

ศิลปะเพื่อการบำบัด ๒: ภาคนทฤษฎี

เลิศศิริร์ บวรกิตติ*

“Spontaneous drawings as products of the imagination are satisfactions of wishes; this manifest content in some respects covers or disguises unconscious underlying motives. A certain amount of freedom or release of tension is achieved in this way; it is an impulse to express to the self and to communicate to others by means of a special language a partial satisfaction of the underlying wish.”

(ข้อความคัดจาก Foreword to the First Edition โดย Nolan D.C. Lewis ในหนังสือ *An Introduction to Art Therapy: Studies of the “Free” Art Expression of Behavior Problem Children and Adolescents as a Means of Diagnosis and Therapy* ของ Margaret Naumburg; 1947^(๑))

Abstract

Art Therapy 2: Theory

Lertsiri Bovornkitti

Faculty of Fine Arts, Srinakharinwirot University

Art therapy is a form of expressive therapy that uses art materials, such as paints, chalk and markers. Art therapy combines traditional psychotherapeutic theories and techniques with an understanding of the psychological aspects of the creative process, especially the affective properties of different art materials. Its psychotherapeutic modality is based on the disciplines of “art” and “psychology” involving Sigmund Freud’s psychoanalytic theory, relying on the human person’s symbolic expression as a means of communication as an alternative to verbal communication.

The term was coined by Margaret Naumburg in 1947 in the United States of America (some have mentioned that Adrian Hill did so in Britain in 1945). Art therapists have generated definitions of art therapy split into two categories. The first involves a belief in the inherent healing power of the creative process of art making, embracing the idea that the process of making art is therapeutic, which is referred to as “art as therapy” (Edith Kramer’s theory). The second definition of art therapy is based on the idea that art is a means of symbolic communication, referred to as “art psychotherapy,” emphasizing the products – drawings, paintings and other art expressions – as helpful in communicating issues, emotions, and conflicts. The art image becomes significant in achieving insight, resolving conflicts, solving problems, and formulating new perceptions that in turn lead to positive changes, growth, and healing. In reality, both approaches are used together in varying degrees.

Key words: art therapy, expressive therapy, art psychotherapy, art as therapy, creative arts therapy

*คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภูมิหลัง

คิลปกรรมบำบัด (art therapy) เป็นคำสมาสประกอบด้วย คำ ๒ คำในความหมายของงานศิลปะสร้างสรรค์ + การบำบัดรักษา ซึ่งก็คือการบำบัดรักษาด้วยศิลปะหรือด้วยงานศิลปะสร้างสรรค์ โดยนัยเดียวกันกับ ศิลปะเพื่อการบำบัด หรือ 'art as therapy' ของ อีดิธ เทรเมอร์^(๒). ศิลปกรรมบำบัดในยุคต้นๆ โดยเฉพาะในอังกฤษ และสหรัฐอเมริกา เป็นเวชปฏิบัติของจิตแพทย์หรือนักจิตวิทยาที่ดำเนินในกลุ่มผู้ที่มีบุคลิกภาพเบี่ยงเบน. นักวิชาการรุ่นบุกเบิกในสหรัฐอเมริกา ได้แก่ มาร์กาเรต เนาม์บูร์ก (Margaret Naumburg)^(๑) เป็นนักจิตวิทยาและอาจารย์ในสถาบันจิตเวชศาสตร์ แห่งมหาวิทยาลัยนิวยอร์ก ซึ่งเป็นผู้เสนอคำ "art therapy" ใน พ.ศ. ๒๔๙๐ ปรากฏในหนังสือ *An Introduction to Art Therapy: Studies of the "Free" Art Expression of Behavior Problem Children and Adolescents as a Means of Diagnosis and Therapy.*^(๑) อย่างไรก็ตาม โดยถูกต้อง นายแพทย์ โนแลน ดี.ซี. ลิวอิส^(๓) อาจารย์ของ เนาม์บูร์ก สมควรได้รับเกียรติเป็นผู้ริเริ่มแนวคิดศิลปกรรมบำบัด และเป็นผู้ที่ชักชวนนักจิตวิทยาเนาม์บูร์ก ให้ไปร่วมงานศิลปกรรมบำบัดที่โรงพยาบาลจิตเวช ในนครนิวยอร์ก. นักศิลปกรรมบำบัดรุ่นต่อมาอีก ๒ คนคือ อีดิธ เทรเมอร์^(๔) และอีลิเนอร์ อัลแมน^(๕) เป็นกลุ่มที่ใช้ศิลปะเป็นศูนย์กลางของกระบวนการจิตบำบัด โดยผนวกกับความรู้ทางจิตวิทยา, จิตวิเคราะห์ และการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยาโดยไม่อิงจิตเวช. เทรเมอร์ไม่ยอมใช้คำศิลปกรรมบำบัดปฐมภูมิและทุติยภูมิ โดยเธอใช้ศิลปะเริ่มการบำบัด ไม่ใช่เป็นวิธีรองของจิตบำบัด. ในปัจจุบัน ศิลปกรรมบำบัดทั้งแนวของเนาม์บูร์ก และของเทรเมอร์ เป็นที่ยอมรับเป็นวิชาชีพเวชกรรมทั่วโลก แม้จะยังมีกรกระแจะกระหน่ำไม่ลงรอยกันระหว่าง ๒ กลุ่มตลอดเวลา.

