

# ประสิทธิภาพของการบำบัดผู้ป่วยด้วยศิลปกรรมบำบัด

โอภาสจรัส นันทวัน

## The effectiveness of healthcare for patients with art therapy

Ophascharas Nandawan

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ศิลปะและการออกแบบ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

School of Architecture, Art, and Design King Mongkut's Institute of Technology Ladkrabang

\*Corresponding author E-mail address: dhapranee.nee@gmail.com

received: July 17,2023 revised: May 9,2024 accepted: October 20,2024

### บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง ประสิทธิภาพของการบำบัดผู้ป่วยด้วยศิลปกรรมบำบัด มีวัตถุประสงค์ การเพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยทหารผ่านศึก ด้วยวิธีศิลปะบำบัด เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยผู้ป่วยที่เป็นทหารผ่านศึกซึ่งรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลทหารผ่านศึกเป็นหน่วยวิเคราะห์ ขั้นตอนการวิจัย 4 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ศึกษาพฤติกรรมและประวัติเบื้องต้นจากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยทหารผ่านศึก 2. ออกแบบเครื่องมือทางด้านศิลปะสำหรับบำบัดผู้ป่วยทหารผ่านศึก 3. เก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ป่วยทหารผ่านศึกที่เข้าร่วมโครงการ 40 คน และ 4. วิเคราะห์ข้อมูลโดยการสร้างชิ้นงานทางศิลปะและแบบสอบถามความคิดเห็น ผลงานวิจัยพบว่า การเพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยทหารผ่านศึก ด้วยวิธีศิลปะบำบัด ส่งผลให้ผู้ป่วยมีทักษะศิลปะสร้างความรู้และนวัตกรรมโดยการใช้วิธีศิลปะบำบัดร่วม ผู้ป่วยสามารถวาดรูปแสดงถึงอารมณ์ เรื่องราว ความรู้สึกผ่านผลงานศิลปะ ผู้ป่วยสามารถแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประสบการณ์ อารมณ์ที่ไม่สามารถพูดได้ ออกมาทางการวาดรูปสีน้ำ ปลอดภัยจินตนาการไปกับสี และการวาดรูปลายเส้นบนกระดาษ ผู้ป่วยมีการปรับปรุงความสัมพันธ์ทางสังคมกล้าที่จะพูดคุยลดการระแวงระวังตัวมากเกินไป โดยมีการปรับปรุงอารมณ์ที่โดดเด่น มีความวิตกกังวลน้อยลง สามารถควบคุมความคิดที่ล้ำออกนอกทางที่ควรจะเป็นได้ สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า การเพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยด้วยศิลปะบำบัด มีความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และมีความเป็นประโยชน์สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง

**คำสำคัญ :** การบำบัดผู้ป่วย ศิลปกรรมบำบัด ศิลปะบำบัด

### ABSTRACT

The research on the effectiveness of healthcare for patients with art therapy aimed to find out the improving the effectiveness of caring the quality of life of veterans patients which applying art therapy. This research was qualitative research. The veterans patients in the veterans' hospital were the unit of analysis. There were 4 steps of this research: 1. study the veterans behavior and their history background, 2.design the tool which related to art therapy, 3. collecting the data from 40 veterans patients, and 4. analysing the data from their art performant and from their answer questionnaire. The findings of this study were as follows: The improvement of the effectiveness of carrying the quality of their life based on art therapy can be effectiveness their art skill. They can create new healthcare; and ideas. The patients can draw the picture which show their emotions, and filling, through artwork. They can imagine, line drawing on paper. They can improve their social relationships and they also able to talk with others. They can improve their positive

emotion and decrease their worrier. This sign shown that the improving the effectiveness of healthcare for patients with art therapy was accuracy, appropriately, possibility and utility.

