



ศิลปกรรมผ่อนคลายความเครียดของสังคมในแง่มุมขบขัน

ART FOR SOCIETY'S TENSION THERAPY THROUGH THE AMUSED ASPECTS

จิโรชา จรูญศักดิ์

มหาวิทยาลัยบูรพา

2564



1854962876

BUU_iThesis 59920400 thesis / recv: 24062564 13:12:11 / seq: 52



59920400_1854962876

ศิลปกรรมผ่อนคลายความเครียดของสังคมในแง่มุมขบขัน

จิโรชา จรูญศักดิ์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาทัศนศิลป์และการออกแบบ

คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

2564

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา



1854962876

BUU-IThesis 59920400 thesis / recv: 24062564 13:12:11 / seq: 52

ART FOR SOCIETY'S TENSION THERAPY THROUGH THE AMUSED ASPECTS

CHIROCHA JARUNSAK

A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF
THE REQUIREMENTS FOR MASTER OF FINE AND APPLIED ART
IN VISUAL ART AND DESIGN
FACULTY OF FINE AND APPLIED ARTS
BURAPHA UNIVERSITY
2021
COPYRIGHT OF BURAPHA UNIVERSITY

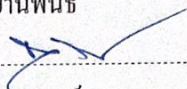


1854982876

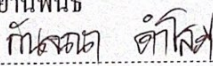
BUU iThesis 59920400 thesis / recv: 24062564 13:12:11 / seq: 52

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ จิโรชา จรุงศักดิ์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรศิลปกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาทัศนศิลป์และการออกแบบ ของมหาวิทยาลัย
บูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

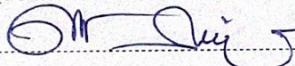

..... อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ปาน สุรวรรณ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ กันจณา คำโสภี)

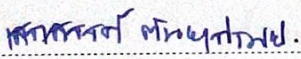

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ปิติวรรณ สมไทย)


..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ตฤณ กิตติการอำพล)

คณะศิลปกรรมศาสตร์อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาทัศนศิลป์และการออกแบบ ของมหาวิทยาลัย
บูรพา


..... คณบดีคณะศิลปกรรมศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร. เสกสรรค์ ตันยาภิรมย์)

วันที่ 24 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2564

59920400: สาขาวิชา: ทัศนศิลป์และการออกแบบ; ศป.ม. (ทัศนศิลป์และการออกแบบ)

คำสำคัญ: ความเครียด, ศิลปะแบบ โลว์บราว, ความขบขัน, ศิลปะหยิบยิ้ม

จิโรชา จรูญศักดิ์ : ศิลปกรรมผ่อนคลายความเครียดของสังคมในแง่มุมขบขัน. (ART FOR SOCIETY'S TENSION THERAPY THROUGH THE AMUSED ASPECTS)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ภาณุ สรวายสุวรรณ, ประ.ด. ปี พ.ศ. 2564.

สภาวะสังคมในปัจจุบันมีผลกระทบต่ออารมณ์ ความรู้สึก ก่อตัวให้เกิดความเครียดหรือบางคนอาจจะถึงขั้นเป็นโรคซึมเศร้าได้ การวิจัยครั้งนี้ต้องการศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด และวิธีการจัดการกับความเครียด ซึ่งก็มีวิธีต่างๆ เช่น การผ่อนคลายหากิจกรรมทำ การเล่าระบายให้เพื่อนหรือคนที่เราไว้วางใจ เนื่องจากทุกครั้งที่ได้ทำงานศิลปะทำให้จิตใจเรามีสมาธิจดจ่ออยู่กับการทำงานช่วยผ่อนคลายความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ ความเครียดที่เกิดขึ้นจากสิ่งแวดล้อมรอบตัว ภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ ได้ถูกนำมาเป็นแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรม ด้วยการหยิบยิ้มภาพจิตรกรรมที่มีชื่อเสียงใช้สัญลักษณ์บางอย่างที่มีในงานมาผสมผสานกันกับเรื่องราวในสังคมปัจจุบัน และถ่ายทอดเรื่องราวจากประสบการณ์ของตนเองในช่วงชีวิตที่ผ่านมา การเสียดสี การตัดสินผู้อื่น บางสิ่งบางอย่างไม่สามารถบอกเล่าออกมาเป็นคำพูดได้ จึงใช้งานศิลปะเป็นเครื่องมือในการระบายความรู้สึกผ่านมุมมองที่ดูขบขันแต่แฝงไปด้วยความรู้สึกขมขื่น กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานด้วยเทคนิคสีอะคริลิก ใช้ภาพจิตรกรรมยุคเก่ามาเป็นต้นแบบในการวาดและเพิ่มเติมสัญลักษณ์ที่มีความเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันสื่อความหมายกับแนวคิดรูปแบบของแนวงานศิลปะแบบโลว์บราว หรือป๊อปเซอร์เรียลลิสม์เสียดสีสังคม งานศิลปะเป็นพื้นที่หนึ่งที่เราสามารถระบายความคิด ความรู้สึกออกไปได้โดยที่ไม่ทำให้ใครเดือดร้อนระหว่างการทำงานสนิทกับสิ่งๆ นั้น ใจนิ่งสงบมากขึ้นเพราะในขณะที่เราทำได้คิดทบทวน ได้ใช้เวลาอยู่กับตัวเอง บางครั้งเราอาจจะสนใจสิ่งรอบตัวจนมากเกินไปทำให้จิตใจเราไม่สงบ ศิลปะเป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งที่จะช่วยเยียวยาจิตใจของและทำให้เราเป็นคนที่ดีขึ้น

59920400: MAJOR: VISUAL ART AND DESIGN; M.F.A. (VISUAL ART AND DESIGN)

KEYWORDS: STRESS, LOWBROW ART, AMUSED, APPROPRIATION ART

CHIROCHA JARUNSAK : ART FOR SOCIETY’S TENSION THERAPY THROUGH THE AMUSED ASPECTS. ADVISORY COMMITTEE: PANU SUAYSUWAN, Ph.D. 2021.

The current state of society affects mood and feelings, causing stress or even depression in some people. This research aims to study the factors that cause stress, and how to deal with stress. There are various methods such as relaxing, looking for activities to do and telling stories to friends or people we trust. Because every time we create art, our minds can concentrate on working that helps to relax the suffering that arises. Stress caused by the surrounding environment or responsibilities was taken as inspiration for the creation of paintings by borrowing famous paintings and using some symbols in the work to mix with the story in today's society and convey stories from their own experiences in the past. Sarcasm, judging others, or some things cannot be said in words. Therefore, art is used as a tool to express feelings through a humorous perspective but with a bitter feeling. The process of creating works with acrylic paint techniques, the use of old paintings as a model to draw and add symbols related to everyday situations to convey meaning to the concept of low-brow art style or pop surrealist social satire. Art is an area where we can express our thoughts and feelings without hurting anyone. During working with meditation, the mind is calmer because while we are working on it, we can think back and spent time with ourselves. Sometimes we may be too interested in our surroundings, causing our mind to be unsettled. Art is a tool that heals one's mind and make us a better person.

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภาณุ สรวยสุวรรณ ที่คอยสั่งสอน และให้คำปรึกษาตลอดการสร้างสรรค์ผลงานวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัย ทำให้ได้พัฒนาทักษะทั้งด้านการศึกษาและการดำเนินชีวิต ตลอดจนจนอาจารย์ทุกท่านที่ได้ถ่ายทอดความรู้ความสามารถทางด้านศิลปะให้แก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณผู้คนและประสบการณ์ชีวิตที่เป็นแรงบันดาลใจ เพื่อนครูภายในโรงเรียนที่ช่วยเป็นแบบในการสร้างสรรค์ผลงาน ครอบครัวที่คอยช่วยเหลือและให้กำลังใจ การได้ศึกษาและสร้างสรรค์ผลงานนั้นจะเกิดขึ้นไม่ได้หากขาดบุคคลสองท่านคือ คุณพ่อ และคุณแม่ที่ให้การสนับสนุนด้านการศึกษามาโดยตลอด เป็นสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับชีวิตมากกว่าสิ่งของอื่นใด ผู้วิจัยมีความภูมิใจและความรักในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะในครั้งนี้ หวังว่าวิทยานิพนธ์ของข้าพเจ้าอาจช่วยสร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้อื่นต่อไป

จิโรชา จรุงยศศักดิ์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญภาพ	ฌ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การสร้างสรรค์.....	3
กรอบแนวคิด.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
ขอบเขตการศึกษา.....	3
วิธีการดำเนินงาน	4
แหล่งข้อมูล	4
นิยามศัพท์	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกรสร้างสรรค์	6
อิทธิพลจากประสบการณ์.....	6
ทฤษฎีและแนวความคิดเกี่ยวข้องกับความคิด	7
ศิลปะบำบัด	12
ศิลปกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	13
ผลงานของศิลปินที่ถูกหยิบยืมมาใช้ในการสร้างสรรค์	19
บทที่ 3 การดำเนินงาน	31



1854962876

BUU-IThesis 59920400 thesis / recv : 24062564 13:12:11 / seq : 52

1. ขั้นตอนการหาแรงบันดาลใจ.....	31
2. ขั้นตอนการศึกษารูปแบบผลงานศิลปะ.....	31
3. ขั้นตอนวิเคราะห์ข้อมูล.....	31
4. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ภาพร่าง.....	32
5. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานจริง.....	43
6. ขั้นตอนการสรุปผล และจัดแสดงนิทรรศการ.....	62
บทที่ 4 การสร้างสรรค์และการวิเคราะห์ผลงาน.....	63
ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 1.....	64
ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 2.....	69
ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 3.....	74
ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 4.....	79
ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 5.....	85
บทที่ 5 วิจัยและสรุปผล.....	92
บรรณานุกรม.....	94
ภาคผนวก.....	96
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	103



1854962876

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1 Fountain, Marcel Duchamp, 1917.....	15
ภาพที่ 2 H.L.O.O.Q., Marcel Duchamp, Photography, 1913.....	15
ภาพที่ 3 Three Flags, Jasper Johns, Jr., 1958.....	16
ภาพที่ 4 Campbell’s Soup Cans, Andy Warhol, 1996	16
ภาพที่ 5 American Gothic, Grant Wood, 1930	17
ภาพที่ 6 mona-lisa-botero, Fernando Botero, 1978.....	17
ภาพที่ 7 “An Inner Dialogue with Frida Kahlo (Crown of Thorns)”, Yasumasa Morimura, 2001	18
ภาพที่ 8 ลาสเมนิลาสต้นฉบับลาสมีเนลาสของปีกัสโซ, Las Meninas by Diego Velazquez in 1656, Las Meninas (after Velazquez) by Pablo Picasso in 1957	18
ภาพที่ 9 The Three Ages of woman, Gustav Klimt, 1905	19
ภาพที่ 10 Bucchus, Caravaggio, 1595.....	20
ภาพที่ 11 The Arnolfini Portrait, Caravaggio, 1434	22
ภาพที่ 12 Madonna Litta, Oil on cavvas, Leonardo da Vinci, 1434	24
ภาพที่ 13 The Last Supper, Leonardo da Vinci, 1495-1497	25
ภาพที่ 14 Mark Ryden (Mark Ryden, 2018).....	28
ภาพที่ 15 Princess Praline and Her Entourage (Mark Ryden, 2018)	28
ภาพที่ 16 Saint Barbie (Mark Ryden, 2018)	29
ภาพที่ 17 The Magic Circus (Mark Ryden, 2018)	29
ภาพที่ 18 ภาพข้อมูลแบบร่าง 1.....	32
ภาพที่ 19 ภาพข้อมูลแบบร่าง 2.....	32
ภาพที่ 20 ภาพข้อมูลแบบร่าง 3.....	33
ภาพที่ 21 ภาพข้อมูลแบบร่าง 4.....	33
ภาพที่ 22 ภาพข้อมูลแบบร่าง 5.....	34
ภาพที่ 23 ภาพข้อมูลแบบร่าง 6.....	34
ภาพที่ 24 ภาพข้อมูลแบบร่าง 7.....	35
ภาพที่ 25 ภาพข้อมูลแบบร่าง 8.....	35
ภาพที่ 26 ภาพข้อมูลแบบร่าง 9.....	36
ภาพที่ 27 ภาพข้อมูลแบบร่าง 10.....	36

ภาพที่ 28 ภาพข้อมูลแบบร่าง 11.....37

ภาพที่ 29 ภาพข้อมูลแบบร่าง 12.....37

ภาพที่ 30 ภาพข้อมูลแบบร่าง 13.....38

ภาพที่ 31 ภาพร่างชั้นที่ 138

ภาพที่ 32 ภาพร่างชั้นที่ 239

ภาพที่ 33 ภาพร่างชั้นที่ 339

ภาพที่ 34 ภาพร่างชั้นที่ 440

ภาพที่ 35 ภาพร่างชั้นที่ 540

ภาพที่ 36 ภาพร่างชั้นที่ 641

ภาพที่ 37 ภาพร่างชั้นที่ 741

ภาพที่ 38 ภาพร่างชั้นที่ 842

ภาพที่ 39 ภาพร่างชั้นที่ 942

ภาพที่ 40 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 143

ภาพที่ 41 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 1-1.....44

ภาพที่ 42 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 1-2.....44

ภาพที่ 43 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 1-3.....45

ภาพที่ 44 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 246

ภาพที่ 45 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-1.....47

ภาพที่ 46 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-2.....47

ภาพที่ 47 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-3.....48

ภาพที่ 48 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-4.....48

ภาพที่ 49 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-5.....49

ภาพที่ 50 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 350

ภาพที่ 51 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-1.....51

ภาพที่ 52 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-2.....51

ภาพที่ 53 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-3.....52

ภาพที่ 54 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-4.....52

ภาพที่ 55 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-5.....53

ภาพที่ 56 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-6.....53

ภาพที่ 57 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-7.....54

ภาพที่ 58 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 455

ภาพที่ 59 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-1.....56

ภาพที่ 60 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-2.....56

ภาพที่ 61 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-3.....57

ภาพที่ 62 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-4.....57

ภาพที่ 63 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-5.....58

ภาพที่ 64 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-6.....58

ภาพที่ 65 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 559

ภาพที่ 66 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 5-1.....60

ภาพที่ 67 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 5-2.....60

ภาพที่ 68 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 5-3.....61

ภาพที่ 69 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 5-4.....61

ภาพที่ 70 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 5-5.....62

ภาพที่ 71 ชื่อผลงาน New mother and son cry64

ภาพที่ 72 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 165

ภาพที่ 73 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 1-166

ภาพที่ 74 ภาพที่ 73 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 1-2.....67

ภาพที่ 75 ภาพที่ 73 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 1-3.....67

ภาพที่ 76 ภาพที่ 73 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 1-4.....68

ภาพที่ 77 ชื่อผลงาน Love, happiness, fear.....69

ภาพที่ 78 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 2.....70

ภาพที่ 79 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-172

ภาพที่ 80 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-272

ภาพที่ 81 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-373

ภาพที่ 82 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-473

ภาพที่ 83 ชื่อผลงาน Bacchus and friends74

ภาพที่ 84 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 3.....75

ภาพที่ 85 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-177

ภาพที่ 86 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-277

ภาพที่ 87 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-378

ภาพที่ 88 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-478

ภาพที่ 89 ชื่อผลงาน สมรสและภาระ.....79

ภาพที่ 90 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 4.....80

ภาพที่ 91 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-181

ภาพที่ 92 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-282

ภาพที่ 93 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-382

ภาพที่ 94 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-483

ภาพที่ 95 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-583

ภาพที่ 96 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-684

ภาพที่ 97 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-784

ภาพที่ 98 ชื่อผลงาน My soul.....85

ภาพที่ 99 รูปเปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 586

ภาพที่ 100 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 5-188

ภาพที่ 101 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-289

ภาพที่ 102 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-389

ภาพที่ 103 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-490

ภาพที่ 104 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-590

ภาพที่ 105 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-691

ภาพที่ 106 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-791

ภาพที่ 107 New mother and son cry97

ภาพที่ 108 Love, happiness, fear.....98

ภาพที่ 109 Bacchus and friends99

ภาพที่ 110 สมรสและภาระ.....100

ภาพที่ 111 My soul.....101

ภาพที่ 112 การติดตั้งผลงาน102

บทที่ 1

บทนำ

ศิลปะเหมือนเพื่อนที่คอยรับฟังบันทึกเรื่องราวสิ่งที่เคยเกิดขึ้นมาในชีวิตอารมณ์และความรู้สึกต่าง ๆ ของเราสื่อสารออกมาเป็นภาพแทนคำพูดมากมาย ศิลปะจะช่วยเยียวยาจิตใจทำให้เรารู้สึกดีขึ้นผ่อนคลายจากปัญหาเมื่อเราได้ถูกปลดปล่อยออกมาผ่านงานศิลปะอย่างอิสระ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสังคมปัจจุบันผู้คนต่างต้องเผชิญกับสภาวะความเครียดที่เกิดจากหลากหลายปัจจัย เช่น ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ความไม่แน่นอนทางเศรษฐกิจ ความไม่แน่นอนทางการเมือง ปัจจัยในองค์กรที่ทำงาน ปัจจัยเกี่ยวกับปัจเจกบุคคล การจัดการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นก็มีความแตกต่างกันไป เนื่องจากการประสบการณ์วิถีชีวิตที่ไม่เหมือนกัน บางคนสามารถควบคุมตนเองได้ บางคนไม่สามารถที่จะอดทนต่อสภาวะความกดดันได้ต้องการที่จะระบายออกมา สังเกตได้จากเพื่อนร่วมงานเมื่อเกิดปัญหาต่าง ๆ ก็ต้องการระบายออกผ่านสื่อออนไลน์บ้าง หรือพูดคุยระหว่างเพื่อนร่วมงานด้วยกันบางสิ่งทำให้รู้สึกไม่สมหวังก่อให้เกิดความทุกข์ส่งผลต่อความเครียดกับคน ๆ นั้นอาจถึงขั้นหมดกำลังใจ ส่งผลเสียด้านร่างกายทำให้ปวดหัว ไม่สบายกาย ความดันโลหิตสูง นอนไม่หลับ ส่งผลด้านจิตใจทำให้เกิดอาการวิตกกังวล ซึมเศร้า อารมณ์ที่ไม่มั่นคง ในทางกลับกันความเครียดก็อาจทำให้เราตื่นตัว มีการปรับปรุงพัฒนาตัวเองอยู่เสมอ การรักษาความเครียดทางด้าน การแพทย์มีทั้งการใช้ยาคลายเครียดแต่หากใช้เป็นประจำก็กลายเป็นสารเสพติดชนิดหนึ่งซึ่งส่งผลเสียต่อร่างกาย มีการแนะนำวิธีการผ่อนคลายความเครียดด้วยการออกกำลังกาย การหางานอดิเรกทำ หาเวลาให้กับตัวเองในการปลดปล่อยหรือบรรเทาจากภาระหน้าที่ต่าง ๆ ปรึกษาพูดคุยกับเพื่อน หรือผู้อื่นเพื่อรับฟังปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นวิธีการจัดการกับความเครียดที่ช่วยให้เราบรรเทาลงได้ ผู้วิจัยเป็นบุคคลหนึ่งในนั้นที่มักจะมีสภาวะความเครียดความกดดันเกิดขึ้นด้วยชีวิตที่เติบโตขึ้นมีภาระหน้าที่ต้องรับผิดชอบ ทั้งการทำงานเป็นคุณครูต้องรับผิดชอบนักเรียน อีกรอบบาทหนึ่งที่เพิ่มขึ้นคือชีวิตของการเป็นแม่ ด้วยสภาวะเศรษฐกิจและสังคมในยุคปัจจุบัน การรับรู้สื่อต่าง ๆ มีผลต่อภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ทางออกสำหรับการคลี่คลายความเครียดของผู้วิจัยคือปลดปล่อยความคิดตนเองผ่านงานศิลปะบอกเล่าเรื่องราวของชีวิต และสภาพสังคมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง ศิลปะเป็นทางเลือกหนึ่ง que เริ่มมีการนำศิลปะไปใช้ในการผ่อนคลายความเครียด



1854962876

BUU-1Thesis 59920400 thesis / rev: 24062564 13:12:11 / seq: 52

รองศาสตราจารย์ ดร.สาธิต ทิมวัฒน์บรรเทิง ประธานมูลนิธิ อารี สุทธิพันธุ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) เปิดเผยว่า มนุษย์ทุกวันนี้มีความเครียดความกังวลใจ ความกดดัน ความทุกข์ที่สุดก็คือความทุกข์ใจและหาทางออกในชีวิตไม่ได้ ความรู้ทางด้านจิตใจหรือจิตวิญญาณที่พูดถึงศิลปะ ความงามในแขนงต่าง ๆ จะเข้ามาช่วยบำบัดได้ งานศิลปะทุกประเภทไม่ว่าจะเป็นการร้องเพลง งานนาฏศิลป์ การเต้น หรือการเขียนรูป ระบายสี จะสามารถล่อมเกล้าให้คนนั้นมีความสุขและละเมียดละไมขึ้นในชีวิตได้ ลดความแข็งกร้าว ความทุกข์ใจลงได้ เพราะช่วงที่เริ่มทำงานศิลปะในแต่ละขั้นตอนนั้น เขาได้ซึมซับสุนทรียะ ความงามในกระบวนการนั้น ๆ ไม่ว่าจะเลือกกิจกรรมใด ตั้งแต่การร้องเพลง ร่ายรำ เต้น การปั้น การระบายสี การเขียนภาพ การวาดเส้น การถ่ายภาพ กิจกรรมเหล่านี้ล้วนแล้วแต่ทำให้เกิดสมาธิ และมองเห็นธรรมชาติ นั่นคือความนิ่งและความสงบ และทำให้เขาอ่อนโยนขึ้น นี่คือการรักษาจิตใจอารมณ์ของตัวเอง (สาธิต ทิมวัฒน์บรรเทิง, 2558)

การใช้ศิลปะในการบำบัดผ่อนคลายอารมณ์มีความแพร่หลายมากขึ้นในสังคมไทย มีการใช้ศิลปะในการบำบัดความเครียดผู้ต้องขังยาเสพติด (ทวิรัศม์ พรหมรัตน์, นิรัช สุดสังข์, ปรีชา บันกล้า และกุลทล ตรีชะวรางพันธ์, 2559) เด็กที่ได้รับผลกระทบจากแผ่นดินถล่ม กลุ่มชาวบ้านที่ได้รับผลกระทบต่อความรุนแรงทางภาคใต้ ผู้ป่วยเรื้อรัง หรือคนทั่วไปในปัจจุบันก็ได้รับความนิยามิผู้ที่ต้องการจะค้นหา หรือปรับชีวิตบางอย่างให้กับตนเองต้องการที่จะได้รับการเยียวยาทางจิตใจ เป็นสิ่งที่สนับสนุนว่าศิลปะสามารถช่วยผ่อนคลายอารมณ์ และขัดเกลาคจิตใจให้มีความละเมียดละไมขึ้น ศิลปะจะช่วยปลดปล่อยความรู้สึกข้างในใจที่ไม่สามารถพูดระบายออกมาให้ผู้อื่นได้รับฟังออกมาเป็นคำพูดได้ เรื่องบางเรื่องที่ไม่กล้าเปิดเผย ศิลปะจะเป็นสื่อกลางในการสื่อสารสิ่งที่ตนเองอยากบอก สะท้อนทัศนคติส่วนตัวได้อย่างอิสระ บางคนอาจจะแสดงทัศนคติในแง่ลบมีความก้าวร้าว จะถูกปลดปล่อยออกมาโดยกระบวนการทำงานศิลปะในการระบายอารมณ์โดยไม่เคียดรื้อผู้อื่น

การสร้างสรรค์ผลงานศิลปกรรมของผู้วิจัยเป็นการสร้างสรรค์เพื่อผ่อนคลายอารมณ์จากสภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นเหมือนการเยียวยาจิตใจของตนเอง การใช้ชีวิตอยู่ในสังคมที่ตึงเครียด ความอัดอั้นใจต้องการปลดปล่อยออกมาผ่านกระบวนการสร้างสรรค์ที่จะช่วยขัดเกลาคจิตใจของตนเอง โดยใช้รูปแบบศิลปะ โลว์บราว สะท้อนเรื่องราวในชีวิตค่านิยมต่าง ๆ ที่ถูกสร้างขึ้นมามุมมองที่ตลกขบขันความสุขปะปนกับความทุกข์ให้ดูแปลกตาไปจากความเป็นจริง มีการล้อเลียนเสียดสีประชดประชันชีวิตที่ไม่เป็นดังหวัง บอกเล่าผ่านงานศิลปะแทนการพูดออกมาเป็นพื้นที่ปลดปล่อยความคิด ระบายความรู้สึก สะท้อนมุมมองของชีวิตช่วยล่อมเกล้าจิตใจของตนเองให้ดีขึ้น

