

ศิลปะสำหรับการบำบัดผู้สูงอายุ กรณีศึกษา กลุ่มประเทศนอร์ดิกส์ เอสโตเนีย สวีเดน และฟินแลนด์

Arts Therapy for the Elderly

Case Study: Nordic Countries Estonia, Sweden and Finland

สมชาย สุพิสาร¹, ชัยชาญ วงศ์กระจ่าง² และ สิริโสภา องคนานuwong³

Somchai Supisan¹, Chaichan Wongkajang² and Sirisopa Ongkananuwong

¹⁻³ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก เขตพื้นที่อุเทนถวาย คณะวิศวกรรมศาสตร์และสถาปัตยกรรมศาสตร์

225 ถ.พญาไท แขวงปทุมวัน เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

¹⁻³ Rajamangala University of Technology Tawan-ok : Uthenthawai Campus, Faculty of Engineering and

225 Phayathai Road, Pathumwan, Bangkok 10330

* E-mail: Somchai_su@mutto.ac.th

บทคัดย่อ

ศิลปะเป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขและสมดุลในชีวิตของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ กรณีศึกษาของประเทศกลุ่มนอร์ดิกส์ พบว่ามีการนำเสนอกิจกรรมทางศิลปะที่หลากหลาย เช่น การวาดรูป การประดิษฐ์งานศิลปะ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีโอกาสที่จะเรียนรู้และมีประสบการณ์ใหม่ ๆ การใช้ศิลปะในการบำบัดยังเป็นทางเลือกที่ดีสำหรับการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับบุคคลอื่น ๆ โดยหลักการแนวคิดของ Handmade Wellbeing Handbook เป็นศิลปะบำบัดของผู้สูงอายุกับผู้ดูแลที่สามารถมีประสบการณ์ที่ร่วมกันในการใช้ศิลปะบำบัดผู้สูงอายุที่ยังช่วยส่งเสริมสุขภาพทางจิตและร่างกายอีกด้วย

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาความต้องการในการบริการด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ โดยใช้ศิลปะบำบัดโรคซึมเศร้าหรือโรคเกี่ยวกับการมองเห็น 2) เพื่อศึกษาวิธีการใช้ศิลปะกับการดูแลและการส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ 3) เพื่อศึกษาพฤติกรรมของการของผู้สูงอายุในการเข้าชมพิพิธภัณฑ์ทางศิลปะ ในประเทศเอสโตเนีย สวีเดน และฟินแลนด์ โดยมีกลุ่มประชากร ได้แก่ 1) นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ 2) ศิลปินผู้เป็นผู้อสอนศิลปะด้วยมือ 3) นักกิจกรรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ 4) ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมและนำมาวิเคราะห์ถึงแนวคิดและกิจกรรมที่เกิดขึ้นในสังคมผู้สูงอายุที่ให้ความสำคัญกับศิลปะบำบัดเพื่อใช้ในการดูแลผู้สูงอายุเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี

สรุปผลการศึกษาพบว่า 1) การสร้างคุณค่าของผู้สูงอายุโดยใช้งานศิลปะเป็นสื่อกลาง 2) สภาพทางอารมณ์ที่แปรปรวนของผู้สูงอายุเกิดจากประสบการณ์การรับรู้ที่สะท้อนความรู้สึกทางอารมณ์ของผู้ดูแลงานศิลปะ 3) การปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารเป็นกลยุทธ์ที่ดีที่สุดของศิลปะบำบัดเป็นการแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของผู้สูงอายุและเป็นสิ่งสำคัญ การรับรู้ที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของแต่ละบุคคลสามารถสะท้อนถึงความรู้สึกผู้สูงอายุว่ากิจกรรมทางศิลปะมีความหมายสำหรับผู้สูงอายุในการสร้างสรรค์ทำให้ชีวิตและจิตใจของผู้สูงอายุได้รับความสุข ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของสังคมผู้สูงอายุในการใช้ชีวิต

คำสำคัญ: ศิลปะบำบัด, ผู้สูงอายุ, การปฏิสัมพันธ์

Abstract

Art is an activity that effectively creates happiness and balance in the lives of the elderly. Case studies of the Nordics It was found that a variety of artistic activities were presented, such as drawing, creating art. To give the elderly the opportunity to learn and have new experiences Using art in therapy is also a good option for building relationships between seniors and other people. The concept of the Handmade Wellbeing Handbook is art therapy for the elderly and caregivers who can have a good experience together in using art therapy for the elderly that also helps promote mental and physical health.

The objectives of this article are 1) to study the need for health services for the elderly using art therapy for depression or dementia-related diseases. 2) to study methods of using art to care for and promote the physical and mental health of the elderly. 3) to study the behavior of the elderly in visiting art museums in Estonia, Sweden, and Finland. The population group includes 1) elderly tourists 2) artists who teach manual arts 3) activists who take care of the elderly 4) elderly people who participate in activities and analyze the ideas and activities that occur in Elderly society that places importance on art therapy as a means of caring for the elderly for a better quality of Good life.

Summary of the results of the study 1) Creating value for the elderly using art as a medium. 2) The fluctuating emotional state of the elderly is caused by perceptual experiences that reflect the emotional feelings of the viewer of the art. 3) Interaction and communication are the best strategies of art therapy, expressing the true feelings of the person. The elderly and it is important that different perceptions depending on the experiences of each person can reflect the feelings of the elderly that artistic activities are meaningful for the elderly to create, making the lives and minds of the elderly happy. It affects the quality of life of the elderly society in their lives.

