งกับพื้นระนาบ

3) ศึกษารูปแบบและวิธีการนำเสนอ

5.3 วิเคราะห์ข้อมูลอย่างเป็นระบบเพื่อนำมาวิเคราะห์เป็นภาพร่างของผลงานที่ตรงตามวัตถุประสงค์ในการสร้างสรรค์

5.4 สร้างสรรค์ผลงานจริง ตามภาพร่าง (ภาคเอกสาร)

5.5 เสนอและเรียบเรียงผลงานการค้นคว้าในรูปแบบของงานวิจัยสร้างสรรค์

5.6 นำเสนอผลงาน จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต ในพื้นที่สาธารณะ

6. วิธีดำเนินการสร้างสรรค์

6.1 ศึกษาข้อมูลที่ได้จากประสบการณ์จากสภาพแวดล้อม นำมาวิเคราะห์จนเกิดเป็นแนวคิด จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต

6.2 ศึกษาข้อมูลจากศิลปิน ที่ทำการศึกษาดังต่อไปนี้ ศิลปินไทยประกอบด้วย ปัญญา วิจินธนสาร, เมตตา สุวรรณศรี และศิลปินต่างประเทศ ได้แก่ ยาโยอิ คุซามะ (Yayoi Kusama), วินเซนต์ แวนโก๊ะห์ (Vincent Van Gogh), หลุยส์ เวน (Louis Wain) และเอ็ดเวิร์ด มุงค์ (Edvard Munch) ที่สร้างสรรค์ผลงานเกี่ยวกับแนวคิดการเขียนลวดลายบำบัดแบบแมนดาลา ผสมผสานกับการใช้ลวดลายไทยประกอบในสื่อต่าง ๆ การสร้างงานศิลปะบนวัสดุ รวมถึงศิลปินที่สร้างสรรค์ผลงานแนวศิลปะจัดวางเพื่อสื่ออารมณ์และความรู้สึกของตัวผลงาน

6.3 ศึกษาทฤษฎี กำหนดกรอบทฤษฎีและแนวคิด เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ผลงานให้ตรงตามแนวคิดมากที่สุด ตามทฤษฎีดังต่อไปนี้ ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ทฤษฎีศิลปะบำบัด แนวคิดศิลปะแมนดาลา และนักทฤษฎีรวมถึงปรัชญาระดับโลกที่ได้รับ การยอมรับ เพื่อนำมาพัฒนาต่อยอดความคิดให้เกิดเป็นผลงานที่มีลักษณะเฉพาะตัว

6.4 สร้างภาพร่าง (Sketch) ให้ตรงตามแนวคิด จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต

6.5 นำผลงานภาพร่างที่สร้างสรรค์มาวิเคราะห์ วิจารณ์ โดยคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านทัศนศิลป์ เพื่อให้ผลงานมีการพัฒนาต่อยอดนำไปสู่ผลงานที่มีคุณภาพในระดับสูงต่อไป

6.6 ทำการสร้างสรรค์ผลงานจริงด้วยกระบวนการเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม ในแนวทางศิลปะจัดวาง (Installation Art) ด้วยวัสดุสำเร็จรูป รวมถึงวัสดุที่ใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ที่มีความหมายกับการใช้ชีวิต

6.7 นำผลงานเข้ารับการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านทัศนศิลป์ และผลงานมีคุณภาพในระดับที่น่าพอใจ

6.8 ทำการวิเคราะห์กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานอย่างเป็นระบบขั้นตอน ในรูปแบบเอกสาร (วิทยานิพนธ์) และผลงานจริง

6.9 นำผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ เผยแพร่ออกสู่สาธารณะชนในรูปแบบของนิทรรศการ
สตูดิโอ สื่อสิ่งพิมพ์ และสื่อออนไลน์

7. สมมุติฐานการสร้างสรรค

ผู้สร้างสรรค์สามารถสร้างสรรค์ผลงานที่แสดงออกถึงลักษณะของความงามที่เกิดจาก
เทคนิคจิตรกรรมสื่อผสม ด้วยการใช้วัสดุสำเร็จรูปที่มีความสัมพันธ์และมีความหมายกับชีวิตของ
ผู้สร้างสรรค์ แทนสัญลักษณ์ โดยมีเป้าหมายเพื่อบำบัดสภาวะซึมเศร้าของตนเอง และกระตุ้นเตือน
ให้ผู้คนเห็นความสำคัญของการใช้ศิลปะบำบัด ในการช่วยรักษาภาวะจิตใจให้หลุดพ้นจากภาวะซึมเศร้าได้

8. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

8.1 สร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต”
ในเทคนิค จิตรกรรมสื่อผสม (Painting Mix Media) ด้วยการนำเสนอในแนวทางศิลปะจัดวาง (Installation Art)
จำนวน 2 ชุด

8.2 เพื่อเป็นการเสนอแนะแนวทาง โดยการใช้ศิลปะเข้ามาช่วยในการบำบัดสภาวะซึมเศร้า
ช่วยบรรเทาความเครียด ความทุกข์ และสะท้อนให้ผู้เข้าชมผลงานเข้าใจและเข้าใจถึงการบำบัด
สภาวะซึมเศร้า (Depression) ด้วยการใช้ศิลปะบำบัด (Art therapy) ร่วมกับการศึกษาคำสอน
ทางพุทธศาสนา กฎไตรลักษณ์

8.3 เผยแพร่ผลงานออกสู่สาธารณะชน เพื่อสร้างความเคลื่อนไหวให้กับวงการศิลปะ
ร่วมสมัยในประเทศไทย ภายใต้หัวข้อ จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต
เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้สนใจศึกษาศิลปะได้แสวงหาแนวทาง ในการใช้ศิลปะบำบัด ช่วยลด
ภาวะซึมเศร้าได้อีกทางหนึ่ง

9. นิยามศัพท์เฉพาะ

จิตวิญญาณ หมายถึง มิติที่สูงส่งของจิต หรือ การที่มีจิตใจสูง ความดี กุศล บุญ คุณค่า หรือ
จิตที่เจริญ หลุดพ้น เห็นแก่ตัวน้อย เข้าถึงสิ่งสูงสุด ในทางพุทธจิตวิญญาณคือปัญญา

สภาวะ หมายถึง สภาพ, ความเป็นเองตามธรรมชาติของมัน ลักษณะในตัวเอง, ภาวะ,
ธรรมชาติ

โรคซึมเศร้า หมายถึง ความผิดปกติของสมอง ที่มีผลกระทบต่อความนึกคิด อารมณ์
ความรู้สึก

ศิลปะบำบัด หมายถึง การบำบัดรักษาทางจิตเวชรูปแบบหนึ่ง ที่ประยุกต์ใช้กิจกรรมทางศิลปะเพื่อค้นหาข้อบกพร่อง ความผิดปกติบางประการของกระบวนการทางจิตใจ โดยใช้ความรู้เกี่ยวกับการประเมินทางจิตวิทยา เพื่อเปิดประตูเข้าสู่จิตใจในระดับจิตไร้สำนึก และเลือกใช้กิจกรรมทางศิลปะที่เหมาะสมช่วยในการบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพให้ดีขึ้น

ศิลปะจิตวาง หมายถึง ประเภทของงานศิลปะที่มีที่ต้งเฉพาะจุด, เป็นงานสามมิติที่ออกแบบเพื่อที่จะแปรสภาพการรับรู้ของสิ่งแวดล้อม



บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผลงานสร้างสรรค์

ชุด จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ในชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” นั้นเป็นการสร้างสรรค์ที่จำเป็นต้องทำการศึกษาทางด้านแนวคิด เทคนิค วิธีการนำเสนอ รวมทั้งแนวคิดทฤษฎีทางสุนทรียศาสตร์และนักปรัชญาที่มีแนวคิดสอดคล้อง กับการสร้างสรรค์ผลงาน ในชุดนี้ และจำเป็นต้องทำการศึกษา ผลงานของศิลปินศึกษาที่สร้างสรรค์ผลงานในรูปแบบ และวิธีการต่าง ๆ นำมาวิเคราะห์ เพื่อให้เห็นลักษณะเฉพาะของศิลปิน รวมทั้งเทคนิคที่มีความน่าสนใจ และสามารถนำมาต่อยอดพัฒนาทางความคิดให้กับผู้สร้างสรรค์ได้ ดังต่อไปนี้

1. ความเป็นมาและแนวคิดในการสร้างสรรค์

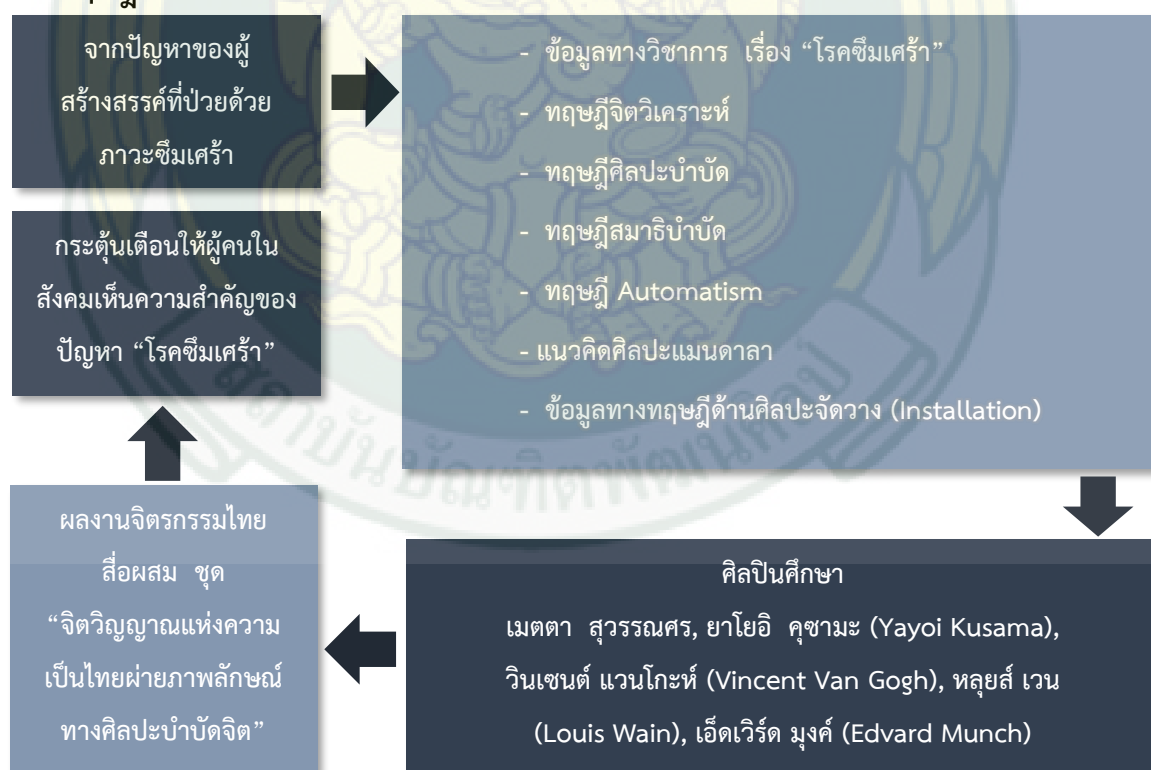
จากชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ในฐานะที่เป็นสตรีเพศ ซึ่งได้รับคำนิยามว่าเป็นเพศที่มีความอ่อนแอ และเป็นเพศที่มักจะเสียเปรียบเพศตรงข้ามอยู่เสมอ ผู้สร้างสรรค์ใช้ชีวิตและผ่านพบเจอ ประสบการณ์ต่าง ๆ มากมายมา 28 ปี ทั้งดีและร้ายปะปนกันตามสภาพแวดล้อมและกาลเวลา ผู้สร้างสรรค์เป็นหญิงผู้หนึ่งที่อาศัยอยู่ย่านชานเมือง และมีโอกาสได้เข้ามาศึกษาในกรุงเทพฯ สิ้นแห่งเมืองกรุง ทำให้รู้สึกตื่นเต้นและทำให้คลายความเหงาได้และคิดไปว่าเป็นดินแดนสวรรค์ก็ไม่ปาน แต่แล้วเหตุการณ์หนึ่งก็ได้ลบความรู้สึกดังกล่าวลงอย่างสิ้นเชิง เมื่อสรรค์แห่งเมืองกรุงนั้น ไม่ได้สนุก และปลอดภัยเหมือนเมื่อแรกเจอ เหตุการณ์ไม่คาดฝันได้เกิดขึ้นกับผู้สร้างสรรค์ และเหตุการณ์นั้นก็ได้พรากความสุขของผู้สร้างสรรค์ ไปตลอดกาล ผู้สร้างสรรค์เป็นหนึ่ง ที่ได้เข้าไปประสบพบเจอกับ เหตุการณ์ที่เป็นความโหดร้ายของสตรีเพศ ก่อให้เกิดบาดแผลในจิตใจจนเกิดความเครียด ความอึดอัด กัดดัน บีบคั้น เป็นระยะเวลานาน ก่อให้เกิดสภาวะอาการป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง หรือ PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) โดยทางการแพทย์ได้วินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า

ในการทำวิทยานิพนธ์นี้ เนื่องด้วยผู้สร้างสรรค์เป็นหนึ่งในผู้ที่กำลังประสบกับปัญหา โรคซึมเศร้า สภาวะหลายอย่างที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นส่งผลร้ายทั้งต่อร่างกาย จิตใจ และคนรอบข้าง ผู้สร้างสรรค์จึงเกิดความเข้าใจในปัญหาโรคซึมเศร้าในสังคมปัจจุบัน ตลอดจนสภาพแวดล้อมที่ผู้ป่วย ต้องเผชิญ สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการนำเสนอประสบการณ์ดังกล่าว มาแสดงออกในเชิง ศิลปะบำบัด เพื่อบำบัดตนเอง และผู้ป่วยที่สนใจ รวมถึงยังมีผู้คนในสังคมจำนวนไม่น้อยที่ประสบกับ

สภาวะซึมเศร้า แต่ไม่มีความกล้าที่จะเข้ารับการรักษา ประกอบกับคนรอบข้างที่ไม่เห็นความสำคัญ และยังไม่เปิดใจยอมรับกับโรคดังกล่าว ทำให้ผู้ป่วยขาดความเชื่อมั่นในการพาตนเองเข้าไปรักษา ตลอดจนถึงวลกับการตัดสินใจของผู้คนรอบข้างในสังคม

การใช้ศิลปะบำบัด อันเป็นการแพทย์ทางเลือกหนึ่งที่ผู้สร้างสรรค์เองได้ทดลองใช้วิธีการ วาด เขียน ชีด เส้นที่เป็นลวดลายไทย ที่เป็นเทคนิคที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ ซึ่งเป็นอัตลักษณ์ ของชาติไทยเข้ามาเป็นหลักในการบำบัด การขีดเขียนลวดลายไทยนั้นต้องอาศัยทักษะ สมาธิ จิตใจที่จดจ่อ สงบนิ่ง เพื่อสร้างลวดลายที่ประณีต บรรจง งดงาม อันส่งผลให้ผู้สร้างสรรค์เกิดความสงบทางใจ จิตใจเกิดความสมดุล เกิดดุลยภาพและสุนทริยภาพในระดับที่ช่วยบำบัดจิตใจได้ แม้จะเป็นการเลือก เขียนแบบอัตโนมัติลงบนวัสดุสำเร็จรูปก็ตาม แต่ผลที่ออกมานั้นกลับเกิดความงามจากลายเส้นและสี ที่อยู่ในโทนอ่อน อันเป็นกลุ่มสีที่ใช้ในการบำบัด ให้ใจสงบ จากที่กล่าวมาข้างต้นนับว่าศิลปะบำบัด มีประโยชน์ในอีกทางหนึ่ง ในการสร้างสรรค์ผลงานนี้ก็จะสำเร็จลงได้ จึงจำเป็นต้องทำการศึกษา กรอบทฤษฎีที่ใช้ในการสร้างสรรค์ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาผลงานต่อไป

2 ทฤษฎีและกรอบแนวคิดในการสร้างสรรค์



ภาพที่ 1 ภาพแผนภูมิแสดงกรอบทฤษฎีของการสร้างสรรค์

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

3. อิทธิพลจากครอบครัว

จากวิถีชีวิตที่ผ่านมา ผู้สร้างสรรค์เกิดมาในครอบครัวที่บิดามารดาทำอาชีพรับราชการ และรับงานพิเศษเกี่ยวกับศิลปะ ทำให้ครอบครัวไม่ค่อยมีเวลาให้กับผู้สร้างสรรค์มากนัก ผู้สร้างสรรค์เติบโตมากับการเรียนรู้ชีวิตด้วยตนเอง แต่บิดามารดามีความคาดหวังในตัวผู้สร้างสรรค์ที่เป็นบุตรไว้อย่างสูง ผู้สร้างสรรค์จึงเกิดแรงกดดันจากครอบครัวมาตั้งแต่สมัยเด็ก เกรตเฉื่อยกลายเป็นเรื่องแรกที่ครอบครัวให้ความสำคัญสูงสุด ทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวเริ่มลดน้อยลง เจอหน้าพบปะกันน้อยลง การถูกบังคับให้เรียนพิเศษ อ่านหนังสือ และหาความรู้ตลอดเวลา ทำให้เกิดความเครียดในการสนทนา เกิดภาวะการถกเถียงกัน หเล่ย์ที่จะพบปะกัน ทำให้เกิดความห่างเหินขึ้นในครอบครัว

พ.ญ. วิมลรัตน์ วันเพ็ญ รองผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กล่าวว่า “การที่บิดามารดากดดันเด็ก สาเหตุอันดับต้นๆ ที่ทำให้เด็กไทยป่วยจิตเวช โดยในปัจจุบันมีผู้ป่วยที่เป็นโรคจิตเวชในเด็กและวัยรุ่นเป็นจำนวนมาก แต่ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่เข้าใจและไม่ได้รับการรักษา ทำให้มีผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาเพียง 10 % เท่านั้น” (ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล, สตรีรัตน์ รุจิระชาคร และไอยรดา มาริอัมมัน, 2556, น. 4)

นอกจากนี้ยังมีปัญหาการทะเลาะเบาะแว้งกันของบิดามารดา ทำให้ตัวผู้สร้างสรรค์เกิดความรู้สึกแยกตัว เพราะเชื่อว่าตนเองเป็นตัวปัญหา เกิดความรู้สึกโทษตนเอง ก่อเกิดเป็นโรคซึมเศร้าต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน

ข้อมูลงานวิจัยจากมหาวิทยาลัยซัสเซกส์ (University of Sussex) โดยศาสตราจารย์กอร์ดอน ฮาโรลด์ (Gordon Harold) ที่เผยแพร่ลงวารสารวิชาการ The Journal of Child Psychology and Psychiatry โดยได้ทำการบันทึกพฤติกรรมความสัมพันธ์ในบ้านของกลุ่มตัวอย่าง กล่าวว่า

“เด็กตั้งแต่ 2 ขวบขึ้นไป จนถึงช่วงวัยรุ่นนั้น มีความสามารถในการสังเกตพฤติกรรมของผู้ใหญ่ และสามารถจับความพฤติกรรมเชิงลบทางอารมณ์ของผู้ใหญ่ได้อย่างรวดเร็ว และจากการวิจัยยังพบอีกว่า เด็ก 6 เดือนก็ยังสามารถรับรู้อารมณ์เชิงลบของผู้ใหญ่ได้เช่นกัน โดยจะส่งผลต่อฮอร์โมนความเครียดที่เพิ่มขึ้น ก่อนเกิดเป็นโรคซึมเศร้าขึ้นในอนาคตได้” (Gordon Harold, The Journal of Child Psychology and Psychiatry, 2018, pp. 377.)

จากที่กล่าวมาข้างต้น ปัจจัยจากครอบครัว เป็นสาเหตุอันดับต้นๆ ที่ทำให้เด็กป่วยเป็นโรคทางจิตเวช ซึ่งตัวผู้สร้างสรรค์เองเป็นหนึ่งในนั้น

4. อิทธิพลจากสภาพแวดล้อมและสังคมเมือง

ผู้สร้างสรรค์เป็นบุคคลหนึ่งที่เติบโตมากับการใช้ชีวิตเพียงลำพัง เพื่อเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยที่ห่างไกลจากที่อยู่อาศัย ทำให้ผู้สร้างสรรค์ต้องออกมาใช้ชีวิตเพียงลำพัง และหารายได้พิเศษระหว่างเรียนเป็นค่าเช่าที่อยู่อาศัย การหาประสบการณ์ด้วยตนเองจึงเป็นสิ่งที่ผู้สร้างสรรค์คุ้นเคยเป็นอย่างดี ประกอบกับในสภาพสังคมปัจจุบันเริ่มมีความหลากหลายทางวัฒนธรรม กระแสสังคมเริ่มเปลี่ยนแปลงไป อินเทอร์เน็ตเริ่มเข้ามามีบทบาทกับมนุษย์มากยิ่งขึ้น สังคมเริ่มเข้าสู่ยุคโซเชียล ยุคที่ข้อมูลต่าง ๆ มีการส่งผ่านถึงกันอย่างรวดเร็ว สื่อเริ่มเข้าถึงผู้คนอย่างขาดการคัดกรองมากยิ่งขึ้น เกิดเป็นสภาพสังคมที่โหดร้ายแฝงไปด้วยอันตรายในทุกหนทุกแห่ง ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากความโหดร้ายของสังคมในปัจจุบัน ประกอบกับภาวะความเครียดจากการใช้ชีวิตประจำวัน ความอึดอัด กดดัน บีบคั้นภายในจิตใจ ก่อให้เกิดสภาวะอาการป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง หรือ PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) ซึ่งเกิดจากภาวะความเครียดเฉียบพลันหลังจากพบเจอกับเหตุการณ์ร้ายแรง โดยทางการแพทย์ได้วินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า จากที่กล่าวมาข้างต้น ปัญหาของสภาพแวดล้อมคือมูลเหตุอันก่อให้เกิดปัญหาที่ก่อกวนใจของผู้สร้างสรรค์ ให้เกิดความรู้สึกกดดัน หดหู่ ท้อถอย จนอยากหลีกเลี่ยงหนีไปจากโลกนี้ เพื่อพ้นจากปัญหาดังกล่าว จึงจำเป็นต้องทำการศึกษาข้อมูล ภาวะโรคซึมเศร้า เพราะเป็นแนวคิดหลักที่ผู้สร้างสรรค์นำมาใช้สร้างผลงาน ดังข้อมูลต่อไปนี้

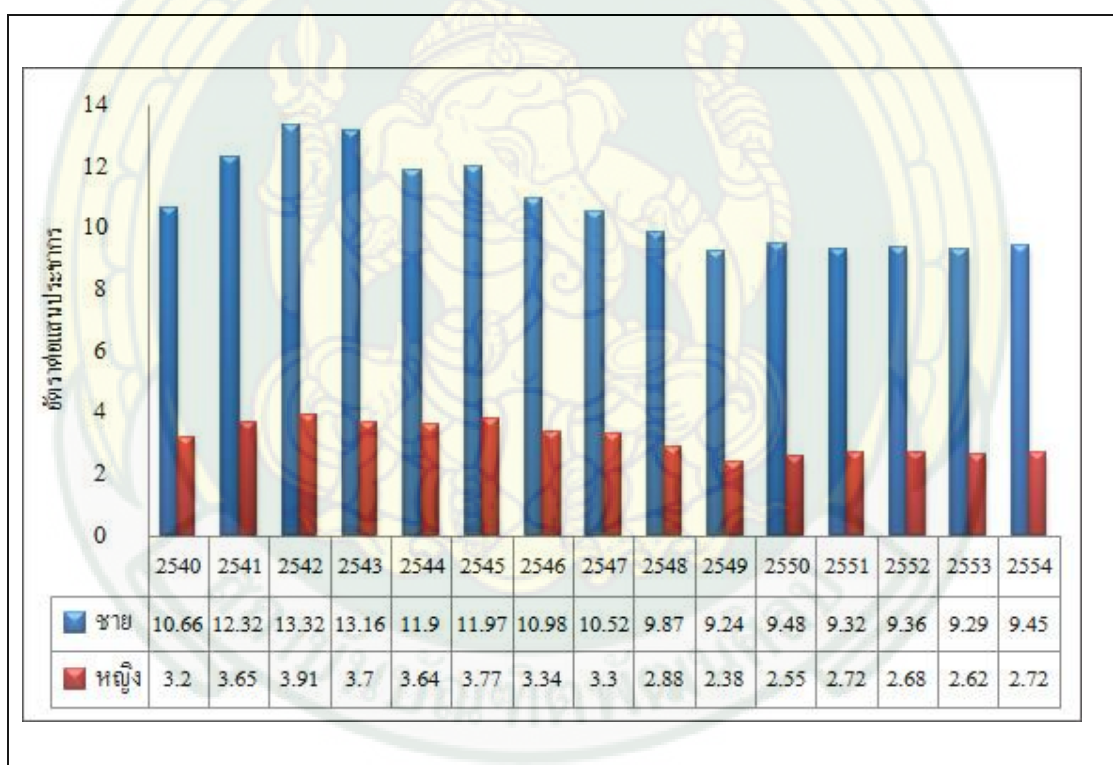
5. ข้อมูลทางวิชาการเรื่อง “โรคซึมเศร้า”

“โรคซึมเศร้า” เป็นเพียงอารมณ์ความรู้สึกหนึ่ง ที่เกิดขึ้นในเวลาที่เราร่างกายหรือจิตใจนั้นต้องเผชิญกับความเครียด หากแต่ความเป็นจริงแล้วนั้น ทุกอย่างเกิดขึ้นจากอาการของโรค เมื่อได้ยินคำว่า “โรค” นั้นหมายถึงอาการอย่างใดอย่างหนึ่งที่จะทุเลาได้ด้วยการเข้ารับการวินิจฉัยและรักษาโดยแพทย์ ดังนั้น “โรคซึมเศร้า” จึงไม่ใช่แค่อาการหนึ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราวจากสิ่งที่กระทบกระเทือนจิตใจ แต่เป็นสิ่งที่มีความรุนแรงต่อความรู้สึกจนส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวัน และที่สำคัญไปกว่านั้น ในสังคมปัจจุบันสภาวะดังกล่าวยังคงเป็นอันดับต้น ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อผู้คนทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ จนอาจส่งผลถึงขั้นฆ่าตัวตายในที่สุด

ศาสตราจารย์เกียรติคุณนายแพทย์ สมภพ เรืองตระกูล ได้กล่าวไว้ในหนังสือ ความเครียดและอาการทางจิตเวช ซึ่งอธิบายเรื่องการฆ่าตัวตายตามทฤษฎีของฟรอยด์ ไว้ว่า “ผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตายเกิดจากการสูญเสียสิ่งที่ตนเองรัก หรือได้รับการกระทบกระเทือนจนเกิดเป็นความรู้สึกผิดจนกลายเป็นความสิ้นหวังและเกิดความคิดฆ่าตัวตายในที่สุด” (สมภพ เรืองตระกูล, 2547, น. 138)

ข้อมูลจากองค์การอนามัยโลก ได้คาดการณ์ไว้ว่า

“ในแต่ละปีจะมีผู้เสียชีวิตจากการฆ่าตัวตายปีละ 1 ล้านคน หรือเฉลี่ย 3,000 คนต่อวัน โดยสำหรับประเทศไทยนั้น เป็นประเทศที่มีสถิติการฆ่าตัวตายสำเร็จ 4,000 คนต่อปี และฆ่าตัวตายแต่ไม่สำเร็จอีก 50,000 คนต่อปี โดยหลังจากที่มีการรณรงค์การรักษาโรคซึมเศร้าเพิ่มมากขึ้น อัตราเฉลี่ยการฆ่าตัวตายสำเร็จเริ่มลดลงมาเรื่อย ๆ ตามลำดับ โดยคิดเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในวัยทำงาน โดยเรียงลำดับจังหวัดที่พบการฆ่าตัวตายสำเร็จ สูงสุด 10 จังหวัด ดังนี้ 1. ลำพูน 15.58 คนต่อแสนประชากร 2. ระยอง 13.45 คนต่อแสนประชากร 3. เชียงใหม่ 12.90 คนต่อแสนประชากร 4. น่าน 12.17 คนต่อแสนประชากร 5. เชียงราย 11.43 คนต่อแสนประชากร 6. พะเยา 11.10 คนต่อแสนประชากร 7. เพชรบูรณ์ 11.07 คนต่อแสนประชากร 8. นครสวรรค์ 10.63 คนต่อแสนประชากร 9.แพร่ 10.44 คนต่อแสนประชากร และ 10. อุตรดิตถ์ 10.39 คนต่อแสนประชากร” (สำนักงานพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารสุขภาพ, ม.ป.ป.)



ภาพที่ 2 ภาพแสดงจำนวนการฆ่าตัวตายต่อแสนประชากร ปี 2540-2544 จำแนกตามเพศ

ที่มา: สำนักงานพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารสุขภาพ, (ม.ป.ป.), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 16 กันยายน 2562, จาก https://www.hiso.or.th/hiso/tonkit/tonkits_53

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า สถิติการฆ่าตัวตายของคนไทย มีแนวโน้มสูงขึ้นทุกปีจากจำนวนประชากรทั้งหมด ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองเป็นหนึ่งในผู้ที่รอดพ้นจากประสบการณ์ดังกล่าว ทำให้ผู้สร้างสรรค์เล็งเห็นถึงปัญหาที่อาจมองเป็นจุดเล็กของสังคม แต่แท้จริงแล้วเป็นปัญหาหลักที่อาจเกิดขึ้นได้กับสังคมในยุคสมัยปัจจุบัน

5.1 สาเหตุและปัจจัยของโรคซึมเศร้า (Etiologies of depressive disorder)

โรคซึมเศร้ามีปัจจัยประกอบ ทั้งปัจจัยทางชีวภาพ เช่น พันธุกรรมสารเคมีในสมองที่ผิดปกติ ฮอร์โมน เป็นต้น รวมถึงปัจจัยสาเหตุทางด้านสังคม เช่น ความเครียดในการดำเนินชีวิต ความขัดแย้งในจิตใจ ปัญหาสัมพันธภาพกับครอบครัวในสังคม รวมทั้งปัญหาสภาพการเงินและเศรษฐกิจ เป็นต้น

จากสถิติการศึกษาเกี่ยวกับเหตุการณ์ในชีวิตของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าในโรงพยาบาล 5 แห่งในประเทศไทย ในช่วงปี 2549 พบว่า “ผู้มีเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต มีแนวโน้มที่จะป่วยเป็นโรคซึมเศร้ามากกว่าผู้ที่ไม่เคยมีเหตุการณ์ดังกล่าว ทั้งเหตุการณ์ที่เกิดกับคนใกล้ชิด และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง” (ธรินันท์ กองสุข, พิเชฐ อุดมรัตน์, สุวรรณ อรุณพงศ์ และคณะ, 2551, น. 61-68.)

5.1.1 ปัจจัยภายในจิตใจ (Intrapsysic factors) จากทฤษฎี “จิตวิเคราะห์”

(Psychoanalytic Thory)

สาเหตุและปัจจัยภายในจิตใจของโรคซึมเศร้านั้น มีพื้นฐานมาจากทฤษฎี “จิตวิเคราะห์” (Psychoanalytic Thory) โดยมีนักจิตวิทยาที่กล่าวถึง ปัจจัยภายในจิตใจของโรคซึมเศร้าไว้ดังนี้

Sigmund Freud ได้อธิบายถึงโรคซึมเศร้าไว้ใน “Mourning and Melancholia” ไว้ว่า ผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้านั้น จะมีการสูญเสียความเชื่อมั่นในตนเองอย่างมาก มีการโทษตนเองในเรื่องราวต่าง ๆ อย่างรุนแรง มีความรู้สึกผิดอยู่ตลอดเวลา (พิรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย และอรพรรณ ลือบุญธวัชชัย, 2553, น. 31.)

Edward Bibring ได้กล่าวไว้ว่า แต่ละบุคคลจะมีความคาดหวังที่ตั้งไว้กับตนเอง เช่นคาดหวังในความสามารถของตน ตลอดจนการคาดหวังว่าจะต้องเป็นที่รักของคนอื่น การคาดหวังเหล่านั้น เมื่อไปไม่ถึงเป้าหมายที่กำหนดไว้ ผู้ป่วยจะเกิดความรู้สึกว่าตนไร้ค่า ไร้ความสามารถ จนสูญเสียความภูมิใจที่เคยมีให้กับตนเอง เกิดเป็นอาการของโรคซึมเศร้าได้ (พิรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย และอรพรรณ ลือบุญธวัชชัย, 2553, น.34)

Silvano Arieti ได้ศึกษาปัจจัยภายในจิตใจของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าที่มีอาการรุนแรง และพบว่า ผู้ที่มีอาการเหล่านี้ มักใช้ชีวิตอยู่เพื่อคนอื่นมากกว่าเพื่อตนเอง อยู่เพื่อความภูมิใจของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง และเมื่อบุคคลนั้น ๆ ไม่ตอบสนองความต้องการของตน ก็จะเกิดภาวะซึมเศร้าขึ้นมาได้ หรืออาจหาทางออกไม่ได้จนถึงขั้นฆ่าตัวตาย (พิรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย และอรพรรณ ลือบุญธวัชชัย, 2553, น. 35)

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ชัดว่า ปัจจัยภายในจิตใจที่เกิดขึ้นของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ล้วนเกิดจากความสูญเสียความมั่นใจในตนเองเป็นหลัก ก่อเกิดเป็นความรู้สึกผิดต่อตนเองที่อยู่ภายในจิตใจตลอดเวลา ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองก็ตกอยู่ในภavnนั้นเช่นเดียวกัน จึงมีความจำเป็นต้องทำความเข้าใจในปัจจัยทางด้านความคิด จากทฤษฎีบำบัดทางความคิด เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความคิด อารมณ์ และร่างกายว่ามีผลอย่างไรต่อผู้สร้างสรรค์

5.1.2 ปัจจัยทางด้านความคิด (Cognitive factors) จากทฤษฎีการบำบัดทางความคิด (Cognitive Behavioral Therapy : CBT)

ทฤษฎีการบำบัดทางความคิด พัฒนาโดย Aaron T. Beck ได้กล่าวไว้ว่า ความคิด (Cognition) อารมณ์ (Emotion) และร่างกาย (Physiology) นั้นมีความสัมพันธ์กันหมด กล่าวคือ เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นกับสิ่งหนึ่ง ก็จะส่งผลต่อทั้งหมด เช่น ผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้า เมื่อเกิดอารมณ์ซึมเศร้า จะมีความรู้สึกไร้ค่า ส่งผลไปถึงพฤติกรรมทางอารมณ์ที่อาจจะดูเศร้า ส่งผลกระทบกับร่างกายที่อาจทำให้กินไม่ลง หรือหลับได้ยาก เป็นต้น (ฉัตร พิทยรัตน์เสถียรและคณะ, (ม.ป.ป.), น. 5)

ผู้สร้างสรรค์ซึ่งป่วยเป็นโรคซึมเศร้า จะมีกระบวนการคิดที่ผิดเพี้ยนจากความเป็นจริงตามพื้นฐานการมองตนเองของตัวผู้ป่วย ความคิดนี้จะผิดขึ้นอัตโนมัติเมื่อเกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ ขึ้นมา เช่น หากตัวผู้สร้างสรรค์เองถูกตำหนิตไ้เตียน ก็อาจจะเกิดความคิดว่า ตนเองบกพร่องไร้ความสามารถตามมดด้วยอารมณ์ซึมเศร้า โดยทฤษฎีการบำบัดทางความคิด (Cognitive Behavioral Therapy : CBT) มีความเชื่อว่า ความคิดที่ผิดเพี้ยนไปจากความเป็นจริงนั้น ส่งผลกระทบทางด้านอารมณ์ตามมด ดังนั้นถ้าหากปรับกระบวนการที่เป็นต้นทางของความคิดได้ อาการของโรคก็จะดีขึ้น

5.1.3 ปัจจัยทางด้านพฤติกรรม (Behavioral factors)

ปัจจัยด้านพฤติกรรม คือ พฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อบุคคลนั้น ๆ โดยมีนักทฤษฎีที่กล่าวเกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อโรคซึมเศร้าดังนี้

Peter Lewinsohn ได้อธิบายไว้ว่า อาการของโรคซึมเศร้า เกิดจากการขาดแรงเสริมพล้งด้านบวก จนเกิดความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง หรือทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดลง โดยปัจจัยดังกล่าว ได้แก่ ความบกพร่องของทักษะการเข้าสังคม ทำให้ไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น (พิรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย และอรพรรณ ลือบุญธวัชชัย, 2553, น. 41)

5.1.4 ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal factors) จาก

ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

Harry Stack Sullivan ได้อธิบายไว้ว่า เหตุการณ์ในชีวิตปัจจุบัน สภาพสังคม รวมถึง ปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งนับว่ามีส่วนสำคัญที่ก่อให้เกิดปัญหาโรคซึมเศร้าตามมา (พีรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย และอรพรรณ ลือบุญธวัชชัย, 2553, น. 42)

จะเห็นได้ชัดว่า ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลจะมุ่งความสำคัญไปที่ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคล ซึ่งต่างจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ที่จะมุ่งเน้นปัญหาทางจิตใจเป็นหลัก

จากเนื้อหาบทความข้างต้น สรุปได้ว่า ภาวะซึมเศร้า หมายถึง ภาวะจิตใจที่แสดงออกถึงความผิดปกติทางอารมณ์ เช่น อารมณ์เศร้า เบื่อหน่าย วิตกกังวล ท้อแท้ สิ้นหวัง มองโลก ในแง่ลบ ซึ่งอาจจะส่งผลเสียต่อคุณภาพชีวิต และอาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายในที่สุด โดยปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับอาการของโรคซึมเศร้า แบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยภายในจิตใจ ปัจจัยทางด้านความคิด ปัจจัยทางด้านพฤติกรรม และปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การเข้าใจในสาเหตุ และปัจจัยของโรคซึมเศร้า จะช่วยให้ผู้รักษารวมถึงผู้ใกล้ชิดเข้าถึงตัวผู้ป่วยได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้ป่วยหายจากอาการโรคซึมเศร้า และลดความเสี่ยงของการป่วยเรื้อรังหรือป่วยซ้ำ เกิดการปรับตัวและมีหน้าที่ทางสังคมที่ดีขึ้น ทั้งนี้ มีทฤษฎีที่เกี่ยวกับภาวะโรคซึมเศร้า ดังนี้

6 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory)

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory) พัฒนาขึ้นโดย ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ใช้อธิบายพฤติกรรมของมนุษย์ ต่อการกระทำนั้น ๆ ฟรอยด์นับว่าเป็นผู้ริเริ่มทฤษฎีนี้ โดยพื้นฐานมาจากการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมมนุษย์ และคิดถึงเหตุผลแห่งการกระทำนั้น ๆ โดยฟรอยด์นั้นไม่เชื่อว่า “พระเจ้า” นั้นเป็นผู้กำหนดการกระทำของมนุษย์ตามความเชื่อที่มีมา หากแต่เขาเชื่อว่ามนุษย์ได้กระทำทุกสิ่งออกมาจากจิตใต้สำนึก หรือที่เรียกว่าจิตไร้สำนึกนั่นเอง (เฉลิมเกียรติ ผิวฉนวน, 2560, น. 1)

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ นับเป็นทฤษฎีหลักที่อธิบายลักษณะอาการและการเกิดขึ้นของโรคซึมเศร้าอย่างดีที่สุด ซึ่งผู้สร้างสรรค์ได้ศึกษาหลักการของทฤษฎี ประกอบกับสำรวจลักษณะอาการที่เกิดขึ้นจากตนเอง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบในการศึกษาและสร้างสรรค์ผลงานทฤษฎีดังกล่าวข้างต้น ยังได้มีประโยชน์กับการบำบัดรักษาทางจิตเวชที่ผู้สร้างสรรค์เลือกนำการใช้ศิลปะบำบัด เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการแสดงออก ดังนี้

7. ทฤษฎีศิลปะบำบัด (Art Therapy)

7.1 ความเป็นมาของศิลปะบำบัด (History of Art Therapy)

ศิลปกรรมบำบัด เริ่มขึ้นเมื่อประมาณต้นศตวรรษที่ 20 เมื่อมีจิตแพทย์กลุ่มหนึ่งสนใจงานศิลปะของผู้ป่วยทางจิต และมีข้อสงสัยว่าการแสดงออกในผลงานศิลปะน่าจะมีความสัมพันธ์กับโรคของผู้ป่วย จึงได้ทำการศึกษาและพบว่า การแสดงออกทางศิลปะของผู้ป่วยนั้น เป็นลักษณะของการแสดงอารมณ์ และสัญลักษณ์ที่สื่อออกมาจากจิตไร้สำนึก ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา ศิลปกรรมบำบัดจึงเป็นวิธีสำคัญอีกวิธีหนึ่ง ที่นำมาใช้ในกระบวนการสื่อสาร วินิจฉัย และรักษาผู้ป่วยที่มีอาการทางจิต (เลิศศิริร์ บวรกิตติ, เทพศักดิ์ ทองนพคุณ, วรณะ อุณาภูล, James Alan Longo, Baxter Garcia และ Holly Tupper, 2548, น. 58)

ศิลปะบำบัด เป็นรูปแบบหนึ่งของการแพทย์ทางเลือก (complementary and alternative medicine) ที่ประยุกต์ใช้กิจกรรมทางศิลปะเพื่อทำการศึกษาความผิดปกติของกระบวนการทางจิต โดยใช้หลักทางจิตวิทยา เพื่อเข้าสู่จิตใจในระดับจิตไร้สำนึก และเลือกใช้กิจกรรมทางศิลปะที่เหมาะสมช่วยในการบำบัดรักษา นำมาเสริมในการดูแลรักษาแนวทางหลักให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ศิลปะบำบัดนับเป็นรูปแบบหนึ่งของการทำจิตบำบัด (psychotherapy) ที่ใช้ศิลปะเป็นเครื่องมือเพื่อช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ ซึ่งหลักการของศิลปะบำบัด คือใช้ศิลปะเป็นสื่อในการแสดงออกถึงอารมณ์ ความรู้สึก ความขัดแย้ง และความต้องการ ที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในส่วนลึกของจิตใจ โดยการแสดงออกทางผลงานศิลปะ ไม่ว่าจะเป็นลายเส้น สี รูปทรง สัญลักษณ์ อารมณ์ ความหมาย ที่สื่อออกมาทั้งหมดสามารถนำมาวิเคราะห์ให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดว่าเป็นอย่างไร หรือสภาพจิตมีปัญหาอย่างไร (ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา, 2550, น. 38)

2.7.2 กระบวนการและขั้นตอนทางศิลปะบำบัด (Process and Step of Art Therapy)

ศิลปะบำบัดเป็นกระบวนการ (Process) ที่ไม่ได้ต้องการภาพวาดที่เสร็จสมบูรณ์และไม่ได้เป็นเพียงการดูหรือชื่นชมสุนทรียะของภาพวาดเพียงเท่านั้น แต่สิ่งที่สำคัญของการบำบัด คือ ความงามของการทำงานศิลปะ ความงามที่ไม่ได้เกิดขึ้นที่ตัวชิ้นงาน แต่หมายถึงความงามในกระบวนการการบำบัดทั้งหมด

รูปแบบการใช้ศิลปะบำบัดที่บุคคลสร้างสรรค์ผลงานศิลปะบำบัดด้วยตนเอง เป็นกระบวนการส่วนบุคคล ในการทำศิลปะและให้ความหมายต่อสิ่งที่เกิดขึ้นในมุมมองของผู้ทำงานชิ้นนั้น ไม่ได้อาศัยประสบการณ์หรือคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะ ตามแนวคิดว่าการบวนการในการสร้างสรรค์ศิลปะถือเป็นการบำบัดในตัวของมันเอง โดยเรียกว่า ศิลปะเพื่อการบำบัด (Art as Therapy) การสร้างศิลปะถูกมองว่าเป็นโอกาสที่จะแสดงออกถึงจินตนาการของตน ความจริงแท้ และเพิ่มความยืดหยุ่นของจิตใจ แสดงประสบการณ์ที่ได้สัมผัสผ่านกาลเวลาในชีวิตของบุคคล อันจะนำไปสู่การ

เต็มเต็ม ความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ดังกรอบความคิดว่า กระบวนการสร้างสรรค์นั้นทำให้เกิดการเยียวยาในตนเองอยู่แล้ว (พิมพ์นิต คอนดี, 2558 อ้างถึงใน ภูพิงค์ เมตตานัยธรรม, 2559, น. 13)

