



รูปแห่งสภาวะภายใน

โดย

นางสาวขวัญชนก แสงทอง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปมหาบัณฑิต
สาขาวิชาทัศนศิลป์ แผน ก แบบ ก 2 ระดับปริญญามหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2565

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศิลปากร

รูปแห่งสภาวะภายใน



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปมหาบัณฑิต

สาขาวิชาทัศนศิลป์ แผน ก แบบ ก 2 ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2565

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศิลปากร

IMAGES OF INNER STATE



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for Master of Fine Arts VISUAL ARTS

Silpakorn University

Academic Year 2022

Copyright of Silpakorn University

640120001 : ทัศนศิลป์ แผน ก แบบ ก 2 ระดับปริญญาโทบัณฑิต

คำสำคัญ : ภาวะซึมเศร้า, ศิลปะบำบัด, สภาวะภายใน

นางสาว ขวัญชนก แสงทอง: รูปแห่งสภาวะภายใน อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก :
รองศาสตราจารย์ ธณฤกษ์ ทิพย์วารี

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” มีจุดมุ่งหมายเพื่อถ่ายทอดสภาวะอารมณ์ความรู้สึก ลักษณะเป็นประสบการณ์ส่วนตัวที่สัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิดผ่านมุมมองภายใต้ภาวะซึมเศร้ามาสร้างสรรค์ โดยนำวิธีการแสดงออกผ่านศิลปะในฐานะของการบำบัดมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงาน เพื่อหาหนทางเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออกมาเป็นข้อมูลในการสร้างสรรค์ กระบวนการเหล่านี้จึงเป็นดั่งการรื้อฟื้นความเข้าใจและทัศนคติของตนเองที่มีต่อมุมมองการใช้ชีวิตขึ้นมาใหม่ด้วยการใช้เทคนิควิธีการที่หลากหลายผ่านวัสดุที่หลากหลายมาเป็นแนวทางเริ่มต้นในกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน

ข้าพเจ้าสร้างสรรค์ผลงานศิลปะบนความเชื่อที่ว่า ศิลปะเป็นภาพประกอบของชีวิตและความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ การสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของข้าพเจ้านำพาเข้าสู่การทำความเข้าใจโลกของสภาวะอารมณ์ภายใน เสมือนเป็นการสร้างบทสนทนากับตัวเอง มีการนำศิลปะมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อหาหนทางเยียวยาด้วยการนำเทคนิคที่ทำให้ได้แสดงออก มาช่วยให้ได้เปิดรับกับสภาวะอารมณ์ ดูแลจัดการกับความรู้สึก และได้รู้จักกับตนเองในแง่มุมที่ต่างออกไป โดยการใช้รูปสัญลักษณ์ภาษาของร่างกายมนุษย์ที่ดำเนินถึงเรื่องราว การกระทำเชิงพฤติกรรมไปตามธรรมชาติแห่งอารมณ์ความรู้สึก เพื่อสำรวจพิจารณาตนเองและเพื่อคลี่คลายปมปัญหาภายในใจ หรือการเผยตัวตนเพื่อการตระหนักรู้ถึงตนเองให้พร้อมที่จะยอมรับและเผชิญหน้ากับความจริงอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ผ่านผลงานจิตรกรรม

จากการจัดบันทึกประจำวันสู่ภาพร่างลายเส้นดินสอ พัฒนามาเป็นชิ้นงานสองมิติและสามมิติ ทำให้ข้าพเจ้าได้เข้าใจถึงวิธีการใช้ศิลปะเพื่อบำบัดและเยียวยาจิตใจ การมองทุกซีให้เห็นได้ตามความเป็นจริง รวมถึงการปรับจิตให้รับสภาพกับความทุกข์ที่เกิดขึ้นอย่างรู้เท่าทัน ทำให้กายและใจของข้าพเจ้าเข้าสู่กระบวนการเยียวยาจากจิตใจ ให้มีจิตใจที่มั่นคงสมบูรณ์ตลอดไป

640120001 : Major VISUAL ARTS

Keyword : Depression Disorder, Art Therapy, Internal state

MISS Kwanchanok SANGTONG : IMAGES OF INNER STATE Thesis advisor :
Associate Professor Thanarit Thaipwaree

Creation of a thesis work “Images of the Inner State” aims to convey an emotional state. Characteristics are personal experiences related to feelings through a perspective under creative depression, by applying the principles of art therapy to the benefit of creating works to find a way to heal by using artistic techniques that can be expressed. taken as information for creativity. These processes are thus revitalizing one's own understanding and attitude towards the viewpoint of living by using various techniques and methods through various materials as a starting point in the creative process.

I create works of art based on the belief that Art is an illustration of the life and feelings of the creator. The creation of my works of art leads to an understanding of the inner emotional world as if creating a conversation with yourself. Art therapy has been used to create works to find a way to heal by bringing artistic techniques that can be expressed to help open up to emotional states, take care of feelings and get to know yourself in a different light by using pictograms, the language of the human body continues the story. Behavioral actions follow the nature of emotion. to explore and consider oneself and to unravel the problems within the mind or revealing oneself for self-realization to be ready to accept and face the truth of human nature through painting.

From daily journaling to pencil sketches, it evolved into two-dimensional and three-dimensional pieces. It made me understand the principles of using art to heal and heal the mind. seeing suffering as it really is, including adjusting the mind to knowingly accept the suffering that occurs. It puts my body and mind into a healing process from the mind to have a stable mind forever.

กิตติกรรมประกาศ

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด "รูปแห่งสภาวะภายใน" สำเร็จลุล่วงได้เพราะ ได้รับความกรุณาจากบิดา มารดา และ นางวิมล แสงทอง คุณย่า ที่อบรมสั่งสอน คอยสนับสนุน ทั้งกำลังร่างกายและทรัพย์ให้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาจนถึงบัดนี้ และคอยเป็นกำลังใจให้กับข้าพเจ้ามาโดยตลอด และการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากรองศาสตราจารย์ธณัฏฐ์ ทิพย์วารี ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ซึ่งให้แนวทางในการสร้างสรรค์ผลงาน รวมทั้งให้กำลังใจเพื่อให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จ รวมไปถึงจนถึงคณาจารย์ในภาควิชาจิตกรรมทุกท่าน ผู้ประสิทธิประสาทวิทยาความรู้ สถาบันการศึกษา เพื่อน พี่ น้อง รวมถึงสรรพสิ่งที่ให้ประสบการณ์ความรู้ ความเข้าใจ ตลอดจนความชำนาญทางศิลปะแก่ข้าพเจ้าในการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดนี้ สุดท้ายนี้ข้าพเจ้าขอกราบขอบคุณ อาจารย์ประสงค์ ลือเมือง อาจารย์พรชัย ใจมา คุณศุภวรรณ ใจมา คุณวีระชัย ใจกล้า คุณภาคภูมิ รุ่งเรือง คุณธีรพงษ์ เบญจถาวรอนันท์ สำหรับความช่วยเหลือในด้านต่างๆ มิตรภาพที่ดี และเป็นกำลังใจสำคัญให้แก่ข้าพเจ้า ข้าพเจ้ารู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของทุกๆท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

นางสาว ขวัญชนก แสงทอง



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญรูปภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
2. ความมุ่งหมายและวัตถุประสงค์ของการสร้างสรรค์	1
3. สมมติฐานของการสร้างสรรค์	2
4. แนวความคิดการสร้างสรรค์	2
5. ขอบเขตการศึกษา.....	2
6. ขั้นตอนของการศึกษา	3
7. วิธีการศึกษา.....	3
8. แหล่งข้อมูล	4
บทสรุป.....	4
บทที่ 2 ข้อมูลและศิลปกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสรรค์ผลงาน	5
ส่วนที่1 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความทุกข์	6
1.1 ความทุกข์ในศาสนาพุทธ.....	6
1.2 ความทุกข์และโลกภายในของตนเอง.....	6
1.3 ภาวะซึมเศร้าและการบำบัด.....	7

1.4 สมุดบันทึกประจำวันสู่หนทางการเยียวยาจิตใจ	9
ส่วนที่2 อิทธิพลที่ได้รับจากผลงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับการบำบัด.....	10
2.1 เมตตา สุวรรณศรี	10
2.2 วิชราพร อยู่ดี.....	12
ส่วนที่3 ข้อมูลผลงานสร้างสรรค์จากศิลปินกรณีศึกษา	14
3.1 ผลงานของศิลปิน Edvard Munch	14
3.2 ผลงานของศิลปิน Frida Kahlo	15
3.3 ผลงานของศิลปิน Edward hopper.....	16
บทที่ 3 แนวความคิดและกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน.....	18
ที่มาของแนวความคิด	18
รูปแบบการสร้างสรรค์	19
วิธีการสร้างสรรค์	19
การหาข้อมูล.....	20
ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน	21
ทัศนธาตุและสื่อที่ใช้ในการสร้างสรรค์	22
วัสดุอุปกรณ์ในการดำเนินการ.....	23
กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานชุดภาพลายเส้นดินสอและลายเส้นสีชอล์ค.....	24
กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมเทคนิคสีน้ำมัน.....	30
กระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน “ARMSHARE” เทคนิคสื่อผสม 3มิติ.....	50
กระบวนการติดตั้งผลงาน	54
สรุปกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์	55
บทที่ 4 การพัฒนาและการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์	57
การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ระยะเวลาที่ 1	57
การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ระยะเวลาที่ 2	61

ผลงานวิทยานิพนธ์	64
การจัดวางศิลปะสื่อผสมรูปแบบจิตรกรรมในผลงานชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน”	74
การวิเคราะห์ผลงานวิทยานิพนธ์กับแนวคิดการสะท้อนโลกภายในภายใต้ภาวะซึมเศร้ากับศิลปะ บำบัด	78
บทที่ 5 บทสรุป	79
สรุปผลการสร้างสรรค์	79
อภิปรายผล	79
รายการอ้างอิง	81
ประวัติผู้เขียน	83



สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 ตารางการวิเคราะห์การสร้างสรรค์ผลงานชุดวิทยานิพนธ์..... 65



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 ผลงานชุด “เส้นใยแห่งความรักของแม่”	11
ภาพที่ 2 ผลงาน ลีมาน้อยใต้เงาจันทร์	12
ภาพที่ 3 Night ผลงานศิลปะของ Edvard Munch	14
ภาพที่ 4 The Scream ผลงานศิลปะของ Edvard Munch	15
ภาพที่ 5 The Two Fridas ผลงานศิลปะของ Frida Kahlo	16
ภาพที่ 6 Automat ผลงานศิลปะของ Edward hopper	17
ภาพที่ 7 สมุดบันทึกประจำวันและจดหมายลาของผู้สร้างสรรค์ ที่มา : ผู้สร้างสรรค์	20
ภาพที่ 8 วัตถุสิ่งของต่าง ๆ เป็นตัวกระตุ้นเรื่องราวภายในใจของผู้สร้างสรรค์	21
ภาพที่ 9 ผลงานชุดภาพลายเส้นดินสอ	25
ภาพที่ 10 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีพาสเทล	25
ภาพที่ 11 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีพาสเทล	26
ภาพที่ 12 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีพาสเทล	26
ภาพที่ 13 ผลงานชุดภาพลายเส้นดินสอและครียอง	27
ภาพที่ 14 ผลงานชุดภาพลายเส้นดินสอและครียอง	27
ภาพที่ 15 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน	28
ภาพที่ 16 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน	28
ภาพที่ 17 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน	29
ภาพที่ 18 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน	29
ภาพที่ 19 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน	30
ภาพที่ 20 กระบวนการสร้างโครงเฟรมสำหรับชิงผ้าใบ	31
ภาพที่ 21 กระบวนการสร้างโครงเฟรมสำหรับชิงผ้าใบ	32

ภาพที่ 22	กระบวนการสร้างโครงเฟรมสำหรับชิงผ้าใบ	32
ภาพที่ 23	กระบวนการร่างภาพ	33
ภาพที่ 24	กระบวนการลงสีเพื่อให้หน้าหนักโดยรวมผลงานจิตรกรรม	34
ภาพที่ 25	กระบวนการเก็บรายละเอียดผลงาน	34
ภาพที่ 26	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1	35
ภาพที่ 27	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2	36
ภาพที่ 28	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3	37
ภาพที่ 29	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4	38
ภาพที่ 30	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 5	39
ภาพที่ 31	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 6	40
ภาพที่ 32	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 7	41
ภาพที่ 33	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 8	42
ภาพที่ 34	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 9	43
ภาพที่ 35	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 10	44
ภาพที่ 36	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 11	45
ภาพที่ 37	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 12	46
ภาพที่ 38	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 13	47
ภาพที่ 39	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 14	48
ภาพที่ 40	ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 15	49
ภาพที่ 41	เก้าอี้ใช้ในการสร้างสรรค์	50
ภาพที่ 42	ภาพร่างผลงาน“ARMSHARE”	51
ภาพที่ 43	เตรียมวัสดุเพื่อรองรับการสร้างสรรค์	51
ภาพที่ 44	การลงสีผลงาน	52
ภาพที่ 45	ตัดเย็บส่วนของเบาะรองนั่งในผลงานและทำสี	52

ภาพที่ 46 (ซ้าย) กระบวนการวาดลวดลายเส้นสีลงบนผลงาน.....	53
ภาพที่ 47 (ขวา) กระบวนการวาดลวดลายเส้นสีลงบนผลงาน	53
ภาพที่ 48 กระบวนการวาดลวดลายเส้นสีลงบนผลงาน	53
ภาพที่ 49 จำลองพื้นที่ของโลกภายในด้วยการใช้สีแสดงสภาวะอารมณ์ ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี.....	54
ภาพที่ 50 การติดตั้งรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี.....	54
ภาพที่ 51 การติดตั้งรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี.....	55
ภาพที่ 52 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1	58
ภาพที่ 53 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2	58
ภาพที่ 54 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3	59
ภาพที่ 55 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4	59
ภาพที่ 56 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 5	60
ภาพที่ 57 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 6	60
ภาพที่ 58 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 7	61
ภาพที่ 59 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 8	62
ภาพที่ 60 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 9	62
ภาพที่ 61 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 10	63
ภาพที่ 62 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 11	63
ภาพที่ 63 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 12	64
ภาพที่ 64 การปรับสีของพื้นที่เพื่อแสดงสภาวะอารมณ์ ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี.....	74
ภาพที่ 65 การใช้วัสดุจริงในการจัดวางรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี.....	75
ภาพที่ 66 การติดตั้งรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี.....	76
ภาพที่ 67 ภาพบรรยากาศการเผยแพร่พื้นที่ของสภาวะภายในต่อผู้ชม ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี	77
ภาพที่ 68 ภาพบรรยากาศการเผยแพร่พื้นที่ของสภาวะภายในต่อผู้ชม ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี	77

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โลกความจริงที่เป็นอยู่ในปัจจุบันกำลังแวดล้อมไปด้วยเรื่องราวและปัญหา อาจทำให้รู้สึกสิ้นหวังคล้ายมีบรรยากาศอันมืดมนปกคลุมใจ อยู่ในสถานะที่ไม่รู้ว่าหนทางข้างหน้าเป็นอย่างไร บางคนเป็นเหมือนเช่นคนหลงทางในป่าที่รู้ว่าตนเองไม่มีทางที่จะออกไปจากป่านั้นได้ บางคนเลือกที่จะหนีจากสถานะที่น่ากลัวนี้ด้วยการจบชีวิตลง การหาทางออกโดยเริ่มจากการทำความเข้าใจตนเองถึงภาวะที่กำลังประสบพบเจออยู่นี้ ผ่านการเยียวยาด้วยศาสตร์แห่งศิลปะ สิ่งเหล่านี้นำไปสู่แรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะผ่านมุมมองภายใน การเผยตัวตนเพื่อการตระหนักรู้ถึงตนเองให้พร้อมที่จะยอมรับและเผชิญหน้ากับความจริงอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์

ในพื้นที่ของโลกภายในที่ข้าพเจ้าสร้างขึ้นมาเพื่อทำความเข้าใจกับความรู้สึกทุกซอกทุกซอที่เกิดขึ้นและเยียวยาแก้ไขปมปัญหาเหล่านั้นอย่างเข้าใจ การมองทุกซอกให้เห็นได้ตามความเป็นจริง รวมถึงการปรับจิตให้รับสภาพกับความทุกข์ที่เกิดขึ้นอย่างรู้เท่าทัน ทำให้กายและใจของข้าพเจ้าเข้าสู่กระบวนการเยียวยาจากจิตใจเบื้องลึกภายในที่ไม่สมดุล และช่วยประคับประคองชีวิตให้ดำเนินต่อไปได้ไม่ว่าจะเจอกับความปกติสุขหรือปกติทุกข์ในชีวิตประจำวันก็ตาม ชีวิตที่สมดุลไม่ใช่ตาชั่งที่เท่ากันอยู่ตลอดเวลา ศิลปะจึงทำหน้าที่เป็นกระจกสะท้อนว่า ชีวิตเราขาดความสมดุลในจิตใจด้านใดบ้าง ก่อนทำการเติมให้เต็ม

ดังนั้นในตัวผลงานของข้าพเจ้านั้น ข้าพเจ้าได้มีการนำศิลปะในฐานะของเครื่องมือบำบัดมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อหาหนทางในการเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออก มาช่วยให้ได้เปิดรับกับสภาวะอารมณ์ ดูแลจัดการกับความรู้สึก และได้รู้จักกับตนเองในแง่มุมที่ต่างออกไป จึงต้องการยกคุณค่าของอารมณ์ความรู้สึกทางจิตใจในการแสดงออกผ่านงานศิลปะ ลักษณะเป็นประสบการณ์ส่วนตัวที่สัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิดผ่านมุมมองภายใต้ภาวะซึมเศร้า มาสร้างสรรค์

2. ความมุ่งหมายและวัตถุประสงค์ของการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของข้าพเจ้านำพาเข้าสู่การทำความเข้าใจโลกของสภาวะอารมณ์ภายใน เสมือนเป็นการสร้างบทสนทนากับตัวเอง มีการนำศิลปะในฐานะของการบำบัดมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อหาหนทางในการเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออก

มาช่วยให้ได้เปิดรับกับสภาวะอารมณ์ ดูแลจัดการกับความรู้สึก และได้อัจกกับตนเองในแง่มุมที่ต่างออกไป

2.1 ศึกษาผลงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับการบำบัด

2.2 เพื่อสร้างสรรค์ผลงานที่ได้แสดงออกถึงความทุกข์และโลกภายในของตนเอง

2.3 เพื่อสร้างสรรค์ผลงานศิลปะที่ตอบสนองสภาวะอารมณ์ภายในเพื่อการเยียวยาผ่านกระบวนการทางศิลปะ

3. สมมติฐานของการสร้างสรรค์

สมมติฐานในด้านความคิด ข้าพเจ้าต้องการแสดงให้เห็นถึงสภาวะอารมณ์ภายใน นำหลักการศิลปะบำบัดมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อหาหนทางการเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออก นำมาเป็นข้อมูลในการสร้างสรรค์ กระบวนการเหล่านี้จึงเป็นตั้งการรื้อฟื้นความเข้าใจและทัศนคติของตนเองที่มีต่อมุมมองการในชีวิตขึ้นมาใหม่

สมมติฐานในด้านรูปแบบ ถ่ายทอดความรู้สึกและรูปทรง มุ่งเน้นความรู้สึกโดดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน ผ่านรูปแบบผลงานสองมิติ โดยมีศิลปะแบบเอ็กซ์เพรสชันนิสม์เป็นรูปแบบในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยการใช้สีน้ำมัน สีชอล์คน้ำมัน และ วัสดุต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดเทคนิคสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมให้สมบูรณ์

4. แนวความคิดการสร้างสรรค์

ข้าพเจ้าสร้างสรรค์ผลงานศิลปะบนความเชื่อที่ว่า ศิลปะเป็นภาพประกอบของชีวิตและความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ การสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของข้าพเจ้านำพาเข้าสู่การทำความเข้าใจโลกของสภาวะอารมณ์ภายใน เสมือนเป็นการสร้างบทสนทนากับตัวเอง มีการนำศิลปะบำบัดมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อหาหนทางการเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออก มาช่วยให้ได้เปิดรับกับสภาวะอารมณ์ ดูแลจัดการกับความความรู้สึก และได้อัจกกับตนเองในแง่มุมที่ต่างออกไป โดยการใช้รูปสัญลักษณ์ภาษาของร่างกายมนุษย์ที่ดำเนินถึงเรื่องราว การกระทำเชิงพฤติกรรมไปตามธรรมชาติแห่งอารมณ์ความรู้สึก เพื่อสำรวจพิจารณาตนเองและเพื่อคลี่คลายปมปัญหาภายในใจ หรือการเผยตัวตนเพื่อการตระหนักรู้ถึงตนเองให้พร้อมที่จะน้อมรับและเผชิญหน้ากับความจริงอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ผ่านผลงานจิตรกรรม

5. ขอบเขตการศึกษา

การศึกษาวิทยานิพนธ์ได้แบ่งขอบเขตของการศึกษาและการสร้างสรรค์ออกเป็น 3 ด้านดังนี้

5.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา แสดงเรื่องราวและภาพของพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน เพื่อสร้างการเรียนรู้และความเข้าใจตนเองในด้านทัศนคติ มุมมอง และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์

ปมปัญหา ความทุกข์ และมุมมองใหม่ของการดำรงชีวิต โดยอาศัยผลงานศิลปะเป็นส่วนเติมเต็มการเรียนรู้

5.2 ขอบเขตของการศึกษาและวิเคราะห์ผลงานศิลปะในเชิงของการใช้ศิลปะเพื่อบำบัดจิตใจ จากผลงานของศิลปินที่ใช้ศิลปะเข้ามาบำบัดสภาพจิตใจหลังเกิดเหตุการณ์ที่สร้างความสะเทือนใจในชีวิต ได้แก่ คุณเมตตา สุวรรณศรี และคุณวัชรพร อยู่ดี

5.3 ขอบเขตของการสร้างสรรค์ เป็นการนำเสนอรูปแบบของการสร้างสรรค์ด้วยการนำเสนอสถานะภายใน โดยมีศิลปะแบบเอ็กซ์เพรสชันนิสม์เป็นรูปแบบในการสร้างสรรค์ผลงาน รูปแบบตัดทอนตามความรู้สึก การสร้างสรรค์งานศิลปะในลักษณะบิดเบือนไปจากของจริง โดยจะให้ความสำคัญกับรูปแบบที่เหมือนจริงน้อยลง แต่ให้ความสำคัญกับรูปแบบจากความคิด มุ่งแสดงอารมณ์ความรู้สึกที่ถ่ายทอดลงในผลงานมากขึ้น เพื่อเป็นการได้แสดงออกถึงอารมณ์และความรู้สึกภายในของผู้สร้างสรรค์

6. ขั้นตอนของการศึกษา

6.1 ศึกษาจากแนวเรื่องที่สนใจ สรุปลักษณะที่ต้องการแสดงออก สังเคราะห์เป็นภาษาภาพที่สามารถถ่ายทอดอารมณ์ให้ตรงตามจุดหมาย