Keywords: Art Therapy, Elderly, Interaction

1. บทนำ

กลุ่มประเทศในกลุ่มนอร์ดิกส์ ถือว่าเป็นกลุ่มประเทศที่มีระบบการดูแลสุขภาพของประชาชนที่ดีที่สุดในโลกและเป็นกลุ่มประเทศที่มีประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging society) เป็นอันดับต้น ๆ ของยุโรป โดยเฉพาะฟินแลนด์มีประชากรสูงอายุมากกว่า 65 ปีขึ้นไป ประชาชนในกลุ่มประเทศนอร์ดิกส์ทุกคนมีสิทธิได้รับเงินบำนาญหลังจากที่เกษียณ โดยสามารถเลือกที่จะเริ่มได้รับเงินบำนาญได้ในช่วงอายุระหว่างประมาณ 61-67 ปี ในช่วงประมาณ 10 ปีที่ผ่านมาจำนวนผู้สูงอายุที่อายุระหว่าง 65-74 ปีมีการทำงานเพิ่มขึ้นร้อยละ 49 ในขณะที่ผู้สูงอายุในสวีเดนที่เกษียณอายุ 64 ปี มีระบบเงินบำนาญที่คล้ายกัน ผู้ที่ทำงานและอาศัยอยู่ในสวีเดนจะได้รับเงินบำนาญเกษียณอายุขึ้นอยู่กับรายได้ที่พวกเขาได้จ่ายเงินภาษี เงินบำนาญ ที่รัฐจ่ายให้ (National retirement pension) จากลักษณะภูมิประเทศที่มีสภาพอากาศที่หนาวเย็นทำให้ผู้สูงอายุจึงมักจะทำกิจกรรม เช่น การทำสวนผัก สวนผลไม้ การปลูกดอกไม้ หรือการถักนิตติ้งหรือโครเช เป็นต้น กิจกรรมที่ทำอยู่ในครัวเรือนนอกจากดูโทรทัศน์ การถักไหมพรม นิตติ้ง/โครเชต์ ผู้สูงอายุอาจออกไปพบปะเพื่อนฝูงบ้าง เช่น ดื่มข้า/กาแฟตามคาเฟ่ เล่นไพ่ หมากรุก เป็นต้น มีทั้งการทำอาหารรับประทาน ทำขนมปัง และมันฝรั่ง ในเชิงการ

รักษาพยาบาล อุปกรณ์และบริการทางการแพทย์ (Medical service & Medicine) พยาบาลและการดูแลผู้สูงอายุ (Nursing care) และกลุ่มผลิตภัณฑ์เพื่อการปกป้องหรือบำรุงรวมทั้งการพักผ่อนและสุขภาพที่ดี เช่น การท่องเที่ยว การออกกำลังกาย การชะลอความแก่ สปา บำรุงความงาม เป็นต้น

ทวิศักดิ์ สิริรัตนธาดา (2550) กล่าวว่า การใช้ศิลปะเป็นเครื่องมือในการบำบัดผู้สูงอายุ เนื่องจากศิลปะสามารถเป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขและความเพลิดเพลินได้ รวมถึงช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นและสมดุลในชีวิตของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในกรณีศึกษาของกลุ่มประเทศนอร์ดิค สวีเดน และฟินแลนด์ พบว่ามีการใช้ศิลปะในการบำบัดผู้สูงอายุอย่างกว้างขวาง โดยมีการนำเสนอกิจกรรมทางศิลปะที่หลากหลาย เช่น การวาดรูปภาพ การประดิษฐ์งานศิลปะ การร้องเพลง การเต้นรำ และการละครเวที เพื่อให้ผู้สูงอายุมีโอกาสที่จะเล่าเรียนรู้และมีประสบการณ์ใหม่ ๆ นอกจากนี้ การใช้ศิลปะในการบำบัดยังเป็นทางเลือกที่มีความเป็นไปได้สำหรับการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้สูงอายุและผู้ดูแล โดยที่การทำกิจกรรมศิลปะร่วมกันสามารถสร้างพื้นที่ที่เปิดกว้างและสนุกสนานที่ผู้สูงอายุและผู้ดูแลสามารถมีประสบการณ์ที่ดีและจำอยู่ได้ในช่วงวัยที่มีอุปสรรค ผลการวิจัยของ ยุพารัตน์ เสือเผ่น (2561) พบว่าโปรแกรมศิลปะบำบัดแบบกลุ่มสามารถลดภาวะซึมเศร้าและเสริมสร้างความมีคุณค่าในตนเองให้กับผู้สูงอายุที่ภาวะซึมเศร้า พยาบาล และบุคลากรในทีมสุขภาพอื่น ๆ ที่ปฏิบัติด้านการส่งเสริมสุขภาพดูแลผู้สูงอายุในชุมชน สามารถนำรูปแบบศิลปะบำบัด การวาดภาพไปใช้กับผู้สูงอายุเพื่อลดภาวะซึมเศร้าและเพิ่มความมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

Handmade Wellbeing เป็นโครงการหนึ่งที่จะเพิ่มและขยายขีดความสามารถทางวิชาชีพของผู้ประกอบวิชาชีพศิลปะและงานฝีมือในการทำกิจกรรมหัตถกรรมในบริบทของการดูแลผู้สูงอายุและทำงานร่วมกับผู้เชี่ยวชาญด้านอื่น ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านคุณภาพชีวิตและบริการที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ความจำเป็นในการให้บริการสำหรับผู้สูงอายุที่คาดว่าจะเพิ่มขึ้นในอนาคต โครงการนี้ดำเนินการโดยมหาวิทยาลัยใน 4 ประเทศ ได้แก่ มหาวิทยาลัยเฮลซิงกิ / ฟินแลนด์ uniT, KUNSTLABOR Graz / ออสเตรีย; Superact, NGO / UK; Viljandi Culture Academy จากมหาวิทยาลัย Tartu / เอสโตเนีย แต่ละสถาบันได้นำเสนอจากการประชุมเชิงปฏิบัติการด้านศิลปะและหัตถกรรมในการดูแลผู้สูงอายุในประเทศของตน และจัดสัมมนาและนิทรรศการเพื่อนำเสนอผลงานของตนต่อผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง และแต่ละประเทศแต่ละรายยังจัดสัปดาห์การฝึกอบรมเข้าร่วมกันช่วงการสะท้อนที่จัดขึ้นในแต่ละสัปดาห์ การฝึกอบรมทำให้สามารถแสดงความคิดเห็นและแบ่งปันมุมมองและแนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุดในการทำงานร่วมกับผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพและพัฒนาาร่วมกันกิจกรรมที่ใช้ศิลปะในการบำบัดด้านความจำของผู้สูงอายุ เป็นแนวความคิดใหม่ที่ได้รับการพัฒนาร่วมกัน มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักการศึกษา นักเรียนและเจ้าหน้าที่ด้านศิลปหัตถกรรมและวัฒนธรรมตลอดจนเจ้าหน้าที่บริการสุขภาพในระดับท้องถิ่นระดับประเทศและระดับนานาชาติ มีแนวทางในการดูแลและทำกิจกรรมกับผู้สูงอายุ (Draxl, E., Fischer, A., Kokko, S., Kästik, H., Salovaara, M. and Stedman, J., 2017) จากการศึกษาของ Salovaara, M. and Kokko, S. (2019) ยืนยันว่าการทำหัตถกรรมมีความหมายสำหรับผู้สูงอายุในการสร้างสรรค์ ทำให้ชีวิตและจิตใจของผู้สูงอายุได้รับความสุขจากการทำงานศิลปะการใช้ความรู้สึก เช่น การมองเห็นสีและความรู้สึกที่แตกต่างกันวัสดุและพื้นผิวมีผลกับความรู้สึก การจัดการวัสดุรวมถึงการใช้ปลายนิ้วฝ่ามือและทั้งร่างกาย มันประกอบกับผู้สูงอายุในกระบวนการที่ท้าทายมากขึ้นทำให้ผู้สูงอายุลืมเกี่ยวกับความกังวลเบื่อหน่ายและแม้แต่ความเจ็บปวดจากสภาพร่างกาย