**Keywords:** healthcare for patients patients with art therapy art therapy

## บทนำ

ประเทศไทย ยังไม่มีการนำศิลปะไปบำบัดผู้ป่วยที่เป็นทหาร เพื่อนำพวกเขาผ่านศึกที่ป่วยพิการกลับมาใช้ชีวิตที่สามารถต่อสู้ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีคุณภาพชีวิตด้วยการใช้วิธีศิลปะบำบัดร่วมกันกับการรักษาของแพทย์ การดำเนินการวิจัยที่มีการตั้งคำถามให้มีนิยามหนูน มีการกำหนดความหมายของหัวข้อสิ่งที่ให้วาด ผู้วิจัยมีบทบาทเป็นผู้สอนการวาด จะแบ่งปันวิธีการทางศิลปะกรรมเพื่อให้ผู้ป่วยรับรู้ระหว่างฝึกฝนการวาดรูป ยิ่งผู้เข้าร่วมโครงการมีส่วนร่วมการทำศิลปะบำบัดนานเท่าไร พวกเขาจะได้เรียนรู้บทเรียนเชิงบวกมากขึ้น จากประเด็นปัญหาต่าง ๆ ได้แก่ การแยกจากครอบครัว ความเครียด ความหดหู่ ความเหงา ความเจ็บป่วย ความวิตกกังวล เป็นต้น ดังนั้นการบำบัดรักษาแบบนี้สามารถนำไปใช้กับคนรุ่นต่อไป โดยธรรมชาติแล้วผลลัพธ์จะขึ้นอยู่กับผู้สอนร่วมปฏิสัมพันธ์ของแพทย์พยาบาล ผู้ดูแลที่จะใช้ศิลปะที่จะผลิตออกมาไปในแนวทางเชิงบวก วิธีการทำศิลปะบำบัด จะเข้าไปได้ถึงสมองส่วนที่มีความจำที่ไม่ดี ความจำแฉ่ และใช้ภาพจำเป็นฐาน ศิลปะบำบัดเข้าไปบูรณาการในชั้นส่วนนิเวรอน แยกออกมาเป็นส่วน ๆ ของความเจ็บปวดเก่า ๆ ที่สมองจำไว้ และเป็นผลให้พ้นภัย จากภาพจำที่ระลึกได้ ความจำแฉ่ถูกระบายออกมา นึกถึงแล้วไม่เจ็บปวดอีก กิจกรรมพูดคุยจะได้เป็นสื่อสารของการบำบัด จัดว่าเป็นการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้สอน (Interactive) บางคนไม่กล้าเพราะเป็นคนเศร้า คนยากไร้ มีสิ่งน่ากลัว แต่ภายหลังทำได้ คือการที่สมองพร้อมจะสู้และสามารถไปในทางที่ถูก ทำให้มีศักยภาพที่ก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ทำให้ทหารผ่านศึกในฐานะมนุษย์คนหนึ่งได้เปรียบด้านความคิดสร้างสรรค์