วัตถุประสงค์การสร้างสรรค

1. เพื่อศึกษาภาวะความเครียดของตนเอง และความเครียดจากสภาพแวดล้อมที่ส่งผลต่อตนเอง
2. เพื่อนำศิลปกรรมบำบัดมาใช้ในการบำบัดผ่อนคลายอารมณ์ทางจิตใจให้ดีขึ้น กระตุ้นอารมณ์ทำให้เกิดความคิดในเชิงบวก
3. เพื่อนำศิลปะรูปแบบเอ็พโทพรพริเอชันอาร์ต และ โลว์บริวอาร์ตมาสร้างสรรคผลงานถ่ายทอดปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและคนในสังคม

กรอบแนวคิด

การสร้างสรรคผลงานจิตรกรรมแนวคิดได้จากประสบการณ์โดยตรงของตนเอง ความเครียดจากการทำงาน สังคม ครอบครัว ภาระหน้าที่ต้องแบกรับไว้ มาเชื่อมโยงกับงานจิตรกรรมที่มีชื่อเสียงในยุคเก่าใช้สัญลักษณ์ที่มีความสอดคล้องในงานแต่ละชิ้น นำมาสร้างสรรคในรูปแบบใหม่ล้อเลียนเสียดสีประชดประชันชีวิต ในรูปแบบศิลปะแบบโลว์บริว สอดแทรกรูปทรงของวัตถุ ที่มีความหมายในชีวิตประจำวันหรือสิ่งที่เป็นค่านิยมของคนในสังคมปัจจุบันเข้าไปในผลงานทำให้เกิดความหมายใหม่ผสมผสานกับแนวคิดเดิมของงาน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบถึงสภาวะความเครียดของตนเอง และความเครียดจากสภาพแวดล้อมที่ส่งผลของตนเอง
2. ได้นำศิลปกรรมบำบัดมาสร้างสรรคเพื่อบำบัดผ่อนคลายอารมณ์ทางจิตใจให้ดีขึ้น กระตุ้นอารมณ์ทำให้เกิดความคิดในเชิงบวก
3. ได้นำศิลปะรูปแบบเอ็พโทพรพริเอชันอาร์ต และ โลว์บริวอาร์ตมาสร้างสรรคผลงานถ่ายทอดปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและคนในสังคม

ขอบเขตการศึกษา

- ขอบเขตด้านเนื้อหา ศึกษาภาวะความเครียดของตนเอง ศึกษาวิธีการบำบัดผ่อนคลายความเครียดของคนในสังคมจากคำแนะนำทางการแพทย์และศิลปกรรมบำบัด
- ขอบเขตด้านรูปแบบ ศึกษาผลงานศิลปกรรมแนวลัทธิศิลปะเหนือจริง ศิลปะโลว์บริว และศิลปะหยาบขี้ม
- ขอบเขตด้านเทคนิค ผลงานจิตรกรรมสีอะครีลิคบนผ้าใบจำนวนหนึ่งชุด เป็นการนำ

ผลงานศิลปะที่มีชื่อเสียงมาสร้างสรรค์เป็นศิลปะโลว์บราวล้อเลียนให้เกิดแง่มุมสะท้อนชีวิตที่ดูเหมือนจะมีความสุขแต่แฝงไปด้วยเรื่องราวที่ตึงเครียดผ่านความขบขัน จำนวน 5 ชิ้น

วิธีการดำเนินงาน

1. หาแรงบันดาลใจจากประสบการณ์ การสังเกต และพูดคุยกับบุคคลรอบตัว เอกสาร ข้อมูลต่าง ๆ ข่าวสารในสังคมปัจจุบันที่ก่อให้เกิดความเครียดหรือมีผลกระทบต่อตนเอง นำไปสู่ การศึกษาวิธีการผ่อนคลายความเครียดด้วยวิธีต่าง ๆ และวิธีการผ่อนคลายความเครียดด้วยศิลปะ
2. ศึกษางานศิลปะที่สนใจเป็นต้นแบบในการสร้างสรรค์ผลงาน ศิลปะแบบแอ็พโพพริเอชัน และศิลปะแบบโลว์บราว
3. นำข้อมูลทีวิเคราะห์มาสร้างกรอบแนวความคิดการสร้างสรรค์ผลงานเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา
4. สร้างแบบร่างด้วยการใช้โปรแกรมตัดต่อภาพ
5. สร้างสรรค์ผลงานจริงจำนวน 5 ชิ้น ด้วยเทคนิคสีอะครีลิคบนผ้าใบ ปรับปรุงแก้ไข ผลงานที่สมบูรณ์
6. จัดการแสดงผลนิทรรศการเพื่อเผยแพร่ออกสู่สายตาสาธารณชนรับฟังคำวิพากษ์วิจารณ์ ผลงาน สรุปการสร้างสรรค์ผลงาน

แหล่งข้อมูล

1. ข้อมูลปฐมภูมิ
 - จากประสบการณ์ตรง การสัมภาษณ์ การสังเกตพฤติกรรม เรื่องราวใกล้ตัวที่นำมา เป็นแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์
2. ข้อมูลทุติยภูมิ
 - หนังสือ ศิลปกรรมบำบัดสังเขป โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เลิศศิริร์ บวรกิติ
 - หนังสือพฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน โดย ถวิล ธาราโกชนัน, ศรีนัยดำริสุข
 - งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อบำบัดความเครียดผู้ติดสารเสพติด
 - รายการโทรทัศน์ Art inspire ศิลปะบำบัดใจ
 - สื่อออนไลน์ บทความศิลปะลดความเครียดเพิ่มความสุข รองศาสตราจารย์ ดร.สาธิต ทิมวัฒน์บรรเทิง ประธานมูลนิธิ อารี สุทธิพันธุ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว)
 - ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด นพ.ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา จิตแพทย์เด็กและ

วัยรุ่น

-เอ็ฟโพรโพริเอชันอาร์ต ศิลปะแห่งการหยิบยืม รสลิน กาสต์

นิยามศัพท์

ความเครียด (Stress) หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นจากสิ่งแวดล้อมภายนอกที่ไม่สัมพันธ์กับความต้องการส่งผลเสียต่อร่างกายและอารมณ์

ความขบขัน (Amused) หมายถึง เป็นเรื่องตลกเป็นวิธีการรับมือกับความเครียดในชีวิตประจำวัน ช่วยลดความรู้สึกที่ไม่ดีลดความหยาบคายเป็นวิธีหนึ่งระบายความขุ่นมัวในจิตใจ

ศิลปะโลว์บราว (Lowbrow art) หมายถึง ศิลปะที่มีต้นกำเนิดมาจากภาพวาดการ์ตูนใต้ดินมีอีกชื่อเรียกว่า ป๊อปเซอร์เรียลลิสม์ เกิดขึ้นในสังคมอเมริกา

ศิลปะหยิบยืม (Appropriation art) หมายถึง ศิลปะที่นำรูปแบบศิลปะที่มีชื่อเสียงนำมาสร้างสรรค์ในมุมมองใหม่



1854962876

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกรสร้างสรรค

ความเครียดในที่ทำงานเป็นปัญหาที่ส่งผลต่อสุขภาพกายและจิตใจ เราต้องหาวิธีการจัดการกับความเครียดของตนเองเพื่อจะปรับสมดุลในชีวิตให้สามารถดำเนินต่อไปได้ โดยผู้วิจัยมีความสนใจเกี่ยวกับการใช้ศิลปะเพื่อการบำบัดผ่อนคลายความเครียด เป็นสิ่งที่ระบายนความรู้สึที่เหมือนเราพูดคุยกับเพื่อน โดยใช้ภาพในการสื่อสารผ่านมุมมองขบขันเพื่อจะช่วยรักษาเยียวยาจิตใจของเราให้ดีขึ้น จึงจำเป็นจะต้องศึกษาถึงสาเหตุของความเครียดวิธีการบำบัดผ่อนคลายทั้งที่แพทย์แนะนำและศิลปะบำบัดนั้นว่าเป็นเช่นไร มีวิธีการอย่างไรที่จะช่วยขจัดความเครียดของเราออกไปได้เพื่อนำไปสู่การสร้างสรรคผลงานศิลปกรรม

อิทธิพลจากประสบการณ์

ชีวิตการเป็นแม่และการทำงานเราต่างมีภาระหน้าที่ในความรับผิดชอบ การที่เราต้องอาศัยทำงานร่วมกันของคนในที่ทำงานต้องเจอกับปัญหาความกดดันจากผู้อื่น ส่งผลให้เรเกิดความเครียดและเมื่อความเครียดนั้นเกิดขึ้นมีผลต่อสภาพจิตใจเป็นอย่างมากในการที่จะดำเนินชีวิต ผู้วิจัยมีประสบการณ์เกี่ยวกับปัญหาชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วคือการเป็นแม่ทำให้มีความวิตกกังวลในการเลี้ยงดูลูกด้วยภาระความรับผิดชอบที่มากขึ้นนอกจากความเป็นแม่ต้องเผชิญพบเจอ ความกดดันที่มาจากผู้อื่น คำพูดจากคนรอบข้างและหัวหน้าที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจในแง่ลบ เราไม่สามารถที่จะพูดแสดงทัศนคติออกไปได้เพราะอาจจะสร้างความขัดแย้งให้เกิดขึ้น จึงส่งผลให้เกิดความอึดอัดในใจ เกิดอารมณ์โกรธไม่พอใจ มีครั้งหนึ่งที่เพื่อนร่วมงานเคยมาช่วยทำงานและพูดขึ้นมาเกี่ยวกับการได้มานั่งระบายสืออย่างนี้ก็ตีเหมือนกันไม่ต้องไปยุ่งวุ่นวายกับใครและเพลินดีด้วย จึงทำให้ข้าพเจ้าถูกคิดขึ้นมาได้ว่าการทำงานศิลปะเป็นทางออกหนึ่งที่เรามีพื้นที่ส่วนตัวในการวาดระบายออกไป ถึงแม้บางสิ่งบางอย่างที่เราวาดนั้นจะไม่สัมพันธ์กันกับเรื่องที่เราพบเจอ แต่เหมือนหยุดเวลาจากสิ่งรอบข้างชั่วขณะหนึ่งทำให้เราได้อยู่กับตัวเองทบทวนใช้สมาธิและอารมณ์ของเราเย็นลงอีกด้วย เป็นสิ่งที่จะช่วยให้เราละลยมองกับความเครียด ปัญหาความเครียดส่วนใหญ่ที่พบเจอภายในสถานที่ทำงานนั้นเป็นเรื่องเกี่ยวกับภาระหน้าที่มากเกินไป การใช้คำพูดที่รุนแรงและกิริยาท่าทางที่ไม่เหมาะสมไม่ให้เกิดที่ดีซึ่งกันและกัน การเป็นครูในโรงเรียนต้องพูดคุยพบเจอผู้คนหลากหลายสร้างความเหนื่อยล้า กฎระเบียบที่มีมากเกินไปขาดอิสระทางความคิดล้วนแต่ก่อให้เกิดความเครียดไม่ใช่เพียงแต่ผู้วิจัยเท่านั้นที่ประสบปัญหาเพื่อนร่วมงานก็เช่นกันและถูกนำมาพูดคุยหยอกล้อกันกับสิ่งที่จะต้องเผชิญระหว่างเพื่อนร่วมงานกลายเป็นเรื่องขบขันช่วย



1854962876

BUU_1Thesis_59920400_thesis / recv : 24062564 13:12:11 / seq: 52

ปลดปล่อยความเครียดที่มีให้บรรเทาลง ผู้วิจัยเห็นว่าการศึกษาที่เป็นอารมณ์ขันกับการทำงานศิลปะเป็นสิ่งที่ช่วยฟื้นฟูทางจิตใจให้ดีขึ้นได้ จึงเกิดการสร้างสรรค์ผลงานศิลปกรรมที่อยากจะสะท้อนอารมณ์ข้างขึ้นในสังคมของการทำงาน

ทฤษฎีและแนวความคิดเกี่ยวข้องกับความเครียด

ทฤษฎีความเครียดของ ลาซารัส (Lazarus & Folkman, 1984, p. 22) กล่าวถึงความเครียดว่าเป็นกระบวนการตอบสนองทางอารมณ์ กล่าวคือ เป็นผลของการกระทำ รวมกันระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม เมื่อเกิดความไม่สมดุลระหว่างความต้องการ หรือการเรียกร้อง จากสิ่งแวดล้อมกับความสามารถในการตอบสนองบุคคล บุคคลจะมีการตอบสนองทางอารมณ์รูปแบบการตอบสนองจะแตกต่างกันในแต่ละบุคคล ขึ้นกับการประเมินของ บุคคลต่อสิ่งเร้าที่เข้ามากระทบ

ทฤษฎีความเครียดของ สเลวิน (Slavin, 1991, p. 46) ได้เสนอรูปแบบกระบวนการความเครียด พัฒนาตามทฤษฎีความเครียดของลาซารัส และ โฟลคแมน (Lazarus & Folkman, 1984) ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 ประการ คือ

1. เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด (Occurrence of a potentially stressful event) ความเครียดเป็นผลของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งรวมไปถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้นด้วย ดังนั้นเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นถือเป็นสิ่งเร้าที่มากระตุ้นให้เกิดความเครียดได้ และจะมีความหมายมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับประเมินของบุคคล เหตุการณ์ที่ถือเป็นสิ่งเร้านี้จะมี คุณลักษณะคุณสมบัติภายในและภายนอก

2. การประเมินทางปัญญาข้างต้น (Primary appraisal) เป็นการประเมินเหตุการณ์ หรือสภาวะการณ์ในสภาพแวดล้อมของบุคคลโดยทั่ว ๆ ไปไม่เฉพาะเจาะจง เพื่อจะตัดสินว่ามีผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่ ประเมินจะใช้ทั้งปัจจัยส่วนบุคคล คือความนิยม และความเชื่อของบุคคลในการประเมิน การถามตนเองว่า “ฉันมีปัญหาหรือไม่” และปัจจัยทางสภาวะการณ์คือเหตุการณ์แปลกใหม่ ทำให้ผู้วิจัยสรุปได้ว่า เป็นสภาวะกดดันที่เกิดขึ้นจากสภาพแวดล้อมภายนอก และสภาวะ

ในจิตใจ ที่ไม่สัมพันธ์กันกับความต้องการของตนเอง ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หากมีมากเกินไปย่อมเกิดผลเสีย สาเหตุมาจากหลาย ๆ ด้านทั้งปัจจัยจากสิ่งแวดล้อม และปัจจัยที่เป็นปัจเจกบุคคล กรมสุขภาพจิต (2541, หน้า 35-39) กล่าวถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด คือปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมดังนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคล แบ่งได้เป็นทางด้านร่างกายและจิตใจ

1.1 ปัจจัยส่วนบุคคลทางด้านร่างกาย สภาวะทางกายบางประการทำให้เกิด

ความเครียด ได้ในลักษณะที่เรียกว่า ร่างกายเครียด ซึ่งปัจจัยทางร่างกายที่ก่อให้เกิดความเครียดได้แก่

1.1.1 คุณลักษณะทางพันธุกรรม ที่ทำให้บุคคลมีลักษณะพื้นฐานที่แตกต่างกัน เช่น เพศ สีผิว ความเข้มแข็งหรือความอ่อนแอของระบบการทำงานของร่างกาย ตลอดจนความพิการทางร่างกายที่เป็นมาแต่กำเนิด

1.1.2 ความเหนื่อยล้าทางร่างกาย ที่เกิดจากได้การทำงานอย่างหนักและติดต่อกันเป็นเวลานานซึ่งจะมีความเกี่ยวเนื่องมาจากสภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายที่จะทำให้แต่ละคนมีความพร้อมในการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันแตกต่างกัน

1.1.3 การพักผ่อนไม่เพียงพอ

1.1.4 การเจ็บป่วยทางร่างกาย

1.1.5 ภาวะโภชนาการได้แก่ลักษณะนิสัยการรับประทานอาหารที่จะมีผลต่อความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย เช่นการรับประทานอาหารไม่ถูกส่วน ไม่เพียงพอ หรือการบริโภคสารอาหาร บางประเภทเช่น สุรา บุหรี่ ชา กาแฟ สิ่งเสพติดต่าง ๆ ล้วนทำให้เกิดความเครียดได้

1.1.6 ลักษณะท่าทางที่ปรากฏเกี่ยวกับโครงสร้างของกล้ามเนื้อ ผิวหนัง และการทรงตัว เช่น การเดิน ยืน วิ่ง นั่ง นอน หากอยู่ในลักษณะที่ไม่เหมาะสมย่อมก่อให้เกิดความเครียดได้

1.2 ปัจจัยส่วนบุคคลทางด้านจิตใจ เป็นปัจจัยที่สำคัญและเกี่ยวข้องที่เกี่ยวกับการเกิด ความเครียดมากที่สุด ประกอบด้วย

1.2.1 บุคลิกภาพบางประเภทที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ง่าย บุคลิกภาพโดยทั่วไปจะมี 3 ลักษณะใหญ่ ๆ ได้แก่

1.2.1.1 บุคลิกภาพแบบเอาจริงเอาจังกับชีวิต เป็นคนที่ต้องการความสมบูรณ์แบบให้กับทุกสิ่งทุกอย่าง ขยัน เจ้าระเบียบ ยึดมั่นกฎเกณฑ์ บุคลิกภาพแบบนี้ทำให้ต้องทำงานหนักและทำทุกอย่างด้วยตนเอง

1.2.1.2 บุคลิกภาพแบบพึ่งพิงผู้อื่น เป็นคนที่มีลักษณะขาดความเชื่อมั่นในตนเองไม่กล้าตัดสินใจ จะเป็นคนที่วิตกกังวลง่าย ทำอะไรต้องอาศัยผู้อื่นหาคหวั่นกับอนาคตอยู่เสมอ

1.2.1.3 บุคลิกภาพแบบหุนหันพลันแล่น เป็นคนใจร้อน ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ซึ่งจะมีผลกระทบไปถึงภาวะสมดุลของร่างกาย

1.2.2 การเผชิญเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต (Live event) เป็นเหตุการณ์ความเปลี่ยนแปลงที่มี ผลกระทบต่อการทำกิจกรรมปกติของบุคคลโดยเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น อาจก่อให้เกิดผลทางบวกหรือลบก็ได้ ทำให้บุคคลต้องปรับตัว

1.2.3 ความขัดแย้งในใจ (Conflict) เกิดจากการที่บุคคลต้องเผชิญทางเลือกสองทางขึ้นไป แต่ทางเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง อาจจะเป็นทางเลือกในสิ่งที่ไม่ต้องการไม่ยอมได้

1.2.4 ความคับข้องใจ (Frustration) เกิดจากการที่บุคคลไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้ สาเหตุที่ก่อให้เกิดความคับข้องใจ 4 ประการ คือ

1.2.4.1 ความรู้สึกบางประเภทได้แก่ความรู้สึกสูญเสียอาจจะเป็นการสูญเสียคนที่รัก เกียรติยศ ชื่อเสียง หรือความภาคภูมิใจ ความรู้สึกล้มเหลวในชีวิต ความรู้สึกเหล่านี้ทำให้กังวล ความโกรธ ความเศร้า ความทุกข์ใจ เป็นต้น

1.2.4.2 การขาดคุณสมบัติบางประการของบุคคล เช่น หמדหวัง ไม่สามารถควบคุมสิ่งต่าง ๆ ได้

1.2.4.3 อารมณ์ที่ไม่ดีทุกชนิด ได้แก่ ความกลัว ความวิตก การขาดความสามารถ การขาดทักษะในการทำงาน เป็นต้น

1.2.4.4 ความล่าช้าของเหตุการณ์หรือการไปสู่เป้าหมายที่ต้องการอันเกิดจากธรรมชาติ หรือลักษณะของเหตุการณ์นั้น หรือเกิดจากปัจจัยแวดล้อมของเหตุการณ์หรือเกิดจากปัจจัยภายในตัว บุคคลนั่นเอง

2. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่จะเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดได้ ประกอบไปด้วย สิ่งแวดล้อม 3 ประเภท ได้แก่

2.1 สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เป็นลักษณะทางกายภาพที่มีผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อวิถีการดำเนินชีวิตของบุคคลและทำให้ต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลาซึ่งก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้ เช่น อุณหภูมิอากาศ ความแออัดของประชากรและบ้านเรือน สภาพรถติดและการจราจรที่หนาแน่น ภัยธรรมชาติ ฯลฯ

2.2 สิ่งแวดล้อมทางชีวภาพ เป็นสิ่งแวดล้อมที่เป็นสิ่งมีชีวิตและทำอันตรายต่อบุคคลได้ เช่น เชื้อโรคต่าง ๆ ที่เป็นสาเหตุของโรคระบาด อาทิ โรคเอดส์ โรคไขหวัดนก ไข้เลือดออก เป็นต้น

2.3 สิ่งแวดล้อมทางสังคมวัฒนธรรม เป็นปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม และสิ่ง ที่บุคคลกระทำจะมีผลกระทบต่อกันตลอดเวลาซึ่งปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมที่ก่อให้เกิดความเครียด ได้แก่

2.3.1 สถานภาพและบทบาทในสังคมของบุคคล ซึ่งอาจจะมีหลายสถานภาพและหลายบทบาท หากบทบาทหลายอย่างนี้มีความขัดแย้งหรือมีความแตกต่างกันมาก ก็อาจทำให้เกิดความยากลำบากในการปรับตัวและเครียดได้

2.3.2 บรรทัดฐานทางสังคม บางครั้งกฎเกณฑ์ที่เป็นธรรมเนียมปฏิบัติของสังคม ไม่สอดคล้องกับความต้องการของบุคคลหรือเป็นกฎเกณฑ์ที่เคร่งครัดมากข่มก่อกำให้เกิด ความเครียดแก่ บุคคลได้

2.3.3 ระบบการเมืองการปกครอง ซึ่งมีผลต่อวิถีการดำเนินชีวิตของบุคคลหาก เป็นระบบการเมืองการปกครองที่เคร่งครัด ทำให้ประชาชนรู้สึกถูกคุกคามหรือถูกควบคุม โดยเฉพาะเรื่อง สิทธิ เสรีภาพต่าง ๆ หรือเป็นระบบการเมืองการปกครองที่ทำให้ประเทศขาดความ มั่นคงข่มก่อกำให้เกิดกับ ความเครียดกับประชาชนได้

จากปัจจัยข้างต้น ส่งผลให้เกิดความเครียดของผู้วิจัย สิ่งแรกนั้นก็คือ ปัจจัยส่วนบุคคล ทางด้านร่างกาย สภาวะทางกายเกิดจากความเหนื่อยล้าทางกาย ด้วยเป็นคนที่เขาจริงจังกับการทำงาน ส่วนมากจะพึ่งพาตนเองชอบทำอะไรด้วยตัวเองทำให้บางครั้งแบกรับภาระไว้มากเกินกว่า กำลังกายของตนเอง ไม่กล้าที่จะขอความช่วยเหลือจากคนอื่น สิ่งที่ทำไปก็คาดหวังไม่เป็นไปตามที่หวังไว้ก็ส่งผลให้เกิดเป็นความเครียด การต้องเผชิญกับเหตุการณ์เปลี่ยนแปลงในชีวิตอย่างไม่ทันตั้งตัวเช่นการมีลูก ทำให้ต้องปรับตัวกับสภาพแวดล้อมหลายสิ่งอย่าง การเคลื่อนไหวร่างกายที่ไม่เหมือนเดิม ภาวะฮอร์โมนที่มีการเปลี่ยนแปลงทำให้สภาวะจิตใจไม่มั่นคง อารมณ์เปลี่ยนแปลง ง่าย เกิดความกลัว วิตกกังวล กับการเปลี่ยนแปลงในชีวิต ปัจจัยทางสิ่งแวดล้อมที่ก่อให้เกิดสภาวะ ความเครียดนั้นก็คือ การเกิดโรคระบาด เช่น โควิด 19 เป็นเรื่องที่ยากในการควบคุมส่งผลกระทบต่อ หลายทางทั้งสุขภาพ ชีวิตความเป็นอยู่ สภาวะทางการเงินที่ใช้ชีวิตยากลำบาก บทบาทหน้าที่ใน สังคมที่ต้องเป็นคุณครูทำให้ต้องเจอผู้คนและรับรู้ถึงปัญหาของผู้อื่น รวมทั้งยังต้องช่วยเหลือ แก้ปัญหาให้กับผู้อื่นด้วย บรรทัดฐานทางสังคมที่ถูกกำหนดไว้ทำให้ขาดอิสระในการดำเนินชีวิต อย่างเช่น กฎระเบียบในที่ทำงานที่เคร่งครัดมากเกินไป ทำให้ขัดแย้งกับความต้องการของตนเอง และเพื่อนในสถานที่ทำงาน หรือแม้แต่ว่าระบบการเมืองการปกครองที่เป็นอยู่ในสภาวะสังคมปัจจุบัน การบริหารจัดการที่ล่าช้า และเอาัดเอาเปรียบประชาชน เกิดความไม่เท่าเทียมกัน บางครั้งเป็น ความเผด็จการ โดยที่อาจจะไม่รู้ตัว ขาดสิทธิในการเลือกสิ่งที่ดีที่สุดให้กับตนเอง ความปลอดภัย สิทธิพื้นฐานที่ควรจะได้ที่จะช่วยให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น ไม่เพียงพอ ล้วนแล้วแต่ส่งผลต่อสภาวะ ร่างกาย เป็นสิ่งที่ยากในการเปลี่ยนแปลงในบางสิ่งบางอย่างที่เกินความสามารถของตนเอง หากยึดติดกับสิ่งที่ต้องการมากเกินไปก็จะส่งผลเสียดังนั้นจึงต้องวิธีการรักษาสมดุล เยียวยาจิตใจตนเอง เพื่อให้ดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข

วิธีผ่อนคลายความเครียด ทางกายแพทย์สำหรับผู้ที่มีความเครียดถึงขั้นนอนไม่หลับนั้นก็ อาจจะต้องใช้ยาในการรักษาแต่ในการใช้ยารักษานั้นจะใช้กับผู้ที่ป่วยทางจิตมีผลต่อสมองช่วยให้ สามารถนอนหลับ ลดความวิตกกังวล คลายกล้ามเนื้อบริเวณที่ปวดได้ แต่หากใช้มากเกินไปจะ

คล้ายกับยาเสพติดที่จำเป็นต้องกิน และมีผลทางร่างกายถ้าหากไม่กิน การจัดการความเครียดมีวิธีการต่าง ๆ กันออกไป แพทย์แนะนำวิธีคลายความตึงเครียดด้วยวิธีทางธรรมชาติ 5 วิธี

1. การพักจากสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความเครียด (Take a break from the stressor) บางทีก็จะดูเป็นเรื่องยากที่เราจะปล่อยตัวเองออกจากสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด เช่น รายงาน โครงการ บิลรายจ่ายต่าง ๆ แต่เมื่อเราให้ตัวเองได้ถอยออกมาชั่วคราวจากปัญหาที่รุมเร้าเข้ามาอยู่ในตอนนี้ และให้เราได้มีเวลาทำบางสิ่งที่สามารถช่วยให้ได้มีมุมมองใหม่ ๆ ต่อปัญหาที่มีอยู่ช่วยให้ความรู้สึกเครียดที่หนักอึ้งอยู่ลดลง อย่างไรก็ตามสิ่งสำคัญคือเราไม่ได้หลีกเลี่ยงออกจากปัญหานั้นที่ทำให้เกิดความเครียด เพราะปัญหาเป็นสิ่งที่เราต้องทำให้ลุล่วงผ่านพ้นไป แต่การได้พักสักประมาณ 20 นาทีก็เป็นประโยชน์และบางทีก็ช่วยให้เราได้มีเวลากลับมาดูแลตัวเองก่อน

2. การออกกำลังกาย (Exercise) เป็นหนึ่งในวิธีที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อจิตใจและร่างกายของเรา ที่ผ่านเราจะได้ยินมาว่า การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอช่วยให้เราได้รับประโยชน์ต่อร่างกายในระยะยาว แต่เพียง 20 นาที ที่เราออกกำลังกายในแต่ละครั้ง เช่น การเดินวิ่ง การว่ายน้ำ หรือ การเต้น ในช่วงเวลาที่มีความเครียดสามารถเป็นประโยชน์ต่อจิตใจของเราให้ผ่อนคลายลงได้ไม่น้อยเลย

3. การยิ้มและหัวเราะ (Smile and laugh) สมองของเรามีความเชื่อมโยงกันกับอารมณ์และการแสดงออกทางสีหน้าของเรา เมื่อเราเกิดความเครียด เรามักจะเก็บความเครียดเอาไว้จำนวนมากและได้แสดงมันออกมาบนสีหน้าของเรา ดังนั้นการยิ้มหรือหัวเราะ สามารถช่วยให้เราบรรเทาความเครียดที่มีอยู่ลงไปได้และช่วยให้สถานการณ์ความเครียดที่กำลังมีผลอยู่ทำให้อารมณ์ความรู้สึกของเราที่มีต่อตัวเองดีขึ้น

4. การได้รับความช่วยเหลือจากคนในสังคม (Get social support) เมื่อเราได้แบ่งปันเรื่องราวปัญหาบางอย่างที่กำลังประสบหรืออารมณ์ความรู้สึกแย่ ๆ ที่มีอยู่กับอีกคนหนึ่ง เช่น การโทรหาเพื่อน การส่งอีเมลระหว่างกัน ช่วยให้ความเครียดเบาบางลงไปได้ แต่สิ่งสำคัญก็คือคนที่เราเข้าไปพูดคุยด้วยนั้นเป็นคนที่เราไว้วางใจและรับรู้ได้ว่าเขาสามารถมีความเข้าใจเกี่ยวกับตัวเราได้ โดยเลือกคนที่มีความเหมาะสมกับสถานการณ์ปัญหาที่เรา กำลังมีอยู่

5. การทำสมาธิ (Meditate) ช่วยให้จิตใจและร่างกายของเราได้ผ่อนคลายและสงบลง การฝึกสติสามารถทำให้เราได้มองเห็นมุมมองใหม่ ๆ ที่มีต่อปัญหา ให้เวลาเราได้เกิดการพัฒนาความเมตตาต่อตนเอง และการให้อภัยต่อตนเองจากสิ่งที่เกิดขึ้น เมื่อฝึกสติ (หน่วยส่งเสริมสภาวะนิสิตจุฬา, 2562)

จะเห็นได้ว่าเราสามารถปล่อยอารมณ์ความรู้สึกที่ทำให้อาการทางกายจากความตึงเครียดผ่อนคลายลงได้ กิจกรรมที่ช่วยให้เราเกิดสมาธิมีอยู่หลากหลายในปัจจุบัน เช่น การออกกำลังกาย

ซึ่งมีงานวิจัยที่ผ่านมาแสดงว่า การทำสมาธิช่วงสั้น ๆ ผ่านการออกกำลังกายก็ช่วยให้เราได้รับประโยชน์จากการมีจิตใจที่สงบมากขึ้นได้ ผู้วิจัยเป็นคนหนึ่งที่ต้องเผชิญปัญหาความเครียดอยู่บ่อยครั้ง และค้นพบว่าวิธีการหนึ่งที่จะช่วยปลดปล่อยความรู้สึกของเรา ผ่อนคลายอารมณ์ให้ดีขึ้นได้นั้นก็คือการได้ทำงานศิลปะ ซึ่งการทำงานศิลปะจะช่วยทั้งฝึกสมาธิให้จิตใจเราสงบ มีอารมณ์ที่นิ่งมากขึ้น การวาดระบายสีลงบนกระดาษไปบางครั้งทำให้เห็นมุมมองใหม่ปรับทัศนคติของตนเองได้ เหมือนว่าได้พูดออกมาโดยใช้ศิลปะสื่อสารแทนคำพูด มีการนำศิลปะเข้าไปใช้ในการพัฒนาเยียวยาจิตใจให้กับคนหลาย ๆ กลุ่ม ทั้งเด็กพิเศษ คนชรา ผู้ต้องขัง หรือแม้แต่ดาราศิลปินหลาย ๆ คนก็ใช้ศิลปะมาก่อนผ่อนคลายความเครียด

ศิลปะบำบัด

ศิลปะบำบัดถูกเริ่มต้นนำมาใช้โดยนายแพทย์โนแลน ดี.ซี. ลิวอิส หัวหน้าภาควิชาจิตเวชศาสตร์และผู้อำนวยการสถาบันจิตเวชแห่งรัฐนิวยอร์ก ของมหาวิทยาลัยโคลัมเบียนครนิวยอร์ก มีผู้ร่วมงานคนหนึ่งของลิวอิส ชื่อมาร์กาเรต เนาม์บุร์ก เป็นผู้บัญญัติศัพท์คำว่า Art therapy ได้นำทัศนศิลป์เชิงจิตวิเคราะห์มาใช้ในการวินิจฉัยบำบัดโรค เนาม์บุร์กพูดถึงการบำบัดด้วยศิลปะนั้นสามารถถ่ายทอดเรื่องราวภายใต้จิตใต้สำนึกได้มากกว่าการพูดคุยในเชิงจิตวิทยาที่นักจิตแพทย์ส่วนใหญ่ใช้กันในยุคเดียวกันกับเนาม์บุร์ก มีศิลปินชาวอิตาลีที่ชื่อว่า อีดิธ เครเมอร์ บุกเบิกศิลปกรรมบำบัดเช่นกันแต่จะใช้คำว่า Art as therapy เป็นศิลปะเพื่อการบำบัด กล่าวคือศิลปะสามารถบำบัดได้เลยโดยไม่ต้องรอผลทางจิตวิทยาที่ต้องนำไปวิเคราะห์และวิธีการบำบัดทางศิลปะให้ตรงกับผู้ที่ต้องการบำบัดอย่างแนวคิดของเนาม์บุร์ก

ตัวอย่างหนึ่งของครุศิลปะชาวอังกฤษที่ชื่อว่า เอเดรียน ฮิลล์ เขาป่วยเป็นวัณโรคและต้องรักษามาเป็นเวลานาน การที่เขาได้วาดรูประหว่างการรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลช่วยให้เขาฟื้นตัวจากอาการป่วยได้เร็วขึ้นจิตใจของเขาสงบและสามารถกลับมาทำงานได้เช่นเคยทำให้กลายเป็นนักศิลปกรรมบำบัดเป็นสิ่งที่ช่วยยืนยันว่าศิลปะนั้นช่วยรักษาเยียวาสภาพจิตใจได้ (เลิศศิริร์ บวรกิติ, 2553)

ศิลปะบำบัดจะใช้ทัศนศิลป์เป็นสื่อแสดงออกทางความรู้สึกนึกคิด อย่างสมัยยุคดึกดำบรรพ์ เช่นการวาดผนังถ้ำเป็นหลักฐานที่ปรากฏก่อนภาษาพูด บันทึกอารมณ์ความรู้สึกจากประสบการณ์มนุษย์ เราสามารถที่จะเห็นถึงความรู้สึกนึกคิดผ่านงานทัศนศิลป์ที่ถ่ายทอดออกมาได้เหมือนกับเวลาที่นำศิลปะบำบัดใช้รักษาผู้ป่วยเขาก็จะถ่ายทอดเรื่องราวต่าง ๆ ผ่านภาพเรื่องบางเรื่องที่ไม่สามารถพูดออกมาได้จะปรากฏอยู่ในงานทัศนศิลป์

แนวคิดของการนำศิลปะบำบัดมาใช้ในการบำบัดของสถาบันราชานุกูล จะใช้ศิลปะเป็น

เครื่องมือในการทำจิตบำบัดเป็นแนวคิดเดียวกันกับของเนามัวร์ก เพื่อช่วยเหลือคนที่มีปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ ใช้ศิลปะเป็นสื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดส่วนลึกในใจ ผ่านเส้น สี รูปทรง สัญลักษณ์ต่าง ๆ นำมาใช้ในการวิเคราะห์สภาพจิตใจ ปัญหาในใจ เน้นกระบวนการทางศิลปะ ไม่ได้เน้นคุณค่าของผลงาน รูปแบบที่ใช้ในการทำจิตบำบัดได้แก่ ทักษะศิลป์ ดนตรี การแสดง และวรรณกรรม รูปแบบแตกต่างกันขึ้นอยู่กับผู้ที่ได้รับการบำบัด สื่อที่นำมาใช้ในการจัดการกับความรูสึกก็มีความแตกต่างกัน เช่นการใช้สื่อที่มีโครงสร้าง พวกดินสอ สีเทียน สีไม้ จะใช้แทนการสื่อสารด้วยถ้อยคำ สื่อที่มีโครงสร้างยืดหยุ่น ดินน้ำมัน สีน้ำ จะใช้เพื่อการผ่อนคลาย อารมณ์ ความเครียด

ผู้วิจัยมีความเห็นด้วยในเรื่องของการนำศิลปะมาผ่อนคลายความเครียดเพราะเหมือนกับเราได้ปลดปล่อย ไม่มีความกดดันและไม่มีความกดดันและไม่มีความกดดันมาครอบงำ ศิลปะจะช่วยให้เราผ่อนคลาย ความเครียด ความขุ่นมัว ความขัดแย้งในส่วนลึกของจิตใจ อารมณ์จะเย็นลงไม่ขุ่นเคียว ทำให้ระดับอารมณ์ของเราดีขึ้น การนำศิลปะมาบำบัดเยียวยาจิตใจช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาทางอารมณ์ ความเครียด วิตกกังวล ได้ระบายออกมา ผ่านการทำงานศิลปะสร้างสรรค์ ไม่ไปทำร้ายหรือส่งผลกระทบต่อผู้อื่น ระหว่างกระบวนการทำงานศิลปะช่วยให้เราผ่อนคลายรับรู้เข้าใจตนเอง มีการควบคุมยับยั้งได้ดีขึ้น สมาธิจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำมากกว่าปัญหา การแสดงออกทางศิลปะจะถูกถ่ายทอดออกมาของแต่ละคนล้วนแต่มีความแตกต่างกัน บางคนแสดงออกด้วยสีแปร่งที่รุนแรงก้าวร้าว บางคนแสดงออกด้วยอารมณ์ชวนฝันจินตนาการ บางคนแสดงออกด้วยอารมณ์ที่ขบขันขึ้นอยู่กับบุคลิกที่แตกต่างและประสบการณ์ที่พบเจอ เมื่อเราได้สร้างสรรค์ศิลปะสามารถที่จะปลดปล่อยความรู้สึกนึกคิดได้อย่างอิสระ สิ่งที่อยู่ในจิตใจจะถูกระบายออกมา โดยผู้วิจัยมีความสนใจเกี่ยวกับผลงานศิลปะกรรม ของศิลปินสามกลุ่มที่มีผลต่อการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะกรรม ได้แก่ กลุ่มศิลปะแบบ ไอเดียลิสม์ กลุ่มศิลปะแบบเซอร์เรียลลิสม์ และศิลปะแบบโลว์บราว แต่ละกลุ่มมีแนวคิดและรูปแบบที่มีความแตกต่างกันเป็นอิทธิพลของที่ได้รับมาในการสร้างสรรค์ผลงาน

ศิลปะกรรมที่เกี่ยวข้อง

ศิลปะแห่งการหิบบิซึม

คำว่า “ศิลปะแห่งการหิบบิซึม” หรือ “แอ็พโพรพริเอชันอาร์ต” เป็นรูปแบบของศิลปะที่ถูกนำมาสร้างสรรค์ใหม่ สิ่งทีนำมาใช้อาจจะรวมถึงภาพ รูปทรง หรือรูปแบบต่าง ๆ จากประวัติศาสตร์ศิลปะ จากวัฒนธรรมป๊อปปูลาร์หรือวัสดุและเทคนิคต่าง ๆ จากสิ่งที่ไม่เป็นศิลปะ เมื่อเข้าสู่ช่วงทศวรรษที่ 1980 คำศัพท์นี้ใช้กันมากขึ้นด้วยการเรียกลักษณะพิเศษเฉพาะ ศิลปินนำเอาผลงานของศิลปินอื่นมาสร้างสรรค์เป็นผลงานชิ้นใหม่ขึ้น ซึ่งงานชิ้นนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลง

หรือไม่เปลี่ยนแปลง

ย้อนกลับไปในช่วงประวัติศาสตร์ศิลปะ ในปี ค.ศ. 1917 มาร์เซล ดูชอง ได้นำเสนอความคิดเกี่ยวกับวัตถุสำเร็จรูป (Readymade) โดยการเริ่มที่โถปัสสาวะในชื่อผลงาน “น้ำพุ” (Fountain) เป็นการนำวัตถุที่มีอยู่แล้วมาทำให้เกิดเป็นงานศิลปะ และใน ค.ศ. 1919 ในผลงานที่ชื่อว่า L.H.O.O.Q. ดูชองหยิบยืมหรือนำรูปคัดลอกของโมนาลิซ่าซึ่งเป็นวัตถุสำเร็จรูปหนึ่งเข้ามาสู่ผลงานตัวเองโดยเพิ่มเรียวนวคบนริมฝีปากและเคราแพะตรงปลายคางบนรูปโมนาลิซ่าพร้อมทั้งเขียนตัวอักษร L.H.O.O.Q. ไว้ใต้ภาพ ถึงอย่างนั้นก็ยังเป็นการนำภาพทั้งภาพมาใช้

การเดินทางของแอฟ โพรพรเอนซ์ เห็นได้ชัดในกลุ่มศิลปินคาตาได้หยิบยืมสิ่งของที่พบเห็นอยู่ในชีวิตประจำวันมาใช้เป็นงานศิลปะ โดยทั่วไปแล้วการลอกหรือทำซ้ำใหม่จะไม่ได้รับการพิจารณายอมรับว่าเป็นงานศิลปะ ดูชองนั้นเปลี่ยนความคิดโดยใช้วัตถุเป็นสิ่งเรียกร่องว่าคุณค่าของผลงานนั้น ไม่ได้อยู่ที่การสร้างสรรค์ตามรูปแบบเดิมแต่เป็นความคิดทั้งหลายที่อยู่เบื้องหลังงานศิลปะ

ใน ค.ศ. 1950-1970 โรเบิร์ต เราเซนเบิร์ก นำเอาวัตถุสำเร็จรูปที่ทิ้งไปแล้วเช่น ยางรถยนต์ ที่นอนเก่า สัตว์ศพ และรูปถ่ายมารวมกันกับงานจิตรกรรมการใช้สีแปร่ง และการคอลลาจมาสร้างสรรค์ใหม่ เช่นเดียวกันกับแจสเปอร์จอห์น ที่นำวัตถุไม่ใช่แล้วมาสร้างใหม่หยิบยืมวัตถุที่เป็นสัญลักษณ์ เช่นธงชาติอเมริกันมาใช้ ศิลปินป๊อปอาร์ตอย่างแอนดี้วอร์ฮอล คลอส โอเคนเบิร์กก็ได้รับแรงบันดาลใจมาจากดูชองและนิยมนำภาพจากงานพาณิชยศิลป์มาใช้

ในปัจจุบันนักวิจารณ์และนักประวัติศาสตร์ใช้คำว่า “แอฟ โพรพรเอนซ์” ในการอธิบายผลงานศิลปะถึงลักษณะที่หยิบยืมมาใช้จำแนกความแตกต่างออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ ๆ

กลุ่มแรกสร้างสรรค์โดยการเชื่อมและกำหนดรูปทรงที่หยิบยืมมาเข้าสู่วิถีทางของตนเอง กลุ่มที่สองเป็นกลุ่มที่นิยมมาใช้โดยตรงศิลปินจะคัดลอกหรือใช้ภาพถ่ายดั้งเดิม แต่จะแสดงออกใหม่ทางความคิดทับซ้อนกันอยู่

ศิลปะแอฟ โพรพรเอนซ์ แพร่ขยายรวดเร็วในช่วงยุคโพสต์ โมเดิร์นมีเนื้อหาสาระตามความนิยมของศิลปิน ศิลปินบางคนสร้างสรรค์ศิลปะแอฟ โพรพรเอนซ์เพียงแค่ส่วนหนึ่งหรือชุดหนึ่งในการสร้างสรรค์ ในขณะที่ศิลปินบางคนสร้างสรรค์ศิลปะแอฟ โพรพรเอนซ์อย่างจริงจังจนกลายเป็นลักษณะเฉพาะ

การหยิบยืมผลงานของศิลปินที่ผู้วิจัยนำมาใช้นั้นเป็นการต่อยอดที่นำความเหมือนและความแตกต่างทางความคิด ความเชื่อ ค่านิยม ของยุคเก่าและยุคใหม่มาผสมผสานเข้าด้วยกัน โดยนำองค์ประกอบที่มีความโดดเด่นของศิลปินมาใช้ทำให้ชวนนึกถึงรูปแบบของงานศิลปะดั้งเดิม (รศลิน กาศศ์, 2558)



ภาพที่ 1 Fountain, Marcel Duchamp, 1917

([https://en.wikipedia.org/wiki/Fountain_\(Duchamp\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Fountain_(Duchamp)))



ภาพที่ 2 H.L.O.O.Q., Marcel Duchamp, Photography, 1913

(<http://worldcivil14.blogspot.com/2014/02/dada.html>)



ภาพที่ 3 Three Flags, Jasper Johns, Jr., 1958

(http://www.space15twenty.com/happy_4th_of_july)



ภาพที่ 4 Campbell's Soup Cans, Andy Warhol, 1966

(<https://pvdappropriationandrepurposing.wordpress.com/about/>)



ภาพที่ 5 American Gothic, Grant Wood, 1930

(<https://www.boredpanda.com>)

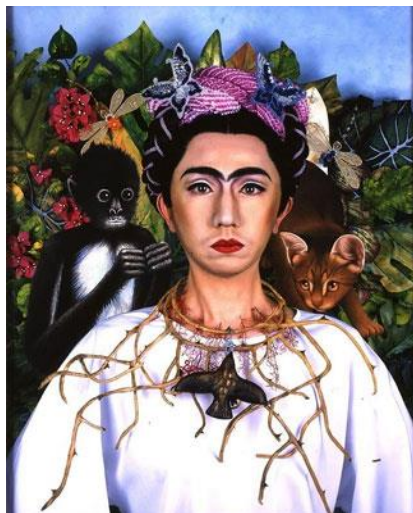


ภาพที่ 6 mona-lisa-botero, Fernando Botero, 1978

(<https://printmasterpieces.com/products/mona-lisa-botero>)



1854962876



ภาพที่ 7 “An Inner Dialogue with Frida Kahlo (Crown of Thorns)”, Yasumasa Morimura, 2001
 (<https://www.niutoday.info/2015/04/13/art-museum-top-examine-afterlife-of-appropriation/>)

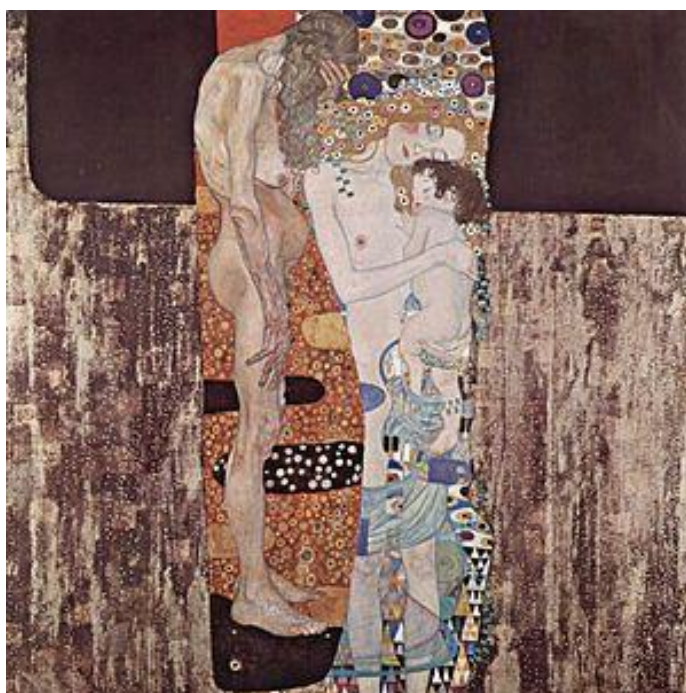


ภาพที่ 8 ลาสเมนิลาสต้นฉบับลาสมิเนลาสของปีกัสโซ, Las Meninas by Diego Velazquez in 1656,
 Las Meninas (after Velazquez) by Pablo Picasso in 1957
 (<http://peloponnese.blogspot.com/2011/05/appropriation.html>)