Handmade Wellbeing กิจกรรมที่เกิดขึ้นจากการนำผลการศึกษามาจัดทำคู่มือซึ่งได้ให้ความสำคัญกับการเรียนการสอนสำหรับผู้สูงอายุ โดยแนวความคิดพื้นฐานคือการเรียนรู้ตลอดชีวิตแม้เข้าสู่ในวัยสูงอายุ โดยนำผลจากการประชุมเชิงปฏิบัติการในการดูแลผู้สูงอายุเพื่อหาองค์ประกอบหลักของการเรียนการสอนเพื่อการสะท้อนกิจกรรมของบุคคลต่างๆ ได้แก่ผู้เข้าร่วมการประชุมเชิงปฏิบัติการและผู้ประสานงานกิจกรรม โดยการสัมมนาเชิงปฏิบัติการจะใช้ศิลปินและครูผู้สอนด้านงานหัตถกรรมตลอดจนผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะร่วมทำงานกับผู้สูงอายุเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุในการบำบัด รักษา ผู้ที่มีสภาวะสมองเสื่อม หรือผู้สูงอายุทั่วไปให้มีสุขภาพจิตที่ดี de Botton, A. และ Armstrong, J. (2013) กล่าวว่า “ศิลปะเป็น

รูปแบบของการบำบัดเป็นผลงานศิลปะมีการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งหลักการประกอบด้วย 7 ประการ ได้แก่ ความทรงจำ ความหวัง ความโศกเศร้า การปรับสมดุลใหม่ ความเข้าใจตนเอง การเติบโตและความชื่นชม ทั้งนี้ศิลปะสามารถช่วยให้มนุษย์เรามีความสนิทสนมและเป็นกันเองมากที่สุด

การรับรู้ของผู้สูงอายุเป็นการสะท้อนความรู้สึกของผู้สูงอายุเป็นเรื่อง การกำหนดเป้าหมาย การเลือกวิธีการสื่อสารและการให้ข้อเสนอแนะ การศึกษาของนรินทรา เกโส, ปิติวรรณ สมไทย และศุภฤกษ์ คณิตวานันท์ (2566) พบว่า การรับรู้ ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในชีวิตของแต่ละคน ผู้สูงอายุเป็นบุคคลเช่นเดียวกับคนอื่นทั่วไป และไม่ควรระบุตามอายุหรือสภาวะทางการแพทย์ ตัวอย่างเช่นคำว่า การมีชีวิตอยู่กับภาวะสมองเสื่อม มีรูปแบบของโรคสมองเสื่อมที่ไม่ซ้ำกัน เช่นเดียวกับประสบการณ์การรับรู้และใช้ชีวิต โดยทั่วไปคนมีประสบการณ์ชีวิตที่แตกต่างกันเป็นจำนวนมาก บางส่วนใช้ร่วมกันกับประสบการณ์ที่แตกต่างกันของช่วงอายุ และอาจพบคนที่มีการเปลี่ยนแปลงในช่วงชีวิตของผู้สูงอายุ ความแตกต่างทางวัฒนธรรมและศาสนาก็มีความสำคัญ เนื่องจากผู้คนที่อาศัยอยู่ในสถานที่ดูแลผู้สูงอายุมาจากภูมิหลังที่แตกต่างกันมาก บางครั้งอาจพบว่าผู้สูงอายุจะมีความคิดเป็นเด็กกลับมาอีกครั้ง และผู้สูงอายุบางคนยังเปิดรับความรู้ใหม่ ๆ ในการพัฒนาศักยภาพตนเองเพื่อแสดงให้เห็นถึงศักยภาพของตนและคุณค่าของชีวิต



รูปที่ 1 การชมพิพิธภัณฑ์ของกลุ่มผู้สูงอายุ

ที่มา: ศึกษาฐานพิพิธภัณฑ์แห่งชาติ กรุงเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์

กิจกรรมทางด้านร่างกายและทางด้านจิตใจเป็นเป้าหมายที่สำคัญที่สุดเมื่อมีการสร้างสรรค์ทางศิลปะด้วยมือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมศิลปะและงานฝีมือเป็นกิจกรรมที่ช่วยกระตุ้นทั้งร่างกายและฟื้นฟูความคิด กิจกรรมสร้างสรรค์การเล่นที่สนุกสนานและเชื่อมต่อกันอย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้นด้วยความรู้สึกรักตัวเอง ในกิจกรรมสร้างสรรค์รวมถึงการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ รวมทั้งการค้นพบสิ่งที่เรารู้จักหรือทำในรูปแบบใหม่ ประสบการณ์ใหม่ ๆ ที่ได้จากงานสร้างสรรค์อาจทำให้เกิดความไม่สงบได้ แต่ในเวลาเดียวกัน บ่อยครั้งที่กระบวนการสร้างสรรค์และการอยู่ร่วมกันมีคุณค่ามากกว่าการเรียนรู้ทักษะที่เป็นประโยชน์หรือทำให้ผลสัมฤทธิ์ของงานศิลปะที่เกิดขึ้น

