



ผลของการใช้ศิลปะบำบัดที่มีต่อภาวะซึมเศร้าของผู้บำบัดยาเสพติดในระบบ Matrix ในโรงพยาบาลพิจิตร The effects of Art Therapy on Depression of Substance Use Disorders in Matrix Program at Phichit Hospital.

(Received: October 22, 2020; Accepted: November 22, 2020)

ภริยา ราชสันเทียะ พบ., อัญชลี ฉัตรแก้ว พยม.

Piraya Rajsanthia M.D., Anchalee Chatkaew M.N.S.

กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด โรงพยาบาลพิจิตร

Psychiatry and Addiction Division Phichit Hospital

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบคะแนนภาวะซึมเศร้าของผู้รับการบำบัดยาเสพติดในระบบ Matrix ในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ศิลปะบำบัด 2) เพื่อเปรียบเทียบคะแนนภาวะซึมเศร้าระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการใช้ศิลปะบำบัด เก็บข้อมูลจากผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดในระบบ Matrix ที่แผนกจิตเวช โรงพยาบาลพิจิตร จำนวน 31 ราย การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) โดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไปและใช้แบบประเมินโรคซึมเศร้า (9Q) ของกรมสุขภาพจิต และแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นสองกลุ่มโดยวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่ายจัดเข้าเป็นกลุ่มควบคุม 16 คน และกลุ่มทดลอง 15 คน เพื่อประเมินเปรียบเทียบผลของคะแนนภาวะซึมเศร้าของผู้บำบัดทั้งสองกลุ่มทั้งก่อนและหลังการใช้ศิลปะบำบัด

ผลการศึกษา : ผู้บำบัดในกลุ่มทดลองภายหลังที่ได้รับศิลปะบำบัดมีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้ามลดลงกว่าก่อนได้รับศิลปะบำบัดและต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

คำสำคัญ : ศิลปะบำบัด , ภาวะซึมเศร้า , ผู้รับการบำบัดยาเสพติด

Abstract

This Quasi - Experimental Research aim to 1) Compare the depression scores of substances use disorders in Matrix Program of the experimental group before and after receiving art therapy. 2) compare the depression scores of substances use disorders in Matrix Program between the experimental group and the control group before and after receiving art therapy. The study was conducted in 31 substances use disorders in Matrix Program in Phichit hospital . The samples of 15 were randomized by systematic purposive sampling and assigned to be an experimental group that received art therapy . The rest samples of 16 were assigned to be the control group that participated in usual Matrix Program. This study used The 9Q scale of Department of mental health to assess the depression level on both groups which were before and after the experiment.

Results : After received art therapy the substances use disorders in the experimental group had significantly lower the mean depression score than before the experiment ($p < 0.01$) and lower than did the control group. ($p < 0.01$)

Keywords : Art therapy , Depression , Substances use disorders

บทนำ

จากสถานการณ์และสภาพปัญหาเสพติดในภาพรวมที่ผ่านมาของจังหวัดพิจิตร พบว่าผู้เข้ารับการบำบัดของจังหวัดพิจิตรที่เข้าสู่ระบบบำบัดรักษาของกระทรวงสาธารณสุข สุขเพิ่มขึ้น โดยใน

ปีงบประมาณ 2560 จำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับการบำบัดรักษา 336 คน ปีงบประมาณ 2561 จำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับ การบำบัดรักษา 430 คน ปีงบประมาณ 2562 จำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับการบำบัดรักษา 486 คน สำหรับใน ปี 2563 (ต.ค.62-