ทฤษฎีศิลปกรรมบำบัด

โดยนัยศัพท์ 'ทฤษฎี' ของราชบัณฑิตยสถาน[†] ศิลปกรรม

[†]พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖. หน้า ๕๐๔-๕.

บำบัดเป็นตรรกะที่คิดคาดขึ้นตามหลักวิชาเพื่อเสริมเหตุผลและรากฐานให้แก่ข้อมูลภาคปฏิบัติอย่างมีระเบียบและเกิดผลสัมฤทธิ์. ศิลปกรรมบำบัดมีทฤษฎีแนวคิดและการปฏิบัติดั้งเดิมที่ใช้ทัศนศิลป์เป็นสื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดตั้งแต่ยุคดึกดำบรรพ์ เช่นการวาดเขียนภาพบนผนังถ้ำ (ซึ่งพัฒนามาก่อนภาษาพูด) เพื่อบันทึกอารมณ์ความรู้สึก และประสบการณ์. การวาดภาพจึงนับได้ว่าเป็นการริเริ่มภาษาพื้นฐานของมนุษย์. เฟเดออร์และเฟเดออร์^(๖) ใน พ.ศ. ๒๕๒๔ ได้แสดงหลักฐานยืนยันว่าทัศนศิลป์สามารถตอบสนององค์ประกอบหลากหลาย นอกเหนือไปจากสุนทรียภาพ.

นักจิตบำบัดกลุ่มโนแลน ลิวอิส และมาร์กาเรต เนาม์บูร์กสรุปว่าภาษาพูดเป็นภาษาสัญลักษณ์ (symbolic language) ที่สื่อสารอารมณ์ความรู้สึกแทนการใช้คำพูด (verbal communication)^(๗). ต่อมาเนาม์บูร์กได้ประยุกต์ศิลปกรรมในการวินิจฉัยและการบำบัดโรคตามแนวจิตวิเคราะห์ดั้งเดิม โดยเน้นการแปลความการแสดงออกของอารมณ์ขัดแย้งภายในจากทัศนศิลปกรรม.

ในปัจจุบัน ทฤษฎีศิลปกรรมบำบัดคือการส่งถ่าย (transference) โดยสื่อสารทางทัศนศิลป์ระหว่างผู้ป่วยกับผู้บำบัด และใช้การวิเคราะห์อาการผู้ป่วยตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์^(๘) (พ.ศ. ๒๔๗๖) ที่ว่าจิตภายในของมนุษย์มีจุดมุ่งหมายในการดำเนินชีวิตที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตน ซึ่งสามารถแสดงออกทางงานศิลปะต่างๆ ให้ความหมายในระดับจิตใต้สำนึกและจิตไร้สำนึกของแต่ละบุคคล. ฟรอยด์^(๙) ได้ตั้งสมมุติฐานว่าสัญลักษณ์ต่างๆระดับจิตใต้สำนึกนั้นเป็นจารึกที่ลบเลือนไปแล้ว แต่อาจปรากฏออกมาเป็นความฝันหรือการแสดงระบายออกทางศิลปกรรม.