จากการศึกษาดูงานที่ประเทศเอสโตเนีย สวีเดน และฟินแลนด์ เป็นการสังเกตการณ์พฤติกรรมของผู้สูงอายุที่เข้าชมศิลปะภายในพิพิธภัณฑ์และหอศิลป์ของทั้ง 3 ประเทศ เพื่อให้เห็นมุมมองของศิลปะบำบัดกับการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุที่สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตใจที่ดี โดยผู้เขียนได้เข้าเยี่ยมชมในหอศิลป์ คูมู ในประเทศเอสโตเนีย ชุมชนเมืองเก่าเอสโตเนียซึ่งมีพิพิธภัณฑ์แฝงตามอาคารที่มีความหลากหลาย เช่น พิพิธภัณฑ์เครื่องราชา พิพิธภัณฑ์ร่างกายกับอาหาร และพิพิธภัณฑ์โมเดลอาร์ท ประเทศสวีเดนเยี่ยมชมศาลาว่าการกรุงสต็อกโฮล์ม พิพิธภัณฑ์เรือวาซา พิพิธภัณฑ์ศิลปะร่วมสมัยกรุงสต็อกโฮล์ม และประเทศฟินแลนด์ เยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์ศิลปะร่วมสมัย Ateneum Art Museum พิพิธภัณฑ์การออกแบบ Designmuseo และพิพิธภัณฑ์แห่งชาติฟินแลนด์



รูปที่ 2 การเข้าชมงานศิลปะของผู้สูงอายุ
ที่มา: ศึกษาดูงานหอศิลป์ คูมู กรุงทาลินน์ ประเทศเอสโตเนีย



รูปที่ 3 กิจกรรมจากโครงการ Handmade Wellbeing
ที่มา: Handmade Wellbeing Handbook

2. วิธีดำเนินการวิจัย

ศึกษา Handmade Wellbeing Handbook ที่ได้จากการดำเนินการในการจัดกิจกรรมทางศิลปะและหัตถกรรมจาก 4 ประเทศ เพื่อใช้เป็นต้นแบบในกิจกรรมทางศิลปะในการบำบัด การดูแลผู้สูงอายุ ทั้งนี้วัตถุประสงค์ของโครงการเพื่อเสนอชุดของศิลปะและงานฝีมือการประชุมเชิงปฏิบัติการในการดูแลผู้สูงอายุและได้รับการฝึกฝนศิลปะและงานฝีมือนักเรียนและผู้เชี่ยวชาญเพื่ออำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ จัดฝึกอบรมให้กับผู้มีส่วนได้เสียในการดูแลผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมแนะนำผลการจัดโครงการต่อผู้ที่มีส่วนได้เสียตามบริบทของแต่ละประเทศ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ากิจกรรมของแต่ละประเทศขึ้นอยู่กับตัวศิลปินผู้สอนและบริบทของแต่ละประเทศที่มีการนำวิธีการสอนที่มีความหลากหลายมาใช้กิจกรรมศิลปะบำบัด โดยมีประชากรกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ 1) กลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่เป็นนักท่องเที่ยว ในประเทศเอสโตเนีย สวีเดน และฟินแลนด์ ศึกษาโดยการสังเกตการณ์พิพิธภัณฑสถานและหอศิลป์กับผู้สูงอายุในประเทศฟินแลนด์ สวีเดน และเอสโตเนีย 2) ศิลปินผู้สอนศิลปะด้วยมือ 3) นักกิจกรรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ 4) ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม

เครื่องมือในการวิจัยได้แก่ 1) การสังเกตการณ์พฤติกรรมและการเข้ามามีปฏิสัมพันธ์ทางศิลปะ ในประเทศเอสโตเนีย สวีเดน และฟินแลนด์ 2) ศึกษากิจกรรมบำบัดจากคู่มือ Handmade Wellbeing Handbook

3. ผลการวิจัยและอภิปรายผลการวิจัย

Handmade Wellbeing Handbook ที่ได้จากการดำเนินการในการจัดกิจกรรมทางศิลปะและหัตถกรรมจาก 4 ประเทศ เพื่อใช้เป็นต้นแบบในกิจกรรมทางศิลปะในการบำบัด การดูแลผู้สูงอายุ ทั้งนี้วัตถุประสงค์ของโครงการเพื่อเสนอชุดกิจกรรมของศิลปะและงานฝีมือในการประชุมเชิงปฏิบัติการที่ได้รับการฝึกฝนศิลปะและงานฝีมือของนักเรียนและผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะ และเพื่ออำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุในการทำงานศิลปะด้วยมือ (Handmade) เป็นการฝึกอบรมให้กับผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในการดูแลผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรม โดยนำเสนอผลการจัดโครงการต่อผู้ที่มีส่วนได้เสีย

ตามบริบทของแต่ละประเทศ ซึ่งพบว่ากิจกรรมของแต่ละประเทศขึ้นอยู่กับตัวศิลปินผู้สอนศิลปะด้วยมือ และบริบทของแต่ละประเทศที่จะมีการนำวิธีการที่มีความหลากหลายมาใช้ในการทำกิจกรรมจากการศึกษา สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น ได้แก่ การศึกษากิจกรรมทางศิลปะของผู้สูงอายุและการศึกษาศิลปะกับการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ

ประเด็นที่ 1 กิจกรรมทางศิลปะในการบำบัดและดูแลผู้สูงอายุ

กรณีศึกษาที่ 1 ศูนย์บริการครบวงจรของผู้สูงอายุในประเทศฟินแลนด์ มีการจัดสัมมนาเชิงปฏิบัติการซึ่งให้บริการสำหรับผู้สูงอายุและสำหรับผู้ที่มีความผิดปกติหลายอย่างรวมถึงคนว่างงานที่ต้องการบริการทางสังคม ในการสัมมนาเชิงปฏิบัติการมีครูระดับประถมศึกษาและนักศึกษาระดับปริญญาโทจำนวน 14 คนที่ทำหน้าที่ในการสอน ซึ่งมีเพียงสองคนเท่านั้นที่เคยมีประสบการณ์มาก่อนในการทำงานกับผู้สูงอายุ โครงการนี้จัดทำขึ้นในการดูแลผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกี่ยวกับหน่วยความจำ มีสองกลุ่มที่แตกต่างกันทำงานในโครงการนี้ ผู้สูงอายุที่เข้าอบรมได้นำชีวิตเก่ามาใช้เป็นอุปกรณ์หลักและทำการทอผ้าด้วยเส้นด้าย โดยใช้แนวความคิดคือการสร้างกำแพงที่ทำงานร่วมกันสำหรับศูนย์ดูแลเด็กโดยการรวบรวมแผ่นซีดี ผู้เข้าร่วมทุกคนสามารถใช้แผ่นซีดีได้มากเท่าที่ต้องการ ซึ่งได้รับการออกแบบร่วมกันและครูนักเรียนช่วยเหลือกันงานอีกชิ้นเป็นการนำเศษผ้ามาทำสีและต่อติดกันซึ่งโครงการนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับการปั้นกำแพงที่ทำงานร่วมกันในการตกแต่งที่พักอาศัยตามความคิดที่จะทำให้กำแพงมีสีสันและของตกแต่งผนังที่น่าสนใจ มีวัตถุประสงค์จะสร้างสรรค์งานศิลปะที่สะดุดตาและมีสีสันสะดุดตา ผู้เข้าร่วมแบ่งออกเป็นกลุ่มเล็ก ๆ มีการจัดขึ้นงานที่มีหลากหลายขึ้นตามที่พวกเขาต้องการและในที่สุดชิ้นส่วนเหล่านี้ก็รวมกันเป็นกำแพงขนาดใหญ่ที่แขวนอยู่ที่ผนัง สรุปผลของกิจกรรมนี้ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ร่วมกับผู้สอนเกิดกระบวนการเรียนรู้ระหว่างกันทั้งด้านสภาพร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันตามประสบการณ์