7.3 ศิลปินที่ใช้แนวทางศิลปะเพื่อบำบัดความเศร้า

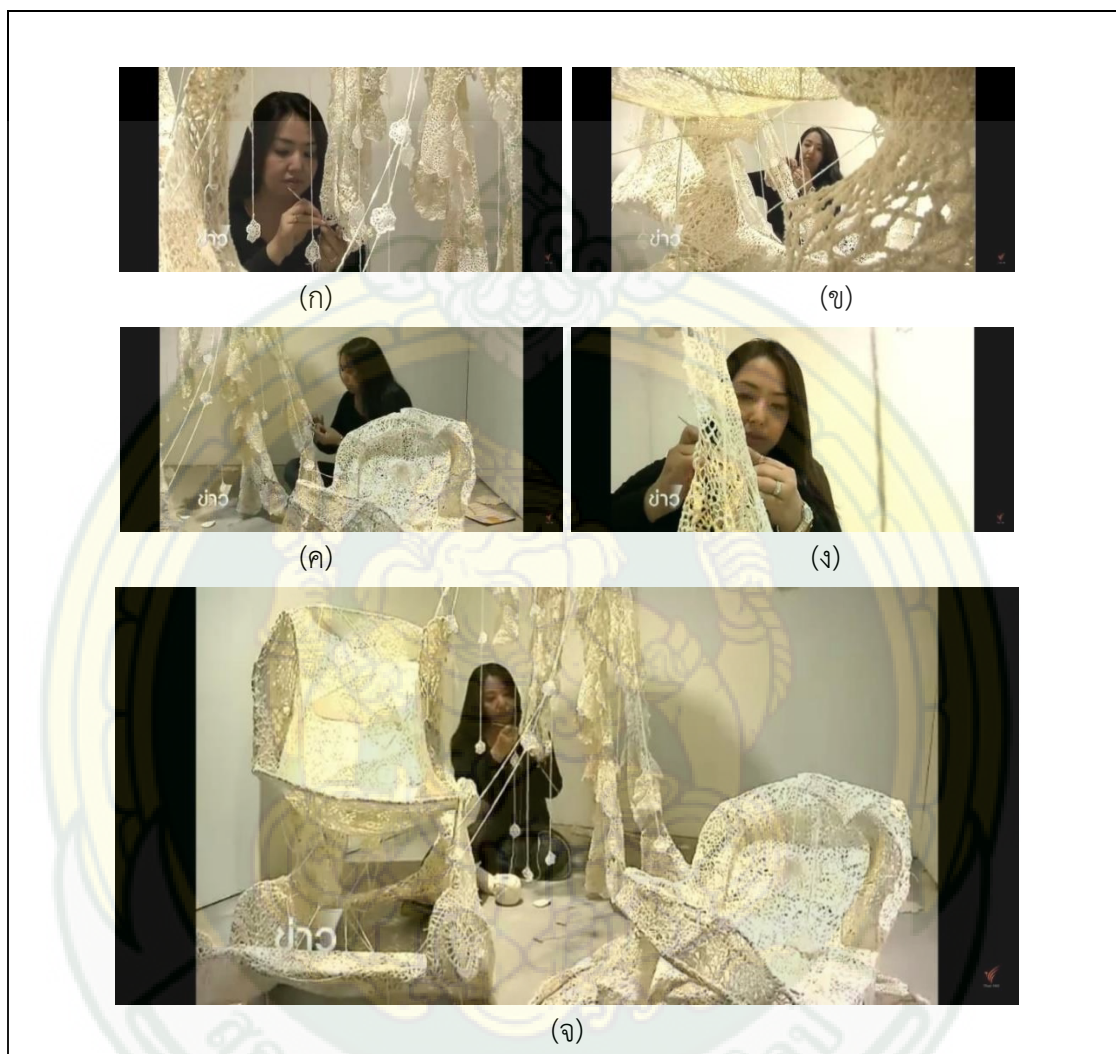
7.3.1 เมตตา สุวรรณศรี

ศิลปินสร้างสรรค์ผลงานโดยการนำแนวคิดที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากการสร้างสรรค์ผลงานวาดเส้นของลูกออทิสติก อันเกิดจากการใช้ศิลปะกับลูกออทิสติกด้วยการวาดภาพ การปั้นดินน้ำมันที่ส่งผลให้ลูกมีพัฒนาการที่ดีขึ้นในหลายด้าน ดังต่อไปนี้

- 1) ช่วยให้สมาธิดีขึ้น สามารถจดจ่อกับกิจกรรมที่อยู่ตรงหน้าได้นานมากขึ้น
- 2) กระตุ้นและส่งเสริมให้เกิดการสื่อสารผ่านภาษาภาพ อันนำไปสู่การสื่อสารด้วยภาษาพูด
- 3) กระตุ้นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ร่วมกิจกรรมด้วยกัน อันส่งผลดีต่อการปรับตัวในหลายด้าน

จากที่กล่าวมานั้นจะเห็นได้ว่า ศิลปะบำบัด มีประโยชน์ในหลายด้าน ซึ่งในระหว่างทำการบำบัดนั้น ทำให้ศิลปินเริ่มทำการศึกษาถึงแนวทางการใช้ศิลปะบำบัดกับตนเองและลูกไปพร้อมกัน โดยการค้นหาเทคนิคที่เมตตาชื่นชอบและทำให้รู้สึกผ่อนคลาย จึงพบว่าเทคนิคการถักโครเชต์เป็นการบำบัดในอีกแนวทางหนึ่ง เพราะโครเชต์ต้องใช้สมาธิในการถัก การนับห่วง การสร้างลวดลาย อันเป็นการทำงานของจิตรู้สึกนึก ให้จดจ่อกับกิจกรรมที่อยู่ตรงหน้า หากไม่มีสมาธิแล้วลวดลายก็จะผิดพลาด ผลงานจะออกมาไม่สวยงาม ในระหว่างการถักนั้นสมาธิจึงถือว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เมตตาหลุดพ้นออกจากห้วงของปัญหาในช่วงระยะเวลาหนึ่ง และเมื่อถักในระยะเวลาที่นานขึ้น สมาธิเริ่มดีขึ้น การหลุดพ้นจากปัญหายาวนานขึ้น และในระหว่างถักนั้น อาจทำให้เมตตาเกิดความคิดที่เปิดโล่งและมองถึงปัญหาด้วยความเข้าใจมากขึ้น จากทุกข์มากก็เบาบางลง อีกส่วนหนึ่งที่มีส่วนช่วยคือเวลาเวลาเดินไปข้างหน้า และได้นำพาความทรงจำบางอย่างให้จืดจางลง โดยการสร้างกิจกรรมให้กับตนเอง คือการใช้ศิลปะบำบัดด้วยการถัก ในระยะเวลาที่นานเพียงพอ จะทำให้พบว่าเมตตาสามารถหลุดพ้นจากปัญหาได้ในระดับที่ดี เพราะเมื่อพบปัญหาที่ทำให้ไม่สบายใจ กระทืบใจเมื่อใด ก็จะหยิบโครเชต์ขึ้นมาถัก เสมือนเป็นการเพ่งสมาธิ เช่นเดียวกันกับผู้สร้างสรรค์ เมื่อเกิดความทุกข์เมื่อใดผู้สร้างสรรค์มักจะเลือกที่จะวาดภาพในมุมมองที่เป็นการใช้ลายเส้นตามแนวทางศิลปะแบบแมนดาลาที่เน้นเรื่องการทำสมาธิเข้ามาในการบำบัด อันทำให้ผู้สร้างสรรค์หลุดพ้นจากปัญหา

ภาพการสร้างสรรค์ผลงานของศิลปินศึกษาในระหว่างปฏิบัติงานศิลปะบำบัดการถักโครเชต์ในงานแสดงศิลปะจัดวาง ณ หอศิลป์ ราชดำเนิน การสัมภาษณ์ออกรายการแลโลกศิลปะทางสถานีโทรทัศน์ Thai PBS News วันที่ 13 กันยายน 2557



ภาพที่ 3 ภาพ เมตตา สุวรรณศรี ระหว่างการสร้างสรรค์ผลงาน

(ก) ภาพระหว่างการสร้างสรรค์ผลงาน

(ข) ภาพระหว่างการสร้างสรรค์ผลงาน

(ค) ภาพระหว่างการสร้างสรรค์ผลงาน

(ง) ภาพระหว่างการสร้างสรรค์ผลงาน

(จ) ภาพระหว่างการสร้างสรรค์ผลงาน

ที่มา: Thai PBS News, (2557), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 20 พฤศจิกายน 2562,

จาก <https://youtu.be/9SfQtbkPFkY>.

7.3.2 วัชรพร อยู่ดี

ศิลปินศึกษาทำการสร้างสรรค์ ผลงานศิลปกรรมชุดความเศร้าอันงดงาม มีที่มาจากวิกฤตในชีวิตของศิลปินที่ต้อง สูญเสียลูกสาววัยแรกเกิดซึ่งเป็นความสูญเสียที่ยิ่งใหญ่ ทำให้จมดิ่งอยู่กับความเศร้าโศกเสียใจที่เกิดขึ้น วัชรพรใช้ความเศร้าเป็นพลังในการสร้างสรรค์ศิลปะเพื่อนำทางกลับไปถึงความรู้สึกภายในของตน และพาออกจากความมืดดำนั้น ศิลปะทำให้เข้าใจและซาบซึ้งในธรรมที่ว่า “ความสุข ยิ่งกว่าความสงบ นั้นไม่มี”

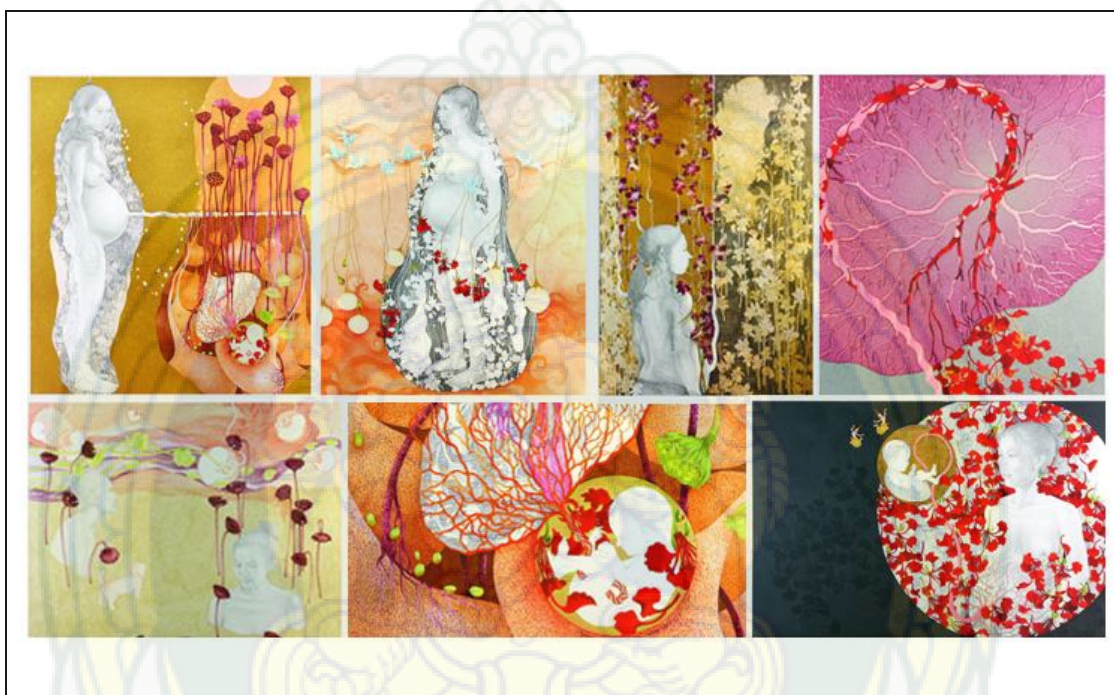
ปฏิกิริยาความเศร้าโศกเสียใจการสูญเสียลูกสาววัยแรกเกิดนั้นถือเป็นวิกฤตครั้งใหญ่ที่วัชรพรต้องเผชิญกับรู้สึกจมดิ่งอยู่กับความเศร้าหม่น ร้องไห้อย่างหนักอยู่เกือบ 2 เดือนตลอด ช่วงเวลาพักฟื้นร่างกายหลังได้รับการรักษา ส่งผลทำให้สภาพร่างกายเหนื่อยล้า อ่อนแอ และ ก่อให้เกิดความเจ็บปวดทางจิตใจอย่างสาหัส จนคิดอยากมองหาทางออกให้กับตัวเอง โดยเริ่มสำรวจ ตัวเองและตระหนักถึงศิลปะ และมีความคิดแรกที่หวังว่าจะทำงานศิลปะสักชิ้นเพื่งว่าทำเพื่อปลอบใจ ตัวเองเท่านั้น

การใช้เทคนิคการวาดเส้นดินสอดำที่โดดเด่นเป็นความมุ่งหมายของศิลปินที่ต้องใช้เทคนิคที่การแสดงออกถึงอารมณ์ความรู้สึกภายในที่มาจากตัวตนของผู้เป็นแม่ รวมกับจากความคิดที่ว่า การวาดเส้นเป็นการเริ่มต้นเพื่อไปสู่การระบายสีและจบงาน การวาดเส้นในงานชุดความเศร้าอันงดงาม แฝงนัยยะของการก่อรูปเพื่อไปหาความสำเร็จที่ยังไม่เสร็จสมบูรณ์ การเริ่มต้นที่ไม่ไปถึงเส้นชัย ศิลปินจึงใช้เทคนิควาดเส้นเฉพาะในกรอบของรูปทรงของสตรีตั้งครุฑ เพื่อแทนความรู้สึกของผู้หญิงที่กำลังจะเป็นแม่แต่ไม่สมหวัง องค์ประกอบส่วนอื่น ๆ งานชุดนี้ประกอบด้วยสัญลักษณ์ที่มาของรูปทรงธรรมชาติ ได้แก่ ดอกไม้หลากหลายแบบ ผัก ราก และเมล็ดของพืชพันธุ์ต่าง ๆ รูปทรงของอวัยวะ ได้แก่ สายรก รูปทรง ตัวนางในแบบจิตรกรรมไทย และรูปทรงของสัตว์ ได้แก่ แมว นอกจากนี้ยังมีรูปทรงของนกกระดาศ รูปทรงเรขาคณิต ด้วยที่เทคนิคการวาดเส้นและระบายสี รวมถึงการใช้เทคนิคการระบายสีที่มีทั้งการระบายเรียบ ๆ ค่อย ๆ แต้มซ้ำทับเพื่อสร้างพื้นผิว และทำให้เกิดค่าน้ำหนักแตกต่างกันจนเกิดเป็นมิติ ของค่าน้ำหนัก หรือสร้างความโปร่งด้วยเนื้อสีที่บางเบา จนเกิดเป็นบรรยากาศเคลื่อนไหว คล้ายภาพเคลื่อนไหวของเสียงที่มองเห็นได้ผ่านเครื่องอัลตราซาวด์ จะเห็นได้ว่าศิลปินตั้งใจจะจัดองค์ประกอบภาพที่แบ่งแยกจากกันเป็น 2 ส่วน โดยการใช้รูปทรงของสายรกเป็นเส้นตัดกึ่งกลางของ ภาพทั้งแนวระดับและแนวตั้ง หรือแม้แต่การใช้การทับซ้อนของรูปทรงขนาดใหญ่แบ่งพื้นที่ว่างอีกด้วย (ภูพิงค์ เมตตานัยธรรม, 2559, น. 92-113)

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าศิลปินใช้การสร้างสรรคงานศิลปะด้วยการวาดเส้น และการเขียนสีช่วยบรรเทาภาวะซึมเศร้าที่เกิดจากการสูญเสียลูกน้อย เช่นเดียวกับผู้สร้างสรรค์ที่มีการสร้างสรรค์ผลงานโดยการวาดลวดลายเพื่อให้เกิดความสงบขึ้นในจิตใจ ตามแนวคิดของ

ศิลปะแมนดาลา และเป็นช่องทางในการช่วยเยียวยาจิตใจของผู้สร้างสรรค์ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ภายในจิตใจของผู้สร้างสรรค์ได้อีกทางหนึ่ง

ภาพจากนิทรรศการชุด “ความเศร้าอันงดงาม” ของศิลปินศึกษาที่สร้างสรรค์ผลงานเพื่อการบำบัด วิชาพร อยู่ดี จากการแสดงศิลปกรรม ณ หอศิลปะและการออกแบบคณะมัณฑนศิลป์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วังท่าพระ เมื่อวันที่ 4 - 14 กรกฎาคม 2554



ภาพที่ 4 ภาพจากนิทรรศการชุด “ความเศร้าอันงดงาม” Beautiful Sadness, 2554

ที่มา: คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์, (2554), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 30 ตุลาคม 2562, จาก <https://finearts.dpu.ac.th/showcase->.

การสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้ ได้ทำการศึกษาศิลปินที่ใช้แนวทางศิลปะบำบัดเพื่อหลุดพ้นจากภาวะความเศร้าอันเกิดจากปัญหาในชีวิตซึ่งส่งผลกระทบต่อโดยตรงกับอารมณ์ความรู้สึกทางหนึ่ง ที่ช่วยในการบำบัดเยียวยา นับเป็นการแพทย์ทางเลือก ที่นอกเหนือจากการรักษาทางการแพทย์แล้ว คือการที่ศิลปินเลือกใช้เทคนิคทางศิลปะที่ศิลปินแต่ละท่านมีความชำนาญมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะในแนวคิดส่วนตัว จากที่กล่าวมานั้นการจะทำความเข้าใจในผลงานสร้างสรรค์ในแนวทางศิลปะบำบัดจึงมีความจำเป็นต้องทำการศึกษาทฤษฎีการรับรู้สี่ทางจิตวิทยาที่ใช้ในการบำบัด เพื่อทำความเข้าใจและนำมาใช้ในการบำบัดรักษาตัวผู้สร้างสรรค์เอง ดังข้อมูลต่อไปนี้

7.4 ทฤษฎีการรับรู้สีทางจิตวิทยาที่ใช้ในการบำบัด

ในบรรดาทัศนธาตุในองค์ประกอบศิลป์นั้น สีนับเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความรู้สึกได้เร็วที่สุด และยังสามารถเห็นได้จากระยะไกลมากกว่าองค์ประกอบอื่น สีจึงเป็นทัศนธาตุที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการรับรู้ ทำให้เกิดความรู้สึกที่ต่างกัน เช่นความรู้สึกตึงเครียด หรือความรู้สึกผ่อนคลาย รวมถึงการบำบัดอีกด้วย โดยมีแนวทางสีที่ผ่อนคลายและใช้ในการบำบัดได้ คือโทนสีพาสเทล สีพาสเทลมักจะเป็นเฉดสี ที่มีการผสมสีขาวเข้าไปบางสี การเพิ่มสีขาวเป็นจิตวิทยาอย่างหนึ่ง เพราะสีขาวเป็นสีของแสงและช่วยลดทอนความสดจัดของสี โดยที่ไม่ฆ่าสีแท้ แต่เป็นการทำให้สีแผ่ลงปริมาณความสดจัดลง จนเหลือแค่เพียงบรรยากาศ ความรู้สึกที่ดูอบอุ่น อ่อนโยน เบาสบาย ผ่อนคลาย ดังจะเห็นได้จาก การใช้สีในการบำบัดจิตให้กับผู้ป่วยในกลุ่มอาการ ไฮเปอร์แอคทีฟ (Hyperactive) ซึ่งเป็นกลุ่มอาการของสมาธิสั้น การบำบัดด้วยสีเฉดอ่อนแบบนี้ เป็นการลดสภาวะแวดล้อมที่เข้าไปกระตุ้นให้เกิดความกระวนกระวายลงได้ พร้อมทั้งยังมีส่วนช่วยให้ผ่อนคลาย ลดภาวะซึมเศร้า ทำให้จิตใจสบาย ดังจะเห็นได้จาก วัด ห้องนอน ห้องเด็กอ่อน และห้องบำบัดจิตของผู้ป่วย จะใช้สีโทนอ่อนนี้ทั้งหมด อาจกล่าวได้ว่า สีเฉดอ่อนเป็นตัวแทนของความสะอาดบริสุทธิ์ ดอกไม้แรกแย้ม ประจักษ์ความเป็นผู้หญิงที่ละเอียดอ่อนและสะอาด เฉดสีเหล่านี้ถือว่ามีสีที่มีความผ่อนคลาย มีสติ และแสดงถึงความเป็นกลาง โดยสีขาวที่ผสมนั้นแสดงถึงความชัดเจนความไร้เดียงสา ความสะอาด จิตวิญญาณแห่งความบริสุทธิ์ความหวัง ความกว้างขวาง และการเปิดกว้าง (บุญฉัตร พิชญไพฑูรย์, 2561, น. 83) ซึ่งนับได้ว่าสีมีอิทธิพลทางความรู้สึก ส่งผลโดยตรงต่อสมอง ซึ่งมีผลต่อการควบคุมการกระทำภาวะอารมณ์

จากการศึกษาผู้สร้างสรรค์ จึงได้ทำการออกแบบและคัดเลือกสีที่ใช้ให้ตรงตามแนวคิด เพื่อใช้ในการบำบัดจิตตนเอง ความหมายของสีที่ส่งผลต่อการบำบัด และมีผลต่อจิตใจที่ผู้สร้างสรรค์เลือกใช้ มีดังนี้

7.4.1 สีขาว สีของแสงที่ผสมทุกสีของแสงเข้าไว้ด้วยกัน จนไม่มีสี มันคือสีของแสงธรรมชาติเป็นสีแห่งความบริสุทธิ์ และมีวัฒนธรรม ใส่ชื่อ สะอาด เปิดเผย มีความงดงามน่าหลงใหล สีที่หมายถึงการปกป้องคุ้มครองให้ จากนั้นไม่ต้องสงสัยเลยว่าทำไมหมอพยาบาลจึงใส่ชุดสีขาว กระทั่งบาทหลวงในศาสนาคริสต์ก็เช่นเดียวกัน

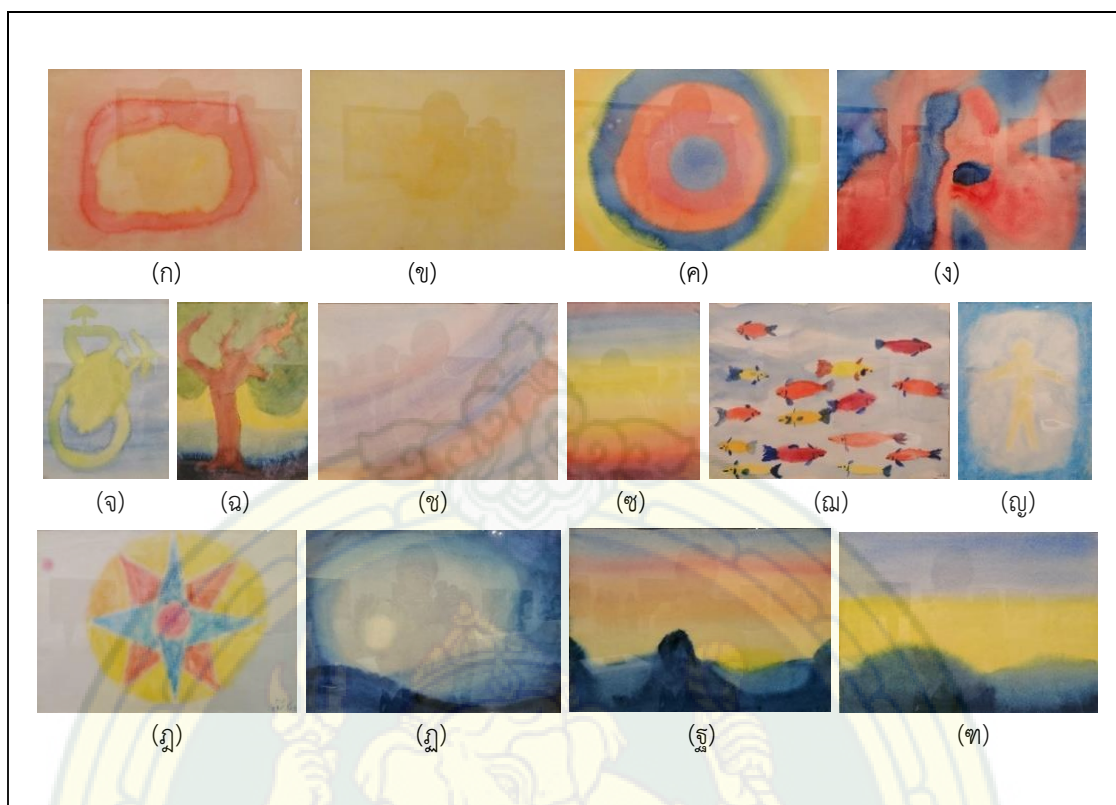
7.4.2 สีฟ้าอ่อน เป็นสีในโทนเย็น สามารถทำให้ร่างกายปล่อยฮอร์โมนที่ทำให้อารมณ์สงบลงได้ สีฟ้าช่วยให้เรารู้สึกผ่อนคลายความตึงเครียด

7.4.3 สีชมพูอ่อน เป็นเฉดสีแดงที่มีสีขาวผสมเล็กน้อยน่าทะนุถนอม สงบเยือกเย็น ให้ความรู้สึกถึงความเป็นแม่แต่เป็นสีที่ให้พลังและอบอุ่นใจ เนื่องจากสีชมพูจะทำให้เกิดการหลั่งฮอร์โมนอดรีนาลีนออกมาซึ่งจะทำให้การเต้นของกล้ามเนื้อหัวใจช้าลง ความเครียดและความก้าวร้าวจึงน้อยลงไปด้วย สีชมพูจะช่วยประสานความรู้สึกให้อ่อนโยนลง จึงเหมาะแก่การใช้บำบัด

7.4.4 สีม่วงอ่อน เป็นสีผู้ดี แบบชนชั้นสูง ดูสง่างามและหรูหรา แสดงถึงสัญลักษณ์ ขวนฝืนให้ความรู้สึกถึงกลับถึงจิตวิญญาณ เป็นสีที่มีความสัมพันธ์กับจิตใจของมนุษย์ โดยสีม่วงอ่อนจะให้ความรู้สึกสบายใจ ผ่อนคลาย

7.5 ตัวอย่างผลงานศิลปะจากผู้เข้ารับการบำบัด

ผลงานศิลปะบำบัด จากผู้รับการบำบัดที่มีภาวะซึมเศร้าเรื้อรัง ขาดความสนใจต่อโลกภายนอก หรือแม้แต่คนรอบข้าง นักศิลปะบำบัดได้ทำการวินิจฉัยจากการให้ผู้รับการบำบัดระบายสีในรูปแรกของการระบายสีอิสระ สิ่งที่ปรากฏจากรูป คือ ลักษณะของสีที่มีการปิดกั้น นักบำบัดเลือกใช้สีน้ำในรูปแบบเทคนิคเปียกบนเปียก และสีฝุ่นซึ่งมีความสัมพันธ์ของการลื่นไหล และสีที่มีศักยภาพช่วยการเคลื่อนที่ได้มากขึ้น ความโปร่งใสของสีน้ำช่วยด้านจิตวิญญาณของผู้เข้ารับการบำบัดได้อย่างมาก ช่วยให้ความรู้สึกเบา สบาย โดยนักบำบัดจะให้พื้นที่ระบายสีอย่างอิสระแก่ผู้เข้ารับการบำบัดในบางวัน ผลของการบำบัด ช่วยให้ผู้เข้ารับการบำบัดผ่อนคลาย และยิ้มแย้มแจ่มใส สามารถตัดสินใจต่อสิ่งต่าง ๆ รอบข้างได้อย่างชัดเจน (จากบทวิเคราะห์ของ วิสาขา ไผ่งาม นักศิลปะบำบัด) (ดังภาพที่ 5)



ภาพที่ 5 ภาพระบายสีจากผู้รับการบำบัดจำนวน 14 ภาพ โดย วิสาखा ฝั่งาม นักศิลปะบำบัด
ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่า ศิลปะบำบัดนั้น มีประโยชน์ด้านการพัฒนาอารมณ์ สติปัญญา สมาธิ ความคิดสร้างสรรค์ รวมถึงการช่วยพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็กและการประสานงานของการเคลื่อนไหวร่างกาย นอกจากนี้ยังเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยกระตุ้นการสื่อสาร และเสริมสร้างทักษะสังคมอีกด้วย นอกจากนี้ศิลปะยังช่วยลดความคับข้องใจ และช่วยระบายอารมณ์ออกมาผ่านการสร้างสรรค์ ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองได้มีส่วนนำประโยชน์เหล่านี้ เข้าไปใช้ในผลงานโดยตรงประกอบกับการใช้สมาธิเข้ามาเกี่ยวข้อง โดยจะนำเสนอในทฤษฎีถัดไป

8. ทฤษฎีสมาธิบำบัด

ทฤษฎีที่ศึกษาปรากฏการณ์ทางจิตทั้งภาวะปกติและภาวะผิดปกติ แต่ละทฤษฎีจะให้มุมมองต่อการพัฒนาทางจิตใจ กระบวนการ และแนวทางการบำบัด การนำแนวทางสมาธิบำบัดเข้ามามีเป็นส่วนหนึ่งของจิตบำบัด ทำให้ครอบคลุมกระบวนการพัฒนาทางจิตใจทั้งหมด ในกระบวนการจิตวิเคราะห์ (psychoanalysis) นั้น เนื้อหาความคิดที่ฝังลึกในจิตไร้สำนึกจะถูกเปิดเผย (uncovering) โดย free association ซึ่งกระบวนการเดียวกันนี้ก็พบได้ในการทำวิปัสสนาด้วยเช่นกัน การจะเกิดเช่นนี้ได้ต้องทำให้การสกัดกั้น หมดไปหรือลดน้อยลง โดยอนุญาตให้ความคิด ความรู้สึก อารมณ์ต่าง ๆ ที่เก็บกดไว้เปิดเผยออกได้ ซึ่งในด้านจิตวิเคราะห์ การตีความเนื้อหาจะช่วยถอดรหัสที่จิตไร้สำนึกพยายามสื่อสารสิ่งที่เก็บกดไว้ซึ่งตรงข้ามกับความพยายามของจิตใจอีกด้านหนึ่งที่จะเก็บกดสิ่งนั้นต่อไป

ในการทำสมาธิเจริญสตินั้นเริ่มต้นด้วยการใส่ใจต่อลมหายใจ ทำให้จิตใจหยุดความวุ่นวายจากความคิดและอารมณ์ที่แทรกเข้ามา ก่อให้เกิดความเข้าใจใหม่ต่อท่าทีของจิตใจต่อความคิดที่เกิดขึ้น สามารถดำรงความสงบนิ่งได้ท่ามกลางสภาวะต่าง ๆ และสามารถดำดิ่งลึกลงไปสู่ธรรมชาติของตัวจิต มีการผุดขึ้น (emerging) ของความรู้ความเข้าใจที่เป็นปัญญา เห็นว่าทั้งความคิด (thoughts) และผู้คิด (thinker) เป็นเพียงมายาภาพ ของธรรมชาติที่เรียกว่า "ความว่าง" หรือ "สุญญตา" ที่ว่างจากความเป็น (identification) ความมี (belongingness) จึงเป็นการทำสมาธินั้นมีเป้าหมายที่การปล่อยวางตัวตน ไม่ใช่การทำให้ตัวตนมั่นคงชัดเจนขึ้นซึ่งเป็นเป้าหมายของการทำจิตบำบัด (ธวัชชัย กฤษณะประกรกิจ, สมจิตร ห่องบุตรศรี และผ่องพรรณ กฤษณะประกรกิจ, 2552, น. 118-120)

จากการศึกษาข้อมูลของสมาธิบำบัด ทำให้ผู้สร้างสรรค์พบว่า การบำบัดมีได้หลายวิธี และวิธีหนึ่งที่เป็นวิธีที่ง่าย คือการกำหนดจิตให้อยู่ในสมาธิ เป็นการฝึกจิตให้ไม่สออสย และสามารถจดจ่อกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า เช่นเดียวกับผู้สร้างสรรค์ที่ใช้วิธีการของสมาธิบำบัดจิต ด้วยการวาดภาพที่เป็นลายเส้น มีลักษณะเป็นวงกลม (Miron) ซึ่งการเขียนวงกลมลักษณะนี้ถือว่าการสร้างสมาธิในระดับหนึ่ง ตามแนวคิดของศิลปะแมนดาลา ซึ่งจะได้อธิบายในหัวข้อต่อไป

9. แนวคิดศิลปะแมนดาลา

“แมนดาลา” (mandala) หรือเรียกอีกอย่างว่า “ศิลปะภาวนา” มีที่มาจากประเทศทิเบต ปัจจุบันมีการใช้นำมาบำบัดเกี่ยวกับภาวะอารมณ์ให้กับบุคคลที่มีภาวะโรคเครียด เป็นการสร้างสมาธิและทำจิตใจให้กับผู้เรียนศิลปะดังกล่าวเกิดความรู้สึกสดชื่น ผ่อนคลาย ซึ่งศิลปะดังกล่าวนั้นแฝงแง่คิดเกี่ยวกับการเข้าใจและยอมรับในสังขารชีวิต เนื่องจากงานศิลปะแมนดาลานั้นจะเกิดขึ้นในวงกลมซึ่งเปรียบเสมือนทารกในครรภ์มารดา ซึ่งเมื่อคลอดออกมาแล้วทุกคนล้วนต้องใช้ชีวิตเวียน

ว่ายตายเกิดด้วยกันทั้งสิ้น จุดเริ่มต้นของศิลปะแมนดาลาเกิดจากที่พระทิเบต นำทรายมาโรยเป็นวงกลมให้มีความสวยงาม ประณีต บรรจง ซึ่งท่านใช้เวลาทำนานหลายวันติดต่อกัน และเมื่อทำเสร็จพระก็ได้เป่าทรายที่ทำไว้ทิ้งไป ซึ่งเป็นการสอนธรรมะอย่างหนึ่ง หรือการลดการยึดติดในความสวยงามและรูป รส กลิ่น เสียงที่เกิดขึ้นนั่นเอง ศาสตร์นี้จึงเปรียบเสมือนการโอบอุ้มและประคับประคองหรือนำพาชีวิตของผู้ที่เรียนรู้ไปสู่การทำชีวิตให้สมดุลและมีพลัง รูปทรงของศิลปะ “แมนดาลา” จะไม่จำกัดรูปแบบ มีทั้งการเรียงกลีบดอกไม้มาก การวาดรูปต่าง ๆ เช่น คน นก ต้นไม้ รูปหัวใจหรือระบายสีอย่างเดียว แต่ทุกด้านนั้นต้องเท่ากัน หรือสอดรับอยู่ภายใต้วงกลมเดียวกัน และศิลปะดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้นั้น คือภายหลังจากการที่ได้คุยกับนักศิลปะบำบัด (ไทยโพสต์, 2561)

การเขียนลวดลายดังกล่าวเป็นการเขียนที่ต้องกำหนดจิต ควบคุมมือ ผ่านความรู้สึกของสมอง ร่วมกับจิตรู้สึกนึกและจิตไร้สำนึก ตามหาหน้าที่รับรู้ จิตเป็นผู้ควบคุมการขีดเขียนให้ออกมาเป็นผลงานที่มีลักษณะเป็นแบบอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการส่งตรงมาจากจิตใต้สำนึก ซึ่งเป็นการบำบัดจิตเพื่อนำเอาตะกอนทางความรู้สึกส่งถ่ายออกมาเป็นภาพ จากที่กล่าวมานั้นจึงมีความจำเป็นต้องทำการศึกษาทฤษฎี อัตโนมัตินิยม (Automatism) เพื่อทำความเข้าใจในการสร้างสรรค์ให้ดียิ่งขึ้น ดังข้อมูลต่อไปนี้

10. ทฤษฎีอัตโนมัตินิยม (Automatism)

อัตโนมัตินิยม (Automatism) หมายถึง การปล่อยให้ภาพวาดหรือตัวอักษรเล่นไหลไป ตามกระแสสำนึกโดยไม่มีการตัดทอนหรือลบแก้ไข ใด ๆ ทั้งสิ้น เช่น เทคนิคการหยดสีอย่างฉับพลันลงบนผ้าใบที่วางบนพื้นของแจ็กสัน พอลล็อก ศิลปินลัทธิสำแดงพลังอารมณ์แนวนามธรรม (Expressionism) ที่นับเป็นการแสดงออกทางความคิดเรื่องจิตวิญญาณ ในการสร้างงาน ภาพอะตอมัติจะปลดปล่อยจินตนาการ ทำให้ศิลปินสามารถแสดงออกได้ด้วยความกล้าเสี่ยงกล้าทดลองด้วยวิธีการที่ไม่มีขอบเขตจำกัดทำให้เกิดรูปทรงที่มีพลังเคลื่อนไหว ก่อให้เกิดการให้น้ำหนักต่อวิธีการของการวาดภาพมากกว่าเดิม และที่สำคัญคือทำให้เกิดการค้นพบภาษาใหม่ในการแสดงออกที่เป็นต้นแบบไม่ซ้ำใคร นักทฤษฎีศิลปะให้ความเห็นว่าการปฏิบัติงานจิตรกรรมของพอลล็อก เป็นการขยายขอบเขตการเขียนอัตโนมัตินิยมของลัทธิเหนือจริง การปลดปล่อยจิตใต้สำนึก ได้แก่ การเขียนภาพสด ๆ (improvisation) และการปาดป้ายอย่างฉับพลันทันที (spontaneous gesture) ซึ่งได้รับอิทธิพลบางประการจากลัทธิเหนือจริง ซึ่งศิลปินพยายามหาวิธีที่ความบังเอิญจะมีโอกาสเข้ามาแสดงบทบาทมากที่สุดในงานศิลปะ ซึ่งศิลปินได้ค้นพบวิธีการหนึ่งที่เรียกว่า "ภาพทาบสี" (decalcomania) นั้น คล้ายกับการเล่นสนุกกับสีของเด็กนักเรียน โดยการนำเอากระดาษหรือผ้าใบที่ระบายสีไว้มาประกบกันแล้วดึงออกมา ก็จะได้พื้นผิวหน้าที่ไม่ได้

คาดหวังมาก่อน แม้เราจะสามารถคาดเดาผลได้ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าผลจะเป็นเช่นนั้นเสมอไป ซึ่งนับว่าการควบคุมของมนุษย์ก็ได้ถูกลดความสำคัญลงไปอย่างมาก

ในการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้ ได้ทำการศึกษาข้อมูลของการทำงานภาวะอัตโนมัติ (automatism) และการสร้างสรรค์ของศิลปินศึกษา ที่ทำให้เห็นได้ว่าจิตใต้สำนึกมีความสำคัญ อันจะนำไปสู่รูปแบบในการสร้างสรรค์ที่มีลักษณะเฉพาะตน อันแฝงอยู่ในจิตวิญญาณของผู้สร้างสรรค์คือ ความเป็นไทย

11. ทฤษฎีจิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย

จิตวิญญาณ เป็นคำไทยที่เกิดขึ้นในช่วงไม่นานมานี้ จิตวิญญาณ หมายถึง พลังจิตอันเป็นวิสัยจำเพาะของปัจเจกบุคคล ที่ช่วยผลักดันให้ประกอบกิจกรรมหรือการแสดงออกที่โดดเด่นเกินวิสัยของคนทั่วไป เข้าใจว่าคำว่า จิตวิญญาณ มีความหมายตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า spiritual หรือ spirituality ในส่วนที่ หมายถึง สติปัญญาที่แฝงอยู่ในจิตใจระดับที่ลึกล้ำละเอียดอ่อนกว่าความรู้สึกนึกคิดทั่วไป ซึ่งก่อพลังจิตมุ่งมั่นกระทำการใด ๆ เพื่อถือเป็นแบบอย่างและประพฤติปฏิบัติตาม (รัชณี คุณานุวัฒน์, 2552)

ความเป็นคนไทย หมายถึง ภาวะที่เกิดเป็นคนไทย อาศัยอยู่ในประเทศไทย มีพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติ มีภาษาไทยและตัวเลขไทยใช้เป็นของตนเอง มีวัฒนธรรมไทยที่สืบทอดมาจากบรรพบุรุษ ซึ่งตัวผู้สร้างสรรค์เองได้นำความรู้สึกของความเป็นจิตวิญญาณที่ฝังแน่นอยู่ภายในถึงความเป็นคนไทย เป็นผู้ไทย เป็นคนที่รักศิลปวัฒนธรรมอันละเอียดอ่อนของคนไทย งานศิลปะไทยที่วิจิตรงดงาม อันเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติ ที่ผู้สร้างสรรค์เลือกมา ใช้เป็นรูปแบบหลักในการสร้างสรรค์ คือการผูกวลดลายที่มีที่มาจากงานศิลปะไทยโดยการนำเสนอในลักษณะศิลปะจัดวาง (Installation) เพราะต้องการจำลองสภาพแวดล้อมในชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ออกมาเป็นผลงานศิลปะที่สะท้อนมุมมองด้านอารมณ์ความรู้สึก ผ่านกระบวนการศิลปะบำบัด จึงมีความจำเป็นต้องทำการศึกษาทฤษฎีด้านศิลปะจัดวางดังต่อไปนี้

12. ข้อมูลทางทฤษฎีด้านศิลปะจัดวาง (Installation)

ศิลปะจัดวาง หมายถึงประเภทของงานศิลปะที่มีที่ตั่งเฉพาะจุด, เป็นงานสามมิติ ที่ออกแบบเพื่อที่จะแปรสภาพการรับรู้ของสิ่งแวดล้อม (Perception of a Space)โดยทั่วไปแล้ว “ศิลปะจัดวาง” จะหมายถึงศิลปะภายในตัวสิ่งก่อสร้าง ถ้าตั้งอยู่ภายนอกก็มักจะเรียกว่า “ศิลปะภูมิทัศน์” (Land Art) และศิลปะสองประเภทนี้คาบเกี่ยวกัน ศิลปะจัดวางอาจจะเป็นได้ทั้งศิลปะที่ติดตั้งอย่างถาวรหรือเพียงชั่วคราวก็ได้ ศิลปะจัดวางได้รับการติดตั้งในการแสดงงานนิทรรศการศิลปะ เช่น ในพิพิธภัณฑ์หรือหอศิลป์ หรือในบริเวณสถานที่ส่วนบุคคลหรือสถานที่สาธารณะ ประเภท

ของงานก็ครอบคลุมตั้งแต่การใช้วัสดุที่พบโดยทั่วไป ที่มักจะเลือกสรรจากวัสดุที่ทำให้เกิดผลกระทบกับอารมณ์ รวมไปถึงวัสดุสมัยใหม่เช่นวิดีโอ,เสียง,การแสดง,และอินเทอร์เน็ต เป็นต้น ศิลปะจัดวางหลายชิ้นเป็นศิลปะเฉพาะที่ (Site-Specific Art) ซึ่งหมายความว่า เป็นงานที่ออกแบบให้ติดตั้งตรงตำแหน่งหรือสถานที่ที่สร้างงานศิลปะโดยเฉพาะเท่านั้น

13. ผลงานศิลปินที่ทำการศึกษา

ผลงานจากศิลปินที่ให้แรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ ทั้งทางด้านแนวความคิด เนื้อหาสาระทางศิลปะประกอบด้วย เมตตา สุวรรณศร และศิลปินต่างประเทศ ได้แก่ ยาโยอิ คุซามะ (Yayoi Kusama), วินเซนต์ แวน โก๊ะท์ (Vincent Van Gogh), หลุยส์ เวิน (Louis Wain), เอ็ดเวิร์ด มุงค์ (Edvard Munch) ซึ่งมีที่มาดังต่อไปนี้

13.1 เมตตา สุวรรณศร

เมตตา สุวรรณศร สำเร็จการศึกษา ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาทัศนศิลป์ ที่มหาวิทยาลัยศิลปากร นอกจากนั้นยังเคยได้รับรางวัลเหรียญเงินและเหรียญทองแดง ประเภทสื่อผสม (Mixed Media) จากการประกวดศิลปกรรมแห่งชาติครั้งที่ 61-62 และรางวัลดีเด่นศิลปกรรมโตชิบา “นำสิ่งที่ดีสู่ชีวิต” ครั้งที่ 27 อีกด้วย ซึ่งตัวศิลปิน ได้ทำการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะที่ได้รับแรงบันดาลใจจากภาพวาดของลูกที่มีภาวะ “ออทิสติก” ศิลปินเชื่อว่าภาพวาดดังกล่าวนี้เป็นผลงานอันเกิดจากการส่งตรงผ่านจิตใจ จากจิตไร้สำนึก ที่ทำหน้าที่แสดงออกความรู้สึกนึกคิดภายในจิตใจออกมาผ่านภาพวาด ซึ่งถือเป็นจินตนาการที่บริสุทธิ์ของเด็ก โดยศิลปินได้สร้างสรรค์ออกมาในลักษณะของการถักทอเส้นใย ที่ได้จากเทคนิคการถักโครเชต์ ซึ่งถือเป็นงานอดิเรกที่ตัวศิลปินเองนั้นมีความชำนาญ และเป็นการแสดงออกถึงความรักของแม่ที่มีต่อลูก ด้วยการถักทอเส้นใยที่ต้องใช้ความพยายามในการถักจนออกมาเป็นรูปทรง ที่มีลักษณะเป็นรูปลักษณะที่ได้จากภาพวาดของลูก

จากที่กล่าวมานั้น ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงาน ที่แสดงถึงความรักของแม่ที่มีต่อลูก ผ่านการใช้ความพยายามในการถักเส้นใยขึ้นมาทีละเส้น ครอบคลุมไปบนโครงวัสดุที่ศิลปินได้มีการสร้างขึ้นมาจากรูปทรงที่ได้จากภาพวาดของลูก ที่ถ่ายทอดออกมาจากจิตไร้สำนึก จากแนวคิดดังกล่าว ประกอบกับตัวของผู้สร้างสรรค์ที่กำลังประสบกับปัญหาของโรคซึมเศร้า ส่งผลให้ผู้สร้างสรรค์สนใจในการศึกษาแนวความคิดที่เกี่ยวกับการแสดงออกของสภาวะทางจิต ทำให้ผู้สร้างสรรค์เกิดแรงบันดาลใจในการนำลักษณะการทำงานที่ได้จากจิตไร้สำนึก มาถ่ายทอดผ่านลายเส้นของลวดลายที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ ออกมาในแนวทางการบำบัด ผู้ที่มีอาการของโรคซึมเศร้า ซึ่งเป็นปัญหาที่ตัวผู้สร้างสรรค์เองกำลังประสบอยู่ (ดังภาพที่ 6)



ภาพที่ 6 สายใยความรักของแม่ต่อลูกน้อยของทิสติก, 2558, ถักโครเชต์และโลหะ, แปรผันตามพื้นที่
ที่มา: คลังสะสมศิลปกรรมของมหาวิทยาลัยศิลปากร, (2558), [ออนไลน์],
สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562, จาก http://www.resource.lib.su.ac.th/awardsu/web/artdetail.php?item_id=817.