## ปัญหาของการวิจัย

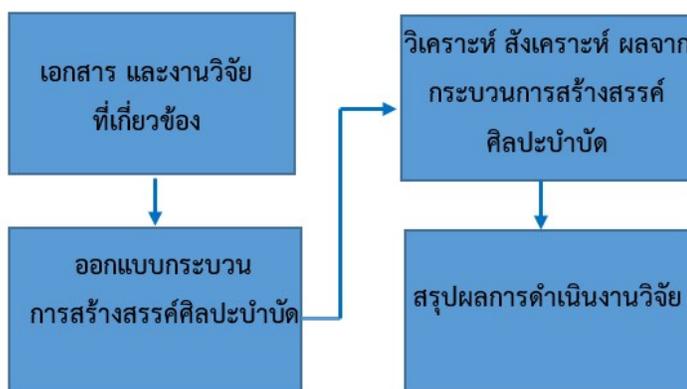
จากการศึกษาสภาพปัญหาพบว่าความกังวลด้านสุขภาพของทหารผ่านศึกเป็นกรณีที่ซับซ้อน ทหารผ่านศึกอาจไม่ได้รับการรักษาทางใจอย่างแท้จริง พวกเขาจะได้รับการรักษาแบบผู้ป่วย ไปเผชิญกับการรักษาแบบให้ยาทั่วไป การให้ศิลปะบำบัดเป็นเช่นเดียวกับการให้ยาทางเลือก เป็นการบูรณาการรักษาด้วยยาและศิลปะบำบัดทางใจ ดังนั้นการให้ศิลปะบำบัดจึงเป็นการสร้างแบบจำลองที่เป็นบทบาทสำคัญอย่างยิ่งยวดในการรักษาความบาดเจ็บทางกายและทางใจในการชกชนทหารผ่านศึกเข้าร่วมโครงการบอกพวกเขาว่า การส่งเสริมศิลปะบำบัดสำหรับผู้ป่วยทหารผ่านศึกที่เข้าโครงการเป็นการลดสถานะความกดดันทางอารมณ์ปัญหาสุขภาพจิตที่ฝังลึกในจิตใจ การทำศิลปะ พวกเขาจะได้คิดเกี่ยวกับการสร้างสรรค์ที่สนับสนุนกิจกรรมลงมือปฏิบัติที่ได้ผลงานออกมาเป็นรูปธรรม รวมทั้งการดูแลที่ดีให้พวกเขากลับมาเข้าสังคมได้อีกครั้ง ศิลปะบำบัดแตกต่างจากการเรียน การสอนให้เป็นศิลปิน ไม่มีการตำหนิ วิจารณ์ และให้เกรด ความแตกต่างของศิลปะบำบัดที่สำคัญคือ ผู้สอนต้องไม่ตัดสินผู้ป่วยเกี่ยวกับภาพที่เขาวาด เพราะศิลปะบำบัดเพื่อสุขภาพใจผู้วาดเท่านั้น จึงตรงไปตรงมาสัตย์ซื่อเพราะเหตุใด ศิลปะบำบัดจึงถูกเลือกให้บำบัดผู้ป่วยทหารผ่านศึก ผู้ป่วยทหารผ่านศึกมีอาการที่เรียกว่า PTSD (Post traumatic stress disorder) คือ สภาวะป่วยทางจิตใจ หลังจากต้องเผชิญกับเหตุการณ์กระทบกระเทือนใจอย่างรุนแรง เหตุการณ์ร้ายแรงต่าง ๆ ที่ไม่คาดฝัน สถานการณ์อันตรายที่คุกคามต่อชีวิตของผู้นั้นหรือคนอื่น ๆ ที่ต้องตกเป็นผู้เผชิญโดยตรง หรืออาจเป็นพยานรับรู้ เหตุการณ์เหล่านั้นไม่ใช่อาการสูญเสียทั่วไป แต่เป็นเหตุการณ์รุนแรงเกินปกติ อาทิเช่นแผ่นดินไหว สงคราม ถูกทำร้ายร่างกาย สูญเสียอวัยวะ ความตาย ภายหลังเหตุการณ์เลวร้ายต่าง ๆ ผ่านไปแล้ว เกิน 4 สัปดาห์แล้วยังคงมีความทรงจำอยู่ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาวิจัยเกี่ยวกับประสิทธิภาพของการบำบัดผู้ป่วยด้วยศิลปะกรรมบำบัดเพื่อเป็นวิธีการบำบัดผู้ป่วยทหารด้วยศิลปะทั้งนี้ประเทศไทยจึงยังขาดการบำบัดในเชิงศิลปะจริงจังครั้งนี้จึงเป็นโครงการศิลปะที่บำบัดกับทหารเป็นครั้งแรกในประเทศไทยมีทฤษฎีที่บอกว่าสมองของพวกเขาตอบโต้ และรู้สึกถึงอารมณ์ตามสัญชาตญาณโครงการศิลปะบำบัดจึงควรเข้ามาดูแลทหารผู้บาดเจ็บ เพื่อบำบัดอารมณ์ของพวกเขา คล้าย ๆ กับการฝึกกล้ามเนื้อแต่เป็นการสงบความเครียด และใช้ชีวิตเดินหน้าต่อไป และจะเป็นประโยชน์แก่โรงพยาบาลทหารผ่านศึก สถานศึกษาและสังคม