6.2 ศึกษาผลงานศิลปินที่มีเนื้อหาเรื่องราวเกี่ยวกับการถ่ายทอดสถานะภายใน การเยียวยาตนเอง ซึ่งมีการแสดงออกทั้งทางเทคนิค วิธีการและการนำเสนอที่สอดคล้องกับแนวทางการศึกษาและสร้างสรรค์ผลงานของตนเอง

6.3 วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้ แล้วนำมาสร้างแบบภาพร่างผลงาน และวางแผนการทำงาน

6.4 เริ่มการดำเนินงานสร้างผลงานตามเทคนิคและวิธีการที่ได้กำหนดไว้

6.5 วิเคราะห์ผลงานและเรียบเรียง เพื่อนำเสนอผลงานในรูปแบบเอกสาร

7. วิธีการศึกษา

7.1 ซึมซับอารมณ์ความรู้สึกจากการเผชิญหน้ากับเรื่องราวที่ต้องประสบพบเจอ

7.2 บันทึกเป็นข้อความผ่านสมุดบันทึกประจำวัน

7.3 บันทึกเป็นแบบภาพร่างด้วยดินสอบนกระดาษ

7.4 ศึกษาวัสดุต่าง ๆ เพื่อนำมาสร้างสรรค์ผลงานได้อย่างเหมาะสม

7.5 เริ่มกระบวนการสร้างสรรค์

7.6 วิเคราะห์ผลงานและแก้ไขเพื่อพัฒนาผลงาน

7.7 นำเสนอผลงานต่ออาจารย์ในภาควิชาเพื่อประเมินวิทยานิพนธ์เป็นระยะ และปรับปรุงแก้ไขเพื่อพัฒนาผลงานให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

8. แหล่งข้อมูล

- 8.1 บันทึกประจำวันของข้าพเจ้า
- 8.2 แหล่งของมูลทางวัสดุ และแหล่งข้อมูลด้านรูปแบบการติดตั้งเพื่อนำเสนอผลงาน
- 8.3 แหล่งข้อมูลเอกสาร หนังสือหมวดปรัชญา และวิจัยของผู้สร้างสรรค์ผลงานศิลปะที่มีเนื้อหาเรื่องราวเกี่ยวกับการถ่ายทอดสภาวะภายใน และการเยียวยาตนเอง

บทสรุป

เนื้อหาและบทนำประกอบด้วยที่มาและความสำคัญของปัญหาโดยมีแรงบันดาลใจมาจากสภาวะซึมเศร้าที่ตัวข้าพเจ้าต้องประสบพบเจอ ความมีดমনของหนทางภายใต้มุมมองของอาการซึมเศร้า การหาทางออกโดยเริ่มจากการทำความเข้าใจตนเองถึงภาวะที่กำลังประสบพบเจออยู่นี้ ผ่านการเยียวยาด้วยศาสตร์แห่งศิลปะ สิ่งเหล่านี้นำไปสู่แรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะผ่านมุมมองภายใน การเผยตัวตนเพื่อการตระหนักรู้ถึงตนเองให้พร้อมที่จะน้อมรับและเผชิญหน้ากับความจริงอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์

ถ่ายทอดผ่านผลงานศิลปะที่มีรูปแบบการถ่ายทอดความรู้สึกและรูปทรง มุ่งเน้นความรู้สึกโดดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน ผ่านรูปแบบผลงานสองมิติและสามมิติ โดยมีศิลปะแบบเอ็กซ์เพรสชันนิสม์เป็นรูปแบบในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยการใช้สีน้ำมัน สีอะคริลิก และ วัสดุต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดเทคนิคสร้างสรรค์ลงบนผลงานจิตรกรรมให้เหมาะสมกับสภาวะอารมณ์ที่หลากหลาย

เนื้อหาในส่วนของบทนำครอบคลุมถึงเนื้อหาทั้งหมดของวิทยานิพนธ์ เป็นการกำหนดกรอบความคิด ตั้งแต่แรงบันดาลใจจนถึงแนวคิดสนับสนุน สู่ผลสำเร็จของกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะเพื่อการเยียวยาตามที่คาดไว้

บทที่ 2

ข้อมูลและศิลปกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสรรค์ผลงาน

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” เกิดจากการต้องการหาวิธีเยียวยาความทุกข์ที่ประสบพบเจอของตนเอง ภายใต้สภาวะแรงกดดันและผลกระทบของสังคมปัจจุบัน เป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างแรงบันดาลใจ จึงนำไปสู่การสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมสองมิติและสามมิติ เป็นการนำเอาองค์ความรู้ในด้านต่าง ๆ มาสนับสนุนในการสร้างสรรค์ ทั้งข้อมูลทางด้านประสบการณ์ งานเขียนบทความ ผลงานศิลปะที่สะท้อนถึงสภาวะภายในของศิลปิน รวมถึงแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ มาวิเคราะห์ สังเคราะห์ ความเกี่ยวข้องของรายละเอียดต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

ส่วนที่1 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความทุกข์

- 1.1 ความทุกข์ในศาสนาพุทธ
- 1.2 ความทุกข์และโลกภายในของตนเอง
- 1.3 ภาวะซึมเศร้าและการบำบัด
- 1.4 สมุดบันทึกประจำวันสู่หนทางการเยียวยาจิตใจ

ส่วนที่2 อิทธิพลที่ได้รับจากผลงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับการบำบัด

- 2.1 เมตตา สุวรรณศรี
- 2.2 วัชรพร อยู่ดี

ส่วนที่3 ข้อมูลผลงานสร้างสรรค์จากศิลปินกรณีศึกษา

- 3.1 ผลงานของศิลปิน Edvard Munch
- 3.2 ผลงานของศิลปิน Frida Kahlo
- 3.3 ผลงานของศิลปิน Edward hopper

ส่วนที่1 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความทุกข์

1.1 ความทุกข์ในศาสนาพุทธ

จากการศึกษาเรื่องความทุกข์ในแนวคิดทางพุทธศาสนา พบว่าความทุกข์คือ สภาพที่ทนได้ยาก สภาพที่บีบคั้น ได้แก่ ชาติ (การเกิด) ชรา (การแก่) มรณะ (การตายการสลายไป การสูญสิ้น) การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจาก สิ่งอันเป็นที่รัก การปรารถนาสิ่งใดแล้วไม่สมหวังในสิ่งนั้น กล่าวโดยย่อ ทุกข์ ก็คือ อุปาทานชั้น ๕ หรือ ชั้น 5 ซึ่งความทุกข์ จำแนกได้เป็น 3 ประเภท ประเภทแรก คือ ทุกข์ประจำ ได้แก่ทุกข์ที่เกิดตามธรรมชาติ คือ การเกิด การแก่ การตาย ประเภทที่สอง คือ ทุกข์จร ความทุกข์ที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว มี 8 ประการ ได้แก่ ความโศก, ความพิโรธรำพัน, ความทุกข์ทางกาย, ความโทมนัส, ความคับแค้นใจ ความประสบกับสิ่งที่ไม่รัก ไม่ชอบใจ, ความพลัดพรากจากสิ่งทีรัก ที่ชอบใจ, ความปรารถนาสิ่งใด แล้วไม่ได้สิ่งนั้น และประเภทสุดท้าย คือ ทุกข์โดยรวบยอด ทุกข์ที่กล่าวข้างต้นทั้งหมดสรุปได้เพียงประการเดียว คือ การยึดมั่นถือมั่นในชั้น 5 เป็น ทุกข์ (พระครูสมุห์วรวิทย์ ภาสุโก, 2562)

ความสุขและความทุกข์ของคนเราตามหลักพุทธศาสนานั้นกล่าวโดยสรุปได้ว่า ทุกอย่างนั้นเกิดขึ้นที่กายและใจ เมื่อมีการกระทำหนึ่งหรือพฤติกรรมหนึ่งเกิดขึ้น ก็ทำให้เกิดความทุกข์ได้ เช่นการจดจำ และนึกขึ้นได้ถึงการกระทำนั้น ๆ ทำให้เกิดความไม่พอใจ เกิดความคับแค้นใจ เกิดความโศกเศร้า เหล่านี้เรียกว่าความทุกข์

1.2 ความทุกข์และโลกภายในของตนเอง

จากประสบการณ์ส่วนตัวสภาพแวดล้อม สถานการณ์ต่าง ๆ ส่งผลต่อสภาวะของอารมณ์ความรู้สึกที่เห็นได้ถึงความไม่สมดุลด้านจิตใจ เสมือนพบเจอกับความมืดมิดและทางตันของปัญหา ความรู้สึกสูญเสียคุณค่าในตนเองส่งผลกับการดำเนินชีวิตที่ไม่ปกติ ไม่สามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ในชีวิต สิ่งที่เลวร้ายที่สุดคือไม่เห็นประโยชน์ ความหมาย และเหตุผลของการมีชีวิตอยู่ และตัวข้าพเจ้าเองได้นำศิลปะเข้ามาช่วยเยียวยาปรับสมดุลจิตใจ ได้ปลดปล่อยอารมณ์ จินตนาการและแสดงประสบการณ์ที่ได้รับมาในชีวิต ซึ่งทั้งหมดนี้จะนำไปสู่การเติมเต็มทางอารมณ์เพื่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ และให้ความหมายของสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเอง เสมือนเป็นการได้พูดคุยเพื่อตั้งคำถามและหาคำตอบให้กับตัวเอง ได้ค้นหาและเปิดรับสภาวะอารมณ์และดูแลจัดการความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ได้เข้าใจประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นปัญหา และคลี่คลายปมในใจให้พบกับสภาวะปกติของจิตใจ

1.3 ภาวะซึมเศร้าและการบำบัด

1.3.1 ภาวะซึมเศร้า

ภาวะซึมเศร้าเป็นภาวะหนึ่งซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้ในช่วงชีวิตของเราเหมือนกับโรคทางกายอื่น ๆ ซึ่งการป่วยเป็นโรคซึมเศร้าเป็นเพียงการเจ็บป่วยอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นกับจิตใจ เกิดขึ้นได้โดยมีสาเหตุ เช่น การสูญเสีย ความผิดหวัง การต้องจากสิ่งรัก และอาจเกิดได้เองโดยไม่มีสาเหตุใด ๆ ซึ่งในปัจจุบันโรคนี้อาจรักษาหายได้ด้วยการใช้ยา การบำบัดรักษาทางจิตใจ หรือทั้งสองอย่างร่วมกัน

การแพทย์ในปัจจุบันให้ข้อมูลว่าโรคซึมเศร้าเกิดจากความไม่สมดุลของสารสื่อประสาทในสมอง ซึ่งความไม่สมดุลนี้ส่งผลกระทบต่ออารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมโดยตรง แตกต่างจากอารมณ์เศร้าที่เกิดจากความเครียดตามปกติที่สามารถหายได้เองเมื่อความเครียดหมดไป ดังนั้น เมื่อโรคซึมเศร้ามีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติภายในร่างกาย ไม่สามารถหายเองได้ จึงมีความจำเป็นต้องได้รับการรักษาอย่างเหมาะสม เช่นเดียวกับโรคทางกายอื่น ๆ

คำว่า “โรค” เป็นคำที่บ่งชี้ถึงอาการผิดปกติในเชิงการแพทย์ ซึ่งมีความแตกต่างจากภาวะอารมณ์เศร้าตามปกติธรรมดา ที่ถ้าเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบตัวคลี่คลายลง หรือมีคนเข้าใจ เห็นใจ อารมณ์เศร้านี้ก็อาจหายได้ ผู้ที่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้านอกจากมีอาการซึมเศร้าร่วมกับอาการต่าง ๆ และการทำงาน หรือการประกอบกิจวัตรประจำวันก็แย่ลงด้วย (ศ.นพ. มาโนช หล่อตระกูล, 2561)

ความเข้าใจต่อโรคซึมเศร้าของสังคมในปัจจุบัน สังคมเชื่อว่าคนเป็นโรคซึมเศร้าเป็นเพราะ อ่อนแอ ไม่เข้มแข็ง แต่ในความเป็นจริงแล้วมีหลายเหตุปัจจัยปัจจัยที่ไม่สามารถควบคุมได้ มีส่วนเกี่ยวข้องทำให้เกิดเป็นโรคซึมเศร้าขึ้น ได้แก่ พันธุกรรม สิ่งแวดล้อม การเลี้ยงดู เป็นต้น ซึ่งเป็นอาการป่วยทางใจอย่างโรคซึมเศร้าเป็นอาการที่ต้องได้รับการเยียวยาทางใจก่อนเป็นอันดับแรก หากผู้ป่วยได้รับการรักษาอย่างเหมาะสม รวมทั้งได้รับความเข้าใจอย่างถูกต้องจากคนรอบข้างจะสามารถทำให้ผู้ป่วยมีโอกาสหายจากโรคและสามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ

หลังจากที่ข้าพเจ้าตกอยู่ในสภาวะซึมเศร้ามาระยะหนึ่ง ข้าพเจ้าใช้ความพยายามอย่างหนัก ในการต่อสู้กับตัวเองและอาการที่เกิดขึ้นกับตัวข้าพเจ้าเอง ข้าพเจ้ามีความผิดปกติ

ทางด้านความคิด และการแสดงออก วิธีการใช้ชีวิตของข้าพเจ้าเปลี่ยนไปเกือบทั้งสิ้น ประกอบกับคำตัดสินจากผู้ครอบครัวของข้าพเจ้า ทำให้ข้าพเจ้ามีความท้อแท้ในการใช้ชีวิตในทุก ๆ วัน ความยากของการมีชีวิตอยู่เพิ่มสูงมากขึ้นทุกวัน จนดำเนินไปถึงขั้นคิดจะจบชีวิตลง ข้าพเจ้าต้องการหายขาดจากอาการป่วย ทั้งนี้ข้าพเจ้าไม่เคยคาดหวังถึงความสุข ขอเพียงแค่ไม่ทุกข์ก็ดีมากแล้ว จากเหตุผลข้างต้นข้าพเจ้าได้พยายามต่อสู้ดิ้นรนกับอาการป่วยทางใจที่เกิดขึ้นอย่างหนัก ข้าพเจ้าได้มีการใช้วิธีการรักษาเยียวยาตัวเองหลายวิธีการด้วยกัน จนข้าพเจ้าพบกับวิธีการเยียวยาผ่านการใช้ศิลปะซึ่งเป็นแนวทางที่ข้าพเจ้าเลือกเข้ามาช่วยเหลืออาการป่วยที่เกิดขึ้นนี้

1.3.2 ศิลปะบำบัดในแนวทางมนุษยปรัชญา

ศิลปะบำบัดในแนวทางมนุษยปรัชญาเป็นแนวทางที่ทำให้มองเห็นถึงความสมดุล และ ขาดสมดุลของผู้ได้รับการบำบัด มีการสังเกตรายละเอียดทั้งหมดในกระบวนการบำบัด เพื่อวิเคราะห์อาการ และแนวทางเยียวยาเฉพาะของแต่ละบุคคลต่อไป

ศิลปะบำบัดในแนวทางมนุษยปรัชญานั้นให้ความสำคัญกับกระบวนการทั้งหมดที่เกิดขึ้นระหว่างการบำบัด การระบายสี วาดภาพ วาดลายเส้น และปั้นดิน ด้วยกระบวนการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จะสร้างสุนทรียภาพให้เกิดขึ้นในตัวของผู้รับการบำบัด มีจุดประสงค์เพื่อนำพาผู้รับการบำบัดไปสู่ความสมดุลทางร่างกายและจิตใจ ส่งเสริมและฟื้นฟูทั้งด้านร่างกาย พลังชีวิต อารมณ์ความรู้สึก และบุคลิกภาพของผู้รับการบำบัดอย่างเป็นองค์รวม จนถึงยกระดับคุณค่าทางจิตวิญญาณโดยผ่านกระบวนการทำงานด้านศิลปะ รายละเอียดทุกอย่างที่เกิดขึ้นในห้องศิลปะบำบัดนั้นสัมพันธ์กับการสร้างสุขภาวะที่ดีตามแนวทางการแพทย์มนุษยปรัชญา” (โรงพยาบาลมหารมย์, 2564)

1.3.3 ศิลปะบำบัดจากแนวคิดทฤษฎีจิตวิเคราะห์

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ถูกนำมาใช้เพื่อช่วยผู้ป่วยค้นหาปัญหาข้อขัดแย้งภายในจิตใจ ผู้ป่วยซึ่งอาจมีรากฐานมาจากประสบการณ์ตั้งแต่เด็ก โดยทั่วไปสำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรคซึมเศร้ารุนแรง มีอาการกำเริบซ้ำ ๆ จะต้องการการรักษาด้วยยา ร่วมกับการรักษาทางจิตใจควบคู่กัน เพื่อผลการรักษาในระยะยาวที่ดีที่สุด

การทำงานของศิลปะบำบัดแนวจิตวิเคราะห์ ศิลปะจะช่วยพัฒนาความเข้าใจในตนเอง ส่งเสริมพัฒนาการสมอง พัฒนาการด้านประสาทสัมผัส พัฒนาการทางจิตวิญญาณ ภายใน รักษาเยียวยาแบบองค์รวม ทั้งทางกายภาพ พฤติกรรม บุคลิกภาพ และอารมณ์ความรู้สึกอย่างเป็นปัจเจก รวมถึงคอยช่วยส่งเสริมให้ผู้รับการบำบัดเกิดความเชื่อมั่น และรู้จักคุณค่าในตนเอง และสามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างเต็ม” (โรงพยาบาลมนารมย์, 2564)

ศิลปะบำบัดแนวจิตวิเคราะห์ ถูกพัฒนามาจากการบำบัดแนวจิตวิเคราะห์ (Psychotherapy) มีการผสมผสานกันระหว่างจิตวิทยาและศิลปะแขนงต่าง ๆ (Logic and Creativity) โดยช่วยในเรื่องการแสดงความรู้สึก และการสื่อสารทั้งยังเป็นพื้นที่ให้ผู้รับการบำบัดได้สำรวจจิตใต้สำนึกที่สัมพันธ์กับประสบการณ์ในอดีต เพื่อตระหนักถึงความคิด อารมณ์ความรู้สึกข้างใน เช่น ความเครียด ความสับสน ความคับข้องใจ และสื่อสารออกมาเป็นรูปธรรมมากขึ้น (โรงพยาบาลมนารมย์, 2564)

1.4 สมุดบันทึกประจำวันสู่หนทางเยียวยาจิตใจ

ภายใต้ความเศร้าที่เกิดจากปัญหารูมลุ่มในชีวิต การจดบันทึกสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละช่วงเวลา ช่วยให้ข้าพเจ้ารู้ว่าควรตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นรอบตัวอย่างไร การจดบันทึกผ่านตัวอักษรนั้นเป็นวิธีที่ข้าพเจ้าเลือกใช้เพื่อแสดงออกถึงความคับข้องใจในใจ บรรเทาความเครียดที่เกิดขึ้น เยียวยาสุขภาพจิตได้ด้วยตัวเองผ่านการเขียน

ข้าพเจ้าใช้วิธีการเขียนอย่างอิสระไม่เจาะจงเรื่องราว อาจมีทั้งเหตุการณ์ที่พบเจอในแต่ละวัน คำติ ๆ ที่ได้รับฟัง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น หรือจะเป็นเพียงเรื่องที่ยากจะเขียนเฉยๆ ไม่ได้คำนึงถึงความเชื่อมโยงของสิ่งที่เขียน ไม่กังวลเรื่องความสมเหตุสมผล เป็นการเขียนเพื่อบันทึกให้จดจำมันได้อีกครั้งเท่านั้น ข้าพเจ้าใช้วิธีเขียนเป็นการระบายความรู้สึก รูปแบบหนึ่ง เหตุการณ์หรือเรื่องที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจ เป็นวิธีการระบายออกมาผ่านตัวอักษรแทนการระบายออกมาด้วยคำพูด ว่าเหตุการณ์นั้นมันส่งผลกระทบต่อตัวข้าพเจ้าอย่างไร ซึ่งวิธีการจดบันทึกนี้ทำให้ได้รับมุมมองใหม่ๆ ที่แปลกขึ้น กว้างขึ้น และเปิดโอกาสให้ตัวข้าพเจ้าเองได้พิจารณาอีกครั้ง และการเขียนนี้ยังมีจุดประสงค์เพื่อกระตุ้นการคิดเชิงวิพากษ์และการสะท้อนความคิดด้วยตัวเอง ดังนั้นข้าพเจ้าสามารถปล่อยความเจ็บปวดที่แบกเอาไว้ได้ โดยการเขียนที่ไม่ได้ส่งถึงใคร

“ไม่ไหวก็กลับบ้านเรากู”

ข้อความจากบันทึกของข้าพเจ้า ไม่ได้ลงวันที่

“วันนี้มีคนถามเรื่องอาการป่วยซึมเศร้าด้วยความห่วงใย คำถามคือ “ดีขึ้นหรือยัง” คนอื่นๆที่ได้ยินตกใจมาก คนถามโดนตักเตือนว่าไม่ควรใช้คำถามนั้น แต่เราตกใจกว่า เราไม่รู้ด้วยซ้ำว่าเรารู้สึกยังไงกันแน่กับคำถามนี้ อาจจะแค่เฉยๆก็ได้ เราเห็นเจตนาที่ดีของทุกคน รับรู้ได้ถึงความห่วงใยของทั้ง2ฝ่าย เราพูดว่า “ไม่เป็นไรๆ ขอขอบคุณที่ถามไถ่” ส่วนคำตอบนั้น เราก็มารู้”

ข้อความจากบันทึกของข้าพเจ้า ไม่ได้ลงวันที่

“เกรท ลองพูดว่า ไม่เข้าใจ ซิ ง่ายจะตาย ไซ้ใหม่”

ข้อความจากบันทึกของข้าพเจ้า วันที่ 12 กันยายน 2565

วิธีการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของข้าพเจ้าเริ่มต้นจากการเขียนบันทึกทุกวัน ประโยชน์จากการได้ทบทวนตัวเองทำให้ข้าพเจ้าได้เปิดรับมุมมองใหม่ที่มีต่อตนเองมากขึ้น รู้จักกับตัวเองในแง่มุมใหม่ เสมือนเป็นการเปิดพื้นที่เพื่อสร้างบทสนทนากับตัวเอง เพื่อปรับสมดุลให้แก่ชีวิตและทัศนคติของข้าพเจ้าเอง ข้าพเจ้ารู้สึกมีคุณค่าเมื่อจำเรื่องที่น่าจดจำในชีวิตได้ และมองหาเรื่องราวดี ๆ ที่ซ่อนอยู่ในเรื่องเลวร้ายที่ข้าพเจ้าพบเจอ

ส่วนที่2 อิทธิพลที่ได้รับจากผลงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับการบำบัด

ที่มาของแนวความคิดและแรงบันดาลใจการสร้างสรรค์ผลงานของศิลปินทั้งสองท่าน มาจากประสบการณ์ชีวิต และสภาวะของอาการซึมเศร้า ที่ถ่ายทอดความเจ็บปวดภายในสู่ผลงานศิลปะ ซึ่งเป็นเหตุผลสำคัญที่เลือกผลงานของศิลปินทั้ง 2 มาวิเคราะห์ร่วมกัน เพื่อทำความเข้าใจและเข้าถึงวิธีการนำเสนอผลงานของศิลปินที่มีภาวะซึมเศร้าทั้งสองท่าน โดยการเปรียบเทียบกันให้เห็นถึงความเหมือนและความแตกต่างที่ชัดเจน ทั้งวิธีคิด รูปแบบและการนำเสนอผลงาน เพื่อนำสิ่งที่ได้จากการวิเคราะห์ มาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ของตนเองต่อไป โดยนำผลงานของศิลปินทั้ง 2 ท่าน มาวิเคราะห์ดังนี้