ผลงานของศิลปินที่ถูกหยิบยืมมาใช้ในการสร้างสรรค์

ในการสร้างสรรค์ผลงานของผู้วิจัยหยิบยืมผลงานของศิลปินที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ทั้งหมด 4 คนนำมาเป็นแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงานต่อยอดทางความคิดของศิลปินต่าง ๆ มาใช้เป็นแนวทางถ่ายทอดเรื่องราวของตนเองดังต่อไปนี้

1. ภาพผลงานของ กุสตาฟ คลิมต์



ภาพที่ 9 The Three Ages of woman, Gustav Klimt, 1905

(https://th.vvikipedla.com/wiki/Gustav_Klimt)

1.1 ภาพ The Three Ages of woman

ภายในผลงานประกอบด้วยผู้หญิงสามคนในช่วงอายุที่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของวงจรชีวิต การวางองค์ประกอบผู้หญิงสามคนถูกนำจัดวางไว้ตรงกลางของภาพ พื้นหลังมีความเป็น 2 มิติลักษณะแบนราบ สีมืดความเป็นกลางให้ความรู้สึกสงบ การใช้ลวดลายที่มีสีสันเป็นเอกลักษณ์ของคลิมต์. จัดวางภาพในแนวตั้ง ผู้หญิงที่อายุน้อยกว่าสองคนอยู่ในออร่าสีน้ำเงินที่มีลวดลายที่ลื่นไหลของสีเขียว หญิงชราคนนั้นมีออร่าในตัวเอง และเต็มไปด้วยลวดลายที่ไม่ค่อยลื่นไหล พร้อมการแยกส่วนที่ชัดเจนระหว่าง โทนสีอบอุ่นและเป็นเอิร์ธ โทนที่ตัดกับสีโทนเย็น มีการผสมผสานสีโทนร้อนเข้ามาในโทนเย็น การเหลื่อมกันขาของผู้หญิงสาวไปข้างหลังด้านหลังซ้ายและหัว

ของหญิงชราอยู่ข้างหน้าด้านขวาสร้างความเป็นเอกภาพให้กับงาน ร่างที่อายุน้อยที่สุดคือเด็กที่มีความเกี่ยวข้องกับหญิงสาวที่เป็นแม่ของเธอ มีผ้าสีฟ้าใสพาดอยู่ที่ขาของผู้หญิงทั้งสองแสดงความสัมพันธ์ระหว่างสองคน หญิงสาวมีดอกไม้รอบศีรษะซึ่งเป็นตัวแทนของฤดูใบไม้ผลิ ผมของเธอดูสว่างใสว ตรงกันข้ามกับหญิงชราที่ถูกแยกจากผู้หญิงอีกสองคน ศีรษะของเธอหันออกไปและคว่ำหน้าลง แสดงวัยชราเห็นได้ชัดเจนผ่านผิวหนังที่ห่อหุ้ม ท้องป่อง และเส้นเลือดที่เด่นชัด มีความแตกต่างจากอีกสองคนแสดงให้เห็นลักษณะเต็มตัวถึงส่วนเท้า สิ่งนี้ทำให้ผู้ชมได้เห็นความเปลี่ยนแปลงของวัยได้อย่างครบถ้วน สะท้อนถึงวัฏจักรชีวิตมนุษย์อย่างดียิ่ง (Bacchus, 2021)

เหตุผลในการหยิบยืมภาพนี้มาสร้างสรรค์ใหม่เพราะมีความชื่นชอบลักษณะการเขียนภาพของศิลปินที่มีความผสมผสานความเหมือนจริงและความเป็นสองมิติเข้าด้วยกัน ลักษณะพิเศษในการนำลวดลายเข้ามาใช้ในผลงานสร้างความรู้สึกร่วมให้ผลงานมีชีวิตมีการเคลื่อนไหว ในภาพผู้หญิงในช่วง 3 อายุคน ผู้วิจัยมีความสนใจในส่วนของแม่และเด็กที่กำลังโอบกอดกันอยู่ให้อารมณ์ความรู้สึกในเรื่องของความรักระหว่างแม่และลูกที่มีความผูกพันกัน เหมือนตกอยู่ในห้วงอารมณ์แห่งความฝันที่มีความสุข ลวดลายที่ศิลปินนำมาใช้มีความสดใสมีชีวิตชีวาดูแล้วมีความสุข จึงถูกหยิบยืมนำมาใช้สะท้อนเรื่องราวความรักของตนเองที่มีต่อลูก

2. ภาพผลงานของ มีเกลันเจโล เมรีซี คา การาวัจโจ



ภาพที่ 10 Bacchus, Caravaggio, 1595

(https://th.vvikipedla.com/wiki/Gustav_Klimt)

2.1. ภาพ Bacchus

การวางใจ ซึ่งได้รับมอบหมายจากพระคาร์ดินัล เดล มอนเต ให้วาดภาพเทพเจ้าแห่งไวน์ การดื่มสุรา เป็นที่รู้กันว่าเขาเป็นคนร่าเริงและใจดีสำหรับผู้ที่ชื่นชมเขา แต่โหดร้ายกับผู้ที่ข้ามเขา เป็นฉากจากตำนานเทพเจ้ากรีก ผู้อุปถัมภ์มองว่าแบคคัสเป็นสัญลักษณ์เปรียบเทียบกับที่สมบูรณ์แบบสำหรับความมั่งคั่ง

การวางใจไม่เพียงแต่พยายามวาดภาพแบคคัสเท่านั้น เขาวาดเด็กผู้ชายที่แต่งตัวเป็นแบคคัส เป็นฉากที่เข้าวนเชิญชวนให้ผู้ชมยอมจำนนต่อความต้องการทางกามารมณ์ของพวกเขา เด็กชายคู่อ่อนเยาว์และหล่อเหลา ใบหน้าवलกลม ตัวล่ำสัน แต่งกายแบบคลาสสิก ในตะกร้ามีทับทิมที่แตกออกและแอปเปิ้ลที่เน่าเปื่อย การวางใจใช้องค์ประกอบเหล่านี้ร่วมกันเพื่อบ่งบอกความสุขจะหายที่ไม่ยั่งยืน ทุกอย่างต้องตายและเน่าเปื่อยไปในที่สุด ความรู้สึกกริ้วร่วมเพศในภาพวาดอาจเป็นการพาดพิงถึงความรู้สึกโรมานติกของเขาที่มีต่อแบบในภาพวาด ในศตวรรษที่สิบหก การมีความสัมพันธ์แบบรักร่วมเพศกับชายหนุ่มไม่ถูกประณาม (Bacchus, 2021)

เหตุผลในการหยิบยืมภาพผลงานชิ้นนี้ของ การวางใจ มาใช้ในการสร้างสรรค์เพราะว่าตอนที่เห็นภาพนี้ครั้งแรก รู้สึกขบขันกับใบหน้าของเด็กหนุ่มที่มีแก้มแดงเหมือนกำลังมีเมากับไวน์ที่ถืออยู่ในมือ ในงานมีความคลาสสิกในเรื่องของเนื้อหา การแต่งการที่ดูเหมือนกับเทพเจ้า ความสูงศักดิ์ แฟชั่นการแต่งกายในยุคเก่าก็เป็นค่านิยมอย่างหนึ่งที่นำหยิบยืมมาใช้สะท้อนเนื้อหาเรื่องราวของค่านิยมในปัจจุบัน การที่มีระบบชนชั้นยังคงอยู่ในทุกวันนี้อยากนำมาสะท้อนเสียดสีสังคมถึงความไม่แน่นอนอนที่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา อีกทั้งเมื่อศึกษาเนื้อหาของงานชิ้นชอบความคิดของศิลปินที่มีความเข้าใจในวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลง และความแตกต่างทางด้านทัศนคติที่เกิดขึ้นจึงนำมาใช้ในผลงานสร้างสรรค์

3. ผลงานของ ยัน ฟัน ไอก์



ภาพที่ 11 The Arnolfini Portrait, Caravaggio, 1434

(<https://www.takieng.com/stories/15256>)

3.1 ภาพ The Arnolfini Portrai

เป็นภาพที่เชื่อกันว่าเป็นภาพเหมือนของโจวันนี อาร์นอลฟินี พ่อค้าจากเมืองลูกกาในอิตาลีและภรรยาในห้องที่อาจจะเป็นที่บ้านที่พำนักอยู่ในเมืองบรูชในฟลานเดอส์เป็นภาพที่ถือกันว่าเป็นภาพที่มีความเป็นต้นตอและความซับซ้อนมากที่สุดภาพหนึ่งของจิตรกรรมตะวันตก เป็นภาพเขียนแบบลวงตาที่น่าประทับใจสำหรับช่วงเวลาที่เขียนที่เห็นได้จากรายละเอียดต่าง ๆ ในภาพ โดยเฉพาะการใช้แสง และในการสร้างช่องว่างภายในของภาพ และเป็นภาพที่ทำให้ผู้ดูสามารถเชื่อได้จริง ๆ ว่าเป็นภาพของห้องและผู้ที่อยู่ในห้อง

การวางท่าของบุคคลสองคนในภาพเป็นลักษณะการวางภาพตามที่ใช้กันในคริสต์ศตวรรษที่ 15 ที่แสดงการสมรสและบทบาทของเพศ – สตรียืนใกล้เตียงและลึกลงไปในห้องทางด้านขวาของภาพเป็นสัญลักษณ์ของบทบาทในฐานะผู้ดูแลบ้าน ขณะที่โจวันนียืนอยู่ริมหน้าต่างที่เปิดที่เป็นสัญลักษณ์ของหน้าต่างที่มีในโลกภายนอก โจวันนีมองตรงมายังผู้ชมภาพ โดยยกมือขวาขึ้นมาเป็นการแสดงว่าเป็นผู้มีอำนาจขณะที่มือของภรรยาอยู่ต่ำกว่าและแสดงความอ่อนน้อมกว่า แม้ว่าผู้ชมในปัจจุบันจะสรุปว่าภรรยา กำลังตั้งครบกั แต่นักประวัติศาสตร์ศิลปะหลายคนชี้ให้เห็นว่ามีภาพนักบุญสตรีหลายภาพที่แต่งกายในลักษณะเดียวกันและเชื่อว่าการแต่งกายลักษณะนี้เป็นความ

นิยมกันในสมัยนั้น ภายในภาพมีต้นเชอร์รี่ที่ออกผลอยู่นอกหน้าต่างอาจจะเป็นสัญลักษณ์ของความรัก ส้มที่ตั้งอยู่บนขอบหน้าต่างและหีบไต้หน้าต่างอาจจะเป็นสัญลักษณ์ของความบริสุทธิ์และไร้เดียงสาในสวนอีเค็นก่อนการถูกขับจากสวรรค์ การใช้ส้มเป็นสัญลักษณ์ในทางปรัชญาเช่นนี้ไม่ใช้กันนักในเนเธอร์แลนด์และถ้าใช้ก็เป็นการแสดงความมั่งคั่ง แต่ในอิตาลีส้มเป็นสัญลักษณ์ของความสามารถในการมีบุตรธิดาของกลุ่มสมรส รองเท้าแตะไม้ ที่วางอยู่ทางล่างซ้ายของภาพอาจจะเป็นการแสดงความเคารพพิธีสมรสและการชี้ให้เห็นว่าเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ แต่ตามปกติแล้วเป็นรองเท้าที่ใช้สวมนอกบ้าน ตามธรรมเนียมแล้วสามีมักจะให้รองเท้าแตะไม้เป็นของขวัญต่อภรรยา หรืออาจจะเป็นการแสดงความสงบสุขของความเป็นอยู่ภายในบ้าน สุนัขเป็นสัญลักษณ์ของความจงรักภักดี หรืออาจจะเป็นสัญลักษณ์ของความใคร่ ที่ชี้ให้เห็นถึงความต้องการที่จะมีบุตรธิดาของกลุ่มสามีภรรยา ในส่วนของเสื้อสีเขียวของภรรยาเป็นสัญลักษณ์ของความหวัง ซึ่งอาจจะมีความหวังในการเป็นแม่ ฝักคลุมนมสีขาวเป็นสัญลักษณ์ของความบริสุทธิ์ ด้านหลังกลุ่มสามีภรรยาม่านแห่งการแต่งงานก็ถูกเบิก ม่านสีแดงอาจจะเป็นนัยยะถึงการสมสู่ของกลุ่มสามีภรรยา เทียนเล่มเดียวทางด้านซ้ายบน โคมทองเหลืองเจ็ดก้านอาจจะเป็นเทียนที่ใช้เป็นสัญลักษณ์ในประเพณีการแต่งงานเฟลมิช เทียนจุดทั้งที่ยังเป็นเวลากลางวันเหมือนกับเทียนภายในสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ในวัด เทียนอาจจะเป็นสัญลักษณ์ของพระวิญญูญาณบริสุทธิ์ที่สถิตอยู่ในที่นั่นหรือแสงสว่างอันเป็นนิรันดร์ของพระเจ้า แต่อีกทฤษฎีหนึ่งของมาร์กาเรต คอสเตอร์ในหัวข้อเดียวกันนี้ที่เสนอว่าเป็นภาพอนุสรณ์ การมีเทียนเพียงเล่มเดียวที่จุดอยู่ทางด้านที่โจวันนียืนอยู่ ตรงกันข้ามกับอีกเล่มหนึ่งที่ดับทางด้านภรรยา ซึ่งเป็นอุปมาที่นิยมใช้กันในงานวรรณกรรมว่าฝ่ายหนึ่งยังคงมีชีวิตอยู่ต่อไป หลังจากที่อีกฝ่ายหนึ่งเสียชีวิตไปแล้ว เนื้อหิวเสาสองเตี้ยมีรูปสลักของนักบุญมาร์กาเรตผู้เป็นนักบุญผู้พิทักษ์ของสตรีผู้มိครรภ์และการให้กำเนิดทารก นักบุญมาร์กาเรตเป็นนักบุญผู้ให้ความช่วยเหลือเมื่อสตรีเจ็บท้องและช่วยกำจัดความเป็นหมัน ได้หิวเสาที่เป็นนักบุญมาร์กาเรตก็มีแปรงแขวนอยู่ที่เป็นสัญลักษณ์ของการดูแลบ้านเรือน นอกจากนั้นแล้วแปรงและลูกประคำที่มักจะเป็นของขวัญแต่งงาน วงกลมเล็ก ๆ รอบกรอบกระจกบนผนังในฉากหลังของภาพวาดจากฉากของทุกขกิริยาของพระเยซู และอาจจะเป็นสัญลักษณ์ของคำสัญญาของพระเจ้าที่จะทรงไถ่บาปให้แก่ผู้ที่ปรากฏอยู่ในกระจก นอกจากนั้นถ้าตีความหมายว่าเป็นภาพอนุสรณ์แล้วภาพทุกขกิริยาทางด้านภรรยาก็เป็นภาพการสิ้นพระชนม์ของพระเยซูและการคืนชีพของพระองค์ ภาพทางสามี่เป็นภาพที่เกี่ยวข้องกับพระเยซูขณะที่ยังมีพระชนม์อยู่ บริเวณตัวกระจกเองก็อาจจะเป็นสัญลักษณ์ของพระเนตรของพระเจ้าที่ทรงเป็นพยานในการตั้งปฏิญาณของการแต่งงาน นอกจากนั้นกระจกที่ไม่มีคำหนึ่ก็ยังเป็นสัญลักษณ์ของพระแม่มารีที่เป็นนัยยะถึงการกำเนิดบริสุทธิ์ กระจกสะท้อนให้เห็นคนสองคนที่ประตู่ คนหนึ่งอาจจะเป็นพัน ไอ้เอง ตามทฤษฎีที่ออกจะเป็นที่ขัดแย้ง โดยผู้อื่นกล่าวว่าการมีบุคคล

สองคนในกระจกก็เพื่อเป็นการแสดงว่ามีพยานสองคนตามการระบุที่ต้องการทางกฎหมาย และลายเซ็นของฟัน ไอ้กับบนผนังก็เป็นการแสดงว่าเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเป็นทางการที่ฟัน ไอ้ก็เป็นพยานผู้อยู่ในเหตุการณ์ (ภาพเหมือนอาร์นอลฟินี, 2558)

จะเห็นได้ว่าสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในผลงานของศิลปินนั้นมีความหมาย ความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่ศิลปินต้องการสื่อความหมาย โดยส่วนมากจะเป็นเรื่องของความเชื่อทางศาสนา สาเหตุในการหยิบยืมผลงานของ ยัน ฟัน ไอ้ ต้องการพูดถึงชีวิตของการครองคู่ ซึ่งผลงานของศิลปินนั้นแสดงให้เห็นถึงคู่รักชายหญิงที่เหมือนกำลังอยู่ในพิธีการสมรสกัน แต่มีการตีความที่หลายหลายถึงในภาพนั้นใช้การสมรสจริงหรือไม่ ผู้วิจัยนำเรื่องราวชีวิตของตนเองมาเสียดสีสร้างท่าทีที่ขบขันให้กับงานในรูปแบบของตนเอง

4. เลโอนาร์โด ดา วินชี



ภาพที่ 12 Madonna Litta, Oil on cavvas, Leonardo da Vinci, 1434

(<https://www.takieng.com/stories/6089>)

4.1 ภาพ Madonna Litta

พระแม่มาเรียให้นม องค์ประกอบภาพพื้นหลังมีคมิช่องโค้งของหน้าต่างสองข้าง มองเห็นฉากหลังเป็นทิวทัศน์ของภูเขาในมุมมองเห็นได้กว้างไกล ในมือซ้ายของพระเยซูถืออกจาบปีกอ่อน สีทอง เป็นสัญลักษณ์ของความหลงใหลในอนาคต พระแม่มาเรียนั้นมองไปยังบุตรเพราะพระองค์ทรงเป็นศูนย์กลางของจักรวาล สายตาของพระเยซูมองผู้ชม พระเจ้าทรงจุดลงมาในมนุษย์และเลี้ยงด้วยน้ำนมแม่ของเขา เป็นการให้อาหารทางวิญญาณ (Mainstreetartisans, 2019)

เหตุผลในการเลือกภาพที่นี้เพราะว่าชื่นชอบลักษณะใบหน้าของพระแม่มารีที่จ้องมองพระเยซูตลอดเวลา ให้ความรู้ที่มีทั้งความสุขกับความกังวลใจในเวลาเดียวกัน จึงนำมาถ่ายทอดเรื่องชีวิตของการเป็นแม่ที่มีความรู้สึกทั้งสองอย่างในเวลาเดียวกัน การจัดองค์ประกอบที่ให้อารมณ์ความรู้สึกนี้สงบเมื่อมองผลงาน ทำให้ได้ใช้เวลาในการคิดพิจารณาหลบหนีจากความวุ่นวายในชีวิต



ภาพที่ 13 The Last Supper, Leonardo da Vinci, 1495-1497

(<https://www.takieng.com/stories/6089>)

4.2 ภาพ The last supper

เป็นภาพจิตรกรรมฝาผนัง วาดให้แก่ดยุกดูโดวิโก สฟอร์ซา ซึ่งเป็นผู้อุปถัมภ์ของเขา ภาพนี้วาดขึ้นตามเรื่องราวในพระคัมภีร์ไบเบิล ถ่ายทอดเหตุการณ์ช่วงระหว่างอาหารค่ำมื้อสุดท้ายของพระเยซูกับเหล่าสาวกในห้องชั้นบน ก่อนที่จะทรงถูกจับไปตรึงกางเขน (ยอห์นบทที่ 13) ใช้เวลาวาดภาพอาหารมื้อสุดท้ายนี้ถึง 4 ปี ภาพวาดนี้ไม่สามารถเคลื่อนย้ายได้เนื่องจากถูกวาดบนผนังห้องอาหารในคฤหาสน์ของท่านดยุก นับเป็นภาพวาดที่มีขนาดใหญ่ที่สุดของ เลโอนาร์โด ดา วินชีที่ยังคงสภาพให้มองเห็นได้ในปัจจุบัน และเป็นหนึ่งในผลงานจิตรกรรมสำคัญที่เป็นที่รู้จักทั่วโลก (ชูใจ, 2561)

ดา วินชี นำเทคนิคการจัดวางภาพบนทัศนียภาพ เข้ามาใช้ในภาพอาหารมื้อสุดท้ายของ

เขา โดยวางวัตถุต่าง ๆ บนเส้นนำสายตา เส้นนำสายตาทุกเส้นจะพุ่งเข้าสู่จุด ๆ เดียวกันคือ ศิระษะของพระเยซู ซึ่งอยู่กึ่งกลางของภาพซึ่งสะท้อนว่าพระองค์ทรงเป็นต้นกำเนิดของทุกสิ่ง เพื่อให้พระเยซูดูเด่นเขาจึงลดทอนองค์ประกอบของห้องชั้นบนในภาพให้สะอาดที่สุดหลงเหลือไว้เพียงองค์ประกอบที่สอดคล้องกับเส้นนำสายตาเท่านั้น นอกจากนั้นยังออกแบบในมุมมองในภาพให้เข้ากับมุมมองจริงห้องอาหารที่มันถูกวาดขึ้น ทำให้ห้องดูกว้างและมีมิติเหมือนนั่งกินข้าวโต๊ะข้าง ๆ พระเยซูกับสาวก ภาพอาหารมื้อสุดท้ายนั้นมีศิลปินวาดออกมามากมายหลากหลายเวอร์ชัน แต่ดา วินชี ตั้งใจจะวาดภาพที่แสดงวินาทีสำคัญในพระคัมภีร์ คือตอนที่พระเยซูพูดว่า “คนหนึ่งในพวกท่านจะทรยศเรา” ณ วินาทีดังกล่าวจะแสดงให้เห็นถึงอากัปกริยาตอบสนองของสาวกทั้ง 12 คน ซึ่งมีทั้ง ความตกใจ ความโกรธและความกลัว ความสับสน และความสงสัย ยูดาส อิสคาริโอท คือสาวกผู้ที่จะทรยศพระเยซู เขากำลังถือถุงใส่เงินอยู่ เพราะเขาได้ขายพระเยซู โดยรับเงินจากพวกฟาริสีและเตรียมส่งมอบพระองค์ให้กับศัตรูของพระองค์ในเวลาถัดไป

ภาพผลงานนี้ผู้วิจัยมีความสนใจเกี่ยวกับเนื้อหาที่พระเยซูนั้นมีความนิ่งสงบทั้ง ๆ ที่รู้ว่าตนเองนั้นกำลังถูกทรยศ และจะถูกตรึงกางเขนในเวลาต่อมา แตกต่างจากคนรอบข้างที่ดูตื่นตระหนก วุ่นวาย กับสิ่งที่พระเยซูกำลังพูดถึง เหมือนกับสังคมในปัจจุบันความวุ่นวายที่เกิดขึ้นในสังคม การเสพข่าวสารต่าง ๆ มีทั้งเรื่องจริงและไม่จริง การว่ากล่าวให้ร้ายกัน ความไม่จริงใจที่มีให้กัน ขนาดพระเยซูซึ่งถือว่าเป็นบุตรของพระเจ้ายังมีคนคิดทรยศ เป็นเรื่องปกติของสังคม แต่พระเยซูนั้นมีความเชื่อใจพระเจ้า ความวางใจในพระเจ้าทำให้พระเยซูไม่ตื่นตระหนกหรือกลัวกับสิ่งที่เกิดขึ้น จึงอยากนำแนวคิดนี้มาสร้างสรรค์ใหม่ในรูปแบบเนื้อหาของตนเองที่มีความเกี่ยวข้องกันในเรื่องของสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ

การนำผลงานที่หยิบยืมมาใช้ในการสร้างสรรค์

ภาพผลงานนำมาสร้างสรรค์ในแต่ละชิ้นนั้น ล้วนมีเนื้อหาที่มีความเกี่ยวข้องกันกับผู้วิจัย ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของชีวิตการมีลูก ชีวิตการแต่งงาน และชีวิตในสังคม ที่พบเจอกับปัญหาอุปสรรค ก่อให้เกิดความเครียดที่ส่งผลให้จิตใจของตนเองนั้นเศร้าหมอง ขาดที่พึ่งพาทางจิตใจ งานศิลปะที่นำมาเหมือนสิ่งที่เยียวยาจิตใจของผู้วิจัย ใช้สัญลักษณ์ในผลงานเก่าถูกนำมาใช้ในมุมมองของปัจจุบัน และใช้สัญลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของตนเองให้ความหมายที่สะท้อนถึงอารมณ์ความรู้สึก ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ นอกจากการใช้ศิลปะการหยิบยืมเข้ามาช่วยในการถ่ายทอดแล้ว ยังมีศิลปะอีกรูปแบบหนึ่งที่ผู้วิจัยมีความสนใจ นั่นก็คือศิลปะโลว์บราว หรือ ป๊อปเซอร์เรียลลิสม์ ที่ยังเป็นแรงบันดาลใจการสร้างสรรค์ผลงานชุดนี้