รูปที่ 4 ผลงานการตกแต่งกำแพงด้วยงานศิลปะ
ที่มา: Handmade Wellbeing Handbook

แนวคิดในเรื่องของความทรงจำเกี่ยวกับป่า ได้ดำเนินการในการดูแลสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาความจำ เป็นการถ่ายภาพตัดปะเฉพาะเป็นรายบุคคลโดยการพิมพ์และวาดภาพบนผ้าแล้วเพิ่มรายละเอียดด้วยเทคนิคต่างๆเช่นภาพตัดปะสิ่งทองานปักด้วยมือและการฟอก ถูกสร้างขึ้นโดยการวัสดุจากธรรมชาติจริงมากระตุ้นความทรงจำเกี่ยวกับป่าเช่น กลิ่นดอกไม้ สำหรับกลิ่นที่เต็มไปด้วยผลเบอร์รี่หรือกิ่งไม้ประดับและตะไคร่น้ำและกิ่งไม้ต่างๆ ความทรงจำในป่าเป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากนิทานที่ผู้สูงอายุรับรู้มาและอภิปรายภายในกลุ่มให้เห็นถึงความทรงจำของผู้สูงอายุ การศึกษาพบว่าผู้สูงอายุจดจำกลิ่นจากดอกไม้ ใบไม้และแสดงออกมาในงานภาพพิมพ์จากวัสดุธรรมชาติลงบนเฟรมผ้าใบซึ่งแต่ละ

ชิ้นงานถ่ายทอดจากประสบการณ์ในความทรงจำในสีของใบไม้ กิ่งไม้ ดอกไม้ที่ได้ผู้สูงอายุสัมผัสทางตา สัมผัสและกลิ่น บางภาพแสดงให้เห็นถึงประสบการณ์การรับรู้ของผู้สูงอายุเกี่ยวกับป่าที่มีมากกว่าใบไม้ ซึ่งพบภาพที่มีทั้งนก เป็ดน้ำ ผีเสื้อ พระอาทิตย์เป็นต้น แสดงถึงความสอดคล้องแนวคิดเกี่ยวกับศิลปะบำบัดมาไว้จะช่วยลดทอนความโหดร้ายของสภาพจิตใจและสังคมได้ โดยที่ไม่ต้องมีใครเตือนรื้อน ดังนั้นงานศิลปะจึงเป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่หากนำมาใช้ประโยชน์อย่างถูกต้องจะดีต่อทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตของคนทุกเพศทุกวัย



รูปที่ 5 ความทรงจำป่า

ที่มา: Handmade Wellbeing Handbook

กรณีศึกษาที่ 2 ได้มีการจัดกิจกรรมที่ดำเนินการในศูนย์การดูแลผู้ใหญ่ 2 แห่งด้วยกันซึ่งเป็นกิจกรรมในประเทศเอสโตเนีย ได้แก่ ศูนย์กิจกรรมสำหรับผู้ใหญ่ Viljandi และศูนย์กิจกรรม Tartu ซึ่งมีกิจกรรมของศูนย์ที่ออกแบบมาเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่ดีผ่านบริการทางสังคม โดยมีผู้ร่วมวิจัยจำนวนของผู้สูงอายุอยู่ระหว่าง 50 ถึง 90 คน และกิจกรรมของศูนย์ Viiratsi มีผู้ร่วมวิจัยจำนวน 68 คน บางคนนอนเตียงและบางคนเป็นโรคสมองเสื่อมซึ่งศูนย์ได้จัดให้มีกิจกรรมเป็นปกติสำหรับผู้สูงอายุอยู่เป็นประจำทุกวัน เช่น มีการอ่านหนังสือพิมพ์ การออกกำลังกาย การเต้นรำ ทั้งนี้ได้จัดกิจกรรม 3 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมการพิมพ์ผ้ามี 3 แบบที่มีความแตกต่างกัน โดยการใช้สแตมป์พิเศษและการพิมพ์ใบ โดยผู้เข้าร่วมวิจัยได้จัดเตรียมผ้าเช็ดปากและผ้าเช็ดตัวที่สามารถนำมาตกแต่งได้ เช่น ของใช้ในบ้าน ถักผ้า เสื้อยืดและเสื้อผ้าอื่น ๆ โดยการทดลองด้วยวัสดุและพื้นผิวที่แตกต่างกัน การพิมพ์ผ้าช่วยให้ผู้เข้าอบรมสามารถสร้างสรรค์ ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขในการเลือกใช้สีและความคิดสร้างสรรค์จากประสบการณ์ของผู้สูงอายุแต่ละคน กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมถักริบบิ้นสลัสส์ ริบบิ้นรูปหัวใจถักทำเป็นพวงกุญแจด้วยไหมพรมสองสีที่แตกต่างกัน โดยการแนะนำจากศิลปินแล้วมีการแนะนำเทคนิคนี้ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความสามารถด้านหัตถกรรมโดยผู้สูงอายุที่ร่วมโครงการมีการร่างแบบทำลวดลายก่อนการขึ้นชิ้นงานโดยใช้แนวคิดริบบิ้นหัวใจ กิจกรรมที่ 2 เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เข้าร่วมเลือกภาพที่ต้องการแสดง ภาพสามารถวาดหรือตัดออกจากภาพถ่ายหรือนิตยสาร ฯลฯ โดยใช้ผ้าสะท้อนแสง และใช้การพิมพ์ลายซึ่งทุกคนสามารถวาดหรือเขียนอะไรก็ได้ที่ป้ายผ้าเพื่อแสดงแนวความคิดและจินตนาการของผู้สูงอายุ กิจกรรมที่ 3 เป็นกิจกรรมงานโลหะเป้าหมายคือการเรียนรู้ที่จะทำเครื่องประดับ อัญมณีโดยใช้วัสดุโลหะ ทองเหลือง หรือทองแดง เพื่อทำ ต่างหู จี้ หรือเข็มกลัด โดยการวิจัยนี้มีข้อปฏิบัติในการดำเนินกิจกรรม ได้แก่ การตัดแผ่นโลหะและการออกแบบเครื่องประดับ การตัดชิ้นส่วนและใช้การปั๊มลายเพื่อสร้าง