## วัตถุประสงค์การวิจัย

การเพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยทหารผ่านศึก ด้วยวิธีศิลปะบำบัด

## กรอบแนวคิดการวิจัย

1. ศึกษาข้อมูลสนับสนุนแนวคิดในงานวิจัยประสิทธิภาพของการบำบัดผู้ป่วยด้วยศิลปกรรมบำบัด
2. ออกแบบกระบวนการสร้างสรรค์ศิลปะบำบัด
3. วิเคราะห์ สังเคราะห์ ผลจากกระบวนการสร้างสรรค์ศิลปะบำบัด
4. สรุปผลการดำเนินงานวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## การทบทวนวรรณกรรม

ความสำคัญของ Art therapy การศึกษาและวิจัยของผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์ มีการสร้างข้อมูล สรุปความสามารถในการดำเนินการทดลองกับคน สิ่งสำคัญ คือการสร้างกระบวนการสร้างสรรค์ ตามข้อมูลเชิงปริมาณ ทำความเข้าใจข้อมูลเชิงคุณภาพของบุคคลที่มีประสบการณ์ กลายเป็นเส้นทางการฟื้นฟูและการรักษาบำบัดจิตใจของบุคคล ผ่านสาขาศิลปะ มีการวิจัยเกี่ยวกับ สุนทรียภาพกับความเข้มงวดทางวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับกระบวนการทางสมอง เมื่อมนุษย์เห็นศิลปะความงาม ดนตรี เรา จะเข้าใจ “ระบบ” “กระบวนการ” นี้ได้อย่างไร การส่งต่อ Neuron System ระบบประสาทนี้ มีรากฐานการบำบัดด้วยศิลปะ คือกระบวนการสร้างงานศิลปะและผลผลิตที่เกิดขึ้นเกิดขึ้นภายในบริบทของความสัมพันธ์ในระหว่างการรักษา ไม่ว่าจะ ความสัมพันธ์ของการปฏิบัติ ในทางจิตบำบัดจะเป็นแบบไหน ผู้ดูแลใช้ระบบ การมีส่วนร่วมซึ่งกันและกัน และผู้ดูแลเข้าใจวิธีใช้ และผลักดันให้เกิดการบำบัด

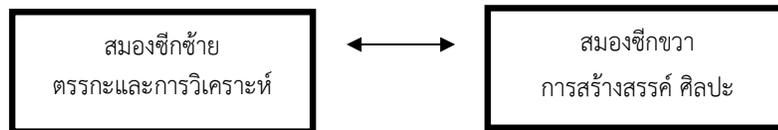
ความรู้เกี่ยวกับศิลปะบำบัด ศิลปะบำบัด คล้ายกับการบำบัดอื่น ๆ ได้แก่ การบำบัดแบบกลุ่มบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา การบำบัดต้องการสนับสนุนผู้คนที่ผ่านความยากลำบากทางอารมณ์และจิตใจการบำบัดขึ้นอยู่ในระหว่าง ผู้ให้การบำบัดกับผู้มีปัญหา มุ่งเป้าหมายในการรักษาความสัมพันธ์ ไม่ว่าจะจะเป็นกระบวนการอะไรก็ตาม ทั้งสองฝั่งสามารถคุมพลังสร้างสรรค์ของ ศิลปะและการสร้างผลงานศิลปะ เพราะศิลปะเหมือนเรื่องราวที่สามารถแสดงออกได้ และมักจะพบคำพูด วาจา ในสิ่งที่ไม่สามารถใช้คำพูดวาจาได้มาก่อน การบำบัดด้วยศิลปะ มุ่งเน้นไปที่กระบวนการของศิลปะ สิ่งนี้นักบำบัดทำจริง ๆ คือการกระตุ้น ให้พวกเขาคำนึง คิดถึง และระบุแนวทางในอนาคตที่เหมาะสมผลลัพธ์ของผู้ป่วย สร้างสุขภาพโดยรวมของตนเองมีหลักฐานว่า 1. ได้ใช้ศิลปะบำบัด อย่างแพร่หลายในประเด็นปัญหาสุขภาพจิต 2. ประโยชน์ของศิลปะบำบัด มีตั้งแต่การสนับสนุนการรักษา ความผิดปกติทางอารมณ์ จิตใจ และความผิดปกติทางอารมณ์ และ 3. ใช้พื้นที่จากความโศกเศร้า