13.2 ยาโยอิ คุซามะ (Yayoi Kusama)

ยาโยอิ คุซามะ ศิลปินจากประเทศญี่ปุ่น คุซามะเริ่มมีอาการเห็นภาพซ้อนตั้งแต่อายุ 10 ปี เธอใช้การวาดภาพเพื่อลอกเลียนสิ่งที่มองเห็นในหัว โดยงานชิ้นแรก ๆ ในช่วงมัธยมปลาย เธอมักเป็นการวาดภาพสิ่งรอบตัว คน สัตว์ สิ่งของที่เห็นได้ตรงนั้น โดยนอกจากการใช้กระดาษแล้ว ก็ยังได้ลองใช้กระสอบเป็นเฟรมวาดรูปด้วย หลังจากนั้นเธอก็ได้เข้าศึกษาด้านศิลปะ วิชาเอกที่เรียนเป็นด้านภาพเขียนญี่ปุ่นดั้งเดิมหรือ Nihonga ที่ Kyoto Municipal School of Arts and Crafts แต่เธอกลับไม่ได้รู้สึกชื่นชอบมากนัก เมื่ออายุ 21 ปี การสร้างงานในช่วงยุค 1950 งานของ คุซามะ เริ่มสร้างเอกลักษณ์ตัวเองผ่านผลงานชุด Infinity Nets ที่เธอใช้แรงบันดาลใจ (และ ความกังวลใจ) จากการอาการเห็นภาพซ้อนของเธอที่มีมาตั้งแต่เด็ก ทำให้เธอสร้างผลงานด้วยลวดลาย pattern ซ้ำ ๆ ซึ่งเป็นรากฐานของเอกลักษณ์การสร้างงานที่ติดตัวเธอมาจนถึงปัจจุบัน

โลกแห่งลายจุดของยาโยอิ คุซามะ ยังดำเนินต่อมาอย่างไม่รู้จบ โดยมีผลงานหนึ่งที่น่าสนใจ ซึ่งคุซามะได้เปลี่ยนจากการสร้างโลกจุดด้วยตัวเองไปให้คนอื่นมาร่วมสร้างโลกจุดด้วยกัน ในผลงาน *Obliteration Room* ปี 2002 โดยห้องนี้เริ่มจากการเป็นเหมือนผ้าใบ ห้องสีขาว แล้วเธอก็เชิญชวนให้ผู้ชม มาแต้มจุดเพิ่มขึ้น นัยนี้เพื่อความสนุก แต่อีกนัยหนึ่ง เธอทำเพื่อให้ผู้คนได้หลุดออกจากกรอบของความคิดว่าการไปดูงานศิลปะนั้นห้ามจับ การแต่งแต้มจุดมากขึ้น ไม่ได้ทำลายผลงาน แต่กลับช่วยต่อเติมผลงานชิ้นเรื่อย ๆ

จากที่กล่าวมาข้างต้น ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงานอันเกิดจากจิตใต้สำนึก ภายใต้สภาพจิตใจที่ผิดปกติ ซึ่งผู้สร้างสรรค์ได้นำแนวคิดและแรงบันดาลใจในการสร้างบรรยากาศจากการซ้ำรูปทรง และการแต่งแต้มลวดลายที่เป็นลักษณะของการซ้ำซ้อน (ดังภาพที่ 7)



(ก)



(ข)

ภาพที่ 7 Obliteration Room, 2002, สื่อผสมบนวัสดุเหลือใช้, แปรผันตามพื้นที่
ที่มา: พีรเมธ ตุลววรรณะ, (2561), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562,
จาก <https://waymagazine.org/yayoi-kusama/>.

13.3 วินเซนต์ แวนโก๊ะห์ (Vincent Van Gogh)

วินเซนต์ แวนโก๊ะห์ (Vincent Van Gogh) ศิลปินชาวนิเธอร์แลนด์ ผู้ได้รับการยกย่องเป็นจิตรกรเอกของโลก หนึ่งในผู้บุกเบิกศิลปะสมัยใหม่ ศิลปินได้เดินทางไปยังหลาย ๆ ประเทศในแถบยุโรป และในช่วงชีวิตที่อาศัยอยู่ในฝรั่งเศส เขาก็ได้พบกับศิลปินหลายคนด้วยกัน จุดนี้เองที่ทำให้เขาได้เปิดมุมมองใหม่ๆ และได้รับแรงบันดาลใจในการวาดภาพให้สว่างและมีสีสันมากขึ้น รวมทั้งเริ่มทดลองใช้เทคนิคการแต้มจุดสี (pointillist) ที่ได้รับอิทธิพลจาก ฌอร์ฌ-ปีแยร์ เซอรา (Georges-Pierre Seurat) ด้วยการวาดใบหน้าของตัวเองหลายภาพใช้ที่แปร่งแฉ่งแต้มสีลงบนผืนผ้าใบซ้ำๆ ด้วยความฉับไว รวดเร็ว ผสานตัวกันเป็นรูปร่างเมื่อมองในระยะไกล และเพื่อสร้างอารมณ์ความรู้สึกของความเคลื่อนไหวแห่งสีสันภายในภาพ จนกระทั่งศิลปินประสบกับมรสุมชีวิต ทั้งการเสียชีวิตของพ่อและผิดหวังในความรัก ทำให้ศิลปินเริ่มเกิดสภาวะทางจิต ด้วยโรคซึมเศร้า ซึ่งอาการเริ่มรุนแรงขึ้นหลังจากที่เขาแตกหักกับเพื่อนสนิทอย่าง พอล โกแกง (Paul Gauguin) ผลงาน “Starry Night” ภาพนี้นับเป็นผลงานสำคัญในช่วงปลายชีวิตของเขา เขาพบว่า ศิลปะสามารถเยียวยาความเจ็บปวด ความทุกข์ทน แวนโก๊ะห์ วาดภาพวิวนอกหน้าต่างห้องพักจากจินตนาการของตัวเอง ด้วยภาพท้องฟ้าที่บรรจบกับผืนทะเล เป็นเกลียวคลื่นที่หมุนวน แต่มีดวงจันทร์ลอยเด่น จุดเด่นภาพวาดของเขาก็คือฝีแปรงอันทรงพลังจนกลายเป็นเอกลักษณ์ อีกทั้งการใช้สีที่บ่งบอกสภาวะของอารมณ์ ที่สามารถถ่ายทอดความรู้สึกพลุ่งพล่าน ในช่วงที่สภาพจิตใจเร้าร้อน หรือการใช้สีหม่นเศร้า ที่สะท้อนถึงความหดหู่ในช่วงสุดท้ายของชีวิต

จากแนวคิดดังกล่าว ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงานอันเกิดจากจิตใต้สำนึก ภายใต้สภาพจิตใจที่ผิดปกติ ประกอบกับตัวของผู้สร้างสรรค์ที่กำลังประสบกับปัญหาของโรคซึมเศร้า ส่งผลให้ผู้สร้างสรรค์สนใจในการศึกษาแนวความคิดที่เกี่ยวกับการแสดงออกของสภาวะทางจิตที่ศิลปินมักใช้การประสานกันของเส้นสีจำนวนมากทับซ้อนกันซ้ำ ๆ ไปมา จนเกิดเป็นภาพที่มีลักษณะสีที่หมุนวน มีอากาศไหลเวียนเข้าสู่รูปทรงจนเกิดเป็นบรรยากาศที่พิศวง ชวนสงสัย ภายใต้สภาวะจิตที่วุ่นวายสับสน ทำให้ผู้สร้างสรรค์เกิดแรงบันดาลใจในการนำลักษณะการทำงานที่ได้จากการใช้เส้น มาถ่ายทอดผ่านลายเส้นที่เป็นลวดลายที่มีลักษณะเฉพาะตน ออกมาในแนวทางการบำบัดจิต ให้เกิดความสงบ (ดังภาพที่ 8)



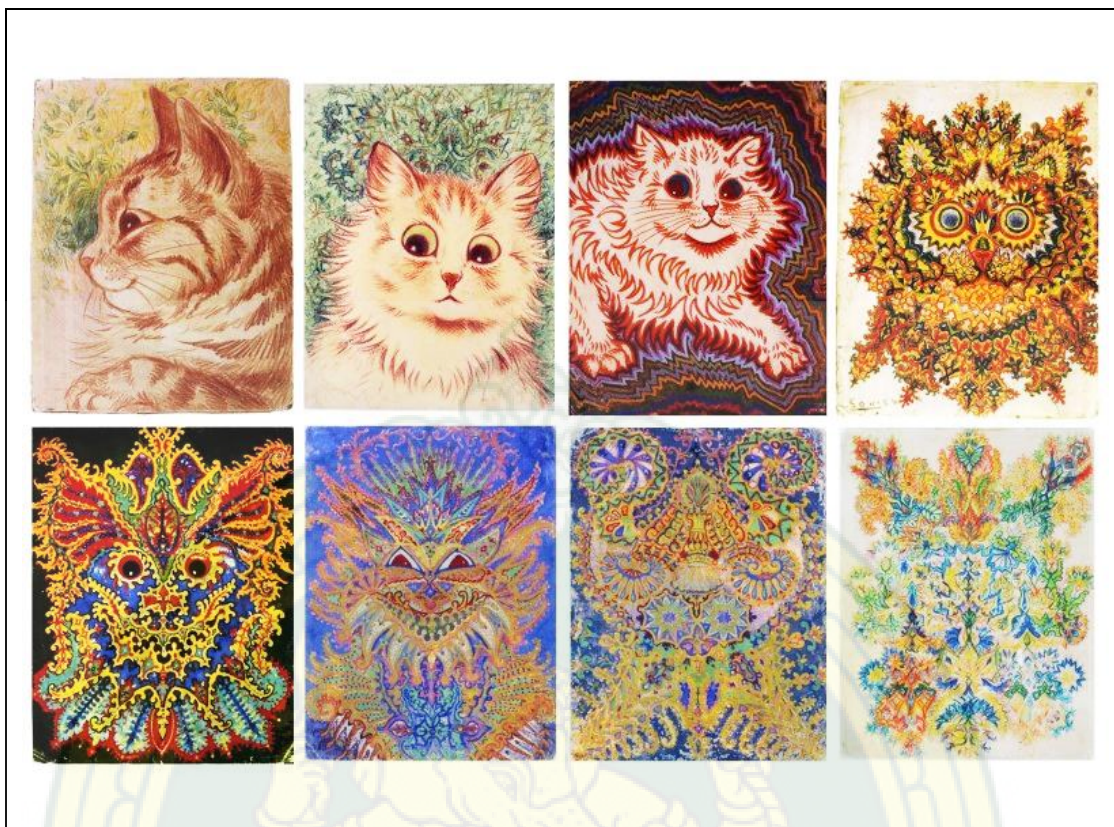
ภาพที่ 8 The Starry Night, 1889, จิตรกรรม, 74 x 92 cm.

ที่มา: ภาณุ บุญพิพัฒนาพงศ์, (ม.ป.ป.), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562,
จาก <https://adaymagazine.com/van-gogh-life-and-art>.

13.4 หลุยส์ เวน (Louis Wain)

หลุยส์ เวน (Louis Wain) เวนได้ประกอบอาชีพสอนศิลปะและวาดภาพประกอบ ให้แก่วารสารหลายแห่งจนมีชื่อเสียง เป็นศิลปินชาวอังกฤษที่รู้จักกันดีในการวาดภาพ แมวหัวโตตากกลม ให้เป็นศิลปะแบบมานุษยรูปนิยม (Anthropomorphism) หรือบุคคลวัต คือการใส่บุคลิกท่าทางของคนให้กับสิ่งที่ไม่ใช่มนุษย์ ผลงานโดดเด่นของเวนจึงเป็นรูปวาดของแมวในอิริยาบถต่าง ๆ เช่น ยืนสองขา อ่านหนังสือ หรือนั่งกินข้าวล้อมโต๊ะเป็นครอบครัวเหมือนกับมนุษย์ ด้วยสีสันสดใส ความเป็นเอกลักษณ์ที่ไม่เหมือนใครทำให้เวนมีชื่อเสียงมากในแวดวงนิตยสารและหนังสือสำหรับเด็ก ในปี 1886 ภาพวาดครั้งแรกของ Wain's anthropomorphized cat ถูกตีพิมพ์ในฉบับคริสต์มาสของ Illustrated London News หัวข้อ "A Christmas Party Kittens" ภาพประกอบประกอบไปด้วยแมวจำนวน 150 ตัว โดยผลงานที่เขาสร้างสรรค์ขึ้นมากกว่าสามสิบปีนั้นเป็นภาพของแมวทั้งหมด ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจมาจากสัตว์เลี้ยงของเขาเอง

จากที่กล่าวมาข้างต้นนั้น เนื่องจากหนึ่งในอาการภาวะซึมเศร้าที่ผู้สร้างสรรค์กำลังประสบอยู่นั้น คืออาการวิตกกังวลและย้ำคิดย้ำทำ ผู้สร้างสรรค์มักสร้างสรรค์ผลงานที่เกิดจากลวดลายที่มีลักษณะการซ้ำ ตามลักษณะลวดลายไทยที่ผู้สร้างสรรค์คลุกคลี ผู้สร้างสรรค์จึงได้ศึกษากระบวนการแรงบันดาลใจของศิลปิน ที่มีภาวะอาการป่วยทางจิต เพื่อศึกษาลักษณะกระบวนการคลี่คลายรูปทรงตามลักษณะอาการป่วยของศิลปิน (ดังภาพที่ 9)



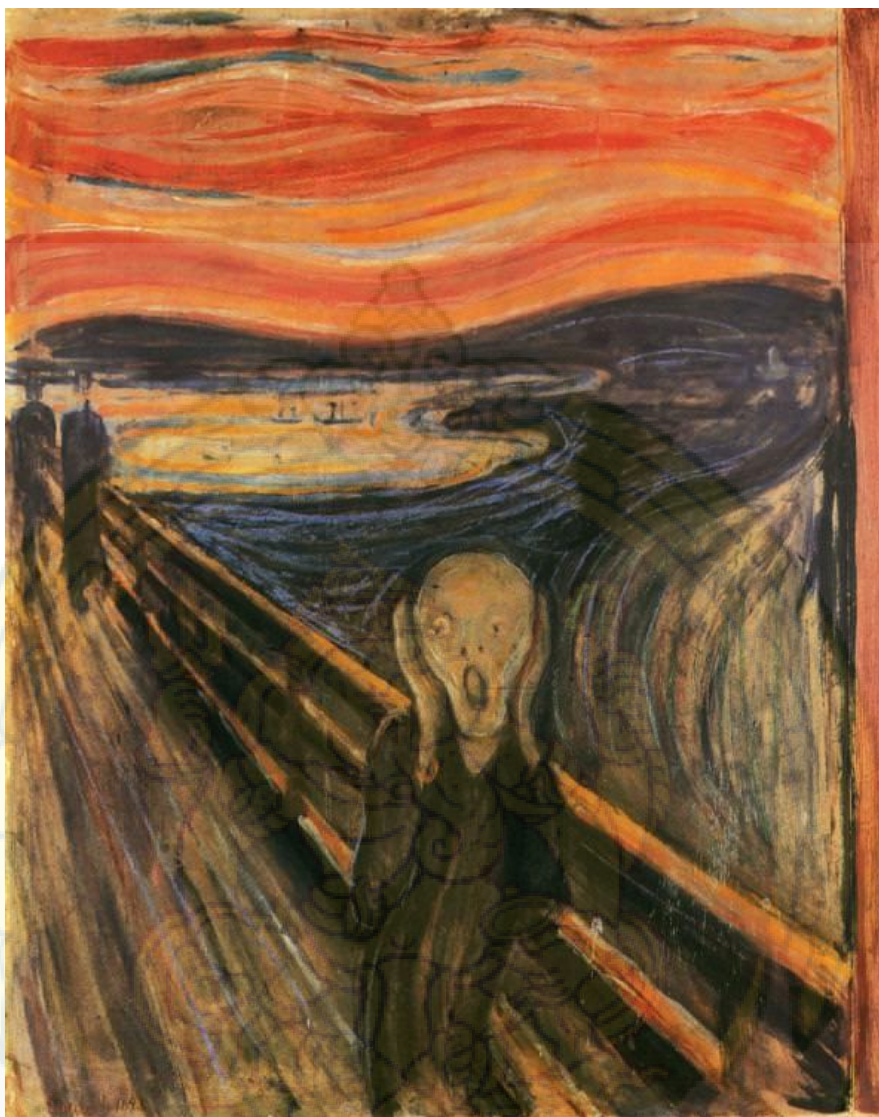
ภาพที่ 9 ภาพผลงานจากศิลปิน หลุยส์ เวิน แสดงลักษณะภาพวาดที่เปลี่ยนไปตามลักษณะอาการป่วยทางจิต

ที่มา: เบเนดิกต์ คัมเบอร์แบตช์ ไทยแลนด์. (ม.ป.ป.), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562, จาก <https://cumberbatchthailand.com/news/benedict-cumberbatch-claire-foy-louis-wain/>.

13.5 เอ็ดเวิร์ด มุงค์ (Edvard Munch)

เอ็ดเวิร์ด มุงค์ (Edvard Munch) ศิลปินชาวนอร์เวย์ ผู้ที่มีชีวิตที่แสนเจ็บปวด ด้วยแม่ของเขาเสียชีวิตด้วยวัณโรคตอนเขาที่มีอายุ 5 ปี ดังนั้นเขาและพี่น้องอีก 4 คนจึงเติบโตภายใต้การดูแลของพ่อ ซึ่งเป็นคนเคร่งศาสนาและเจ้าอารมณ์จนถึงขั้นเป็นโรคจิตเภท ศิลปินได้บ่มเพาะความทุกข์ระทม ความกลัว และเมล็ดพันธุ์แห่งความบ้าคลั่งจากพ่อมาตั้งแต่เด็ก ต่อมาพี่สาวคนโปรดของเขาก็เสียชีวิตไปอีกคนด้วยโรคเดียวกับแม่ตอนเขาอายุ 14 ปี ซึ่งสิ่งนี้เพิ่มความเศร้าซึมให้กับศิลปินมากยิ่งขึ้น เขามีชีวิตอย่างโดดเดี่ยวที่จมอยู่กับความทรงจำอันเศร้าหมอง ซึมลึกจนเป็นโรคซึมเศร้า และต้องเข้ารักษาในโรงพยาบาลอยู่นานกว่าจะหาย ตลอดช่วงชีวิตของการทำงานเขาได้สร้างผลงานทั้งภาพเขียนและภาพพิมพ์ไว้จำนวนมหาศาล จนเขาเป็นหนึ่งในสุดยอดศิลปินผู้มีอิทธิพลสูงสุดต่อลัทธิสำแดงพลังทางอารมณ์ (Expressionism) และลัทธิสัญลักษณ์นิยม (Symbolism) ผลงานของเขาโดดเด่นด้วยการนำเสนอภาพความหวาดกลัวและความทุกข์ระทมของมนุษย์เราได้อย่างตราตรึงใจ ผลงาน “The scream” ภาพผู้ชายคนหนึ่งแสดงลักษณะอาการกรีดร้อง ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงอารมณ์และสภาพจิตใจภายในที่ปวดร้าวของศิลปิน ผลงานชิ้นนี้เป็นภาพที่แสดงออกถึงลักษณะการผสมผสานระหว่างความขัดแย้ง เย้ยหยัน แต่ก็ยังแสดงให้เห็นถึงอารมณ์อ่อนไหวภายใน ด้วยลักษณะลายเส้นที่บิดเบี้ยวของรูปร่างคนที่เป็นตัวแทนของศิลปินเอง และสีสันทันภายในภาพที่มีลักษณะมืดมน แต่ถึงอย่างนั้นก็มีความดูดนจากการใส่สีแดงลงบนท้องฟ้า เป็นการถ่ายทอดแรงกดดัน ความกลัว ความเจ็บปวดร้าวร้าวที่ซ่อนอยู่ภายในสภาพจิตใจของศิลปิน

จากผลงานดังกล่าว ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงาน ที่แสดงออกในเชิงสะท้อนให้เห็นอารมณ์ความรู้สึกที่ซ่อนอยู่ภายในสภาพจิตใจที่ผิดปกติของศิลปิน ด้วยความเคลื่อนไหวในลายเส้น ผลงาน การใช้สี จากแนวคิดดังกล่าว ประกอบกับตัวของผู้สร้างสรรค์ที่กำลังประสบกับปัญหาของโรคซึมเศร้า ส่งผลให้ผู้สร้างสรรค์ สนใจในการศึกษาแนวความคิดที่เกี่ยวกับการแสดงออกของสภาวะทางจิต เกิดเป็นแรงบันดาลใจ ในการสร้างสรรค์ออกมาเป็นผลงานศิลปะเพื่อการบำบัดสภาพจิตใจที่เกิดภาวะโรคซึมเศร้า ในผลงานวิทยานิพนธ์ ดังกล่าว (ภาพที่ 10)



ภาพที่ 10 The scream, 1893, จิตรกรรม, 91 x 74 cm.

ที่มา: Takieng, (ม.ป.ป.), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562,
จาก <https://www.takieng.com/stories/14356>.

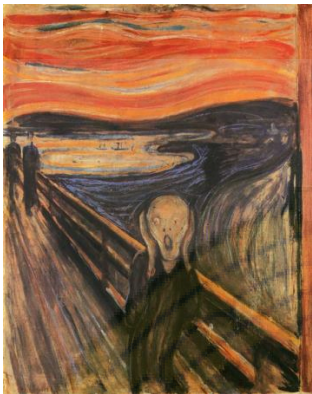
ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบความเหมือนและความแตกต่างของการสร้างสรรค์ระหว่างงานศิลปะของผู้สร้างสรรคกับศิลปินที่นำมาศึกษา

ชื่อศิลปิน/ภาพผลงาน	ความเหมือน	ความแตกต่าง	สิ่งที่ได้รับ
เมตตา สุวรรณสร  แนวคิด แสดงถึงความรักของแม่ที่มีต่อลูก ผ่านการถักเส้นใยครอบคลุมไปบนโครงวัสดุที่ศิลปินได้มีการสร้างขึ้นมาจากรูปทรงที่ได้จากภาพวาดของลูก	1. เหมือนด้านแนวคิดในการใช้ศิลปะบำบัดมาเป็นแนวทางในการสร้างสรรค์ 2. เหมือนด้านการนำเสนอรูปแบบการจัดวางกับพื้นที่	1. - ศิลปินศึกษาใช้เทคนิคการถักทอเส้นใยจากรูปทรงที่ได้จากภาพวาดของลูกในเทคนิคประติมากรรมนุ่ม - ผู้สร้างสรรคใช้เทคนิคการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูป	1. แนวความคิดเรื่องศิลปะบำบัด 2. การนำเสนอในรูปแบบศิลปะจัดวาง
Vincent Van Gogh  แนวคิด ภาพวิวภายนอกหน้าต่างที่พักของศิลปิน ที่แสดงภาวะอาการทางจิต ผ่านภาพสีน้ำมันที่สีหม่นหมอง รูปทรงที่บิดเบี้ยว ที่แปร่งที่เข้าไปเข้ามาแสดงความสับสนภายในจิตใจของศิลปิน	1. เหมือนด้านแนวความคิดของศิลปินที่สร้างสรรค์ผลงานผ่านสภาพจิตใจที่ผิดปกติ	1. - ศิลปินศึกษาใช้เทคนิคจิตรกรรมในการสร้างสรรค์ผลงาน - ผู้สร้างสรรคใช้เทคนิคจิตรกรรมสื่อผสมบนวัสดุสำเร็จรูป	1. ได้รับแนวความคิดลักษณะการคลี่คลายลวดลายจากการสร้างสรรค์ผลงานผ่านสภาพจิตใจที่ผิดปกติ

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบความเหมือนและความแตกต่างของการสร้างสรรค์ระหว่างงานศิลปะของผู้สร้างสรรคกับศิลปินที่นำมาศึกษา (ต่อ)

ชื่อศิลปิน/ภาพผลงาน	ความเหมือน	ความแตกต่าง	สิ่งที่ได้รับ
Yayoi Kusama  แนวคิด สร้างสรรค์ผลงานที่เกิดจากการเห็นภาพหลอนของศิลปินผ่านสภาพจิตใจที่ผิดปกติ ลงบนวัสดุสำเร็จรูป	1. เหมือนด้านแนวความคิดของศิลปินที่สร้างสรรค์ผลงานผ่านสภาพจิตใจที่ผิดปกติ 2. เหมือนด้านการนำเสนอ รูปแบบการจัดวางวัสดุสำเร็จรูปกับพื้นที่	1. – ศิลปินศึกษานำรูปแบบการนำเสนอมาจากสิ่งที่มองเห็นผ่านการเห็นภาพหลอนในการนำเสนอ - ผู้สร้างสรรค์นำรูปแบบการนำเสนอมาจากลวดลายที่มีความชำนาญในชีวิตประจำวันผ่านจิตใต้สำนึก	1.แนวความคิดของการสร้างสรรค์ผลงานของศิลปิน 2. การนำเสนอในรูปแบบศิลปะจัดวาง
Louis Wain  แนวคิด การสร้างสรรค์ผลงานในลักษณะการวาดภาพสัตว์เลี้ยงออกมาในท่าทางที่มีความเป็นมนุษย์ และมีการคลี่คลายออกโดยใช้เส้นรูปทรงของจิตใต้สำนึกจากอาการป่วยทางจิต	1. เหมือนด้านแนวความคิดการคลี่คลายรูปทรงเป็นลวดลายซ้ำ ๆ ที่มาจากอาการย้ำคิดย้ำทำจากภาวะอาการทางจิต	1. - ศิลปินศึกษาใช้เทคนิคจิตรกรรมในการสร้างสรรค์ผลงาน - ผู้สร้างสรรค์ใช้เทคนิคจิตรกรรมสื่อผสมบนวัสดุสำเร็จรูป	1. ได้รับแนวความคิดลักษณะการคลี่คลายลวดลายผ่านภาวะอาการย้ำคิดย้ำทำ

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบความเหมือนและความแตกต่างของการสร้างสรรค์ระหว่างงานศิลปะของ
ผู้สร้างสรรค์กับศิลปินที่นำมาศึกษา (ต่อ)

ชื่อศิลปิน/ภาพผลงาน	ความเหมือน	ความแตกต่าง	สิ่งที่ได้รับ
Edvard Munch  แนวคิด แสดงออกถึงลักษณะการผสมผสาน ระหว่างความขัดแย้ง แดกดัน แต่ก็ ยังแสดงให้เห็นถึงอารมณ์อ่อนไหว ภายใน ด้วยลักษณะลายเส้นที่บิด เบี้ยวของรูปร่างคนที่เป็นตัวแทน ของศิลปินเอง และสีสันทันภายในภาพ ที่มีลักษณะมืดมน แต่ถึงอย่างนั้นก็ มีความโดดเด่นจากการใส่สีแดงลงบน ท้องฟ้า ในเชิงสะท้อนให้เห็น อารมณ์ความรู้สึกที่ซ่อนอยู่ภายใน สภาพจิตใจที่ผิดปกติของศิลปิน	1. เหมือนด้าน แนวความคิดของ ศิลปินที่ สร้างสรรค์ผลงาน ผ่านสภาพจิตใจที่ ผิดปกติ ด้วย ภาวะซึมเศร้า	1. – ศิลปิน กรณีศึกษาใช้ เทคนิคจิตรกรรมใน การสร้างสรรค ผลงานด้วยสีที่สด สะดุดตา - ผู้สร้างสรรค์ใช้ เทคนิคจิตรกรรม สื่อผสมบนวัสดุ สำเร็จรูป	1. ได้รับ แนวความคิด ลักษณะการ คลี่คลายลดทอน จากการ สร้างสรรค์ผลงาน ผ่านสภาพจิตใจที่ ผิดปกติ

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

บทที่ 3

วิธีการสร้างสรรค์ผลงาน

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” เนื่องด้วยผู้สร้างสรรค์ประสบปัญหาในชีวิตของตนเอง จนผู้สร้างสรรค์มีอาการป่วยในภาวะโรคซึมเศร้า อันเกิดจากปัญหาความรุนแรงในสังคม ผู้สร้างสรรค์ต้องการสร้างสรรค์ผลงานที่สื่อแทนความรู้สึกของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ผ่านสีสันทลวยลายที่มีผลต่อการบำบัด ด้วยกระบวนการเทคนิคจิตรกรรมสื่อผสม

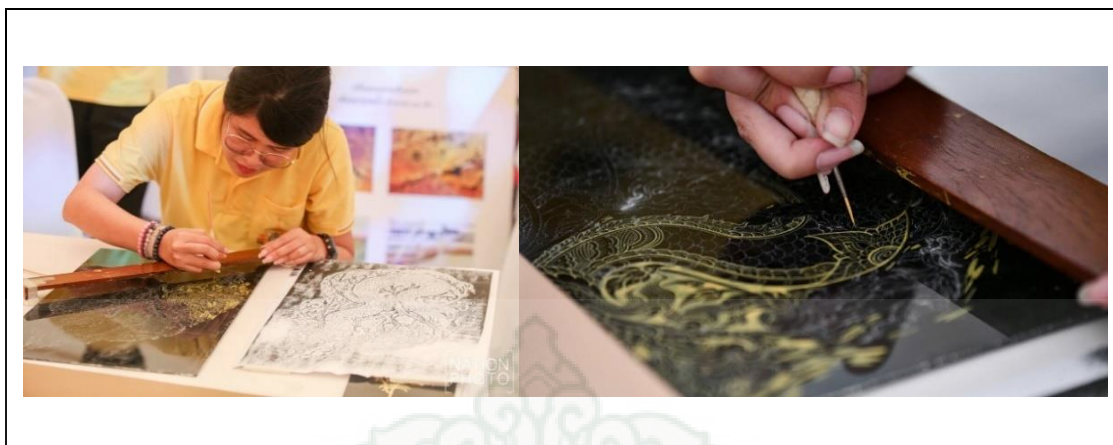
1. ความเป็นมาแนวคิดแรงบันดาลใจ

ผู้สร้างสรรค์เป็นผู้หนึ่งที่เคยประสบพบเจอกับสภาพเหตุการณ์ความรุนแรงในการถูกคุกคามทางเพศ ทำให้เกิดภาวะความเครียด ความวิตกกังวล กัดกร่อน บีบคั้นภายในจิตใจ ก่อให้เกิดสภาวะอาการป่วยทางจิต หรือ PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) จนผู้สร้างสรรค์ได้รับการวินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ผู้สร้างสรรค์ตระหนักถึงภัยร้ายแรงที่ผู้ป่วย โรคซึมเศร้าต้องเผชิญ ในภาวะที่สังคมยังไม่ค่อยเปิดใจรับกับผู้ป่วยที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต เป็นที่มีของแรงบรรดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงานที่ถ่ายทอดออกมาในแนวทางของศิลปะบำบัดจิต โดยการสร้างสรรค์ลวดลายความเป็นตัวตน ที่เกิดจากลวดลายไทย อันเป็นศิลปะของชาติไทยที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ ผ่านสีสันทลวยลายเส้นที่มีผลโดยตรงต่อการบำบัดลงในวัตถุสำเร็จรูป ซึ่งเป็นวัตถุที่ใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์

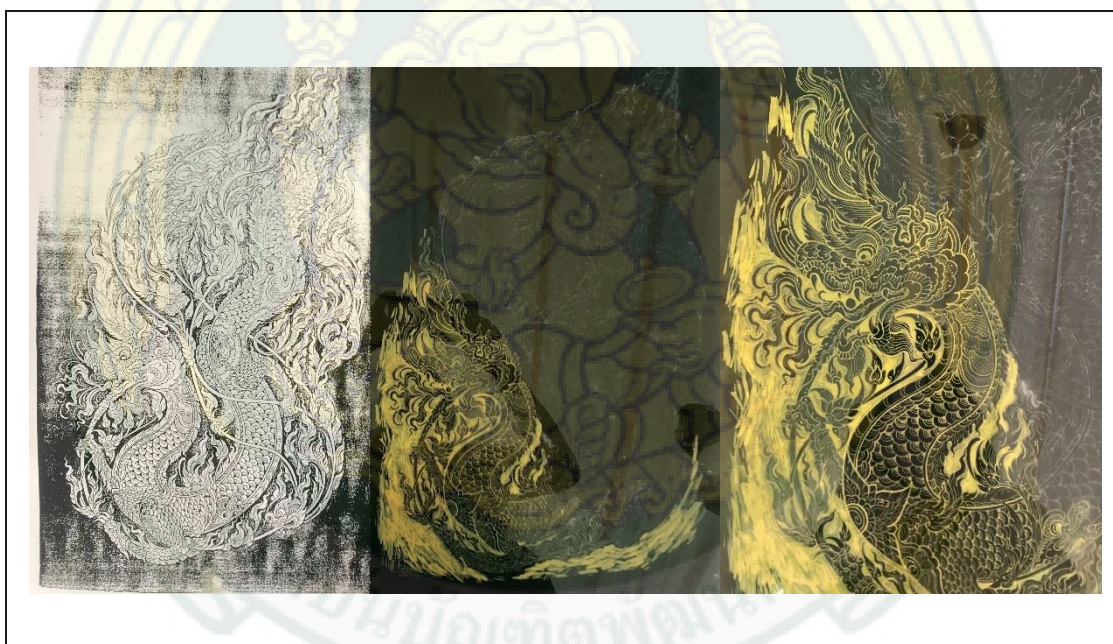
2. ข้อมูลในการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์

2.1 ข้อมูลจากประสบการณ์ตรงของผู้สร้างสรรค์

จากวิถีชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ผู้สร้างสรรค์เกิดและเติบโตมากับการคลุกคลีกับงานศิลปะไทย ด้วยบิดามารดาประกอบอาชีพรับราชการเกี่ยวกับด้านศิลปะ ทำให้ผู้สร้างสรรค์เกิดการซึมซับลักษณะของลวดลายไทยตั้งแต่อดีตจนปัจจุบัน ที่ผู้สร้างสรรค์ศึกษาต่อจนจบปริญญาตรีด้านจิตรกรรมไทย และได้ประกอบอาชีพเป็นพนักงานราชการ ในสำนักช่างสิบหมู่ กรมศิลปากร ในตำแหน่งนักวิชาการช่างศิลป์ กลุ่มงานช่างเขียนและช่างลายรดน้ำ ส่งผลให้ผู้สร้างสรรค์เกิดความประทับใจและหลงใหลในศิลปะไทย ประกอบกับประสบการณ์ และความชำนาญจากการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะไทยมานานนับสิบปี จึงนำมาสร้างสรรค์ให้เกิดเป็นผลงานศิลปกรรมในเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม บนวัสดุสำเร็จรูป ด้วยแนวความคิดของการบำบัดจิต



ภาพที่ 11 ภาพถ่ายขณะปฏิบัติงานเขียนลายรดน้ำ
ที่มา: ผู้สร้างสรรค์



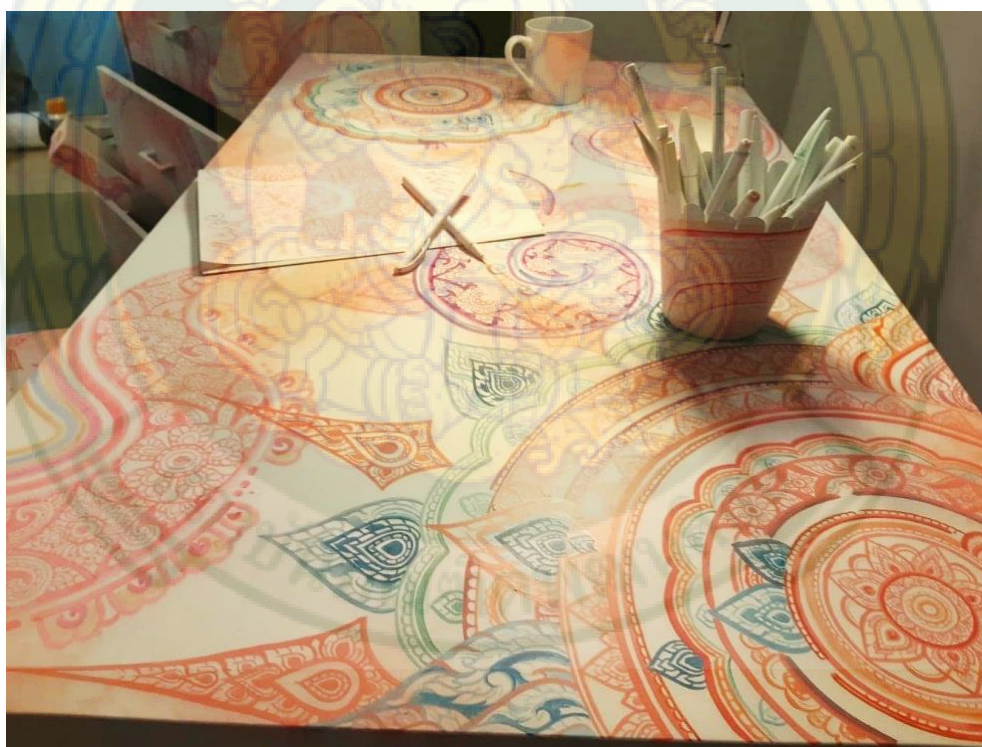
ภาพที่ 12 ภาพถ่ายขั้นตอนการเขียนน้ำยาหรดาลผลงานของผู้สร้างสรรค์
ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

2.2 ข้อมูลจากการรักษาของผู้สร้างสรรค์

ผู้สร้างสรรค์เข้ารับการรักษาทันทีทางจิตเวช ด้วยภาวะเครียด และกดดันจากการปฏิบัติงาน เมื่อวันที่ 20 มีนาคม 2562 จากนั้นผู้สร้างสรรค์ได้รับการวินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้าเรื้อรัง เมื่อวันที่ 22 เมษายน 2562 ผู้สร้างสรรค์เข้ารับการบำบัดด้วยวิธีการพูดคุยถึงเรื่องราว ประสบการณ์ และปรับเปลี่ยนมุมมองการคิด และเริ่มต้นรับยาตั้งแต่วันที่ 5 พฤษภาคม 2562 เป็นต้นมา ณ สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา กรุงเทพมหานคร รวมระยะเวลาการรักษาทั้งสิ้นเป็นระยะเวลา 2 ปี

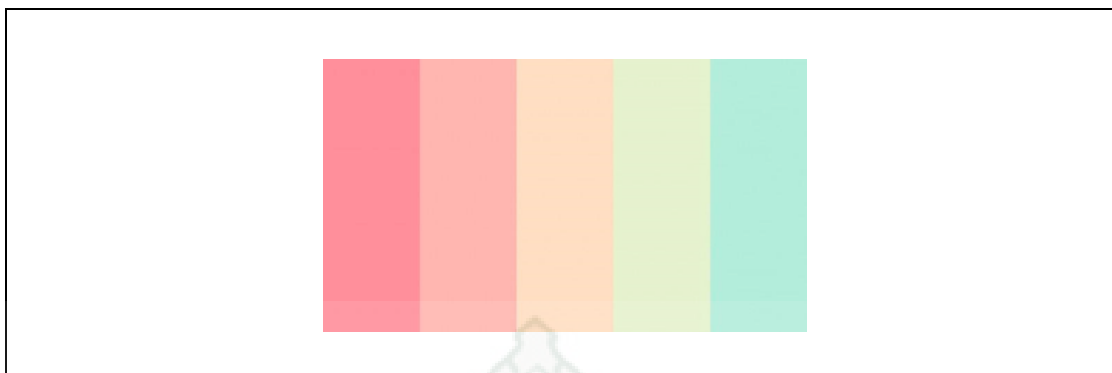
2.3 การใช้ศิลปะบำบัดกับผู้สร้างสรรค์

ผู้สร้างสรรค์มีกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะบำบัด จากลวดลายไทยที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ โดยกลั่นกรองออกมาด้วยวิธีการเขียนเส้นเป็นลวดลายที่ออกมาจากจิตใต้สำนึกด้วยการใช้ลักษณะโทนสีที่มีผลต่อการบำบัดโดยตรง ได้แก่ สีสดใสในโทนพาสเทล เช่น สีชมพู ฟา เขียว ขาว เป็นต้น



ภาพที่ 13 ภาพถ่ายตัวอย่างผลงานศิลปะบำบัดของผู้สร้างสรรค์

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 14 ภาพลักษณะโทนสีบำบัด (โทนสีพาสเทล)

ที่มา: Interior-baby, (ม.ป.ป.), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562,

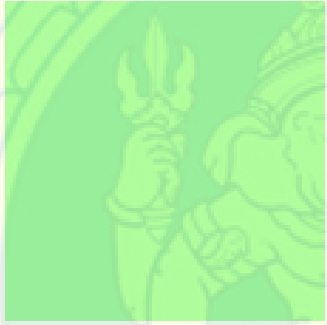
จาก <https://interior-baby.ru/th/color-childrens/>.