2.1 เมตตา สุวรรณศร

เมตตา สุวรรณศร สร้างสรรค์ผลงานโดยรับแรงบันดาลใจมาจากผลงานวาดเส้นของลูกที่ป่วยด้วยโรคออทิสติก กล่าวคือศิลปินได้ใช้ศิลปะบำบัดโรคออทิสติกโดยให้วาดภาพและปั้นดินน้ำมัน ส่งผลให้ลูกมีพัฒนาการที่ดีขึ้นหลายด้านเช่นช่วยให้สมาธิดีขึ้นสามารถจดจ่อกับกิจกรรมที่อยู่ตรงหน้า

ได้มากขึ้นส่งเสริมให้เกิดการสื่อสารผ่านภาษาภาพอันนำไปสู่การสื่อสารด้วยภาษาพูดช่วยกระตุ้นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ร่วมกิจกรรมด้วยกัน



ภาพที่ 1 ผลงานชุด “เส้นใยแห่งความรักของแม่”
ที่มา : เมตตา สุวรรณศร (2559)

ศิลปินได้ใช้ทักษะอันเกิดจากความรักมาอย่างยาวนานในการถัก นำมาเป็นเครื่องมือร่วมกับความรักที่มีต่อตัวลูก จึงได้เห็นถึงความงามอันเกิดจากลายเส้นที่บริสุทธิ์ปราศจากการปรุงแต่ง เป็นการถ่ายทอดความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมา ก่อเกิดรูปทรงที่มีความพิเศษ ผิดเหลี่ยมผิทรูป บิดเบี้ยวไปตามจินตนาการ และด้วยทักษะอันเกิดจากตัวลูกอย่างแท้จริง ศิลปินได้ใช้ศิลปะมาบำบัดลูก เพื่อใช้เป็นการรักษาอาการสมาธิสั้นไม่จดจ่อต่อสิ่งที่อยู่ตรงหน้า ศิลปะสามารถช่วยให้ลูกมีความสนใจต่อรูปทรงและมีความสุขที่จะบอกเล่าเรื่องราวที่ลูกประสบพบเจอในแต่ละวัน จนลูกเกิดสมาธิเป็นการทำงานศิลปะที่ใช้แนวคิดทางการแพทย์หลอมรวมกับงานศิลปะการถักโครเชต์ของศิลปินจนเกิดเอกลักษณ์ที่เป็นการทำงานร่วมกันระหว่างแม่กับลูก และเป็นงานที่ออกมาจากความรักความผูกพันเป็นสายใยที่เกาะเกี่ยวเชื่อมโยงไม่มีที่สิ้นสุด ดังเช่น การถักโครเชต์การถักทอเส้นด้ายเพียงเส้นเดียว ก่อเกิดรูปทรงที่ผสมผสานความงามอันเกิดจากความบกพร่อง (เมตตา สุวรรณศร, 2559)

ข้าพเจ้าสนใจในวิธีการที่ศิลปินนำมาใช้เพื่อบำบัดตนเอง ศิลปินเลือกใช้แนวทางในการใช้ศิลปะบำบัดเพื่อบำบัดตนเองและลูกไปพร้อมกัน โดยการค้นหาเทคนิคที่ศิลปินชื่นชอบและทำให้รู้สึกผ่อนคลาย จึงพบว่าเทคนิคการถักโครเชต์เป็นการบำบัดไปอีกแนวทางหนึ่ง เพราะต้องใช้สมาธิในการ

ถัก การสร้างลวดลาย อันเป็นการทำงานของระดับจิตสำนึกให้จดจ่อต่อกิจกรรมที่อยู่ตรงหน้า ในระหว่างการถักนั้นเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ศิลปินหลุดพ้นออกจากห้วงของปัญหาในช่วงระยะเวลาหนึ่ง และในระหว่างการถักนั้นทำให้ศิลปินเกิดความคิดที่เปิดโล่งและมองถึงปัญหาด้วยความเข้าใจมากขึ้น จากทุกข์มากก็เบาบางลง ซึ่งถือเป็นแนวทางในการเยียวยาตนเองในรูปแบบหนึ่ง

2.2 วัชรพร อยู่ดี

กรณีการสร้างสรรคผลงานชุด “ความเศร้าอันงดงาม” ซึ่งมีที่มาจากประสบการณ์ตรง คือ การสูญเสียลูกเมื่อแรกคลอด ความสิ้นสะเทือนทางใจที่รุนแรงกลายเป็นความบันดาลใจให้สร้างสรรค์ผลงาน เพื่อค้นหาคุณค่าและความหมายของการสร้างสรรคงานศิลปะที่สะท้อนแทนอารมณ์จากบริบทของชีวิตจริงนั้นคือ การเข้าถึงทั้งความจริงในการแสดงออกซึ่งงานศิลปะและหนทางในการเอาชนะความทุกข์

ศิลปินต้องเข้ารับการรักษาภาวะมีบุตรยากแพทย์เลือกใช้วิธีผสมเทียมการตั้งครรภ์เป็นไปได้ อย่างราบรื่นจนแพทย์ตรวจพบความผิดปกติที่อาจเกิดอันตรายขึ้นได้ทั้งแม่และลูกจึงจำเป็นต้องคลอดก่อนกำหนดแต่ทารกที่คลอดออกมาก็มีชีวิตอยู่ได้เพียงชั่วครู่ก็จากไป ความเศร้าโศกเสียใจจากการสูญเสียถือเป็นวิกฤติครั้งใหญ่ที่ศิลปินต้องเผชิญ ศิลปินจมดิ่งอยู่กับความเศร้าหมองเป็นเวลานานกว่าสองเดือนส่งผลทำให้ร่างกายเหนื่อยล้าอ่อนแอและก่อให้เกิดความเจ็บปวดทางจิตใจอย่างสาหัสจนคิดอยากมองหาทางออกให้กับตนเองศิลปินเริ่มสำรวจและตระหนักถึงศิลปะโดยมีความคิดแรกที่ศิลปินตั้งใจจะทำงานศิลปะสักชิ้นเพียงว่าทำเพื่อปลอบใจตนเองเท่านั้น



ภาพที่ 2 ผลงาน สีมาน้อยใต้เงาจันทร์

ที่มา : วัชรพร อยู่ดี (2556)

“ลีมา2 น้อยใต้เงาจันทร์ (Under The Moon Shadow) สตรีตั้งครุฑยืนหันข้างเต็มตัวในขอบเขตที่ล้อมรอบด้วยดอกหางนกยูง บนพื้นที่ว่างเปล่าสีทองโยงด้วยสายสะดือยาวแทนความผูกพัน เชื่อมความรัก ความอาทรสู่ทารกกลางวงล้อมที่อบอุ่นในขอบเขตสมมติของถุ่นน้ำคร่ำ มีถุ่นไข่มุกมาयरายล้อมอยู่ด้านหลังด้านบนเหนือสายสะดือขึ้นไปมีกลุ่มฝักบัวแห่งแทรกตัวเบียดเสียดแหงนหน้ารับแสงจันทร์ครึ่งดวงที่ส่องสลัวอยู่ด้านบนเพียงบางเบาราวกับความหวังอันแสนริบหรี่ ฝักบัวแห่งแทรกสลักกับและฝักสีเขียวจุดความเสื่อมสลายที่กำลังกลืน กินส่วนที่ยังมีชีวิตอยู่ การแบ่งขอบเขตที่ชัดเจนระหว่าง สีพื้นที่ว่าง รูปทรง คือความไม่แน่ใจระหว่างการอยู่รอด หรือการสูญเสียม ทั้งส่วนที่สลายและส่วนที่ยังคงอยู่ เสมือนความจริงที่ว่า แม้เป็นเพียงความหวังอันน้อยนิดแต่ ยังคงต้องมี” (วัชรพร อยู่ดี, 2556)

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ชัดว่าศิลปินได้สร้างสรรค์ผลงานศิลปะเพื่อบำบัดสภาวะทางจิตโดยการสร้างสรรค์ผลงานที่เต็มเปี่ยมไปด้วยอารมณ์ความรู้สึกแห่งความรักที่แม่มีต่อลูก การทำงานศิลปะจึงมีส่วนช่วยในการเยียวยาจิตใจของศิลปินและส่งเสริมให้ศิลปินเกิดความเข้าใจในตนเองมากขึ้น มองเห็นความหวังและหนทางในการเผชิญหน้ากับปัญหาที่ต้องประสบพบเจอ

สรุป

คุณเมตตา สุวรรณศรี และคุณวัชรพร อยู่ดี เป็นศิลปินที่นำเอาบริบทและประสบการณ์ส่วนตัวในเรื่องราวของความเจ็บปวดมาสร้างสรรค์เป็นผลงานศิลปะ เพื่อบำบัดตนเองให้หลุดพ้นจากสภาวะทางจิต อันมีที่มาแตกต่างกันออกไป ช่วยให้ได้รับเท่าทันอารมณ์ความรู้สึกของตนเองมากขึ้น ทำให้รู้สึกอุ่นใจและสบายขึ้นได้ เมื่อได้มองเห็นและเข้าใจ จะรู้สึกคลี่คลายได้ในที่สุด

ผลการศึกษาทำให้เห็นวิธีคิดและแนวทางการสร้างสรรค์ของผู้ศึกษาว่าเห็นความสำคัญของการแปรค่าอารมณ์กับกระบวนการสร้างสรรค์งาน มีวิธีคิดแบบเป็นภาพ และใช้อารมณ์ความรู้สึกมากกว่าความคิดที่เป็นเหตุผล ซึ่งมีพัฒนาการคลี่คลายไปตามลำดับ จึงเกิดมุมมองการวิเคราะห์ด้วยสายตาที่เปิดกว้างและกระจ่างแจ้ง ในที่สุดจึงค้นพบคุณค่าและความหมายของการสร้างสรรค์งานศิลปะที่สะท้อนแทนอารมณ์ที่มีพื้นฐานจากชีวิตจริง นั่นคือ การเข้าถึงทั้งความจริงในการแสดงออกซึ่งงานศิลปะ และความจริงแท้ในการเอาชนะความทุกข์

ส่วนที่3 ข้อมูลผลงานสร้างสรรค์จากศิลปินกรณีศึกษา

3.1 ผลงานของศิลปิน Edvard Munch

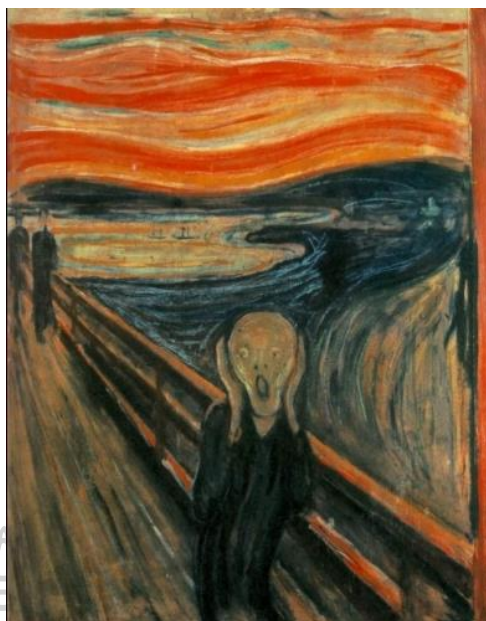
เอ็ดวาร์ด มุงค์ ศิลปิน ชาวนอร์เวย์ เป็นทั้งจิตรกรและช่างภาพพิมพ์แกะไม้ ภาพพิมพ์หิน และเอ็ซซิง มุงค์เป็นหนึ่งในศิลปินลัทธิสัญลักษณ์นิยม ได้รับการยกย่องให้เป็นบุคคลสำคัญในการพัฒนา ศิลปะกลุ่มลัทธิสำแดงพลังอารมณ์ (Expressionism) ในเยอรมันและยุโรปกลาง ผลงานของเขาได้ สะท้อนความทุกข์ยาก ปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ ในชีวิต ความทรงจำที่แสนโหดร้ายในวัยเด็ก บาดแผลในจิตใจต่าง ๆ ทำให้เขาแสดงทัศนคติเรื่องความรัก ความเศร้า สุราและความเลวร้ายของช่วง ชีวิตลงในผลงาน

ศิลปะของมุงค์นั้นตั้งใจที่จะเน้นสื่อถึงเสียงกรีดร้อง ความเศร้าโศก ความโหดร้ายความน่า ก้าวของอารมณ์มนุษย์ มุงค์เป็นศิลปินที่ต้องเผชิญกับการสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่หลายครั้งในชีวิต หลังจาก เขาได้รับการแจ้งข่าวถึงการจากไปอย่างไม่มีวันกลับของบิดา ความเหงา ความเศร้าโศกครั้งนั้นได้ถูก ถ่ายทอดลงในภาพ “Night” (1890) ซึ่งเป็นภาพจิตรกรรมที่มีคนนั่งในมุมมืดของห้อง แสดงถึงความ หดหู่ ท้อแท้ โดดเดี่ยวและ ความกดดันได้ถาโถมเข้ามา ภาพของเขามักแสดงถึงสภาพสังคมและความ กังวลของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี โดยภาพที่ถูกหยิบยกและแสดงถึงประสบการณ์ที่พบกับปัญหา ความ ทุกข์ระทม ความเจ็บปวดได้เป็นอย่างดีคิงหนี่ไม่พ้นภาพ “The Scream” (กฤษฏีญา ไชยศรี, 2564)



ภาพที่ 3 Night ผลงานศิลปะของ Edvard Munch

ที่มา : <https://groundcontrolth.com/blogs/60>



ภาพที่ 4 The Scream ผลงานศิลปะของ Edvard Munch

ที่มา : <https://groundcontrolth.com/blogs/60>

การนำเสนอมุมมองของบรรยากาศ การใช้เส้น สี ในงานจิตรกรรมรูปแบบของมุนด์ ทำให้ผู้ชมเกิดการรับรู้ถึงความเศร้าโศกที่ศิลปินต้องการถ่ายทอด เสมือนอยู่ท่ามกลางมรสุมแห่งอารมณ์ที่ถ้าโถมเข้าเช่นเดียวกับที่ศิลปินต้องเผชิญ ในตัวงานของข้าพเจ้าต้องการจะขยายส่วนความรู้สึกลึกลับ หมอง ความเหงา ความทุกข์ของสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นให้เห็นเป็นภาพผลงานจิตรกรรม ดึงเหยียบกวิธีการทางเทคนิคการใช้สีและที่แปรปรวนของศิลปิน มาประกอบรวมกับเทคนิคของข้าพเจ้าสร้างขึ้นผลงานสร้างสรรค์

3.2 ผลงานของศิลปิน Frida Kahlo

ฟริดา คาห์โล ชื่อเต็มว่า Magdalena Carmen Frieda Kahlo y Calderón ศิลปินหญิงชาวละติน-อเมริกัน "เทรนด์เซ็คเตอร์ด้านการเซลฟี่" ด้วยเทคนิคการนำกระจกมาวางไว้ให้เห็นภาพสะท้อนของตัวเอง เพื่อวาดภาพพอร์ตเทรตของตัวเองขึ้นมา ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นในการสร้างพอร์ตเทรตชีวิตของเธอ ซึ่งเมื่อนับรวมแล้วจะพบว่าตลอดชีวิตของฟริดานั้น ฟริดาวาดภาพพอร์ตเทรตตัวเองไปมากถึง 55 ภาพด้วยกัน

ส่วนประกอบที่สำคัญในงานศิลปะของฟริดาก็คือ “ความเจ็บปวด” จากประสบการณ์ชีวิตของเธอเองได้กลายเป็นแรงบันดาลใจสำคัญให้ฟริดาได้สร้างสรรค์ผลงานศิลปะขึ้นมาสเตอร์พีชประดับวงการศิลปะระดับโลกในหลายๆ ครั้ง หนึ่งในนั้นคือ The Two Fridas ภาพวาดที่มีเบื้องหลังอันแสนเจ็บปวดที่เล่าถึงเรื่องราวการหย่าร้างของเธอ และสามี ดิเอโก ริเวอรา ในปี 1939 จิตรกรรมหญิงที่ชื่อ ฟริดา คาห์โล ผ่านประสบการณ์ชีวิตมาอย่างโชกโชน ทั้งการป่วยเป็นโปลิโอ, การประสบ

อุบัติเหตุจนเกือบเสียชีวิตกลายเป็นผู้พิการตลอดชีวิต, โดนนอกใจจากสามีที่เธอรัก ไปจนถึงการประกาศตัวเป็นไบเซ็กชวล เธอคือจิตรกรหญิงที่เป็นตัวอย่างของการใช้ความทุกข์ทรมานในชีวิตเป็นแรงผลักดันในการสร้างชีวิตใหม่ (พีรณัฐ จันทรสกุลณี, 2564)



ภาพที่ 5 The Two Fridas ผลงานศิลปะของ Frida Kahlo

ที่มา : <https://www.vogue.co.th/lifestyle/article/history-of-frida-kahlo>

วิธีการนำเสนอผ่านภาพลักษณ์ของมนุษย์ในอิริยาบถต่าง ๆ ที่พรีดาตั้งใจเล่าถึงความเจ็บปวดของชีวิตเธอ ที่แม้รูปแบบของผลงานจะออกมาดูเหนือจริง แต่องค์ประกอบภายในภาพที่พรีดาเลือกใช้สามารถสื่อถึงเรื่องราวความจริงแท้ของชีวิตมนุษย์ได้อย่างดีเยี่ยม ข้าพเจ้าสนใจในรูปแบบของวิธีการนำเสนอภาพลักษณ์ของมนุษย์ที่พรีดาเลือกใช้ อิริยาบถต่าง ๆ ที่เน้นย้ำถึงความเจ็บปวด ความรัก ความผิดหวัง มาปรับใช้ในงานของข้าพเจ้าได้

3.3 ผลงานของศิลปิน Edward hopper

ศิลปินภาพวาดสีน้ำมันชาวอเมริกัน ผู้ขึ้นชื่อเรื่องความโดดเด่นในการส่งผ่านอารมณ์หลายรูปแบบ แต่ที่เด่นชัดที่สุดเห็นจะเป็นเรื่องความว้าเหวของผู้คนในเมืองใหญ่ ด้วยความที่พื้นฐานของเอ็ดเวิร์ดเป็นคนสร้างงานสไตล์เรียลลิสม์ผ่านแรงบันดาลใจแบบอิมเพรสชันนิสม์ สามารถวิเคราะห์ได้ว่าศิลปินรับอารมณ์ความรู้สึกเข้ามาและถ่ายทอดออกมาเป็นภาพวาดเสมือนจริงบนกระดานผ้าใบ สะท้อนความรู้สึกของการโดดเดี่ยว เหงาหงอย แปรลกแยกจากสังคม

ผลงานสร้างสรรค์ของฮอปเปอร์ มักเป็นงานจิตรกรรมที่ถ่ายทอดเรื่องราวของบุคคล อยู่ในอาคารสถานที่ต่าง ๆ แต่ด้วยการจัดวางสีแสงเงา มุมมอง สายตาของบุคคลที่มองทอดออกไปจากตัว

อาคารสิ่งก่อสร้างนั้น สะท้อนความรู้สึกของการโดดเดี่ยว เหงาหงอย แปรกแยกจากสังคม ท่ามกลางเมืองใหญ่ไม่ว่ารูปภาพจะดูเรียบง่ายเพียงใด แต่รายละเอียดภายในภาพจะมีการใช้แสงเข้ามาช่วยด้วยอยู่เสมอ และรูปแบบของอาคารสถานที่ที่ศิลปินเลือกใช้ล้อมรอบบุคคลหรือตัวเอกในภาพ คนในงานมักดูโดดเดี่ยวและสายของคนที่ปรากฏมักจะจ้องมองทอดออกไปนอกหน้าต่างนอกรั้วอาคาร แสดงถึงความแปรกแยกจากบางสิ่งเสมอ (นาทานาม ไวยหงษ์, 2563)



ภาพที่ 6 Automat ผลงานศิลปะของ Edward hopper

ที่มา : <https://www.vogue.co.th/fashion/article/edwardhoppers>

วิธีการนำเสนอผลงานผ่านมุมมองของบุคคลที่สามในรูปแบบของศิลปินนั้น ทำให้ผู้ชมรู้สึกถึงความแปรกแยกความโดดเดี่ยวจากสังคม ขาดปฏิสัมพันธ์ ดุดัดขาดจากโลกภายนอก สิ่งนี้ยังขยายความรู้สึกความเหงาความโดดเดี่ยวในใจมากขึ้นไปอีก ข้าพเจ้าสนใจในตำแหน่งและสถานที่ที่ศิลปินเลือกใช้ พื้นที่ของความว่างเปล่ารอบข้าง ทำให้เน้นย้ำถึงสภาวะของความว่างเปล่า ความเปล่าเปลี่ยว ความโดดเดี่ยว มาปรับใช้ในผลงานของข้าพเจ้าได้

บทที่ 3

แนวความคิดและกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์หัวข้อ“รูปแห่งสภาวะภายใน”ข้าพเจ้าได้กำหนดขอบเขตของการสร้างสรรค์โดยมีที่มาจากสภาวะอารมณ์ภายในภายใต้ภาวะซึมเศร้ามาใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน ผลงานศิลปะที่สร้างสรรค์ขึ้นเกิดจากประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิด อាកารป่วยทางใจ และการวางแผนที่ดี ซึ่งส่งผลให้ผลงานสร้างสรรค์เป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้

ที่มาของแนวความคิด

ในการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดนี้ข้าพเจ้าได้รับแรงบันดาลใจจากประสบการณ์ตรงของข้าพเจ้าเอง เรื่องราวของมุมมองภายใต้อาการป่วยทางใจที่ข้าพเจ้าประสบพบเจอ ความสะเทือนใจ จากเรื่องราวอันเลวร้าย ความสูญเสียที่เกิดขึ้นกับข้าพเจ้านี้ จึงเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด“รูปแห่งสภาวะภายใน”

หลายครั้งที่ข้าพเจ้าต้องประสบกับเรื่องราวที่ยากลำบาก สภาพจิตใจที่กำลังประสบปัญหาภายใต้ภาวะซึมเศร้า ส่งผลให้ความยากลำบากในการรับมือเพิ่มสูงขึ้นจนมากเกินที่ข้าพเจ้าจะรับไหว ความรู้สึกที่เกิดขึ้นอยู่เหนือคำว่าเจ็บปวด เสียใจ โศกเศร้าใดใด เสมือนพบเจอกับความมืดมิด และทางตันของปัญหา ความรู้สึกสูญเสียคุณค่าในตนเองส่งผลกับการดำเนินชีวิตที่ไม่ปกติ ไม่สามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ในชีวิต สิ่งที่เลวร้ายที่สุดคือไม่เห็นประโยชน์ ความหมาย และเหตุผลของการมีชีวิตอยู่ ข้าพเจ้าได้เดินทางอยู่ในวังวนของความเลวร้ายทางความรู้สึก จนถึงจุดที่ตัดสินใจจบชีวิตตัวเอง การจะก้าวผ่านความรู้สึกเหล่านี้ไปได้ตัวข้าพเจ้าเองได้นำศิลปะเข้ามาช่วยเยียวยาปรับสมดุลจิตใจ ได้ปลดปล่อยอารมณ์ จินตนาการและแสดงประสบการณ์ที่ได้รับมาในชีวิต ซึ่งทั้งหมดนี้จะนำไปสู่การเติมเต็มทางอารมณ์เพื่อความยืดหยุ่นทาง จิตใจ และให้ความหมายของสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเอง เสมือนเป็นการได้พูดคุยเพื่อตั้งคำถามและหา คำตอบให้กับตัวเอง ได้ค้นหาและเปิดรับสภาวะอารมณ์และดูแลจัดการความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ได้เข้าใจประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นปัญหา และคลี่คลายปมในใจให้พบกับสภาวะปกติของจิตใจ