ศิลปะโลว์บราว

ศิลปะที่เต็มไปด้วยอารมณ์ขันมีความร่าเริงสดใส แต่แฝงไปด้วยการประชดประชันทางสังคม เกิดขึ้นที่สหรัฐอเมริกาเป็นศิลปะใต้ดิน มีอีกชื่อเรียกว่า ป๊อปเซอร์เรียล ส่วนใหญ่เทคนิคของศิลปะประเภทนี้จะเป็นพวกงานภาพวาด แนวการ์ตูนล้อเลียน เรื่องส่วนใหญ่ที่นำมาถ่ายทอดศิลปะประเภทนี้จะเป็นเกี่ยวกับพวกวัฒนธรรม สังคม ในท้องถิ่นนั้น ๆ (ชาติเชื้อ เชื้อ โขติ และคณะ, 2559, หน้า 803)

ศิลปินคนหนึ่งที่มีชื่อเสียงในศิลปะแนวนี้ชื่อว่า มาร์ค ไรเดน คือจิตรกรชาวอเมริกาใต้แรงบันดาลใจจากวัตถุที่ทำให้ระลึกถึงความลึกลับ เช่น ของเล่นเก่า ๆ หุ่นสรีระ หุ่นสัตว์ โครงกระดูก และของสะสมทางศาสนาเล็ก ๆ น้อย ๆ ตามตลาดขายของมือสอง การทำงานของไรเดนชอบเดินไปพวกแผงขายหมูเพื่อไปสังเกตชิ้นส่วนเนื้อต่าง ๆ นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ ผลงานของเขามีความน่ารักที่แฝงไปด้วยความน่ากลัวหรือเป็นตลกแบบร้าย ๆ รูปทรงของตุ๊กตาต่าง ๆ ที่นำมาถูกมาดัดแปลงเขียนลงในงานของเขาเกี่ยวกับสังคม ศาสนา สร้างความขบขันจากท่าทางรูปทรงที่เขาใช้ สีมืดความน่ารักสดใสแบบเด็ก ๆ นำเรื่องที่จะมีความจริงจึงมาสร้างสรรค์ให้เกิดความขบขันลดความรุนแรงของเรื่องราวที่ต้องการถ่ายทอดออกมาซึ่งเมื่อได้รับชมผลงานของเขาทำให้รู้สึกถึงความตลกและช่วยผ่อนคลายอารมณ์ของเราได้ การสร้างสรรค์ผลงานของผู้วิจัยต้องการให้ผลงานตนเองสอดแทรกความตลกล้อเลียนสังคมของการทำงานเข้าไปให้ผู้ชมเกิดอารมณ์ขัน

ศิลปะทั้งสามรูปแบบที่ผู้วิจัยได้พูดถึงมา มีผลต่อการสร้างสรรค์ในเรื่องของรูปแบบของผลงานลักษณะท่าทางของคนที่มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวของศิลปินทั้งสองคนที่ได้ยกตัวอย่างมานั้นก็มีความความแตกต่างกันอย่างของ ชาร์กกาลจะเป็นรูปทรงที่อ่อนดูแล้วสิ้นไหลการให้แสงเงาไม่มากนัก ส่วนของไรเดนมีความเป็นเหมือนกับการวาดล้อเลียนมีปริมาตร หรือภาพวาดตัวละครในจิตรกรรมฝาผนังไทยก็มีการแสดงอารมณ์ที่แตกต่างกันของบุคลิกที่ต่างกันตามชนชั้น ผู้วิจัยต้องการสร้างสรรค์ผลงานจากรูปทรงของมนุษย์ที่ถูกนำมาดัดทอนดัดแปลงให้มีเอกลักษณ์ เพื่อแสดงอารมณ์ของกลุ่มคนที่ต่างกัน ในสังคม จึงศึกษาศิลปะทั้งสามรูปแบบนำมาใช้กับการสร้างสรรค์



ภาพที่ 14 Mark Ryden (Mark Ryden, 2018)

(Mark Ryden, 2018, Mark Ryden. Retrieved October 1 2018'/from/
<https://www.pinterest.com/pin/251497960414318950/>)



ภาพที่ 15 Princess Praline and Her Entourage (Mark Ryden, 2018)

(Mark Ryden, 2018, "Princess Praline and Her Entourage. Retrieved October 1 2018'/from/
<https://www.pinterest.com/pin/251497960414318950/>)



ภาพที่ 16 Saint Barbie (Mark Ryden, 2018)

(Mark, Ryden, 2018, Saint Barbie. //Retrieved October 1 2018'/from/
<https://www.pinterest.com/pin/251497960414318950>)



ภาพที่ 17 The Magic Circus (Mark Ryden, 2018)

(Mark, Ryden, 2018, The Magic Circus. //Retrieved October 1 2018'/from/
<https://www.pinterest.com/pin/251497960414318950/>)

สรุปสภาวะความกดดันในที่ทำงานส่งผลให้เกิดความเครียดที่ผู้วิจัยต้องพบเจอจากปัจจัยต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันเป็นอารมณ์ที่ไม่พึงพอใจ วิตกกังวล ความกลัวจากสิ่งแวดล้อมรอบตัว ทำให้เกิดความเครียดเมื่อสมองเราไม่ได้รับการผ่อนคลายจึงต้องหาหนทางเพื่อจัดการความเครียดที่มีปลดปล่อยระบายออกมาผ่านการทำงานศิลปกรรมต้องการสะท้อนปัญหาในสังคมการทำงานที่ไม่สามารถพูดแต่ใช้วิธีการสื่อสารผ่านทัศนศิลป์ช่วยให้เราได้รับรู้สึกดีขึ้นเรียกว่าศิลปะบำบัดได้รับแรงบันดาลใจจากแนวคิดศิลปะบำบัดของ อีดิธ เครเมอร์ ใช้ศิลปะในการบำบัดด้วยการระบายการสื่อสารด้วยภาพแทนการใช้คำพูดเป็นหนทางที่สามารถแสดงความรู้สึกนึกคิด ได้อย่างอิสระปลดปล่อยเรื่องราวอัดอั้นในใจที่ เน้นการใช้สื่อที่ยืดหยุ่นได้มาสร้างสรรค์ด้วยเทคนิคศิลปะกึ่งกึ่งกึ่งแบบ ฝ่าใบ รูปแบบของผลงานถูกถ่ายทอดออกมาในแง่มุมที่ซับซ้อน ประชดประชันสังคมการทำงานผ่านรูปแบบศิลปะที่ได้รับอิทธิพลศิลปะแอฟโฟรโพริเทชันที่มีรูปแบบการหยาบย้อมผลงานต่างในอดีตมาผ่านกระบวนการกลั่นกรองเพื่อนำไปใช้ในการสร้างสรรค์ผลงาน นำสัญลักษณ์ที่มีความหมายในชีวิตประจำวันมาทำใหม่สร้างเรื่องเกี่ยวกับสังคมยุคปัจจุบันที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ผ่านรูปแบบสื่อเลียนเสียงศิลปะสังคม มีความตลกแบบร้าย ๆ เหมือนศิลปะรูปแบบของโลว์บราวถ่ายทอดความคิดของเราออกมาและให้ศิลปะช่วยขัดเกลาความคิดหยาบกระด้างให้ออกมาในรูปแบบของสุนทรียภาพ การได้สะท้อนทัศนคติในรูปแบบผลงานศิลปะ เป็นพื้นที่ส่วนตัวที่ช่วยให้เราหลบหนีจากความวุ่นวายของสังคมการทำงานเป็นที่พึ่งทางใจในการบำบัดทางอารมณ์ผ่อนคลายความเครียด

บทที่ 3

การดำเนินงาน

การสร้างสรรคของผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการบำบัดความเครียดด้วยศิลปะเป็นหลักรูปแบบในการสร้างสรรค์มาจากประสบการณ์ในชีวิต การเป็นแม่ การทำงาน การสังเกตของคนในสังคมที่เราได้พบเจอแต่ละคนมีเอกลักษณ์บุคลิกที่แตกต่างกันเกิดการสร้างสรรค์ในการสะท้อนทัศนคติในการใช้ชีวิตด้วยมุมมองที่ซับซ้อนที่แฝงไปด้วยเรื่องราวของความเครียดจากสังคมที่เราพบเจอ

ผลงานการสร้างสรรคมีทั้งหมด 5 ชิ้น เป็นผลงานจิตรกรรมด้วยเทคนิคสีอะครีลิคการนำผลงานศิลปะที่เคยมายกออกสื่อให้มีเนื้อหาเกี่ยวกับความเครียดในสังคมของการทำงาน ชีวิตความเป็นอยู่ยุคปัจจุบัน ที่ตนต้องเผชิญอยู่ โดยมีขั้นตอนการสร้างสรรคต่อไปนี้คือ

1. ขั้นตอนการหาแรงบันดาลใจ

การได้สังเกตพฤติกรรมลักษณะนิสัยของบุคคลรอบตัวที่มีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยนำมาเป็นแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ในการแลกเปลี่ยนข้อมูลกันระหว่างเพื่อน ๆ ที่มีลูกแนวทางการเลี้ยงดูของแต่ละคน ปัญหาที่พบเจอระหว่างการทำงานภายในโรงเรียน นำไปสู่การศึกษาหาข้อมูลเพิ่มเติมเอกสารงานวิจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับงานวิทยานิพนธ์

2. ขั้นตอนการศึกษารูปแบบผลงานศิลปะ

เมื่อผู้วิจัยได้เนื้อหาที่ต้องการถ่ายทอดเป็นผลงานศิลปะแล้วต้องค้นหาวิธีการรูปแบบทางการสร้างสรรค์ที่ต้องนำมาใช้ ผู้วิจัยมีความสนใจในเรื่องของการหิบบิมผลงานของศิลปินมาสร้างสรรค์ใหม่ที่เรียกว่า แอ็พ โพรพรีเอชัน และนำมาสะท้อนผ่านความซับซ้อนซึ่งเป็นรูปแบบของงานศิลปะแบบโลว์บราว ที่ต้องทำการศึกษาหาข้อมูลเพิ่มเติมมาประกอบในผลงานสร้างสรรค์ของตนเอง

3. ขั้นตอนวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลทั้งหมดที่รวบรวมมาให้นำมาสรุปเพื่อนำไปใช้ในการสร้างสรรค์ เลือกเฉพาะสิ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับตนเอง วิเคราะห์ผลงานของศิลปินแต่ละชิ้นที่หิบบิมมาใช้มีความเชื่อมโยงกับเนื้อหาที่ต้องการถ่ายทอดอย่างไร



1854962876

BUU-1Thesis 59920400 thesis / recv: 24062564 13:12:11 / seq: 52

4. ขั้นตอนการสร้างสรรคภาพร่าง

4.1 ภาพข้อมูลในการทำแบบร่าง



ภาพที่ 18 ภาพข้อมูลแบบร่าง 1



ภาพที่ 19 ภาพข้อมูลแบบร่าง 2



ภาพที่ 20 ภาพข้อมูลแบบร่าง 3



ภาพที่ 21 ภาพข้อมูลแบบร่าง 4



ภาพที่ 22 ภาพข้อมูลแบบร่าง 5



ภาพที่ 23 ภาพข้อมูลแบบร่าง 6



ภาพที่ 24 ภาพข้อมูลแบบร่าง 7



ภาพที่ 25 ภาพข้อมูลแบบร่าง 8



ภาพที่ 26 ภาพข้อมูลแบบร่าง 9



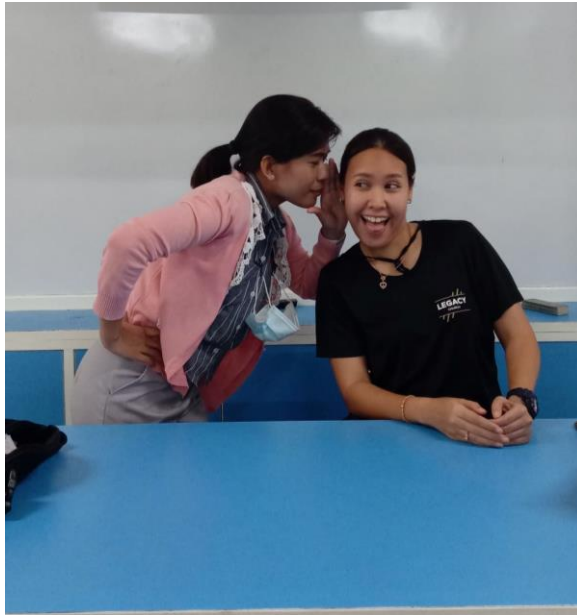
ภาพที่ 27 ภาพข้อมูลแบบร่าง 10



ภาพที่ 28 ภาพข้อมูลแบบร่าง 11

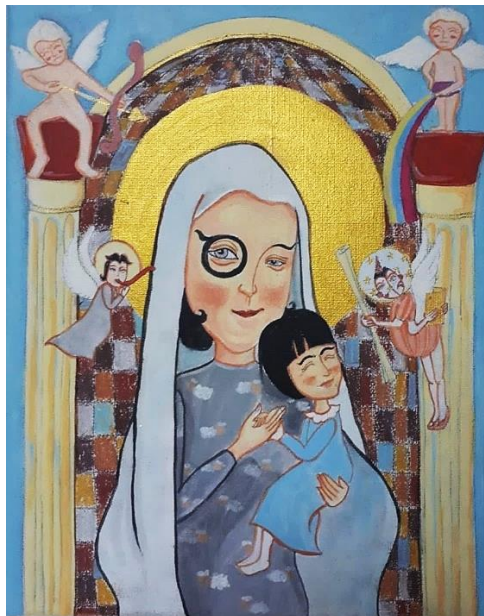


ภาพที่ 29 ภาพข้อมูลแบบร่าง 12



ภาพที่ 30 ภาพข้อมูลแบบร่าง 13

2.4.2. ภาพแบบร่างด้วยโปรแกรม Photoshop



ภาพที่ 31 ภาพร่างชิ้นที่ 1



1854962876

BUU_1Thesis_59920400_thesis / rev: 24062564_13:12:11 / seq: 52



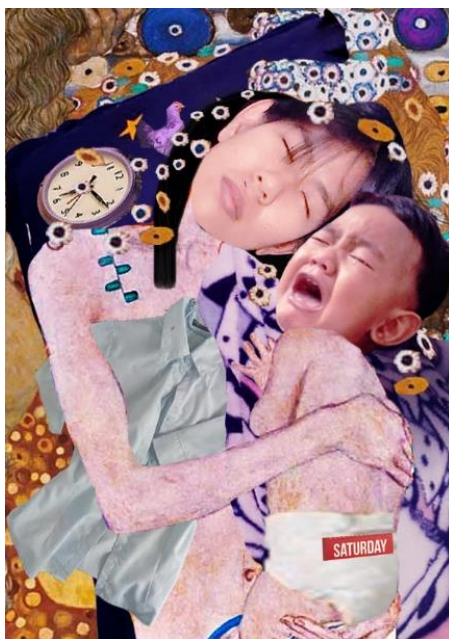
ภาพที่ 32 ภาพร่างชิ้นที่ 2



ภาพที่ 33 ภาพร่างชิ้นที่ 3



ภาพที่ 34 ภาพร่างชิ้นที่ 4



ภาพที่ 35 ภาพร่างชิ้นที่ 5



ภาพที่ 36 ภาพร่างชิ้นที่ 6



ภาพที่ 37 ภาพร่างชิ้นที่ 7



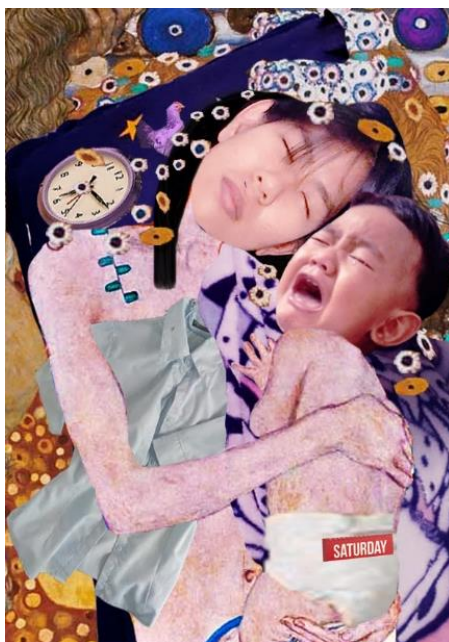
ภาพที่ 38 ภาพร่างชิ้นที่ 8



ภาพที่ 39 ภาพร่างชิ้นที่ 9

5. ขั้นตอนการสร้างสรรค์ผลงานจริง

จิตรกรรมชิ้นที่ 1 หยิบยืมภาพของ กุสตาฟ คลิมต์ ชื่อภาพ Mother and child มาใช้ในการสร้างสรรค์ถ่ายเรื่องราวชีวิตความเป็นแม่มือใหม่ที่คุณุ่นวายแต่มีความสุข สร้างเรื่องราวการเลี้ยงดูลูกในยุคเก่าและยุคใหม่ที่มีการเปลี่ยนแปลง



ภาพที่ 40 ภาพร่างจิตรกรรมชิ้นที่ 1

เทคนิคและขั้นตอนในการสร้างสรรค์จิตรกรรมชิ้นที่ 1

1. เตรียมผ้าใบด้วยการใช้ผ้าแคนวาสไม่ได้ทาสีรองพื้นผ้าใบก่อน ร่างภาพตามแบบร่างด้วยดินสอปรับจัดวางองค์ประกอบต่าง ๆ เพื่อความเหมาะสม
2. ระบายสีชั้นที่ 1 เริ่มระบายไปที่ละส่วนเริ่มจากกระบายสีตัวคนต้องทับหลายชั้นโดยใช้เนื้อสีบาง ๆ ค่อยทับทีละชั้น น้ำหนักของสีคนเลียนแบบการลงสีของ กุสตาฟ คลิมต์ ที่มีความแบนน้ำหนักของสีค่อนข้างน้อยมีการแทรกสีต่าง ๆ เข้าไปในภาพคน
3. ระบายสีในส่วนของพื้นหลังในส่วนต่าง ๆ เป็นระนาบเดียวไม่มีการไล่น้ำหนักซ้ำสองรอบเพื่อไปได้สีที่เรียบ
4. ระบายสีในส่วนของรายละเอียดวัตถุต่าง ๆ ที่ใช้เป็นสัญลักษณ์ในการสื่อสารผลงานและสร้างลวดลายตามแบบผลงานเดิมซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของศิลปิน เก็บรายละเอียดใส่น้ำหนักเพิ่มเติมในส่วนที่ต้องการเน้น



ภาพที่ 41 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 1-1



ภาพที่ 42 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 1-2



ภาพที่ 43 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 1-3

จิตรกรรมชิ้นที่ 2 หยิบยืมภาพของ ดา วินชี ชื่อภาพ Madonna litta มาใช้ในการ
 สร้างสรรค์ถ่ายเรื่องราวชีวิตความเป็นแม่มือที่มีทั้งความสุขความทุกข์ ความกังวลใจในการเลี้ยงดู
 ลูกในเวลาเดียวกันถ่ายทอดความรักของแม่ที่กำลังจ้องมองลูกน้อย



ภาพที่ 44 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 2

เทคนิคและขั้นตอนในการสร้างสรรค์จิตรกรรมชั้นที่ 2

1. เตรียมผ้าใบด้วยการใช้ผ้าแคนวาส ร่างภาพตามแบบร่างด้วยดินสอหิบบีม องค์กรประกอบของภาพเดิม ดาวินชีมาใช้จุดเด่นของภาพอยู่ตรงกลางภาพเหมือนกันกับภาพแรกเป็นภาพเพียงครึ่งตัว
2. ระบายสีชั้นที่ 1 เริ่มจากพื้นหลังก่อนระบายสีใบหน้าคน การระบายสีใบหน้าคนได้เพิ่มน้ำหนักให้มีปริมาณมากขึ้นกว่าชั้นที่ 1 แทรกสีม่วงสีชมพูผสมเข้าไปในใบหน้าที่ดูอบอุ่นนุ่มนวลยิ่งขึ้น
3. แก้วระบายสีพื้นหลังด้วยสีดำตามภาพเดิมของศิลปินเพราะว่าช่วยผลักดันให้ผลงานเด่นขึ้นมา การระบายสีในส่วนของผ้าคลุมได้ใส่รายละเอียดภาพบ้านเข้าไป ไม่ได้เน้นให้เกิดความสมจริงมากในผลงานชั้นที่ 2
4. ระบายสีในส่วนของวัตถุเพิ่มเติมที่ได้สอดแทรกเข้าไปในผลงาน และเก็บรายละเอียดเพิ่มเติมน้ำหนักเข้าไปให้มีความชัดเจน



ภาพที่ 45 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 2-1



ภาพที่ 46 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 2-2



ภาพที่ 47 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-3



ภาพที่ 48 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-4



ภาพที่ 49 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 2-5

จิตรกรรมชั้นที่ 3 หยิบยืมภาพของ การาวัจ โจ ชื่อภาพ Bacchus มาถ่ายเรื่องราวความเชื่อ และค่านิยมของสังคมยุคเก่ากับสังคมในยุคปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลง ใช้วัตถุแทนสัญลักษณ์ ต่าง ๆ เข้าไปในผลงาน



ภาพที่ 50 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 3

เทคนิคและขั้นตอนในการสร้างสรรค์จิตรกรรมชั้นที่ 3

1. เตรียมผ้าใบด้วยทาสีรองพื้นด้วยสีดำเนื่องจากว่าพื้นหลังของงานเป็นน้ำหนักเข้ม ร่างภาพด้วยการฉาย โปรเจคเตอร์ และร่างภาพตามแบบร่างด้วยดินสอไขสีขาว
2. ระบายสีเป็นน้ำหนักไว้สำหรับชั้นที่ 1 ระบายไปที่ละส่วนเริ่มจากระบายตัวคนก่อนมีการระบายน้ำหนักสีหลายชั้นเพื่อนำให้ได้เนื้อสีที่มีความแน่น
3. ในส่วนของผ้ามีการระบายน้ำหนักแสงและเงาไว้คร่าว ๆ ก่อนระบายสีให้ทับเพิ่มเข้าไปให้เกิดความสมจริงในผลงานชิ้นนี้จะเน้นไปที่ความสมจริงมากยิ่งขึ้น
4. ระบายสีวัตถุต่างในผลงานเก็บรายละเอียดในส่วนต่าง ๆ มีการตัดเส้นและเติมแสงเข้าไปเพิ่มเติมแทรกสีบางสีเข้าไปในวัตถุต่าง ๆ ให้กลมกลืนกันเนื่องจากมีวัตถุที่มีสีสันเพิ่มเติมเข้าไปจากผลงานดั้งเดิมของศิลปิน
5. ระบายสีพื้นหลังเพิ่มแสงสว่างสีน้ำตาลเข้าไปและเก็บรายละเอียดงาน



ภาพที่ 51 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-1



ภาพที่ 52 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-2



ภาพที่ 53 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 3-3



ภาพที่ 54 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 3-4



ภาพที่ 55 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-5



ภาพที่ 56 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 3-6



1854962876

BUU iThesis 59920400 thesis / recv: 24062564 13:12:11 / seq: 52



ภาพที่ 57 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 3-7

จิตรกรรมชิ้นที่ 4 หยิบยืมภาพของ ยาน วาน เอ็ค ชื่อภาพ Arnofini portrait มาใช้ในการสร้างสรรค์ถ่ายเรื่องราวชีวิตการสมรสภาพที่นิยมในการแต่งงานนำมาล้อเลียนผสมผสานเข้ากับสัญลักษณ์ในจิตรกรรมเดิมสร้างความขบขัน มีการเสียดสีประชดประชันสังคม