2.3.1 สีที่ช่วยในการบำบัดจิต

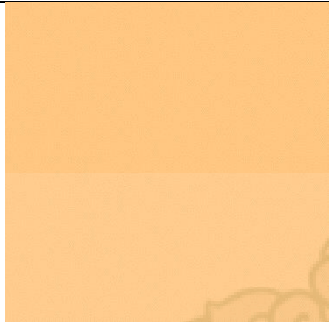
ตารางที่ 2 สีที่มีผลโดยตรงต่อการบำบัดจิต

ลำดับ	สี	คำอธิบาย
1.	สีขาว	สีขาวเป็นสีของแสงธรรมชาติ เป็นสีแห่งความบริสุทธิ์ และมีวัฒนธรรม ใส่ชื่อ สะอาด เปิดเผย มีความงดงามน่าหลงใหล เป็นสีที่หมายถึงการปกป้องคุ้มครอง การให้ ใช้อับห่มอ พยาบาลเพื่อสื่อถึงความอบอุ่น กระทั่งบาทหลวงในศาสนาคริสต์ก็เช่นเดียวกัน
2.	สีชมพู	เป็นที่ผสมขึ้นจากสีแดงแม่สี ผสมกับสีขาว ในสัดส่วน สีแดงร้อยละ 5 สีขาวร้อยละ 95 เพื่อลดความสดจัดของสีแดงลง กลายเป็นสีโทนสว่าง แสดงความรู้สึกอ่อนโยน เบาสบาย และผ่อนคลาย ดูอบอุ่น สะอาด ให้ความรู้สึกน่าทะนุถนอม สีชมพูช่วยให้เกิดการหลั่งฮอร์โมนอดรีนาลีนออกมา ซึ่งจะทำให้การเต้นของกล้ามเนื้อหัวใจช้าลง ความเครียดน้อยลง

ตารางที่ 2 สีที่มีผลโดยตรงต่อการบำบัดจิต (ต่อ)

ลำดับ	สี	คำอธิบาย
3.	 สีฟ้า	เป็นที่ผสมขึ้นจากสีน้ำเงินแม่สี ผสมกับสีขาว ในสัดส่วน สีน้ำเงินร้อยละ 5 สีขาวร้อยละ 95 เพื่อลดความสดจัดของสีน้ำเงินลง กลายเป็นสีโทนสว่าง สีฟ้าอ่อนสามารถทำให้ร่างกายปล่อยฮอร์โมนที่ทำให้อารมณ์สงบลงได้ สีฟ้าช่วยให้รู้สึกผ่อนคลายยามที่เกิดความเครียด สีฟ้าช่วยให้รู้สึกสงบและเยือกเย็น สีฟ้าเป็นสีของน้ำ มีความเคลื่อนไหว และดูแลให้ความรู้สึกถึงเสรีภาพและการปลดปล่อย
4.	 สีเขียว	เป็นที่ผสมขึ้นจากสีเขียวแม่สี ผสมกับสีขาว ในสัดส่วน สีเขียวร้อยละ 5 สีขาวร้อยละ 95 เพื่อลดความสดจัดของสีเขียวลง เป็นสีของธรรมชาติและเป็นสีแห่งความสมดุล สามารถสร้างความกลมกลืน มั่นคง และเยียวยาได้ สีเขียวมีความสำคัญทางการแพทย์ โดยช่วยคืนความสมดุลของจิตใจในผู้ป่วยโรคจิตด้วยสภาพแวดล้อมสีเขียวจะช่วยให้หายเหนื่อย บรรเทาอาการซึมเศร้า บำรุงขวัญกำลังใจ
5.	 สีเหลือง	เป็นที่ผสมขึ้นจากสีเหลืองแม่สี ผสมกับสีขาว ในสัดส่วน สีเหลืองร้อยละ 5 สีขาวร้อยละ 95 เพื่อลดความสดจัดของสีเหลืองลง เป็นสีที่แสดงถึงความฉลาด ความสว่างไสว และความสำเร็จ ถ่ายทอดถึงความหวัง ความสนุกสนานรื่นเริง และความเบิกบาน เป็นสีที่มีความเหมาะสมในการนำมาผสมผสานเข้ากับสีอื่น ๆ หรือจะเลือกใช้ในการบำบัดทางจิตด้วยสี สีเหลืองจะมีพลังอำนาจที่ยิ่งใหญ่ในการสร้างความสมดุลแห่งจิตใจ ช่วยทำให้เกิดการตัดสินใจได้เร็วขึ้น และลดความลังเลลง สีเหลืองมักจะทำให้คนรู้สึกดี และเป็นสีที่ช่วยกำจัดมลพิษของจิตใจด้วยการทำให้คนลดความคิดเชิงลบกับสิ่งต่าง ๆ ลงได้

ตารางที่ 2 สีที่มีผลโดยตรงต่อการบำบัดจิต (ต่อ)

ลำดับ	สี	คำอธิบาย
6.	 สีส้ม	เป็นที่ผสมขึ้นจากสีน้ำเงินแม่สี ผสมกับสีขาวย ในสัดส่วน สีน้ำเงินร้อยละ 5 สีขาวร้อยละ 95 เพื่อลดความสดจัดของสีน้ำเงินลง เป็นสีแห่งความกระตือรือร้น และมองโลกในแง่ดี เป็นสีแห่งความสนุกสนานจิตใจอบอุ่น และเป็นคนใจกว้าง เป็นสีของคนมีอารมณ์ขันและมิตรภาพ คนที่มักจะชอบใส่ชุดสีส้มมักจะเป็นคนที่มีชีวิตและจิตวิญญาณสนุกสนาน เป็นเรื่องนิตย แต่สีส้มก็เป็นสีที่ช่วยเบรกการกระตุ้นพลังงาน เป็นสีที่ทำให้คนรู้สึกอีกheimต่อสู่กับความยากลำบากได้ดี
7.	 สีม่วง	เป็นที่ผสมขึ้นจากสีน้ำเงินแม่สี ผสมกับสีขาวย ในสัดส่วน สีน้ำเงินร้อยละ 5 สีขาวร้อยละ 95 เพื่อลดความสดจัดของสีน้ำเงินลง เป็นสีผู้ดี แบบชนชั้นสูง ดูสง่างามและหรูหรา แสดงถึงสัญญาติญาณ ขวนฝืนให้ความรู้สึกลึกถึงจิตวิญญาณ เป็นสีที่มีความสัมพันธ์กับจิตใจของมนุษย์ โดยสีม่วงอ่อนจะให้ความรู้สึกสบายใจ ผ่อนคลาย

ที่มา: Health Today (2562, ออนไลน์)

สีทั้งหมดที่กล่าวมานั้นเป็นสีที่ได้มีการศึกษาวิจัยว่าสามารถใช้ในการบำบัดให้กับผู้มีอาการโรคซึมเศร้าได้ เพราะสีจะทำให้ผู้รับการบำบัดสงบ และมีความสุขมากขึ้นจากการเห็นสี โดยมีแนวทางสีที่ผ่อนคลายและใช้ในการบำบัดได้ คือโทนสีพาสเทล สีพาสเทลมักจะเป็นเฉดสี ที่มีการผสมสีขาวเข้าไปบางสี การเพิ่มสีขาวเป็นจิตวิทยาอย่างหนึ่ง เพราะสีขาวเป็นสีของแสงและช่วยลดทอนความสดจัดของสี โดยที่ไม่ฆ่าสีแท้ แต่เป็นการทำให้สีแท้ลงปริมาณความสดจัดลง จนเหลือแค่เพียงบรรยากาศความรู้สึกที่ดูอบอุ่น อ่อนโยน เบาสบาย ผ่อนคลาย ดังจะเห็นได้จาก การใช้สีในการบำบัดจิตให้กับผู้ป่วยในกลุ่มอาการ ไฮเปอร์แอคทีฟ (Hyperactive) ซึ่งเป็นกลุ่มอาการของสมาธิสั้น การบำบัดด้วยสีเฉดอ่อนแบบนี้ เป็นการลดสภาวะแวดล้อมที่เข้าไปกระตุ้นให้เกิดความกระวนกระวายลงได้ พร้อมทั้งยังมีส่วนช่วยให้ผ่อนคลาย ลดภาวะซึมเศร้า ทำให้จิตใจสบาย

2.4 การหาข้อมูลจากเอกสาร

2.4.1 หอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศิลปากร การหาข้อมูลสำหรับทำงานสร้างสรรค์ ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ผู้สร้างสรรค์ต้องมีการค้นคว้าข้อมูลทางทฤษฎีต่าง ๆ จากตำราวิชาการ ทั้งหนังสือ สิ่งพิมพ์ รวมทั้งผลงาน วิทยานิพนธ์งานวิจัยทางการแพทย์เรื่องต่าง ๆ เพื่อใช้เป็นต้นแบบในการนำทฤษฎี มาพัฒนา เป็นแนวความคิด และดัดแปลงเป็นผลงานสร้างสรรค์

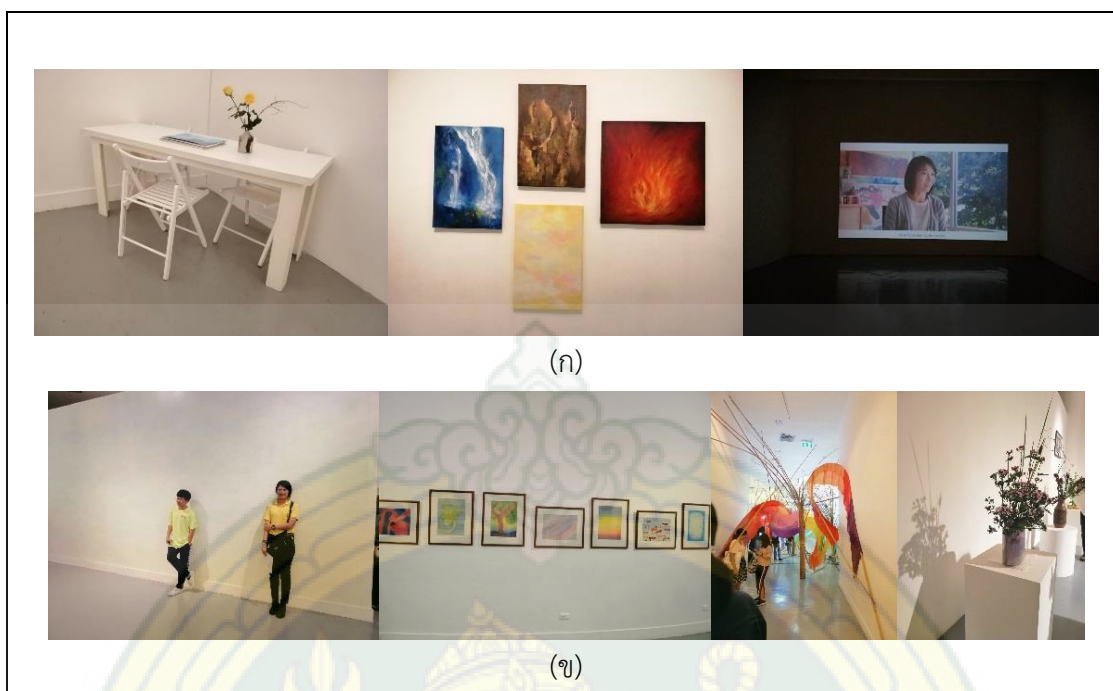
2.4.2 หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร

ผู้สร้างสรรค์ทำการศึกษาข้อมูลทางด้านทฤษฎีเกี่ยวกับศิลปะบำบัด จากการแสดงผลงาน ศิลปะแห่งเหตุปัจจัยและการบำบัด ณ หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร



ภาพที่ 15 ภาพภายในหอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร

ที่มา: Museum Thailand, (ม.ป.ป.), [ออนไลน์], สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562,
จาก <https://www.museumthailand.com/th/museum/Bangkok-Art-and-Culture-Centre>.



ภาพที่ 16 ภาพผลงานจากการจัดแสดงผลงาน ศิลปะแห่งเหตุปัจจัยและการบำบัด

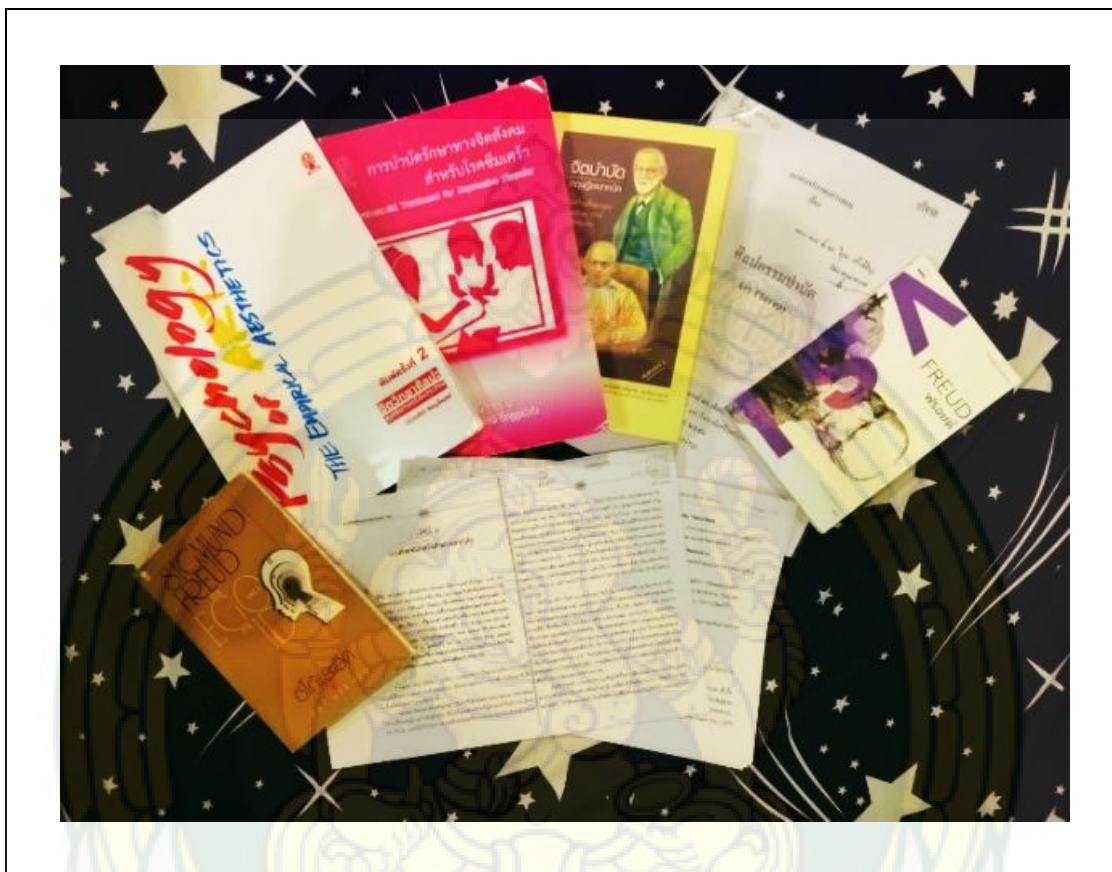
(ก) ภาพถ่ายผลงานศิลปะบำบัดจากการสำรวจของผู้สร้างสรรค์

(ข) ภาพถ่ายของผู้สร้างสรรค์และผลงานศิลปะบำบัดจากการสำรวจ

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

2.4.3 ข้อมูลจากแหล่งหนังสือ และเอกสารทางวิชาการ

ผู้สร้างสรรค์ทำการศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากหนังสือ และเอกสารทางวิชาการต่าง ๆ เพื่อนำข้อมูลดังกล่าวมาสรุปองค์ความรู้



ภาพที่ 17 การหาข้อมูลจากหนังสือด้านทฤษฎีทางจิตวิทยา และการบำบัดสภาวะจิต

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

2.4.4 ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต

ผู้สร้างสรรค์ทำการศึกษาข้อมูลทางด้านทฤษฎี จากบทความทางวิชาการ เอกสารออนไลน์ต่าง ๆ ตลอดจนภาพผลงานศิลปะ และศิลปะบำบัดจากศิลปินไทยและต่างประเทศ

จากการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลที่ทำการศึกษาเบื้องต้น อันประกอบไปด้วยข้อมูลทางทฤษฎี ข้อมูลทางภาคปฏิบัติ และข้อมูลของศิลปินที่ทำการศึกษา ดังคำกล่าวข้างต้นผู้สร้างสรรค์สามารถพัฒนาแนวคิดที่มีลักษณะเฉพาะตน จนนำไปสู่การสร้างสรรค์ผลงานดังต่อไปนี้

3. วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์

ตารางที่ 3 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทวัสดุสำเร็จรูป

ชื่อวัสดุ – อุปกรณ์	คุณสมบัติ	การนำไปใช้
1. วัสดุสำเร็จรูป		
1.1 เพอร์นิเจอร์สำเร็จรูป 	ตู้หนังสือที่ผู้สร้างสรรค์ใช้ ในชีวิตประจำวัน ทำ หน้าที่ในการใส่หนังสือ และวางสิ่งของต่าง ๆ	ใช้เป็นพื้นที่ในการเขียนวาดลาย งานจิตรกรรมลงบนวัสดุสำเร็จรูป เพื่อใช้ในการทำศิลปะบำบัดให้เกิด ความรู้สึกถึงความสบาย ผ่อน คลาย สงบ มีสมาธิ และหลุด ออกจากห่วงของปัญหาได้ใน ระยะเวลาหนึ่ง
	ตู้ลิ้นชักจากห้องนอนของผู้ สร้างสรรค์ ทำหน้าที่ใส่ ของใช้ส่วนตัวที่อยู่ใน ชีวิตประจำวัน	ตู้ลิ้นชักเขียนวาดลายงาน จิตรกรรมบนวัสดุสำเร็จรูป นำไป ประกอบกับผลงานชิ้นอื่น ๆ ใน ลักษณะศิลปะจัดวาง โดยใช้ หลักการศิลปะบำบัดให้เกิด ความรู้สึกถึงความสบาย ผ่อน คลาย สงบ มีสมาธิ และหลุด ออกจากห่วงของปัญหาได้ใน ระยะเวลาหนึ่ง

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ตารางที่ 4 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการทำพื้น

ชื่อวัสดุ – อุปกรณ์	คุณสมบัติ	การนำไปใช้
2. เครื่องมือ อุปกรณ์ในการทำพื้น		
2.1 กระดาษทราย 	ใช้สำหรับขัดพื้นผิวของวัสดุอื่นเพื่อให้วัสดุนั้นเรียบ หรือขัดให้ชั้นพื้นผิวเก่าหลุดออก หรือบางครั้งอาจทำให้พื้นผิวขรุขระมากขึ้นเพื่อเตรียมการรองพื้น	ขัดบนพื้นผิววัสดุก่อนทำการพ่นสีทารองพื้น เพื่อให้พื้นเก่าที่มีความมันวาวจากการเคลือบผิววัสดุหลุดออก เพื่อการเกาะแน่นของพื้นสีที่จะทำการพ่นในขั้นตอนต่อไป
2.2 สีโป๊วขาว Bosny 	ใช้ซ่อมแซม อุดรอยแตกกร้าว รอยเจาะ รูพรุน ของฝาผนัง ฝ้าเพดาน บนผิวคอนกรีต ปูน ไม้ อิฐ กระเบื้อง แผ่นยิปซัม เพื่อให้ผิวเรียบเนียนก่อนใช้สีทับหน้า ทาทับ เหมาะสำหรับงานทั้งภายใน และภายนอก สามารถใช้ได้ทันทีโดยไม่ต้องผสมน้ำ	โป๊วอุดรื้อรอยบนวัสดุที่นำมาใช้ก่อนทำการรองพื้น ด้วยการพ่นสีรองพื้นและทำการเขียนลวดลายในลำดับถัดไป
2.3 เกียงโป๊วสี 	ใช้กับงานสี โป๊วอุด ปาด หรือใช้งานตามที่ต้องการมีให้เลือกหลายขนาดตามหน้ากว้างของเกรียงเหล็ก	ใช้ฉาบหน้าสีโป๊วเพื่อความเรียบเนียนก่อนทำการรองพื้น ด้วยการพ่นสีรองพื้นและทำการเขียนลวดลายในลำดับถัดไป

ตารางที่ 4 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการทำพื้น (ต่อ)

ชื่อวัสดุ - อุปกรณ์	คุณสมบัติ	การนำไปใช้
2. เครื่องมือ อุปกรณ์ในการทำพื้น (ต่อ)		
2.4 สีสเปรย์ Leyland สีเทา 	สีสเปรย์มาตรฐานสูง คุณสมบัติทนแดดทนฝน แห้งเร็ว ยึดเกาะกับพื้นผิวต่าง ๆ ได้ดี ใช้รองพื้นชิ้นงานก่อนพ่นสีหลัก ใช้กับชิ้นส่วนที่เป็นเหล็กได้ดี กันสนิมและแห้งเร็ว	พ่นรองพื้นบนวัสดุสำเร็จรูปเพื่อการยึดเกาะของสี ก่อนพ่นสีจริงลงไปและทำการเขียนลวดลายศิลปะบำบัด เพื่อให้เกิดความรู้สึกถึงความสบาย ผ่อนคลาย สงบ มีสมาธิ
2.5 สีสเปรย์ Leyland สีขาวด้าน 	สีสเปรย์มาตรฐานสูง คุณสมบัติทนแดดทนฝน แห้งเร็ว ยึดเกาะกับพื้นผิวต่าง ๆ ได้ดี ตามการใช้งาน เช่น รถยนต์ ของใช้ในบ้าน เฟอร์นิเจอร์ ตู้เอกสาร ตู้จดหมาย หรืองานตกแต่งผนังต่าง ๆ เป็นต้น	พ่นสีขาวบนวัสดุสำเร็จรูป หลังจากรองพื้นด้วยสีเทาเป็นที่ยอมรับแล้วก่อนทำการเขียนลวดลายศิลปะบำบัด เพื่อให้เกิดความรู้สึกถึงความสบาย ผ่อนคลาย สงบ มีสมาธิ และหลุดออก
2.6 สีพลาสติก 	เป็นสีน้ำประเภทอะคริลิกที่มีคุณภาพสูง มีทั้งชนิดใช้ทาภายในและภายนอก เหมาะสำหรับผนังทุกชนิด เช่น คอนกรีต ปูนพลาสติก อีฐ กระเบื้องแผ่นเรียบ ฯลฯ สามารถทาได้ด้วยแปรงลูกกลิ้งและเครื่องพ่น	ใช้ทารองพื้นสีขาวลงบนวัสดุสำเร็จรูป หลังจากขั้นตอนการโป้วสำหรับวัสดุที่มีความยืดหยุ่นสูง เช่น แก้วพลาสติก พรอมปูพื้นพลาสติก เป็นต้น ก่อนทำการเขียนลวดลายศิลปะบำบัด

ตารางที่ 4 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการทำพื้น (ต่อ)

ชื่อวัสดุ – อุปกรณ์	คุณสมบัติ	การนำไปใช้
2. เครื่องมือ อุปกรณ์ในการทำพื้น (ต่อ)		
2.7 แปรงทาสี 	เป็นแปรงอเนกประสงค์ ขนสังเคราะห์ นุ่ม เหมาะสำหรับทาสี ทาเคลือบ วานิช กาว ไม้ เป็นรอยแปรง ทำความสะอาดง่าย	ใช้ทาสีพื้นสีขาวพลาสติกลงบนวัสดุสำเร็จรูป หลังจากขั้นตอนการโป้วเพื่อเป็นการรองพื้นก่อนทำการเขียนลวดลายศิลปะบำบัด

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ตารางที่ 5 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการสร้างลวดลาย

ชื่อวัสดุ – อุปกรณ์	คุณสมบัติ	การนำไปใช้
3. เครื่องมือ อุปกรณ์ในการเขียนลวดลาย		
3.1 สีอะคริลิก 	สีที่มีส่วนผสมของพลาสติก โพลีเมอร์ (Polymer) มีคุณสมบัติพิเศษ ที่แห้งเร็ว ติดทนนาน พันท์กับวัสดุอื่น ๆ ได้มากมาย เช่น ผ้าแคนวาส จานเซรามิค รองเท้าผ้า โลหะ พลาสติก และไม้ เป็นต้น ลักษณะมีความทึบแสงของทำให้สีชนิดนี้ สามารถผสมกับน้ำ แล้วได้เทกเจอร์ภาพในหลากหลายสไตล์	ใช้สำหรับพื้นที่ลวดลายศิลปะบำบัดและตกแต่งลงบนวัสดุสำเร็จรูป โดยสีที่ใช้ทุกสีจะผสมกับแม่สีขาวทั้งหมด เพื่อให้ได้สีที่เบา สบาย ผ่อนคลาย สงบ มีสมาธิ และหลุดออกจากห้วงของปัญหาได้ในระยะเวลาหนึ่ง

ตารางที่ 5 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการสร้างลวดลาย (ต่อ)

ชื่อวัสดุ - อุปกรณ์	คุณสมบัติ	การนำไปใช้
3. เครื่องมือ อุปกรณ์ในการเขียนลวดลาย		
3.2 พู่กัน 	เป็นอุปกรณ์ที่มีส่วนช่วยให้งานศิลปะ ได้แสดงออกมาอย่างเต็มที่ ลักษณะขนที่อ่อนนุ่ม สามารถอุ้มน้ำ อุ่มสี ได้มาก มีการคืนตัวที่ดี มีแรงสปริง และแรงดีดพอสมควร ทำจากขนสัตว์ หรือขนสังเคราะห์	ใช้คู่กับสีอะคริลิกสำหรับตัดเส้น และระบายสีลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูป โดยพู่กันที่ใช้จะเป็นพู่กันขนยาวเบอร์พิเศษ เพื่อการตัดเส้นที่ลื่นไหล และใช้พู่กันสั้นสำหรับระบายสี เพื่อความอุ่มน้ำ
3.3 ปากกาเคมี 	ลักษณะมีหัวบอร์ดและหัวพู่กันในด้ามเดียว น้ำหมึกกันน้ำ และมีความโปร่งใส สามารถระบายซ้อนทับกันได้เหมาะกับการใช้วาดภาพการ์ตูน, งานออกแบบต่าง ๆ อาทิเช่น ออกแบบผลิตภัณฑ์, ออกแบบตกแต่งภายใน	ใช้สำหรับเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูป โดยปากกาเคมีนี้จะให้ความรู้สึกถึงความเปรี๊ยะเรียบเรียบร้อย ด้วยเส้นที่เขียนมีลักษณะเท่ากันทุกเส้น ต่างจากการใช้พู่กันซึ่งจะให้อารมณ์อีกแบบหนึ่ง
3.4 ฟองน้ำ 	อุปกรณ์ทำความสะอาด เช่น งาน ชาม ถ้วย แก้ว เป็นต้น	ใช้สำหรับแฉะสีให้เกิดพื้นผิวของงาน หลังจากขั้นตอนการเขียนเสร็จสิ้นแล้ว เป็นการลงสีเพิ่มเติมเพื่อลดความรู้สึกแข็งของเส้นลงไป

ตารางที่ 5 วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์ประเภทเครื่องมือ อุปกรณ์ในการสร้างลวดลาย (ต่อ)

ชื่อวัสดุ - อุปกรณ์	คุณสมบัติ	การนำไปใช้
3. เครื่องมือ อุปกรณ์ในการเขียนลวดลาย (ต่อ)		
3.5 สีไม้ 	มีลักษณะคล้ายดินสอแต่ ไล่อ่อนและมีให้เลือกหลายสี ใช้ระบายสีโดยการฝนลงบนวัสดุ ปัจจุบันมีดินสอสีชนิดใช้แทนสีน้ำได้ คือเมื่อระบายเสร็จแล้วใช้น้ำลูบทับบสีที่ระบายไว้จะกลายเป็นสีน้ำทันที ทำให้สะดวกในการทำงานมากขึ้น	ใช้สำหรับร่างโครงรูปทรงและกำหนดขอบเขตของลวดลายที่จะเขียน ก่อนทำการเขียนจริงด้วยสีอะคริลิกหรือปากกาคาเคมีตามลำดับ
3.6 บล็อกสกรีน 	บล็อกสกรีน เป็นองค์ประกอบที่สำคัญอีกประการหนึ่งของงานสกรีน เพราะรูปทรงและแบบของบล็อกสกรีนเป็นส่วนที่จะทำให้งานพิมพ์ออกมาดี	ใช้สำหรับสกรีนลวดลายลงบนชิ้นงานก่อน

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

จากการศึกษา วัสดุอุปกรณ์ของผู้สร้างสรรค์ จำนวนทั้งสิ้น 12 รายการนี้ ผู้สร้างสรรค์ได้แบ่งเป็น 3 ส่วนใหญ่ๆ คือ วัสดุสำเร็จรูปสำหรับใช้งานที่นำมาสร้างสรรค์จริง วัสดุที่ใช้ในขั้นตอนการเตรียมพื้น และวัสดุที่ใช้ในขั้นตอนการเขียนลวดลาย เพื่อใช้ในการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสมในครั้งนี้

4. เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์

4.1 เทคนิคการเตรียมพื้นสำหรับเขียน



ภาพที่ 18 ภาพขั้นตอนการเตรียมพื้นวัสดุสำเร็จรูปสำหรับเขียนลวดลาย

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

การจัดเตรียมพื้นสำหรับวาดลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูป ทำได้โดย นำวัสดุสำเร็จรูปที่ต้องการใช้งานมาขัดหน้าออกด้วยกระดาษทราย เพื่อลบความมันวาวของพื้นผิว จากนั้นใช้สปีร์ยรองพื้นสีเทา เบอร์ W-72 พ่นรองพื้นให้ทั่ว ก่อนพ่นทับด้วยสปีร์ยสีขาวผิวด้าน F-15

4.2 เทคนิคการร่างภาพบนวัสดุสำเร็จรูป



ภาพที่ 19 ภาพขั้นตอนการร่างลวดลายด้วยดินสอสี

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

การร่างภาพลงบนวัสดุสำเร็จรูป ทำได้โดยการใช้ดินสอสีไม้สีอ่อน เพื่อความเบาของภาพร่าง โดยการร่างรูปทรง รูปร่าง เพื่อกำหนดของเขตของการเขียนลวดลาย

4.3 เทคนิคการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูป

การสร้างลวดลายบนวัสดุสำเร็จรูป ทำได้โดยใช้ 2 เทคนิค ดังต่อไปนี้

4.3.1 การสร้างลวดลายด้วยเทคนิคการเขียนปากกาเคมีลงบนพื้นผิววัสดุ

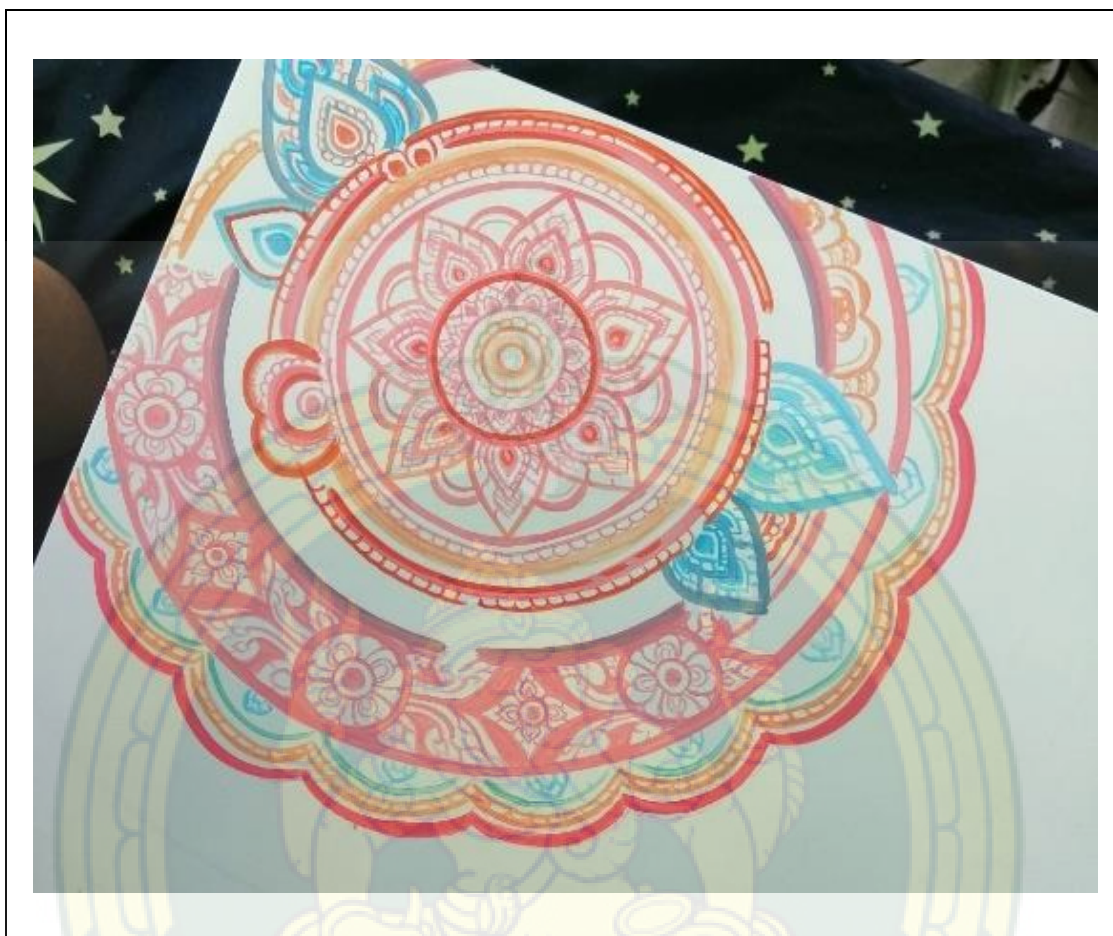


ภาพที่ 20 ภาพขั้นตอนการเขียนลวดลายด้วยปากกาเคมี

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

เส้นที่เขียนด้วยปากกาเคมีจะให้ความรู้สึกถึงการเป็นระเบียบเรียบร้อยของเส้น ด้วยลักษณะของเส้นที่เรียงร้อยออกมาเท่ากันทุกเส้น

4.3.2 การสร้างลวดลายด้วยเทคนิคการตัดเส้นฟูกันลงบนวัสดุ



ภาพที่ 21 ภาพขั้นตอนการตัดเส้นลวดลายด้วยฟูกัน
ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

เส้นจากฟูกันที่จะให้อารมณ์ความรู้สึกของการเขียนแต่ละช่วงอารมณ์ได้เป็นอย่างดี ด้วยเส้นที่ออกมาอย่างอิสระตามน้ำหนักมือ

4.4 เทคนิคการแกะสี



ภาพที่ 22 ภาพเทคนิคการแกะสีด้วยฟองน้ำ

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

เทคนิคการใช้ฟองน้ำแกะสี เป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ เพื่อลดความแข็งของเส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุ ทำได้โดยการใช้ฟองน้ำชุบสีหมาดๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิว เพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

4.5 เทคนิคการสกรีนลวดลาย



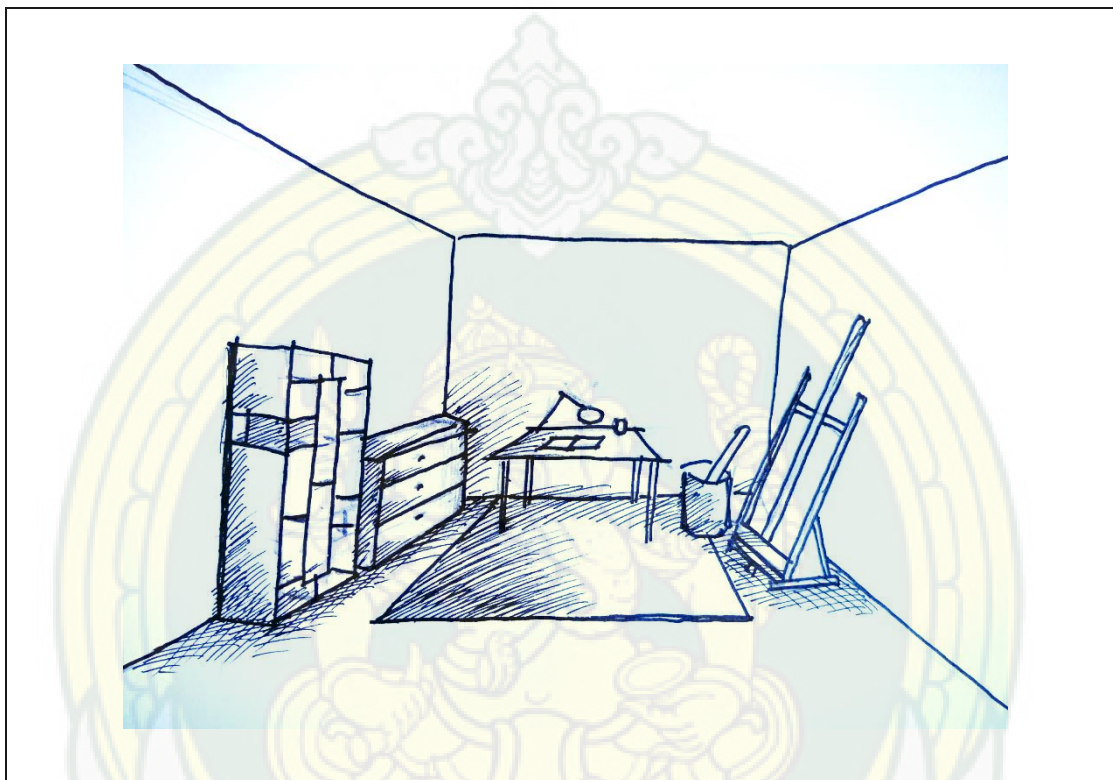
ภาพที่ 23 ภาพเทคนิคการสกรีนลวดลาย

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

เทคนิคการสกรีนลวดลาย เป็นการลอกลวดลายลงบนพื้นผิวที่ทำงาน เพื่อช่วยในการสร้างลวดลายลงบนพื้นผิว

5. ขั้นตอนกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์

การสร้างสรรค์ผลงานนี้ เป็นการสร้างสรรค์ผลงานที่มีลักษณะเป็นชุด โดยเป็นการนำวัสดุสำเร็จรูปในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ ออกมาสร้างสรรค์เป็นผลงานศิลปะบำบัด เช่น โต๊ะ ตู้ ชั้นวางต่าง ๆ มาจัดวางให้เกิดอารมณ์ความรู้สึก โดยผ่านหลักการของศิลปะบำบัด ซึ่งประกอบไปด้วยผลงานทั้งสิ้น 4 ชิ้น นำมาประกอบเป็นผลงาน 1 ชุด



ภาพที่ 24 ภาพร่างผลงานรวมสี่ชิ้น

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ซึ่งประกอบไปด้วยผลงานทั้งสิ้น 4 ชิ้น ดังต่อไปนี้

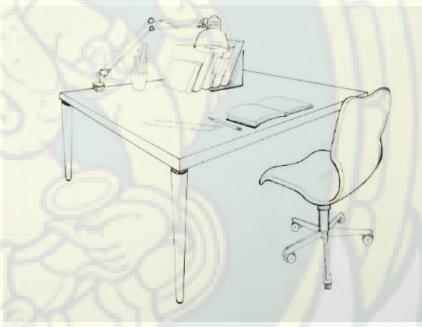
1. ผลงานชิ้นที่ 1 ประกอบด้วย โต๊ะ เก้าอี้ คอมพิวเตอร์ หนังสือ และเครื่องเขียน
2. ผลงานชิ้นที่ 2 ประกอบด้วย ตู้ลิ้นชัก ลิ้นชักไม้วนกระดาก
3. ผลงานชิ้นที่ 3 ประกอบด้วย ชั้นหนังสือ และฐานตั้ง พร้อมหนังสือ
4. ผลงานชิ้นที่ 4 ประกอบด้วยเสื้อปูพื้น และขาตั้งสำหรับวางเฟรม

5.1 การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์(Terminal Project) ขั้นที่ 1

ชื่อ จิตใต้สำนึก 1

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ขั้นที่ 1 เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวางวัสดุสำเร็จรูปในแนวนราบ ลักษณะประกอบด้วยโต๊ะทำงาน โคมไฟ และเก้าอี้ ผู้สร้างสรรค์สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจาก มุมทำงานของผู้สร้างสรรค์เอง ซึ่งการใช้ชีวิตในหนึ่งวันของผู้สร้างสรรค์นั้น ล้วนมีความเกี่ยวข้องกับโต๊ะทำงานทั้งสิ้น โต๊ะทำงานจึงถือเป็นความสำคัญต่อชีวิตของผู้สร้างสรรค์เป็นอย่างยิ่ง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือนการก้าวข้ามขีดจำกัดของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ โต๊ะก็เช่นเดียวกัน จากการใช้งานที่ไว้เขียนหนังสือ แต่เมื่อเป็นงานศิลปะ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการเขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบรู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะของแมนดาลา

ตารางที่ 6 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 1 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 1

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
1. การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ขั้นที่ 1 ภาพร่าง (Sketch) ผลงาน ขั้นที่1 ชื่อ จิตใต้สำนึก 1 เป็นภาพร่างห้องทำงาน ในส่วนประกอบของโต๊ะทำงาน	
2. การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ขั้นที่ 1 (ก) ภาพร่างโต๊ะ (ข) ภาพร่างเก้าอี้ (ค) ภาพร่างโคมไฟ (ง) ภาพร่างหนังสือ (จ) ภาพร่างถังบรรจุดินสอปากกา	 (ก)  (ข)  (ค)  (ง)  (จ)

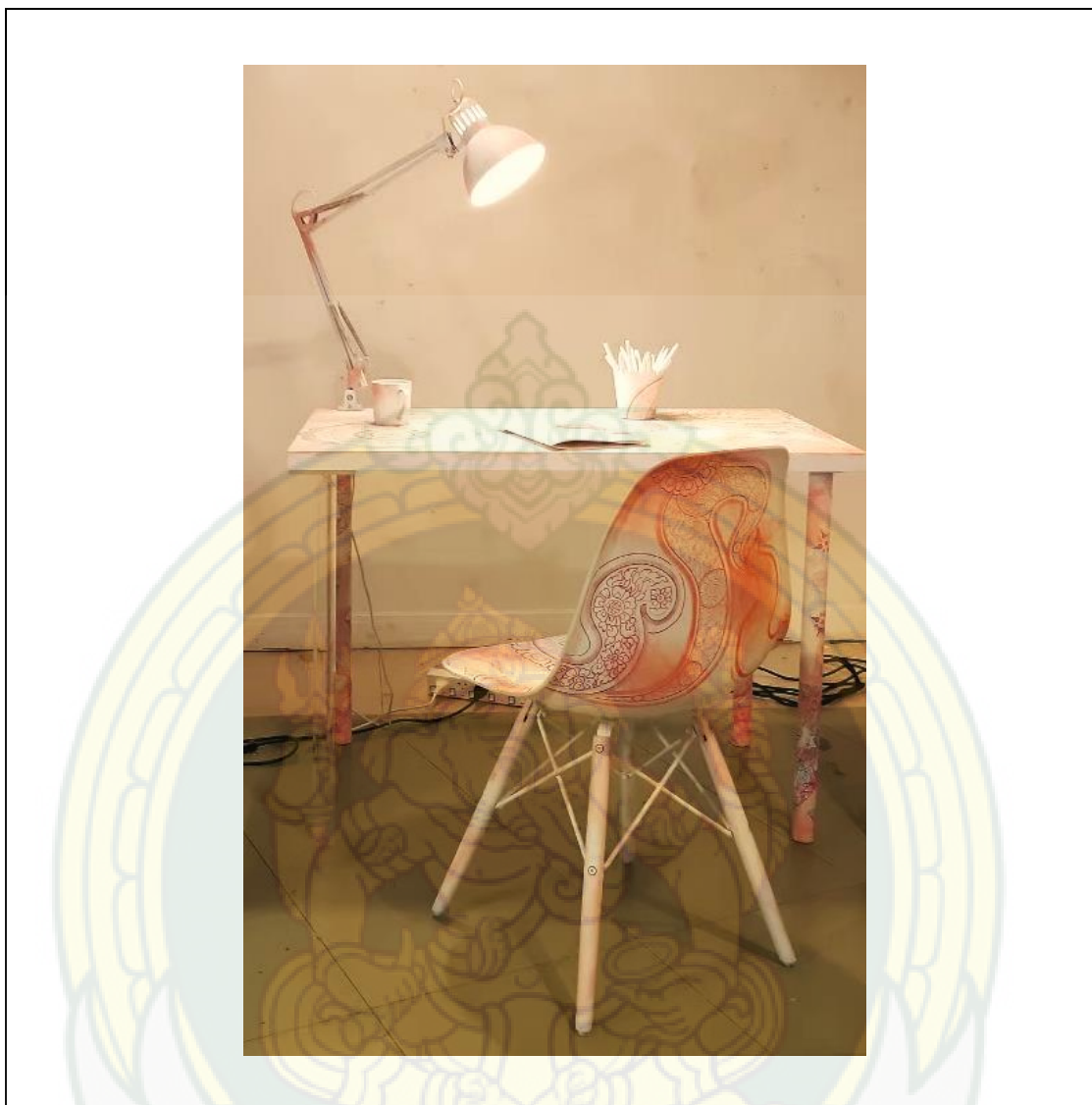
ตารางที่ 6 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 1 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
3. การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1 (ก) ขั้นตอนการพ่นรองพื้นสีเทา (ข) ขั้นตอนการพ่นสีขาวก่อนทำการเขียนลวดลาย	(ก) (ข)
4. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1 (ก) ขั้นตอนการร่างลวดลายโดยใช้สีไม้ในการร่าง (ข) ขั้นตอนการตัดเส้นตามลวดลาย (ค) ขั้นตอนการกำหนดขอบเขตของลวดลายด้วยวงเวียน (ง) ขั้นตอนการเขียนลวดลาย (จ) ขั้นตอนการเขียนลวดลาย (ฉ) ขั้นตอนการทบสี	(ก) (ข) (ค) (ง) (จ) (ฉ)

ตารางที่ 6 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 1 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
5. ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้น ที่ 1 (ก) ภาพผลงาน ของผลงาน ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1 จาก มุมมองด้านหน้า (ข) ภาพผลงาน ของผลงาน ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1 จาก มุมมองด้านบน (ค) ภาพผลงาน ของผลงาน ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1 จากมุมมองด้านข้าง	(ก) (ข) (ค)

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 25 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1

ชื่อศิลปิน นางสาวสายอักษร รักคง

ชื่อผลงาน จิตใต้สำนึก 1

พ.ศ. 2562

เทคนิค จิตรกรรมไทยสื่อผสม

ขนาด แปรผันตามพื้นที่

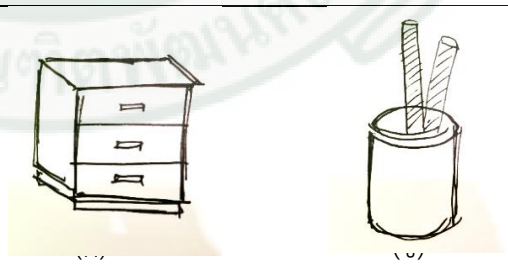
ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