ธ.ค.62) มีผู้ป่วยเข้ารับการรักษาแล้วทั้งสิ้น 71 คน (กระทรวงสาธารณสุข ,2563) โดยภาวะซึมเศร้า เป็นปัญหาที่พบ บ่อยในผู้ป่วยที่ใช้สารเสพติด (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปราม ยาเสพติด ,2533) โดยภาวะซึมเศร้านั้นส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม(Beck, A.T. ,1967 ; ดวงใจ กษานติกุล ,2542) หากปล่อยเอาไว้โดยไร้ซึ่งความตระหนัก และหากไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกวิธีอาจ นำมา ซึ่งการสูญเสียในระยะยาวทั้งต่อสุขภาพกาย และสุขภาพจิตได้(สมภาพ เรื่องตระกูล ,2542) หาก ภาวะซึมเศร้านั้นได้รับการค้นพบและ ได้รับการ ดูแลรักษาตั้งแต่ในช่วงแรกๆจะเป็นผลดีต่อผู้ป่วยบำบัด ยาเสพติดเองและทำให้การรักษา มี ประสิทธิภาพ มากยิ่งขึ้น ซึ่งศิลปะบำบัดก็เป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการทำจิตบำบัดโดยใช้ศิลปะเป็นเครื่องมือในการบำบัด(ทวีศักดิ์ สิริรัตนเรขา ,2550) ศิลปะ บำบัดเกิดขึ้นจากความคิดที่ว่าศิลปะเป็นการ เยียวยาและเป็นการสื่อสารความคิดความรู้สึกใน รูปแบบที่ปราศจากคำพูดเช่นเดียวกับการบำบัด ทางจิตวิทยาในรูปแบบอื่นๆ (Alain de Botton ,2013) ศิลปะบำบัดนั้นสามารถช่วยให้บุคคลเกิด ความผ่อนคลายจากความเจ็บป่วย ช่วยคลี่คลาย ความขัดแย้งรวมทั้งปัญหาต่างๆที่ได้พบเจอมาและ สร้างคุณค่าให้กับชีวิตทำให้มองเห็นคุณค่าของ ตัวเองและรู้สึกถึงสภาวะสมดุลทางอารมณ์(สถาบัน บำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติ ,2558) ศิลปะบำบัดจึงนับเป็นอีกหนึ่งตัวเลือกที่ น่าสนใจในการลดภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยสารเสพติดและเนื่องด้วยศิลปะเป็นเครื่องมือที่สามารถ เข้าถึงจิตใจได้ง่ายเหมาะกับการเข้าถึงประเด็น ความอ่อนไหวทางด้านจิตใจซึ่งจะช่วยลดกลไกทาง จิตและเนื่องจากยังไม่เคยมีงานวิจัยในเรื่องการนำ ศิลปะบำบัดมาใช้ในการบำบัดผู้ป่วยยาเสพติดใน ระบบ Matrix Program(ชูทิพย์ รัตนพลแสนย์ ,2554) ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีวัตถุประสงค์ที่จะ ทำการศึกษาในเรื่องนี้

วิธีการศึกษา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่ง ทดลอง (Quasi - Experimental Research) ชนิด 2 กลุ่มแบบวัดก่อนและหลังทดลอง Two Groups (Pre – Post test design) โดยกลุ่มประชากรที่ ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพตามปกติมีจำนวน 31 คนการสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มควบคุมและกลุ่ม ทดลองผู้วิจัยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่ม แบบ บ่าย(Simple random sampling) โดยการ จับสลากเพื่อคัดเลือกเป็นกลุ่มควบคุมให้ได้ จำนวน 16 คน แล้ว สุ่มสำหรับเป็นกลุ่มทดลองให้ได้ จำนวน 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมศิลปกรรมบำบัดที่ใช้ใน การศึกษานี้ได้ปรับปรุงมาจากงานวิจัยของ ชู วิทย รัตนพลแสนย์¹⁰ในการศึกษาผลของการใช้ ศิลปกรรมบำบัดต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ซึ่ง ได้รับอนุญาตให้นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 10 กิจกรรม

2. แบบประเมิน โรคซึมเศร้า (9Q) ของกรม สุขภาพจิต โดยมีคะแนนการแปลผล 9Q ดังนี้

คะแนน < 7 แปลผลได้ว่า ไม่มีอาการของ โรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศร้ารระดับน้อย มาก

คะแนน 7 – 12 แปลผลได้ว่า มีอาการของ โรคซึมเศร้า ระดับน้อย

คะแนน 13 - 18 แปลผลได้ว่า มีอาการของ โรคซึมเศร้า ระดับปานกลาง

คะแนน ≥ 19 แปลผลได้ว่า มีอาการของโรค ซึมเศร้า ระดับรุนแรง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ใช้สถิติเชิง พรรณนา แจกแจงเป็นค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการเปรียบเทียบ คะแนนภาวะซึมเศร่าก่อนและหลังการทดลอง

ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ใช้สถิติเชิง
อนุมาน Fisher's exact test และ Mann-
Whitney U test

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างจำนวน 31 คน
แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 16
คน โดยกลุ่มทดลองเป็นเพศชายทั้งหมด ร้อยละ
100 ส่วนกลุ่มควบคุมเป็นเพศชาย ร้อยละ 93.33
ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีอายุน้อยกว่าหรือ
เท่ากับ 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 80 และร้อยละ
81.25 ตามลำดับ ส่วนใหญ่กลุ่มทดลองสถานภาพ
สมรสโสด ร้อยละ 46.67 ส่วนกลุ่มควบคุม
สถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 50 ทั้งกลุ่มทดลองและ
กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 60.01
และร้อยละ 43.75 ตามลำดับ และกลุ่มตัวอย่าง
ทั้งหมดไม่มีโรคประจำตัว เมื่อทดสอบความ