จุง^(๑๐) เมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๔ กล่าวอ้างในบทความของเขาว่าสัญลักษณ์เป็นจารึกประสบการณ์ส่วนตัวที่สัมพันธ์กับความนึกคิดสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นพื้นฐานสู่กระบวนการบำบัดรักษาโดยอาศัยการแสดงออกทางภาพลักษณ์ ที่บ่งบอกถึงสิ่งที่สะสมอยู่ในจิตไร้สำนึก. ทั้งฟรอยด์ และ จุง ได้นำศิลปกรรมที่ถ่ายทอดจิตไร้สำนึก เพื่อวินิจฉัยโรคและทำจิตบำบัด และอ้างว่าภาษาพูดเป็นภาษาสัญลักษณ์ หรือจินตภาพที่สามารถเล่า



ประสบการณ์ความฝันได้ดีและแม่นยำกว่าคำพูด และไม่อาจถูกบิดเบือนความได้ง่าย.

วิรุณ ตั้งเจริญ^(๑๑) นักศิลปศึกษาแนวหน้าของไทยท่านหนึ่งได้นำทฤษฎีจิตวิเคราะห์ไปใช้อธิบายการแสดงออกทางศิลปะของเด็ก ที่สะท้อนกระบวนการจิตไร้สำนึก เป็นปฏิบัติการบางอย่างที่เกือบจะเป็นอิสระจากประสบการณ์ที่มองเห็นได้ของเด็ก จึงจัดเป็นกระบวนการสัญลักษณ์อย่างหนึ่ง.

ในระยะต้นของศิลปกรรมบำบัดในประเทศไทยศิลปกรรมได้ถูกนำไปปฏิบัติเชิงจิตบำบัดในบุคคลที่มีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ^(๑๒). แนวการปฏิบัติศิลปกรรมบำบัดคือการใช้ศิลปกรรมเป็นสื่อแทนคำพูดในการแสดงออกอย่างเสรีถึงอารมณ์ความรู้สึก, ความขัดแย้ง และความต้องการต่างๆ. หลักปฏิบัติของศิลปกรรมบำบัด จะเน้นที่กระบวนการผลิตงานมากกว่าความสำเร็จของงาน. เทคนิคนี้ให้ผลเสมือนการเปิดประตูการแสดงออกของจิตไร้สำนึกที่ไม่สามารถแสดงออกเป็นคำพูดได้. ศิลปกรรมบำบัดสามารถนำไปใช้รักษาเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่มก็ได้.

ในปัจจุบัน ศิลปกรรมบำบัดเป็นเรื่องที่นักศิลปะและนักจิตวิทยากำลังสนใจมากขึ้น สืบเนื่องจากกระแสสังคมวิถีชีวิตของมนุษย์ในปัจจุบัน ที่เรียกกันว่าความศิวิไลซ์ หรืออารยธรรมรวมทั้งปัญหาผลพวงภัยพิบัติจากภาวะโลกร้อนได้ก่อปัญหาทางสภาพจิตใจหลายรูปแบบ จึงทำให้ศาสตร์ “ศิลปกรรมบำบัด” หรือ “ศิลปะบำบัด” ได้ถูกนำไปใช้บ่อยขึ้น ดังปรากฏในสื่อต่างๆ มากขึ้น. เนื่องจากศัพท์บัญญัติทั้งสองคำนี้ยังไม่เป็นที่ยอมรับกันในความถูกต้อง ณ ขณะนี้ ผู้เขียนขอใช้คำ “ศิลปกรรมบำบัด” ในความหมายของการบำบัดด้วยสื่อทัศนศิลป์ตามเหตุผลที่เคยเสนอไว้^(๑๓). ส่วนการบำบัดที่ประยุกต์ใช้ศิลปะร่วมแขนงต่างๆ เช่น ทัศนศิลป์, ดนตรี, นาฏศิลป์ จะขอใช้ “พหุศิลปกรรมบำบัด” (arts therapy)^(๑๔) และเมื่อต้องการเน้นสื่อจำเพาะศิลปะแขนงใดในการบำบัดก็ใช้ชื่อเฉพาะกิจ เช่น “ดนตรีบำบัด”, “ละครบำบัด”.