5.2 การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project) ขั้นที่ 2

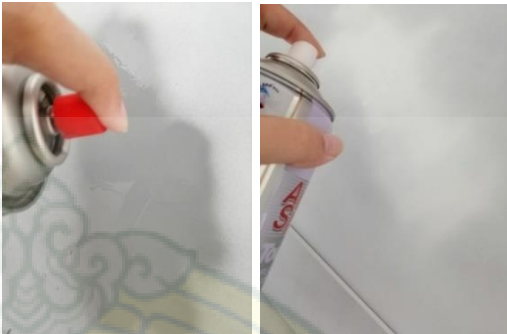
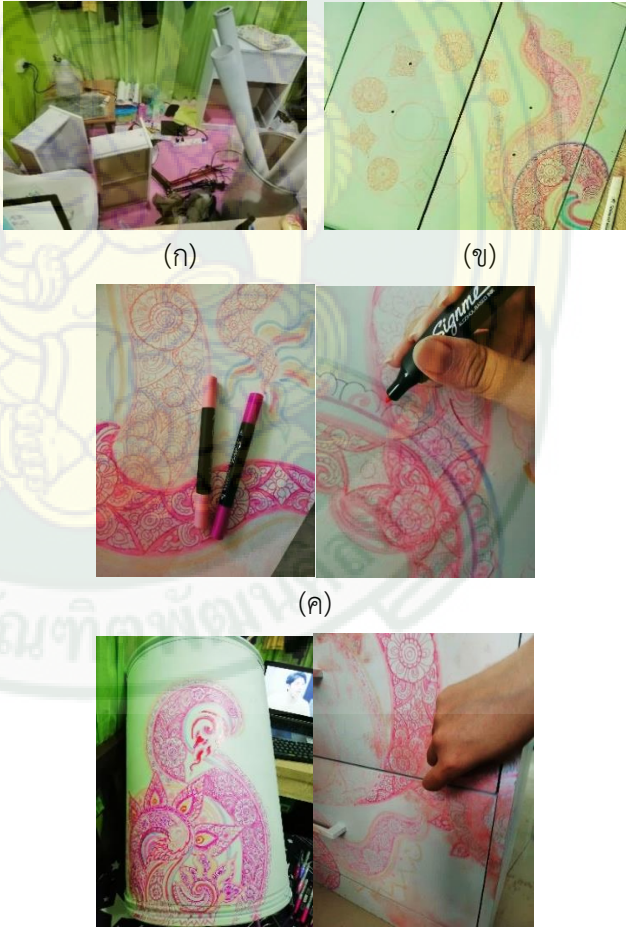
ชื่อ จิตใต้สำนึก 2

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ขั้นที่ 2 เป็นผลงานจิตรกรรมสื่อผสม โดยวิธีการจัดวางวัสดุสำเร็จรูป ในแนวระนาบ ลักษณะประกอบด้วยตุลีนชัก ลังใส่ไม้วนกระดาช และเป็นการรวบรวมผลงานขั้นที่ 1 และขั้นที่ 2 เข้ามาเป็น 1 ชุดของการสร้างสรรค์ ผู้สร้างสรรค์สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจาก มุมทำงานของผู้สร้างสรรค์ซึ่งเป็นมุมหนึ่งของห้อง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือน การก้าวข้ามขีดจำกัด ของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการ เขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบ รู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะ ของแมนดาลา ซึ่งถือว่าเป็นมุมหนึ่ง ที่ให้การผ่อนคลายกับผู้สร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

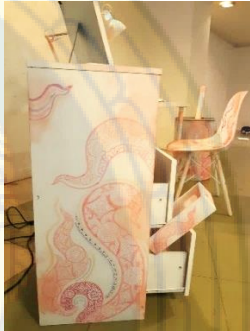
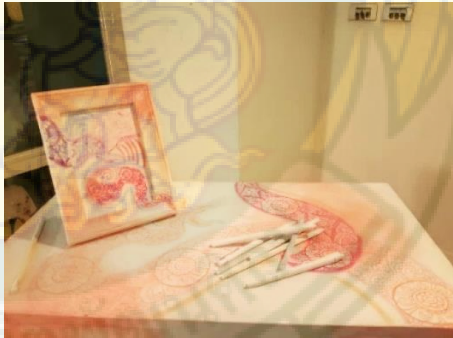
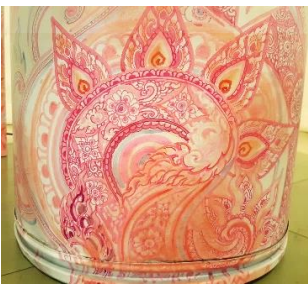
ตารางที่ 7 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 2 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 2

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
1. การสร้างสรรค์ผลงานก่อน วิทยานิพนธ์ขั้นที่ 2 ภาพร่าง (Sketch) ผลงาน ขั้นที่2 ชื่อ จิตใต้สำนึก 2 เป็น ภาพร่างตุลีนชัก	
2. ขั้นตอนนำภาพร่างมาขยาย เป็นผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 2 (ก) ภาพร่างตุลีนชัก (ข) ภาพร่างกล่องใส่ไม้วน กระดาช	

ตารางที่ 7 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 2 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
3. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2 (ก) ขั้นตอนการพ่นรองพื้นสีเทา (ข) ขั้นตอนการพ่นสีขาวก่อนทำการเขียน	 (ก) (ข)
4. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2 (ก) ขั้นตอนการจัดวัสดุอุปกรณ์ หลังการเตรียมพื้น (ข) ขั้นตอนการร่างภาพ (ค) ขั้นตอนการเขียนลวดลาย (ง) ขั้นตอนการทาสี	 (ก) (ข) (ค) (ง)

ตารางที่ 7 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 2 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
5. ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานชิ้นที่ 2 (ก) ภาพผลงานชิ้นที่ 2 จากมุมมองด้านหน้า (ข) ภาพผลงานชิ้นที่ 2 รายละเอียดด้านหน้า (ค) ภาพผลงานชิ้นที่ 2 รายละเอียดด้านข้าง (ง) ภาพผลงานชิ้นที่ 2 รายละเอียดด้านบน (จ) ภาพผลงานชิ้นที่ 2 กล้องใสม้วนกระดาษ (ฉ) ภาพผลงานชิ้นที่ 2 รายละเอียดกล้องใสม้วนกระดาษ	 (ก)  (ข)  (ค)  (ง)  (จ)  (ฉ)

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 26 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2

ชื่อศิลปิน นางสาวสายอักษร รักคง

ชื่อผลงาน จิตใต้สำนึก 2

พ.ศ. 2562

เทคนิค จิตรกรรมไทยสื่อผสม

ขนาด แปรรูปตามพื้นที่

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

5.3 การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project) ขั้นที่ 3

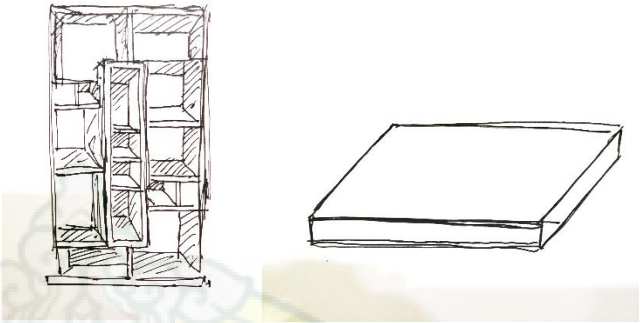
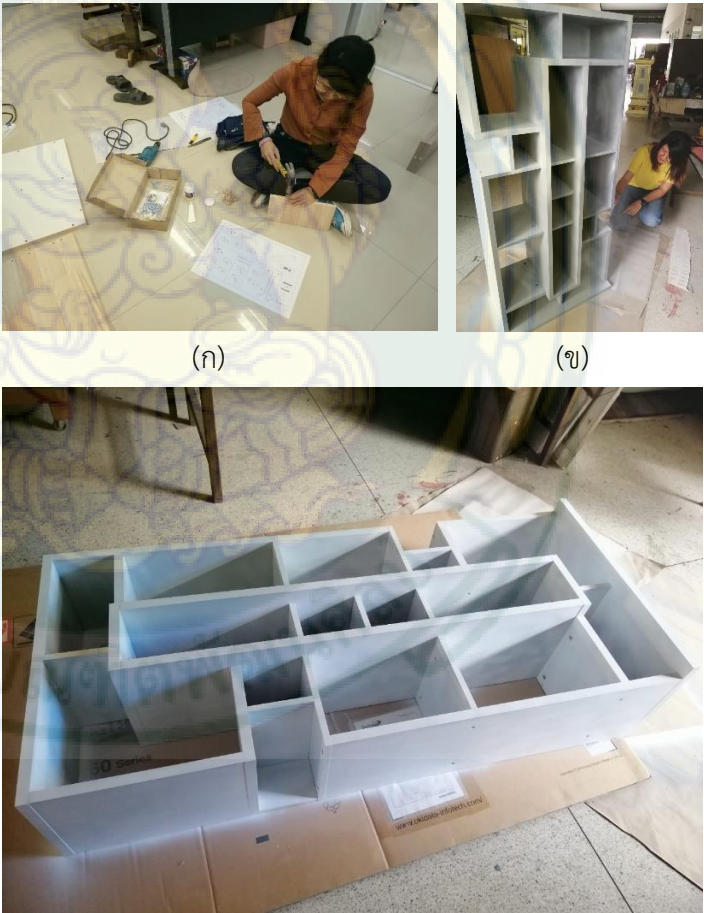
ชื่อ จิตใต้สำนึก 3

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ขั้นที่ 3 เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวาง วัสดุสำเร็จรูปในแนวระนาบ ลักษณะเป็นชั้นวางหนังสือ ภายในประกอบด้วยหนังสือ คอมพิวเตอร์ และแผ่นอะคริลิกใส ผู้สร้างสรรค์สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจาก มุมทำงานของผู้สร้างสรรค์ซึ่งเป็นมุมหนึ่งของห้อง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือนการก้าวข้ามขีดจำกัด ของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการเขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบ รู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะของแมนดาลา ซึ่งถือว่าเป็นมุมหนึ่ง ที่ให้การผ่อนคลายกับผู้สร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

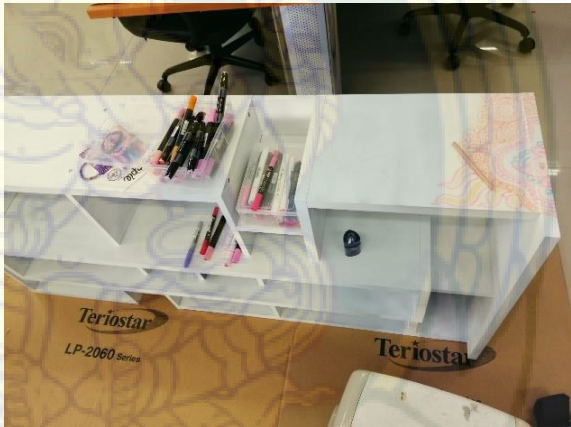
ตารางที่ 8 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 3 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 3

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
1. แบบร่าง 2 มิติ ภาพผลงาน ขั้นที่3 จิตใต้สำนึก 3	
2. แบบร่าง 3 มิติ ภาพผลงาน ขั้นที่3 จิตใต้สำนึก 3	  (ก) (ข)

ตารางที่ 8 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 3 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
3. ขั้นตอนนำภาพร่างมาขยาย ในผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ผลงาน ชั้นที่ 3 (ก) ภาพร่างชั้นหนังสือ (ข) ภาพร่างฐาน	 (ก) (ข)
4. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน ก่อนวิทยานิพนธ์ชั้นที่ 3 (ก) ขั้นตอนการประกอบวัสดุ (ข) ขั้นตอนการพ่นรองพื้นสีเทา (ค) ขั้นตอนการพ่นสีขาวก่อนทำ การเขียนลวดลาย	 (ก) (ข) (ค)

ตารางที่ 8 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 3 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
5. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (ก) ขั้นตอนการร่างลวดลายด้วยสีไม้ (ข) ขั้นตอนการเขียนลวดลาย (ค) ขั้นตอนการทบสี	 (ก)  (ข)  (ค)

ตารางที่ 8 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 3 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
6. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (ก) ภาพขั้นตอนการไปรษณีย์ทำจากโฟมสำหรับติดตั้งด้านในตู้ (ข) ภาพขั้นตอนการประกอบแผ่นอะคริลิกใส	 (ก)  (ข)
7. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (ก) ขั้นตอนการทดลองติดตั้งก่อนแสดงผลงานจริง	 (ก)

ตารางที่ 8 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (Terminal Project) ชื่อ จิตใต้สำนึก 3 (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
8. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 (ก) ภาพผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 จากมุมมองด้านหน้า (ข) ภาพผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 แบบเจาะรายละเอียด (ค) ภาพผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3 มุมมองภายในแผ่นใส	 (ก)  (ข)  (ค)

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 27 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3

ชื่อศิลปิน นางสาวสายอักษร รักคง

ชื่อผลงาน จิตใต้สำนึก 3

พ.ศ. 2562

เทคนิค จิตรกรรมไทยสื่อผสม

ขนาด แปรผันตามพื้นที่

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

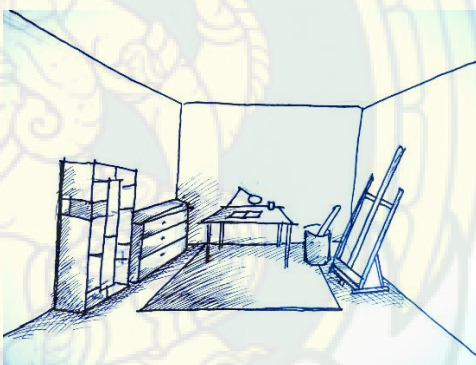
5.4 การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project) ขั้นที่ 4

ชื่อ Perspective Complete

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ขั้นที่ 4 เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวางวัสดุสำเร็จรูปในแนวระนาบ ประกอบด้วยพรมปูพื้น และขาตั้งเฟรม และเป็นการรวมผลงานขั้นที่ 1-4 เป็นหนึ่งมุมของห้องทำงาน ผู้สร้างสรรค์สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจาก มุมทำงานของผู้สร้างสรรค์ซึ่งเป็นมุมหนึ่งของห้อง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือนการก้าวข้ามขีดจำกัด ของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการเขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบ รู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะของแมนดาลา ซึ่งถือว่าเป็นมุมหนึ่ง ที่ให้การผ่อนคลายกับผู้สร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

ตารางที่ 9 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 4 (Terminal Project) ชื่อ

Perspective Complete

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
1. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 4 ภาพร่าง (Sketch) ผลงาน ขั้นที่ 4 ชื่อ Perspective Complete เป็นภาพร่างห้องทำงาน	
2. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ขั้นที่ 4 (ก) ขั้นตอนการประกอบวัสดุโดยใช้วัสดุขาตั้งเฟรม (ข) ขั้นตอนการทาสีรองพื้นก่อนเริ่มเขียนลวดลาย	  (ก) (ข)

ตารางที่ 9 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4 (Terminal Project) ชื่อ
Perspective Complete (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
3. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4 (ก) ขั้นตอนการเขียนลวดลาย บนพื้นผ้า ด้วยสีอะคริลิก (ข) ขั้นตอนการเขียนลวดลาย บนชิ้นงาน	 (ก)  (ข)

ตารางที่ 9 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4 (Terminal Project) ชื่อ
Perspective Complete (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
4. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4 (ก) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงานชั้นที่ 4 ก่อนรวม ชิ้นงาน วัสดุขาตั้งเฟรม (ข) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงานชั้นที่ 4 ก่อนรวม ชิ้นงาน วัสดุพรมปูพื้น	 (ก)  (ข)

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

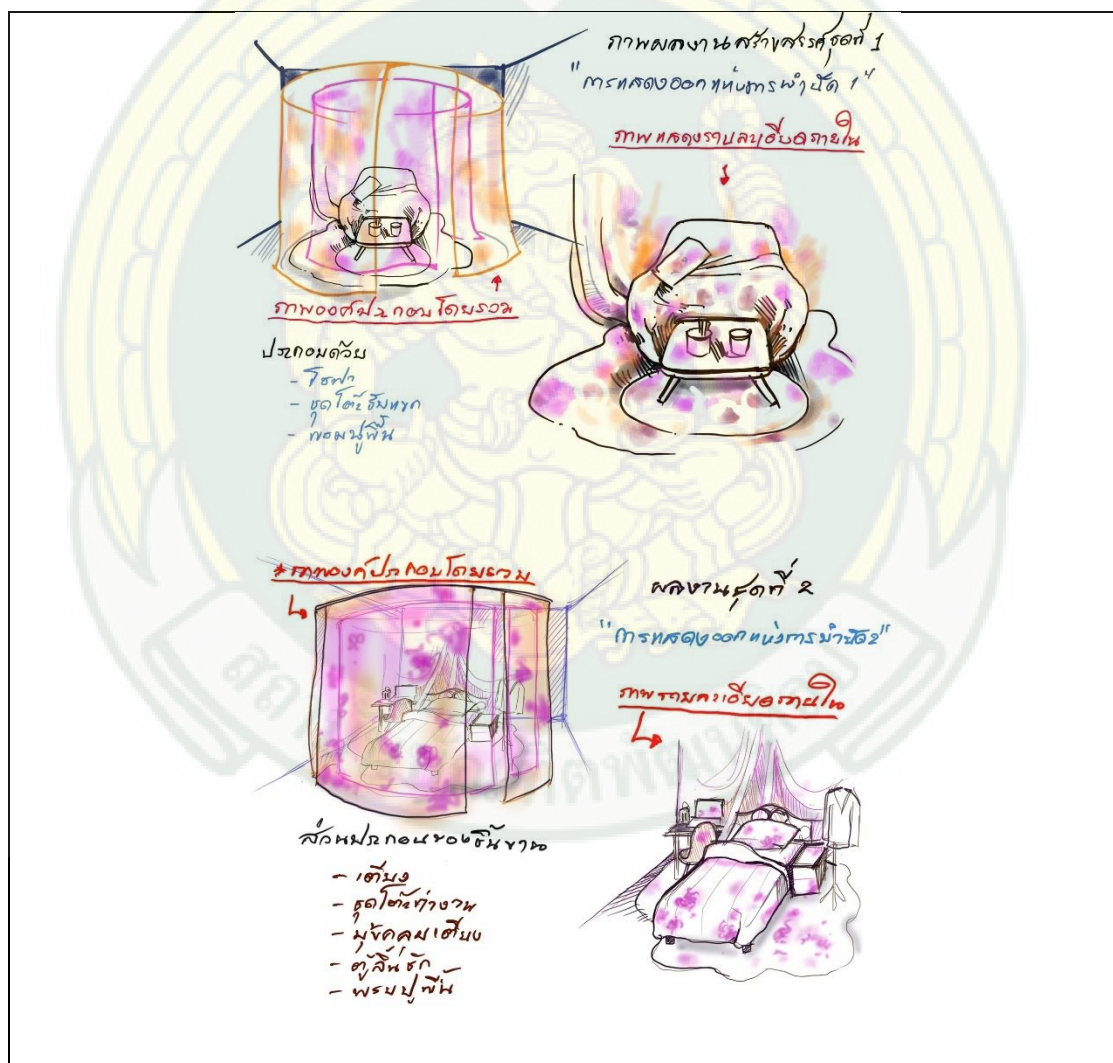


ภาพที่ 28 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	Perspective Complete
พ.ศ.	2562
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

6. ขั้นตอนกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์

การสร้างสรรค์ผลงานในข้อชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะ บำบัดจิต” เป็นการนำเสนอผลงานที่มุ่งเน้นอันเกิดจากประสบการณ์ตรงของผู้สร้างสรรค์ที่เป็นโรคซึมเศร้า โดยการสร้างสรรค์ผลงานในลักษณะลายเส้น ถ่ายทอดออกมาในแนวทางของศิลปะบำบัด ซึ่งสอดคล้องกับหลักการย้ายที่ความเจ็บปวดตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) สร้างสรรค์ผ่านวัสดุที่อยู่ในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ อันมีความสำคัญในการอธิบายความคิด นำมาเรียบเรียง และสร้างสรรค์ผลงานด้วยเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสมให้มีความลงตัว โดยนำเสนอในเทคนิคจิตรกรรมสื่อผสมในรูปแบบศิลปะจัดวาง จำนวน 2 ชุด ประกอบด้วย ชุดห้องนั่งเล่น และชุดห้องนอน



ภาพที่ 29 ภาพแบบร่างผลงานชิ้นที่ 1 และ 2

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

6.1 การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 1 ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด 1”

ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 1 นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ประกอบด้วย โซฟา ผ้าคลุมโซฟา พร้อมชุดโต๊ะหน้าโซฟาสำหรับรับแขกและคอมพิวเตอร์ตั้งพื้น จัดแสดงออกมาในลักษณะของห้องนั่งเล่น ด้วยการจัดวางและจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation) เพื่อการบำบัดสภาวะทางจิต โดยมุ่งเน้นไปที่กระบวนการทางศิลปะ การเลือกเครื่องมือทางศิลปะ เพื่อนำมาบำบัดรักษาโรคซึมเศร้าของผู้สร้างสรรค์ ทั้งนี้เพื่อเป็นการบำบัดสภาวะทางจิตของผู้สร้างสรรค์ผลงาน และสะท้อนให้ผู้เข้าชมผลงานเข้าใจและเข้าถึงการบำบัดสภาวะซึมเศร้า ด้วยการใช้ศิลปะเพื่อการบำบัด ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากปมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้

ตารางที่ 10 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชุดที่1 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด 1”

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
1. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 ภาพร่าง (Sketch) ผลงาน ชิ้นที่ 1 ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด” ภาพมุมมองโดยรวม และภาพแสดงรายละเอียดของวัสดุภายใน	

ตารางที่ 10 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชุดที่1 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 1” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
2. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ก) ขั้นตอนการเตรียมวัสดุ ก่อนการพ่นสีรองพื้น (ข) ขั้นตอนการพ่นรองพื้น ด้วยสีรองพื้นเกาะเหล็กสีเทา เพื่อการยึดเกาะของสี และพ่น สีขาวก่อนการสกรีนลวดลาย	 (ก)  (ข)  (ค)

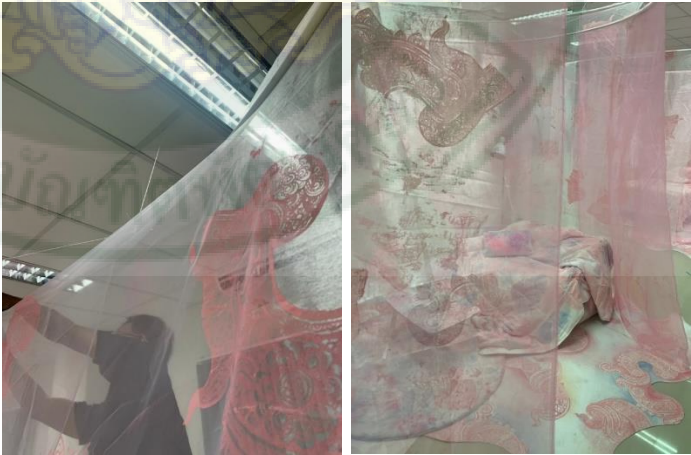
ตารางที่ 10 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่1 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 1” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
3. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ก) ขั้นตอนการพ่น หรือ ระบายสีชมพูบนพื้นผิว เพื่อ การคลุมโทนสีของชิ้นงาน (ข) ขั้นตอนการสร้าง ลวดลายบนพื้นผิวด้วยเทคนิค Stencil หรือ การสกรีน ก่อน การเขียนลวดลายจริง	 (ก)  (ข)

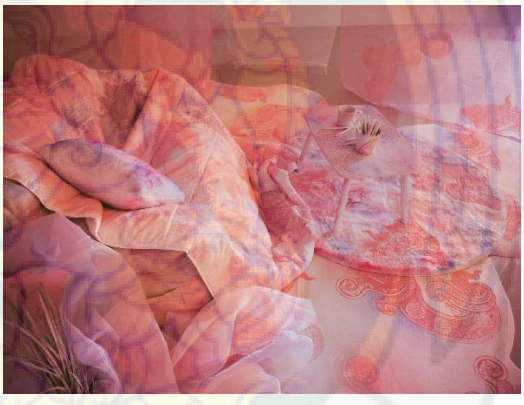
ตารางที่ 10 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่1 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 1” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
4. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ก) ขั้นตอนการเขียน ลวดลายเพิ่มเติมเพื่อสร้างมิติ และการเจาะสีเพื่อคลุมโทน โดยรวมของชิ้นงาน (ข) ขั้นตอนการสร้าง ลวดลายบนผ้ามุ้ง สำหรับใช้ เป็นผ้า màn เพื่อสร้างมิติให้กับ ผลงานสำเร็จ	 (ก)  (ข)

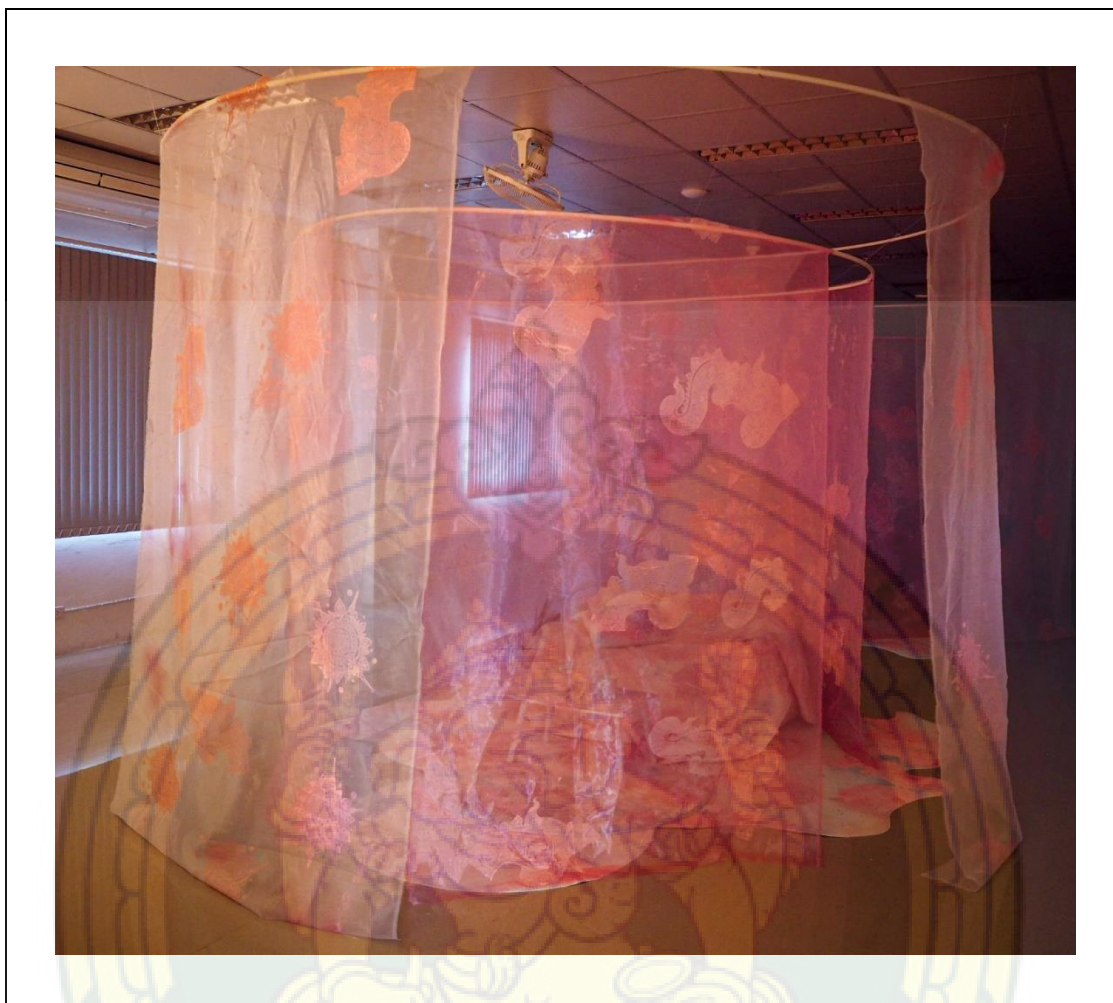
ตารางที่ 10 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่1 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 1” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
5. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ก) ขั้นตอนการทดลองวาง ชิ้นงานจริงก่อนการติดตั้ง (ข) ขั้นตอนการจัดวาง ชิ้นงานและติดตั้งผ้า幔	 (ก)  (ข)

ตารางที่ 10 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่1 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 1” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
6. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ก) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงาน ชุดที่ 1 จากมุมมอง โดยรวม (ข) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงาน ชุดที่ 1 จากมุมมอง ด้านข้าง (ค) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงาน ชุดที่ 1 จากมุมมอง ด้านหน้า	 (ก)  (ข)  (ค)

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 30 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1

ชื่อศิลปิน นางสาวสายอักษร รักคง

ชื่อผลงาน การแสดงออกแห่งการบำบัด 1

พ.ศ. 2564

เทคนิค จิตรกรรมไทยสื่อผสม

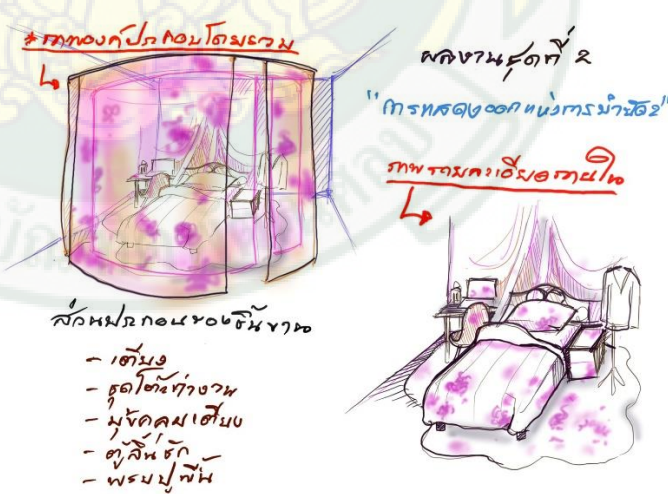
ขนาด แปดผืนตามพื้นที่

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

6.2 การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 2 ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด 2”

ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 2 นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวนอน ด้วยวัสดุสำเร็จรูป ประกอบด้วย เตียง มุ้งคลุมเตียง ชุดโต๊ะทำงาน ตู้ม คอมไฟ และพรมปูพื้น จัดแสดงออกมาในลักษณะของห้องนอน ด้วยการใช้วัสดุที่มีสัมผัสอ่อนนุ่ม เช่น เตียง ที่มีรูปทรงของความโค้งมนจากที่นอน ผสมผสานกับความแข็งแรงของรูปทรงและขนาดที่ใหญ่ จัดวางในลักษณะเป็นจุดนำสายตาเข้าสู่ภายในห้องที่ประกอบด้วยโต๊ะ ตู้ และลดความกระด้าง ของรูปทรงต่าง ๆ ด้วยการวางพรมที่ตัดออกมาในลักษณะของรูปทรงที่อิสระด้วยการจัดวาง จัดรูปแบบการใช้เส้นให้มีความโค้งมน การจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึกเพื่อแสดงออกความรู้สึกถึงความสงบ เรียบง่าย ในการใช้ชีวิต เพื่อการผ่อนคลายทางด้านจิตใจและอารมณ์ความรู้สึกของผู้ชมผลงาน ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation) เพื่อการบำบัดสภาวะทางจิต โดยมุ่งเน้นไปที่กระบวนการทางศิลปะ การเลือกเครื่องมือทางศิลปะ เพื่อนำมาบำบัดรักษาโรคซึมเศร้าของผู้สร้างสรรค์ และสะท้อนให้ผู้เข้าชมผลงานเข้าใจและเข้าถึงการบำบัดสภาวะซึมเศร้า ด้วยการใช้ศิลปะเพื่อการบำบัด ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากบมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้

ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด 2”

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
1. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 ภาพร่าง (Sketch) ผลงาน ขั้นที่ 1 ชื่อ “การแสดงออกแห่งการบำบัด 2”	 ภาพร่างก่อนลงมือทำจริง - เตียง - ชุดโต๊ะทำงาน - มุ้งคลุมเตียง - ตู้ลิ้นชัก - พรมปูพื้น

ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 2” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
2. ขั้นตอนการเตรียมวัสดุและ พื้นสี ผลงานสร้างสรรค์ วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ก) ขั้นตอนการจัดเตรียม วางวัสดุ ก่อนการพ่นสีรองพื้น (ข) ขั้นตอนการพ่นรองพื้น ด้วยสีรองพื้นเกาะเหล็กสีเทา เพื่อการยึดเกาะของสี และพ่น สีขาวก่อนการสร้างลวดลาย ใน ส่วนวัสดุชิ้นเล็ก เช่น โครงเตียง ส่วนประกอบของเตียง (ค) ขั้นตอนการพ่นรองพื้น ด้วยสีรองพื้นเกาะเหล็กสีเทา เพื่อการยึดเกาะของสี และพ่น สีขาวก่อนการสร้างลวดลาย ใน ส่วนวัสดุชิ้นใหญ่ เช่น ตู้ โต๊ะ เก้าอี้	 (ก)  (ข)  (ค)

ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 2” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
3. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ก) ขั้นตอนการพ่น หรือ ระบายสีชมพูบนพื้นผิว เพื่อ การคลุมโทนสีของชิ้นงาน (ข) ขั้นตอนการสร้าง ลวดลายบนพื้นผิวด้วยเทคนิค Stencil หรือ การสกรีน ก่อน การเขียนลวดลายจริง	 (ก)  (ข)

ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 2” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
4. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ก) ขั้นตอนการเขียน ลวดลายเพิ่มเติมเพื่อสร้างมิติ และการเจาะสีเพื่อคลุมโทน โดยรวมของชิ้นงาน (ข) ขั้นตอนการสร้าง ลวดลายบนผ้ามุ้ง สำหรับใช้ เป็นผ้า màn เพื่อสร้างมิติให้กับ ผลงานสำเร็จ	  (ก)   (ข)

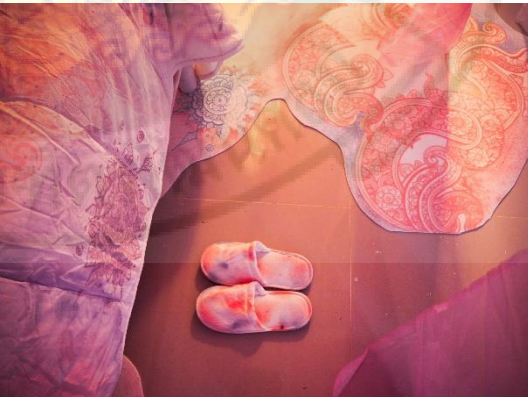
ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 2” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
5. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ก) ขั้นตอนการทดลองวาง ชิ้นงานจริงก่อนการติดตั้ง (ข) ขั้นตอนการจัดวาง ชิ้นงานและติดตั้งผ้าม่าน	 (ก)  (ข)

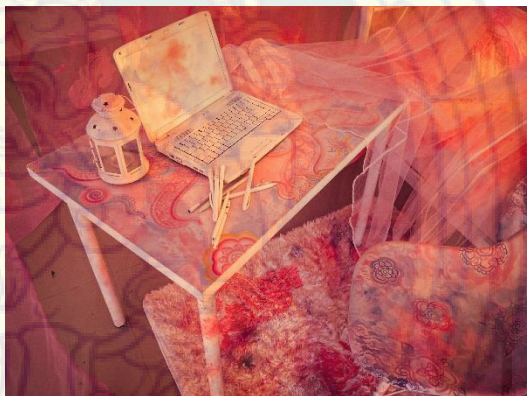
ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 2” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
6. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ก) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงาน ชุดที่ 2 จากมุมมอง โดยรวม (ข) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงาน ชุดที่ 2 จากมุมมอง ด้านข้าง (ค) ภาพผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ ของผลงาน ชุดที่ 2 จากมุมมอง แบบภาพขยายรายละเอียด	 (ก)  (ข)  (ค)

ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 2” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
7. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ก) ภาพผลงานที่เสร็จ สมบูรณ์ของผลงาน ชุดที่ 2 จาก มุมมองแบบภาพขยาย รายละเอียด (ข) ภาพผลงานที่เสร็จ สมบูรณ์ของผลงาน ชุดที่ 2 จาก มุมมองแบบภาพขยาย รายละเอียด (ค) ภาพผลงานที่เสร็จ สมบูรณ์ของผลงาน ชุดที่ 2 จาก มุมมองแบบภาพขยาย รายละเอียด	 (ก)  (ข)  (ค)

ตารางที่ 11 ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่2 (Thetis) ชื่อ “การแสดงออก
แห่งการบำบัด 2” (ต่อ)

ขั้นตอนการสร้างสรรค์	ภาพขั้นตอนการสร้างสรรค์
8. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2	
(ก) ภาพผลงานที่เสร็จ สมบูรณ์ของผลงาน ชุดที่ 2 จาก มุมมองแบบภาพขยาย รายละเอียด	 (ก)
(ข) ภาพผลงานที่เสร็จ สมบูรณ์ของผลงาน ชุดที่ 2 จาก มุมมองแบบภาพขยาย รายละเอียด	 (ข)
(ค) ภาพผลงานที่เสร็จ สมบูรณ์ของผลงาน ชุดที่ 2 จาก มุมมองแบบภาพขยาย รายละเอียด	 (ค)

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 31 ภาพผลงานเสร็จสมบูรณ์ของผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2

ชื่อศิลปิน นางสาวสายอักษร รักคง

ชื่อผลงาน การแสดงออกแห่งการบำบัด 2

พ.ศ. 2564

เทคนิค จิตรกรรมไทยสื่อผสม

ขนาด แปรผันตามพื้นที่

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

สรุป

การสร้างสรรค์ผลงาน ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” เนื่องด้วยผู้สร้างสรรค์เป็นหนึ่งในผู้ที่กำลังประสบกับปัญหาโรคซึมเศร้า จากการเผชิญกับสภาวะการคุกคามทางความรู้สึกอย่างต่อเนื่อง หลายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นส่งผลร้ายทั้งต่อร่างกาย จิตใจ และคนรอบข้าง สภาพแวดล้อมที่ผู้ป่วยต้องเผชิญ สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการนำประสบการณ์ดังกล่าว มาแสดงออกในแนวทางศิลปะบำบัด เพื่อบำบัดตนเอง โดยการศึกษาข้อมูล ร่วมกับการศึกษาทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ทฤษฎีศิลปะบำบัด ตลอดจนทฤษฎีทางเทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน ทำให้สามารถพัฒนางานสร้างสรรค์ได้อย่างเป็นระบบขั้นตอน เพราะต้องการจำลองสภาพแวดล้อมในชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ด้วยการใช้วัสดุสำเร็จรูป ออกมาเป็นผลงานศิลปะที่สะท้อนมุมมองด้านอารมณ์ความรู้สึก จากการศึกษาตลอดจนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ดังกล่าว ก่อเกิดเป็นองค์ความรู้ทางด้านเทคนิคและวิธีการเพื่อการพัฒนาศักยภาพในการสร้างสรรค์ต่อไปในอนาคต



บทที่ 4

การวิเคราะห์และพัฒนาผลงานวิทยานิพนธ์

การสร้างสรรควิทยานิพนธ์ ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” แบ่งโครงสร้างการวิเคราะห์ออกเป็น 2 ประเด็นหลัก ได้แก่ การวิเคราะห์ที่มาและแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ ที่ได้รับจากประสบการณ์ตรง และศิลปินที่ทำการศึกษาร่วมกับการวิเคราะห์ที่ได้ผ่านการศึกษาและทดลอง กลั่นกรองผ่านข้อผิดพลาด รวมถึงปัญหาต่าง ๆ ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาเพื่อหาแนวทางในการสร้างสรรค์ผ่านแนวความคิดและทฤษฎี การค้นคว้าเทคนิคโดยเลือกใช้วัสดุที่แสดงออกถึงแนวความคิด ผ่านทางรูปทรงและสีที่แสดงออกถึงแนวคิดทางศิลปะบำบัด (Art Therapy) ด้วยลักษณะของผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสมบนวัสดุสำเร็จรูป และแสดงออกถึงความงามที่เกิดจากความคิด ความรู้สึก แรงบันดาลใจต่อการพัฒนาตนเองทางด้านการศึกษา ทดลองเทคนิคซึ่งผู้สร้างสรรค์สามารถเข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างกระบวนการสร้างสรรค์ จนเกิดเป็นผลงานที่มีลักษณะเฉพาะตนจากข้อมูลที่กำลังมาข้างต้นสามารถวิเคราะห์ผลงานสร้างสรรค์ออกได้ ดังข้อมูลต่อไปนี้ต่อไป

1. การวิเคราะห์ที่มาแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์

จากชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ในฐานะที่เป็นสตรีเพศ ซึ่งได้รับคำนิยามว่าเป็นเพศที่มีความอ่อนแอและเป็นเพศที่มักจะเสียเปรียบเพศตรงข้ามอยู่เสมอ ผู้สร้างสรรค์ใช้ชีวิตและผ่านพบเจอประสบการณ์ต่าง ๆ มากมายในระยะเวลา 28 ปี มีทั้งดีและร้ายปะปนกันไป เจอกับเหตุการณ์ที่เป็นความโหดร้ายของสตรีเพศ ประกอบกับภาวะความเครียดจากการใช้ชีวิตประจำวัน ความอึดอัด กดดัน บีบคั้นภายในจิตใจ ก่อให้เกิดสภาวะอาการป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง หรือ PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) ซึ่งเกิดจากภาวะความเครียดเฉียบพลันหลังจากพบเจอกับเหตุการณ์ร้ายแรง โดยทางการแพทย์ได้วินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า

จากที่กล่าวนั้น ผู้สร้างสรรค์ได้ตระหนักถึงภัยร้ายแรงที่ผู้ป่วย โรคซึมเศร้าต้องเผชิญ ในภาวะที่สังคมยังไม่ค่อยเปิดใจให้กับผู้ป่วยที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต เป็นที่มาของแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงานที่ถ่ายทอดออกมาในแนวทางของศิลปะบำบัดจิต โดยการสร้างสรรค์ลวดลายที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจาก ลวดลายไทยผสมผสานกับศิลปะแมนดาลา ผ่านสีส้นและลายเส้น ที่มีผล

ต่อการบำบัด โดยการใช้สมาธิในการลากเส้นยาวต่อเนื่องด้วยจิตใจจดจ่อต่อสิ่งที่อยู่ตรงหน้า ก่อเกิดเป็นลายเส้นที่ต่อเนื่องเป็นลวดลายผสมผสานกลมกลืนโดยการใช้สีที่เบาสบาย ลงไปบนวัสดุสำเร็จรูปหลายประเภท เช่นผ้าแก้ว ที่มีลักษณะบางใส แทนลมหายใจที่อ่อนโยน เบาสบาย ซึ่งเป็นวัตถุที่ใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ในการบำบัดสภาวะจิต

2. การวิเคราะห์ข้อมูลจากทฤษฎีที่ใช้ในการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” เป็นผลงานที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากการเจ็บป่วยทางสภาวะจิตของผู้สร้างสรรค์ ด้วยโรคซึมเศร้า ที่เกิดจากการพบเจอเหตุการณ์รุนแรงทางสภาพแวดล้อมสังคมปัจจุบัน จนเกิดสภาวะอาการป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง หรือ PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) ซึ่งเกิดจากภาวะความเครียดเฉียบพลันหลังจากพบเจอกับเหตุการณ์ร้ายแรง โดยทางการแพทย์ได้วินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ผู้สร้างสรรค์จึงได้ทำการศึกษา ข้อมูลทางด้านวิชาการเกี่ยวกับ “โรคซึมเศร้า” อันหมายถึง ภาวะจิตใจที่แสดงออกถึงความผิดปกติทางอารมณ์ เช่น อารมณ์เศร้า เบื่อหน่าย วิตกกังวล ท้อแท้ สิ้นหวังมองโลก ในแง่ลบ ซึ่งอาจจะส่งผลเสียต่อคุณภาพชีวิต และอาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายในที่สุด โดยปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับอาการของโรคซึมเศร้า แบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยภายในจิตใจ ปัจจัยทางด้านความคิด ปัจจัยทางด้านพฤติกรรม และปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การเข้าใจในสาเหตุและปัจจัยของโรคซึมเศร้า จะช่วยให้ผู้รักษารวมถึงผู้ใกล้ชิดเข้าถึงตัวผู้ป่วยได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้ป่วยหายจากอาการโรคซึมเศร้า และลดความเสี่ยงของการป่วยเรื้อรังหรือป่วยซ้ำ เกิดการปรับตัวและมีหน้าที่ทางสังคมที่ดียิ่งขึ้น โดยนำไปสู่การศึกษาทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ซึ่งนับเป็นทฤษฎีหลักที่อธิบายลักษณะอาการและการเกิดขึ้นของโรคซึมเศร้าอย่างดีที่สุด ผู้สร้างสรรค์ได้ศึกษาหลักการของทฤษฎีประกอบกับสำรวจลักษณะอาการที่เกิดขึ้นจากตนเอง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบในการศึกษาและสร้างสรรค์ผลงาน นอกจากนี้ ทฤษฎีดังกล่าวข้างต้น ยังได้มีประโยชน์กับการบำบัดรักษาทางจิตเวชที่ผู้สร้างสรรค์เลือกนำการใช้ศิลปะบำบัด เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการแสดงออก โดยมีข้อมูลประกอบตามทฤษฎีศิลปะบำบัด ที่เป็นรูปแบบหนึ่งของการแพทย์ทางเลือก ที่ประยุกต์ใช้กิจกรรมทางศิลปะเพื่อทำการศึกษาความผิดปกติของกระบวนการทางจิต โดยใช้หลักทางจิตวิทยา เพื่อเข้าสู่จิตใจในระดับจิตไร้สำนึก และเลือกใช้กิจกรรมทางศิลปะที่เหมาะสมช่วยในการบำบัดรักษา โดยผู้สร้างสรรค์เลือกใช้การวาดเขียนเป็นหลักในการแสดงออกทางผลงานศิลปะ ทั้งหมดสามารถนำมาวิเคราะห์ให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดว่าเป็นอย่างไร หรือสภาพจิตมีปัญหาอย่างไร จากที่กล่าวมานั้น การจะทำความเข้าใจในผลงานสร้างสรรค์ในแนวทางศิลปะบำบัด จึงมีความจำเป็นต้องทำการศึกษาทฤษฎีการรับรู้