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาจาก A.B. Patiet (2015) บอกความแตกต่างในลักษณะทั่วไป ระหว่างประโยชน์ ศิลปะบำบัด (Art therapy หรืออักษรย่อ AT) และวัตถุประสงค์ของการแสดงออกของศิลปะ (Expressive Art, หรืออักษรย่อ EA) Andrea ได้

อธิบายประวัติของทฤษฎีที่เกี่ยวกับศิลปะบำบัดและศิลปะการแสดงออก ( AT และ EA) รู้ว่าจุดประสงค์ของความรู้ AT และ EA ได้แก่

1. เพื่อให้รู้จักตนเองผ่านด้านของการสร้างสรรค์
2. อะไรคือความแตกต่างและความเป็นสามัญระหว่าง AT และ EA
3. ตัวอย่างของของ AT และ EA
4. อะไรคือประโยชน์ของ AT และ EA วัตถุประสงค์ของการใช้ AT และ EA
5. ประวัติโดยย่อของ AT และ EA
6. การออกแบบกิจกรรม AT และ EA

Andrea ปี 1960 Prof. Roger Sperry ผู้ได้รับรางวัลโนเบล ศึกษาผู้ป่วยโรคลมชักสามารถใช้สมองได้ ซีกซ้ายและขวา (Nobel Prize Organisation) ได้อธิบายถึงสมองซีกขวาและสมองซีกซ้าย เพราะมีหลายครั้งที่บอกว่าสมองซีกขวามีความโดดเด่นกว่าสมองซีกซ้ายในเรื่องของความคิดสร้างสรรค์



ภาพ 2 ซีกซ้ายและขวา

ในช่วงปีค.ศ. 1980 Andrea ได้ศึกษาศิลปะบำบัด และได้นำไปบำบัดในกลุ่มเด็กที่ถูกละเมิดทางเพศ ซึ่งเด็กไม่เล่าด้วยวาจา แต่ ปรากฏพฤติกรรมไม่ดี แต่ไม่เล่าว่ากำลังอยู่ในปัญหา และภายหลังได้รับการปลอบประโลมใจด้วยวิธี ให้วาดภาพ ดังนั้น ภาพวาดจากการทำศิลปะบำบัดทั้งหมดของเด็กถือเป็นสิทธิส่วนบุคคลเป็นความลับ ถ้าจะเปิดเผยต้องได้รับการอนุญาต แต่โดยไม่บอกชื่อผู้วาด โดยทั่วไป Andrea จะเล่าเรื่องราวแบบเลียงๆโดยบอกเป็นรูปแบบศิลปะแทน

เพื่อวัตถุประสงค์ในการบำบัดต่อผู้อื่นต่อมาได้สร้างเป็นความรู้เพื่อประโยชน์แก่ผู้ที่ได้รับการบาดเจ็บทางใจและร่างกายดังต่อไปนี้