ดังนั้นในการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดนี้ข้าพเจ้าได้มีการนำศิลปะบำบัดมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงาน เพื่อหาหนทางในการเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออก มาช่วยให้ได้เปิดรับกับสภาวะอารมณ์ดูแลจัดการกับความรู้สึกและได้รู้จักกับตนเองในแง่มุมที่ต่างออกไป จึงต้องการยกคุณค่าของอารมณ์ความรู้สึกทางจิตใจในการแสดงออกผ่านงาน

ศิลปะ ลักษณะเป็นประสบการณ์ส่วนตัวที่สัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิด ผ่านมุมมองภายใต้ภาวะซึมเศร้ามาสร้างสรรค์ เพื่อหาทางออกจากความเศร้าเรียนรู้ที่จะรับมือกับธรรมชาติของชีวิตภายใต้อาการเจ็บป่วยทางจิตใจต่อไปได้

รูปแบบการสร้างสรรค์

ผลงานสร้างสรรค์ชุดนี้เป็นการสร้างสรรค์ผลงานด้วยรูปแบบที่หลากหลาย ประกอบไปด้วยจิตรกรรม 2 มิติ เทคนิคสีน้ำมันบนผ้าใบ สีชอล์ค ดินสอ และเครื่องบนกระดาษ สีชอล์คบนผ้าใบ และเทคนิคสื่อผสม 3 มิติ ทั้งหมดเป็นเทคนิคที่ใช้ในการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้ การสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้เป็นการสร้างขึ้นมาจากรูปแบบหลักของจินตภาพจากจิตใต้สำนึก ในการการถ่ายทอดความรู้สึกและรูปทรง มุ่งเน้นความรู้สึกโดดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน

การจัดองค์ประกอบภายในผลงานสีเส้นและบรรยากาศเกิดขึ้นตามความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์เอง โดยยึดหลักตามสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้น โดยได้รับอิทธิพลศิลปะแบบเอ็กซ์เพรสชันนิสม์เป็นรูปแบบในการสร้างสรรค์ผลงาน

รูปแบบการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของข้าพเจ้าเป็นการสร้างสรรค์โดยยึดอารมณ์ความรู้สึกผ่านหลักการและวิธีการที่ได้วางแผนไว้เพื่อการพัฒนาและสร้างสรรค์ผลงานให้สมบูรณ์ตามที่ข้าพเจ้าต้องการ

วิธีการสร้างสรรค์

1. แรงบันดาลใจ จุดเริ่มต้นของการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ของข้าพเจ้ามาจากเรื่องราวประสบการณ์ที่ส่งผลถึงสภาวะภายในของตัวข้าพเจ้าเองเป็นตัวกำหนดเรื่องราวและรูปแบบของผลงานสร้างสรรค์ โดยเริ่มจากการเขียนบันทึกประจำวัน ข้าพเจ้าใช้วิธีการเขียนอย่างอิสระไม่เจาะจงเรื่องราว อาจมีทั้งเหตุการณ์ที่พบเจอในแต่ละวัน คำติ ๆ ที่ได้รับฟัง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น หรือจะเป็นเพียงเรื่องที่ยากจะเขียนเฉยๆ ไม่ได้คำนึงถึงความเชื่อมโยงของสิ่งที่เขียน ไม่กังวลเรื่องความสมเหตุสมผล เป็นการเขียนเพื่อบันทึกให้จดจำมันได้อีกครั้งเท่านั้น เมื่อได้แรงบันดาลใจแล้วก็จะเป็นการทำงานในขั้นตอนต่อไป

2. สร้างภาพร่าง ในการสร้างสรรค์ภาพร่างของข้าพเจ้าใช้วิธีการร่างภาพด้วยดินสอ ดินสอสี และสีชอล์คบนกระดาษ เพื่อหาความสมบูรณ์ของความรู้สึกที่ต้องการแสดงออกผ่านผลงาน

3.นำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา เมื่อได้ภาพร่างที่สมบูรณ์แล้ว จึงนำภาพร่างผลงานเสนอกับอาจารย์ เพื่อปรึกษาและปรับปรุงให้เกิดความสมบูรณ์ที่สุด

4.สร้างสรรค์ผลงาน สร้างสรรค์ผลงานตามที่วางแผนไว้ด้วยวิธีการที่หลากหลาย ให้สอดคล้องกับสภาวะอารมณ์ที่ต้องการนำเสนอ ด้วยเทคนิคสีน้ำมันบนผ้าใบ สีฝุ่นบนกระดาษ ดินสอ และเกรยองบนกระดาษ สีชอล์คบนผ้าใบ และเทคนิคสื่อผสม3มิติ

5.สรุปผลงานและนำเสนอผลงาน เมื่อผลงานเสร็จสมบูรณ์ก็จะเป็นการติดตั้งผลงานเพื่อนำเสนอ โดยคำนึงถึงรูปแบบของการติดตั้งที่แสดงถึงการเป็นพื้นที่แห่งโลกภายในที่ข้าพเจ้าต้องการจะนำเสนอ สรุปหาข้อดีข้อเสีย และหาแนวทางพัฒนาให้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

การหาข้อมูล

ข้อมูลที่ข้าพเจ้าได้ค้นคว้าเพื่อเป็นส่วนสนับสนุนที่สำคัญทำให้ผลงานของข้าพเจ้ามีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น มีแหล่งที่มาดังต่อไปนี้

1.บันทึกประจำวัน ข้อมูลจากบันทึกส่วนตัวของข้าพเจ้า เป็นบันทึกที่มีข้อมูลมาจากความรู้สึกจริงต่อเรื่องราวที่ต้องพบเจอในแต่ละวัน โดยบันทึกของข้าพเจ้านั้นใช้วิธีการเขียนอย่างอิสระ ไม่เจาะจงเรื่องราว อาจมีทั้งเหตุการณ์ที่พบเจอในแต่ละวัน คำติ ๆ ที่ได้รับฟัง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น หรือจะเป็นเพียงเรื่องที่อยู่ใจจะเขียนเฉยๆ ไม่ได้คำนึงถึงความเชื่อมโยงของสิ่งที่เขียน ไม่กังวลเรื่องความสมเหตุสมผล เป็นการเขียนเพื่อบันทึกให้จดจำมันได้อีกครั้งเท่านั้น ข้อมูลจากการจดบันทึกจึงเป็นแหล่งข้อมูลเริ่มต้น เพื่อ การนำไปสู่การค้นคว้าข้อมูลอื่น ๆ ต่อไป



ภาพที่ 7 สมุดบันทึกประจำวันและจดหมายลาของผู้สร้างสรรค์

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

2.สถานที่หรือวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ข้อมูลจากสถานที่ หรือวัตถุสิ่งของต่าง ๆ เป็นข้อมูลแหล่งต่อมาสถานที่หรือวัตถุสิ่งของต่าง ๆ เป็นตัวกระตุ้นที่ทำให้ข้าพเจ้านึกถึงเรื่องราวจากภาพเหตุการณ์ เรื่องราวและปมปัญหาภายในใจที่เกิดขึ้นกับตัวข้าพเจ้าขึ้นมาได้



ภาพที่ 8 วัตถุสิ่งของต่าง ๆ เป็นตัวกระตุ้นเรื่องราวภายในใจของผู้สร้างสรรค์
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

3.ความทรงจำ ข้อมูลจากความทรงจำเป็นข้อมูลจากส่วนลึกภายในจิตใจ เป็นตัวกำหนดอารมณ์ที่ข้าพเจ้าต้องการแสดงออกภายในผลงาน รวมไปถึงการกำหนดรูปแบบ และวิธีการที่เหมาะสมกับสภาวะอารมณ์ในแต่ละช่วงเวลาของความทรงจำนั้น ๆ

4.การพิจารณาแบบขั้นธ5 การรู้จักกับรูปแบบของโรคซึมเศร้าผ่านวิธีพิจารณาแบบขั้นธ5 ในรูปแบบของการรับรู้เท่าทันและการแทรกแซงก่อนรูปแบบของภาวะซึมเศร้าจะสมบูรณ์ กล่าวคือ การทำความเข้าใจความจริงของสรรพสิ่งทั้งปวงตามที่เป็นไป ไม่ใช่เป็นเพียงการทำความเข้าใจในปัญหา แต่เป็นการทำความเข้าใจในความจริงของชีวิต ไม่ว่าจะเป็น คน สัตว์ หรือสิ่งของ เป็นรูปธรรม หรือนามธรรม เป็นเรื่องทางวัตถุหรือ เป็นเรื่องจิตใจ เพื่อหาหนทางของการหลุดพ้นจากความทุกข์จากการทำความเข้าใจเรื่องราวทั้งหมดที่เกิดขึ้นในชีวิตผ่านการพิจารณาแบบขั้นธ5

ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงาน

การสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้เป็นการสร้างสรรค์ผลงานด้วยเทคนิคที่หลากหลาย ประกอบไปด้วย จิตรกรรม2มิติ เทคนิคสีน้ำมันบนผ้าใบ สีฝุ่นบนกระดาษ ดินสอและเครยองบนกระดาษ สีชอล์ค

คบนผ้าใบ และเทคนิคสื่อผสม 3 มิติ มีรูปแบบกึ่งนามธรรม สื่อความหมายให้ผู้ชม ได้รับรู้ถึงอารมณ์ ความรู้สึกในการแสดงออก โดยมีลำดับขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานจริงดังต่อไปนี้

1. ขั้นตอนการเตรียมเฟรมและวัสดุต่าง ๆ เพื่อรองรับการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรม
การเตรียมเฟรมและวัสดุเพื่อรองรับกับผลงานจิตรกรรม ถูกกำหนดขึ้นมาจากภาพร่างและรูปแบบของผลงานจิตรกรรมที่ได้กำหนดไว้แล้ว

2. ขั้นตอนการร่างภาพ ข้าพเจ้าได้ร่างลายเส้นโครงสร้างของผลงานจากภาพร่างผลงานมาสู่ผลงานจริง เพื่อกำหนดรูปทรงต่าง ๆ ที่ใช้ในการสร้างสรรค์

3. ขั้นตอนการลงสี ข้าพเจ้าใช้ขั้นตอนของการลงสีเป็นตัวกำหนดบรรยากาศของผลงาน ให้สามารถถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกให้สมบูรณ์ที่สุดตามที่ข้าพเจ้าต้องการแสดงออก

4. ขั้นตอนการเก็บรายละเอียด ขั้นตอนการเก็บรายละเอียดเป็นขั้นตอนที่สำคัญในการลดและเพิ่มรายละเอียดสำคัญที่ในผลงาน เพื่อให้ผลงานเกิดความสมบูรณ์แบบที่สุด

5. ขั้นตอนการวางแผนการติดตั้งผลงาน การวางแผนเพื่อติดตั้งผลงานเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญเป็นอย่างมากในการร้อยเรียงเพื่อนำเสนอภาพรวมของสภาวะอารมณ์ภายในที่ถือเป็นจุดมุ่งหมายหลักในการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้ของข้าพเจ้า

ทัศนธาตุและสื่อที่ใช้ในการสร้างสรรค์

กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดนี้ของข้าพเจ้าใช้ภาษาทางทัศนธาตุที่สามารถจำแนกองค์ประกอบได้ดังนี้

1. รูปทรง (Form) รูปทรงหลักที่ข้าพเจ้าใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน เป็นรูปทรงของมนุษย์ในอิริยาบถต่าง ๆ เพื่อการแสดงออกและสื่อความหมายตามเรื่องราว และอารมณ์ความรู้สึก ที่มุ่งเน้นความรู้สึกโดดเด่นเดียวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติ อย่างโลกภายในที่ข้าพเจ้าต้องการนำเสนอ

2. เส้น (Line) ข้าพเจ้าใช้การแสดงออกของเส้นเพื่อให้เกิดความรู้สึกภายในผลงาน ได้มีการใช้เส้นที่รู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของคนและวัตถุ ความบิดเบี้ยวไม่สมบูรณ์ และความนิ่ง การทำงานของเส้นภายในผลงานทำให้ผลงานมีความสมบูรณ์ทางความรู้สึกที่ต้องการแสดงออกอย่างชัดเจน

3.สี (Colors) สีที่ข้าพเจ้าใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน เป็นสีที่ข้าพเจ้าเลือกใช้เพื่อ สื่อถึง อารมณ์ความรู้สึก ไม่ได้ยึดตามหลักและกฎเกณฑ์เป็นอันดับแรก สีภายในผลงานจึงเกิดขึ้นตาม ความรู้สึกภายในจิตใจของข้าพเจ้าทั้งหมด

4. พื้นผิว (Texture) ผลงานของข้าพเจ้ามีการเลือกใช้พื้นผิวที่หลากหลาย ตามความ เหมาะสมของการแสดงออกทางความรู้สึกในแต่ละชิ้นงานการสร้างพื้นผิวที่หยาบบนความรู้สึกที่อัด อัดกดดัน พื้นผิวที่เรียบและบางเบาบนความรู้สึกที่อ่อนแอและเปราะบาง มุ่งหวังให้เกิดความรู้สึกที่ตรง ตามที่ข้าพเจ้าต้องการ

5. น้ำหนักแสงและเงา (Tone Light and Shadow) น้ำหนักและแสงเงาที่เกิดขึ้น มีการ สร้างค่าน้ำหนักที่เข้มสุดและบางเบาที่สุดเพื่อมุ่งเน้นอารมณ์ความรู้สึก และสื่อความหมายในตัว ผลงานของข้าพเจ้า

6. จิตรกรรมและศิลปะจัดวาง (Painting and Installation) ผลงานการศิลปะการจัดวาง ใช้วิธีการร้อยเรียงกันของผลงานจิตรกรรมที่มีหลากหลายรูปแบบ มุ่งหวังให้อารมณ์ของผู้สร้างสรรค์ สามารถแสดงออกได้อย่างไม่มีข้อจำกัด และอัดแน่นอยู่ในพื้นที่ของการสร้างสรรค์นี้ และการ สามารถตอบโจทย์ความต้องการของแสดงออกถึงการสร้างสรรค์เพื่อเปิดรับกับสภาวะ อารมณ์และท่า ความเข้าใจใหม่ในรูปแบบของการเยียวยาผ่านเทคนิคจิตรกรรมนี้

7. ตัวอักษร (Text) ผลงานของข้าพเจ้ามีการใช้ข้อความจากบันทึกประจำวันและจดหมาย ลานับจริงมาจัดวางในพื้นที่เพื่อแสดงออกถึงหลักฐานและร่องรอยของสภาวะที่เกิดขึ้นจริงในช่วงเวลา เหล่านั้น

วัสดุอุปกรณ์ในการดำเนินการ

1. อุปกรณ์ที่ใช้ในการสร้างสรรค์ผลงานชุดภาพถ่ายเส้นดินสอและสี

- กระดาษ
- ดินสอ EE
- สีพาสเทล
- สีชอล์คน้ำมัน
- เครยอง

2. อุปกรณ์ที่ใช้ในการสร้างสรรค์จิตรกรรมเทคนิคสีน้ำมัน

- เฟรมผ้าใบ
- สีน้ำมัน
- พู่กัน
- เกรียง

3. อุปกรณ์ที่ใช้ในการสร้างสรรค์ผลงานชุด AMSHARE

- แก้วอีมีที่วางแขน
- PU FOAM
- เลื่อย
- มีดตัดแต่งโฟม
- ผ้า
- ไยสังเคราะห์
- อุปกรณ์ตัดเย็บ
- สีชอล์คน้ำมัน

กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานชุดภาพถ่ายเส้นดินสอและลายเส้นสีชอล์ค

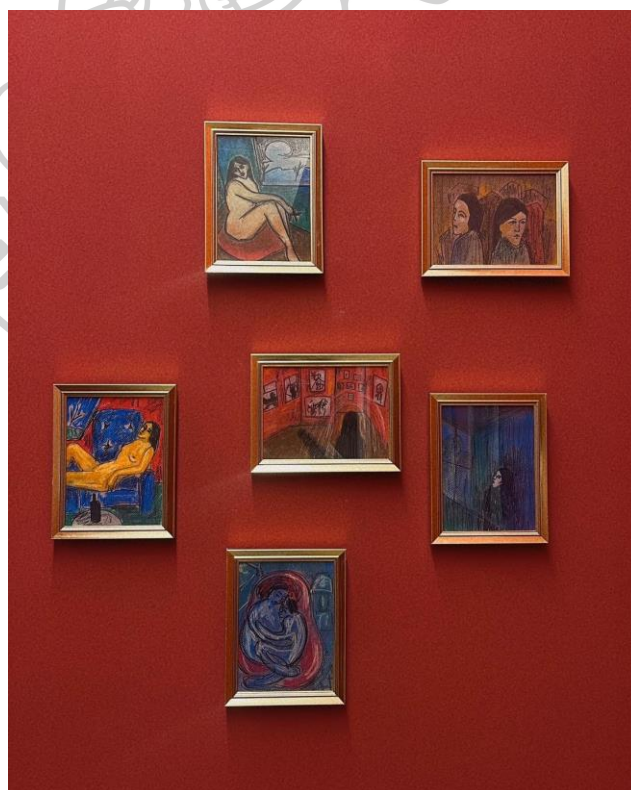
การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดภาพถ่ายเส้นดินสอและลายเส้นสีชอล์ค มีจุดเริ่มต้นมาจากเรื่องราวประสบการณ์ที่ส่งผลถึงสภาวะภายในของตัวข้าพเจ้าเองเป็นตัวกำหนดเรื่องราวและรูปแบบของผลงานสร้างสรรค์ทั้งหมดเริ่มจากการเขียนบันทึกประจำวัน ข้าพเจ้าใช้วิธีการเขียนอย่างอิสระไม่เจาะจงเรื่องราว อาจมีทั้งเหตุการณ์ที่พบเจอในแต่ละวัน คำติ ๆ ที่ได้รับฟัง อารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น หรือจะเป็นเพียงเรื่องที่ยากจะเขียนเฉยๆ ไม่ได้คำนึงถึงความเชื่อมโยงของสิ่งที่เขียน เป็นการเขียนเพื่อบันทึกให้จดจำมันได้อีกครั้งเท่านั้น กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้จึงมีรูปแบบมาจากการเขียนบันทึกประจำวัน ปมและสภาวะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากจิตใต้สำนึกถูกระบายออก ผ่านลายเส้นดินสอ แบบไม่คำนึงถึงความถูกต้องใด ๆ คำนึงเพียงความรู้สึกและสิ่งที่ยากจะระบายออก เท่านั้น สิ่งเหล่านี้นำไปสู่การสร้างสรรค์ผลงานศิลปะลายเส้นดินสอที่มีน้ำหนักหนักเบา สลับกับวิธีการดู และชุดขีดเพื่อบอกเล่าและระบายออกเป็นการปรับสมดุลภายในจิตใจผ่านการเขียนลายเส้นในรูปแบบที่พัฒนามาจากการบันทึกเป็นตัวอักษร

ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดภาพลายเส้นดินสอและลายเส้นสีชอล์ค



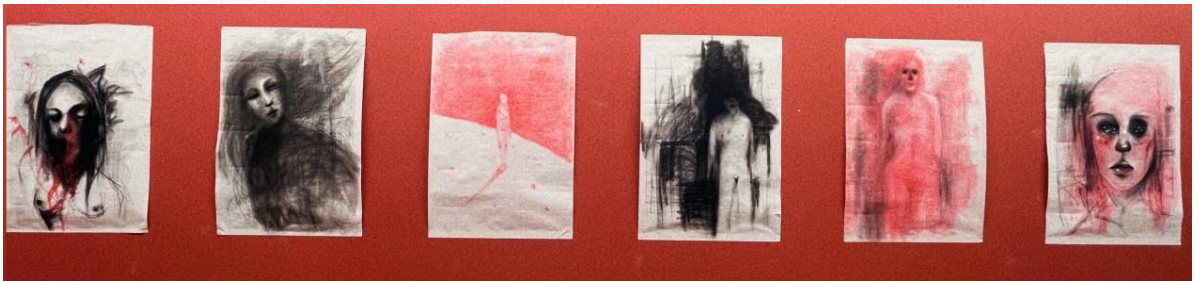
ภาพที่ 9 ผลงานชุดภาพลายเส้นดินสอ

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 10 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีพาสเทล

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 11 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีพาสเทล
 ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 12 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีพาสเทล
 ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 13 ผลงานชุดภาพลายเส้นดินสอและครีของ
ทีมา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 14 ผลงานชุดภาพลายเส้นดินสอและครีของ
ทีมา : ผู้สร้างสรรค์



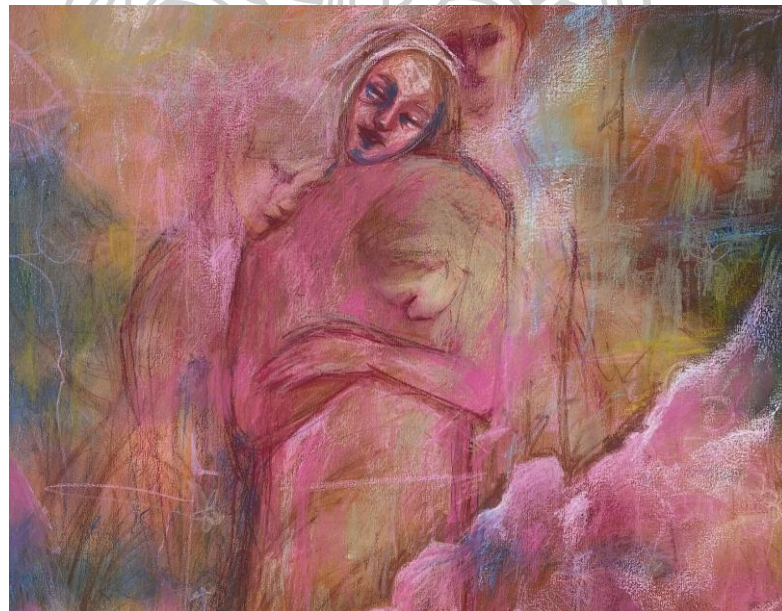
ภาพที่ 15 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 16 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 17 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 18 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 19 ผลงานชุดภาพลายเส้นสีชอล์คน้ำมัน