ณ จุดนี้ ศิลปกรรมบำบัดได้เป็นที่ยอมรับเป็นวิธีบำบัดทางเลือกที่เป็นประโยชน์ด้านการรักษาจิตใจของมนุษย์ทุกเพศทุกวัย ตัวอย่างเช่น กับเด็กที่มีปัญหาการปรับตัวที่โรงเรียน,

คนในวัยทำงานที่มีความเครียดหรือได้รับความกดดัน หรือมีปัญหาส่วนตัวที่บ้าน, ผู้ที่มีอารมณ์รุนแรง มีปัญหาสุขภาพจิตที่ไม่ชอบใช้คำพูด และต่อต้านการรักษาทางเวชกรรม. นอกจากนี้ยังใช้ได้กับคนทั่วไปที่ต้องการสำรวจความรู้สึกนึกคิดภายในใจของตนเอง รวมทั้งการพัฒนาอัตตาของเด็กปรกติดด้วย ดังที่ โนแลน ลิวอิส อ้างว่า “The release of the unconscious into imaginative and spontaneous art projections is of vital importance for the balanced ego development of the normal child.”^(๑๕)

ในขณะนี้นักศิลปศึกษาในประเทศไทยรวมทั้งผู้เขียนได้ก้าวเข้าสู่งานศิลปะเพื่อการบำบัดตามแนวคิดของเทรเมอร์แล้ว. โครงการศิลปกรรมบำบัดเท่าที่ดำเนินการอยู่ในคณะศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และคณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒก็ให้ผลดีเป็นที่พึงพอใจ.

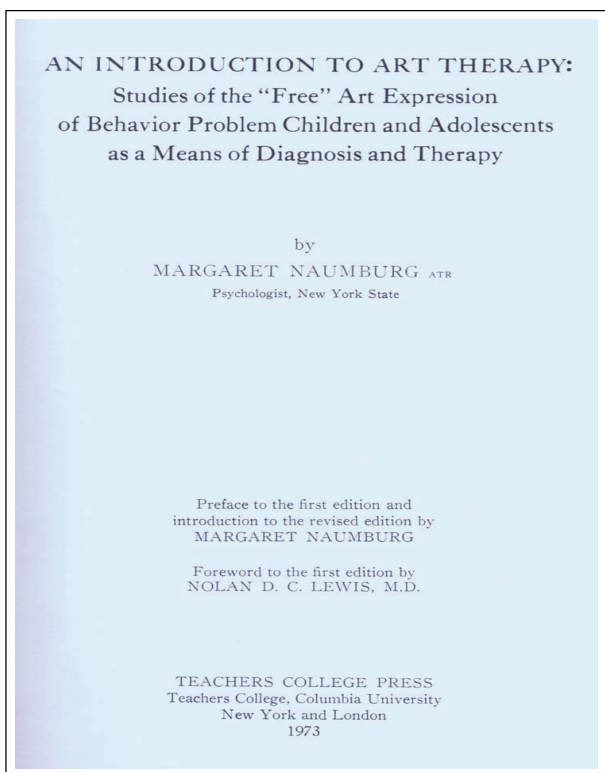
โดยสรุป ทฤษฎีศิลปกรรมบำบัดอาศัยแนวคิดที่ว่าภาษาสัญลักษณ์ทางทัศนศิลป์ (ภาพวาดเขียน และงานประติมากรรม) ของจิตไร้สำนึก ช่วยแสดงออกอารมณ์ขัดแย้งหรือประสบการณ์อุกฉกรรจ์ที่ส่งผลกระทบต่อสถานภาพจิตใจ ซึ่งโดยปฏิบัติการศิลปะภายใต้การดูแลของนักศิลปกรรมบำบัด จะช่วยปรับและสังเคราะห์ให้จิตใจสู่บูรณภาพ โดยกระบวนการกลั่นกรองจิตได้สำนึก.