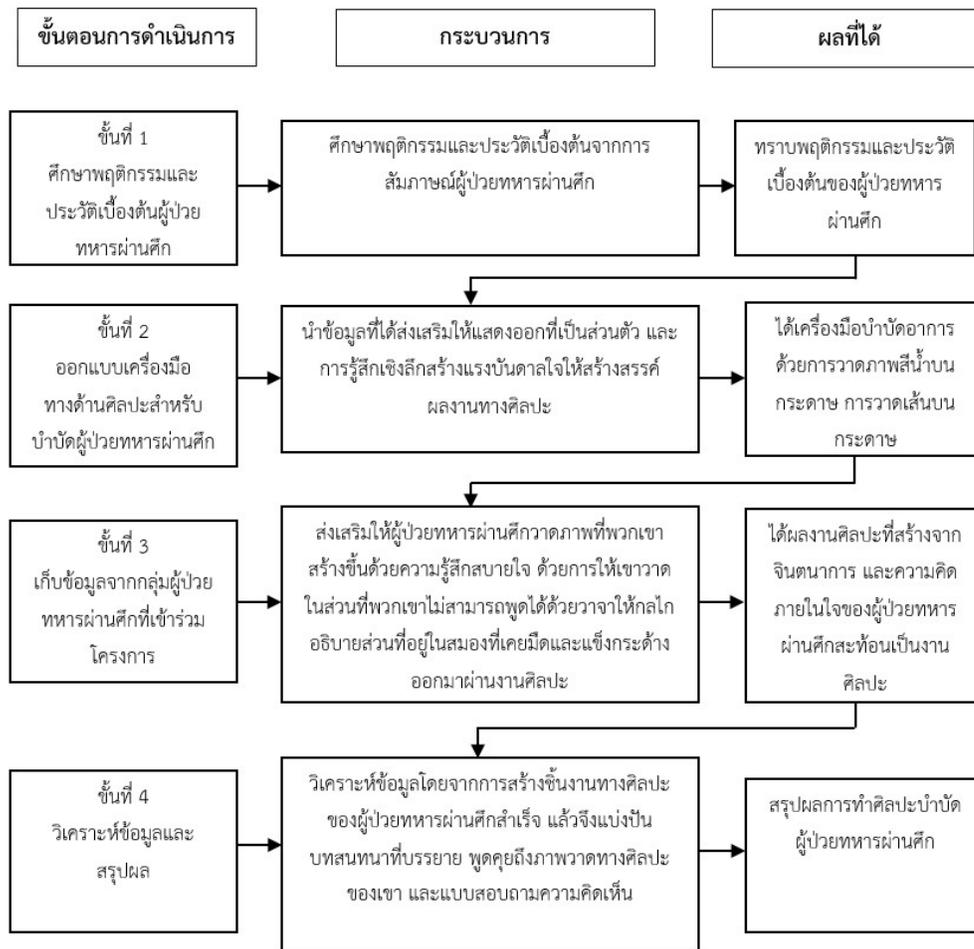
1. เพื่อการบำบัดที่ปลอดภัย
2. เพื่อการบำบัดอยู่ในทางผู้ป่วยไม่ฟังชัน
3. เพื่อให้ผู้ป่วยออกจากปัญหาความยุ่งยากใจ
4. เพื่อให้ผู้ให้การทำศิลปะบำบัดเป็นการบำบัดของแท้โดยไม่ตัดสินว่า “ผิด” เพื่อพัฒนาสัมพันธ์ ความไว้วางใจระหว่างผู้ป่วยและผู้สอน เป็นสิ่งสำคัญมากที่ผู้บำบัดต้องตั้งใจจริง ที่จะเอาใจใส่เพื่อให้ผู้ป่วยรู้สึกปลอดภัย นักบำบัดต้องตั้งใจจริงจนผู้ที่มีารับบำบัดเห็นถึงน้ำใสใจจริงของผู้ให้การบำบัด เขาจะเชื่อถือ เชื่อใจนักบำบัด ผู้ศึกษาการบำบัดศิลปะบำบัดใช้แบบอย่างของ Andrea กับผู้ป่วยได้เลย ถ้านักบำบัดไม่มีน้ำใสใจจริงแล้ว จะทำให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกห่างเหินไม่ไว้วางใจตามมาเป็นผลเสียคือผู้ป่วยเจ็บปวดใจเพิ่มมากขึ้น

#### ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัย เรื่อง ประสิทธิภาพของการบำบัดผู้ป่วยด้วยศิลปกรรมบำบัด โดยมีวัตถุประสงค์ การเพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยทหารผ่านศึก ด้วยวิธีศิลปะบำบัด การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยคุณภาพ (Qualitative research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) โดยมีผู้ป่วยทหารผ่านศึกที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 40 คน เป็นหน่วยวิเคราะห์ (Unit of analysis) ผู้วิจัยกำหนดขั้นตอนดำเนินการวิจัย และระเบียบวิธีวิจัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้ ขั้นตอนวิจัย