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ผลงานชุดนี้ได้แรงบันดาลใจมาจากประสบการณ์ สภาพแวดล้อม สิ่งที่ส่งผลกระทบต่อทางใจ โดยมีข้าพเจ้าเป็นผู้ได้รับผลกระทบ ผลงานแต่ละชิ้นประกอบไปด้วยภาพเขียนลายเส้นแสดงเรื่องราว เหตุการณ์ อารมณ์ ไร้อิงเหตุผลและความถูกต้องตามหลักการใดทั้งสิ้น ตามรูปแบบการเขียนบันทึกของตัวข้าพเจ้าเอง สภาวะภายในที่เข้าใจได้ยากถูกถ่ายทอดผ่านเทคนิคจิตรกรรมอย่างเรียบง่าย ตรงไปตรงมา การสะท้อนถึงสภาวะจิตใจที่กำลังเข้าสู่กระบวนการเยียวยาผ่านเทคนิคจิตรกรรมลายเส้นคือสิ่งที่ผลงานชุดนี้ต้องการนำเสนอ

กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมเทคนิคสีน้ำมัน

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดจิตรกรรมเทคนิคสีน้ำมัน มีจุดเริ่มต้นมาจากเรื่องราว ประสบการณ์ที่ส่งผลถึงสภาวะภายในของตัวข้าพเจ้าเองเป็นตัวกำหนดเรื่องราวและรูปแบบของผลงานสร้างสรรค์ พัฒนามาจากการเขียนบันทึกประจำวันที่มีวิธีการเขียนอย่างอิสระไม่เจาะจงเรื่องราว เหตุการณ์ที่พบเจอในแต่ละวัน อารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้ จึงมีรูปแบบมาจากการเขียนบันทึกประจำวันที่ถูกร้อยเรียงใหม่ เสมือนเป็นการเปิดมุมมองใหม่ในเรื่องราวเดิมที่ได้ประสบพบเจอ เป็นการถ่ายทอดพื้นที่ของอารมณ์ความรู้สึกภายในผ่านเรื่องราว เหตุการณ์ในชีวิตภายใต้มุมมองของข้าพเจ้า เพื่อเปิดรับกับสภาวะอารมณ์และทำความเข้าใจใหม่ในรูปแบบของการเยียวยาผ่านเทคนิคจิตรกรรม

กระบวนการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานเริ่มจากการร่างภาพผลงาน กำหนดรูปแบบและขนาดของเฟรมผ้าใบ ที่ใช้รองรับจิตรกรรมเทคนิคสีน้ำมัน ซึ่งมีรูปแบบและขนาดแตกต่างกันในแต่ละชิ้นผลงาน จากนั้นเริ่มร่างลายเส้นโครงสร้างของงานจิตรกรรม ลงสีน้ำมันและเก็บรายละเอียดเพื่อความสมบูรณ์ของผลงาน เป็นขั้นตอนสุดท้าย

กระบวนการสร้างโครงเฟรมสำหรับชิงผ้าใบ

นำไม้สนขามาวัดความยาวและตัดตามแบบโครงสร้างที่ได้วางแผนไว้ เพื่อประกอบเป็นรูปทรงตามที่กำหนด



ภาพที่ 20 กระบวนการสร้างโครงเฟรมสำหรับชิงผ้าใบ

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 21 กระบวนการสร้างโครงเฟรมสำหรับชิงช้าใบ
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

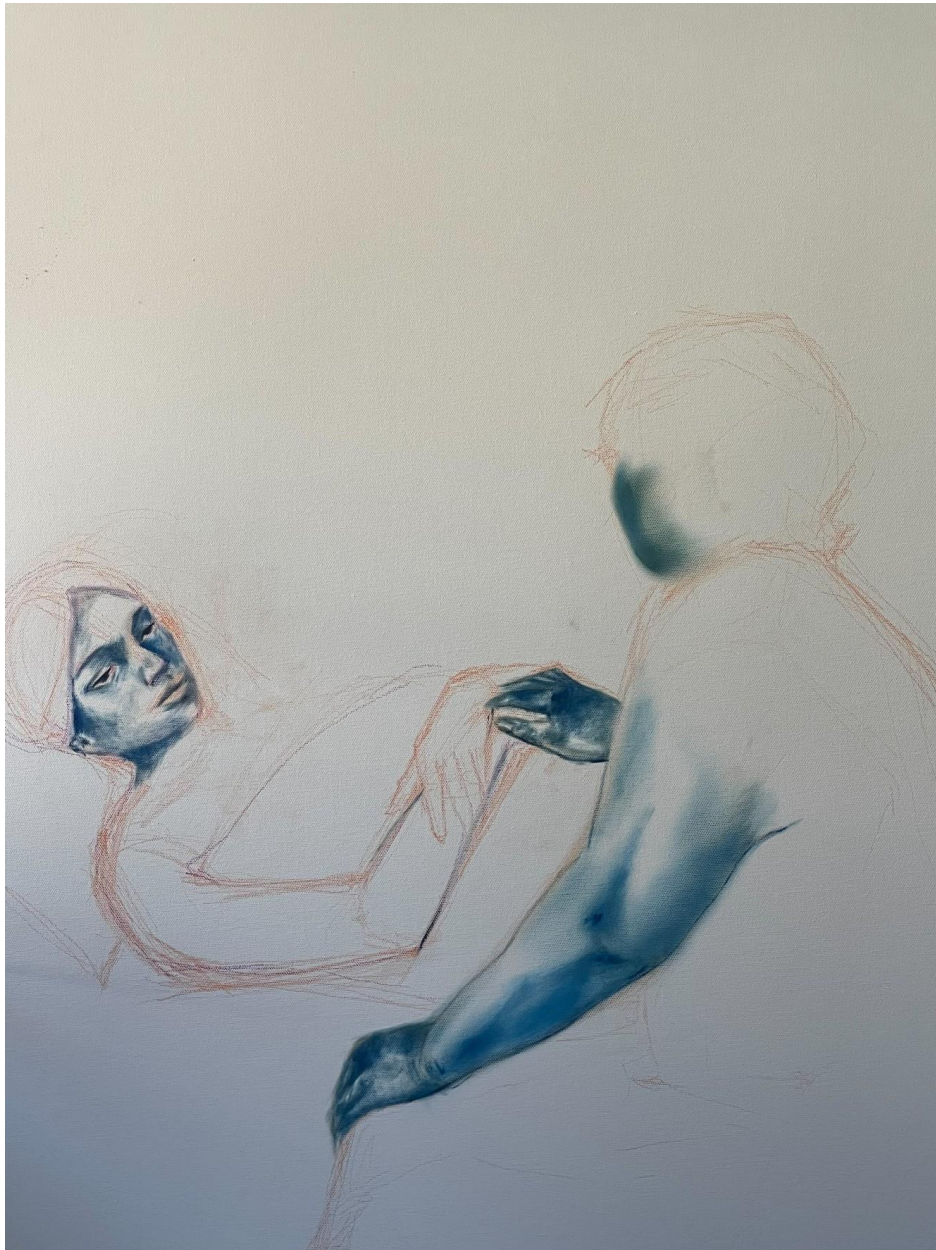
ผลงานที่ต้องการเฟรมรูปแบบเฉพาะจะต้องมีการวางแผนเพื่อขึ้นโครงสร้างตามที่กำหนดไว้



ภาพที่ 22 กระบวนการสร้างโครงเฟรมสำหรับชิงช้าใบ
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

การร่างภาพเพื่อขึ้นโครงสร้างโดยรวมของงานจิตรกรรม

ใช้สีพาสเทลร่างโครงสร้างหลักทั้งหมด จากนั้นใช้น้ำมันลงน้ำหนักโดยรวมของภาพผลงาน



ภาพที่ 23 กระบวนการร่างภาพ

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

การลงสีเพื่อให้น้ำหนักโดยรวมผลงานจิตรกรรม

ใช้สีน้ำมันลงบนผลงาน เพื่อกำหนดสีของผลงาน บรรยากาศ และกำหนดน้ำหนักโดยรวมของผลงาน



ภาพที่ 24 กระบวนการลงสีเพื่อให้น้ำหนักโดยรวมผลงานจิตรกรรม

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

การเก็บรายละเอียดผลงาน

ขั้นตอนการเก็บรายละเอียดของผลงาน เป็นขั้นตอนสุดท้ายในการทำให้ผลงานสมบูรณ์ตามที่วางแผนไว้ เพื่อแสดงภาพบรรยากาศ น้ำหนัก และอารมณ์ที่ต้องการสื่อสารผ่านผลงานจิตรกรรม



ภาพที่ 25 กระบวนการเก็บรายละเอียดผลงาน

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดจิตรกรรมเทคนิคสีน้ำมัน



ภาพที่ 26 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1

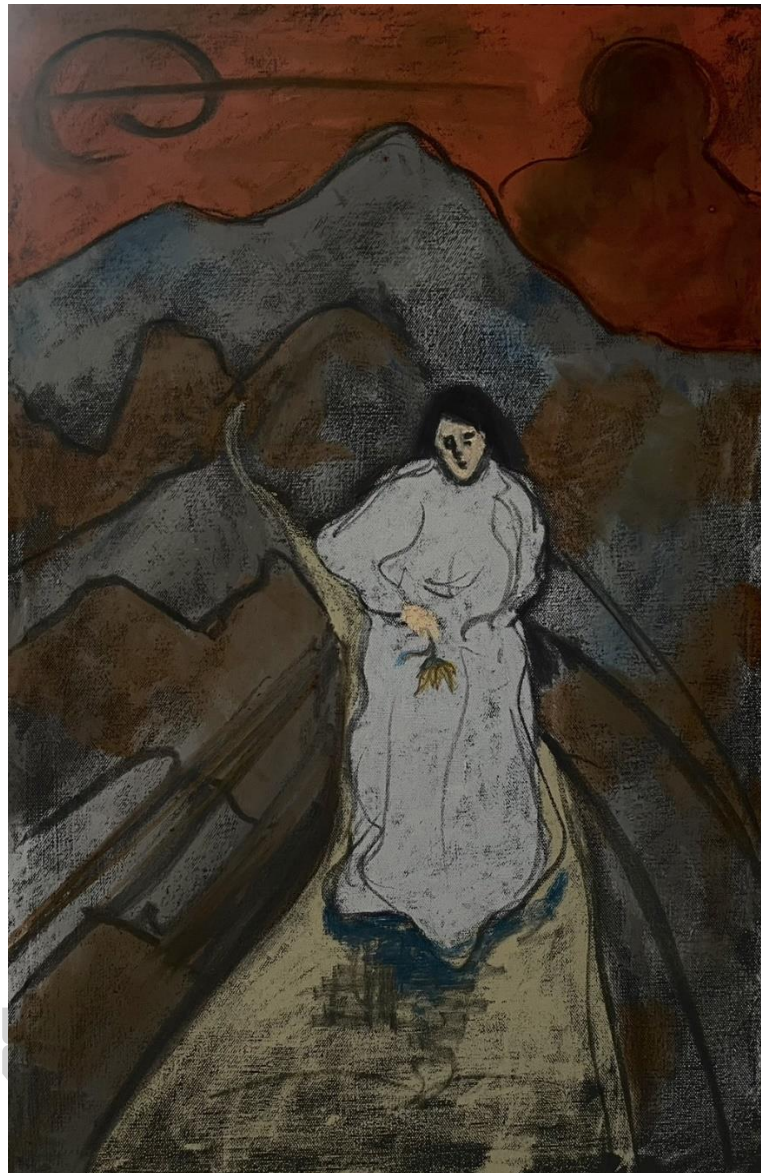
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ฝัน

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 80 x 60 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้ามีความจำเป็นต้องไปนอนต่างที่ ข้าพเจ้าฝันถึงคุณยายท่านหนึ่ง เข้ามานั่งถามไถ่ข้าพเจ้าด้วยความเอ็นดู ถามว่าข้าพเจ้าเป็นใคร หนาวไหม อยากได้ผ้าห่มหรือไม่ ข้าพเจ้ารู้สึกได้รับการโอบกอด ได้เข้าใจความต้องการลึกๆจากจิตใจสำนึกของข้าพเจ้าเอง



ภาพที่ 27 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน HOPE

เทคนิค สีชอล์คน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 40 x 60 เซนติเมตร

ภาพผลงานชิ้นนี้เป็นการแสดงออกของเรื่องราวของการเดินทางที่มีความหวัง สภาวะที่ข้าพเจ้ายังไม่รู้ถึงหนทางข้างหน้า แต่สิ่งที่ยังมีอยู่เสมอคือความเชื่อมั่นในใจข้าพเจ้าเอง



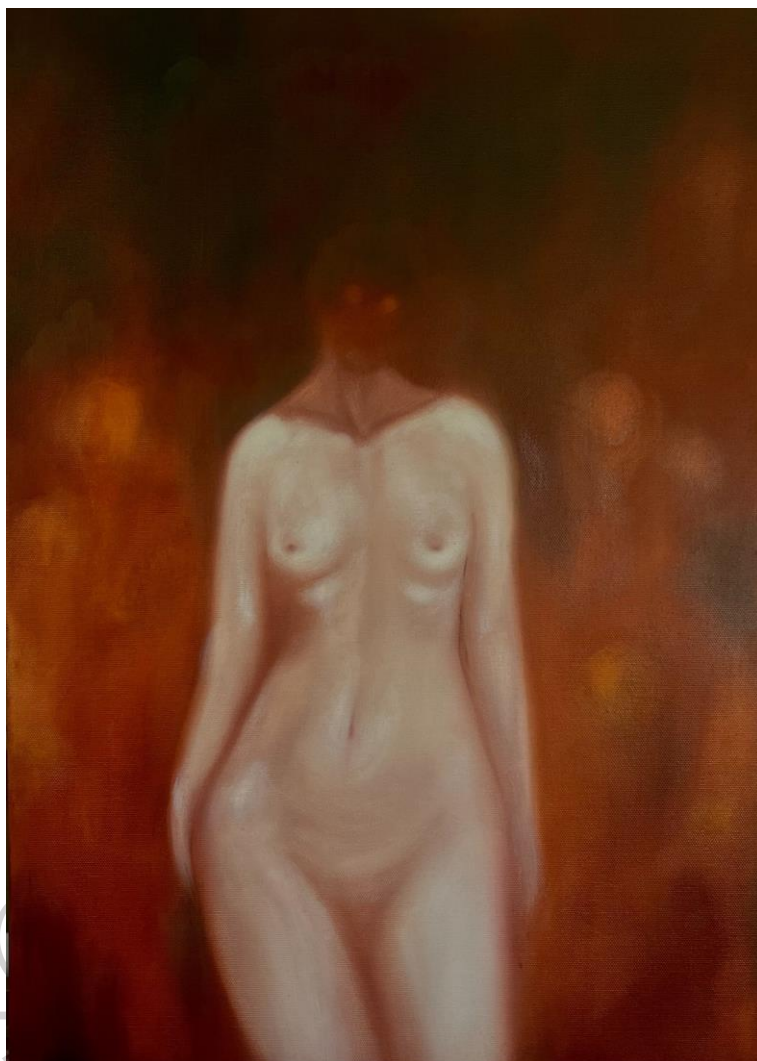
ภาพที่ 28 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3
 ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ตัด

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 80 x 60 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้าตกอยู่ในสภาวะความกดดัน หลายปัญหาที่ข้าพเจ้าเองไม่สามารถจัดการได้ ความแปรปรวนของสภาวะจิตใจทำให้ข้าพเจ้าเกิดความกดดันภายใน ตัดสินใจใช้กรรไกรตัดผมตัวเองแบบที่ไม่มีเหตุผล การกระทำไร้ซึ่งเหตุผลนี้ทำให้ข้าพเจ้าเกิดความรู้สึกประหลาด ทำให้ลืมเรื่องราวร้ายๆไปชั่วขณะ จึงเป็นจุดเริ่มต้นของผลงานชิ้นนี้



ภาพที่ 29 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4

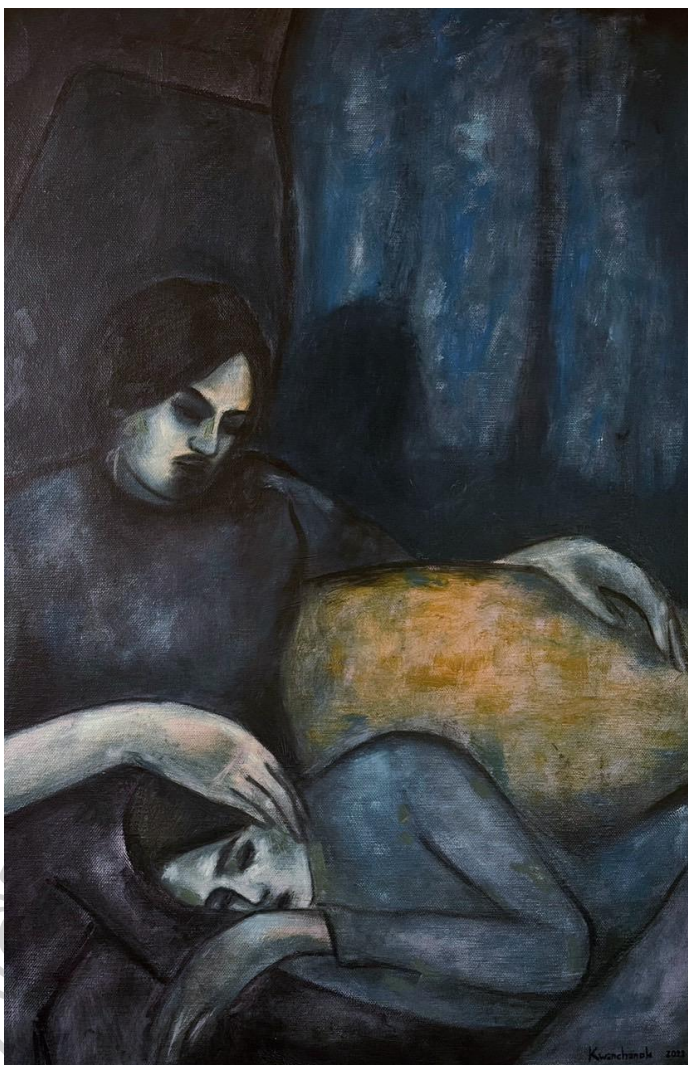
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ROTTING IN VAIN

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 45 x 55 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้าจมอยู่กับความรู้สึกโกรธ ในฐานะของผู้สูญเสีย คุณค่าในตัวตนจากการกระทำบางอย่างที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น



ภาพที่ 30 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 5
 ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน CHERISHES

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 60 x 40 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้ถ่ายทอดสภาวะของการถูกลบประโลมในพื้นที่ของความปลอดภัยทางใจที่
 ข้าพเจ้าได้รับ



ภาพที่ 31 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 6

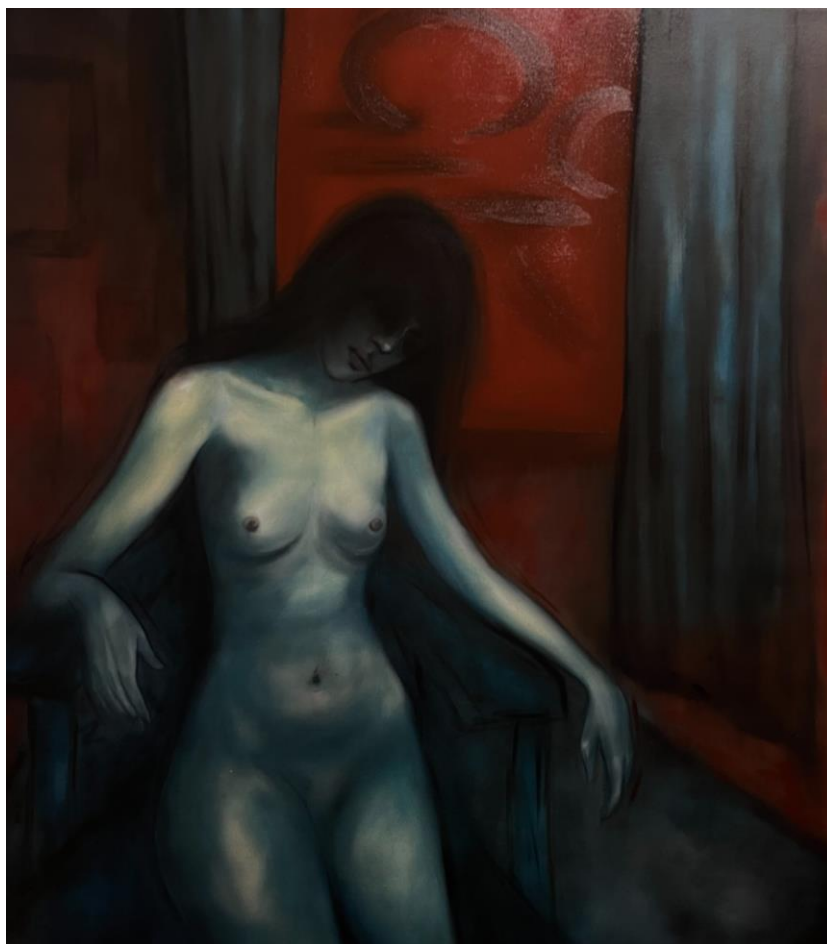
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน TAMPOPO

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 100 x 100 เซนติเมตร

ข้าพเจ้าต้องการความช่วยเหลือ หวังว่าจะมีใครสักคนมองเห็นข้าพเจ้า



ภาพที่ 32 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 7

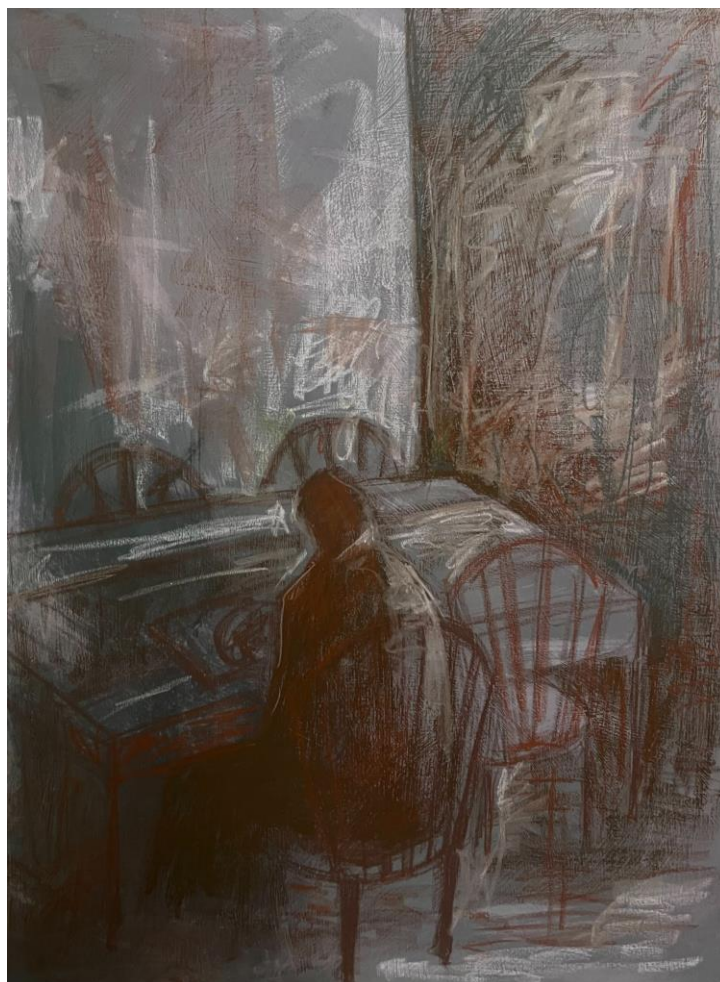
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน INNER STAGE