ทางจิตวิทยาที่ใช้ในการบำบัด ผู้สร้างสรรค์เลือกบำบัดโดยใช้สีเฉดอ่อน ที่ตัวแทนของความสะอาด บริสุทธิ์ ดอกไม้แรกแย้ม ประดูความเป็นผู้หญิงที่ละเอียดอ่อนและสะอาด เฉดสีเหล่านี้ถือว่ามีความอ่อนคลา ยมีสติ และแสดงถึงความเป็นกลาง โดยสีขาวที่ใช้ผสมนั้นแสดงถึงความชัดเจนความไร้เดียงสา ความสะอาด จิตวิญญาณแห่งความบริสุทธิ์ความหวัง ความกว้างขวาง และการเปิดกว้าง เพื่อทำความเข้าใจและนำมาใช้ในการบำบัดรักษาตัวผู้สร้างสรรค์เอง ศิลปะบำบัดนั้น มีประโยชน์ ด้านการพัฒนาอารมณ์ สติปัญญา สมาธิ ทฤษฎีที่ศึกษาปรากฏการณ์ทางจิตทั้งภาวะปกติและภาวะผิดปกติ แต่ละทฤษฎีจะให้มุมมองต่อการพัฒนาทางจิตใจ กระบวนการ และแนวทางการบำบัด ผู้สร้างสรรค์ จึงได้นำแนวทางทฤษฎีสมาธิบำบัดเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของการทำศิลปะบำบัด ทำให้ผู้สร้างสรรค์ พบว่า การบำบัดมีได้หลายวิธี และการกำหนดจิตให้อยู่ในสมาธิ นับเป็นการฝึกจิตให้ไม่สอ ดสาย และสามารถจดจ่อกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า เช่นเดียวกับผู้สร้างสรรค์ที่ใช้วิธีการของสมาธิบำบัดจิต ด้วยการวาดภาพที่เป็นลายเส้น มีลักษณะเป็นวงกลม (Miron) ซึ่งการเขียนวงกลมลักษณะนี้ ถือว่าเป็นการสร้างสมาธิในระดับหนึ่ง ตามแนวคิดของศิลปะแมนดาลา การเขียนลวดลายดังกล่าว เป็นการเขียนที่ต้องกำหนดจิต ควบคุมมือ ผ่านความรู้สึกของสมอง ร่วมกับจิตสำนึกและจิตไร้สำนึก ตาทำหน้าที่รับรู้ จิตเป็นผู้ควบคุมการขีดเขียน ให้ออกมาเป็นผลงานที่มีลักษณะเป็นแบบอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการส่งตรงมาจากจิตใต้สำนึก ซึ่งเป็นการบำบัดจิตเพื่อนำเอาตะกอนทางความรู้สึกส่งถ่าย ออกมาเป็นภาพ ในการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้ ได้ทำการศึกษาข้อมูลของการทำงานภาวะอัตโนมัติ (automatism) จึงมีความจำเป็นต้องทำการศึกษาทฤษฎี อัตโนมัตินิยม (Automitism) และการสร้างสรรค์ ของศิลปินศึกษา ที่ทำให้เห็นได้ว่าจิตใต้สำนึกมีความสำคัญ อันจะนำไปสู่รูปแบบในการสร้างสรรค์ที่มี ลักษณะเฉพาะตน อันแฝงอยู่ในจิตวิญญาณของผู้สร้างสรรค์คือ ความเป็นไทย ซึ่งตัวผู้สร้างสรรค์เอง ได้นำความรู้สึกของความเป็นจิตวิญญาณที่ฝังแน่นอยู่ภายในถึงความเป็นคนไทย เป็นผู้หญิงไทย เป็น คนที่รักศิลปวัฒนธรรมอันละเอียดอ่อนของคนไทย งานศิลปะไทยที่วิจิตรงดงาม อันเป็นเอกลักษณ์ ประจำชาติ ที่ผู้สร้างสรรค์เลือกมา ใช้เป็นรูปแบบหลักในการสร้างสรรค์ คือการผูกวลดลายที่มีที่ มา จากงานศิลปะไทยโดยการนำเสนอในลักษณะ ศิลปะจัดวาง (Installation) เพราะต้องการจำลอง สภาพแวดล้อมในชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ด้วยการใช้วัสดุสำเร็จรูป ออกมาเป็นผลงานศิลปะที่สะท้อน มุมมองด้านอารมณ์ความรู้สึก ผ่านกระบวนการศิลปะบำบัดดังกล่าว

3. การวิเคราะห์ศิลปินที่ทำการศึกษากี่ยวเนื่องกับงานสร้างสรรค์

การเลือกศิลปินที่ทำการศึกษานั้น ผู้สร้างสรรค์ได้ทำการศึกษถึงแนวคิด เทคนิค และวิธีการสร้างสรรค์ของศิลปินที่มีกระบวนการคิดที่สอดคล้อง รวมถึงมีรูปแบบและกระบวนการ ที่ผู้สร้างสรรค์ให้ความสนใจ โดยศิลปินที่ทำการศึกษา ประกอบด้วย เมตตา สุวรรณศรี ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงาน ที่แสดงถึงความรักของแม่ที่มีต่อลูก ผ่านการใช้ความพยายามในการถักเส้นใยขึ้นมาทีละเส้น ครอบคลุมไปบนโครงวัสดุที่ศิลปินได้มีการสร้างขึ้นมาจากรูปทรงที่ได้จากภาพวาดของลูก ที่ถ่ายทอดออกมาจากจิตไร้สำนึก จากแนวคิดดังกล่าว ประกอบกับตัวของผู้สร้างสรรค์ที่กำลังประสบกับปัญหาของโรคซึมเศร้า ส่งผลให้ผู้สร้างสรรค์ สนใจในการศึกษาแนวความคิดที่เกี่ยวกับการแสดงออกของสภาวะทางจิต ทำให้ผู้สร้างสรรค์เกิดแรงบันดาลใจในการนำลักษณะการทำงานที่ได้จากจิตไร้สำนึก มาถ่ายทอดผ่านลายเส้นของลวดลายที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ ออกมาในแนวทางการบำบัด สอดคล้องกับ ยาโยอิ คุซามะ (Yayoi Kusama) ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงานอันเกิดจากจิตใต้สำนึก ภายใต้อาณัติใจที่ผิดปกติ ผู้สร้างสรรค์ได้นำแนวคิดและแรงบันดาลใจในการแต่งแต้มลวดลายที่เป็นลักษณะของการซ้ำซ้อน อันเกิดมาจากจิตใต้สำนึก และความชำนาญในลวดลายที่เป็นตัวตนของผู้สร้างสรรค์เอง มาถ่ายทอดผ่านสภาวะจิตที่ผิดปกติของผู้สร้างสรรค์ ลงบนวัสดุต่างๆ วินเซนต์ แวนโก๊ะ (Vincent Van Gogh) ศิลปินชาวเนเธอร์แลนด์ ผู้มีอาการของโรคซึมเศร้า ได้สร้างผลงาน “Starry Night” ภาพนี้นับเป็นผลงานสำคัญในช่วงปลายชีวิตของเขา เขาพบว่า ศิลปะสามารถเยียวยาความเจ็บปวด ความทุกข์ทรมาน แวนโก๊ะ วาดภาพวิวนอกหน้าต่างห้องพักจากจินตนาการของตัวเอง ด้วยภาพท้องฟ้าที่บรรจบกับผืนทะเล เป็นเกลียวคลื่นที่หมุนวน แต่มีดวงจันทร์ลอยเด่น ผีประหลาดอันทรงพลังจนกลายเป็นเอกลักษณ์ อีกทั้งการใช้สีที่บ่งบอกสภาวะของอารมณ์ ที่สามารถถ่ายทอดความรู้สึกพลุ่งพล่าน ในช่วงที่สภาพจิตใจเร้าร้อน หรือการใช้สีหม่นเศร้า ที่สะท้อนถึงความหดหู่ในช่วงสุดท้ายของชีวิต จากแนวคิดดังกล่าว ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงานอันเกิดจากจิตใต้สำนึก ภายใต้อาณัติใจที่ผิดปกติ หลุยส์ เวิน (Louis Wain) ศิลปินชาวอังกฤษที่รู้จักกันดีในการวาดภาพ แมวหัวโตตากลม ให้เป็นศิลปะแบบมานุษยรูปนิยม (Anthropomorphism) หรือบุคลลวัต คือการใส่บุคลิกลักษณะทางของคนที่ให้กับสิ่งที่ไม่ใช่มนุษย์ สามารถสังเกตเห็นถึงความเปลี่ยนแปลงทางสภาวะอารมณ์ได้อย่างชัดเจน เนื่องจากการที่ศิลปินนั้น วาดภาพแมวมาตลอดชีวิต โดยผลงานของเวินในระยะหลังจากเริ่มมีอาการนั้น เริ่มมีการลดทอนรายละเอียดลงอย่างชัดเจน เริ่มปรากฏเป็นลวดลายที่ซ้ำกัน ในขณะเดียวกันก็เริ่มใช้สีสันทึบสกปรกขึ้น ลดความสำคัญของแสงเงา แสดงให้เห็นถึงการลดการรับรู้ของศิลปินที่มาจากภาวะอาการทางจิต ภายหลังศิลปินเริ่มลดทอนลงใช้สัญลักษณ์ที่เป็นเรขาคณิต และเริ่มใช้สีสันทึบสกปรกมากขึ้น โดยในระยะหลังสุดนั้นในช่วงที่ศิลปินเริ่มตัดขาดจากโลกภายนอกอย่างสิ้นเชิง เริ่มมีใช้รูปเรขาคณิต

ที่มองไม่เห็นรูปทรง แต่ยังคงมีความสามารถเท่ากันทั้งสองข้าง แสดงถึงความคิดที่เกิดขึ้นวนเวียนซ้ำกันในจิตใจ และการย่ำคิดย่ำทำ และเนื่องจากหนึ่งในอาการของโรคซึมเศร้าที่ผู้สร้างสรรค์กำลังประสบอยู่นั้น คืออาการวิตกกังวลและย่ำคิดย่ำทำ ผู้สร้างสรรค์มักสร้างสรรค์ผลงานที่เกิดจากลวดลายที่มีลักษณะซ้ำกัน ผู้สร้างสรรค์จึงได้ศึกษากระบวนการแรงบันดาลใจของศิลปิน ที่มีภาวะอาการป่วยทางจิต เพื่อศึกษาลักษณะกระบวนการคลี่คลายรูปทรง ตามลักษณะอาการป่วยของศิลปิน และเอ็ดเวิร์ด มุงค์ (Edvard Munch) ศิลปินชาวนอร์เวย์ ผู้มีอาการของโรคซึมเศร้า เขาสร้างสรรค์ผลงาน “The scream” ภาพผู้ชายคนหนึ่งแสดงลักษณะอาการกรีดร้อง ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงอารมณ์และสภาพจิตใจภายในที่ปวดร้าวของศิลปิน ผลงานชิ้นนี้เป็นภาพที่แสดงออกถึงลักษณะการผสมผสานระหว่างความขัดแย้ง เย้ยหยัน แต่ก็ยังแสดงให้เห็นถึงอารมณ์อ่อนไหวภายใน ด้วยลักษณะลายเส้นที่บิดเบี้ยวของรูปร่างคนที่เป็นตัวแทนของศิลปินเอง และสีสันทันในภาพที่มีลักษณะมืดมน แต่ถึงอย่างนั้น ก็มีความโดดเด่นจากการไล่สีแดงลงบนท้องฟ้า เป็นการถ่ายทอดแรงกดดัน ความกลัว ความเจ็บปวดร้าวที่ซ่อนอยู่ภายในสภาพจิตใจของศิลปิน จากศิลปินที่กล่าวมาทั้งหมดนั้น ผู้สร้างสรรค์ได้ศึกษาจนเกิดความลงตัวทั้งทางด้านแนวความคิดและกระบวนการสร้างสรรค์ จนสามารถเป็นแนวทางที่จะใช้พัฒนาผลงานในลำดับต่อไป

4. วิเคราะห์การสร้างสรรค์และเทคนิควิธีการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” เป็นผลงานที่เกิดจากการที่ผู้สร้างสรรค์กำลังประสบกับปัญหาโรคซึมเศร้า (Depression) สภาวะหลายอย่างที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นส่งผลร้ายทั้งต่อร่างกาย จิตใจ และคนรอบข้าง จากปัญหาดังกล่าวผู้สร้างสรรค์จึงต้องการเป็นส่วนหนึ่งที่จะสะท้อนให้ผู้คนในสังคมหันมาเห็นความสำคัญของปัญหาโรคซึมเศร้า ด้วยการแสดงออกเป็นผลงานศิลปะ ที่นำเสนอไปในแนวทางบำบัดจิตด้วยศิลปะ ด้วยการวาดลวดลายเป็นเส้นที่อิสระแต่แฝงไว้ด้วยที่มีลักษณะคล้ายศิลปะแมนดาลา ซึ่งเป็นศิลปะที่เบบที่นำมาใช้ในการบำบัดร่วมกับศิลปะไทยที่เป็นศิลปะที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ ซึ่งต้องใช้สมาธิจดจ่อต่อสิ่งที่อยู่ตรงหน้าทำให้เกิดความสงบ มีสติ หลุดพ้นจากปัญหาที่เป็นปมภายในจิตใจ โดยย้ายที่ความเจ็บปวดตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ที่กล่าวไว้ว่า เมื่อมนุษย์พบกับปัญหาและพยายามหาหนทางออกจากสภาพความเป็นจริงของชีวิต แต่บางครั้ง ก็ไม่สามารถพบทางออกที่จะแก้ปัญหาได้โดยตรงสักทีเดียว ทำให้เกิดภาวะเก็บกด ซึมเศร้า ครุ่นคิด เพื่อหาหนทางให้กับปัญหา ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองก็เป็นบุคคลหนึ่ง ที่ซ่อนปมปัญหาเอาไว้ และพยายามหาหนทางออกให้กับตนเอง เพื่อผ่อนคลายความทุกข์ทางใจ โดยการเลือกใช้ศิลปะบำบัด สร้างสรรค์เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม

(Thai Painting Mix Media) ด้วยการใช้ศิลปะบำบัด โดยการนำเสนอในแนวทางศิลปะจัดวาง (Installation Art) ที่ใช้วัสดุสำเร็จรูป และวัตถุจากชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์

5. การค้นคว้าและทดลองเทคนิคสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project)

การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ระยะที่ 1 เป็นการแสดงออกในแนวทางศิลปะบำบัด ที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อบำบัดตนเองจากโรคซึมเศร้า อันเกิดจากสภาวะความตึงเครียดกดดัน จากประสบการณ์ในชีวิตอันเลวร้ายที่ผู้สร้างสรรค์ได้ประสบพบเจอมา ผ่านผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวางวัสดุสำเร็จรูปในแนวนอน เป็นการนำวัสดุสำเร็จรูปในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ ออกมาสร้างสรรค์เป็นผลงานศิลปะบำบัด เช่น โต๊ะ ตู้ ชั้นวางต่าง ๆ มาจัดวางให้เกิดอารมณ์ความรู้สึก โดยผ่านหลักการของศิลปะบำบัด ซึ่งประกอบไปด้วยผลงานทั้งสิ้น 4 ชิ้น นำมาประกอบเป็นผลงาน 1 ชุด

ซึ่งประกอบไปด้วยผลงานทั้งสิ้น 4 ชิ้น ดังต่อไปนี้

1. ผลงานชิ้นที่ 1 ประกอบด้วย โต๊ะ เก้าอี้ คอมไฟ หนังสือ และเครื่องเขียน
2. ผลงานชิ้นที่ 2 ประกอบด้วย ตู้ลิ้นชัก ลิ้นชักไม้วนกระดาด
3. ผลงานชิ้นที่ 3 ประกอบด้วย ชั้นหนังสือ และฐานตั้ง พร้อมหนังสือ
4. ผลงานชิ้นที่ 4 ประกอบด้วยเสื่อปูพื้น และขาตั้งสำหรับวางเฟรม พร้อมประกอบจัดวาง

เข้าด้วยกันเป็นลักษณะของห้องทำงาน

5.1 ภาพผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชิ้นที่ 1 (Terminal Project)



ภาพที่ 32 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชิ้นที่ 1

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	จิตใต้สำนึก 1
พ.ศ.	2562
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปดพันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

แนวความคิดผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project) ชั้นที่ 1

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชั้นที่ 1 เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวาง วัสดุสำเร็จรูปในแนวระนาบ ลักษณะประกอบด้วยโต๊ะทำงาน โคมไฟ และเก้าอี้ ผู้สร้างสรรค์ สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจาก มุมทำงานของผู้สร้างสรรค์เอง ซึ่งการใช้ชีวิตในหนึ่งวันของผู้สร้างสรรคนั้น ล้วนมีความเกี่ยวข้องกับโต๊ะทำงานทั้งสิ้น โต๊ะทำงานจึงถือเป็นความสำคัญต่อชีวิตของผู้สร้างสรรค์เป็นอย่างยิ่ง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือนการก้าวข้ามขีดจำกัดของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ โต๊ะก็เช่นเดียวกัน จากการใช้งานที่ไว้เขียนหนังสือ แต่เมื่อเป็นงานศิลปะ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการเขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบ รู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะของแมนดาลา

เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์

สร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม ด้วยการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูปประเภทเฟอร์นิเจอร์ มีการทำพื้นด้วยการพ่นสีขาวลงบนตัววัสดุทุกชิ้น เพื่อเป็นการแสดงออกถึงสีอันบริสุทธิ์ นับเป็นสีหลักในโทนสีบำบัด จากนั้นใช้พู่กันเขียนลวดลาย ด้วยสีอะคริลิก และใช้พองน้ำในการเจือสีเพื่อเป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ ลดความแข็งของเส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุ ทำได้โดยการใช้พองน้ำชุบสีหมาดๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิวเพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

วิธีการนำเสนอ

นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ประกอบด้วยโต๊ะทำงาน โคมไฟ และเก้าอี้ ด้วยการจัดวางและจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation)

ปัญหาในการสร้างสรรค์

วัสดุบางส่วนที่นำมาทำพื้นเกิดการหลุดร่อน เนื่องจากตัววัสดุทำจากพลาสติกและยืดหยุ่นทำให้สีรองพื้นไม่ยึดเกาะ รวมถึงการใช้สีอะคริลิกและพู่กันในการตัดเส้นค่อนข้างช้า ทำให้ปริมาณงานที่ออกมาดูน้อย เมื่อเทียบกับเวลาที่ต้องนำเสนอผลงาน

5.2 ภาพผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชิ้นที่ 2 (Terminal Project)



ภาพที่ 33 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชิ้นที่ 2

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	จิตใต้สำนึก 2
พ.ศ.	2562
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสีผสม
ขนาด	แป้นตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

แนวความคิดผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project) ชั้นที่ 2

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชั้นที่ 2 เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวางวัสดุสำเร็จรูป ในแนวระนาบ ลักษณะประกอบด้วยตุ้ล้นชัก ลังใส่ม้วนกระดาษ และเป็นการรวบรวมผลงาน ชั้นที่ 1 และชั้นที่ 2 เข้ามาเป็น 1 ชุดของการสร้างสรรค์ ผู้สร้างสรรค์สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจากมูมทำงานของผู้สร้างสรรค์ซึ่งเป็นมูมหนึ่งของห้อง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือน การก้าวข้ามขีดจำกัด ของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการเขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบ รู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะของแมนดาลา ซึ่งถือว่าเป็นมูมหนึ่ง ที่ให้การผ่อนคลายกับผู้สร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์

สร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม ด้วยการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูป ประเภทเฟอร์นิเจอร์ มีการทำพื้นด้วยการพ่นสีขาวลงบนตัววัสดุทุกชิ้น เพื่อเป็นการแสดงออกถึงสีอันบริสุทธิ์ และนับเป็นสีหลักในโทนสีบำบัด มีการแก้ปัญหาจากชั้นที่ 1 ด้วยการพ่นวัสดุที่เป็นพลาสติก ด้วยสเปรย์ขาว เพื่อเพิ่มความสากลงบนพื้นผิว จากนั้นจึงพ่นสี ตามด้วยใช้ฟู่กันเขียนลวดลาย ด้วยสีอะคริลิก จากนั้นใช้ปากกาเคมีเขียนบางส่วนเพื่อย่นระยะเวลาในการตัดเส้นลง และใช้ฟองน้ำ ในการแฉะสีเพื่อเป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ ลดความแข็งของ เส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุ ทำได้โดยการใช้ฟองน้ำชุบสีหมาดๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิว เพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

วิธีการนำเสนอ

นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ประกอบด้วยประกอบด้วยตุ้ล้นชัก ลังใส่ม้วนกระดาษ และเป็นการรวบรวมผลงานชั้นที่ 1 และชั้นที่ 2 เข้ามาเป็น 1 ชุดของการสร้างสรรค์ ด้วยการจัดวาง และจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation)

ปัญหาในการสร้างสรรค์

มีการแก้ปัญหาลำบากจากการเขียนสีอะคริลิกด้วยการใช้ปากกาเคมี มาเขียนร่วมบางส่วน แต่ปากกาเคมีบางสีมีความโดดเด่นไปไม่สามารถผสมสีได้ตามต้องการแบบสีอะคริลิก

5.3 ภาพผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชิ้นที่ 3 (Terminal Project)



ภาพที่ 34 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชิ้นที่ 3

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	จิตใต้สำนึก 3
พ.ศ.	2562
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

แนวความคิดผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project) ชั้นที่ 3

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชั้นที่ 3 เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวาง วัสดุสำเร็จรูปในแนวระนาบ ลักษณะเป็นชั้นวางหนังสือ ภายในประกอบด้วยหนังสือ โคมไฟ และแผ่นอะคริลิกใส ผู้สร้างสรรค์สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจาก มุมทำงานของผู้สร้างสรรค์ซึ่งเป็นมุมหนึ่งของห้อง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือนการก้าวข้ามขีดจำกัด ของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการเขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบ รู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะของแมนดาลา ซึ่งถือว่าเป็นมุมหนึ่ง ที่ให้การผ่อนคลายกับผู้สร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์

สร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม ด้วยการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูปประเภทเฟอร์นิเจอร์ มีการทำพื้นด้วยการพ่นสีขาวลงบนตัววัสดุทุกชิ้น เพื่อเป็นการแสดงออกถึงสีอันบริสุทธิ์ และนับเป็นสีหลักในโทนสีบำบัด จากนั้นใช้พู่กันเขียนลวดลาย ด้วยสีอะคริลิก และตามด้วยใช้พู่กันเขียนลวดลาย ด้วยสีอะคริลิก ใช้ปากกาเคมีเขียนบางส่วนเพื่อย่นระยะเวลาในการตัดเส้นลง มีการเพิ่มการเขียนลงบนแผ่นอะคริลิกใสเพื่อเพิ่มมิติให้กับชิ้นงาน จากนั้นใช้ฟองน้ำในการแกะสี เพื่อเป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ ลดความแข็งของเส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุ ทำได้โดยการใช้ฟองน้ำชุบสีหมาดๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิว เพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

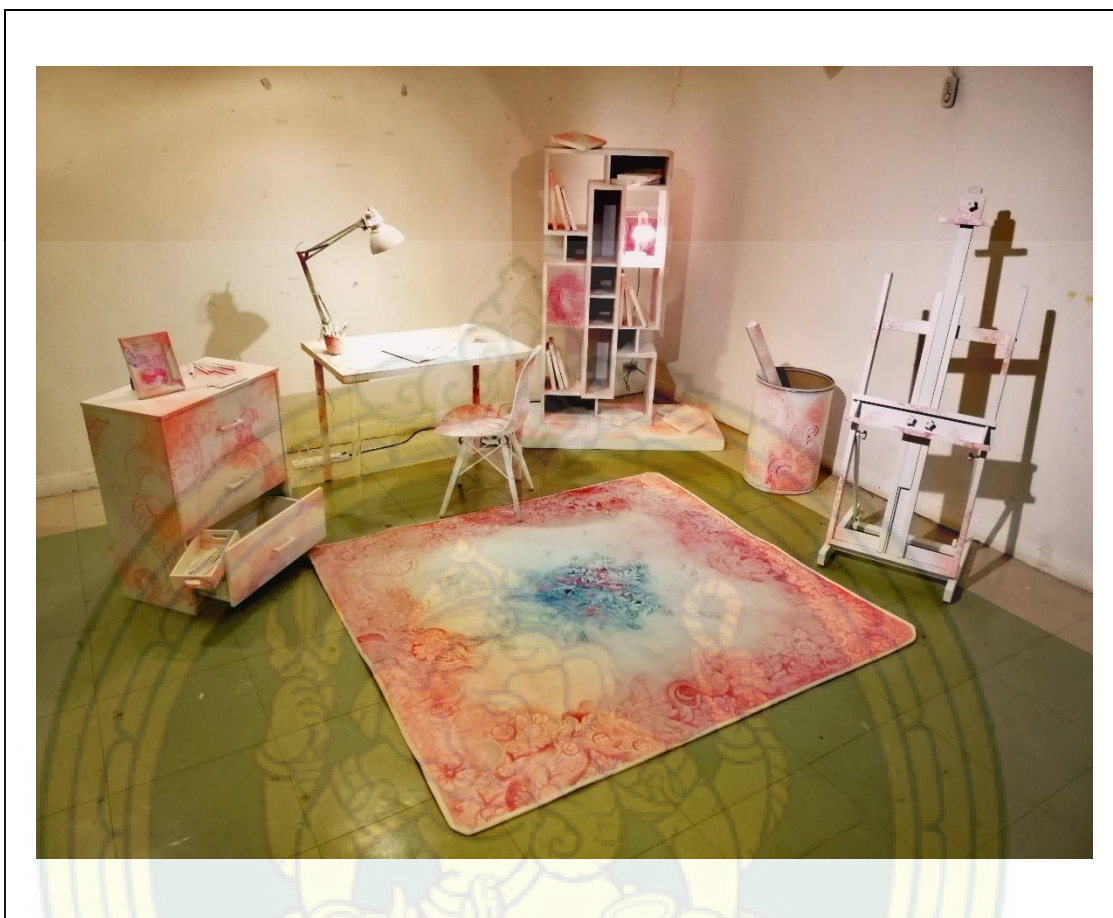
วิธีการนำเสนอ

นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ลักษณะเป็นชั้นวางหนังสือ ภายในประกอบด้วยหนังสือ โคมไฟ และแผ่นอะคริลิกใส ด้วยการจัดวางและจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation)

ปัญหาในการสร้างสรรค์

ปากกาเคมีที่นำมาใช้บางส่วนมีสีที่ค่อนข้างโดด ไม่สามารถผสมให้ได้ลักษณะสีตามที่ต้องการ ได้เหมือนสีอะคริลิก ความคงทนน้อย สีจางลงเร็ว ไม่สามารถยืดระยะเวลาได้นาน ต่างจากสีอะคริลิกที่อยู่คงทน

5.4 ภาพผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชั้นที่ 4 (Terminal Project)



ภาพที่ 35 ผลงานสร้างสรรค์เสร็จสมบูรณ์ก่อนสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ ผลงานชั้นที่ 4

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	จิตใต้สำนึก 4
พ.ศ.	2562
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรรูปตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

แนวความคิดผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ (Terminal Project) ชั้นที่ 4

ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ชั้นที่ 4 เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยวิธีการจัดวางวัสดุสำเร็จรูป ในแนวระนาบ ประกอบด้วยพรมปูพื้น และขาตั้งเฟรม และเป็นการรวมผลงานชั้นที่ 1-4 เป็นหนึ่งมุมของห้องทำงาน ผู้สร้างสรรค์สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจาก มุมทำงานของผู้สร้างสรรค์ ซึ่งเป็นมุมหนึ่งของห้อง การเขียนลงบนวัสดุสำเร็จรูปจึงเปรียบเหมือนการก้าวข้ามขีดจำกัดของหน้าที่วัสดุนั้น ๆ ผู้สร้างสรรค์ได้ทำลายหน้าที่ของสิ่งของด้วยการเขียนลวดลาย ซึ่งแสดงออกถึงความรู้สึกสงบ รู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิ ตามหลักการเขียนภาพศิลปะของแมนดาลา ซึ่งถือว่าเป็นมุมหนึ่งที่ทำให้การผ่อนคลายกับผู้สร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์

สร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม ด้วยการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูปประเภทเฟอร์นิเจอร์ มีการทำพื้นด้วยการพ่นสีขาวลงบนตัววัสดุทุกชิ้น เพื่อเป็นการแสดงออกถึงสีอันบริสุทธิ์ นับเป็นสีหลักในโทนสีบำบัด ตามด้วยการใช้พู่กันเขียนลวดลายด้วยสีอะคริลิก จากนั้นใช้พองน้ำในการแฉะสีเพื่อเป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ ลดความแข็งของเส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุ ทำได้โดยการใช้พองน้ำชุบสีหมาด ๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิวเพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

วิธีการนำเสนอ

นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ประกอบด้วยพรมปูพื้น และขาตั้งเฟรม และเป็นการรวมผลงานชั้นที่ 1-4 เป็นหนึ่งมุมของห้องทำงาน ด้วยการจัดวางและจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึกตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation)

ปัญหาในการสร้างสรรค์

ลักษณะพื้นผิวของวัสดุพรมมีความยืดหยุ่นได้ ทำให้การพ่นสีไม่ยึดเกาะ

6. การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ (Thesis) จำนวน 2 ชุด (ผลงานชุดที่ 1)

6.1 ภาพผลงานสำเร็จวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1



ภาพที่ 36 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 1
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

การสร้างสรรคผลงานวิทยานิพนธ์ เป็นการนำเสนอผลงานที่มุ่งเน้นอันเกิดจากประสบการณ์ตรงของผู้สร้างสรรค์ที่เป็นโรคซึมเศร้า โดยการสร้างสรรค์ผลงานในลักษณะลายเส้น ถ่ายทอดออกมาในแนวทางของศิลปะบำบัด ซึ่งสอดคล้องกับหลักการย้ายที่ความเจ็บปวดตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) สร้างสรรค์ผ่านวัสดุที่อยู่ในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ อันมีความสำคัญในการอธิบายความคิด นำมาเรียบเรียง และสร้างสรรค์ผลงานด้วยเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสมให้มีความลงตัวดังต่อไปนี้

แนวความคิดผลงานวิทยานิพนธ์

ผู้สร้างสรรค์ต้องการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อการบำบัดสภาวะทางจิต โดยมุ่งเน้นไปที่กระบวนการทางศิลปะ การเลือกเครื่องมือทางศิลปะ เพื่อนำมาบำบัดรักษาโรคซึมเศร้าของผู้สร้างสรรค์ อันการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคมปัจจุบัน การพบเจอกับประสบการณ์อันเลวร้ายในสังคมของผู้สร้างสรรค์ ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 1 นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ประกอบด้วย โซฟา ผ้าคลุมโซฟา พร้อมชุดโต๊ะหน้าโซฟาสำหรับรับแขกและคอมพิวเตอร์ ตั้งพื้น จัดแสดงออกมาในลักษณะของห้องนั่งเล่น ด้วยการจัดวางและจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation) เพื่อการบำบัดสภาวะทางจิต โดยมุ่งเน้นไปที่กระบวนการทางศิลปะ การเลือกเครื่องมือทางศิลปะ เพื่อนำมาบำบัดรักษาโรคซึมเศร้าของผู้สร้างสรรค์ ทั้งนี้เพื่อเป็นการบำบัดสภาวะทางจิตของผู้สร้างสรรค์ผลงาน และสะท้อนให้ผู้เข้าชมผลงานเข้าใจและเข้าถึงการบำบัดสภาวะซึมเศร้าด้วยการใช้ศิลปะเพื่อการบำบัด ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากปมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้

เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์

สร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม ด้วยการเขียนลงด้ายลงบนวัสดุสำเร็จรูปประเภทเฟอร์นิเจอร์ มีการทำพื้นด้วยการพ่นสีขาวลงบนตัววัสดุทุกชิ้น เพื่อเป็นการแสดงออกถึงสีอันบริสุทธิ์ นับเป็นสีหลักในโทนสีบำบัด ตามด้วยการพ่นสีชมพูอ่อน และฟ้าอ่อน เป็นการคุมโทนสีที่ใช้ในการสร้างสรรค์ จากนั้นใช้เทคนิคการสกรีนลงด้ายลงบนชิ้นงานเพื่อสร้างลวดลายที่คมชัด ตามด้วยการใช้ฟู่กันเขียนลวดลายและพันธ์เงาบางจุดด้วยสีอะคริลิก จากนั้นใช้ฟองน้ำในการแกะสีเพื่อเป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ ลดความแข็งของเส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุทำได้โดยการใช้ฟองน้ำชุบสีหมาดๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิว เพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

วิธีการนำเสนอ

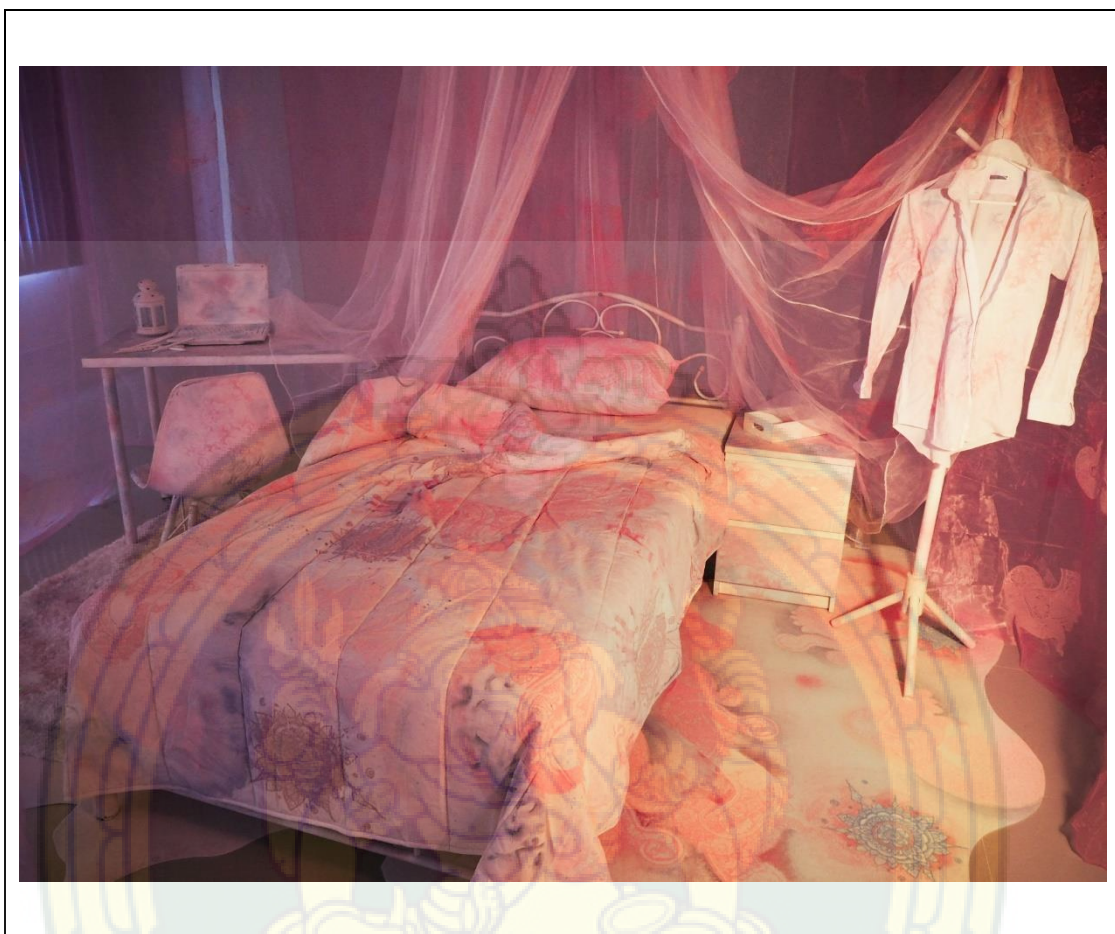
นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ประกอบด้วย โซฟา ผ้าคลุมโซฟา พร้อมชุดโต๊ะหน้าโซฟาสำหรับรับแขกและโคมไฟตั้งพื้น จัดแสดงออกมาในลักษณะของห้องนั่งเล่น ด้วยการจัดวางและจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation)

ปัญหาในการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นนี้มีการเลือกหาวัสดุที่พื้นผิวมีความหยาบและสีไม่ใช่สีขาวล้วน ทำให้ต้องหาผ้าเพื่อคลุม และวัสดุย่อยบางส่วนที่นำมาทำพื้นพ่นสีเกิดการเสียหายเป็นจำนวนมาก ตลอดจนผลงานชุดนี้ เป็นชุดแรกที่น่าเทคนิคการสกรีนลวดลายเข้ามาในการสร้างวรรค์ ทำให้เกิดปัญหาด้านพื้นผิวในการสกรีน การสกรีนลวดลายในปริมาณมาก ในขณะที่สีที่ใช้ในการสกรีนยังไม่แห้งทำให้ลายไม่ต่อเนื่อง และมีการเปราะเปื้อนเป็นจำนวนมาก



6.2 การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ (Thesis) ผลงานชุดที่ 2



ภาพที่ 37 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสีผสม
ขนาด	แปดพันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

แนวความคิดผลงานวิทยานิพนธ์

ผู้สร้างสรรค์ต้องการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อการบำบัดสภาวะทางจิต โดยมุ่งเน้นไปที่กระบวนการทางศิลปะ การเลือกเครื่องมือทางศิลปะ เพื่อนำมาบำบัดรักษาโรคซึมเศร้าของผู้สร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดที่ 2 นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ ด้วยวัสดุสำเร็จรูปประกอบด้วย เตียง มังคลุมเตียง ชุดโต๊ะทำงาน ตู้ โคมไฟ และพรมปูพื้น จัดแสดงออกมาในลักษณะของห้องนอน ด้วยการใช้วัสดุที่มีสัมผัสอ่อนนุ่ม เช่น เตียง ที่มีรูปทรงของความโค้งมนจากที่นอน ผสมผสานกับความแข็งแรงของรูปทรงและขนาดใหญ่ จัดวางในลักษณะเป็นจุดนำสายตาเข้าสู่ภายในห้อง ที่ประกอบด้วยโต๊ะ ตู้ และลดความกระด้าง ของรูปทรงต่างๆ ด้วยการวางพรมที่ตัดออกมาในลักษณะของรูปทรงที่อิสระ ด้วยการจัดวาง จัดรูปแบบการใช้เส้นให้มีความโค้งมน การจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก เพื่อแสดงออกความรู้สึกถึงความสงบ เรียบง่าย ในการใช้ชีวิตเพื่อการผ่อนคลายทางด้านจิตใจและอารมณ์ความรู้สึกของผู้ชมผลงาน ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation) เพื่อการบำบัดสภาวะทางจิต โดยมุ่งเน้นไปที่กระบวนการทางศิลปะ และสะท้อนให้ผู้เข้าชมผลงานเข้าใจและเข้าถึงการบำบัดสภาวะซึมเศร้า ด้วยการใช้ศิลปะเพื่อการบำบัด ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากบมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้

เทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์

สร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมไทยสื่อผสม ด้วยการเขียนลวดลายลงบนวัสดุสำเร็จรูปประเภทเฟอร์นิเจอร์ มีการทำพื้นด้วยการพ่นสีขาวลงบนตัววัสดุทุกชิ้น เพื่อเป็นการแสดงออกถึงสีอันบริสุทธิ์ นับเป็นสีหลักในโทนสีบำบัด ตามด้วยการพ่นสีชมพูอ่อน และฟ้าอ่อน เป็นการคุมโทนสีที่ใช้ในการสร้างสรรค์ จากนั้นใช้เทคนิคการสกรีนลวดลายลงบนชิ้นงานเพื่อสร้างลวดลายที่คมชัดตามด้วยการใช้พู่กันเขียนลวดลายและเพ้นท์เงาบางจุดด้วยสีอะคริลิก ด้วยสีอะคริลิก จากนั้นใช้ฟองน้ำในการแฉะสีเพื่อเป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ ลดความแข็งของเส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุ ทำได้โดยการใช้ฟองน้ำชุบสีหมาดๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิวเพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

วิธีการนำเสนอ

นำเสนอผลงานโดยการจัดวางในแนวระนาบ และห้อยแขวน ประกอบด้วย เตียงนอน ตู้ลิ้นชัก ชุดโต๊ะทำงานพร้อมเก้าอี้ ชุดราวแขวนผ้า พรม และมังคลุมเตียง จัดแสดงออกมาในลักษณะของห้องนอน ด้วยการจัดวางและจัดแสงไฟให้เกิดความรู้สึก ตามหลักของศิลปะจัดวาง (Installation)

ปัญหาในการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานขึ้นนี้มีการเลือกหาวัสดุที่ใช้จำนวนมาก ทำให้การจัดวางออกมาในพื้นที่จำกัดของสถานที่เกิดการอัดอัดทำให้ต้องเปลี่ยนวัสดุที่จะใช้ทำผนัง เป็นวัสดุที่มีความเบาและโปร่ง และวัสดุย่อยบางส่วนที่นำมาทำพื้นผนังเกิดการเสียหายเป็นจำนวนมาก การสกรีนลวดลายในปริมาณมาก ในขณะที่สีที่ใช้ในการสกรีนยังไม่แห้งทำให้ลายไม่ต่อเนื่อง และมีการเปื้อนเป็นจำนวนมาก

7. การวิเคราะห์ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุต จิตวิญญูณแห่งความเป็นไทย

ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต

ตารางที่ 12 การวิเคราะห์แนวคิดทางวิชาการ เรื่อง“โรคซึมเศร้า”

เรื่อง	การวิเคราะห์
1. การวิเคราะห์แนวคิดทางวิชาการ เรื่อง“โรคซึมเศร้า”	ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุตที่ 1 และ 2 การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญูณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” เป็นการสร้างสรรค์ผลงานที่ได้รับมาจากประสบการณ์ตรง ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากความโหดร้ายของสังคมในปัจจุบัน ปัญหาของสภาพแวดล้อมคือมูลเหตุอันก่อให้เกิดปัญหาที่ก่อกวนใจของผู้สร้างสรรค์ จนอยากหนีไปจากโลกนี้ เพื่อพ้นจากปัญหาดังกล่าว จึงจำเป็นต้องทำการศึกษาข้อมูลภาวะโรคซึมเศร้า เพราะเป็นแนวคิดหลักที่ผู้สร้างสรรค์นำมาใช้สร้างสรรค์ผลงานในแนวทางบำบัดจิต โดย Aaron T. Beck ได้กล่าวไว้ว่า ความคิด อารมณ์และร่างกายนั้นมีความสัมพันธ์กันหมดเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นกับสิ่งหนึ่ง ก็จะส่งผลต่อทั้งหมด ผู้สร้างสรรค์ซึ่งป่วยเป็นโรคซึมเศร้า จึงมีกระบวนการคิดที่ผิดเพี้ยนจากความเป็นจริง ตามพื้นฐานการมองตนเองของตัวผู้ป่วย ความคิดนี้จะผิดขึ้นอัตโนมัติเมื่อเกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ ขึ้นมา

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ตารางที่ 13 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีจิตวิเคราะห์