1. ศึกษาพฤติกรรมและประวัติเบื้องต้นผู้ป่วยทหารผ่านศึก
2. ออกแบบเครื่องมือทางด้านศิลปะสำหรับบำบัดผู้ป่วยทหารผ่านศึก
3. เก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ป่วยทหารผ่านศึกที่เข้าร่วมโครงการ
4. วิเคราะห์ข้อมูลโดยการสร้างชิ้นงานทางศิลปะและแบบสอบถามความคิดเห็น

### ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย



ภาพ 3 ขั้นตอนการวิจัย

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้ป่วยทหารผ่านศึกที่ต้องรักษาตัวที่โรงพยาบาลทหารผ่านศึกโดยคัดเลือกจากความสมัครใจยินยอมเข้าร่วมโครงการ และเป็นผู้ที่ไม่ได้ป่วยติดเตียง แต่เป็นผู้ที่ผ่านการสู้รบในสงครามชายแดนอีสานและภาคใต้

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured interview)
2. ชุดวาดภาพสีน้ำ และชุดวาดภาพลายเส้น

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผลงานศิลปะที่สร้างจากจินตนาการ และความคิดภายในของผู้ป่วยทหารผ่านศึกสะท้อนเป็นงานศิลปะ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การสร้างชิ้นงานทางศิลปะของผู้ป่วยทหารผ่านศึกสำเร็จ
2. ผู้ป่วยสามารถบรรยายถึงงานศิลปะของตนเอง และแบบสอบถามความคิดเห็น

### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ การเพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยทหารผ่านศึก ด้วยวิธีศิลปะบำบัด พบว่าผู้ป่วยสามารถวาดรูปแสดงถึงอารมณ์ เรื่องราว ความรู้สึก ผ่านผลงานศิลปะ และมีความสนใจ ให้ความร่วมมือในการพูดคุย สนทนา ผู้ป่วยสามารถบรรยายถึงงานศิลปะของตนเอง และผลของการตอบแบบสอบถามความคิดเห็นอยู่ในระดับดีมาก



ภาพ 5 พูดคุยส่งเสริมด้านศิลปะบำบัด



ภาพ 6 การลงมือปฏิบัติงานศิลปะ



ภาพ 7 ผลงานศิลปะบำบัด

### อภิปรายผลการวิจัย

จากการดำเนินงานสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการวิจัยผู้ป่วยมีทักษะศิลปะสร้างความรู้และนวัตกรรมโดยการใช้วิธีศิลปะบำบัดร่วม ผู้ป่วยสามารถวาดรูปแสดงถึงอารมณ์ เรื่องราว ความรู้สึก ผ่านผลงานศิลปะ และมีความสนใจ ให้ความร่วมมือในการพูดคุยสนทนา ผู้ป่วยสามารถบรรยายถึงงานศิลปะของตนเอง ฟังพื่อใจกับการวาดรูป สมองของพวกเขาตอบโต้ได้ โดยการสร้างความคุ้นเคย ผู้ป่วยสามารถสร้างอารมณ์ศิลปะ สอดคล้องกับ (S. David, J. Soule, C. Marquardt and T. W. Kelly, 2021) กล่าวว่า การเรียนรู้ฝึกฝนควบคุมโดยสร้างความคุ้นเคยกับการวาดภาพตามอารมณ์ นี่คือเหตุผลที่โครงการศิลปะบำบัด การฝึกอมิกดาลาสงบความเครียดและเดินทางต่อไปเพื่อให้เขาเรียนรู้สัญญาณเตือน ของ อมิกดาลา เป็นสัญญาณเปิดปิดสมองส่วนต่าง ๆ ได้ ของการตอบสนองทางชีวภาพของการคิด และสอดคล้องกับ (C. Winton, 2020) กล่าวว่า การบำบัดขึ้นอยู่กับ ในระหว่างผู้ให้การบำบัดกับผู้มีปัญหา มุ่งเป้าหมายในการรักษาความสัมพันธ์พูดคุย ความรู้สึก ไม่ว่าจะ เป็นกระบวนการอะไรก็ตาม ทั้งสองฝั่งสามารถมุ่งสร้างสรรคของศิลปะและการสร้างผลงานศิลปะได้ ผลการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 100 % ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า การเพิ่มประสิทธิภาพของการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยด้วยศิลปะบำบัด มีความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และมีความเป็นประโยชน์สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง