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 90 x 80 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้ข้าพเจ้าต้องการนำเสนอพื้นที่สมมติอย่างพื้นที่ภายในที่ข้าพเจ้าสร้างขึ้นมา เพื่อเป็นพื้นที่แห่งการปกป้องตัวข้าพเจ้าจากสิ่งเลวร้ายข้างนอก มีการใช้สัญลักษณ์เป็นช่องทางต่างเพื่อแสดงถึงสภาพความเป็นตำแหน่งของพื้นที่ข้างในและข้างนอก ลักษณะของรูปทรงคนที่นั่งพักพิง บนเก้าอี้ในลักษณะของการพักจากความเหนื่อยล้าที่เกิดขึ้น



ภาพที่ 33 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 8
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน สีที่นั่งกับฉันคนเดียว

เทคนิค สีน้ำซอล์คมันบนผ้าใบ

ขนาด 80 x 60 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้าได้มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในเรื่องของการกินข้าวกับครอบครัว ทำให้ข้าพเจ้าย้อนมองถึงโต๊ะกินข้าวที่บ้านของข้าพเจ้า โต๊ะที่มี 4 ที่นั่ง แต่ข้าพเจ้ากินข้าวคนเดียวจนเป็นปกติวิสัยมาเป็นเวลากว่า 10 ปีแล้ว ‘ทุก ๆ คนในบ้านของข้าพเจ้า กินข้าวคนเดียว’



ภาพที่ 34 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 9

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน GIRLS GAME

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 180 x 160 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้าต้องเผชิญปัญหาทางสังคมที่ข้าพเจ้าอยู่ สังคมของความไม่จริงใจ การหักหลัง ข้าพเจ้ารู้สึกเจ็บปวดกับเรื่องราวที่เกิดขึ้นจึงต้องการกลับมามองและถ่ายทอดออกมาผ่านผลงานจิตรกรรมที่เล่าเรื่องตลกร้ายนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจใหม่ในรูปแบบของเกมการแข่งขัน และทางเลือกที่ทุกคนได้รับ



ภาพที่ 35 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 10
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ป่าของพ่อ

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 165 x 90 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นหลังจากที่ข้าพเจ้าได้รับข้อความของพ่อ “ไม่ไหวก็กลับบ้านเรานะลูก” ข้อความที่ทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกเข้าใจถึงคำว่า โชคดีที่มีบ้านให้กลับ อย่างแท้จริง



ภาพที่ 36 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 11

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน เปลี่ยนผ่าน

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 100 x 130 เซนติเมตร

ในช่วงเวลาที่ข้าพเจ้าต้องแยกจากสิ่งที่ข้าพเจ้ารัก ช่วงเวลาของความรู้สึกสูญเสียหมดกำลังใจ เกิดขึ้นกับตัวข้าพเจ้า ทำให้ข้าพเจ้าค้นหาวิถีทางที่จะใช้ชีวิตปกติต่อไป ข้าพเจ้าวาดรูปตัว ข้าพเจ้ากำลังเดินทางจากที่หนึ่งด้วยการโดยสารโดยพาหนะบางอย่าง ก็ทำให้ข้าพเจ้าพบว่าการพลัด จากบางสิ่งก็เหมือนดังเช่นการเดินทาง เปลี่ยนผ่านจากที่หนึ่งไปยังที่หนึ่ง ผ่านเวลา ผ่านสถานที่ ผ่านผู้คน สิ่งที่เกิดขึ้นได้มีเพียงแต่ความทรงจำเท่านั้น ได้เข้าใจว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้นล้วนเป็นเรื่องธรรมดา



ภาพที่ 37 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 12

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน พ่อ

เทคนิค สีซอล์คน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 30 x 40 เซนติเมตร

ข้าพเจ้าได้กรอกรูปสวยงามมา 1 ชิ้น ข้าพเจ้าใช้เวลาคิดและตัดสินใจอยู่นานว่าข้าพเจ้าจะวาดรูปอะไรใส่ลงในกรอบชิ้นนี้ วางแผนและล้มเลิกอยู่หลายครั้ง จนข้าพเจ้าวาดพ่อของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าก็
ไม่รู้สิกว่าจะมีจิตรกรรมชิ้นไหน คู่ควรกับกรอกรูปสวยงามชิ้นนี้อีกเลย



ภาพที่ 38 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 13

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ที่แห่งนั้น

เทคนิค สีซอล์คน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 30 x 40 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้าต้องการถ่ายทอดสภาวะมีตัวตนที่เกิดขึ้นในใจในช่วงเวลาของความมืดบอดทางใจที่ข้าพเจ้าต้องเผชิญ จึงมีการใช้สีบรรยากาศแสดงถึงวิกฤตทางใจในช่วงเวลานั้น



ภาพที่ 39 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 14

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน IMAGES OF INNER STATE

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 160 x 140 เซนติเมตร

ผลงานชิ้นนี้ข้าพเจ้าถ่ายทอดความรู้สึกและรูปทรง มุ่งเน้นความรู้สึกโดดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน ทดหู่ ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน



ภาพที่ 40 ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 15

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ข้างนอกนั้น

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 120 x 80 เซนติเมตร

จิตรกรรมชิ้นนี้เป็นงานจิตรกรรมเทคนิคสีผสม แสดงภาพแทนของกรอบหน้าต่างที่ชี้ให้เห็นถึงสถานะของความแบ่งแยกระหว่างพื้นที่ข้างนอกและพื้นที่ข้างใน แสดงความเป็นพื้นที่ภายในที่ถูกปกป้องด้วยกรอบของความปลอดภัยคือสิ่งที่งานชิ้นนี้ต้องการนำเสนอ

กระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน “ARMSHARE” เทคนิคสื่อผสม 3มิติ

การสร้างสรรค์ผลงานการสร้างสรรค์ผลงาน “ARMSHARE” เทคนิคสื่อผสม 3มิติ มีจุดเริ่มต้นมาจากเรื่องราวประสบการณ์ที่ส่งผลถึงสภาวะภายในของตัวข้าพเจ้าเอง การประสบปัญหาที่ผ่านมาทำให้ข้าพเจ้ามองเห็นที่พิกพิงทางใจของตัวข้าพเจ้า ครอบครัว เพื่อน พี่ น้อง บุคคลหรือแม้แต่สถานที่บางแห่ง ทำให้ข้าพเจ้านึกถึงสภาวะที่ได้รับการโอบอุ้มจากตำแหน่งของการพิกพิงอย่างการนั่งบนเก้าอี้ อาร์มแชร์ ข้าพเจ้าจึงหยิบยกความรู้สึกของการได้พิกพิงนี้มาสร้างสรรค์เป็นผลงาน “ARMSHARE” เพื่อบอกเล่าถึงมุมมองของสภาวะการได้รับที่พิกพิงทางใจที่เกิดขึ้นนี้ผ่าน ผลงานชุดนี้

กระบวนการสร้างสรรค์

การสร้างสรรค์ผลงานเริ่มจากการเลือกใช้เก้าอี้ที่ข้าพเจ้าเห็นมาตั้งแต่จำความได้ เก้าอี้ที่ข้าพเจ้าใช้เป็นประจำ เก้าอี้ที่เป็นที่พิกพิงทางกายในชีวิตประจำวันของข้าพเจ้าเอง ออกแบบและร่างภาพผลงาน ใช้โฟมพลาสติกเติมแต่งในส่วนที่ต้องการเพิ่มรูปทรงของวัตถุ ตัดแต่ง และขัดผิวของผลงาน จากนั้นทำสีขึ้นผลงาน และเก็บรายละเอียดในส่วนขอลายเส้นบนผลงาน เพื่อความสมบูรณ์ของผลงานเป็นขั้นตอนสุดท้าย

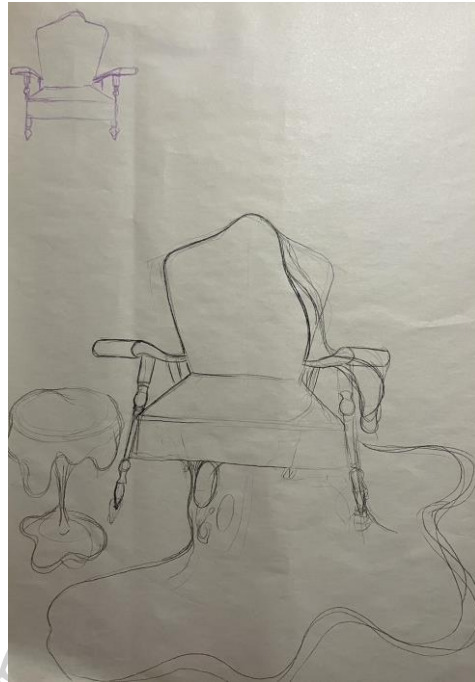
กระบวนการออกแบบและร่างภาพผลงาน

จัดหาเก้าอี้ที่เหมาะสมต่อการสร้างสรรค์ผลงานมาออกแบบเพิ่มเติมในส่วนขอลายเส้นของรูปทรงของเก้าอี้ที่ต้องการสร้างสรรค์เป็นภาพร่างลายเส้น เพื่อกำหนดภาพรวมของรูปแบบผลงานที่ต้องการสร้างสรรค์



ภาพที่ 41 เก้าอี้ใช้ในการสร้างสรรค์

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 42 ภาพร่างผลงาน“ARMSHARE”

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

กระบวนการเพิ่มรูปทรงของวัตถุ ตัดแต่ง และขัดผิวของผลงาน



ภาพที่ 43 เตรียมวัตถุดิบเพื่อรองรับการสร้างสรรค์

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 44 การลงสีผลงาน

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

กระบวนการตัดเย็บส่วนของเบาะรองนั่งในผลงานและทำสี



ภาพที่ 45 ตัดเย็บส่วนของเบาะรองนั่งในผลงานและทำสี

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

กระบวนการวาดลวดลายเส้นสีลงบนผลงาน



ภาพที่ 46 (ซ้าย) กระบวนการวาดลวดลายเส้นสีลงบนผลงาน

ภาพที่ 47 (ขวา) กระบวนการวาดลวดลายเส้นสีลงบนผลงาน

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

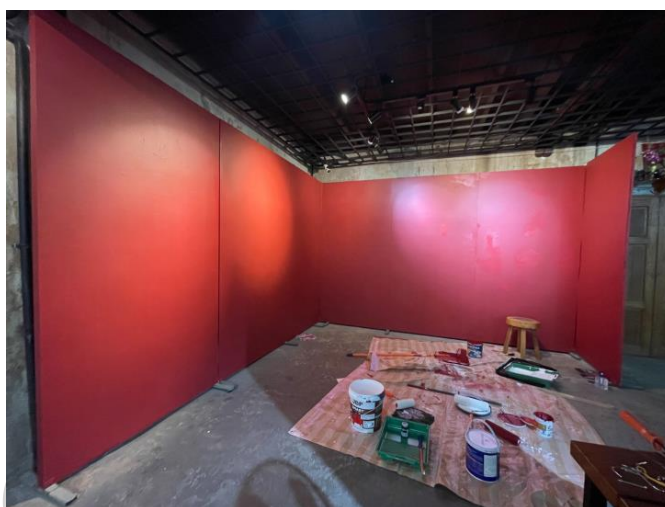


ภาพที่ 48 กระบวนการวาดลวดลายเส้นสีลงบนผลงาน

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

กระบวนการติดตั้งผลงาน

การติดตั้งผลงานมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อความสมบูรณ์ของการสร้างสรรค์ผลงาน วิทยานิพนธ์ชุดนี้ ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” ถ่ายทอดพื้นที่ความรู้สึกดุเดือดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน จึงจำเป็นต้องทำการติดตั้งผลงานในรูปแบบที่แสดงถึงพื้นที่ภายใน ที่สอดคล้องกับเป้าหมายของการเผยออกของพื้นที่ของข้าพเจ้าภายใต้ภาวะซึมเศร้าที่ข้าพเจ้าประสบพบเจอ การติดตั้งในรูปแบบของการอัดแน่นของงานจิตรกรรม สะท้อนถึงสภาวะที่แวดล้อมไปด้วยอารมณ์ความรู้สึกและประสบการณ์มากมายในชีวิต



ภาพที่ 49 จำลองพื้นที่ของโลกภายในด้วยการใช้สีแดงแสดงสภาวะอารมณ์ ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี่

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 50 การติดตั้งรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี่

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 51 การติดตั้งรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี่
 ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

สรุปกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์

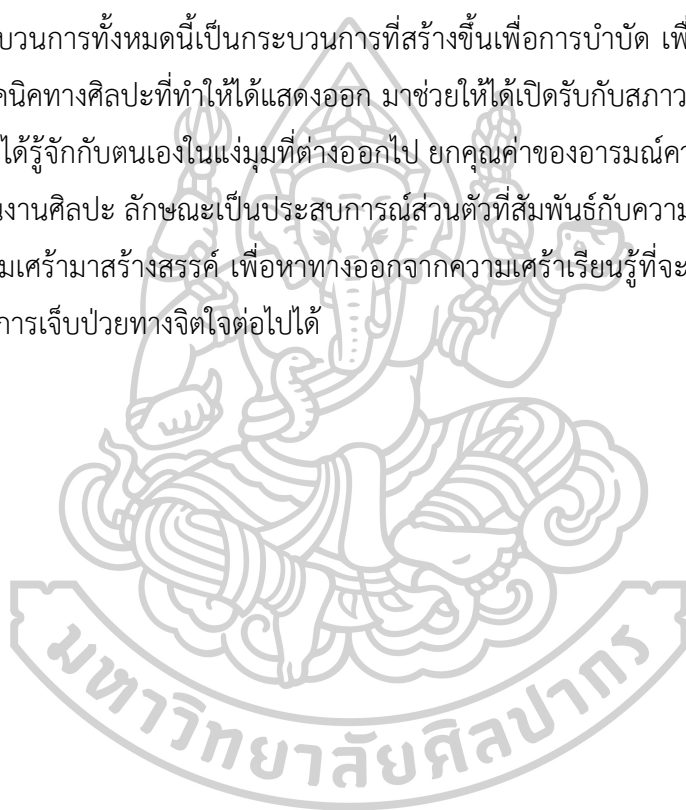
การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” เกิดจากการต้องการหาวิธีเยียวยาความทุกข์ที่ประสบพบเจอของตนเอง เริ่มต้นจากการเขียนบันทึกจากประสบการณ์สภาพแวดล้อม สิ่งที่ส่งผลกระทบต่อทางใจโดยมีข้าพเจ้าเป็นผู้ได้รับผลกระทบ เป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมสองมิติและสามมิติในผลงานวิทยานิพนธ์ชุดนี้

ผลงานสร้างสรรค์วิทยานิพนธ์จำนวน 2 ชุด และ 1 ชิ้นผลงาน แบ่งเป็นชุดที่ 1 ผลงานชุดภาพเทคนิคลายเส้น ดินสอ และลายเส้นสี จำนวน 100 ชิ้น เป็นผลงานที่ถ่ายทอดความรู้สึกที่ยากต่อการสื่อสารทางคำพูด แต่ใช้กระบวนการทางเทคนิคที่ง่ายต่อการแสดงออกอย่างการวาดเส้น ผลงานแต่ละชิ้นเป็นภาพเขียนลายเส้นแสดงเรื่องราว เหตุการณ์ อารมณ์ ไร้ซึ่งเหตุผล และความถูกต้องตามหลักการใดทั้งสิ้น ตามรูปแบบการเขียนบันทึกของตัวข้าพเจ้าเอง สภาวะภายในที่เข้าใจได้ยากถูกถ่ายทอดผ่านเทคนิคจิตรกรรมอย่างเรียบง่ายตรงไปตรงมาคือสิ่งที่ผลงานชุดนี้ต้องการนำเสนอ

ผลงานชุดที่ 2 เป็นผลงานจิตรกรรมเทคนิคสีน้ำมันและสีอะครีลิกสีน้ำมัน มีจำนวน 15 ชิ้น ผลงานชุดนี้ มีวิธีการสร้างสรรค์ที่มีกระบวนการมากขึ้น มีการให้ความหมายและแสดงความรู้สึกในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นประสบการณ์ของตัวข้าพเจ้าเอง มีการแสดงสัญลักษณ์เพื่อแสดงถึงสถานการณ์และความเป็นไปของบริบทที่เกิดขึ้น จิตรกรรมนำเสนอเรื่องราวของเหตุการณ์ที่ถูกนำมาเล่าอีกครั้งด้วยมุมมองใหม่ เพื่อตอบสนองจุดประสงค์ของการบำบัดผ่านศิลปะ

ผลงานลำดับที่ 3 เป็นผลงานสื่อผสม 3 มิติ จำนวน 1 ชิ้น เป็นผลงานที่นำเสนอตำแหน่งของการเป็นที่พักพิงภายในใจของข้าพเจ้า มีการนำเอาเก้าอี้ที่อยู่ในบ้านของข้าพเจ้าตั้งแต่ข้าพเจ้าเกิดจนถึงปัจจุบัน ซึ่งเป็นวัตถุที่เต็มเปี่ยมไปด้วยเรื่องราวและความหมายของการเป็นที่พักพิงมาสร้างสรรค์ เปรียบเสมือนบ้าน พ่อ แม่ พี่ น้อง ที่คอยโอบอุ้มข้าพเจ้าจากแรงปะทะของสิ่งภายนอกที่มากระทบข้าพเจ้า เรื่องราวที่ถ่ายทอดบนชิ้นผลงานผ่านเทคนิคจิตรกรรม การขีดเขียนอย่างการวาดเส้นอย่างง่าย เป็นตัวแทนของเรื่องราวที่ข้าพเจ้าเคยได้กระทำตอนเด็ก ทั้งหมดนี้เป็นการสร้างสรรค์เพื่อต่อยอดให้ข้าพเจ้าตระหนักรู้ถึงการมีอยู่ของที่พักพิงนี้มาเสมอ

กระบวนการทั้งหมดนี้เป็นกระบวนการที่สร้างขึ้นเพื่อการบำบัด เพื่อหาหนทางเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออก มาช่วยให้ได้เปิดรับกับสภาวะอารมณ์ดูแลจัดการกับความรู้สึกและได้รู้จักกับตนเองในแง่มุมที่ต่างออกไป ยกคุณค่าของอารมณ์ความรู้สึกทางจิตใจในการแสดงออกผ่านงานศิลปะ ลักษณะเป็นประสบการณ์ส่วนตัวที่สัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิด ผ่านมุมมองภายใต้ภาวะซึมเศร้ามาสร้างสรรค์ เพื่อหาทางออกจากความเศร้าเรียนรู้ที่จะรับมือกับธรรมชาติของชีวิตภายใต้อาการเจ็บป่วยทางจิตใจต่อไปได้



บทที่ 4

การพัฒนาและการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์

การสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์หัวข้อ “รูปแห่งสภาวะภายใน” เป็นการสร้างสรรค์ที่มีการพัฒนาจากผลงานช่วงก่อนวิทยานิพนธ์ซ้ำพเจ้าได้ทำการศึกษาค้นคว้าประเมินข้อดีข้อเสียของผลงานเพื่อการพัฒนาของผลงาน ตลอดจนค้นหาความลงตัวและความสมบูรณ์ของผลงานให้ได้มากที่สุด จนเกิดการพัฒนามาเป็นผลงานชุดวิทยานิพนธ์ โดยสามารถลำดับการพัฒนาผลงานได้เป็น 3 ระยะ ดังต่อไปนี้

การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ระยะที่ 1

การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ระยะที่1เป็นช่วงเริ่มต้นของการศึกษาและค้นคว้าเพื่อสร้างสรรค์ซ้ำพเจ้าได้ใช้ความทรงจำในช่วงเวลาของเหตุการณ์ที่ซ้ำพเจ้าตกอยู่ในภาวะซึมเศร้าขั้นวิกฤตมาสร้างสรรค์เป็นผลงานโดยใช้รูปลักษณะของมนุษย์ในอิริยาบถต่าง ๆ ที่แสดงถึงเรื่องราวของการกระทำและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลานั้นมีการกำหนดองค์ประกอบสีสันและบรรยากาศภายในผลงานให้สามารถถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึกได้ตรงตามที่ต้องการ

รูปแบบของผลงานเป็นการสร้างสรรค์แบบตรงไปตรงมา โดยเป็นรูปทรงของมนุษย์ในอิริยาบถต่าง ๆ ที่แสดงถึงเรื่องราวของการกระทำและเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้นในช่วงเวลานั้น มีการกำหนดสีของบรรยากาศโดยรวมให้มีความมืดให้ความรู้สึกหม่นหมองภายในใจ ได้แสดงออกสิ่งของต่าง ๆ ภายในภาพผลงาน มีความหมายเฉพาะโดยต้องการสื่อถึงสัญลักษณ์สำคัญที่มีความหมายต่อเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้นในช่วงเวลานั้นองค์ประกอบต่าง ๆ เหล่านี้เป็นการสร้างสรรค์ขึ้นเพื่อถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกภายใต้แนวคิดและแรงบันดาลใจของเรื่องราวที่ซ้ำพเจ้าต้องการนำเสนอ



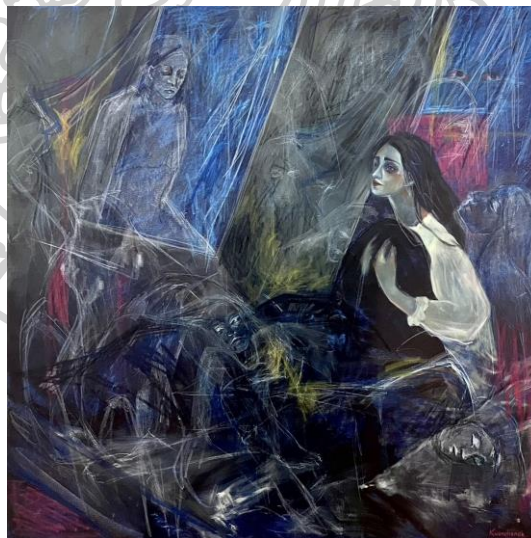
ภาพที่ 52 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 1

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน อยู่อย่างนั้น เสมอไป

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 80 x 60 เซนติเมตร



ภาพที่ 53 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 2

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน NIGHT TERRORS

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 140 x 140 เซนติเมตร



ภาพที่ 54 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 3

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน You are you but not you

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 170 x 140 เซนติเมตร



ภาพที่ 55 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 4

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน sigh

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 100 x 80 เซนติเมตร



ภาพที่ 56 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 5

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน somewhere in the area of feelings

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 76 x 107 เซนติเมตร



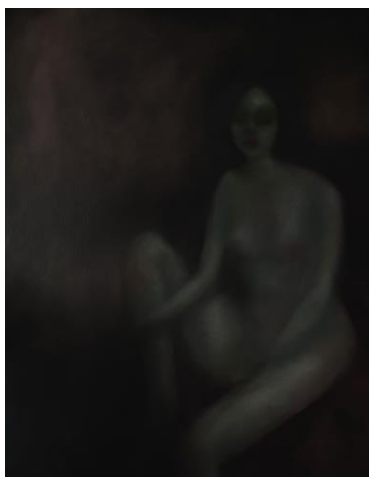
ภาพที่ 57 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 6