ภาพที่ 58 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 4

เทคนิคและขั้นตอนในการสร้างสรรค์จิตรกรรมชั้นที่ 4

1. เตรียมผ้าใบด้วยทาสีรองพื้นด้วยสีเทาเพื่อความสะดวกในการระบายน้ำหนักก่อนร่างภาพด้วยการฉาย โปรเจคเตอร์ และร่างภาพตามแบบร่างด้วยดินสอ
2. การระบายสีเริ่มระบายจากด้านหลังสุดคือพื้นที่ภายในภาพเดิมของศิลปินจะมีน้ำหนักเข้มได้ปรับแก้ไขน้ำหนักให้ระบายง่ายขึ้นระบายแบบเรียบแต่ใช้สีที่มีน้ำหนักต่างกันช่วยสร้างให้เกิดมิติภายในห้อง
3. เริ่มระบายองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เป็นพื้นที่ขนาดใหญ่ก่อน จากนั้นระบายจุดเด่นของภาพคือคนทั้งสองคนระบายสีด้วยน้ำหนักที่มีความสมจริง แสงสว่างทางด้านซ้ายมือและน้ำหนักที่เข้มฝั่งขวามือ
4. ระบายสีวัตถุต่างในผลงานเก็บรายละเอียดในส่วนต่าง ๆ ก่อนข้างมีความละเอียดของวัตถุทำให้ใช้เวลาค่อนข้างมากในการระบายส่วนต่าง ๆ



ภาพที่ 59 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-1



ภาพที่ 60 การสร้างสรรค์ผลงานชั้นที่ 4-2



ภาพที่ 61 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 4-3



ภาพที่ 62 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 4-4



ภาพที่ 63 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 4-5



ภาพที่ 64 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 4-6

จิตรกรรมชั้นที่ 5 หยิบยืมภาพของ ดา วินชี ชื่อภาพ The last supper มาใช้ในการสร้างสรรค์ถ่ายเรื่องราวชีวิตความวุ่นวายของผู้คนในสังคม การรับรู้เสพสื่อต่างมีผลต่อความเชื่อในยุคปัจจุบันที่เราต้องตั้งสติและสงบนิ่งในการรับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน



ภาพที่ 65 ภาพร่างจิตรกรรมชั้นที่ 5

เทคนิคและขั้นตอนในการสร้างสรรค์จิตรกรรมชั้นที่ 5

1. เตรียมผ้าใบด้วยทาสีรองพื้นด้วยสีเทาเพื่อความสะดวกในการระบายน้ำหนักก่อนร่างภาพด้วยการฉาย โปรเจคเตอร์ และร่างภาพตามแบบร่างด้วยดินสอ
2. การระบายสีเริ่มระบายจากด้านหลังสุดตามแบบร่างที่มีการปรับบรรยากาศเป็นเรื่องราวใกล้ตัวไม่เหมือนตามภาพเดิมของศิลปิน
3. ระบายสีเนื้อคนและวัตถุต่าง ๆ ที่นำมาเป็นสัญลักษณ์ในผลงาน
4. ระบายสีวัตถุต่างในผลงานเก็บรายละเอียดในส่วนต่าง ๆ ให้เรียบร้อยและเน้นในส่วนที่ต้องการสื่อสารออกมา



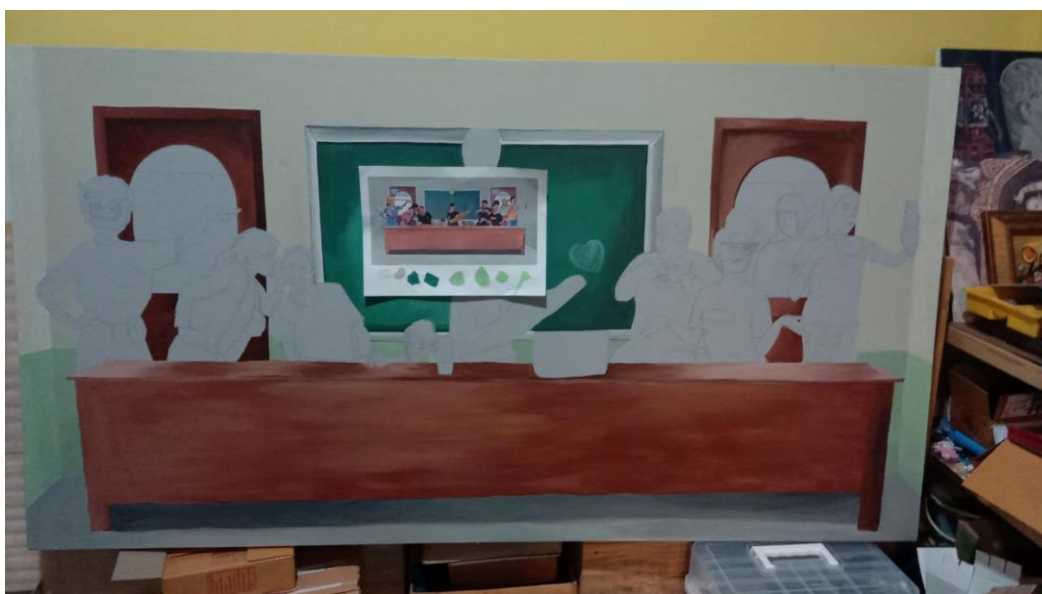
ภาพที่ 66 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 5-1



ภาพที่ 67 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 5-2



ภาพที่ 68 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 5-3



ภาพที่ 69 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 5-4



ภาพที่ 70 การสร้างสรรค์ผลงานชิ้นที่ 5-5

6. ขั้นตอนการสรุปผล และจัดแสดงนิทรรศการ

ขั้นตอนสุดท้ายปรับปรุงแก้ไขผลงาน สรุปผลจากการได้สร้างสรรค์ให้เสร็จสมบูรณ์ นำเสนอและจัดแสดงผลงาน ณ ห้องแสดงผลงานคณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทที่ 4

การสร้างสรรค์และการวิเคราะห์ผลงาน

ผลงานวิจัยจิตรกรรมสร้างสรรค์ได้นำภาพงานศิลปะที่มีชื่อเสียงมาใช้เป็นแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์เรียกว่า “แอ็พ โพรพริเอทชันอาร์ต” หรือ “ศิลปะแห่งการหยิบยืม” นำรูปแบบการจัดวางองค์ประกอบของงานศิลปะที่มีชื่อเสียงมาใช้และสร้างสรรค์เรื่องราวในยุคใหม่เข้าไปเป็นเรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตของผู้วิจัย ความเครียดปัญหาที่ต้องพบเจอถูกถ่ายทอดออกมาเป็นผลงานศิลปะมีความล้อเลียนเสียดสี ประชดประชันสังคม ผ่านมุมมองที่ดูแล้วขบขันคล้ายศิลปะรูปแบบ โลว์บราวอาร์ต ได้นำเรื่องราววิถีชีวิตค่านิยมของคนในสังคมในปัจจุบันสอดแทรกเนื้อหาเข้าไปในผลงาน โดยการสร้างสรรค์ผลงานจิตรกรรมทั้ง 5 ชิ้น ประกอบไปด้วย แนวคิดของผลงาน การวิเคราะห์ผลงาน เทคนิคและขั้นตอนในการสร้างสรรค์ ปัญหาและวิธีการแก้ไขผลงาน



1854962876

BUU_1Thesis_59920400_thesis / rcv: 24062564 13:12:11 / seq: 52

ผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 1



ภาพที่ 71 ชื่อผลงาน New mother and son cry

ขนาด 100 x 120 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2563

แนวคิดผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 1

ผลงานชิ้นนี้ได้รับแรงบันดาลใจมาจากผลงานของกุสตาฟ คลิมต์ ชื่อภาพ Mother and child ในภาพแสดงออกถึงความรักของแม่และเด็กอย่างเต็มเปี่ยม ความอ่อนโยนของสีหน้าที่ดูแล้วเหมือนอยู่ในห้วงอารมณ์แห่งความฝัน จึงถูกนำมาเป็นต้นแบบในการสร้างสรรค์ผลงานชิ้นนี้ เพื่อบอกเล่าเรื่องราวชีวิตของการแม่ความรักที่มีให้ลูก ความอดทนอดกลั้นจากสิ่งที่จะต้องพบเจอในสังคมขอเพียงแค่มีลูกโอบกอดไว้ข้าง ๆ กายก็ช่วยบรรเทาความทุกข์ลงได้ ภาระหน้าที่ต้องรับผิดชอบในการเลี้ยงดูไม่สามารถลาออกได้ การเป็นแม่นั้นไม่มีวันหยุด ถึงแม้ในวันที่ลูกจะร้องไห้หนักแค่ไหนแม่ก็ต้องอดทน และหาวิธีการต่าง ๆ ในการหลอกล่อ บางคนต้องพึ่งคู่มือตำราต่าง ๆ บางคนต้องพึ่งไสยศาสตร์ หรือผู้ที่มีประสบการณ์ก็จะคอยแชร์ข้อมูล สิ่งไหนดีไม่ดีกับลูก

คนเป็นแม่ก็พยายามหาสิ่งที่ดีที่สุดมาให้เท่าที่จะทำได้ หากเป็นในยุคก่อน ๆ การเลี้ยงดูลูกก็เป็นไปตามสัญชาตญาณมากกว่าการหาข้อมูล ซึ่งปัจจุบันก็มีสิ่งที่มีอำนาจความสะดวกให้กับแม่มากขึ้นเช่น เครื่องปั๊มนม กางเกงผ้าอ้อมสามารถใส่และถอดได้อย่างสะดวกสบาย แต่สิ่งเหล่านี้แฝงไปด้วยภาระค่าใช้จ่ายที่ต้องแบกรับไว้สะท้อนถึงความเหลื่อมล้ำที่เกิดขึ้น เป็นสถานะที่ต้องจำทนความสุขของการมีลูกที่ก็ต้องปะปนรวมกันกับความทุกข์ไปด้วยกัน ลูกเปรียบเหมือนความหวังความฝันและชีวิตใหม่ของแม่



ภาพที่ 72 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 1

(<https://www.pinterest.com/pin/398920479499542637>)

วิเคราะห์ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 1

สัญลักษณ์ที่นำมาใช้ในผลงาน เป็นวัตถุที่มีความเกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูลูกในยุคปัจจุบันที่มีความแตกต่างจากรูปแบบการเลี้ยงดูในสมัยก่อน ภายในภาพแสดงสัญลักษณ์แห่งความรักด้วยการโอบกอดอย่างแนบแน่นของแม่ ใบหน้าลูกกำลังร้องไห้เป็นสิ่งที่แทนความเจ็บปวด ความเศร้าที่ไม่ต้องการให้เกิดขึ้น ไม่มีแม่คนไหนที่อยากให้ลูกต้องร้องไห้เพราะว่าถ้าลูกทุกข์แม่ก็ยิ่งทุกข์ไปด้วย เป็นสิ่งที่ก่อนหน้านี้ผู้วิจัยไม่เข้าใจ ไม่เชื่อว่าจะเป็นเช่นนั้น แต่เมื่อได้เป็นแม่ทำให้เราได้เข้าใจในหลาย ๆ สิ่งที่คุณเป็นแม่ชอบพูดกันแม่ต้องเข้มแข็งมาก ๆ ยิ่งกว่าลูกต้องไม่แสดงความอ่อนแอ ถึงแม้ว่าตนเองจะเหนื่อยล้าเพียงใดก็ตาม เครื่องปั๊มนมที่ปรากฏเป็นอุปกรณ์ช่วยอำนวยความสะดวกในการเก็บน้ำนมให้ลูกกิน สำหรับผู้วิจัยเป็นสิ่งที่แสดงถึงความอดทนของผู้เป็นแม่ซึ่งหาก

ไม่มีน้ำนมลูกกินก็เกิดเป็นความเครียด กว่าจะได้มีน้ำนมแต่ละหยดมีค่ามาก ถึงจะอยากกินสิ่งใดก็ต้องคำนึงทุกครั้งเพราะการกินมีผลต่อน้ำนมเช่นกัน ผลงานของคลิมต์ลูกจะเปลือยกายเป็นความแตกต่างกับปัจจุบัน มีกางเกงผ้าอ้อมมีความสะดวกสบายในการใช้ชีวิตแต่ก็นำมาซึ่งค่าใช้จ่ายที่เพิ่มภาระมากขึ้นกลายเป็นสิ่งที่มีความจำเป็น ในการมีลูกหนึ่งคนทำให้คนเป็นพ่อเป็นแม่จำเป็นต้องหาเงินให้ได้มากขึ้นเพื่อให้เพียงพอกับค่าใช้จ่ายลูกสถานะเศรษฐกิจมีผลต่อการดำรงชีวิต หากมีเงินไม่เพียงพอก็จะส่งผลให้เกิดความเครียดได้

การได้พูดคุยกับผู้ที่เป็นแม่หลากหลายคน ต่างคนก็จะมีลักษณะวิธีการเลี้ยงลูกแตกต่างกันออกไป ทำให้ต้องศึกษาหาข้อมูลเพื่อนำมาปรับใช้กับตนเอง มีทั้งคู่มือการเลี้ยงลูก บางคนก็พึ่งพาไสยศาสตร์ความเชื่อ สิ่งไหนที่ผู้อื่นบอกว่าดีผู้เป็นแม่สามารถทำได้หมด เช่น การอ่านนิทานให้ลูกฟังเพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กผู้วิจัยก็ทำถึงแม้ว่าจะต้องอ่านซ้ำกันหลายรอบก็ไม่มีเบื่อเพื่อลูกคนเป็นแม่สามารถทำได้ทุกอย่าง ในผลงานของคลิมต์เปี่ยมไปด้วยพลังของความรักของคนเป็นแม่ผู้วิจัยจึงนำมาถ่ายทอดด้วยการเล่าเรื่องราวจากประสบการณ์ของตนเอง การได้มีลูกน้อยอยู่ข้างกายช่วยให้ผู้เป็นแม่คลายจากความทุกข์ใจได้

ใบหน้าแสดงถึงความรัก
ความสุขของผู้เป็นแม่



ใบหน้าแสดงถึงความ
ทุกข์ที่เกิดขึ้น

ภาพที่ 73 รายละเอียดจิตรกรรมชิ้นที่ 1-1



ภาพที่ 74 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 1-2



ภาพที่ 75 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 1-3



ภาพที่ 76 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 1-4



1854962876

BUU_1Thesis_59920400_thesis / recv: 24062564 13:12:11 / seq: 52

ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 2



ภาพที่ 77 ชื่อผลงาน Love, happiness, fear

ขนาด 100 x 120 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2564

แนวคิดผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 2

แรงบันดาลใจการสร้างสรรค์มาจากภาพพระแม่มารีกำลังให้นมบุตรของ เลโอนาร์โด ดา วินชี ชื่อภาพ Madonna litta ใบหน้าของพระแม่มารีที่อ่อนโยน มีความสุขจากการได้ตรองลูกน้อยที่กำลังดูดนมสร้างความรู้สึกถึงความสุขของการเป็นแม่ ในขณะที่เดียวกันภาพก็ให้ทั้งความรู้สึกเศร้าหมอง มุมปากที่ยิ้มเพียงเล็กน้อยสร้างความรู้สึกกลับชวนให้สงสัยเหมือนกำลังได้ตรองหมกมุ่นอยู่กับความรู้สึกข้างใน เช่นเดียวกันกับตัวข้าพเจ้าที่มีลูกเข้าใจถึงชีวิตการเป็นแม่ไม่ใช่เรื่องง่าย แม่ที่มีทั้งความรักและความกังวลในการเลี้ยงดูลูกเป็นความสุขที่แฝงไปด้วยความทุกข์ในเวลา

เดียวกัน จึงถ่ายทอดเรื่องราวของการเป็นแม่ในสังคมปัจจุบันผ่านผลงานชิ้นนี้ เป็นภาพใบหน้าตนเองกำลังอุ้มลูกด้วยสีหน้าที่ถึงยิ้มถึงทุกเข้าไปพร้อม ๆ กัน สภาวะสังคมสถานการณ์ต่างที่เกิดขึ้น การระบาดของไวรัสโควิด 19 ความกังวลจึงเกิดขึ้น ผู้วิจัยใช้สัญลักษณ์ของวัตถุปัจจุบันเข้าไปสอดแทรกแทนเนื้อหาเดิมของภาพ เช่น การใช้หน้ากากอนามัยเข้าไปซึ่งหน้ากากอนามัยเป็นภาระค่าใช้จ่ายอย่างหนึ่งที่จำเป็นในยุคนี้ ฟันของลูกที่ผุเนื่องจากพฤติกรรมมารับประทานก็สร้างความทุกข์ใจให้กับคนเป็นแม่ ในมือของลูกที่ถือขนมราคาแพงเป็นไอเชอร์ไพรส์ที่นิยมของเด็กในยุคปัจจุบัน ความสุขของลูกก็คือความสุขของแม่นั้นจริงหรือไม่แต่ละคนต้องลองทบทวนคำพูดเหล่านี้ดูเพราะหากคนเป็นแม่ปล่อยปะละเลยให้ลูกจนเคยตัวก็อาจจะสร้างความทุกข์ให้กับคนเป็นแม่ได้



ภาพที่ 78 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 2

(Madonna Litta, Leonardo Da Vinci :<https://www.pinterest.com/pin/466052261447018666/>)

วิเคราะห์ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 2

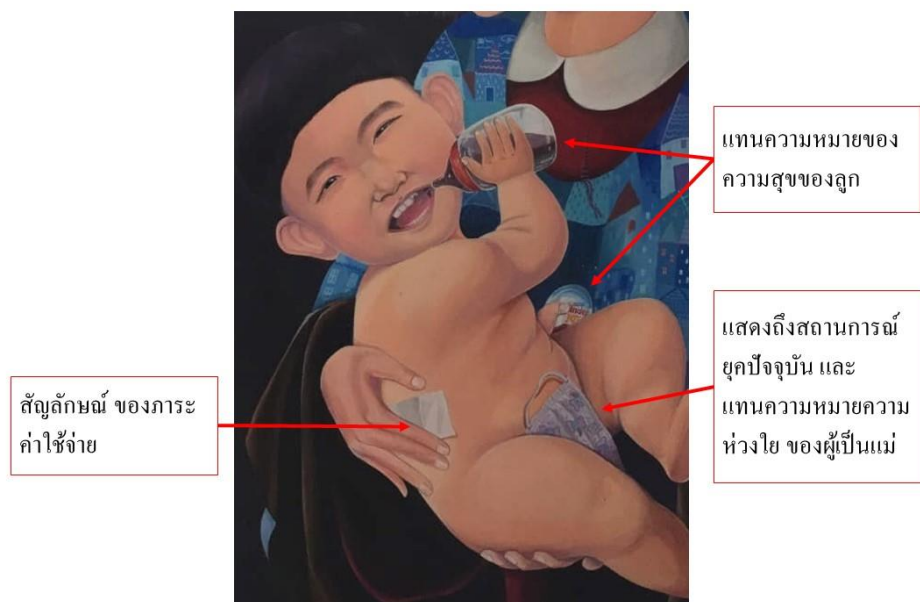
ภาพในผลงานสร้างสรรค์จิตรกรรมชิ้นที่ 2 สัญลักษณ์อย่างแรกที่หยิบยืมมาใช้ในผลงานคือเรื่องราวของพระแม่มารีย์กำลังให้นมพระเยซู ด้วยสีหน้าที่ยิ้มมุมปากเพียงเล็กน้อยแสดงให้เห็นถึงความอ่อนโยนของแม่ที่มีต่อลูก เป็นความรักเมตตาที่แท้จริงที่แม่มีให้ลูกภาพที่จ้องมองลูกน้อยเป็นเครื่องหมายอย่างหนึ่งที่แสดงถึงผู้เป็นแม่ไม่อาจละสายตาไปจากลูกน้อยได้เป็นเรื่องจริงในชีวิตที่ผู้วิจัยอยากเผ่าดูการเติบโตของลูกแบบไม่ห่างแต่ด้วยหน้าที่ต้องรับผิดชอบ และทางฐานะที่ไม่อาจจะอยู่บ้านเพื่อเลี้ยงดูลูกเพียงอย่างเดียวผลงานนี้จึงถ่ายทอดสิ่งที่อยู่ภายในใจถึงความห่วงใยที่มีให้ลูกอยู่ทุกชั่วขณะ ใบหน้าของลูกภายในภาพแตกต่างจากภาพของ ดา วิน ชี ใบหน้าลูกมีความ

สติ ร่าเริง เป็นความไร้เดียงสาของเด็ก ๆ ที่ชวนให้ผู้เป็นแม่หลงไหล

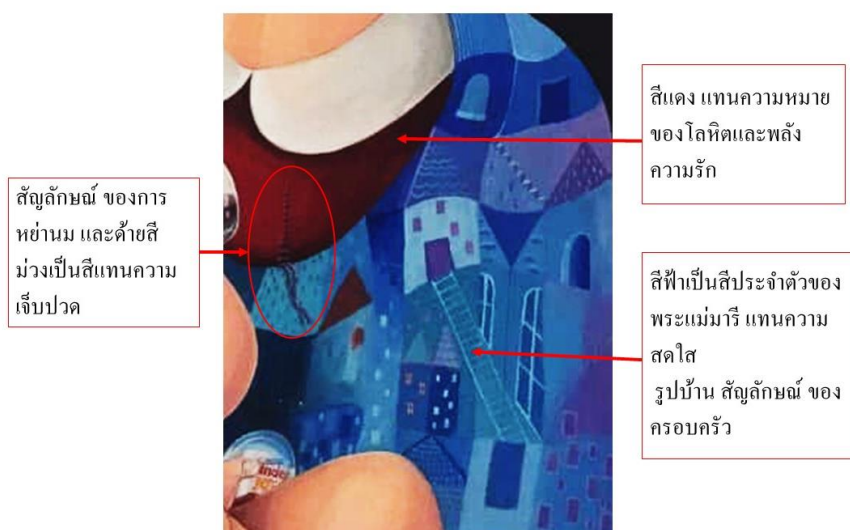
สิ่งที่นำมาใช้ภายในงานได้รับอิทธิพลมาจากงานดั้งเดิมเป็นสัญลักษณ์ของลัทธิศาสนาคริสต์ สีฟ้าเป็นสีประจำตัวของพระแม่มารี สีแดงเป็นสีที่แทนพลังของความรัก หรือสายโลหิตของพระเจ้า บริเวณผ้าคลุมได้ใช้สัญลักษณ์ของบ้านเข้าไปแทนความหมายของความเป็นครอบครัว ความอบอุ่นที่แม่มีต่อลูก เมื่อผู้วิจัยมีลูกสิ่งหนึ่งที่ทำให้หวนคิดขึ้นมาได้นั้นก็คือครอบครัวเป็นส่วนสำคัญในชีวิต จากที่ได้ใช้ชีวิตห่างจากครอบครัว การวาดผ้าคลุมที่ไม่เหมือนจริงได้อิทธิพลมาจากงานชิ้นแรกนั้นก็คือนางของ คลิมด์ มีลักษณะเป็นสองมิติสร้างความเป็นนามธรรมให้กับผลงาน เป็นเอกลักษณ์ของศิลปินที่ทดลองหยิบยืมมาใช้ในผลงานชิ้นนี้ บริเวณเสื้อด้านในจะสังเกตเห็นได้ว่ามี ร่องรอยการเย็บเสื้อด้วยด้ายสีม่วง ในทางศาสนาคริสต์สีม่วงแทนสัญลักษณ์ของความเจ็บปวดของผู้เป็นแม่ ในสมัยก่อนการให้นมลูก จะมีการตัดเสื้อบริเวณหน้าอกเพื่อความสะดวกในการดื่มนมของลูก แต่หากลูกหย่านมแล้วนั้นก็จะมีการเย็บติดเข้าไปเหมือนเดิมซึ่งแตกต่างจากยุคปัจจุบันที่มีวิธีในการให้นมลูกแตกต่างจากเดิม ในมือของลูกที่ถือขวดนมแต่ภายในนั้นคือน้ำหวานที่ส่วนมากแล้วจะไม่นิยมให้เด็กเล็ก ๆ ทานพอจะมีผลอย่างเช่น อาจจะทำให้เกิดฟันผุได้ มาจากประสบการณ์จริงของผู้วิจัยการปล่อย ละเอียดในบางเรื่องซึ่งอาจเป็นเพียงเรื่องเล็ก แต่มีผลกระทบต่อจิตใจของผู้เป็นแม่ เกิดเป็นความเครียดได้เมื่อเห็นลูกของตนเองนั้นฟันผุก่อนวัยที่ควร ทำให้ต้องไปถอนฟัน เกิดความวิตกกังวล แต่ในสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วนั้นเป็นประสบการณ์ในชีวิตของตนเองที่ไม่สามารถย้อนไปแก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วเหมือนสิ่งที่เตือนตัวเองให้เรียนรู้ไปกับการเป็นแม่ ซ้ายมือของลูกที่ถือขนมรูปทรงไข่ คือขนมที่เด็ก ๆ นิยมรับประทาน มีราคาที่สูงพอ ๆ กันกับราคาข้าวหนึ่งจาน แต่เพื่อความสุขของลูกพ่อ แม่ ก็ยอมสละเงินเพื่อแลกกันกับความสุขของลูกได้เป็นสิ่งที่ข้าพเจ้าเห็นในหลาย ๆ ครั้งการเดินเข้าไปในร้านสะดวกซื้อ จะสังเกตเห็นได้ว่าพ่อ และแม่นั้นต้องมีภาระค่าใช้จ่ายอื่น ๆ อีกรวมถึงการซื้อขนมให้ลูกก็เป็นหน้าที่หลัก เด็ก ๆ เหล่านั้นก็จะมีความสุขจากการได้เลือกซื้อขนมโดยที่ไม่รู้ว่าพ่อ และแม่นั้นอาจจะหาเงินได้ไม่มากแต่ยอมเสียดสละให้ลูกได้ และยังในช่วงสถานการณ์ปัจจุบัน การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 คนเป็นแม่ก็ต้องมีความหวังลูกไปยิ่งกว่าเดินในภาพมีหน้ากากอนามัยที่เป็นสิ่งจำเป็นในการสวมใส่มีช่วงหนึ่งที่ราคาหน้ากากอนามัยราคาสูงเทียบเท่ากับราคากางเกงผ้าอ้อมเด็กจึงนำมาเปรียบเทียบนำมาใช้ในลักษณะที่แตกต่างไปจากเดิมสร้างความสงสัยให้กับผู้ชมงานเพราะว่านอกจากจะต้องซื้อกางเกงผ้าอ้อมเด็กแล้ว ยังต้องซื้อ หน้ากากอนามัยด้วยกลายเป็นสิ่งจำเป็นขั้นพื้นฐานในชีวิตยุคนี้