เรื่อง	การวิเคราะห์
2. การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีจิตวิเคราะห์	ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 และ 2 การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ได้นำแนวคิดของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) โดยพื้นฐานมาจากการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมมนุษย์ และคิดถึงเหตุผลแห่งการกระทำนั้น ๆ โดย ฟรอยด์นั้นไม่เชื่อว่า “พระเจ้า” นั้นเป็นผู้กำหนดการกระทำของมนุษย์ตามความเชื่อที่มีมา หากแต่เขาเชื่อว่า มนุษย์ได้กระทำทุกสิ่งออกมาจากจิตใต้สำนึก ซึ่งซิกมันด์ ฟรอยด์ ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อมนุษย์พบกับปัญหาและพยายามหาหนทางออกจากสภาพความเป็นจริงของชีวิต แต่บางครั้ง ก็ไม่สามารถพบทางออกที่จะแก้ปัญหาได้โดยตรงสักทีเดียว ทำให้เกิดภาวะเก็บกด ซึมเศร้า ครุ่นคิด เพื่อหาหนทางให้กับปัญหา ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองก็เป็นบุคคลหนึ่ง ที่ซ่อนปมปัญหาเอาไว้ และพยายามหาหนทางออกให้กับตนเอง เพื่อผ่อนคลายความทุกข์ทางใจ โดยการเลือกใช้การเขียนลายเส้นที่เป็นแนวทางเดียวกันกับศิลปะบำบัดทฤษฎีจิตวิเคราะห์ จึงนับเป็นทฤษฎีหลักที่อธิบายลักษณะอาการและการเกิดขึ้นของโรคซึมเศร้าอย่างดีที่สุด ซึ่งผู้สร้างสรรค์ได้ศึกษาหลักการของทฤษฎี ประกอบกับสำรวจลักษณะอาการที่เกิดขึ้นจากตนเอง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบในการศึกษาและสร้างสรรค์ผลงาน

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ตารางที่ 14 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีศิลปะบำบัด

เรื่อง	การวิเคราะห์
3. การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีศิลปะบำบัด	ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 และ 2 การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ได้นำแนวคิดในการนำศิลปะเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการบำบัด ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจมาจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคมปัจจุบันที่ทำให้เกิดความตึงเครียด กดดัน อึดอัด ก่อเกิดเป็นสภาวะซึมเศร้า (Depression) ซึ่งตัวผู้สร้างสรรค์ผลงานเองก็กำลังประสบกับปัญหานี้อยู่เช่นกัน ผู้สร้างสรรค์จึงได้นำแรงบันดาลใจที่มาจากประสบการณ์ตรงมาถ่ายทอดเป็นผลงานในแนวทางศิลปะบำบัด โดยการใช้วลดลายไทยอันเป็นอัตลักษณ์ประจำชาติที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ สร้างเป็นผลงานลายเส้นที่แสดงออกถึงความพยายามที่จะหาทางออกด้วยการใช้ศิลปะมาช่วยบำบัดจิตตนเองที่มีความทุกข์ โดยอีดิธ เครเมอร์ (Edith Kramer) เป็นผู้บุกเบิกหลักการใช้ศิลปะบำบัด กล่าวว่า ศิลปะบำบัดไม่ใช่เครื่องมือที่จะนำไปใช้ในการทำจิตบำบัด ไม่ใช่แขนงหนึ่งทางการแพทย์หรือทางจิตเวชศาสตร์แต่อย่างใด แต่เป็นการคิดริเริ่มทางจิตศิลป์ ศิลปะ นับเป็นการปลดปล่อย อารมณ์ ความรู้สึก ตามความต้องการของแต่ละคน ศิลปะบำบัดจึงมีประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาอารมณ์ สติปัญญา สมาธิ ความคิดสร้างสรรค์ และการประสานงานการเคลื่อนไหวของร่างกายและจิตใจ นอกจากนี้ยังช่วยเสริมสร้างทักษะทางสังคมอีกด้วย

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ตารางที่ 15 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีการรับรู้สีทางจิตวิทยา

เรื่อง	การวิเคราะห์
4. การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีการรับรู้สีทางจิตวิทยา	ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 และ 2 การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปบำบัดจิต” ได้นำแนวคิดในการนำสีต่าง ๆ ที่มีความหมายต่อความรู้สึกทางจิตใจ เข้ามาใช้ร่วมกับการสร้างสรรค์ผลงาน และสีที่ช่วยผ่อนคลายและใช้ในการบำบัดได้ คือโทนสีพาสเทล สีพาสเทลมักจะเป็นเฉดสีที่มีการผสมสีขาวเข้าไปบางสี การเพิ่มสีขาวเป็นจิตวิทยาอย่างหนึ่ง เพราะสีขาวเป็นสีของแสงและช่วยลดทอนความสดจัดของสี โดยที่ไม่ฆ่าสีแต่แต่เป็นการทำให้สีที่ลดปริมาณความสดจัดลง จนเหลือแค่เพียงบรรยากาศความรู้สึกที่ดูอบอุ่น อ่อนโยน เบาสบาย ผ่อนคลาย การบำบัดด้วยสีเฉดอ่อนแบบนี้ เป็นการลดสภาวะแวดล้อมที่เข้าไปกระตุ้นให้เกิดความกระวนกระวายลงได้ พร้อมทั้งยังมีส่วนช่วยให้ผ่อนคลาย ลดภาวะซึมเศร้า ทำให้จิตใจสบาย ดังจะเห็นได้จาก วัด หอมนอน หอเด็กอ่อน และห้องบำบัดจิตของผู้ป่วย จะใช้สีโทนอ่อนนี้ทั้งหมด อาจกล่าวได้ว่า สีเฉดอ่อนเป็นตัวแทนของความสะอาดบริสุทธิ์ ดอกไม้แรกแย้ม ประจักษ์ความเป็นผู้หญิงที่ละเอียดอ่อนและสะอาด เฉดสีเหล่านี้ถือว่ามีความผ่อนคลาย มีสติ และแสดงถึงความเป็นกลาง โดยสีขาวที่ใช้ผสมนั้นแสดงถึงความชัดเจนความไร้เดียงสา ความสะอาด จิตวิญญาณแห่งความบริสุทธิ์ความหวัง ความกว้างขวาง และการเปิดกว้าง

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ตารางที่ 16 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีสมาธิบำบัด

เรื่อง	การวิเคราะห์
5. การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีสมาธิบำบัด	ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 และ 2 การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ได้นำแนวคิดในการนำแนวทางสมาธิบำบัดเข้ามาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของศิลปะบำบัด ด้วยการกำหนดจิตให้อยู่ในสมาธิ เป็นการฝึกจิตให้ไม่สอต่อส่าย และสามารถจดจ่อกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า เช่นเดียวกับผู้สร้างสรรค์ที่ใช้วิธีการของสมาธิบำบัดจิต ด้วยการวาดภาพที่เป็นลายเส้น มีลักษณะเป็นวงกลม (Miron) ซึ่งการเขียนวงกลมลักษณะนี้ถือว่าการสร้างสมาธิในระดับหนึ่ง ตามแนวคิดของศิลปะแมนดาลา ในการทำสมาธิเจริญสตินั้นเริ่มต้นด้วยการใส่ใจต่อลมหายใจ ทำให้จิตใจหยุดความวุ่นวายจากความคิดและอารมณ์ที่แทรกเข้ามา ก่อให้เกิดความเข้าใจใหม่ต่อท่าทีของจิตใจต่อความคิดที่เกิดขึ้นสามารถดำรงความสงบนิ่งได้ท่ามกลางสภาวะต่าง ๆ และสามารถดำรงสติลงไปสู่ธรรมชาติของตัวจิต การทำสมาธินี้มีเป้าหมายที่การปล่อยวางตัวตน ไม่ใช่การทำให้ตัวตนมั่นคงชัดเจนขึ้นซึ่งเป็นเป้าหมายของการทำศิลปะบำบัดอีกด้วย

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

ตารางที่ 17 การวิเคราะห์แนวคิดศิลปะแมนดาลา

เรื่อง	การวิเคราะห์
6. ตารางที่ 11 การวิเคราะห์แนวคิดศิลปะแมนดาลา	ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 และ 2 การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทยผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ได้นำแนวคิดในการใช้ศิลปะแมนดาลา เข้ามามีส่วนร่วมเพื่อการทำให้อัตตาเป็นสมาธิ ด้วยการเขียนลวดลายที่ต้องกำหนดจิต ควบคุมมือผ่านความรู้สึกของสมอง ร่วมกับจิตผู้สำนึกและจิตไร้สำนึก ตาทำหน้าที่รับรู้ จิตเป็นผู้ควบคุมการขีดเขียนให้ออกมาเป็นผลงานที่มีลักษณะเป็นแบบอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการส่งตรงมาจากจิตใต้สำนึก ซึ่งเป็นการบำบัดจิตเพื่อนำเอาตะกอนทางความรู้สึกส่งถ่ายออกมาเป็นภาพ “แมนดาลา” (mandala) หรือเรียกอีกอย่างว่า “ศิลปะภาวนา” มีที่มาจากประเทศทิเบต ปัจจุบันมีการใช้นำมาบำบัดเกี่ยวกับสภาวะอารมณ์ให้กับบุคคลที่มีภาวะโรคเครียด เป็นการสร้างสมาธิ และทำจิตใจให้กับผู้เรียนศิลปะดังกล่าวเกิดความรู้สึกสดชื่น ผ่อนคลาย ซึ่งศิลปะดังกล่าวนั้นแฝงแง่คิดเกี่ยวกับการเข้าใจและยอมรับในสัจธรรมชีวิต เนื่องจากงานศิลปะแมนดาลานั้นจะเกิดขึ้นในวงกลมซึ่งเปรียบเสมือนทารกในครรภ์มารดา ซึ่งเมื่อคลอดออกมาแล้วทุกคนล้วนต้องใช้ชีวิตเวียนว่ายตายเกิดด้วยกันทั้งสิ้น

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

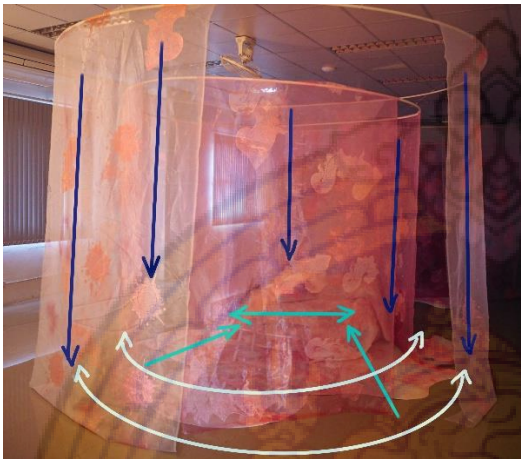
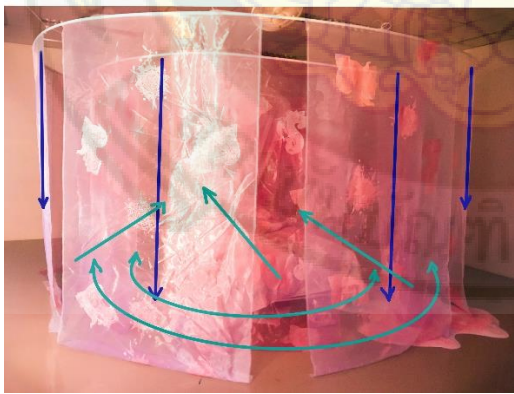
ตารางที่ 18 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีจิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย

เรื่อง	การวิเคราะห์
7. ตารางที่ 12 การวิเคราะห์กรอบทฤษฎีจิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย	ผลงานวิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 และ 2 การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ได้มีการศึกษาความเป็นคนไทย ซึ่งเป็นคุณสมบัติพื้นฐานของคนไทยซึ่งมีทั้งดีและไม่ดี ส่วนดี เช่น ความมีใจกว้าง ชอบช่วยเหลือผู้อื่น เห็นอกเห็นใจคนทุกข์ยาก อภัยให้กันและกัน มีความเกรงใจ มีศิลปะ รักสวยรักงาม รักความสะอาด ซึ่งตัวผู้สร้างสรรค์เองได้นำความรู้สึกของความเป็นจิตวิญญาณที่ฝังแน่นอยู่ภายในถึงความเป็นคนไทย เป็นผู้หญิงไทย เป็นคนที่รักศิลปวัฒนธรรมอันละเอียดอ่อนของคนไทยงานศิลปะไทยที่วิจิตรงดงามอันเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติ ที่ผู้สร้างสรรค์เลือกมาใช้เป็นรูปแบบหลักในการสร้างสรรค์ คือการผูกวลดลายที่มีที่มาจากงานศิลปะไทยโดยการนำเสนอในลักษณะศิลปะจัดวาง (Installation) เพราะต้องการจำลองสภาพแวดล้อมในชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ออกมาเป็นผลงานศิลปะที่สะท้อนมุมมองด้านอารมณ์ความรู้สึกผ่านกระบวนการศิลปะบำบัด

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

7.1 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ

ตารางที่ 19 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ

เรื่อง	การวิเคราะห์
1. การวิเคราะห์ทิศทางของเส้น 	ทิศทางของเส้นผลงาน ชุดที่ 1 การวิเคราะห์เส้นที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยมีลักษณะทิศทางของเส้นที่สอดคล้องกับรูปทรง โดยการใช้เส้นที่เป็นเฉียงเป็นลักษณะคล้าย perspective เพื่อนำเข้าสู่รูปทรงที่เป็นจุดเด่นตรงกลางแทนด้วยเส้นในลักษณะแกนนอน มีการใช้เส้นโค้งล้อมรอบตัวงาน เพื่อความรู้สึกอ่อนโยน สบาย นุ่มนวลของตัวงาน และใช้เส้นตั้งในการชิงผ่านลงมารอบชิ้นงาน เพื่อเพิ่มความรู้สึกของสงบ ราบเรียบ และผ่อนคลาย
	ทิศทางของเส้นผลงาน ชุดที่ 2 การวิเคราะห์เส้นที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยมีลักษณะทิศทางของเส้นที่สอดคล้องกับรูปทรง โดยการใช้เฉียงนอนเป็นจุดเด่นเส้นของเฉียงนอนที่เฉียงทำมุมคล้าย perspective กับโต๊ะทำงานที่หันเข้า เพื่อให้มุมมองที่รวมสู่จุดเดียว มีการใช้เส้นโค้งล้อมรอบตัวงาน เพื่อความรู้สึกอ่อนโยน สบาย นุ่มนวลของตัวงาน และใช้เส้นตั้งในการชิงผ่านลงมารอบชิ้นงานเพื่อเพิ่มความรู้สึกของสงบ ราบเรียบ และผ่อนคลาย

ตารางที่ 19 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ (ต่อ)

เรื่อง	การวิเคราะห์
2. การวิเคราะห์รูปทรงและขนาด 	การวิเคราะห์รูปทรงและขนาด ผลงานชุดที่ 1 การวิเคราะห์รูปทรงที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยมีลักษณะรูปทรงจากวัสดุสำเร็จรูป ประกอบด้วยโซฟา ผ้าคลุม หมอน ชุดโต๊ะหน้าโซฟา และพรม ซึ่งเป็นวัสดุจริง ที่มีขนาดเท่าจริง และผู้ชมสามารถเข้าไปสัมผัสถึงผลงานได้ สร้างสรรค์โดยการพ่น สกรีน และเขียนลวดลายที่มีลักษณะของความโค้งมน สอดรับกับรูปทรงของจุดเด่นในวงกลมสีน้ำเงิน ที่เป็นลักษณะวัสดุที่มีความอ่อนนุ่ม เพื่อความรู้สึกอ่อนโยน สบาย นุ่มนวล และผ่อนคลายของตัวงาน
	การวิเคราะห์รูปทรงและขนาด ผลงานชุดที่ 2 การวิเคราะห์รูปทรงที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยมีลักษณะรูปทรงจากวัสดุสำเร็จรูป ประกอบด้วยเตียง ตู้ ชุดโต๊ะทำงาน โคมไฟ และพรม ซึ่งเป็นวัสดุจริง ที่มีขนาดเท่าจริง ผู้ชมสามารถเข้าไปสัมผัสถึงผลงานได้ สร้างสรรค์โดยการพ่น สกรีน และเขียนลวดลายที่มีลักษณะของความโค้งมน สอดรับกับรูปทรงของจุดเด่นในวงกลมสีน้ำเงินที่เป็นลักษณะวัสดุที่มีความอ่อนนุ่ม เพื่อความรู้สึกอ่อนโยน สบาย นุ่มนวล และผ่อนคลาย

ตารางที่ 19 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ (ต่อ)

เรื่อง	การวิเคราะห์
3. การวิเคราะห์สี  	การวิเคราะห์สี ผลงานชุดที่ 1 และชุดที่ 2 การวิเคราะห์สีที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน มีลักษณะการใช้สีโดยรวม คือโทนสีพาสเทล สีพาสเทลมักจะเป็นเฉดสี ที่มีการผสมสีขาวเข้าไปบางสี สีขาวเป็นสีของแสงและช่วยลดทอนความสดจัดของสี โดยที่ไม่ฆ่าสีแท้ แต่เป็นการทำให้สีแท้ลดปริมาณความสดจัดลงจนเหลือแค่เพียงบรรยากาศ ความรู้สึกที่ดูอบอุ่น อ่อนโยน เบาสบาย ผ่อนคลาย การบำบัดด้วยสีเฉดอ่อนแบบนี้ เป็นการลดสภาวะแวดล้อมที่เข้าไปกระตุ้นให้เกิดความกระวนกระวายลงได้ พร้อมทั้งยังมีส่วนช่วยให้ ผ่อนคลาย ลดภาวะซึมเศร้า ทำให้จิตใจสบาย

ตารางที่ 19 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ (ต่อ)

เรื่อง	การวิเคราะห์
4. การวิเคราะห์พื้นผิว 	การวิเคราะห์พื้นผิว ผลงานชุดที่ 1 การวิเคราะห์พื้นผิวที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยมีลักษณะรูปทรงจากวัสดุสำเร็จรูป ประกอบด้วยโซฟา ผ้าคลุม หมอน ชุดโต๊ะ หน้าโซฟา และพรม ซึ่งเป็นวัสดุจริง พื้นผิวในส่วนแรกคือโซฟา มีลักษณะที่อ่อนนุ่ม แสดงถึงความสบาย อันเกิดจาก เส้น สี พื้นผิวที่เรียบและนุ่ม ของโซฟา พรม และผ้ามุ้งที่มีพื้นผิวเรียบและลื่น ส่วนต่อมาเป็นโต๊ะหน้าที่มีลักษณะรูปทรงโค้งมน มีพื้นผิวที่เรียบ เพื่อความรู้สึกอ่อนโยนสบายนุ่มนวล และผ่อนคลายของตัวงาน
	การวิเคราะห์พื้นผิว ผลงานชุดที่ 2 การวิเคราะห์พื้นผิวที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยมีลักษณะรูปทรงจากวัสดุสำเร็จรูป ประกอบด้วย เติ่ง ตู้ ชุดโต๊ะทำงาน และพรม ซึ่งเป็นวัสดุจริง พื้นผิวในส่วนแรกคือ เติ่ง ซึ่งเป็นจุดเด่นของชิ้นงาน มีลักษณะที่อ่อนนุ่ม แสดงถึงความเบา สบาย อันเกิดจาก เส้น สี พื้นผิว ที่เรียบและนุ่ม ของโซฟา พรม และผ้ามุ้งที่มีพื้นผิวเรียบและลื่น ส่วนต่อมาเป็นชุดโต๊ะทำงานและตู้ซึ่งมีลักษณะของความเหลี่ยมแต่มีพื้นผิวที่เรียบ ทำให้มีการตัดกันระหว่างวัสดุที่มีความใหญ่ เป็นการลดเส้นโค้งของตัวชิ้นงาน เพื่อความรู้สึกอ่อนโยน สบาย นุ่มนวล และผ่อนคลายของตัวงาน

ตารางที่ 19 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ (ต่อ)

เรื่อง	การวิเคราะห์
5. การวิเคราะห์พื้นที่ว่าง 	การวิเคราะห์พื้นที่ว่าง ผลงานชุดที่ 1 การวิเคราะห์พื้นที่ว่างที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน แบ่งออกเป็นสองส่วน ส่วนแรก คือลักษณะที่ว่างในแนวนอนกับพื้นที่ประกอบด้วยโซฟา ชุดโต๊ะวางโซฟา โดยมีรายละเอียดจากการจัดวางวัตถุ และแสดงระยะของวัตถุ เพื่อความรู้สึกโล่งสบาย ส่วนที่สองประกอบด้วยม่าน ที่จัดวางโดยการห้อยแขวนในลักษณะวงกลม โดยใช้พื้นที่ว่าง 2 นัยยะแบ่งเป็นพื้นที่ว่างภายในและภายนอก เป็นการสร้างจินตนาการและการตีความหมายให้ผู้ชมได้รับรู้ ถึงความรู้สึกอ่อนโยน สบาย นุ่มนวล และผ่อนคลายของตัวงาน
	การวิเคราะห์พื้นที่ว่าง ผลงานชุดที่ 2 การวิเคราะห์พื้นที่ว่างที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน แบ่งออกเป็นสองส่วน ส่วนแรก คือลักษณะที่ว่างในแนวนอนกับพื้นที่ประกอบด้วยเตียง ตู้ ชุดโต๊ะทำงาน ลักษณะเป็นห้องนอนที่มีการจัดวางคล้ายการตั้งพิงผนัง เป็นการกำหนดมุมมองของผู้ชมเป็นจุดเดียว โดยมีรายละเอียดจากการจัดวางวัตถุ และแสดงระยะของวัตถุ เพื่อความรู้สึกโล่งสบาย ส่วนที่สองประกอบด้วยม่าน ที่จัดวางโดยการห้อยแขวนในลักษณะวงกลม โดยใช้พื้นที่ว่าง 2 นัยยะแบ่งเป็นพื้นที่ว่างภายในและภายนอก เป็นการสร้างจินตนาการและการตีความหมายให้ผู้ชมได้รับรู้ ถึงความรู้สึกอ่อนโยน สบาย และผ่อนคลายของตัวงาน

ตารางที่ 19 การวิเคราะห์แนวคิดตามหลักทัศนธาตุ (ต่อ)

เรื่อง	การวิเคราะห์
6. การวิเคราะห์เทคนิคและวิธีการ  	การวิเคราะห์เทคนิคและวิธีการ ผลงานชุดที่ 1 และชุดที่ 2 สร้างสรรค์ผลงานในเทคนิคจิตรกรรมไทย สื่อผสม ด้วยการเขียนลงด้ายลงบนวัสดุสำเร็จรูปประเภทเฟอร์นิเจอร์ มีการทำพื้นด้วยการพ่นสีขาวลงบนตัววัสดุทุกชิ้น เพื่อเป็นการแสดงออกถึงสีอันบริสุทธิ์ นับเป็นสีหลักในโทนสีบำบัด ตามด้วยสีชมพูอ่อน และฟ้าอ่อน เป็นการคุมโทนสีที่ใช้ในการสร้างสรรค์ จากนั้นใช้เทคนิคการสกรีนลงด้ายลงบนชิ้นงานเพื่อสร้างลวดลายที่คมชัด ตามด้วยการใช้พู่กันเขียนลงด้ายและเพ้นท์เงาบางจุดด้วยสีอะคริลิก จากนั้นใช้ฟองน้ำในการเจาะสีเพื่อเป็นการเพิ่มน้ำหนักให้กับพื้นที่โดยรวมของการสร้างสรรค์ ลดความแข็งของเส้นลวดลายที่เขียนลงบนวัสดุ ทำได้โดยการใช้ฟองน้ำชุบสีหมาดๆ และนำมาตบหรือเกลี่ยลงบนพื้นผิวเพื่อให้เกิดค่าน้ำหนักที่มีความกลมกลืนกับลวดลาย

ที่มา: ผู้สร้างสรรค์

สรุป

จากการสร้างสรรค์ผลงาน ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ก่อเกิดเป็นองค์ความรู้ทางด้านทฤษฎี เทคนิค และวิธีการ ในการนำเสนอ ตลอดจนการสร้างสรรค์ผลงาน เนื่องด้วยผู้สร้างสรรค์เป็นหนึ่งในผู้ที่กำลังประสบกับปัญหาโรคซึมเศร้า สภาวะหลายอย่างที่เกิดขึ้น กับตนเองนั้นส่งผลร้ายทั้งต่อร่างกาย จิตใจ และคนรอบข้าง ผู้สร้างสรรค์จึงเกิดความเข้าใจ ในปัญหาโรคซึมเศร้าในสังคม ตลอดจนสภาพแวดล้อมที่ผู้ป่วยต้องเผชิญ สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการนำเสนอประสบการณ์ดังกล่าว มาแสดงออกในเชิงศิลปะบำบัด เพื่อบำบัดตนเอง และผู้ป่วยที่สนใจ ภายใต้แนวความคิดเกี่ยวกับโรคซึมเศร้า ร่วมกับการศึกษาทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ทฤษฎีศิลปะบำบัด ตลอดจนทฤษฎีที่ใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน จึงจำเป็นต้องศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับศิลปะจัดวาง (Installation) เพราะต้องการจำลองสภาพแวดล้อมในชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ด้วยการใช่วัตถุสำเร็จรูป ออกมาเป็นผลงานศิลปะที่สะท้อนมุมมองด้านอารมณ์ความรู้สึก ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากปมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้

บทที่ 5

สรุปผลงานการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดนี้ ผู้สร้างสรรค์ได้สร้างสรรค์ผลงานด้วยเทคนิค จิตรกรรมไทยสื่อผสม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสรรค์ผลงานในหัวข้อ “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” เป็นการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อการบำบัดสถานะทางจิต ที่เน้นไปที่ กระบวนการทางศิลปะ การเลือกเครื่องมือทางศิลปะ เพื่อนำมาบำบัดรักษาผู้สร้างสรรค์ที่เป็นผู้ป่วยโรคซึมเศร้า โดยคัดเลือกเทคนิคให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาของผู้ป่วยที่แตกต่างกัน การใช้ศิลปะเป็นสื่อในการแสดงออกของอารมณ์ ความรู้สึก ความขัดแย้ง ที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในส่วนลึกของจิตใจ ที่ไม่สามารถพูดออกมาเป็นคำพูดได้ โดยสรุป คือการเน้นที่กระบวนการสร้างผลงานมากกว่าผลสัมฤทธิ์ของชิ้นงาน แม้กระนั้นก็ตามผลงานที่ถูกสร้างสรรค์อย่างจริงจังของผู้สร้างสรรค์ ที่ได้รับการบำบัดจะมีคุณค่าในเชิงศิลปะแฝงอยู่ และผลงานบางชิ้นก็ยังมีคุณค่าในเชิงทัศนศิลป์ รวมถึงสุนทรียศาสตร์เพิ่มขึ้นในใจอีกด้วย การใช้ศิลปะเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการบำบัด ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจมาจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคมปัจจุบัน ที่ทำให้เกิดความตึงเครียด กดดัน อึดอัด ก่อเกิดเป็นสถานะซึมเศร้า (Depression) ซึ่งตัวผู้สร้างสรรค์ผลงานเองก็กำลังประสบกับปัญหานี้อยู่เช่นกัน ผู้สร้างสรรค์จึงได้นำแรงบันดาลใจที่มาจากประสบการณ์ตรงมาถ่ายทอดเป็นผลงานในแนวทางศิลปะบำบัด โดยการใช้วลดลายไทยอันเป็นอัตลักษณ์ประจำชาติที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ สร้างเป็นผลงานลายเส้นที่แสดงออกถึงความพยายามที่จะหาทางออกด้วยการใช้ศิลปะมาช่วยบำบัดจิตตนเองที่มีความทุกข์ ถ่ายทอดออกมาผ่านวัสดุที่อยู่ในชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ ทั้งนี้เพื่อเป็นการบำบัดสถานะทางจิตของผู้สร้างสรรค์ผลงาน และสะท้อนให้ผู้เข้าชมผลงานเข้าใจและเข้าถึงการบำบัดสถานะซึมเศร้า (Depression) ด้วยการใช้ศิลปะบำบัด (Art therapy) ร่วมกับการศึกษาคำสอนทางพุทธศาสนาที่มีส่วนช่วยในการยกระดับจิตใจให้หลุดพ้นจากปมปัญหาที่สะสมให้เบาบางลงได้

1. สรุปแนวความคิดในการสร้างสรรค์

ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ผู้สร้างสรรค์ได้แนวความคิดมาจากประสบการณ์ตรงของชีวิต เป็นผลงานที่เกิดจากการที่ผู้สร้างสรรค์กำลังประสบกับปัญหาโรคซึมเศร้า (Depression) สภาวะหลายอย่างที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นส่งผลร้ายทั้งต่อร่างกาย จิตใจ และครอบครัว จากปัญหาดังกล่าวผู้สร้างสรรค์จึงต้องการเป็นส่วนหนึ่งที่จะสะท้อนให้ผู้คนในสังคมหันมาเห็นความสำคัญของปัญหาโรคซึมเศร้า ด้วยการแสดงออกเป็นผลงานศิลปะ ที่นำเสนอไปในแนวทางบำบัดจิตด้วยศิลปะ ด้วยการวาดลวดลายเป็นเส้นที่อิสระแต่แฝงไว้ด้วยที่มีลักษณะคล้ายศิลปะแมนดาลา ซึ่งเป็นศิลปะทิเบตที่นำมาใช้ในการบำบัด ร่วมกับศิลปะไทยที่เป็นศิลปะที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ ซึ่งต้องใช้สมาธิจดจ่อต่อสิ่งที่อยู่ตรงหน้า ทำให้เกิดความสงบ มีสติ หลุดพ้นจากปัญหาที่เป็นปมภายในจิตใจ โดยย้ายที่ความเจ็บปวดตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ ซิกมุนด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ที่กล่าวไว้ว่า เมื่อมนุษย์พบกับปัญหาและพยายามหาหนทางออกจากสภาพความเป็นจริงของชีวิต แต่บางครั้ง ก็ไม่สามารถพบทางออกที่จะแก้ปัญหาได้โดยตรงสักทีเดียว ทำให้เกิดภาวะเก็บกด ซึมเศร้า ครุ่นคิด เพื่อหาหนทางให้กับปัญหา ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองก็เป็นบุคคลหนึ่ง ที่ซ่อนปมปัญหาเอาไว้ และพยายามหาหนทางออกให้กับตนเอง เพื่อผ่อนคลายความทุกข์ทางใจ โดยการเลือกใช้ศิลปะบำบัด สร้างสรรค์เป็นผลงานจิตรกรรมไทยสื่อผสม (Thai Painting Mix Media) ด้วยการใช้ศิลปะบำบัด โดยการนำเสนอในแนวทางศิลปะจัดวาง (Installation Art) ที่ใช้วัสดุสำเร็จรูป และวัตถุจากชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์

2. สรุปแนวความแนวคิดตามกรอบทฤษฎี

การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” เป็นผลงานที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากการเจ็บป่วยทางสภาวะจิตของผู้สร้างสรรค์ ด้วยโรคซึมเศร้าที่เกิดจากการพบเจอเหตุการณ์รุนแรงทางสภาพแวดล้อมสังคมปัจจุบัน จนเกิดสภาวะอาการป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง หรือ PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) ซึ่งเกิดจากภาวะความเครียดเฉียบพลันหลังจากพบเจอกับเหตุการณ์ร้ายแรง โดยทางการแพทย์ได้วินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ผลการศึกษาพบว่า “โรคซึมเศร้า” เป็นภาวะจิตใจที่แสดงออกถึงความผิดปกติทางอารมณ์ ซึ่งอาจจะส่งผลเสียต่อคุณภาพชีวิต และอาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายในที่สุด การเข้าใจในสาเหตุและปัจจัยของ โรคซึมเศร้า จะช่วยให้ผู้รักษารวมถึงผู้ใกล้ชิดเข้าถึงตัวผู้ป่วยได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้ป่วยหาย และลดความเสี่ยงของการป่วยเรื้อรัง เกิดการปรับตัวทางสังคมที่ดียิ่งขึ้น ผู้สร้างสรรค์พบว่าการศึกษาหลักของทฤษฎี ประกอบกับสำรวจลักษณะอาการที่เกิดขึ้นจากตนเอง จะนำมาเป็นข้อมูลประกอบในการศึกษา

และสร้างสรรค์ผลงาน ซึ่งทฤษฎีจิตวิเคราะห์ นับเป็นทฤษฎีหลักที่อธิบายลักษณะอาการและการเกิดขึ้นของโรคซึมเศร้าอย่างดีที่สุด นอกจากนี้ ทฤษฎีดังกล่าวข้างต้น ยังได้มีประโยชน์กับการบำบัดรักษาทางจิตเวชที่ผู้สร้างสรรค์เลือกนำการใช้ศิลปะบำบัด เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการแสดงออก โดยมีข้อมูลประกอบตามทฤษฎีศิลปะบำบัด ที่เป็นรูปแบบหนึ่งของการแพทย์ทางเลือก (complementary and alternative medicine) ที่ประยุกต์ใช้กิจกรรมทางศิลปะเพื่อทำการศึกษาความผิดปกติของกระบวนการทางจิต โดยใช้หลักทางจิตวิทยา เพื่อเข้าสู่จิตใจในระดับจิตไร้สำนึก และเลือกใช้กิจกรรมทางศิลปะที่เหมาะสมช่วยในการบำบัดรักษา โดยผู้สร้างสรรค์เลือกใช้การวาดเขียนเป็นหลักในการแสดงออกทางผลงานศิลปะ ทั้งหมดสามารถนำมาวิเคราะห์ให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดว่าเป็นอย่างไร หรือสภาพจิตมีปัญหอย่างไร จากที่กล่าวมานั้น การทำความเข้าใจในผลงานสร้างสรรค์ในแนวทางศิลปะบำบัดอย่างถ่องแท้ จึงพบว่าการศึกษาทฤษฎีการรับรู้ทางจิตวิทยา สามารถช่วยในการบำบัดได้ส่วนหนึ่ง ผู้สร้างสรรค์เลือกบำบัดโดยการใช้สีเฉดอ่อน ที่ตัวแทนของความสะอาดบริสุทธิ์ เฉดสีเหล่านี้ถือว่ามีสภาพอ่อนคลาย มีสติ และแสดงถึงความเป็นกลาง โดยสีขาวที่ใช้ผสมนั้นแสดงถึงความชัดเจนความไร้เดียงสา ความสะอาด จิตวิญญาณแห่งความบริสุทธิ์ความหวัง ความกว้างขวาง และการเปิดกว้าง เพื่อทำความเข้าใจและนำมาใช้ในการบำบัดรักษาตัวผู้สร้างสรรค์เอง ศิลปะบำบัดนั้น มีประโยชน์ด้านการพัฒนาอารมณ์ สติปัญญา สมาธิ ทฤษฎีที่ศึกษาปรากฏการณ์ทางจิตทั้งภาวะปกติและภาวะผิดปกติ แต่ละทฤษฎีจะให้มุมมองต่อการพัฒนาทางจิตใจ กระบวนการและแนวทางการบำบัด ผู้สร้างสรรค์จึงได้นำแนวทางทฤษฎีสมาธิบำบัดเข้ามารวมเป็นส่วนหนึ่งของการทำศิลปะบำบัด ทำให้ผู้สร้างสรรค์พบว่า การบำบัดมีได้หลายวิธี และการกำหนดจิตให้อยู่ในสมาธิ นับเป็นการฝึกจิตให้ไม่สอต่อส่าย และสามารถจดจ่อกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า เช่นเดียวกับผู้สร้างสรรค์ที่ใช้วิธีการของสมาธิบำบัดจิต ด้วยการวาดภาพที่เป็นลายเส้น มีลักษณะเป็นวงกลม (Miron) ซึ่งการเขียนวงกลมลักษณะนี้ถือว่าการสร้างสมาธิในระดับหนึ่ง ตามแนวคิดของศิลปะแมนดาลา การเขียนลวดลายดังกล่าวเป็นการเขียนที่ต้องกำหนดจิต ควบคุมมือ ผ่านความรู้สึกของสมอง ร่วมกับจิตไร้สำนึกและจิตสำนึก ตาทำหน้าที่รับรู้ จิตเป็นผู้ควบคุมการขีดเขียน ให้ออกมาเป็นผลงานที่มีลักษณะเป็นแบบอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการส่งตรงมาจากจิตใต้สำนึก ซึ่งเป็นการบำบัดจิตเพื่อนำเอาตะกอนทางความรู้สึกส่งถ่ายออกมาเป็นภาพ ในการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้ ได้ทำการศึกษาข้อมูลของการทำงานภาวะอัตโนมัติ (automatism) ที่ทำให้เห็นได้ว่าจิตใต้สำนึกมีความสำคัญอันจะนำไปสู่รูปแบบในการสร้างสรรค์ที่มีลักษณะเฉพาะตน อันแฝงอยู่ในจิตวิญญาณของผู้สร้างสรรค์ คือ ความเป็นไทย ซึ่งตัวผู้สร้างสรรค์เองได้นำความรู้สึกของความเป็นจิตวิญญาณที่ฝังแน่นอยู่ภายในถึงความเป็นคนไทย ที่รักศิลปวัฒนธรรมอันละเอียดอ่อนของคนไทย งานศิลปะไทยที่วิจิตรงดงาม

อันเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติ ที่ผู้สร้างสรรค์เลือกมา ใช้เป็นรูปแบบหลักในการสร้างสรรค์ คือการผูกวลดลายที่มีที่มาจากงานศิลปะไทยโดยการนำเสนอในลักษณะ ศิลปะจัดวาง (Installation) เพราะต้องการจำลองสภาพแวดล้อมในชีวิตของผู้สร้างสรรค์ ด้วยการใช้วัสดุสำเร็จรูป ออกมาเป็นผลงานศิลปะที่สะท้อนมุมมองด้านอารมณ์ความรู้สึก ผ่านกระบวนการศิลปะบำบัดดังกล่าว

3. อภิปรายผล

การสร้างสรรค์ผลงานชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” จากวิถีชีวิตที่ผ่านมา ผู้สร้างสรรค์เกิดมาในครอบครัวที่บิดามารดาทำอาชีพรับราชการ และรับงานพิเศษเกี่ยวกับศิลปะ ทำให้ครอบครัวไม่ค่อยมีเวลาให้กับผู้สร้างสรรค์มากนัก ผู้สร้างสรรค์เติบโตมากับการเรียนรู้ชีวิตด้วยตนเอง แต่บิดามารดามีความคาดหวังในตัวผู้สร้างสรรค์ที่เป็นบุตรไว้อย่างสูง ผู้สร้างสรรค์จึงเกิดแรงกดดันจากครอบครัวมาตั้งแต่สมัยเด็ก เกรตเฉื่อยกลายเป็นเรื่องแรกที่ครอบครัวให้ความสำคัญสูงสุด ทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวเริ่มลดน้อยลง เจอหน้าพบปะกันน้อยลง เพราะแรงกดดันที่มากเกินไป การถูกบังคับให้เรียนพิเศษ อ่านหนังสือ และหาความรู้ตลอดเวลา ทำให้เกิดความเครียดในการสนทนา เกิดภาวะการณ์หลีกเลี่ยงที่จะพบปะกัน เกิดความห่างเหินขึ้นในครอบครัว การหาประสบการณ์ด้วยตนเองจึงเป็นสิ่งที่ผู้สร้างสรรค์คุ้นเคยเป็นอย่างดี ประกอบกับในสภาพสังคมปัจจุบันเริ่มมีความหลากหลายทางวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามา กระแสสังคมเริ่มเปลี่ยนแปลงไป อินเทอร์เน็ตเริ่มเข้ามามีบทบาทกับมนุษย์มากยิ่งขึ้น สังคมเริ่มเข้าสู่ยุคโซเชียล ยุคที่ข้อมูลต่าง ๆ มีการส่งผ่านถึงกันอย่างรวดเร็ว สื่อเริ่มเข้าถึงผู้คนอย่างขาดการคัดกรองมากยิ่งขึ้น เกิดเป็นสภาพสังคมที่โหดร้าย แฝงไปด้วยอันตรายในทุกหนทุกแห่ง ซึ่งผู้สร้างสรรค์เองเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากความโหดร้ายของสังคมในปัจจุบัน ประกอบกับภาวะความเครียดจากการใช้ชีวิตประจำวัน ความอัดอั้น กัดดัน บีบคั้นภายในจิตใจ ก่อให้เกิดสภาวะอาการป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง หรือ PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) ซึ่งเกิดจากภาวะความเครียดเฉียบพลันหลังจากพบเจอกับเหตุการณ์ร้ายแรง ทางแพทย์ได้วินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคซึมเศร้า โดยจากสภาพแวดล้อมในสังคมเมืองในปัจจุบัน มีการแก่งแย่งแข่งขัน เอารัดเอาเปรียบซึ่งกันและกัน การใช้ชีวิตของผู้คนในสังคมมีความตึงเครียดสูง ปัญหาดังกล่าวนับเป็นปัญหาหลักที่กระทบกับผู้คนในสังคมส่วนหนึ่ง รวมถึงตัวผู้สร้างสรรค์เองด้วย สิ่งเหล่านี้จึงเป็นปัญหาหนึ่งที่ผู้สร้างสรรค์ให้ความสนใจ รวมถึงยังมีผู้คนในสังคมจำนวนไม่น้อยที่ประสบกับสภาวะซึมเศร้า แต่ไม่มีความกล้าที่จะเข้ารับการรักษา ประกอบกับคนรอบข้างที่ไม่เห็นความสำคัญและยังไม่เปิดใจยอมรับกับโรคดังกล่าว ทำให้ผู้ป่วยขาดความเชื่อมั่นในการพาตนเองเข้าปรึกษา ตลอดจนกังวลกับการตัดสินใจของผู้คนรอบข้างในสังคม

จากที่กล่าวมาข้างต้น ปัญหาของสภาพแวดล้อมคือมูลเหตุอันก่อให้เกิดปัญหาที่กักกั้นใจของผู้สร้างสรรค์ ให้เกิดความรู้สึกกดดัน หดหู่ ท้อถอย จนอยากหลีกเลี่ยงไปจากโลกนี้ เพื่อพ้นจากปัญหาดังกล่าว จึงจำเป็นต้องทำการศึกษาข้อมูล ภาวะโรคซึมเศร้า เพราะเป็นแนวคิดหลักที่ผู้สร้างสรรค์นำมาใช้สร้างผลงาน ด้วยการใช้ศิลปะบำบัด อันเป็นการแพทย์ทางเลือกหนึ่งที่ผู้สร้างสรรค์เองได้ทดลองใช้วิธีการ วาด เขียน ชีต เส้นที่เป็นลวดลายไทย ที่เป็นเทคนิคที่ผู้สร้างสรรค์มีความชำนาญ ที่เป็นอัตลักษณ์ของชาติไทยเข้ามา เป็นหลักในการบำบัด การขีดเขียนลวดลายไทยนั้นต้องอาศัยทักษะ สมาธิ จิตใจที่จดจ่อ สงบนิ่ง เพื่อสร้างลวดลายที่ประณีต บรรจง งดงาม อันส่งผลให้ผู้สร้างสรรค์เกิดความสงบทางใจ จิตใจเกิดความสมดุล เกิดดุลยภาพและสุนทรีภาพในระดับที่ช่วยบำบัดจิตใจได้ แม้จะเป็นการเลือกเขียนแบบอัตโนมัติลงบนวัสดุสำเร็จรูปก็ตาม แต่ผลที่ออกมานั้นก็กลับเกิดความงามจากลายเส้นและกลุ่มสีที่อยู่ในโทนอ่อนอันเป็นกลุ่มสีที่ใช้ในการบำบัด นับว่าศิลปะบำบัดมีประโยชน์ในอีกทางหนึ่ง ในการสร้างสรรค์ผลงานนี้จะสำเร็จลงได้