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน sigh

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 80 x 60 เซนติเมตร



ภาพที่ 58 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 7

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน เลื่อนหาย

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 90 x 70 เซนติเมตร

การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ ระยะที่ 2

การสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ระยะที่ 2 นี้มีการพัฒนามาจากการสร้างสรรค์ผลงานก่อนวิทยานิพนธ์ระยะที่ 1 โดยมีอาการของภาวะซึมเศร้าที่เพิ่มความรุนแรงขึ้นเข้ามาส่งผลให้ความรู้สึกภายในผลงานมีแรงปะทะที่มากขึ้น รูปแบบ เส้น สี ที่แปร่ง และวัสดุที่เลือกใช้จึงมีความแตกต่างจากระยะที่ 1 เพื่อให้สอดคล้องกับเรื่องราวและอารมณ์ความรู้สึกได้สมบูรณ์แบบมากยิ่งขึ้น

ผลงานในระยะที่ 2 นี้มีการใช้รูปทรงของมนุษย์ที่มีความบิดเบี้ยว ผิดแปลกไปจากปกติ เพื่อแสดงถึงความไม่สมบูรณ์ในฐานะของสัญลักษณ์ที่ใช้สื่อสารในผลงานจิตรกรรม เส้น สี ที่แปร่งที่รุนแรงนำเสนออารมณ์ความรู้สึกได้ตรงตามแนวความคิดที่ใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน

บรรยากาศและสีที่ใช้ในการสร้างสรรค์ผลงานระยะนี้ มีการใช้เทคนิคให้ฟุ้งเบลอ สลับกับการสะบัดที่แปร่งให้คมชัด ให้แสดงออกได้ตรงถึงความสับสน หดหู่ เศร้าหมอง และความกลัว ในช่วงเวลาของสภาวะซึมเศร้าขั้นวิกฤตที่ข้าพเจ้าประสบพบเจอ ได้มีการทดลองใช้เทคนิคของสีที่หลากหลายมากขึ้น ในระยะที่ 2 นี้ สีและเส้นที่ข้าพเจ้าเลือกใช้สร้างสรรค์จะเป็นตัวกำหนดอารมณ์ ที่ข้าพเจ้าต้องการถ่ายทอดและนำเสนอผลงานของตัวข้าพเจ้าเอง



ภาพที่ 59 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 8

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน rotting in vain

เทคนิค สีพาสเทลบนกระดาษ

ขนาด 60 x 40 เซนติเมตร



ภาพที่ 60 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 9

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ห้องสุดท้าย

เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ

ขนาด 60 x 40 เซนติเมตร



ภาพที่ 61 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 10

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ปลอดภัย
เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ
ขนาด 70 x 50 เซนติเมตร



ภาพที่ 62 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 11

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน สูญเสีย
เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ
ขนาด 80 x 60 เซนติเมตร



ภาพที่ 63 ผลงานสร้างสรรค์ก่อนวิทยานิพนธ์ ชั้นที่ 12
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

ชื่อผลงาน ก่อนเราพบกัน
เทคนิค สีน้ำมันบนผ้าใบ
ขนาด 100 x 80 เซนติเมตร

ผลงานวิทยานิพนธ์

ผลงานวิทยานิพนธ์ชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” มีจำนวน 2 ชุด และ 1 ชิ้นผลงาน จัดแสดงแบบการจัดวางศิลปะสื่อผสมรูปแบบจิตรกรรม โดยนำเสนอพื้นที่สมมติอย่างโลกภายในของตัวข้าพเจ้าเอง เพื่อสะท้อนภาพแทนของพื้นที่ภายในจิตใจภายใต้สภาวะซึมเศร้า และแนวทางการเยียวยาผ่านการจัดบันทึกรูปแบบจิตรกรรม

ผลงานวิทยานิพนธ์ชุดนี้ข้าพเจ้าได้นำเสนอสภาวะอารมณ์ภายในภายใต้สภาวะซึมเศร้าที่เป็นเหมือนม่านหมอกปกคลุมใจของข้าพเจ้า ถ่ายทอดอารมณ์ภายในจากเรื่องราวที่เป็นประสบการณ์เรื่องราวในอดีต ความเจ็บปวด สูญเสียตัวตน ซึ่งเป็นผลมาจากปัญหาที่ข้าพเจ้าประสบพบเจอ การต้องตกอยู่ในสภาวะซึมเศร้าขั้นวิกฤต การจมอยู่กับปัญหาที่หาทางออกไม่ได้ กระบวนการเหล่านี้จึงเป็นดังการรื้อฟื้นความเข้าใจและทัศนคติของตนเองที่มีต่อมุมมองการใช้ชีวิตขึ้นมาใหม่ด้วยการใช้เทคนิควิธีการที่หลากหลายผ่านวัสดุที่หลากหลายมาเป็นแนวทางเริ่มต้นในกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน

การนำศิลปะบำบัดมาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อหาหนทางเยียวยาด้วยการนำเทคนิคทางศิลปะที่ทำให้ได้แสดงออก มาช่วยให้ได้เปิดรับกับสภาวะอารมณ์ดูแลจัดการกับความรู้สึก และได้รู้จักกับตนเองในแง่มุมที่ต่างออกไป โดยการใช้รูปสัญลักษณ์ภาษาของร่างกายมนุษย์ที่ดำเนินถึงเรื่องราวการกระทำเชิงพฤติกรรมไปตามธรรมชาติแห่งอารมณ์ความรู้สึก เพื่อสำรวจพิจารณาตนเองและเพื่อคลี่คลายปมปัญหาภายในใจหรือการเผยตัวตนเพื่อการตระหนักรู้ถึงตนเองให้พร้อมที่จะยอมรับและเผชิญหน้ากับความจริงอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ผ่านผลงานจิตรกรรม

ตารางที่ 1 ตารางการวิเคราะห์การสร้างสรรค์ผลงานชุดวิทยานิพนธ์

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิคสร้างสรรค์	การสื่อความหมาย
<p>ผลงานชุดภาพถ่ายลายเส้น</p>    	<p>-เรื่องราวจากความรู้สึกที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น</p> <p>แนวคิดคือการวาดเส้นระบายความรู้สึกแบบฉับพลัน</p>	<p>-ชุดภาพถ่ายลายเส้น ดินสอและลายเส้น สีชอล์ค</p> <p>รูปแบบของผลงานสร้างสรรค์ทั้งหมด เริ่มจากการเขียนบันทึกประจำวัน</p> <p>ใช้วิธีการเขียนอย่างอิสระไม่เจาะจงเรื่องราวผ่านเทคนิคการวาดเส้น</p>	<p>-การสร้างสรรค์ผลงานศิลปะลายเส้นดินสอที่มีน้ำหนักหนักเบา สลับกับวิธีการถูและขูดขีดเพื่อบอกเล่าและระบายออก</p> <p>เป็นการปรับสมดุลภายในจิตใจผ่านการเขียนลายเส้นในรูปแบบที่พัฒนามาจากการบันทึกเป็นตัวอักษร</p>

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p>ผลงานชุดจิตรกรรม</p>  	<p>-ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้าฝันถึงคุณยายท่านหนึ่งเข้ามานั่งถามไถ่ด้วยความเอ็นดูถามว่าข้าพเจ้าเป็นใคร หนาวไหม อยากได้ผ้าห่มหรือไม่ ข้าพเจ้ารู้สึกได้รับการโอบกอด และอบอุ่นภายในใจ</p> <p>-เรื่องราวจากความหวังในการพยายามที่จะใช้ชีวิตอยู่ต่อไป</p>	<p>-ผลงานสร้างสรรค์ในเทคนิคสีน้ำมัน ลักษณะทางกายภาพมีข้าพเจ้านอนกอดหมอน ในส่วนของหญิงชรา มีวิธีการใช้สีที่เป็นโทนสีเทา แสดงถึงลักษณะของการไม่มีชีวิต เป็นภาพความทรงจำจากความฝัน</p> <p>-ผลงานสร้างสรรค์ในเทคนิคสีซอล์ค น้ำมัน วาดเป็นลายเส้นง่ายๆ แสดงถึงพื้นที่อ้างว้าง และแสดงความแปรปรวนทางอารมณ์ผ่านลายเส้นของท้องฟ้า</p>	<p>-ข้าพเจ้าถ่ายทอดเรื่องราวจากภาพของความฝันในบรรยากาศที่มีมืดและเย็น ข้าพเจ้ารู้สึกได้รับการโอบกอด ได้เข้าใจความต้องการลึกๆ จากจิตใต้สำนึกของข้าพเจ้าเอง</p> <p>-ผลงานเป็นการวาดรูปทรงผู้หญิงเดินทาง วาดเป็นลายเส้นง่ายๆ แสดงถึงพื้นที่อ้างว้าง และแสดงความแปรปรวนทางอารมณ์ผ่านท้องฟ้าสีแดง</p>

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p data-bbox="300 472 533 506">ผลงานชุดจิตรกรรม</p>  	<p data-bbox="756 517 981 1010">-เรื่องราวจากความ สับสนวุ่นวายจาก สถานการณ์กดดัน และการกระทำไร้ เหตุผล ข้าพเจ้าตัดผมของ ตัวเองโดยไร้ซึ่ง เหตุผลจากสภาวะ ซึมเศร้า</p> <p data-bbox="756 1200 981 1469">-เรื่องราวจากความ โกรธ ความเดือดดาล จากสภาวะสูญเสีย ตัวตน</p>	<p data-bbox="1000 517 1235 842">-ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ ผู้หญิงนั่งหน้ากระจก ลงมือตัดผมตัวเอง ด้วยใบหน้าเศร้า</p> <p data-bbox="1000 1200 1235 1514">-ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ ผู้หญิงในลักษณะยืน ไม่มีหน้า เผยให้เห็น แค่แววตา</p>	<p data-bbox="1260 517 1474 898">-การตัดผม เป็นการแสดงการ กระทำที่สื่อถึงการ ตัดบางอย่างทิ้ง เปรียบเป็นปัญหา ความกดดันที่ได้รับ ณ ขณะนั้น</p> <p data-bbox="1260 1200 1501 1637">-รูปทรงของผู้หญิง ยืนอยู่ในลักษณะทิ้ง ตัว โทนของบรรยากาศ เป็นสีแดง ไม่แสดง ใบหน้า เผยให้เห็นแค่ แววตาที่แสดงถึง อารมณ์โกรธ</p>


ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p>ผลงานชุดจิตรกรรม</p> 	<p>-เรื่องราวจากความ รู้สึกปลอดภัยใน ความสัมพันธ์</p>	<p>-ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ ผู้หญิงที่กำลังนอน บนตักของผู้ชาย ในท่าทางสบาย</p>	<p>-รูปทรงของ ผู้หญิงที่กำลังนอน บนตักของผู้ชาย ในท่าทางสบาย แสดงถึงการพักผ่อน ในพื้นที่ที่ปลอดภัย วางใจ และผ่อนคลาย</p>
	<p>-เรื่องราวจาก ความรู้สึกที่ ข้าพเจ้าต้องการ ความช่วยเหลือ หวังว่าจะมีใคร สักคนมองเห็น ข้าพเจ้า และพา ข้าพเจ้าออกไปจาก โลกของความ ซึมเศร้านี้</p>	<p>--ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ ผู้หญิงที่กำลังยืน เผชิญหน้ากับ ดินแดนที่มีมิติ แสดงลายเส้นของ ท้องฟ้า และภูเขา โดยผู้หญิงหันหน้า มาทางผู้ชม</p>	<p>-รูปทรงของ ผู้หญิงที่กำลังยืน เผชิญหน้ากับดินแดน ที่มีมิติ เสมือนเป็น โลกที่โหดร้ายภายใต้ ภาวะซึมเศร้า โดยผู้หญิงหันหน้ามา ทางผู้ชมเพื่อสื่อถึง ความหวังถึงการ ช่วยเหลือ ที่ไม่ได้พูด ออกไป</p>

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p data-bbox="300 465 533 501">ผลงานชุดจิตรกรรม</p> 	<p data-bbox="767 517 995 898">-นำเสนอพื้นที่สมมติ อย่างพื้นที่ภายในที่ ข้าพเจ้าสร้างขึ้นมา เพื่อเป็นพื้นที่ แห่งการปกป้อง ตัวข้าพเจ้าจากสิ่ง เลวร้ายข้างนอก</p>	<p data-bbox="1023 517 1251 1122">-ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ ผู้หญิงที่กำลังนั่งบน เก้าอี้ในลักษณะ เหน้อยล้า ด้านหลัง เป็นช่องหน้าต่าง ที่มีเส้นของท้องฟ้า ด้านนอก ในลักษณะเป็นเส้น ที่ตัวดรุณแรง</p>	<p data-bbox="1278 517 1506 1182">-การใช้สัญลักษณ์เป็น ช่องหน้าต่างเพื่อ แสดงถึงสภาพ ความเป็นตำแหน่ง ของพื้นที่ข้างใน และข้างนอก ลักษณะของ รูปทรงคนที่นั่ง พักพิงบนเก้าอี้ ในลักษณะของ การพักจากความ เหน้อยล้าที่เกิดขึ้น</p>
	<p data-bbox="767 1368 995 1921">-โต๊ะกินข้าวที่บ้าน ของข้าพเจ้า โต๊ะที่มี 4 ที่นั่ง แต่ข้าพเจ้ากินข้าว คนเดียวจนเป็น ปกติวิสัยมาเป็น เวลากว่า 10 ปีแล้ว 'ทุก ๆ คนในบ้าน ของข้าพเจ้า กินข้าว คนเดียว'</p>	<p data-bbox="1023 1368 1251 1921">-ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีชอล์ค น้ำมัน แสดงรูปทรง ของคน นั่งบนเก้าอี้ ของโต๊ะกินข้าว4ที่ นั่ง ใช้วิธีการขูดขีด เส้นสี ด้วยน้ำหนัก ที่แสดงความรุนแรง ทางความรู้สึก</p>	<p data-bbox="1278 1368 1506 1868">-รูปทรงของคนนั่ง บนเก้าอี้ของ โต๊ะกินข้าว4ที่นั่ง ใช้วิธีการขูดขีด เส้นสี ด้วยน้ำหนัก ที่แสดงความรุนแรง ทางความรู้สึก เหงา เศร้า ที่เก็บไว้ มานานกว่า 10 ปี</p>

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p data-bbox="300 465 533 501">ผลงานชุดจิตรกรรม</p>  	<p data-bbox="751 517 995 949">-เรื่องราวจาก การที่ข้าพเจ้า ต้องเผชิญปัญหา ทางสังคมที่ ข้าพเจ้าอยู่ สังคมของความ ไม่ จริงใจ การหักหลัง</p> <p data-bbox="751 1144 995 1637">-ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้น หลังจากที่ข้าพเจ้า ได้รับข้อความของพ่อ “ไม่ไหวก็กลับบ้าน เราินะลูก” ข้อความที่ทำให้ ข้าพเจ้ารู้สึกเข้าใจถึง คำว่าโชคที่มีบ้าน ให้กลับ อย่างแท้จริง</p>	<p data-bbox="1018 517 1225 1070">--ผลงาน สร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ กลุ่มคน เพศหญิง จำนวน 4 คน นั่งเล่นไพ่ ในลักษณะการ แต่งกายเป็นตัว ละครตลก</p> <p data-bbox="1018 1144 1225 1576">--ผลงาน สร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ พ่อที่กำลังแบกลูก สาวขึ้นหลัง เดินทางบนถนน เพื่อกลับบ้าน</p>	<p data-bbox="1249 517 1513 958">-ข้าพเจ้ารู้สึกเจ็บ ปวดกับเรื่องราวที่ เกิดขึ้นจึงต้องการ กลับ มุมมองและ ถ่ายทอดออกมา ในรูปแบบของ เกมการแข่งขัน และ ทางเลือกที่ทุกคนได้รับ</p> <p data-bbox="1249 1144 1485 1861">-ข้าพเจ้าต้องการ ถ่ายทอดความรู้สึก ของการอยู่บน บ่าของพ่อ ความรักของพ่อ เปรียบเสมือน บ่าที่คอยรองรับ ทุกความเป็นข้าพเจ้า อยู่เสมอ ไม่ว่าเรื่องราวที่เจอ จะโหดร้ายแค่ไหน แต่ข้าพเจ้ามี บ่าของพ่อเสมอ</p>

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p data-bbox="300 465 533 501">ผลงานชุดจิตรกรรม</p>  	<p data-bbox="774 521 948 958">-นำเสนอช่วง เวลาที่ต้องแยก จากสิ่งที่รัก ช่วงเวลาของ ความรู้สึก สูญเสีย ที่ข้าพเจ้าต้อง เผชิญ</p> <p data-bbox="774 1375 927 1464">-ความรักของ พ่อ</p>	<p data-bbox="986 521 1198 898">--ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของ ผู้หญิงที่นอนบนรถ พร้อมกระเป๋า เดินทาง ในมือถือช่อดอกไม้</p> <p data-bbox="986 1375 1225 1751">-ผลงานสร้างสรรค์ ในเทคนิคสีชอล์ค น้ำมัน แสดงรูปทรง ของพ่อที่กำลังอุ้มลูก วัยทารกไว้ในอ้อมอก ในพื้นที่ที่แสดงความ เป็นห้อง</p>	<p data-bbox="1249 521 1501 1182">-การพลัดจาก บางสิ่งก็เหมือน ดังเช่นการเดินทาง เปลี่ยนผ่านจาก ที่หนึ่งไปยังที่หนึ่ง ผ่านเวลา สถานที่ ผ่านผู้คน สิ่งที่เก็บไว้ได้มีเพียง แค่ความทรงจำเท่านั้น ได้เข้าใจว่าทุกสิ่ง เกิดขึ้นล้วนเป็น เรื่องธรรมดา</p> <p data-bbox="1249 1375 1513 1751">-แสดงรูปทรง ของพ่อที่ กำลังอุ้มลูกวัยทารก ไว้ในอ้อมอก ในพื้นที่ที่แสดงความ เป็นห้องเสมือนพ่อที่ โอบอุ้ม ปกป้องลูก จากเรื่องราวเลวร้าย</p>

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p>ผลงานชุดจิตรกรรม</p> 	<p>-ผลงานชิ้นนี้เกิดขึ้นจากการที่ข้าพเจ้าต้องการถ่ายทอดสภาวะมีดมนที่เกิดขึ้นในใจในช่วงเวลาของความมืดบอดทางใจที่ข้าพเจ้าต้องเผชิญ</p>	<p>--ผลงานสร้างสรรค์ในเทคนิคสีชอล์ค น้ำมัน แสดงรูปทรงของผู้หญิงที่ยืนอยู่ในน้ำ ก้มลงมอง ผิวน้ำ มีการใช้สีของบรรยากาศเป็นสีดำ ในลักษณะชุดรุนแรง</p>	<p>-ผลงานแสดงรูปทรงของผู้หญิงที่ยืนอยู่ในน้ำ ก้มลงมองผิวน้ำที่กำลังค่อยๆท่วม เหมือนกับการเจอวิกฤตทางใจที่ไม่มีทางออก ในช่วงเวลานั้น</p>
	<p>-ผลงานชิ้นนี้ ข้าพเจ้าถ่ายทอดความรู้สึกและรูปทรงมุ่งเน้นความรู้สึกโดดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน</p>	<p>-ผลงานสร้างสรรค์ในเทคนิคสีน้ำมัน แสดงรูปทรงของผู้หญิงที่กำลังนั่ง ในลักษณะเหนื่อยล้า ในลักษณะเป็นเส้นที่ตัวรุนแรง</p>	<p>-ผลงานแสดงรูปทรงของผู้หญิงกำลังนั่ง ในลักษณะเหนื่อยล้า ในลักษณะเป็นเส้นที่ตัวรุนแรง แทนความรู้สึกกดดัน เหนื่อยล้าที่เกิดขึ้นภายในใจ</p>

ผลงาน	เนื้อหา/แนวคิด	รูปแบบ/เทคนิค สร้างสรรค์	การสื่อ ความหมาย
<p>ผลงานชุดจิตรกรรม</p> 	<p>-ผลงานแสดง ความเป็นพื้นที่ ภายใน ที่ถูกปกป้อง ด้วย กรอบของความ ปลอดภัย</p>	<p>-จิตรกรรมเทคนิค สีผสม ลักษณะเป็น กรอบหน้าต่าง ภายในเป็นจิตรกรรม ลายเส้นทิวทัศน์ โทนสีแดง</p>	<p>-แสดงภาพแทน ของกรอบหน้าต่าง ที่ชี้ให้เห็นถึง สภาวะของความ แบ่งแยกระหว่าง พื้นที่ข้างนอกและ พื้นที่ข้างใน แสดงความเป็น พื้นที่ภายใน ที่ถูกปกป้องด้วย กรอบของความ ปลอดภัย</p>
<p>ผลงานสื่อผสม “ARMSHARE”</p> 	<p>-ผลงานบอกเล่า ถึงมุมมองของ สภาวะการ ได้รับ ที่พักทางใจ</p>	<p>-ผลงานเทคนิค สื่อผสม 3มิติ เป็นเก้าอี้มีพนักพิง ในรูปทรงที่ถูกทำให้ คล้ายละลาย</p>	<p>-พักพิงทางใจของตัว ข้าพเจ้า ครอบครัว เพื่อน พี่ น้อง บุคคลหรือแม้แต่ สถานที่บางแห่ง ทำให้ข้าพเจ้านึกถึง สภาวะที่ได้รับการโอบ อุ้ม จากตำแหน่งของ การ พักพิงอย่างการนั่ง บนเก้าอี้อาร์มแชร์</p>

การจัดวางศิลปะสื่อผสมรูปแบบจิตรกรรมในผลงานชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน”

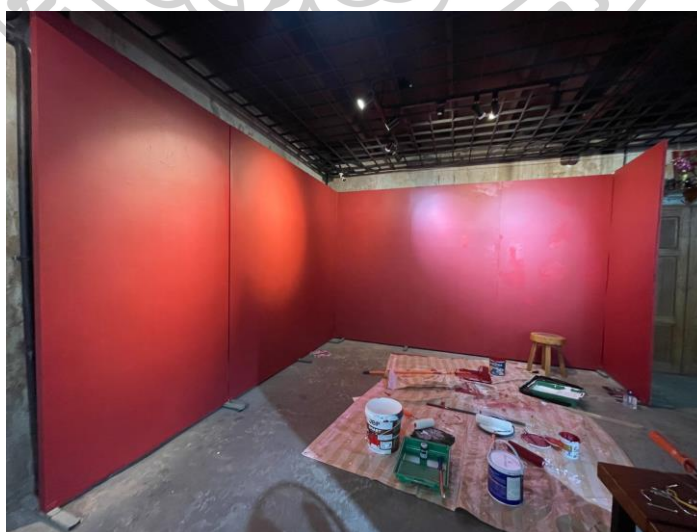
ผลงานชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” ถ่ายทอดพื้นที่ความรู้สึกโดดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน กระบวนการการจัดวางผลงานในรูปแบบที่แสดงถึงพื้นที่ภายในจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพื่อการแสดงออกถึงพื้นที่ที่สอดคล้องกับเป้าหมายของการเผยออกของพื้นที่ภายในภายใต้ภาวะซึมเศร้าที่ข้าพเจ้าประสบพบเจอ สะท้อนถึงสภาวะที่แวดล้อมไปด้วยอารมณ์ความรู้สึกและประสบการณ์มากมายในชีวิต ผ่านวิธีการจัดวางศิลปะสื่อผสมรูปแบบจิตรกรรม โดยมีผู้ชมเข้ามามีส่วนร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการรับรู้ความรู้สึกผ่านผลงานศิลปะที่ข้าพเจ้าแสดงออก ซึ่งมีวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