แตกต่างของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติ Fisher's
exact test พบว่าลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
ไม่แตกต่างกัน

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนภาวะซึมเศร้า
(9Q) ของผู้บำบัดยาเสพติดในระบบ Matrix ใน
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองและ
หลังการทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้า
ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนทดลองไม่
แตกต่างกันคือ 9.73 และ 9.25 ตามลำดับ หลัง
การทดลองพบว่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของ
กลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกับก่อนการทดลองคือ
9.25 ส่วนกลุ่มทดลองคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้า
ลดลงจากก่อนการทดลอง คือ 7.00

3. ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของ
คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่ม
ทดลองโดยสถิติ Mann-Whitney U Test

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Mann-Whitney U test

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mean Rank	Z	p-value
Posttest-pretest experimental	15	10.97	-3.02	.002
Posttest-pretest control	16	20.72		
Total	31			

$P < 0.01$

จากตารางที่ 1 คะแนนภาวะซึมเศร้าก่อน
และหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่ม
ควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ 0.01

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาพบว่าคะแนนภาวะ
ซึมเศร้าก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ

ชูวิทย์ รัตนพลแสนย์(นฤมล อินทหมื่น ,2555) ที่
ศึกษาผลของการใช้ศิลปกรรมบำบัดที่มีต่อภาวะ
ซึมเศร้าในผู้สูงอายุ ซึ่งทดลองกับกลุ่มทดลองกับ
กลุ่มตัวอย่าง 12 คน พบว่าศิลปกรรมบำบัดมีผล
ทำให้ภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุลดลงอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และสอดคล้องกับ
การศึกษาของ นฤมล อินทหมื่น(รัฐ ลอยสงเคราะห์
,2552) ที่ศึกษาผลของศิลปะบำบัดต่อการลดภาวะ
ซึมเศร้าในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย
ถึงปานกลางในกลุ่มตัวอย่าง 22คน พบว่าผู้บำบัด

ในกลุ่มทดลองหลังได้รับศิลปะบำบัดมีระดับภาวะซึมเศร้าลดลงต่ำกว่าก่อนได้รับศิลปะบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และภาวะซึมเศร้าลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมที่เข้าร่วมกิจกรรมตามปกติของศูนย์ และสอดคล้องกับการศึกษาของรัฐ ลอย สงเคราะห์ (Wilson.H. ,1983) ที่ศึกษาผลของศิลปะบำบัดต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ติดสารเสพติดชาย สถาบันธัญญารักษ์ ในกลุ่มตัวอย่าง 30 คน พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองหลังจากได้รับศิลปะบำบัดมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และกลุ่มทดลองมีคะแนนค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าก่อนได้รับศิลปะบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Wilson (1983) (อำเภอชนชัย สมานวงศ์ไทย ,2549) พบว่ากิจกรรมศิลปะบำบัดช่วยลดความกดดันในใจ ช่วยกระตุ้นจินตนาการ ทำให้เกิดความรู้สึกที่เป็นอิสระ ไม่ท้อแท้สิ้นหวัง และมีความสุข

จากการศึกษางานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าศิลปะบำบัดสามารถบำบัดรักษาผู้ป่วยได้หลายประเภท (เลิศศิริ บวรกิตติ ,2553) โดยผ่านงานศิลปะที่ผู้ป่วยถ่ายทอดออกมาจากตัวตนของผู้ป่วยเองและใช้เป็นสื่อกลางในการพูดคุยและแสดงอารมณ์ความรู้สึกที่ผู้ป่วยไม่สามารถแสดงออกมาเป็นคำพูดได้ (เลิศศิริ บวรกิตติ ,2553) กิจกรรมนี้ทำโดยไม่มีภาระเน้นผลลัพธ์ที่ดูสวยงาม ไม่มีการตัดสิน ไม่มีถูกไม่มีผิด ผู้ป่วยสามารถแสดงออกผ่านภาพวาดระบายสีอย่างเป็นอิสระ สะท้อนถึงความคิดภายในจิตใจเป็นเรื่องราวของตัวเอง ซึ่งในบางเรื่องราวตัวผู้ป่วยอาจลืมไปแล้วแต่กลับ