ถึงแม้ว่าคนเป็นแม่จะมีความเครียด ความกังวลใจ ในการเลี้ยงดูลูกยุคนี้มีวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปหลายสิ่ง แต่ความรักมา และความสุขที่อยากจะทำให้ลูกนั้น ไม่มีเปลี่ยนผู้วิจัยนำ

กัณฑ์ลมสีสันตติสมาเพิ่มความสดใสให้กับงานเปรียบเหมือนความหวังในชีวิตที่ในวันข้างหน้า
นั้นจะต้องดีขึ้นกว่าเดิม



ภาพที่ 79 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-1



ภาพที่ 80 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-2



1854962876



ภาพที่ 81 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-3



ภาพที่ 82 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 2-4

ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 3



ภาพที่ 83 ชื่อผลงาน Bacchus and friends

ขนาด 140 x 150 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2564

แนวคิดผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 3

งานจิตรกรรมชิ้นที่ 3 ได้แรงบันดาลใจมาจากภาพงานของ มิเกลันเจโล เมรีซี ดา การาวัจโจ ชื่อภาพ Bacchus เป็นภาพของเทพแห่งไวน์อ่อนนุ่ม ที่แบบเป็นเด็กหนุ่มใบหน้าสวยตาที่มองด้วยความขี้ขลาดเหมือนเมาไวน์มีแก้วแดงกล้าดูแล้วชวนตกขยับขัน จึงนำมาใช้เป็นต้นแบบงานจิตรกรรมโดยวาดเป็นใบหน้าของลูกชายตัวเองที่มีใบหน้าที่กำลังเครียดสีหน้าจริงจังเกินวัยกว่าที่ควร

จะเป็นสร้างเรื่องราวยุคสมัยปัจจุบันเข้าไปผสมกับงานยุคเก่า ใช้รูปทรงของเล่น ตัวการ์ตูนที่มีความ ล้อเลียนเสียดสีสังคมอย่างการ์ตูนเรื่องนอนหรรมามีเรื่องราวเกี่ยวกับความเป็นระบบชนชั้นของ สังคม ตุ๊กตาที่มีลักษณะนิสัยที่ก้าวร้าวเอาแต่ใจ การเสพเสื้อผ้าต่าง ๆ ของเด็กในยุคปัจจุบันมีผลทำให้ เด็กเกิดพฤติกรรมเลียนแบบได้ ระบบชนชั้นในเด็กก็เกิดจากการที่ผู้ใหญ่ข่มขู่เยียด สิ่งต่าง ๆ เกิด เป็นค่านิยมตามกันมา โดยที่เด็กเขาอาจจะยังไม่สามารถตัดสินใจเองได้แต่คนที่ป่เป็นพ่อเป็นแม่ ต่างหากที่เป็นคนแต่งเติมเสริมให้ลูก ความกลัวว่าลูกจะด้อยกว่าคนอื่น ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ก็ เปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยบางสิ่งที่เราคิดว่าดีกับเด็กอาจจะป่เป็นสิ่งที่เขาไม่ต้องการก็ได้



ภาพที่ 84 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 3

(Bacchus, Caravaggio : <https://www.pinterest.com/pin/390546598944531320/>)

วิเคราะห์ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 3

สัญลักษณ์ที่นำมาใช้ในผลงานของการาวัจโจ ตะกร้าผลไม้ที่ภายในบรรจุผลไม้ที่เหมือน กำลังจะเน่าไม่สามารถรับประทานได้ถูกนำมาวางไว้ แทนความเปลี่ยนแปลง การแปรเปลี่ยนที่ไม่ แน่นอนไปตามกาลเวลารวมถึงทัศนคติของคนยุคเก่า การาวัจโจมีความคิดที่ทันสมัยเข้าใจมุมมองที่ เปลี่ยนไปของวิถีชีวิตในกายภาคหน้า จึงหยิบยืมมาใช้ในผลงานชิ้นนี้ ต้องการพูดถึงการ เปลี่ยนแปลงของค่านิยมคนในสังคม วัตถุที่นำมาสะท้อนเรื่องราวของคนในปัจจุบันคือ ขวดเจลแอลกอฮอล์ที่กลายเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตประจำวันของคน โบหน้าของเด็กจริงจังเหมือน กำลังครุ่นคิด สิ่งที่เกิดขึ้นในสังคมส่งผลต่อเด็ก ๆ รุ่นหลัง สามารถสังเกตได้จากการทำงานเป็นครู ที่โรงเรียนต้องเจอกับนักเรียนที่มีความแตกต่างต่างกันในเรื่องการเลี้ยงดู ความคิด ความสามารถ

และฐานะ การเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ขัดแย้งสิ่งต่าง ๆ ให้กับลูก อาจจะเป็นสิ่งที่ลูกไม่ต้องการ แต่พ่อแม่
 แม่นั้นอยากจะให้เป็น ในผลงานยกตัวอย่างวัตถุใกล้ตัวที่นำมาใช้เสียดสีสังคม เช่นพวกสื่อการ์ตูน
 ต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยนำมาใช้อย่างการ์ตูน โดนต์ดักซ์ อาจจะมองว่าเพียงตัวการ์ตูนธรรมดาที่เด็ก ๆ ดูอันที่
 จริงแล้วมีลักษณะนิสัยที่ก้าวร้าวเอาแต่ใจเป็นตัวการ์ตูนที่สะท้อนอารมณ์ด้านลบ ตัวการ์ตูนอีกเรื่อง
 ที่นำมาใช้ก็คือ หนอนหรรษาที่ตัวละครหลักเป็นหนอนทั้งสองสี ตัวการ์ตูนของเกาหลีที่มีความตลก
 ขบขัน แต่ในความขบขันนั้นแฝงไปด้วยเรื่องราวของสังคมความเป็นชนชั้น จึงออกแบบลักษณะ
 นิสัยตัวการ์ตูนในเรื่องมีการแก่งแย่งกันเพื่อเอาตัวรอดในรูปแบบของความตลกที่มีการเสียดสีกัน
 บางครั้งภาวะทางสังคมก็ส่งผลให้คนต้องมียุทธศาสตร์บางอย่างอาจจะเป็นนิสัยที่ไม่ดีในการต้องเอาตัว
 รอด การต้องการการยอมรับ อยากมีอำนาจ สังเกตได้จากสังคมใกล้ตัว อย่างในที่ทำงาน ไม่ว่าจะครู
 นักเรียน หรือผู้ประกอบการเป็นปัญหาที่สามารถพบได้ความอยากเอาชนะกัน หรือพวกสิ่งของเครื่องใช้
 อย่างอุปกรณ์การเรียนของนักเรียน ถ้านักเรียนที่มีฐานะดีก็จะมีอุปกรณ์การเรียนที่พร้อมกว่า
 มีราคาแพงกว่า ด้วยลวดลาย สีสนที่สดใส มีความพิเศษกว่าคนอื่นเช่นกล่องดินสอที่แอบซ่อนไว้ใน
 ผลงานเป็นที่นิยมในยุคนี้ อาจจะเป็นเพียงสิ่งเล็ก ๆ แต่สร้างความอิจฉา สร้างความให้อายได้อยาก
 มีให้กับเด็ก เป็นค่านิยมที่เห็นเพื่อนมีตนเองก็ต้องมีเช่นกัน หรือบางครั้งจะมีการถักเปียให้ลูกแต่เพิ่ม
 ความพิเศษให้ลูกของตนเองด้วยการถักเปียที่เป็นสีสนเพิ่มเข้าไปด้วย สิ่งผู้ใหญ่เสริมเติมแต่ง
 ให้กับเด็ก ๆ นั้นถ้ามีอย่างนี้ก็จะดีกว่าคนอื่น อีกสิ่งหนึ่งที่ได้เห็นได้และเป็นที่ยอมรับ
 สมาร์ทวอตช์ของนักเรียนที่เมื่อก่อนเป็นเพียงนาฬิกาธรรมดา ทุกวันนี้เป็นนาฬิกาที่สามารถพูดคุย
 สื่อสารได้เป็นการเปลี่ยนแปลงของยุคสมัยซึ่งการสอนในโรงเรียนเอกชนทำให้เห็นความแตกต่าง
 ทางฐานะอย่างชัดเจนกับสังคมภายนอกหรืออย่างที่พบเห็นในสื่อโทรทัศน์ โรงเรียนที่ห่างไกลคือ
 ความไม่เท่าเทียมกันของในสังคม สิ่งที่ดีกว่ากลายเป็นไปอยู่กับกลุ่มคนแค่บางกลุ่ม ใครที่ฐานะ
 ดีกว่าก็ย่อมได้รับการยอมรับอย่างการเป็นครูที่โรงเรียนผู้ปกครองส่วนมากก็อยากที่จะให้ครู
 เกรงกลัว เกรงใจตนเอง ที่จ่ายค่าเทอมที่แพงกว่าก็มีสิทธิที่จะทำอะไรก็ได้ตามใจโดยไม่สนใจ
 คนรอบข้าง ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าเป็นห่วงกับเด็กในรุ่นหลังหากได้รับการเลี้ยงดูผู้ใหญ่ที่ยังมีค่านิยม
 เหล่านี้อยู่ ถึงแม้หลายสิ่งหลายอย่างจะเปลี่ยนไปแต่ค่านิยมเกี่ยวกับความเป็นชนชั้นนั้นยังแอบแฝง
 อยู่ในปัจจุบัน

แสดงถึง ความ
เผด็จการที่ผู้ใหญ่
ชอบยึดเยียด
ให้กับเด็ก ๆ



ภาพที่ 85 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-1

แทนการเปลี่ยนแปลง
ของกาลเวลา



แทนสิ่งที่เกิดขึ้น
ในปัจจุบัน

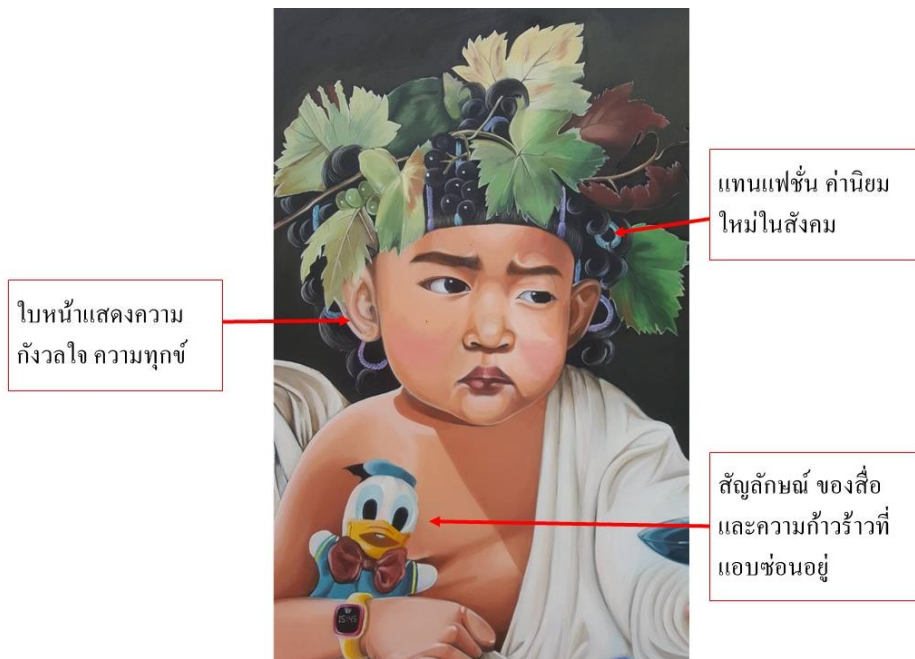
ภาพที่ 86 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-2



1854962876



ภาพที่ 87 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-3



ภาพที่ 88 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 3-4

ผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 4



ภาพที่ 89 ชื่อผลงาน สมรสและภาวะ

ขนาด 120 x 150 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2564

แนวคิดผลงานจิตรกรรมชั้นที่ 4

จิตรกรรมชั้นที่ 4 หยิบยืมของบุคคลในตระกูลอาร์นอลฟินี ชื่อภาพ The Arnolfini portrait ของศิลปินชื่อ ยาน วานเอ็ค แรงบันดาลใจของภาพเป็นภาพที่คนส่วนใหญ่เข้าใจว่าเป็นภาพการสมรสของอาร์นอลฟินี นำมาสร้างสรรค์ล้อเลียนภาพการแต่งงานของคนไทยในยุคปัจจุบันนิยมลงภาพที่งานสมรสที่ฝ่ายเจ้าบ่าวยิ้มด้วยความภาคภูมิใจขณะที่เจ้าสาวกำลังไหว้เจ้าบ่าวอยู่ โดยใช้

ใบหน้าตนเองและคู่สมรสในการถ่ายทอดเรื่องราวแสดงท่าทีแตกต่างไปจากงานจิตรกรรมเดิม สะท้อนค่านิยมของสังคมไทยการให้เกียรติซึ่งกันความเชื่อและวัตถุนิยมที่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา มาจากประสบการณ์ของผู้วิจารณ์ตั้งครรภ์แบบไม่รู้ตัวทำให้มองข้ามเรื่องราวของการสมรสกลายเป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นเท่ากับความซื่อสัตย์และจุดเริ่มต้นของการเป็นพ่อและแม่โดยใช้สัญลักษณ์จากรูปแบบของงานจิตรกรรมดั้งเดิมผสมผสานกับเรื่องราวในสังคมปัจจุบัน



ภาพที่ 90 เปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 4

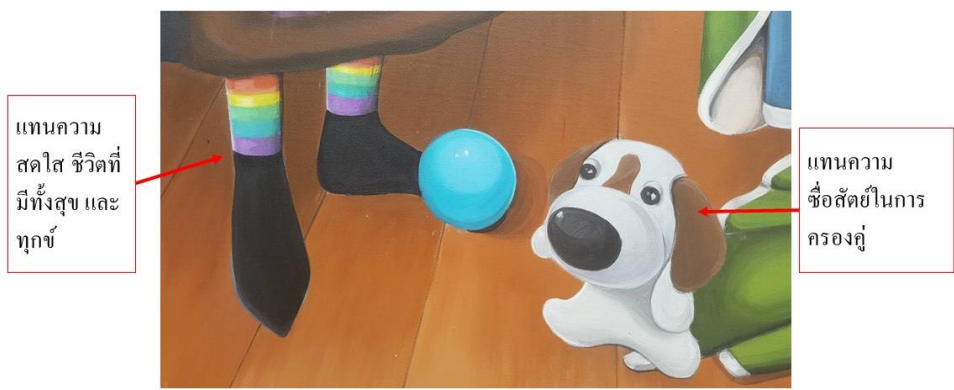
(<https://www.pinterest.com/pin/155303887247829084/>)

วิเคราะห์ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 4

ผลงานของยาน วาน เอ็ค เป็นภาพเหมือนที่ผู้ชาย และผู้หญิงยืนด้วยความสงบนิ่งอยู่สองฝั่งสร้างความสมดุลให้กับงาน มือของผู้ชายยื่นมารองรับมือของผู้หญิงสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลทั้งสอง อารมณ์และความรู้สึกในงานดูมีความจริงจัง และเคร่งขรึมคล้ายกำลังปฏิบัติตนราวกับพิธีกรรมที่ศักดิ์สิทธิ์ แตกต่างจากอารมณ์ของผลงานสร้างสรรค์ของผู้วิจารณ์ไปที่อารมณ์ความขบขันเพื่อให้เกิดความผ่อนคลายการสมรสที่ผู้หญิงหลายคนนั้นไฝหาเป็นเพียงจุดเริ่มต้นของการใช้ชีวิตที่ซึ่งต้องพบเจอปัญหาและอุปสรรคมากมาย

การนำองค์ประกอบของศิลปินมาใช้สร้างความขัดแย้งกับรูปแบบผลงานเดิมเพิ่มความสดใสดูไม่จริงจังใบหน้าเจ้าบ่าว และเจ้าสาวยิ้มแย้มดีใจในการสมรสที่ดูจะตรงกันข้ามกับ

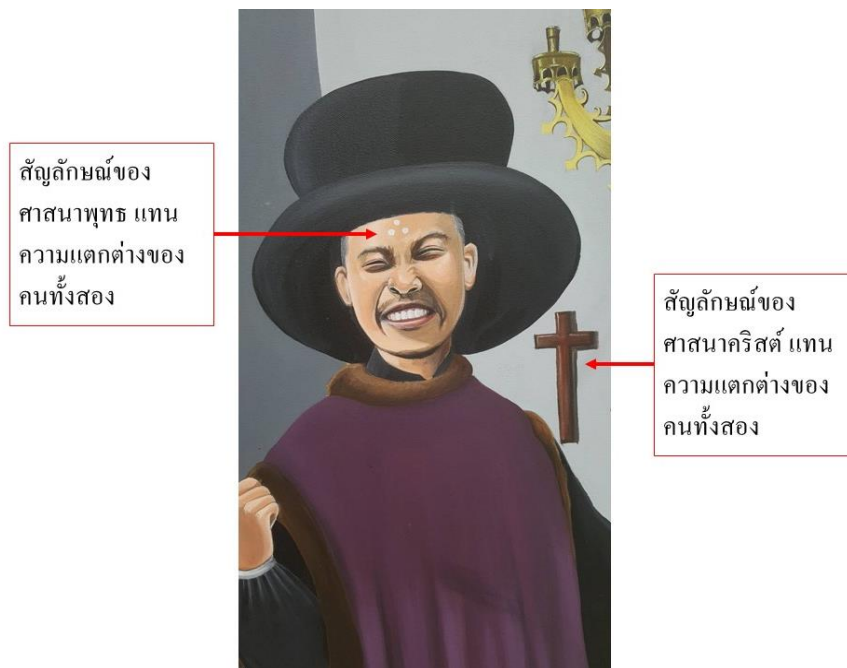
ชนบประเพณีเดิมเนื่องจากเจ้าสาวกำลังตั้งครรถ์อยู่นำมาสื่อเลียนภาพยอคนิยของการแต่งงานในยุคปัจจุบัน ดูท่าทางอารมณ์เคลื่อนไหวแตกต่างจากรูปแบบจิตรกรรมเดิม แต่ยังคงใช้การแต่งการและวัตถุบางชิ้นที่เป็นเอกลักษณ์ของศิลปินในการแสดงออก สัญลักษณ์บนโต๊ะทางด้านหน้าต่างศิลปินวาดผลสัมวางไว้แทนความหมายของความซื่อสัตย์ และแสดงให้เห็นว่าเป็นผู้ที่มีฐานะสมัยก่อนนิยมซื้อไว้รับประทาน ถูกปรับเปลี่ยนเป็นวางแทนที่ด้วยกระดาษต้นไม้สีของใบไม้ที่มีความต่างมีราคาสูงเป็นที่นิยมของคนในปัจจุบัน ด้านล่างซ้ายมือแทนด้วยรองเท้าแตะจากเดิมเป็นรองเท้าที่มีราคาสูงหรือหุราสร้างความสะดวกให้กับผลงานเสื้อผ้าที่สวมใส่ ภาพตุ๊กตาสุนัขแทนความหมายของความซื่อสัตย์ ด้านหลังสุดมีกระจกที่สะท้อนเบื้องหลังของภาพในห้อง ภายในภาพจะเห็นได้ว่าด้านหลังตรงกลางห้องแทนที่ด้วยเตียงนอน และรองเท้าเด็กสะท้อนเกี่ยวกับความเชื่อการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมเป็นเรื่องของความสะดวกสบาย การเตรียมการวางแผนในการใช้ชีวิตซึ่งความเชื่อเดิมห้ามซื้อของก่อนจะคลอดเพราะอาจส่งผลไม่ดีกับบุตร ความเชื่ออีกอย่างที่น่าสนใจในงานคือการติดเข็มกลัดขณะตั้งครรถ์เพื่อป้องกันสิ่งชั่วร้าย ในปัจจุบันเป็นการติดเพื่อป้องกันให้ผู้อื่นระวังแทน การนำสัญลักษณ์ไม้กางเขนมาใช้คู่แล้วขัดแย้งกันกับสัญลักษณ์บนหน้าผากของเจ้าบ่าวเจ้าสาวที่เป็นสัญลักษณ์ของการแต่งงานแบบพุทธ มาจากเรื่องราวของผู้วิจักับคู่สมรสที่มีความแตกต่างกันในเรื่องของศาสนาแต่เราต้องเรียนรู้ที่จะปรับตัวเข้าหากันยอมรับในความแตกต่างของมนุษย์ ในมือเจ้าบ่าวมีแหวนอมยิ้มปรากฏอยู่แทนที่จะเป็นแหวนทองมีราคาให้กับเจ้าสาว สะท้อนถึงการไม่ได้ให้ความสำคัญของสิ่งของมีค่าที่ไม่ได้มีมากไปกว่าการให้ความสำคัญกับการใช้ชีวิตร่วมกัน และเป็นจุดเริ่มต้นของการเป็นพ่อแม่ ภาพนี้จะสะท้อนความสุขและรอยยิ้มในงานสมรสที่ไม่สมบูรณ์แบบ



ภาพที่ 91 รายละเอียดจิตรกรรมชิ้นที่ 4-1



ภาพที่ 92 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-2



ภาพที่ 93 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-3



แทนความเป็น
ปัจจุบัน ความนิยมที่
เปลี่ยนแปลงไปจาก
สมัยก่อน

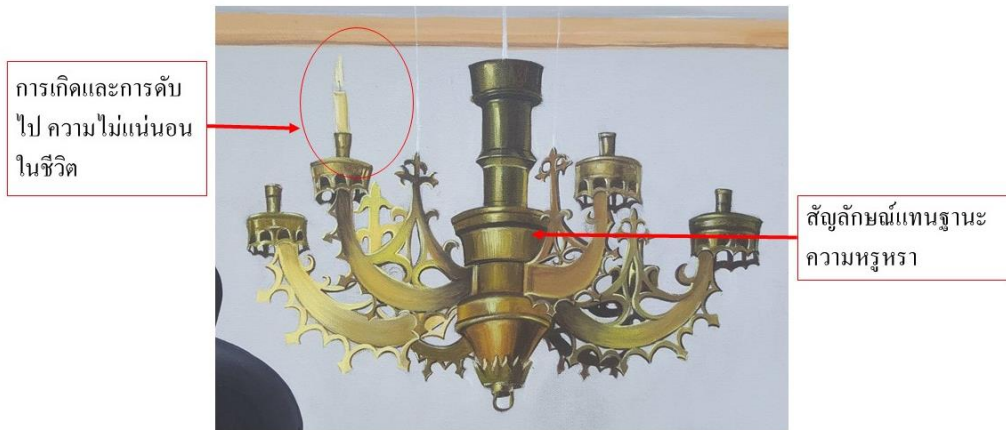
เสียดสีความเชื่อใน
ยุคก่อนที่ห้ามซื้อ
ของให้ลูกไม่ก่อน
คลอด