สวยงามที่ไม่ซ้ำกัน เจาะรูโลหะ การขัดวัสดุและตกแต่งชิ้นงาน งานโลหะต้องใช้ช่างทองเป็นผู้ถ่ายทอดและช่วยดำเนินการทำชิ้นงาน

สรุปแนวทางการศึกษาทั้ง 3 กิจกรรม พบว่าผู้สูงอายุสามารถสร้างสรรค์งานศิลปะด้วยมือในการเลือกใช้สีกับการใช้ผ้าที่มีอยู่ในบ้านให้เกิดคุณค่าเกิดกระบวนการเรียนรู้ในเชิงการย้อมผ้าและการพิมพ์ลายบนผ้าจากวัสดุธรรมชาติ ทั้งนี้กิจกรรมที่เกิดขึ้นช่วยลดภาวะสมองเสื่อมและความจำของผู้สูงอายุ โดยใช้หลักการและขั้นตอนการจดจำวิธีการและการใช้สีตามคำแนะนำของศิลปินและผู้ช่วยดำเนินกิจกรรมในการเลือกวัสดุที่มีความหลากหลาย อีกทั้งผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีปัญหาด้านการปฏิสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่น และการใช้ศิลปะบำบัดยังใช้ฟื้นฟูสมองให้กับผู้สูงอายุที่มีปัญหาเรื่องความจำเนื่องจากกิจกรรมทางศิลปะสามารถกระตุ้นสมอง (Passive brain) และป้องกันอาการสมองเสื่อมได้



รูปที่ 6 กิจกรรมศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ ประเทศเอสโตเนีย
ที่มา: Handmade wellbeing Handbook

ประเด็นที่ 2 ศิลปะกับผู้สูงอายุ ศิลปะคือศาสตร์แขนงหนึ่งที่ช่วยให้จิตใจเบิกบาน ด้วยการปลดปล่อยจินตนาการ โดยการวาดลวดลายแต่งเติมสีสันลงบนกระดาษจนเกิดภาพวาดที่สวยงาม งานศิลปะจึงถือว่ามีส่วนช่วยสร้างสมาธิได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ศิลปะยังสามารถบำบัดรักษาอาการของโรคต่าง ๆ ได้ การใช้ศิลปะเพื่อปรับพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็ก ในทางการแพทย์เรียกนี้ว่า ศิลปะบำบัด (Art Therapy) ปัจจุบันมีการนำศาสตร์ดังกล่าวมาใช้เป็นเครื่องมือในการรักษา คนไข้มากขึ้นคำว่าศิลปะ ไม่ได้จำกัดเพียงการวาดภาพหรือระบายสีเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการแสดงออกทางผลงานศิลปะ

อันหลากหลายไม่ว่าจะเป็นลายเส้น สี รูปทรง สัญลักษณ์ โดยแบ่งออกเป็นกิจกรรมด้านต่างๆ ได้แก่ กิจกรรมเชิงทัศนศิลป์ (Visual arts) ประดิษฐ์ดนตรี (Music) การแสดง (Drama) วรรณกรรม (Literature)

สำหรับผู้สูงอายุศิลปะเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี การในลงมือวาดภาพหรือการดูงานศิลปะสามารถสะท้อนความรู้สึกของผู้สูงอายุเอง เป็นการแสดงออกที่สะท้อนให้เห็นตามหลักการของศิลปะบำบัดที่ทำให้เกิดมิติการมองที่กว้างไกลไร้ขอบเขต ทำให้ผู้สูงอายุเกิดจินตนาการด้านความคิด ริเริ่ม ความคล่องแคล่ว ความยืดหยุ่น ความละเอียดลออด้านอารมณ์และจิตใจช่วยแก้ปัญหาทางด้านอารมณ์และจิตใจ ทำให้จิตใจผ่อนคลาย ลดความตึงเครียด รวมถึงสามารถยับยั้งหรือบำบัดพฤติกรรมก้าวร้าวได้อีกด้วย ด้านทักษะการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมการในงานศิลปะมาแก้ไข ปัญหาการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากขึ้น อีกทั้งด้านร่างกายยังช่วยให้กล้ามเนื้อมีการพัฒนาและการเคลื่อนไหวที่ดี งานศิลปะไม่เพียงสร้างสุนทรีภาพทางอารมณ์เท่านั้น แต่ยังถูกนำมาใช้เพื่อลดความรุนแรงของโรคทางสมองอย่างอัลไซเมอร์ หรือพาร์กินสันได้อีกด้วย



รูปที่ 7 ถนนเมืองเก่าทาลินท์ ประเทศเอสโตเนีย
ที่มา: ศึกษาดูงานถนนเมืองเก่า กรุงทาลินท์ ประเทศเอสโตเนีย

4. สรุปผล

จากการศึกษาดูงานและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปะกับการบำบัดผู้สูงอายุสามารถสรุปได้ 3 ประเด็นได้ดังนี้

4.1 การสร้างคุณค่ากับชีวิตของผู้สูงอายุ

ศิลปะบำบัดเป็นเครื่องมือที่สามารถช่วยในการบำบัดได้แล่นั้น ยังมีเรื่องของการสร้างคุณค่ากับชีวิตของผู้สูงอายุให้เห็นถึงคุณค่าของตนที่ยังมีประโยชน์ต่อสังคมและสามารถเลี้ยงชีพในยามชราได้ ซึ่งเราจะพบเห็นผู้สูงอายุมาขายงานศิลปะในประเทศเอสโตเนีย และประเทศฟินแลนด์ ตามสถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ โดยผู้สูงอายุมาวาดภาพและวางขายภาพให้กับนักท่องเที่ยว (รูปที่ 7 ถนนเมืองเก่าทาลินท์ ประเทศเอสโตเนีย) และมีการนำผลงานศิลปะด้วยมือตามตลาดนัดในประเทศฟินแลนด์ (รูปที่ 9 แผงขายของที่ระลึกจากงานศิลปะประเทศฟินแลนด์)