สามารถถ่ายทอดผ่านภาพวาดระบายสีได้นอกจากนี้ผู้ป่วยยังมีกิจกรรมที่เข้าร่วมแบ่งปันถ่ายทอดโดยการเล่าเรื่องราวความรู้สึกจากภาพระบายสีที่ผู้ป่วยวาดขึ้นเองให้กับกลุ่มผู้ร่วมกิจกรรมคนอื่นๆร่วมรับฟังด้วย ทำให้ผู้ป่วยมีความมั่นใจมากขึ้น และรู้สึกถึงการยอมรับโดยไม่ถูกตัดสิน นำมาซึ่งความสุขสบายใจ เห็นคุณค่าในตัวเอง นอกจากนี้ผู้ป่วยยังแสดงออกโดยการให้กำลังใจซึ่งกันและกันภายในกลุ่มบำบัดทำให้ผู้ป่วยรู้สึกภาคภูมิใจ (Helen B .,1981)

ข้อเสนอแนะ

1. การศึกษารั้งนี้เป็นการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีเฉพาะเพศชาย ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมในกลุ่มประชากรเพศหญิง
2. การศึกษารั้งนี้เป็นการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างของผู้บำบัดยาเสพติด ควรศึกษาในกลุ่มประชากรที่มีปัญหาทางจิตเวชอย่างอื่นเช่น ภาวะเครียด สติปัญญาบกพร่อง ผู้ป่วยสมองเสื่อม
3. ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้ศิลปะบำบัดในระยะเวลาที่แตกต่างกันเช่น 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชวฤทธิ์ รัตนพลแสนย์ ที่ได้อนุญาตให้ใช้โปรแกรมศิลปะบำบัดที่ใช้ศึกษาวิจัยผลของการใช้ศิลปกรรมบำบัดต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ และขอขอบคุณคุณอัญชลี ฉัตรแก้วที่ให้คำแนะนำทางด้านวิจัยและสถิติ

เอกสารอ้างอิง

- ระบบข้อมูลการบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดของประเทศ (บสต.) ศูนย์อำนวยการและป้องกันปราบปรามยาเสพติด;กระทรวงสาธารณสุข. antidrugnew.moph.go.th.สืบค้นเมื่อวันที่ 23 มิถุนายน 2563
- คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. ลักษณะของยาเสพติด. กรุงเทพฯ:สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.(2533).
- Beck, A.T. Depression : Clinical , experimental and theoretical aspects. New York ; Hoeber Medical Division , (1967).



- ดวงใจ กษานติกุล .โรคซึมเศร้ารักษาหายได้. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์นำอักษรการพิมพ์; (2542).
- สมภพ เรืองตระกูล .โรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย.กรุงเทพฯ : เรือนแก้วการพิมพ์ ; (2542).
- ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. ศิลปะบำบัดศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด. กรุงเทพฯ : ศรุสกาลาดพร้าว; (2550).
- Alain de Botton . Art as Therapy. New York; Phaidon ;(2013)
- สถาบันบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติบรมราชชนนีกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข .คู่มือปฏิบัติงานการบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติดแบบผู้ป่วยนอกรูปแบบการบำบัดความคิดและพฤติกรรม Matrix Program . ปทุมธานี; (2558)
- ชูทิพย์ รัตนพลแสนย์. ผลของการใช้ศิลปกรรมบำบัดที่มีต่อภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลพระปิ่นเกล้า. วารสารเกษตรศาสตร์ 32 น. 191-200. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต).กรุงเทพฯ: มหาลัยจุฬาลงกรณ์ ;(2554).
- นฤมล อินทหมื่น. ผลของศิลปะบำบัดต่อการลดระดับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุนบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่ (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต) .กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์; (2555).
- รัฐ ลอยสงเคราะห์. ผลของศิลปะบำบัดต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ติดยาเสพติดชาย สถาบันัญญาลักษณ์.วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต .กรุงเทพ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ;(2552).
- Wilson.H. Increase Challenge with the Elderly. Journal of Psychological Association . 10 (31) : 26-30. (1983).
- อำไพชนิษฐ์ สมานวงศ์ไทย, เลิศศิริร์ บวรกิตติ. ศิลปกรรมบำบัด. **ธรรมศาสตร์เวชสาร**. 6: 243-7 (2549)
- เลิศศิริร์ บวรกิตติ. **ศิลปกรรมบำบัดสังเขป**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์กรุงเทพเวชสาร; (2553).
- Helen B . Landgarten. Clinical Art Therapy: A Comprehensive Guide. New York: Brunner-Routledge;(1981).