ผลงานวิทยานิพนธ์ในหัวข้อ “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” พบว่า ศิลปะบำบัดเป็นกระบวนการ (Process) ที่ไม่ได้ต้องการภาพวาด ที่เสร็จสมบูรณ์และไม่ได้เป็นเพียงการดูหรือชื่นชมสุนทรียะของภาพวาดเพียงเท่านั้น แต่สิ่งที่สำคัญของการบำบัด คือ ความงามของการทำงานศิลปะ ความงามที่ไม่ได้เกิดขึ้นที่ตัวชิ้นงาน แต่หมายถึงความงามในกระบวนการการบำบัดทั้งหมด ซึ่งผู้สร้างสรรค์ได้ทำการศึกษา ผ่านการวิเคราะห์ตามกรอบทฤษฎีทางศิลปะที่มีแนวคิดในการช่วยชี้นำให้พัฒนาผลงานตามแนวคิดได้ดีขึ้น ทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษา ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ นับเป็นทฤษฎีหลักที่อธิบายลักษณะอาการและการเกิดขึ้นของโรคซึมเศร้าอย่างดีที่สุด ผู้สร้างสรรค์ได้ศึกษาหลักการของทฤษฎี ประกอบกับสำรวจลักษณะอาการที่เกิดขึ้นจากตนเอง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบในการศึกษาและสร้างสรรค์ผลงาน ผู้สร้างสรรค์เลือกใช้การวาดเขียนเป็นหลักในการแสดงออกทางผลงานศิลปะ ทั้งหมดสามารถนำมาวิเคราะห์ให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดว่าเป็นอย่างไร หรือสภาพจิตมีปัญหาอย่างไร นอกจากนั้น การจะทำความเข้าใจในผลงานสร้างสรรค์ในแนวทางศิลปะบำบัด มีความจำเป็นต้องทำการศึกษาทฤษฎีการรับรู้สี่ทางจิตวิทยาที่ใช้ในการบำบัด ซึ่งผู้สร้างสรรค์เลือกบำบัดโดยใช้สีเฉดอ่อน เฉดสีเหล่านี้ถือว่ามีอารมณ์ผ่อนคลาย มีสติ และแสดงถึงความเป็นกลาง โดยสีขาวที่ใช้ผสมนั้นแสดงถึงความชัดเจนความไร้เดียงสา ความสะอาด ความกว้างขวาง และการเปิดกว้าง เพื่อทำความเข้าใจและนำมาใช้ในการบำบัดรักษาตัวผู้สร้างสรรค์เอง นอกจากนั้นการศึกษายังพบว่ามีศิลปินที่สร้างสรรค์ผลงาน ที่สอดคล้องถึงแนวคิด เทคนิค และวิธีการ รวมถึงมีรูปแบบและกระบวนการ ที่ผู้สร้างสรรค์ให้ความสนใจ โดย เมตตา สุวรรณศรี ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงาน ที่แสดงถึงความรักของแม่ที่มีต่อลูก ผ่านการใช้ความพยายามในการถักเส้นใย

ขึ้นมาทีละเส้น ครอบครัวไปบนโครงวัสดุที่ศิลปินได้มีการสร้างขึ้นมาจากรูปทรงที่ได้จากภาพวาดของลูก ที่ถ่ายทอดออกมาจากจิตไร้สำนึก จากแนวคิดดังกล่าว มีความคล้ายคลึงกับ ยาโยอิ คุซามะ (Yayoi Kusama) ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงานอันเกิดจากจิตใต้สำนึก ซึ่งจากสภาวะจิตที่ผิดปกติ จึงสอดคล้องกับ ผลงานศิลปินอีกหลายท่าน ที่ผู้สร้างสรรค์ทำการศึกษาวินเซนต์ แวนโก๊ะ (Vincent Van Gogh) ศิลปินชาวเนเธอร์แลนด์ ผู้มีอาการของโรคซึมเศร้า ผลงาน “Starry Night” ภาพนี้นับเป็นผลงาน สำคัญในช่วงปลายชีวิตของเขา เขาพบว่า ศิลปะสามารถเยียวยาความเจ็บปวด ความทุกข์ทรมาน แวนโก๊ะ วาดภาพวิวนอกหน้าต่างห้องพักจากจินตนาการของตัวเอง ด้วยภาพท้องฟ้าที่บรรจบกับ ผืนทะเล เป็นเกลียวคลื่นที่หมุนวน แต่มีดวงจันทร์ลอยเด่น ฟ้าแปร่งอันทรงพลังจนกลายเป็นเอกลักษณ์ อีกทั้งการใช้สีที่บ่งบอกสภาวะของอารมณ์ ที่สามารถถ่ายทอดความรู้สึกพลุ่งพล่าน ในช่วงที่สภาพ จิตใจเร้าร้อน หรือการใช้สีหม่นเศร้า ที่สะท้อนถึงความหดหู่ในช่วงสุดท้ายของชีวิต จากแนวคิด ดังกล่าว ศิลปินได้มีการสร้างสรรค์ผลงานอันเกิดจากจิตใต้สำนึก ภายใต้สภาพจิตใจที่ผิดปกติ หลุยส์ เวิน (Louis Wain) ศิลปินชาวอังกฤษที่มีภาวะป่วยทางจิต เป็นโรคจิตเภท จึงทำให้เขามีภาวะ อารมณ์ฉุนเฉียว ควบคุมตนเองไม่ได้ ศิลปินเป็นที่รู้จักดีกับการวาดภาพ แมวหัวโตตากลม ให้เป็น ศิลปะแบบมานุษยรูปนิยม (Anthropomorphism) หรือบุคคลวัต คือการใส่บุคลิกท่าทางของคนให้กับ สิ่งที่ไม่ใช่มนุษย์ สามารถสังเกตเห็นถึงความเปลี่ยนแปลงทางสภาวะอารมณ์ได้อย่างชัดเจน เนื่องจากการที่ศิลปินนั้นวาดภาพแมวมาตลอดชีวิต โดยผลงานของเวินในระยะหลังจากเริ่มมีอาการนั้น เริ่มมีการลดทอนรายละเอียดลงอย่างชัดเจน เริ่มปรากฏเป็นลวดลายที่ซ้ำกัน ในขณะเดียวกันก็เริ่ม ใช้สีเส้นที่สดใสมากขึ้น โดยในระยะหลังสุดนั้นในช่วงที่ศิลปินเริ่มตัดขาดจากโลกภายนอกอย่างสิ้นเชิง เริ่มมีใช้รูปเรขาคณิตที่มองไม่เห็นรูปทรง แต่ยังคงมีความสามารถเท่ากันทั้งสองข้าง แสดงถึงความคิด ที่เกิดขึ้นวนเวียนซ้ำกันในจิตใจ และการย้ำคิดย้ำทำ และเนื่องจากหนึ่งในอาการของโรคซึมเศร้า ที่ผู้สร้างสรรค์กำลังประสบอยู่นั้น คืออาการวิตกกังวลและย้ำคิดย้ำทำ ผู้สร้างสรรค์มักสร้างสรรค์ ผลงานที่เกิดจากลวดลายที่มีลักษณะซ้ำกัน ตามลักษณะลวดลายไทยที่ผู้สร้างสรรค์คลุกคลี เอ็ดเวิร์ด มุงค์ (Edvard Munch) ศิลปินชาวนอร์เวย์ ผู้มีอาการของโรคซึมเศร้า เขาสร้างสรรค์ผลงาน “The scream” ภาพผู้ชายคนหนึ่งแสดงลักษณะอาการกรีดร้อง ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงอารมณ์และ สภาพจิตใจภายในที่ปวดร้าวของศิลปิน ผลงานชิ้นนี้เป็นภาพที่แสดงออกถึงลักษณะการผสมผสาน ระหว่างความขัดแย้ง เย้ยหยัน แต่ก็ยังแสดงให้เห็นถึงอารมณ์อ่อนไหวภายใน ด้วยลักษณะลายเส้น ที่บิดเบี้ยวของรูปร่างคนที่เป็นตัวแทนของศิลปินเอง และสีภายในภาพที่มีลักษณะมืดมน แต่ถึง อย่างนั้นก็มีความโดดเด่นจากการใส่สีแดงลงบนท้องฟ้า เป็นการถ่ายทอดแรงกดดัน ความกลัว ความเจ็บปวดรวดร้าวที่ซ่อนอยู่ภายในสภาพจิตใจของศิลปิน ผู้สร้างสรรค์จึงได้ศึกษากระบวนการ

แรงบันดาลใจของศิลปิน ที่มีภาวะอาการป่วยทางจิต ตามลักษณะอาการป่วยของศิลปิน จากศิลปิน ที่กล่าวมาทั้งหมดนั้น ผู้สร้างสรรค์ได้ศึกษาจนเกิดความลงตัวทั้งทางด้านแนวความคิดและ กระบวนการสร้างสรรค์ จนสามารถเป็นแนวทางที่จะใช้พัฒนาผลงานในลำดับต่อไป

4. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้ประโยชน์

4.1 ผลที่ได้จากวิทยานิพนธ์ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะ บำบัดจิต” สามารถนำไปพัฒนาการสร้างสรรค์ผลงานแนวจิตกรรมไทยสื่อผสม ที่นำเสนอผ่านการ ใช้วัสดุสำเร็จรูป ที่แปรค่าเป็นผลงานศิลปะได้ และนำไปใช้เป็นฐานข้อมูลให้กับผู้สนใจต่อไป

4.2 ผลงานสร้างสรรค์ในโครงการนี้สามารถนำไปช่วยในการพัฒนาแนวทางการใช้ด้วยการ นำเสนอในแนวทางศิลปะจัดวาง (Installation Art) อันประกอบไปด้วยการใช้วัสดุสำเร็จรูปจากชีวิตประจำวัน

4.3 จัดแสดงเผยแพร่ ผลงานศิลปกรรมเพื่อเป็นหนึ่งในการเคลื่อนไหวของศิลปกรรมร่วมสมัยไทย

5. ข้อเสนอแนะสำหรับการสร้างสรรค์ครั้งต่อไป

ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “จิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย ผ่านภาพลักษณ์ทางศิลปะบำบัดจิต” ผู้สร้างสรรค์สามารถนำผลงานมาพัฒนาได้ดังต่อไปนี้

5.1 ศึกษาข้อมูลจากศิลปินทั้งในประเทศและต่างประเทศในสาขาอื่นๆ ที่ไม่ใช่เฉพาะงาน ในแนวทางสื่อผสม เพื่อให้เกิดประสบการณ์ที่แปลกแตกต่างในการรับรู้ จนเกิดเป็นแนวคิดที่มีความร่วมสมัย

5.2 การนำเสนอในแนวทางศิลปะจัดวาง (Installation Art) อันประกอบไปด้วยการใช้ วัสดุ สำเร็จรูป และวัตถุจากชีวิตประจำวันของผู้สร้างสรรค์ ควรทำการทดลองเทคนิค รวมทั้งกระบวนการ ทางเทคนิคให้มีลักษณะเฉพาะตัว และสามารถค้นพบแนวทางการสร้างสรรค์ใหม่ที่ไม่เคยปรากฏมาก่อน

บรรณานุกรม

- คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต. (2554). ผลงาน ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัชรพร อยู่ดี. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 30 ตุลาคม 2562. จาก <https://finearts.dpu.ac.th/showcase->.
- คลังสะสมศิลปกรรมของมหาวิทยาลัยศิลปากร. (2558). เส้นใยความรักของแม่ต่อลูกน้อยอติสติก. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562. จาก http://www.resource.lib.su.ac.th/awardsu/web/artdetail.php?item_id=817.
- จิระพัฒน์ พิตรปรีชา. (2545). **โลกศิลปะศตวรรษที่ 20**. กรุงเทพฯ: เมืองโบราณ.
- เฉลิมเกียรติ ผิวนวล. (2560). **จิตวิเคราะห์ของฟรอยด์**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สมิต.
- ณัฏฐา พิทยรัตน์เสถียรและคณะ. (ม.ป.ป.). **การบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้า โดยเทคนิคการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม**. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 30 ตุลาคม 2562. จาก <http://www.thaidepression.com/www/56/CBTdepression.pdf>.
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2550). **ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- ไทยโพสต์. (2561). 'แมนดาลา'ศิลปะสร้างสมาธิ ช่วยเยียวยาอารมณ์ลบคนชรา. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://www.thaipost.net/main/detail/789>.
- ธเนศ วงศ์ยานนาวา. (2552). **ศิลปะกับภาวะสมัยใหม่: ความขัดแย้งและความลึกลับ**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ภาพพิมพ์.
- ธรรนินทร์ กองสุข, พิเชฐ อุดมรัตน์, สุวรรณ อรุณพงศ์ และคณะ. (2549). “ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ความเครียดในชีวิตกับการเกิดโรคซึมเศร้าในผู้ป่วยที่มารับบริการของโรงพยาบาลมหาวิทยาลัย 5 แห่ง ปี 2549.” **วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย**, 53(1): น. 61-68.
- ธวัชชัย กฤษณะประกรกิจ, สมจิตร ห่องบุตรศรี และ ผ่องพรรณ กฤษณะประกรกิจ. (2552). **สมาธิบำบัดทางจิตเวชศาสตร์และสุขภาพจิต**. ขอนแก่น: คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- นันทิรา หงษ์ศรีสุวรรณ. “ทฤษฎีเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า” **วารสาร มจร.วิชาการ**, 19(38): น. 111

- เบนดิกต์ คัมเบอร์แบตช์ ไทยแลนด์. (ม.ป.ป.). เบนดิกต์ คัมเบอร์แบตช์และแคลร์ ฟอยร่วมแสดงใน ภาพยนตร์ชีวิตของจิตรกรนักวาดภาพแนว LOUIS WAIN. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://cumberbatchthailand.com/news/benedict-cumberbatch-claire-foy-louis-wain/>
- ปทุมรัตน์ พิษณุไพบูลย์. (2561). **จิตวิทยาศิลปะ : สุนทรียศาสตร์เชิงประจักษ์**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล, สตรีรัตน์ รุจิระชาคร และ ไอยรดา มาริอัมมัน. (2556). **คู่มือแนวทางการจัดบริการสุขภาพวัยรุ่นแบบบูรณาการตามมาตรฐานกระทรวงสาธารณสุข**. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- พีรพนธ์ ลือบุญรัชชัย, อรพรรณ ลือบุญรัชชัย. (2553). **การบำบัดรักษาทางจิตสังคมสำหรับโรคซึมเศร้า**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ธนาเพรส.
- พีรณธ์ ตุลวรรณนะ. (2561). ยาโยย คุซามะ ‘ป่าจุด’ และโลกอันเต็มไปด้วยจุด จุด จุด. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://waymagazine.org/yayoi-kusama/>.
- ไพจิตร พุทธรอด และกนกวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ. (2563). “ผลของโปรแกรมการบำบัดรายบุคคลโดยแนวคิดซาเทียนต่อภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า” วารสารวิจัยและพัฒนา ระบบสุขภาพ, 13(1): น. 485
- ภาณุ บุญพิพัฒนาพงศ์. (ม.ป.ป.). Van Gogh. Life and Art เรื่องเล่าชีวิตปวดร้าวในงานศิลปะ สีสดใสของ วินเซนต์ แวน โก๊ะท์. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://adaymagazine.com/van-gogh-life-and-art>.
- ภูพิงค์ เมตตาณัยธรรม. (2559). **ศิลปะในฐานะเครื่องมือบำบัดเยียวยาความเศร้า: กรณีศึกษาเมตตา สุวรรณศรี และวัชรพร อยู่ดี**. วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชา ทัศนศิลป์ คณะจิตรกรรม ประติมากรรม และภาพพิมพ์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- มหาวิทยาลัยศิลปากร. (2558). **คลังสะสมศิลปกรรมของมหาวิทยาลัยศิลปากร**. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 12 กันยายน 2562. จาก www.resource.lib.su.ac.th.
- สมภพ เรื่องตระกูล. (2547). **ความเครียดและอาการทางจิตเวช**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เรือนแก้ว.
- รัชนี้ คุณานุวัฒน์. (2552). **ความเป็นคนไทย**. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 30 ตุลาคม 2562. จาก <https://www.kroobannok.com/blog/9872>.
- เลิศศิริ บวรกิตติ, เทพศักดิ์ ทองนพคุณ, วรรณะ อุณากุล, James Alan Longo, Baxter Garcia และ Holly Tupper. “ศิลปกรรมบำบัด : ความสังเขป” วารสารวิชาการสาธารณสุข, 14(6): น. 1051.

สมภพ เรื่องตระกูล. (2547). **ความเครียดและอาการทางจิตเวช**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เรือนแก้ว.
สำนักงานพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารสุขภาพ.(ม.ป.ป.). **คนไทยคิดสั้นเพิ่ม ผู้สูงอายุฆ่าตัวตายสูงขึ้น**.

ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 16 กันยายน 2562. จาก https://www.hiso.or.th/hiso/tonkit/tonkits_53

หนังสือพิมพ์ไทยโพสต์. (2561). **'แมนดาลา'ศิลปะสร้างสมาธิ ช่วยเยียวยาอารมณ์ลบคนชรา**.

ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 30 ตุลาคม 2562. จาก thaipost.net/main/detail/789.

อรพรรณ ลีบุญธวัชชัย และพีรพนธ์ ลีบุญธวัชชัย. (2553). **การบำบัดรักษาทางจิตสังคมสำหรับโรคซึมเศร้า**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Gordon T. Harold, Ruth Sellers. “Annual Research Review: Interparental conflict and youth psychopathology: an evidence review and practice focused update”
Journal of Child Psychology and Psychiatry, Year 4 No. 59: pp. 377.

Health Today. (ม.ป.ป.). **สีสันทับสุขภาพจิต**. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://health.campus-star.com/general/204.html>.

Interior-baby. (ม.ป.ป.). **สีของสถานรับเลี้ยงเด็ก**. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://interior-baby.ru/th/color-childrens/>.

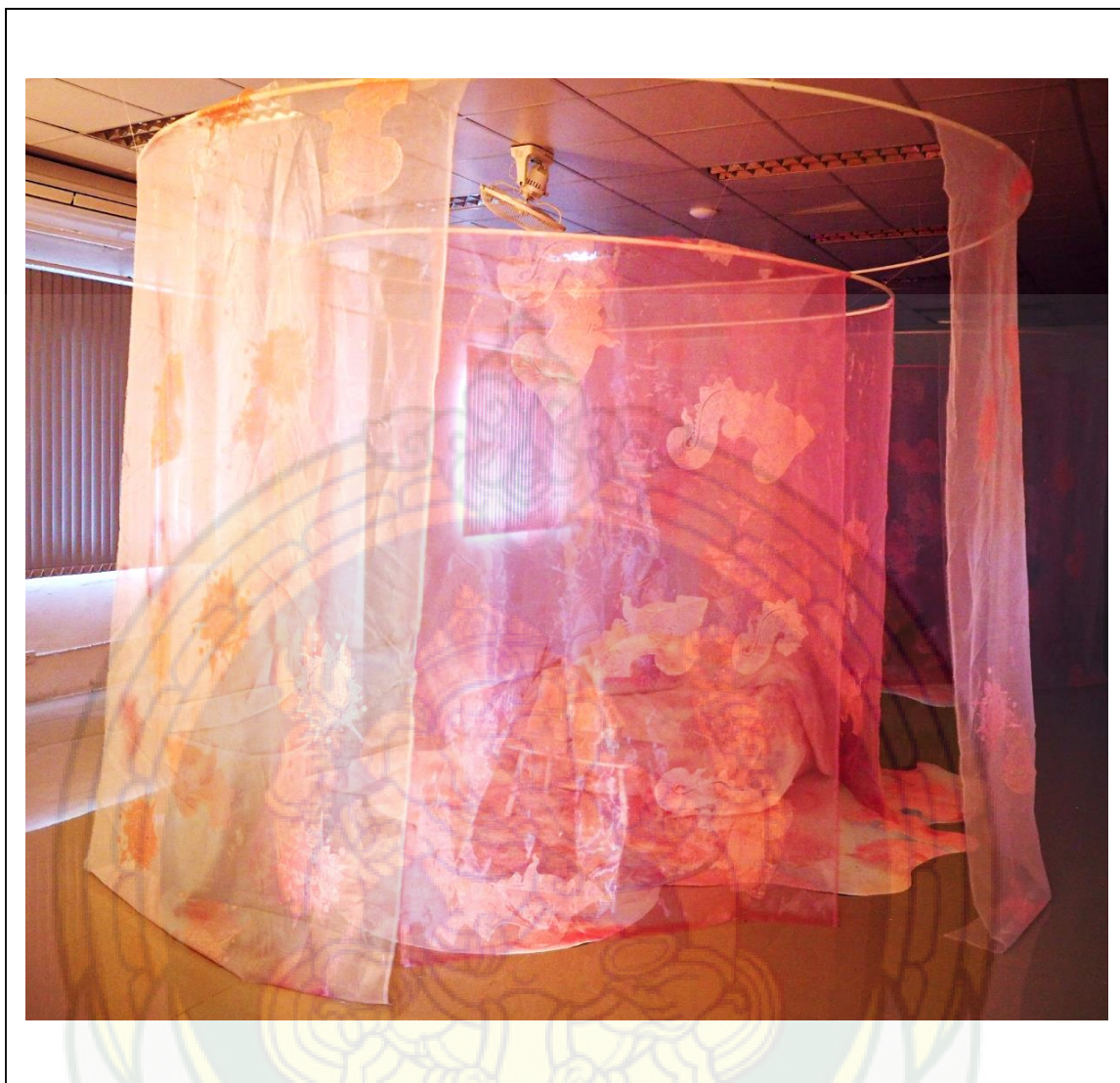
Museum Thailand. (ม.ป.ป.). **หอศิลป์วัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร**. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://www.museumthailand.com/th/museum/Bangkok-Art-and-Culture-Centre>.

Takieng. (ม.ป.ป.). **เอ็ดเวิร์ด มุงค์ สุดยอดศิลปินลัทธิแสดงพลังอารมณ์ผู้เขียนภาพสุดหลอนและเศร้าซึม**. ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 3 พฤศจิกายน 2562. จาก <https://www.takieng.com/stories/14356>.

Thai PBS News. (2557). **แลโลกศิลปะ : ประติมากรรมจากลายเส้นของลูกชายเด็กพิเศษ**.
ออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 20 พฤศจิกายน 2562, จาก <https://youtu.be/9SfQtbkPFkY>.

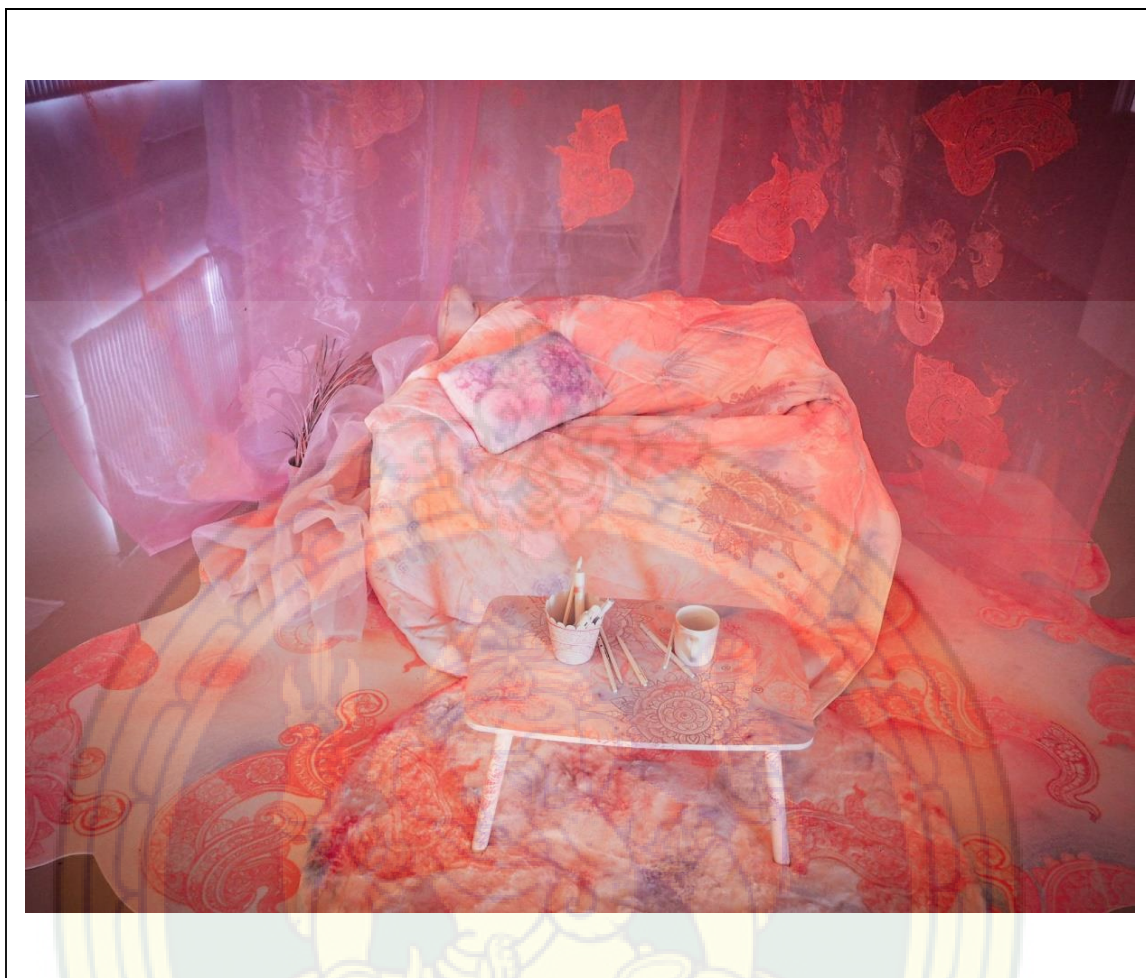


ภาคผนวก



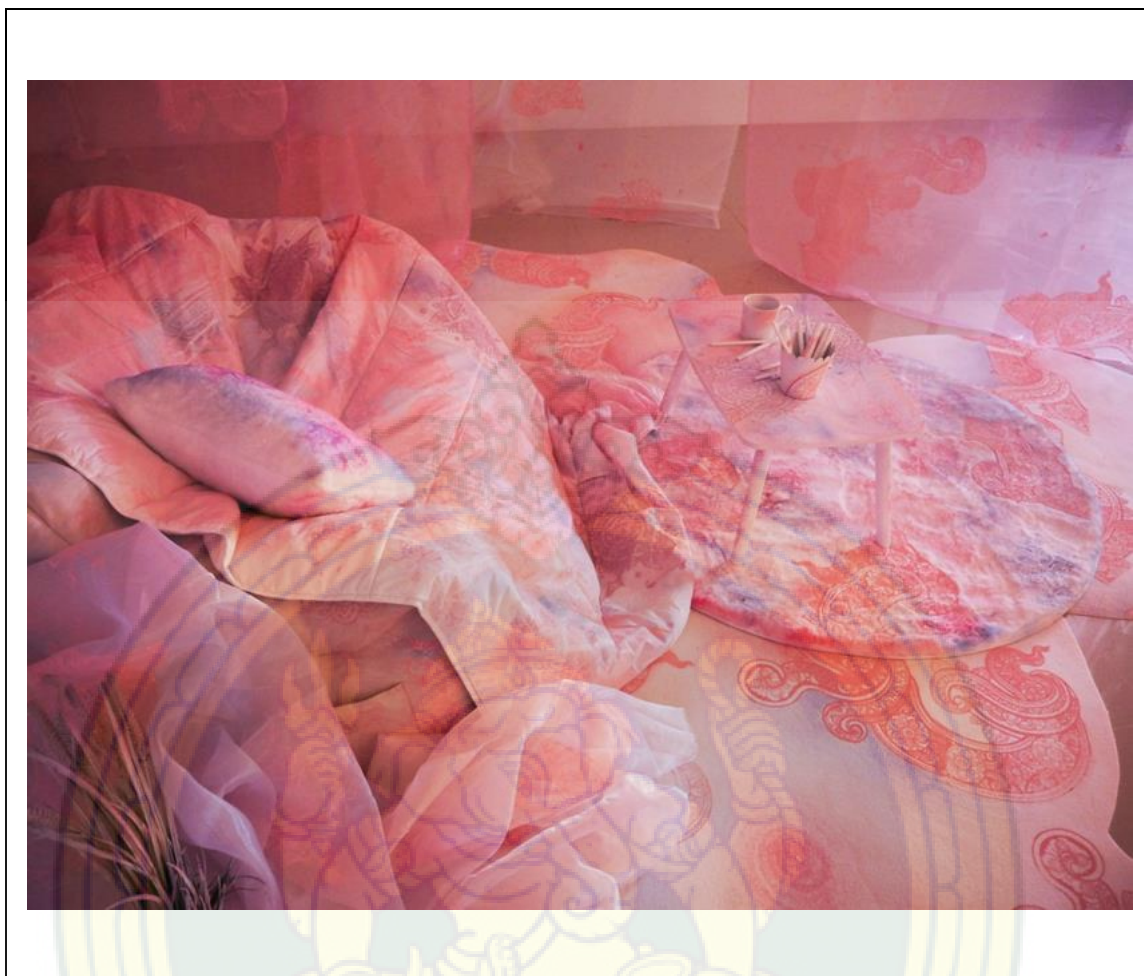
ภาพที่ 38 ภาพผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 1
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



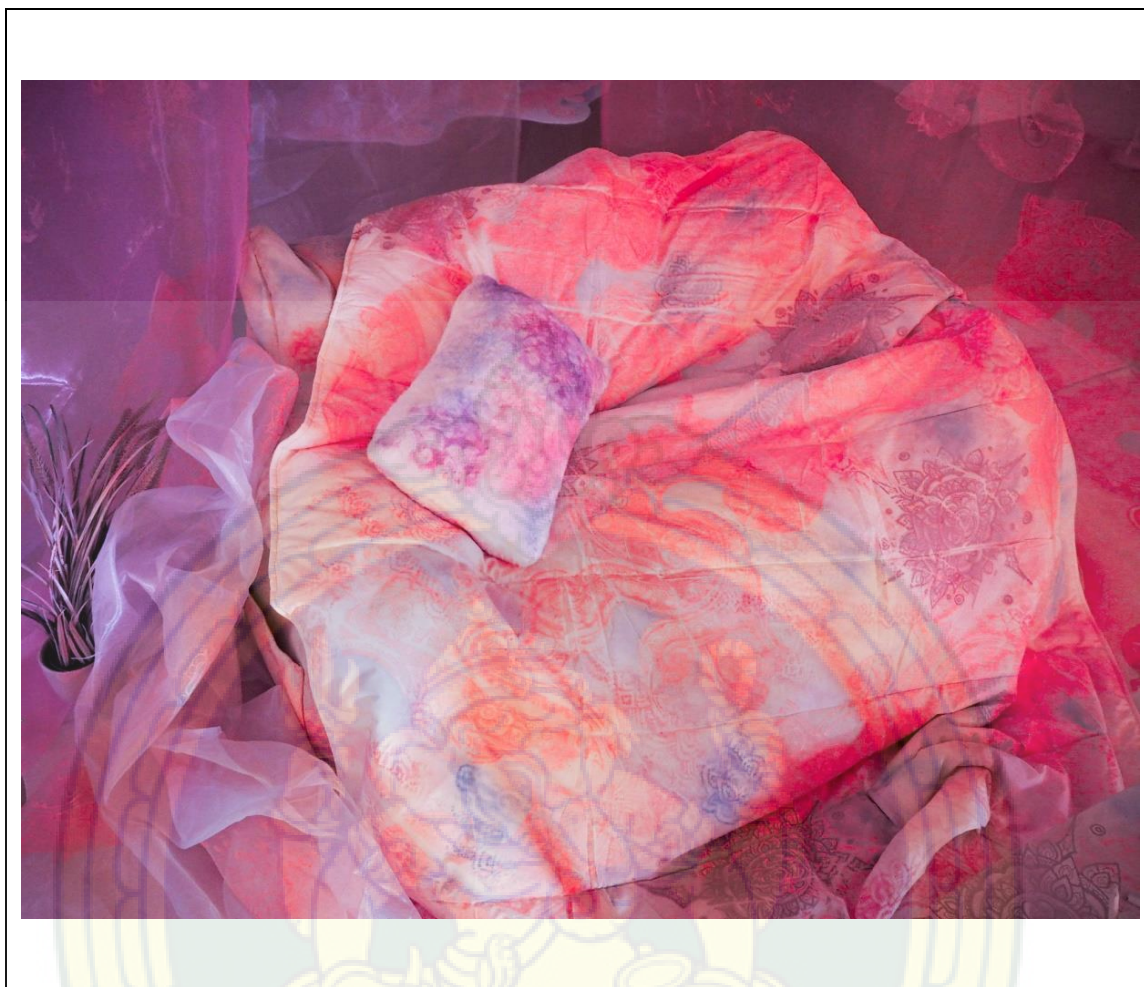
ภาพที่ 39 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพโดยรวมภายในผลงาน)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 1
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปดพันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



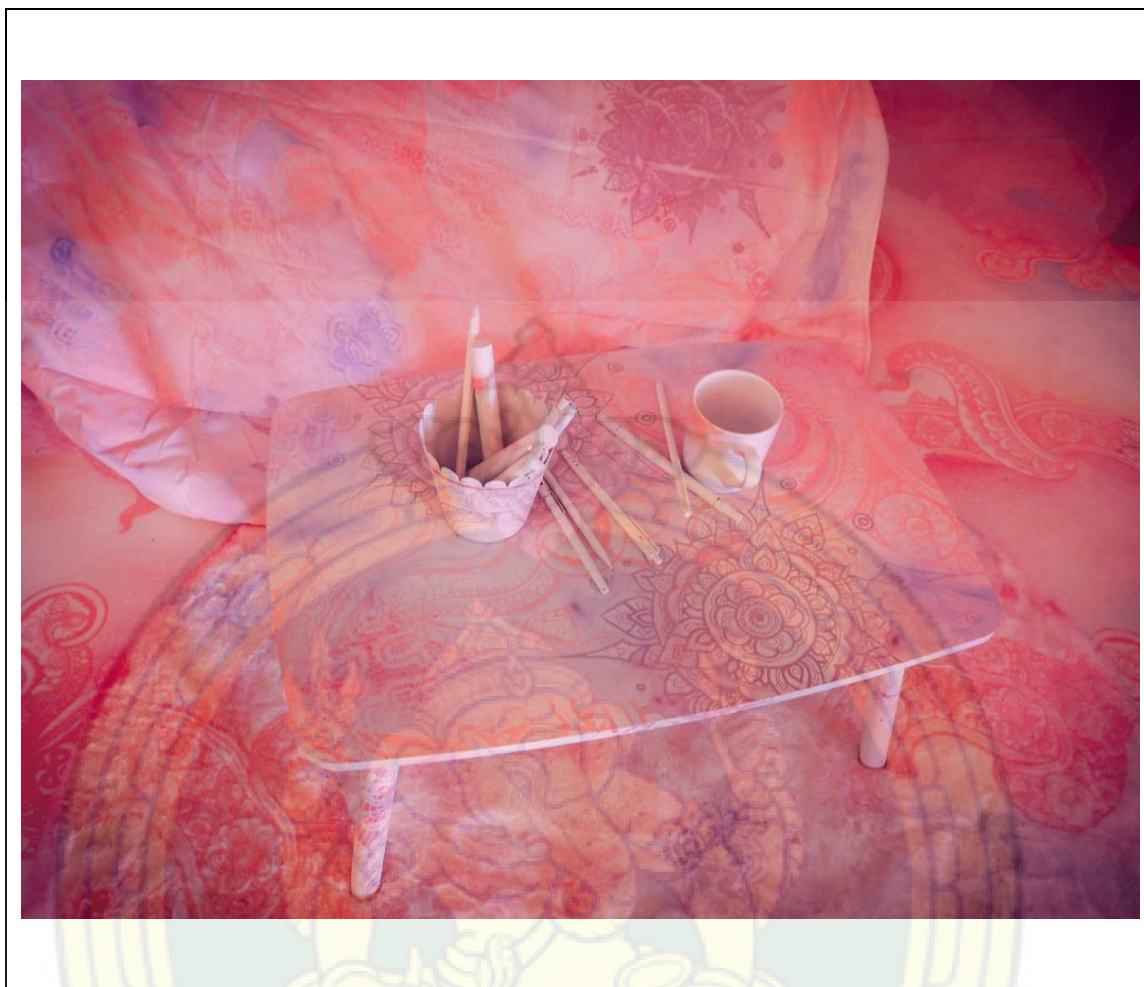
ภาพที่ 40 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพผลงานจากมุมมองด้านข้าง)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 1
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



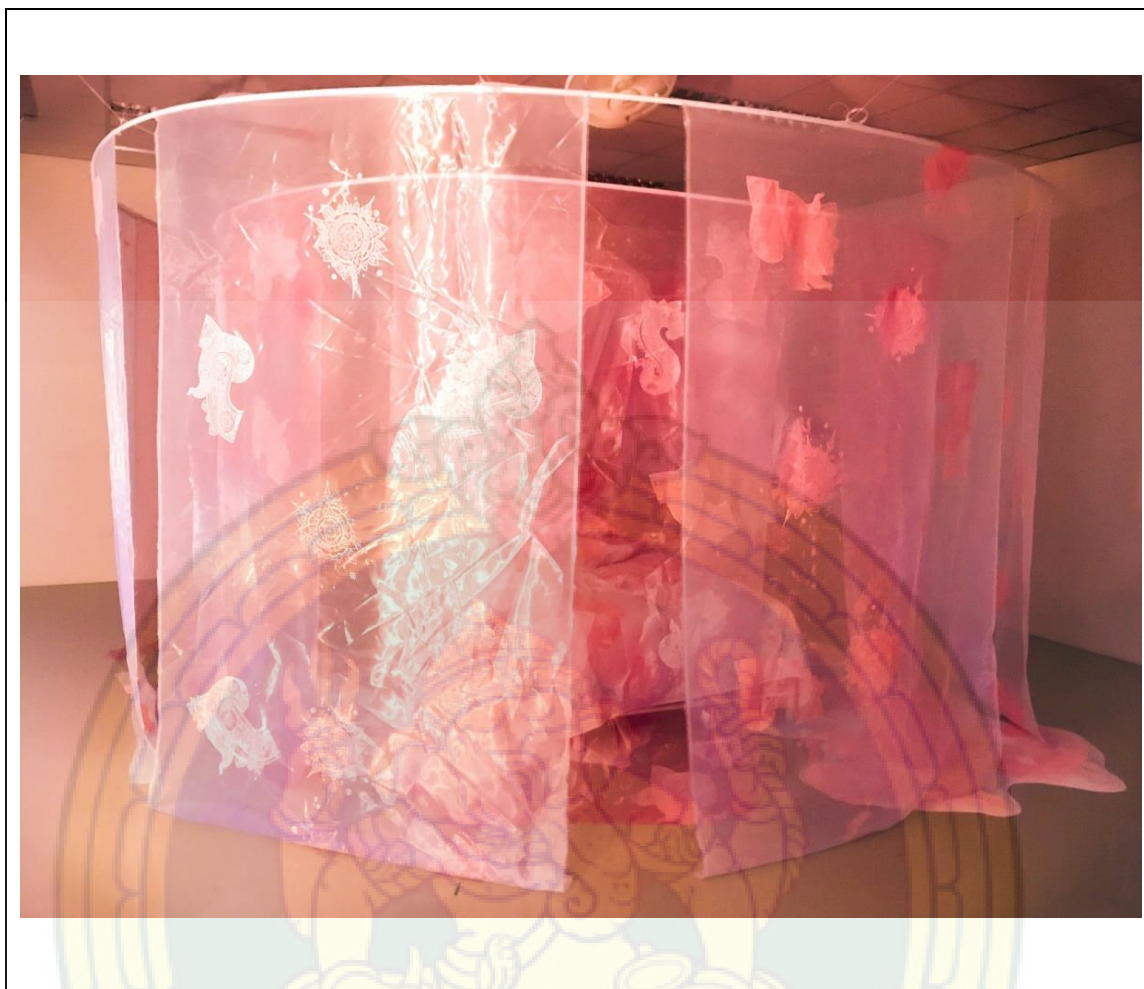
ภาพที่ 41 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพผลงานในส่วนโซฟา)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 1
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



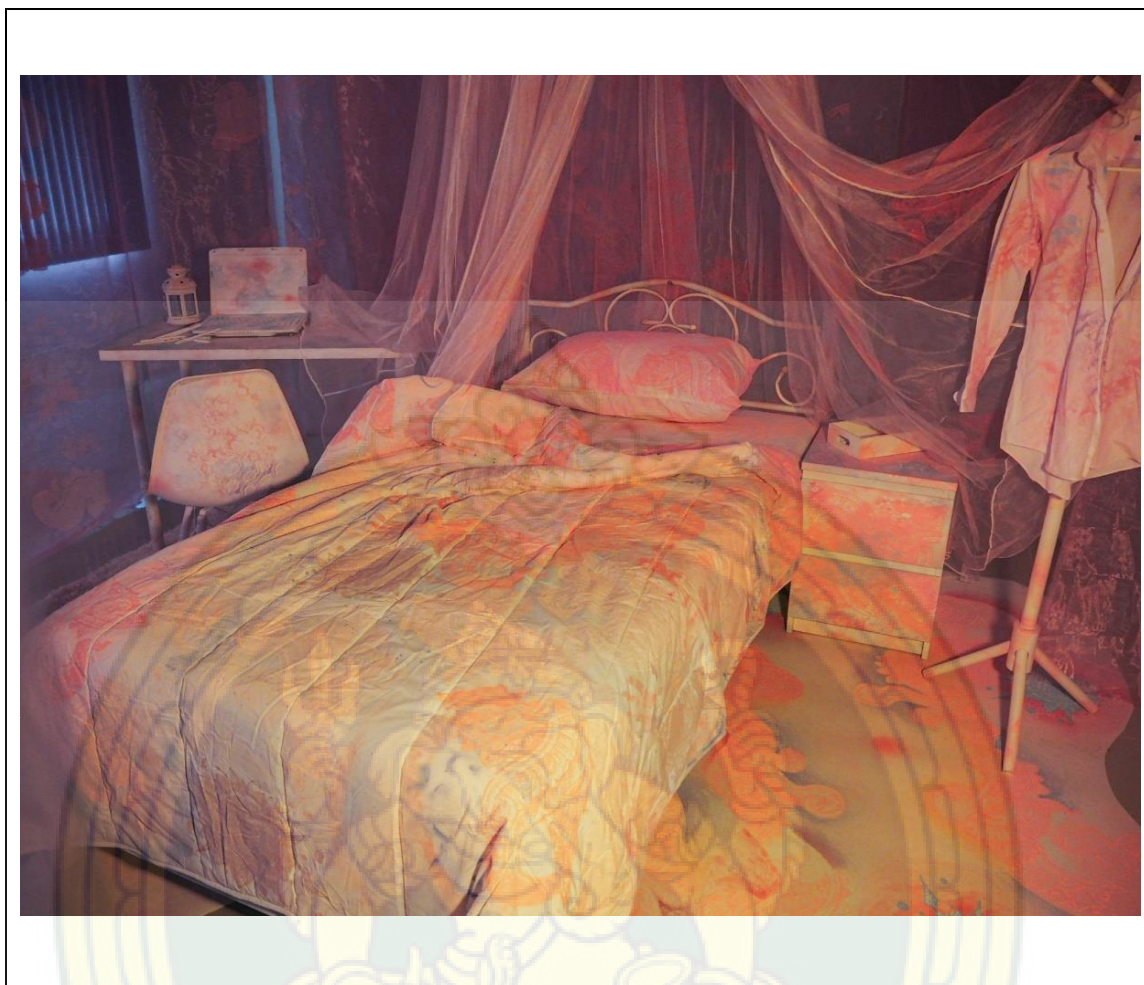
ภาพที่ 42 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 1 (ภาพผลงานในส่วนโต๊ะหน้าโซฟา)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 1
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปดผืนตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 43 ภาพผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรรูปตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 44 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพมุมมองภายในของผลงาน)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรรูปตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 45 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนเตียงและตู้)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 46 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2
(ภาพรายละเอียดส่วนเตียง, พรม และรองเท้า)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 47 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2
(ภาพรายละเอียดส่วนพรม และรองเท้า)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปดพันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 48 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2
(ภาพรายละเอียดส่วนชุดโต๊ะทำงาน)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปรผันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 49 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2 (ภาพรายละเอียดส่วนพรม)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปดผืนตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 50 ภาพรายละเอียดผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชุดที่ 2
(ภาพรายละเอียดส่วนผ้า幔โปรง)

ชื่อศิลปิน	นางสาวสายอักษร รักคง
ชื่อผลงาน	การแสดงออกแห่งการบำบัด 2
พ.ศ.	2564
เทคนิค	จิตรกรรมไทยสื่อผสม
ขนาด	แปดพันตามพื้นที่
ที่มา:	ผู้สร้างสรรค์

ประวัติผู้สร้างสรรค์



ชื่อ-ชื่อสกุล	นางสาวสายอักษร รักคง
วันเดือนปีเกิด	4 พฤษภาคม 2536
สถานที่เกิด	เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
ที่อยู่	207/42 คอนโด zell อาคาร 6 โครงการ พอร์เร่ ศาลายา ตำบลศาลายา อำเภอ พุทธมณฑล จังหวัด นครปฐม 73170
โทร	098-5953547
ตำแหน่ง	นักวิชาการช่างศิลป์ (ด้านประณีตศิลป์)
สถานที่ปฏิบัติงาน	กลุ่มงานช่างเขียน และช่างลายรดน้ำ กลุ่มประณีตศิลป์ สำนักช่างสิบหมู่ กรมศิลปากร
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2548	มัธยมศึกษา แผนการเรียนอังกฤษ – เยอรมัน โรงเรียน กาญจนานิเชกวิทยาลัย นครปฐม (พระตำหนักสวนกุหลาบมัธยม)
พ.ศ. 2554	ศิลปบัณฑิต สาขาวิชาจิตรกรรมไทย คณะศิลปะประจำชาติ วิทยาลัยเพาะช่าง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์
พ.ศ. 2561	ศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาทัศนศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ กระทรวงวัฒนธรรม