1. สร้างพื้นที่

จัดการกับพื้นที่ด้วยการสร้างพื้นที่ที่แสดงถึงความเป็นห้อง โดยการจัดสรรให้มีมุมในลักษณะแบบเดียวกับห้อง เพื่อการแสดงออกถึงพื้นที่ที่สอดคล้องกับเป้าหมายของการเผยออกของพื้นที่ภายในภายใต้ภาวะซึมเศร้า เปรียบเสมือนพื้นที่จำกัดความคิดความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ที่แสดงมุมมองและบทสนทนาของตนเองเพื่อปล่อยออกและคลี่คลายปมปัญหาที่เกิดขึ้นภายในใจ

2. การปรับสีของพื้นที่

ภายในห้องแสดงผลงานที่ข้าพเจ้าสร้างสรรค์ขึ้น ข้าพเจ้าได้เปลี่ยนสีของพื้นที่ทั้งหมดโดยการเลือกใช้สีแดงเข้ม เพื่อถ่ายทอดอารมณ์ที่รุนแรงภายในแสดงออกผ่านพื้นที่ในการสร้างสรรค์นี้ โดยสีแดงที่ข้าพเจ้าใช้สามารถตอบสนองความต้องการในการดึงดูดความสนใจ และแสดงออกถึงความรู้สึกรุนแรงทางอารมณ์ได้ตอบโจทย์ความต้องการของข้าพเจ้ามากที่สุด



ภาพที่ 64 การปรับสีของพื้นที่เพื่อแสดงสภาวะอารมณ์ ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

3. การควบคุมแสง

แสงที่ข้าพเจ้าเลือกใช้คือแสงสีเหลืองและแสงสีขาว ข้าพเจ้ามีการใช้แสงสีคล้ายรูปแบบของการใช้สีในภาพยนตร์หลายๆเรื่องที่ข้าพเจ้าเคยได้รับชมและรู้สึกเื่อม โดยข้าพเจ้าเลือกใช้แสงสีเหลืองในจำนวนที่มากกว่าแสงสีขาวเพราะแสงสีเหลืองมีการให้อารมณ์ความรู้สึกถึงความไม่มั่นคง ปลอดภัย ความคลั่ง ความเจ็บป่วย ความขมขื่น ที่ข้าพเจ้าต้องการแสดงออกซึ่งทั้งหมดนี้แสงสีเหลืองสามารถสนับสนุนความต้องการในการแสดงออกของข้าพเจ้าได้อย่างสมบูรณ์มากขึ้นและยังเป็นสีที่ช่วยทำให้ผู้ชมได้รับการกระตุ้นความคิดได้มากขึ้นอีกด้วย โดยตำแหน่งที่แสงสาดลงมาจะคล้ายกับการจัดไฟบนละครเวที ส่องลงมาบนตำแหน่งของวัตถุที่ข้าพเจ้าต้องการนำเสนอเพียงจุดเดียว เพื่อแสดงความโดดเด่น ความเหงา ความหดหู่ในพื้นที่ที่สมมติอย่างพื้นที่ของโลกภายใน

4. การใช้วัสดุจริง

ข้าพเจ้ามีการใช้วัสดุสิ่งของต่าง ๆ เป็นตัวกระตุ้นเรื่องราวภายในใจ แสดงออกถึงเรื่องราว ประสบการณ์ที่ส่งผลถึงสภาวะภายในของตัวข้าพเจ้าเอง การประสบปัญหาที่ผ่านมาทำให้ข้าพเจ้า มองเห็นที่פקพิงทางใจของตัวข้าพเจ้า ครอบครัว เพื่อน พี่ น้อง บุคคลหรือแม้แต่สถานที่บางแห่ง ทำให้ข้าพเจ้านึกถึงสภาวะที่ได้รับการโอบอุ้มจากตำแหน่งของการפקพิง ข้าพเจ้าจึงหยิบยกความรู้สึก ของการได้פקพิงนี้มาสร้างสรรค์ผ่านการใช้เก้าอี้ที่פקพิงทางกายและสิ่งของในชีวิตประจำวันของ ข้าพเจ้าเองมาแสดงออกผ่านการจัดวาง



ภาพที่ 65 การใช้วัสดุจริงในการจัดวางรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี่

ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

5. การประกอบขึ้นของจิตรกรรม

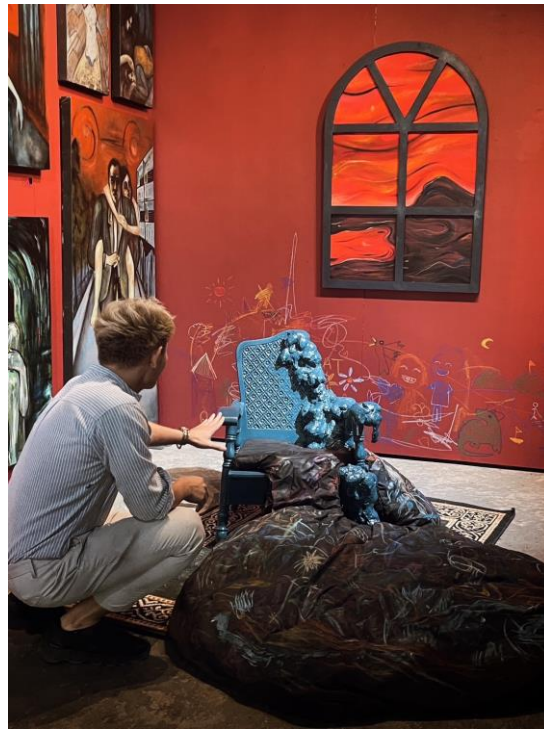
ในพื้นที่แสดงผลงานประกอบไปด้วยจิตรกรรมที่หลากหลายรูปแบบ วิธีการและขนาด ซึ่งกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมชุดนี้มีรูปแบบมาจากการเขียนบันทึกประจำวันที่ถูกร้อยเรียงใหม่ เสมือนเป็นการเปิดมุมมองใหม่ในเรื่องราวเดิมที่ได้ประสบพบเจอ เป็นการถ่ายทอดพื้นที่ของอารมณ์ความรู้สึกภายในผ่านเรื่องราวเหตุการณ์ในชีวิตภายใต้มุมมองของข้าพเจ้า การร้อยเรียงกันของผลงานจิตรกรรมที่มีหลากหลายรูปแบบส่งผลให้อารมณ์ของผู้สร้างสรรค์สามารถแสดงออกได้อย่างไม่มีข้อจำกัด และอัดแน่นอยู่ในพื้นที่ของการสร้างสรรค์นี้ และการสามารถตอบโจทยความต้องการของแสดงออกถึงการสร้างสรรค์เพื่อเปิดรับกับสภาวะอารมณ์และทำความเข้าใจใหม่ในรูปแบบของการเยียวยาผ่านเทคนิคจิตรกรรมนี้



ภาพที่ 66 การติดตั้งรูปแบบจำลองพื้นที่ของโลกภายใน ณ โอลด์ ทาวน์แกลลอรี่
ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

6. ทิศทางของผู้เข้าชม

ทิศทางที่ข้าพเจ้ากำหนดขึ้นเพื่อการเข้าชมผลงานชุดนี้ เป็นการกำหนดเนื้อหาที่ผู้เข้าชมจะได้รับ เสมือนกับการที่ผู้ชมเดินเข้ามาในเนื้อตัวของข้าพเจ้า รับรู้ความรู้สึก เรื่องราว และมองเห็นร่องรอยบางอย่างภายในโลกภายในของข้าพเจ้า เข้ามามีส่วนร่วมในพื้นที่ของข้าพเจ้าโดยการทิ้งร่องรอยบางอย่างไว้ ได้เข้าใจ พบเจอ และพูดคุยกับข้าพเจ้าผ่านผลงานการจัดวางศิลปะสื่อผสมรูปแบบจิตรกรรมในผลงานชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” ที่ข้าพเจ้าสร้างสรรค์ขึ้น



ภาพที่ 67 ภาพบรรยากาศการเผยแพร่พื้นที่ของสภาวะภายในต่อผู้ชม ณ โอลด์ ทาวนแกลลอรี่
 ที่มา : ผู้สร้างสรรค์



ภาพที่ 68 ภาพบรรยากาศการเผยแพร่พื้นที่ของสภาวะภายในต่อผู้ชม ณ โอลด์ ทาวนแกลลอรี่
 ที่มา : ผู้สร้างสรรค์

การวิเคราะห์ผลงานวิทยานิพนธ์กับแนวคิดการสะท้อนโลกภายในภายใต้ภาวะซึมเศร้ากับศิลปะบำบัด

ผลงานชุด “รูปแห่งสภาวะภายใน” เป็นผลงานรูปแบบการจัดวางศิลปะสื่อผสมรูปแบบจิตรกรรม โดยนำเสนอพื้นที่สมมติอย่างโลกภายในของตัวข้าพเจ้าเอง เพื่อสะท้อนภาพแทนของพื้นที่ภายในจิตใจภายใต้ภาวะซึมเศร้า และแนวทางการเยียวยาผ่านการจัดบันทึกรูปแบบจิตรกรรมซึ่งรายละเอียดข้อมูลที่น่าสนใจนำมาสร้างสรรค์มีหลายรูปแบบด้วยกัน ทั้งการสังเกตตนเอง การจัดบันทึกประจำวัน การค้นหาข้อมูลสนับสนุนจากงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับการบำบัด ข้าพเจ้าจึงนำข้อมูลเหล่านี้มาสร้างสรรค์เป็นผลงานศิลปะเพื่อการเยียวยาจิตใจในรูปแบบของข้าพเจ้าเอง

การจัดบันทึกประจำวันมาสู่ภาพร่างลายเส้น ขยายเป็นผลงานจิตรกรรมเทคนิคต่าง ๆ จนถึงผลงานสื่อผสม 3 มิติ จัดวางในรูปแบบของภาพแทนพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน เพื่อแสดงเรื่องราวของสภาวะจิตใจภายใต้ภาวะซึมเศร้า เพื่อแสดงความเป็นพื้นที่แห่งการเติมเต็มทางอารมณ์เพื่อความยืดหยุ่นทางจิตใจและให้ความหมายของสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเอง เสมือนเป็นการได้พูดคุยเพื่อตั้งคำถามและหาคำตอบให้กับตัวเอง ได้ค้นหาและเปิดรับสภาวะอารมณ์และดูแลจัดการความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ได้เข้าใจประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นปัญหาและคลี่คลายบมในใจให้พบกับสภาวะปกติของจิตใจ

ในการนำเสนอผลงานชุดนี้เป็นการแสดงให้เห็นถึงวิธีการถ่ายทอดความรู้สึก เรื่องราวและประสบการณ์ภายใต้การนำศิลปะบำบัดเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน ศิลปะเข้ามาเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ข้าพเจ้าได้ปลดปล่อยและระบายออกถึงตัวตนภายใน เยียวยาความไม่สมบูรณ์ของชีวิต ก่อให้เกิดความสมดุลด้านจิตใจ ทำความเข้าใจกับความรู้สึกทุกซอกซอที่ที่เกิดขึ้น และเยียวยาแก้ไขปมปัญหาเหล่านั้นอย่างเข้าใจ แสดงวิธีการมองทุกซอกซอให้เห็นได้ตามความเป็นจริง รวมถึงการปรับจิตให้รับสภาพ กับความทุกข์ที่เกิดขึ้นอย่างรู้เท่าทัน ทำให้กายและใจของข้าพเจ้า เข้าสู่กระบวนการเยียวยาจากจิตใจเบื้องต้นภายในที่ไม่สมดุล การได้รับการเยียวยาผ่านกระบวนการทางศิลปะ ทำให้ข้าพเจ้าพบแง่มุมที่ต่างจากเดิม การทำความเข้าใจและเปิดมุมมองใหม่ และเป็นแนวทางหนึ่งในการเยียวยาสภาวะซึมเศร้าผ่านการทำงานศิลปะ

บทที่ 5

บทสรุป

สรุปผลการสร้างสรรค์

การสร้างสรรควิทยานิพนธ์ในหัวข้อ “รูปแห่งสภาวะภายใน” เป็นการเริ่มต้นจากการต้องการหาวิธีเยียวยาความทุกข์ที่ประสบพบเจอของตนเอง ภายใต้สภาวะแรงกดดันและผลกระทบของสังคมปัจจุบัน โดยเริ่มจากวิธีการสำรวจตัวเองจากสภาวะซึมเศร้าผ่านการจดบันทึกประจำวัน และค้นหาแนวทางในการสร้างสรรค์ไปพร้อม ๆ กับการพัฒนาผลงานร่วมกับการเยียวยาด้วยศาสตร์แห่งศิลปะ และวิธีพิจารณาแบบขั้น 5 ในรูปแบบของการรับรู้เท่าทันและการแทรกแซงก่อนรูปแบบของภาวะซึมเศร้าจะสมบูรณ์ มีการกำหนดกรอบความคิด แรงบันดาลใจจนถึงแนวคิดสนับสนุนสู่ผลสำเร็จของกระบวนการ สร้างสรรค์ผลงานศิลปะเพื่อการเยียวยา ถ่ายทอดผ่านผลงานศิลปะที่มีรูปแบบการถ่ายทอดความรู้สึก และรูปทรง มุ่งเน้นความรู้สึกโดดเดี่ยวภายในใจ การสูญเสียตัวตน หดหู่ไม่ปลอดภัยในพื้นที่สมมติอย่างโลกภายใน ผ่านรูปแบบผลงานสองมิติและสามมิติ โดยมีศิลปะแบบเอ็กซ์เพรสชันนิสม์เป็น รูปแบบในการสร้างสรรค์ผลงานโดยการใช้สีน้ำมัน และวัสดุต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดเทคนิคสร้างสรรค์ลงบนผลงานจิตรกรรมให้เหมาะสมกับสภาวะอารมณ์ที่หลากหลาย เพื่อผลสำเร็จของการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะผ่านมุมมองภายใน การเผยตัวตนเพื่อการตระหนักรู้ถึงตนเองให้พร้อมที่จะยอมรับและเผชิญหน้ากับความจริงอันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ผ่านผลงานจิตรกรรม

อภิปรายผล

การสร้างสรรควิทยานิพนธ์ในหัวข้อ “รูปแห่งสภาวะภายใน” ข้าพเจ้ามีความตั้งใจศึกษาค้นคว้าข้อมูล ทดลองเทคนิค พัฒนารูปแบบ ตลอดจนพัฒนาผลงานให้มีความสมบูรณ์สำเร็จลุล่วงเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ด้วยการใช้รูปทรง เส้น สี ที่แปร่ง นำพาความรู้สึกภายใน ส่งถึงการรับรู้ของผู้ชม ผลงานศิลปะของข้าพเจ้าสามารถถ่ายทอดความรู้สึก เรื่องราว และประสบการณ์ได้ตรงตามที่ข้าพเจ้ามุ่งหวังไว้ ในกระบวนการทำงานศิลปะของข้าพเจ้าได้มีการ นำศิลปะบำบัดเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน ศิลปะเข้ามาเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ ข้าพเจ้าได้ปลดปล่อยและระบายออกถึงตัวตนภายใน เยียวยาความไม่สมบูรณ์ของชีวิต ก่อให้เกิดความสมดุลด้านจิตใจ ทำความเข้าใจกับความรู้สึกทุกข์ที่เกิดขึ้น และเยียวยาแก้ไขปมปัญหาเหล่านั้นอย่างเข้าใจ การมองทุกข์

ให้เห็นได้ตามความเป็นจริง รวมถึงการปรับจิตให้รับสภาพกับความทุกข์ที่เกิดขึ้นอย่างรู้เท่าทัน ทำให้กายและใจของข้าพเจ้าเข้าสู่กระบวนการเยียวยาจากจิตใจเบื้องลึกภายในที่ไม่สมดุล ถึงแม้ว่าประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาของข้าพเจ้าจะเป็นเรื่องเลวร้ายในความทรงจำ แต่การได้รับการเยียวยาผ่านกระบวนการทางศิลปะ ทำให้ข้าพเจ้าพบแง่มุมที่ต่างจากเดิม การทำความเข้าใจและเปิดมุมมองใหม่ ศิลปะสอนให้ข้าพเจ้ารู้จักการปล่อยออก ปล่อยวาง และทำความเข้าใจ ทำให้ข้าพเจ้ามีชีวิตที่สมดุล และมีจิตใจที่มั่นคงสมบูรณ์ตลอดไป

สุดท้ายนี้ข้าพเจ้าอยากขอบคุณวิทยานิพนธ์ชุดนี้ ที่สร้างความหวัง และกำลังใจให้แก่ข้าพเจ้าในการที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป แม้สภาพจิตใจของข้าพเจ้าจะไม่สมบูรณ์พร้อม แต่การได้รู้ฟื้นความเข้าใจ และทัศนคติของตนเองที่มีต่อมุมมองการใช้ชีวิตขึ้นมาใหม่ ผ่านการเยียวยาด้วยศิลปะ ทำให้ได้เข้าใจธรรมชาติของความปกติสุขและปกติทุกข์ของชีวิต ก็ได้มองเห็นความงามและความหมายของการมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ในรูปแบบของการใช้ชีวิตที่สมดุล



รายการอ้างอิง

เมตตา สุวรรณศรี. (2559). เส้นใยแห่งความรักของแม่ มหาวิทยาลัยศิลปากร. กรุงเทพฯ.

โรงพยาบาลมนารมย์. (2564). ศิลปะบำบัดในแนวแนวคิดทฤษฎีจิตวิเคราะห์.

https://www.manarom.com/art_therapy_thai.html

โรงพยาบาลมนารมย์. (2564). ศิลปะบำบัดในแนวทางมนุษยปรัชญา.

https://www.manarom.com/art_therapy_thai.html

กฤษฎิญา ไชยศรี. (2564). *Edvard Munch* ศิลปินผู้สั่นสะเทือนโลกศิลปะด้วยการ ‘กรีดร้อง’.

<https://groundcontrolth.com/blogs/60>

นาทานาม ไวยหงษ์. (2563). เปิดโลกศิลปะของ *Edward Hopper* ศิลปินผู้สร้างผลงานตรงชีวิตปี 2020 แม้จะผ่าน

มาเกินกว่า 70 ปี. <https://www.vogue.co.th/fashion/article/edwardhoppers>

พระครูสมุห์วรวิทย์ ภาสุโก. (2562). ทุกข์และการดับทุกข์ในคัมภีร์อรรถกถารมบท. [https://so03.tci-](https://so03.tci-thaijo.org/index.php/JMND/article/download/223722/154834/753754)

[thaijo.org/index.php/JMND/article/download/223722/154834/753754](https://so03.tci-thaijo.org/index.php/JMND/article/download/223722/154834/753754)

พิรณัฐ จันทร์สกุลณี. (2564). ตามรอยชีวิตขมขื่นของ *Frida Kahlo* จิตรกรหญิงผู้ไข้ความเจ็บปวด ความทรมาน

และความตาย สร้างงานศิลปะ. [https://www.vogue.co.th/lifestyle/article/history-of-frida-](https://www.vogue.co.th/lifestyle/article/history-of-frida-kahlo)

[kahlo](https://www.vogue.co.th/lifestyle/article/history-of-frida-kahlo)

วัชรพร อยู่ดี. (2556). การแปรค่าอารมณ์สู่การสร้างสรรค์ งานศิลปะ: กรณีศึกษาผลงานศิลปะ ชุด “ความเศร้าอัน

งดงาม”. 4(1). [https://so02.tci-](https://so02.tci-thaijo.org/index.php/fineartsJournal/article/view/77652/62275)

[thaijo.org/index.php/fineartsJournal/article/view/77652/62275](https://so02.tci-thaijo.org/index.php/fineartsJournal/article/view/77652/62275)

ศ.นพ.มานิช หล่อตระกูล. (2561). โรคซึมเศร้าโดยละเอียด.

<https://www.rama.mahidol.ac.th/ramamental/generalknowledge/general/090420>

[14-1017](https://www.rama.mahidol.ac.th/ramamental/generalknowledge/general/090420)



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาวขวัญชนก แสงทอง
วัน เดือน ปี เกิด	7 ตุลาคม 2539
สถานที่เกิด	จังหวัดปทุมธานี
วุฒิการศึกษา	2562 ศิลปะบัณฑิตปริญญาตรีสาขาศิลปะไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี 2566 ศิลปมหาบัณฑิต ปริญญาโท สาขาจิตรกรรม มหาวิทยาลัยศิลปากร
ที่อยู่ปัจจุบัน	33/194 ภัสสร1 ตำบล คลองสาม อำเภอลองหลวง จังหวัดปทุมธานี 12120
ผลงานตีพิมพ์	2566 -นิทรรศการศิลปะ มิตร - Nine / Mid - Nine โดยนักศึกษาระดับปริญญาโท ชั้นปีที่ 2 สาขาวิชาทัศนศิลป์ (จิตรกรรม) คณะจิตรกรรม ประติมากรรมและภาพพิมพ์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ณ Old Town Gallery กรุงเทพมหานคร -นิทรรศการงานประมูล พิพิธภัณฑสถานศิลปะเชียงใหม่ ประจำปี 2566 2565 -นิทรรศการงานประมูล ศิลปินเพื่อช้าง -Art For Mind โครงการสร้างสรรค์จิตรกรรมเพื่อบำบัด สุขภาพทางใจ แก่ผู้ป่วย และบุคลากรทางการแพทย์ ในโรงพยาบาล ครั้งที่3 2564 -นิทรรศการภาพทิวทัศน์วิถีชีวิตชนเผ่าปกากะญอ -ร่วมประมูลเพื่อสร้างสะพานทางผาด่าน- แม่สะแงะ- ปางนาง จ.ลำพูน อารามสงฆ์บ้านผาด่าน ร่วมกับหอศิลป์ปานบุญมีบุญศรี และพิพิธภัณฑสถานศิลปะเชียงใหม่ ณ จังหวัดลำพูน - นิทรรศการ Young – raise guys - นิทรรศการงานประมูล พิพิธภัณฑสถานศิลปะเชียงใหม่

	ประจำปี 2564
2563	- นิทรรศการศิลปะบำบัดทุกข์บำรุงสุข สำนักส่งเสริม ศิลปะร่วมสมัย กระทรวงวัฒนธรรม - นิทรรศการเดี่ยว'ความฝันความหวัง' - นิทรรศการงานประมุข พิพิธภัณฑสถานศิลปะเชียงใหม่ ประจำปี 2563
2562	- นิทรรศการ same goal exhibition - นิทรรศการ'กองทุนช่างเกิด' - นิทรรศการงานประมุข พิพิธภัณฑสถานศิลปะเชียงใหม่ ประจำปี 2562
2561	- นิทรรศการศิลปะนิพนธ์ 67 episode exhibition
2562	ได้รับทุนการศึกษา กองทุนช่างเกิด

รางวัลที่ได้รับ