## ผลกระทบ

ในการรับราชการทหาร ควรเพิ่มวัฒนธรรมที่สนับสนุนให้นำศิลปะบำบัดมาใช้ดูแลทหารผ่านศึก นอกเหนือจากการปฏิบัติในปัจจุบัน ควรให้ศิลปะบำบัดถูกจัดอยู่ในโปรแกรมโดยเร็วที่สุด หลังจากได้รับการรักษาอาการบาดเจ็บทางกายและหลังจากถูกวินิจฉัยว่ามีอาการทางจิต พวกเขาจะได้มีความเสี่ยงต่อความรุนแรงของโรคน้อยลง การดูแลรักษาบาดแผลจากสูญเสียอวัยวะจึงเป็นแพ็คเกจที่ยังไม่สมบูรณ์ การให้ศิลปะบำบัดอยู่ในโปรแกรมแพ็คเกจการรักษาไม่ได้หมายถึงการแทนที่การรักษาด้วยยา แต่เป็นโปรแกรมเพิ่มการดูแลที่ครอบคลุมมากขึ้นสำหรับประชากรทหารผ่านศึกในอดีตและอนาคต

## ข้อเสนอแนะ

1. การทำศิลปะบำบัดควรตอบสนองผู้ป่วยทหารผ่านศึกผู้นำไปใช้ ผู้ออกแบบกิจกรรมจึงควรคำนึงรูปแบบการบำบัดให้มีแรงจูงใจ ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีความกระตือรือร้นมากขึ้น
2. การพัฒนาในการทำศิลปะบำบัดนั้นต้องได้รับความร่วมมือจากผู้ดูแลผู้ป่วย ครอบครัวของทหารผ่านศึกจึงทำให้กิจกรรมบำบัดมีประสิทธิภาพ

## เอกสารอ้างอิง

Cultural Programs of the National Academy of Sciences (CPNAS). (2015). **Melissa Walker: Art Therapy with Military Service Members**. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=KNr6lA1yqrl> (Date accessed 6 June 2021)

Hacmun, I., Regev, D., & Salomon, R. (2021). Artistic creation in virtual reality for art therapy: A qualitative study with expert art therapists. **The Arts in Psychotherapy**, 72, 101745. doi: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101745>

Levy, C. E., Spooner, H., Lee, J. B., Sonke, J., Myers, K., & Snow, E. (2018). Telehealth-based creative arts therapy: Transforming mental health and rehabilitation care for rural veterans. **The Arts in Psychotherapy**, 57, 20-26. doi:<https://doi.org/10.1016/j.aip.2017.08.010>

Patiet, Andrea Baier. (2015). **Psychology Lecture Series: Art Therapy and Expressive Art**. Retrieved from [https://www.youtube.com/watch?v=YjXbsXGV2to&ab\\_channel=GRCctv](https://www.youtube.com/watch?v=YjXbsXGV2to&ab_channel=GRCctv) (Date accessed 6 June 2021)

NobelPrize. Roger W. Sperry – Biographical. NobelPrize.org. Retrieved from <https://www.nobelprize.org/prizes/medicine/1981/sperry/lecture/> (Date accessed 6 June 2021)

Stephen David, Jonathan Soule, Charles Marquardt and Tim W. Kelly (Exclusive producer). (2021). **Human: The World Within**, Episodes React. Netflix. (Date accessed 6 June 2021)

Winton Catherine. (2020). **what is art therapy?** The University of Queensland, Australia, Faculty of Medicine.