ภาคผนวก

ผู้เขียนได้นำข้อมูลสำคัญที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีศิลปกรรมบำบัด คัดลอกตัดบางตอนจากหนังสือหายาก ๓ เล่ม ที่เรียบเรียงโดยนักศิลปกรรมบำบัดระดับปรมาจารย์ มาเสนอไว้ดังต่อไปนี้

จากหนังสือ An Introduction to Art Therapy : Studies of the “Free” Art Expression of Behavior Problem Children and Adolescents as a Means of Diagnosis and Therapy โดย Margaret Naumburg^(๑)

- Art therapy procedures can help to release the imaginative and creative expression of normal



รูปที่ ๑ ปกหนังสือ An Introduction to Art Therapy ของ เนาม์บูร์ก

pupils as well as of disturbed patients.

- The release of the unconscious into imaginative and spontaneous art projections is also of vital importance for the balanced ego development of the normal child.

- The importance of the development of spontaneous art products in the treatment of behavior problem children, the development of such "free" art expression is always associated with a planned use of the transference relationship.

- Spontaneous drawing as products of the imagination are satisfactions of wishes. This manifest content in some respect covers or disguises unconscious underlying motives.

- Desires whether frustrated, repressed or partially fulfilled have the tendency to generate dreams,

phantasies and various bodily activities, some of which take the form of art and creative expressions. It is an impulse to express to the self and to communicate to others by means of a special language a partial satisfaction of the underlying wish.

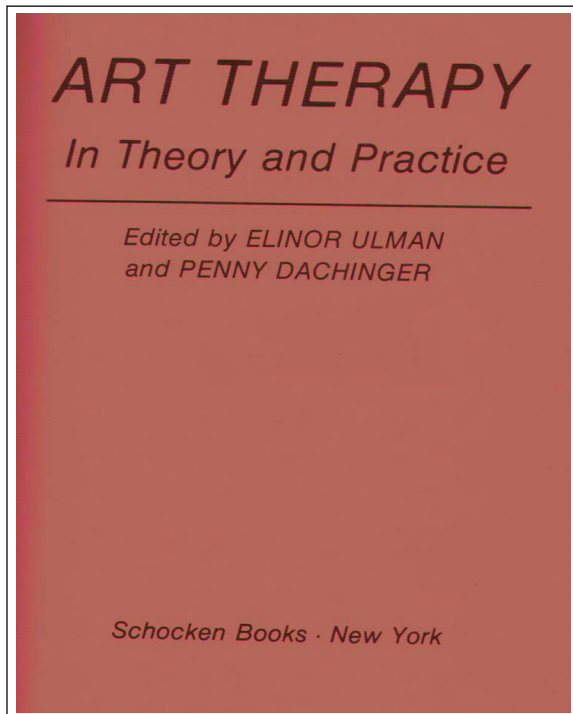
- Most drawings of the emotionally disordered express problems involving certain "polarities," e.g. life-death, male-female, father-mother, love-hate, activity-passiveity. Graphic art affords the opportunity to project all of these trends excessively. They are usually the expression of the erotic or aggressive drives of the person in the midst of an involved life problem.

- These transference pictures or the transference content of drawing do not express the whole personality situation, but are filled with the neurotic suppression products of hostility or affection connected with one or more symptomatic trends and historical images which may amuse, haunt or distress the conscious mind of the patient.

- The transitional stages as well as the general progress of the emotional disorder are often presented in an interesting manner, becoming intelligible by means of the study of periodic or serial drawings. Through analysis of the contents of these productions, ways are found of bringing into consciousness the underlying difficulties in a manner that shows the basic drives striving to satisfy the instinctive life, and thus objectification and socialization of previously poorly understood feelings and behavior become possible.