4.2 สภาวะทางอารมณ์ของผู้สูงอายุ

Botton and Armstrong (2013) กล่าวว่า ศิลปะบำบัดเป็นรูปแบบหนึ่งที่สามารถแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้สูงอายุจะได้รับการปล่อยอารมณ์และความเป็นตัวตนออกมา พบว่าภาวะทางอารมณ์ที่แปรปรวนของผู้สูงอายุเองสะท้อนสภาวะทางอารมณ์โดยใช้หลักแนวคิด 7 ประการที่ว่าด้วยศิลปะบำบัด ได้แก่ ความทรงจำ ความหวัง ความโศกเศร้า การปรับสมดุลใหม่ ความเข้าใจตนเอง การเติบโตและความชื่นชม สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นสภาวะทางอารมณ์ของผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นกับการดูงานทางศิลปะของคนทุกคน ทั้งนี้เกิดจากประสบการณ์การรับรู้ที่สะท้อนความรู้สึกทางอารมณ์ของผู้ดูงานศิลปะ (รูปที่ 8 การดูงานออกแบบของผู้สูงอายุชาวฟินแลนด์)

4.3 การปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารของผู้สูงอายุ

การทำงานร่วมกับผู้คนเป็นเรื่องเกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารเป็นกลยุทธ์การสื่อสารที่ดีที่สุด เป็นการแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของผู้สูงอายุและเป็นการให้ความเคารพต่อคนอื่น ๆ ทำให้มีความเข้าใจและตระหนักถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรมและศาสนาเป็นสิ่งสำคัญในเรื่องนี้ ผู้สูงอายุที่มาอยู่จะมีภูมิหลังที่มีความหลากหลายต้องมีความตระหนักในแง่ของพื้นที่ส่วนบุคคล การพบปะพูดคุยของผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะพูดคุยเกี่ยวกับประเพณีและความเชื่อซึ่งสิ่งนี้เองสามารถเพิ่มความคิดสร้างสรรค์ในการจัดกิจกรรมด้านศิลปะบำบัดได้ ทั้งนี้ผู้ให้ความช่วยเหลือสามารถกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมแบ่งปันความคิดสร้างสรรค์ทางวัฒนธรรมของผู้สูงอายุได้



รูปที่ 8 การดูงานออกแบบของผู้สูงอายุชาวฟินแลนด์

ที่มา: ศึกษาดูงานพิพิธภัณฑ์ศิลปะสมัยใหม่ กรุงเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์

สรุปผลการศึกษา การสะท้อนความคิดในการพัฒนาคุณภาพการจัดการกิจกรรมการเรียนการสอนเป็นสิ่งสำคัญมากที่จะต้องคำนึงถึงการเลือกกิจกรรมก่อนที่จะดำเนินการจัดกิจกรรมและมีการทบทวนกิจกรรมการเพื่อปรับปรุงแนวทางในการดำเนินงานมุ่งเน้นไปที่ผู้สูงอายุเพื่อใช้ในการดูแลที่มีอาการป่วยหลายอย่างโดยเฉพาะภาวะสมองเสื่อม และเจ้าหน้าที่ในการทำงานร่วมกับผู้สูงอายุต้องเป็นบุคคลที่มีความเข้าใจในความต้องการของผู้สูงอายุได้รู้ว่าเป็นส่วนสำคัญในการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ที่มีคุณภาพสูงและการทำงานร่วมกับศิลปินมืออาชีพ อย่างไรก็ตามในความเป็นจริงศิลปินในอนาคตจำเป็นที่จะต้องให้ความสำคัญกับการสร้างเครือข่ายศิลปินเพื่อให้การประสานงานการระดมทุนและการพัฒนางานศิลปะและงานฝีมือในด้านบริการสุขภาพและความเป็นมืออาชีพนอกจากนี้ควรมีการพัฒนาและปรับปรุงความร่วมมือทางวิชาการ

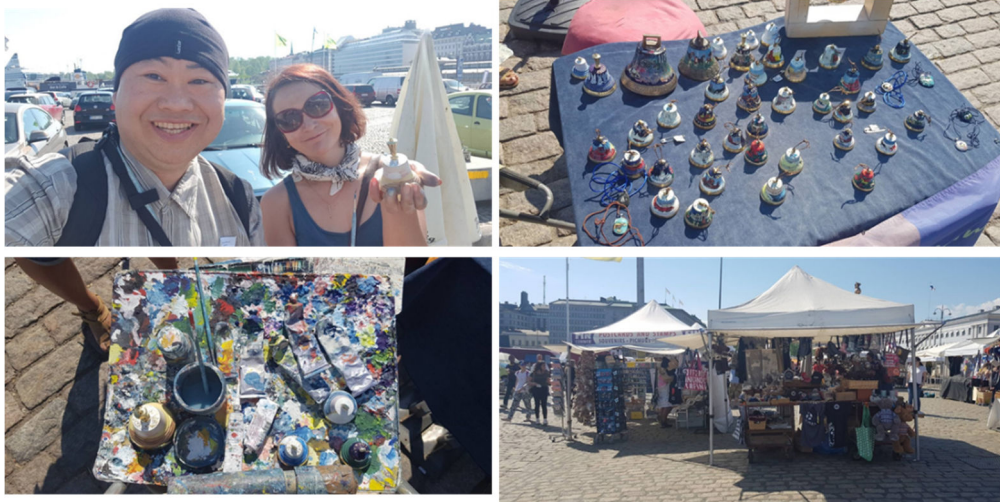
เพื่อวางแผนกิจกรรมร่วมกันที่เป็นการรวบรวมประสบการณ์ระดับรากหญ้าที่มีการแบ่งปันข้อมูลและวิธีการร่วมกันตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสนับสนุนคุณภาพชีวิตโดยรวมของผู้สูงอายุ และมีผลสัมฤทธิ์เชิงบวกต่อผู้สูงอายุ เป็นการยกระดับอารมณ์ในคนที่มีความกังวลหรือหลังการฝึกอบรมผู้สูงอายุมีการนอนหลับที่ดีขึ้น ผู้สูงอายุบางส่วนไม่เคยมีโอกาสใช้ความคิดสร้างสรรค์ของตนมาก่อนถือเป็นครั้งแรกของชีวิต ในบริบทและในบางช่วงเวลา คนรุ่นต่อไปในอนาคตที่เข้ามาดูแล หลังจากช่วงกลุ่มเบบี้บูมเมอร์ที่มาจากยุคที่แตกต่างกัน แนวคิดที่น่าเสนอในที่นี้จะไม่สามารถใช้ได้ตลอดไป ซึ่งอาจต้องมีการปรับเปลี่ยนเป็นตามความต้องการของผู้สูงอายุในช่วงอายุที่แตกต่างกัน