จากหนังสือ **Art Therapy in Theory and Practice** ของ **Elinor Ulman และ Penny Dachinger**^(๑๔)

- The title "art therapy" can easily be dis-



รูปที่ ๒ ปกหนังสือ Art Therapy in Theory and Practice ของ
เอลิเนอร์ อัลแมน และ เพนนีย์ แดจิงเกอร์

missed as inadequate or inaccurate, but the author has not found a better one.

- The materials of the visual arts are used in some attempt to assist integration or reintegration of the personality.

- The therapeutic use of patients' graphic and plastic projections in psychiatric practice.

- The *art people* tend to exclude procedures where completion of the creative process is not a central goal; the *therapy people* often explain that preoccupation with artistic goals must be minimized in favor of a specialized form of psychotherapy.

- Margaret Naumburg emphasized therapy that encourages patients to communicate not only with words but also with paint and clay.

- Art therapy can be an independent as well

as an auxiliary technique in psychotherapy.

- Naumburg designates art therapy as analytically oriented, saying that it "bases its methods on releasing the unconscious by means of spontaneous art expression; it has its roots in the transference relation between patient and therapist, and on the encouragement to free association.

- The images produced are a form of communication between patient and therapist; they constitute symbolic speech.

- **Naumburg's theory:** Naumburg cites the advantages of introducing painting and clay modeling into analytically oriented psychotherapy as follows: *First*, it permits direct expression of dreams, fantasies, and other inner experiences that occur as pictures rather than words. *Second*, pictured projections of unconscious material escape censorship more easily than do verbal expressions, so that the therapeutic process is speeded up. *Third*, the productions are durable and unchanging; their content cannot be erased by forgetting, and their authorship is hard to deny. *Fourth*, the resolution of transference is made easier. The autonomy of the patient is encouraged by his growing ability to contribute to the interpretation of his own creations.

- **The role of sublimation:** In sublimation, as Kramer used the term, "instinctual behavior is replaced by a social act in such a manner that this change is experienced as a victory of the ego....

- Artistic sublimation consists in the creation of visual images for the purpose of communicating to a group very complex material which would not be available for communication in any other form.

- By Naumburg's definitions, Kramer is an

art teacher rather than an art therapist. Into Kramer's ideological scheme, Naumburg fits as a psychotherapist, not an art therapist.

Art as Therapy รวบรวมโดย Edith Kramer และ เรียบเรียงโดย Lani Alaine Gerity^(๑๖)

- The dictum "Art teaching is concerned with products, but in art therapy we are interested in process."

- Work of such profound inner unity cannot be planned, plotted or faked. It can come about only through complex processes which engage the creator's manual, intellectual, imaginative and emotional faculties in a supreme effort of integration.

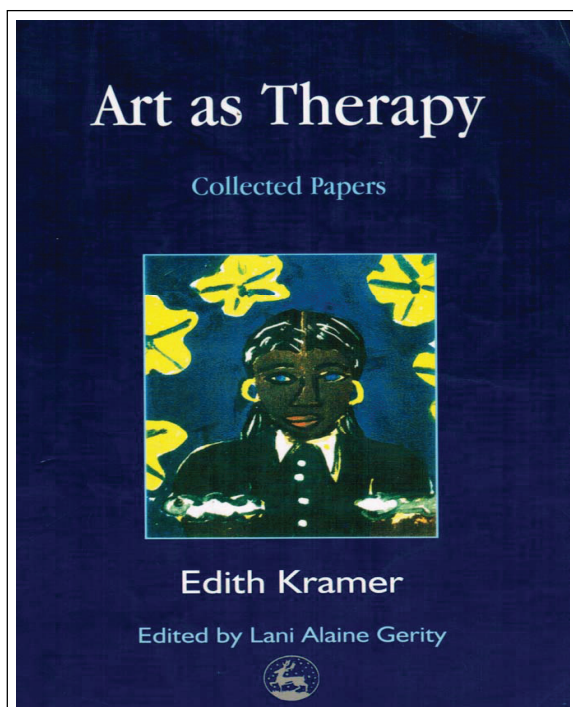
- We assure them that we do not care what their work looks like. We implore them to put their ideas down any old way, to have courage, to be spontaneous. Further, as art therapists we accept the frag-

mented, the chaotic, the abortive, the incomplete.

- We really do not care what the patient's work looks like; when devising exercises to counteract rigidity and alleviate anxiety, we end up plotting activities that are so contrived that it would be impossible to achieve any finished product.

- Spontaneous art expression requires that one imagine and depict what is uppermost in one's mind, and this demands both the suspension of habitual defense and a high degree of moral courage and self-discipline. Untrammelled scribbling and messing are as unlike spontaneous, expressive use of art materials (and unlikely to lead to it) as aimless chatter is unlike free association in psychoanalytic treatment.

- There is the erroneous belief that art therapy is concerned almost exclusively with spontaneous art expression – that is, with the use of art media that evokes the raw material of art but inevitably stops short of art as I have defined it. Such spontaneous production is invaluable in gaining access to the patient's inner life and therefore is a legitimate part of art therapy, but it is by no means the whole of it. Art therapy includes, as well, the task of integration. At best, this is a labor of love, but all the same it is arduous, not spontaneous.



รูปที่ ๓ ปกหนังสือ As Art Therapy ของ อีดิท เครเมอร์

เอกสารอ้างอิง

๑. Naumburg M. An introduction to art therapy: Studies of the "free" art expression of behavior problem children and adolescents as a means of diagnosis and therapy. 2nd Ed. New York and London: Teachers College Press, Columbia University; 1947 (1st.Ed.), 1973 (2nd.Ed.).
๒. เลิศศิริ บวรกิตติ (ผู้แปลและเรียบเรียง). ศิลปะเพื่อการบำบัด โดย อีดิท เครเมอร์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร; ๒๕๕๒: ๓๓๑ หน้า.



๓. Lewis NDC. The practical value of graphic art in personality studies (I. An Introductory presentation of the possibilities). *Psychoanal Rev* 1925;12:316-22.
๔. Kramer E. Art therapy in a children's community. Springfield, Ill.: Charles C. Thomas; 1958. p. 6-23.
๕. Ulman E. Art therapy and general hospital psychiatry. Presented at a symposium in Boston City Hospital, Boston, Massachusetts; January 1966.
๖. Feder E, Feder B. The expressive arts therapy: art, music and dance as psychotherapy. Engle Wood Cliffs, NJ: Prentice Hall; 1981.
๗. Ulman E. Art therapy: problems of definition. In: Ulman E, Dachinger P. Art therapy in theory and practice. 2nd Ed. New York: Schocken Books; 1975. p. 4-5.
๘. Freud S. In: Robins A, Sibley LB. Creative art therapy. New York: Brunner/Mazel; 1976.
๙. Freud S. New introductory lectures on psychoanalysis. New York: Norton; 1933.
๑๐. Jung CG. The portable Jung. New York: Viking Press; 1971.
๑๑. วิรุณ ตั้งเจริญ. ทัศนศิลป์ศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อีแอนด์ไอที; ๒๕๔๘, ๑๕๗ หน้า.
๑๒. สมศรี กิตติพงษ์พิศาล. Art therapy as a form of psychotherapy: วารสารจิตวิทยาคลินิก ๒๕๓๐;๑๘:๕๘-๖๐.
๑๓. อัครนี ชูอรุณ, เลิศศิริ บวรกิตติ. ศัพท์สับสน: ศิลปะบำบัด หรือ ศิลปกรรมบำบัด. วารสารราชบัณฑิตยสถาน ๒๕๔๕; ๓๐: ๘๖๕.
๑๔. เลิศศิริ บวรกิตติ, สำรวย นักรเรียน. ศัพท์สับสน : Art กับ Arts. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข ๒๕๕๑;๒:๖๕๖.
๑๕. Ulman E, Dachinger P, editors. Art therapy in theory and practice. New York: Schocken Books; 1975. p. 3-13.
๑๖. Kramer E. Art as therapy. Collected papers. Edited by Gerity LA. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers; 2000.