สรุปผลจากการศึกษาดูงาน ในประเทศเอสโตเนีย สวีเดนและฟินแลนด์ พบว่ากิจกรรมที่เกิดขึ้นในพื้นที่สาธารณะเป็นกิจกรรมและความสัมพันธ์ทางสังคมที่พบเห็นได้มากมายตามสถานที่ท่องเที่ยวและพิพิธภัณฑ์ การออกแบบพื้นที่และสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ ทั้งด้านกายภาพและด้านจิตวิทยาในการนำเสนองานศิลปะ ในเรื่องของการออกแบบพื้นที่เพื่อสร้างกิจกรรมการชมพิพิธภัณฑ์ กับการกำหนดกิจกรรมวิธีการนำเสนอให้เข้ากับการใช้วิธีการเพื่อสร้างความทรงจำ แรงบันดาลใจให้กับผู้สูงอายุในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข สอดคล้องและเชื่อมโยงกับกิจกรรมศิลปะบำบัดสำหรับผู้สูงอายุ ตอบสนองคุณค่าทางสังคม สภาพทางอารมณ์และการปฏิสัมพันธ์ของผู้สูงอายุ ทำให้สังคมของผู้สูงอายุในกลุ่มประเทศนอร์ดิกมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุขในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ



รูปที่ 9 การตั้งแผงขายงานศิลปะของผู้สูงอายุ

ที่มา: ศึกษาดูงานสวนสาธารณะ Sibelius Monument กรุงเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์



รูปที่ 8 แผงขายของที่ระลึกจากงานศิลปะประเทศฟินแลนด์
ที่มา: ศึกษาดูงานท่าเรือ กรุงเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์

นรินทรา เกโส, ปิตวรณ์ สมไทย และ ศุภฤกษ์ คณิตวานันท์ (2566) กระบวนการความสัมพันธ์ระหว่าง “ศิลปะ” ที่มีวิธีการเฉพาะใช้สำหรับการสร้างผลงานศิลปะโดยมีองค์ประกอบ (Elements of art) ในกระบวนการของประสบการณ์ร่วมในการสร้างปฏิสัมพันธ์ ที่จะช่วยในการเยียวยา รักษาภาวะจิตใจให้มีความสมดุลของผู้สูงอายุ จากสิ่งที่เกิดขึ้นการให้ความสนใจในตัวองงานศิลปะบำบัดแสดงให้เห็นถึงการปฏิสัมพันธ์ในเชิงสังคมและการดูแลรักษาภาวะจิตใจของผู้สูงอายุ อีกทั้งยังพบว่าแต่ละพื้นที่ที่ท่องเที่ยวในประเทศกรณีศึกษา ได้แก่ ประเทศเอสโตเนีย สวีเดน และฟินแลนด์ ที่ผู้วิจัยเดินทางไป แต่ละสถานที่มีการออกแบบที่คำนึงถึงผู้สูงอายุเพื่อความสะดวกเข้าใช้พื้นที่ในการเดินชมภายในพิพิธภัณฑ์ต่าง ๆ ได้แก่ ทางลาด ลิฟท์ มือจับ ห้องน้ำ และที่นั่งตามพื้นที่ต่างๆ ในมุมมองที่สังเกตการณ์ผู้สูงอายุที่เข้ามาชมพิพิธภัณฑ์ในแต่ละประเทศ ผู้สูงอายุให้ความสนใจอย่างมาก การเข้าชมแสดงถึงภาวะทางอารมณ์ได้เป็นอย่างดีและการแสดงให้เห็นว่าการปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารเป็นคำสำคัญในการเชื่อมโยงกับแนวคิด ของ Botton and Armstrong (2013) ที่ได้นำเสนอในเรื่องของการใช้ศิลปะในการบำบัดผู้สูงอายุที่แสดงให้เห็นกับการปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารที่แสดงออกอาจจะเกิดการรับรู้ของผู้สูงอายุเองสะท้อนอารมณ์ที่แสดงความรู้สึกต่อภาพหรือวัตถุที่จัดแสดง เป็นสิ่งสำคัญในการช่วยบำบัด รักษาและฟื้นฟูให้กับผู้สูงอายุเองมีความสุขทั้งร่างกายและจิตใจ ที่จะดำเนินชีวิตในบั้นปลายของชีวิตอย่างมีความสุข

เอกสารอ้างอิง

- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2550). ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด. โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- นรินทรา เกโส, ปิตวรณ์ สมไทย, ศุภฤกษ์ คณิตวานันท์. (2566). สุนทรียจิต: สัมพันธภาพระหว่างการรับรู้ทางจิตวิทยาและความงามสู่กระบวนการสร้างสรรค์ศิลปะบำบัด. วารสารศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 15(1), 163-168.
- ยุพธร เสือเผ่า. (2561). ผลของโปรแกรมศิลปะบำบัดแบบกลุ่มต่อภาวะซึมเศร้าและคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทที่ไม่มีการตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยบูรพา.
<https://buuir.buu.ac.th/bitstream/1234567890/7750/1/Fulltext.pdf>
- de Botton, A. and Armstrong, J. (2013). **Art as therapy**. Phaidon Press.

- Draxl, E., Fischer, A., Kokko, S., Kästik, H. Salovaara, M. and Stedman, J. (2017). **Handmade Wellbeing Handbook**, University of Helsinki. <https://helda.helsinki.fi/items/9250c303-31dd-4bb5-a951-53bc4317d9aa>
- Salovaara, M. & Kokko, S. (2019). Developing craft pedagogy for older adults in care settings. In C. Vilhena & M. H. Gregório (eds), **The contributions of education and learning for older adults' well-being: Proceedings of the 9th Conference of the ESREA-Research Network on Education and Learning of Older Adults (ELOA)**. University of Algarve, Gambelas, pp. 214-231. <http://hdl.handle.net/10138/313928>