ภาพที่ 94 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-4



ชีวิตที่มีทั้งเบื้องหน้า
และเบื้องหลัง

ภาพที่ 95 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-5



ภาพที่ 96 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-6



ภาพที่ 97 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-7

ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 5



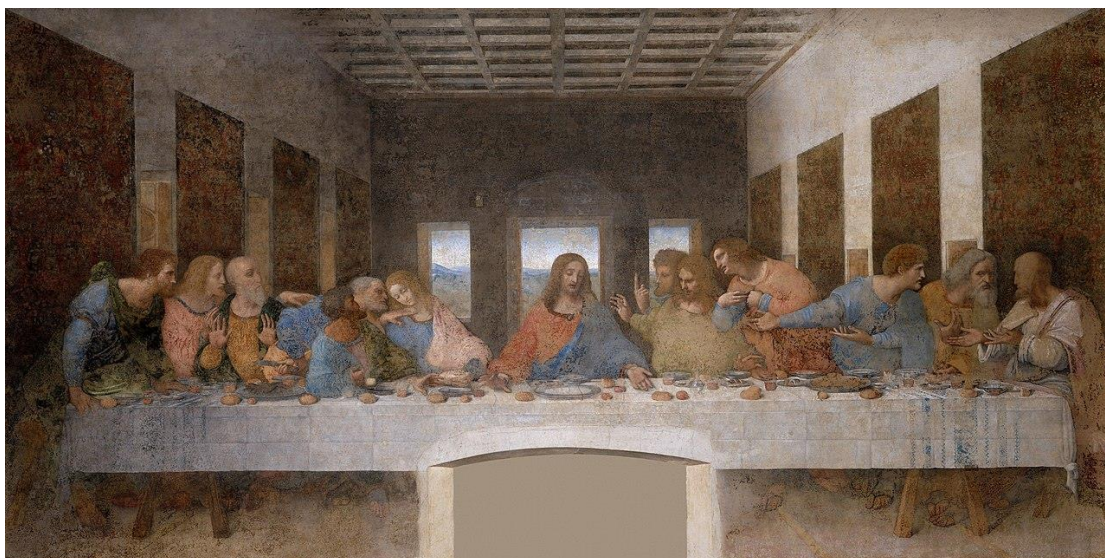
ภาพที่ 98 ชื่อผลงาน My soul

ขนาด	150 x 85 เซนติเมตร
เทคนิค	สีอะคริลิก
ปีที่ผลิต	2564

แนวคิดผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 5

จิตรกรรมชิ้นที่ 5 หยิบยืมภาพของ เลโอนาโด ดา วินชี ชื่อภาพ The last supper หรือ ภาพพระกายาหารค่ำมื้อสุดท้ายของพระเยซูก่อนถูกนำตัวไปตรึงกางเขนเพื่อถ่ายบาปให้กับมนุษย์เป็นเรื่องราวทางศาสนาที่นำมาแทนที่เรื่องราวของคนในสังคมปัจจุบันเกี่ยวกับระบบของสังคมที่ทุกวันนี้มีความวุ่นวาย ความแตกต่างกันของแต่ละคน การรับรู้ข้อมูลข่าวสารความคิดเห็นต่าง ๆ ในยุคปัจจุบันสร้างความขัดแย้ง ไม่ยอมรับความเห็นที่แตกต่าง ผลประโยชน์และอำนาจมีอยู่ในทุก ๆ ที่ ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ และช่วงของสถานการณ์โควิด 19 ทำให้วิถีชีวิตของผู้คนในสังคมเปลี่ยนแปลงไป การเรียนการสอนต้องเปลี่ยนมาเรียนแบบออนไลน์ ทำให้มีความยากลำบากในการจัดเตรียมการสอนภาระหน้าที่เพิ่มมากขึ้นยังไม่รวมถึงค่าจ่ายในแต่ละวัน สร้างความกดดันและความเครียดให้กับคนในสังคม รวมถึงครูในโรงเรียนที่ผู้วิจัยได้ทำงานอยู่จึงนำมาใช้เป็นแรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ สื่อมัลติมีเดียภาพ The last supper ทุกคนในภาพคู่ตื้นตระหนกวุ่นวาย ต่างพระเยซูที่มีความนิ่งสงบทั้ง ๆ ที่รู้ว่ามิคนกำลังทรยศพระเยซู นำมาสร้างสรรค์เป็นบรรยากาศภายใน

ห้องเรียนที่ทำงานที่ดูจะมีเรื่องราวต่าง ๆ เกิดขึ้นมากมายขอให้เราได้ใช้สติในการคิดพิจารณาปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น



ภาพที่ 99 รูปเปรียบเทียบผลงานจิตรกรรมจีนที่ 5

(The last supper : [https://en.wikipedia.org/wiki/The_Last_Supper_\(Leonardo\)#/media/](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Last_Supper_(Leonardo)#/media/)

File:The_Last_Supper_-_Leonardo_Da_Vinci_-_High_Resolution_32x16.jpg)

วิเคราะห์ผลงานจิตรกรรมชิ้นที่ 5

ผลงานภาพ The last supper ในภาพประกอบไปด้วยสาวกของพระเยซูทั้ง 12 คนบนโต๊ะอาหาร สาวกคนหนึ่งคิดทรยศพระเยซู นั่นก็คือ ยูดาส สาวกทางด้านซ้ายมือกำลังเงินอยู่ จุดเด่นของภาพคือพระเยซูอยู่ตรงกลางของภาพมีความหมายแอบแฝงจุดรวมสายตานำไปหาพระเยซูเป็นเส้นทางของพระเจ้า ใช้หลักการเขียนภาพทัศนียภาพในแบบของ คา วินชี องค์ประกอบการจัดวางของกลุ่มคนที่มีลักษณะเป็นสามเหลี่ยมเป็นที่นิยมของยุคฟื้นฟูศิลปวิทยา ถึงแม้เรื่องราวในภาพจะเป็นภาพที่ใช้ทางศาสนาซึ่งก็เป็นเรื่องราวที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตมนุษย์ต่อให้เป็นทีี่ดีมาก ๆ ก็ยังมีคนที่คิดร้ายเช่นเดียวกับพระเยซู ทำทางของพระเยซูที่หนึ่งสงบดูอ่อนโยนอยู่แล้วไม่มีความวิตกกังวลกับปัญหาใด ๆ ที่เกิดขึ้น จึงหยิบยืมสัญลักษณ์บางอย่างมาใช้แทนที่ด้วยเรื่องราวของตนเองและคนรอบตัวที่ต้องเผชิญกับปัญหา ความวุ่นวายของการใช้ชีวิตในสังคมช่วงยุคโควิด 19 ทำให้เห็นถึงความยากลำบากของผู้คนที่ต่างต้องพึ่งพาตนเอง ได้ในสิ่งที่ตนเองที่ไม่ต้องการ แต่ในเมื่อเราไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ก็ต้องทำใจยอมรับ การหาที่พึ่งพาทางจิตใจเป็นทางหนึ่งที่จะช่วยให้เราเกิดความสงบสุขภายใต้ระบบของสังคมจึงต้องการปลดปล่อยออกมาเป็นงานสร้างสรรค์สัญลักษณ์ต่าง ๆ ของผลงานที่นำมาใช้เป็นเรื่องราวในชีวิตประจำวันภายในห้องเรียนที่ดูและไม่สงบประกอบไปด้วยตัวละครทั้ง 8 คน ทางฝั่งด้านซ้ายมือมีภรรยาซึ่งมีอีกข้างหนึ่งซึ่งนี้ดูเหมือนกับการสั่งการอีกข้างหนึ่งในมือกำลังกำลังเงิน แทนความหมายของอำนาจที่มาพร้อมกับเงินทองเป็นสิ่งที่ใครหลายคนค้นหา แต่คนเหล่านี้ก็มักจะโดนนิทาว่ากล่าวอยู่เป็นประจำโดยถ่ายทอดออกมาเป็นครูทั้งสองคนที่กำลังกระซิบกันอยู่เป็นเรื่องที่หนีไม่พ้นไม่ว่าจะดีสักเพียงไหนการโดนพาดพิงพูดถึงมักเป็นเรื่องธรรมดาแต่เราจะยอมรับหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับตัวเราทั้งนั้น ถัดมาในภาพเด็กกำลังใส่ชุดทหารมีสัญลักษณ์ดาวสีแดงบนหมวกแสดงให้เห็นถึงเป็นชุดทหารของเกาหลีเหนือซึ่งในสังคมเกาหลีเหนืออันเป็นระบอบเผด็จการ ใช้เด็กเป็นตัวแทนของรุ่นหลังที่ให้ความหมายถึงความไม่แน่นอนที่ในภายภาคหน้าสังคมเราอาจจะกลายเป็นระบอบเผด็จการ โดยไม่รู้ตัว ทางด้านขวามือสุดเป็นภาพที่คุณครูกำลังใช้มือถือในการสอนนักเรียนแสดงให้เห็นถึงสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน ถัดมาเป็นภาพคุณครูที่แสดงท่าทางไม่สนใจใครซึ่งก็เป็นลักษณะนิสัยที่ผู้วิจัยสังเกตจากการใช้ชีวิตร่วมกันในที่ทำงานมีคนหลากหลายรูปแบบปะปนกันอยู่ ถัดต่อมาเป็นคุณครูที่แสดงท่าทางตกใจหันไปทางซ้ายมือกับสิ่งที่เกิดขึ้นภายในห้อง ข้างหลังประตูฝั่งขวามือมีพนักงานส่งอาหารเป็นอาชีพที่ได้รับความนิยมในช่วงสถานการณ์โควิดทั้งสร้างรายได้แต่ก็เพิ่มภาระค่าใช้จ่ายที่มากขึ้นจากค่าส่ง และร้านค้าก็ต้องเพิ่มค่าอาหารสุดท้ายแล้วใครเป็นผู้ได้ผลประโยชน์ จุดเด่นตรงกลางเป็นภาพของตนเองที่กำลังนั่งวาดภาพแขนข้างหนึ่งถูกเปิดขึ้นเพื่อแสดงให้เห็นผลที่เกิดจากการคิดวิเคราะห์เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในกลุ่มคุณครูที่ไม่มีสิทธิเลือก ระบบที่ต้องจำใจยอมรับเป็น

เผด็จการอย่างหนึ่ง ด้านหน้ามีคอมพิวเตอร์แทนสัญลักษณ์ของสื่อในสังคมปัจจุบันที่มีให้เลือกรับข่าวสารมากมาย แต่การรับรู้ที่มากเกินไปอาจจะส่งผลให้เกิดความเครียด ความทุกข์ใจ ต้องการหาที่พึ่งพาทางจิตใจด้วยการวาดภาพ ศิลปะเป็นเหมือนเครื่องนำทางในชีวิต และเยียวยาจิตใจของผู้วิจัย การทำงานศิลปะทำให้เกิดความสุข เช่นเดียวกันกับที่พระเยซูมีพระเจ้าเป็นที่พึ่งพาทางใจ ไม่มีความกังวลต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นในภายภาคหน้า



ภาพที่ 100 รายละเอียดจิตรกรรมชิ้นที่ 5-1



1854962876



สัญลักษณ์ของ
การเรียนรู้ในชีวิต

จุดที่สวมใส่
เปรียบเทียบ
ความเผด็จการที่
จะกลายเป็นความ
ชินชาของคนใน
สังคม

ภาพที่ 101 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-2



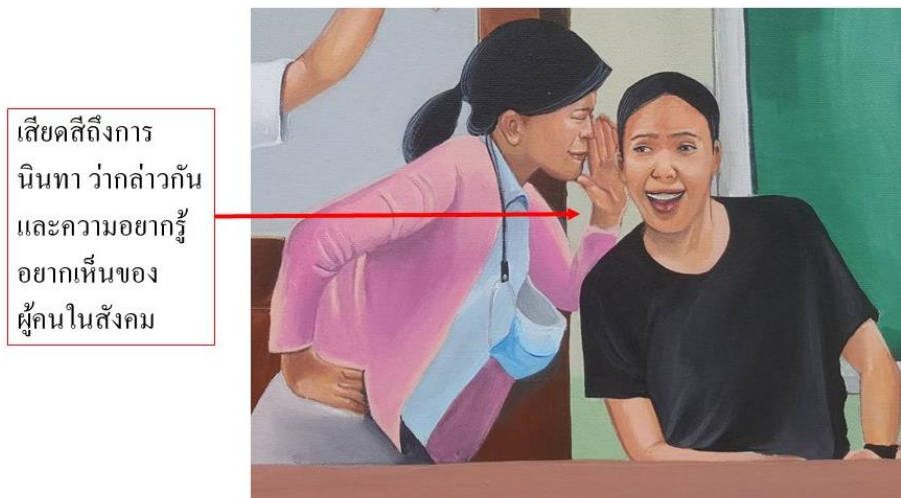
แทนยุคของ
ปัจจุบันการสั่งซื้อ
ทุกอย่างเป็น
ออนไลน์ การ
เปลี่ยนแปลงของ
วิถีชีวิต

การสอนออนไลน์
แสดงถึงการ
เปลี่ยนแปลง และ
แสดงถึง การ
ปรับตัวของผู้คน
ในสังคม

ภาพที่ 102 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-3



ภาพที่ 103 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-4



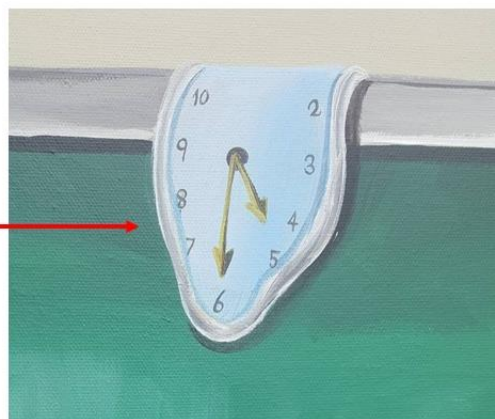
ภาพที่ 104 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-5



อำนาจที่เมื่อได้
มาแล้ว มีแต่จะทำ
ให้เกิดความโลภ

ความต้องการ
อยากได้อะไรที่มีที่
ไม่ชอบธรรม

ภาพที่ 105 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-6



การไม่หยุดนิ่งของ
เวลาถึงแม้วันที่ไม่
สมหวัง ก็ต้อง
ดำเนินชีวิตต่อไป

ภาพที่ 106 รายละเอียดจิตรกรรมชั้นที่ 4-7

บทที่ 5

วิจารณ์และสรุปผล

จากวัตถุประสงค์ในประการแรกเมื่อผู้วิจัยได้ศึกษาสภาวะความเครียดที่เกิดขึ้น เช่น การสอบถามพูดคุยกับคนใกล้ชิด เพื่อนร่วมงานและสำรวจความเครียดของตนเอง พบว่าเกิดทั้งจากปัจจัยส่วนตัว และปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม การเปลี่ยนแปลงในชีวิตของผู้วิจัยทำให้เกิดความกลัว และความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นบทบาทความเป็นแม่ ชีวิตการทำงาน และการทำงานต้องแบกรับภาระหน้าที่ต่าง ๆ ชีวิตของการเป็นแม่ควบคู่ไปกับการทำงานในองค์กรดูแลนักเรียน การได้ใช้ชีวิตที่อยู่ร่วมกันของคนต่างวัย เกิดปัญหาความขัดแย้ง ความคับข้องใจ ทำให้มองเห็นถึงทัศนคติมุมมองที่แตกต่างกันระหว่างคนรุ่นเก่ากับคนรุ่นใหม่ ปัจจุบันไม่สามารถใช้ความคิดเก่ามาปกครองคนรุ่นใหม่ก็ต้องปรับเปลี่ยนไปตามยุคสมัยความเข้าใจของบุคคลที่ต่างครอบครัวต้องมาเจอกันทำให้ต้องมีการปรับเข้าหากัน เช่นเดียวกับการเลี้ยงลูกของตนเองความกดดันจากสิ่งที่เกิดขึ้น เราเห็นว่าลูกคนอื่นสามารถทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ได้บางครั้งส่งผลความกดดันให้กับตนเองอย่างไม่รู้ตัว เกิดเป็นความเครียดและส่งผลต่อความกดดัน ไปยังลูก ซึ่งเราสามารถพบเห็นเหตุการณ์เหล่านี้ได้ในสังคมแม่แต่ในสังคมภายในโรงเรียนเห็นได้จากผู้ปกครองโดยทั่วไปที่สร้างความหวังไว้กับลูกจนทำให้คิดมาก ยิ่งในช่วงสถานการณ์โควิด 19 ปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อมมีผลต่อชีวิตการเป็นอยู่ ไม่ใช่เฉพาะตัวเอง ทุก ๆ คนประสบปัญหาเช่นกัน ที่ต้องคอยระมัดระวังตนเอง ไม่สามารถใช้ชีวิตได้อย่างอิสระ ความไม่ปลอดภัย สภาวะทางเศรษฐกิจ และการเมือง ส่งผลให้ผู้คนเกิดความเครียด เกิดเป็นความทุกข์ใจ รวมถึงตัวของตนเอง ทางออกในการแก้ปัญหาหนึ่งก็คือวิธีผ่อนคลายอารมณ์ จากความตรึงเครียดที่เกิดขึ้น เพื่อให้เกิดความสมดุลในการใช้ชีวิต บางคนเลือกที่จะผ่อนคลายด้วยการออกกำลังกาย พักผ่อนด้วยความบันเทิงหรือกิจกรรมที่ตนเองสนใจ หรือฝึกสมาธิ

สำหรับผู้วิจัยมุ่งเน้นไปที่การผ่อนคลายความเครียดด้วยการทำงานศิลปะ เพราะศิลปะเป็นการฝึกสมาธิอย่างหนึ่งที่ทำให้จิตใจเราสงบนิ่ง ในวัตถุประสงค์ประการที่สองการศึกษาเกี่ยวกับการผ่อนคลายความเครียดด้วยงานศิลปะ ผู้วิจัยมีความสนใจในนักศิลปะบำบัดบุคคลหนึ่งชื่อ อธิษ เครเมอร์ บอกไว้เกี่ยวกับการทำงานศิลปะการระบายออกมาเท่ากับการได้บำบัดโดยไม่ต้องผ่านการวินิจฉัยทางการแพทย์ (เลิศศิริร์ บวรกิติ, 2553) หมายถึง หากเราได้ปลดปล่อยความคิดข้างในออกมาสู่ภายนอกผ่านงานศิลปะรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งก็จะช่วยผ่อนคลายความตรึงเครียดได้ ขณะที่เราทำงานจิตใจของเราจะจดจ่ออยู่กับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า สร้างสมาธิทำให้เราเกิดปัญญาในการใช้ชีวิตได้ ขณะที่วาด ระบายออกไป ทำให้ได้ทบทวนความคิดภายในจิตใจช่วย รูปแบบงานศิลปะแบบโลว์บราวเป็นงานศิลปะที่มีความสนุกสนาน สนุกสนาน การเสียดสีสังคมยุคปัจจุบันสร้างอารมณ์



1854962876

BUU-1Thesis 59920400 thesis / rev: 24062564 13:12:11 / seq: 52

ชั้นเป็นงานศิลปะที่ผู้ชมสามารถรับรู้ได้ง่าย คุณแล้วช่วยทำให้เกิดอารมณ์ผ่อนคลายให้ใจเย็นลงได้ สามารถสร้างมุมมองแง่คิดใหม่ ๆ ให้กับตนเองได้ ซึ่งกิจกรรมผ่อนคลายด้วยศิลปะนั้นก็มียุ่หลากหลาย กิจกรรมไม่ว่าจะเป็นดนตรี นาฏศิลป์ ละคร ศิลปะ รูปแบบของงานศิลปะที่ผู้วิจัยนำมาใช้ผ่อนคลายความเครียดของตนเองนั้นก็คือนงานจิตรกรรมสร้างสรรค์

ในวัตถุประสงค์ประการที่ 3 การผ่อนคลายด้วยงานศิลปกรรมงานของผู้วิจัยมีการหยิบยืมรูปแบบงานศิลปะแบบเก่าเข้ามาใช้ด้วยที่เรียกว่า แอ็พโพรพริเอชัน อาร์ต เป็นศิลปะแห่งการหยิบยืมที่นำเนื้อหาของรูปแบบเก่ามาสร้างสรรค์สอดแทรกเรื่องราวในปัจจุบันเข้าไปที่มีความเชื่อมโยงกันระหว่างงานเดิมและงานใหม่ เกิดเป็นอีกแง่มุมหนึ่งที่สะท้อนสังคมในอดีตและปัจจุบัน ในช่วงระยะเวลาการทำวิทยานิพนธ์ เป็นช่วงที่เปลี่ยนผ่านชีวิตในหลาย ๆ ด้าน บางทีบางครั้งเราได้รับข้อมูลข่าวสารที่มากเกินไป ทำให้เกิดเป็นความหงุดหงิด รำคาญใจได้ อาจจะส่งผลให้ตนเองเป็นคนที่ใจร้อนขึ้น ดังนั้นต้องดึงตนเองกับมาอยู่กับในพื้นที่ส่วนตัวบ้าง การพูดทุกอย่างที่คิดไม่ใช่เรื่องที่ดีเสมอไป อาจจะขาดการไตร่ตรองก่อน สิ่งที่ไม่พูดออกไปเพราะอาจจะส่งผลให้เกิดความขัดแย้งกันได้ ความอัดอั้นในใจจึงถูกระบายออกมาผ่านงานศิลปะแทน อย่างเช่น ในผลงานชิ้นสุดท้ายของผู้วิจัยนั้น เหมือนสิ่งที่จะช่วยเตือนสติตนเองหากเราต้องพบเจอปัญหาความวุ่นวายในชีวิต ให้ใช้ศิลปะช่วยบำบัดจิตใจเรา เป็นสิ่งหนึ่งที่ช่วยขัดเกลาตนเองและผู้คนในสังคมมีความเป็นมนุษย์มากขึ้น มนุษย์ที่เคารพความคิดซึ่งกันและกัน ลดความก้าวร้าวแข็งกระด้างข้างในจิตใจ แม้แต่ผู้ต้องขังในเรือนจำยังใช้ศิลปะในการเยียวยาจิตใจ ทำให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง งานศิลปะของข้าพเจ้าเป็นเพียงส่วนหนึ่งในการบอกเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นในสังคม ความเครียดที่เกิดขึ้นกับตนเองเพื่อให้ทุกคนได้ตระหนักถึงคุณค่าของงานศิลปะที่สามารถช่วยให้เราผ่อนคลายจากสภาวะตรึงเครียดของตนเองและสภาพแวดล้อมในสังคม

ด้านการสร้างสรรค์ได้พัฒนาปรับปรุงงานตนเองตลอดเวลาจากคำแนะนำของอาจารย์ช่วยให้เรามีความเข้าใจในตนเองมากขึ้น เรียนรู้ข้อดีข้อเสียของตนเองมาใช้ในงานศิลปะ หากสามารถยอมรับได้แก้ไขในข้อผิดพลาด เราก็จะก้าวข้ามผ่านอุปสรรคต่าง ๆ ได้ ไม่ใช่เพียงแค่การทำงานวิทยานิพนธ์แต่เราสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน การพัฒนางานในภายภาคหน้าผู้วิจัยมีความคาดหวังในการสร้างสรรค์ผลงานมีคุณค่ากับสังคม หรือใช้ความรู้ความสามารถทางด้านศิลปะในการพัฒนา ส่งต่อความรู้ให้ผู้อื่น หรือเด็ก ๆ เห็นถึงความสำคัญของศิลปะที่สามารถช่วยขัดเกลาให้คนในสังคมดีขึ้นได้

บรรณานุกรม

- ชาติเชื้อ เชื้อโชติ, กฤษดา เกิดดี และชัยพร พานิชรุทติวงศ์. (2559). โครงการศึกษาศิลปะโลว์ราวเพื่อ
ออกแบบแอนิเมชัน. ใน *การประชุมวิชาการระดับชาติ มหาวิทยาลัยรังสิต ประจำปี 2559*.
ชูใจ. (2561). *ดา วินชีซ่อนอะไรไว้ในภาพอาหารมื้อสุดท้าย*. เข้าถึงได้จาก
<https://www.choojaiproject.org/2018/03/da-vinci-and-the-last-supper-hidden-secrets/>
ทวีศักดิ์ สิริรัตน์. (2560). *ศิลปะบำบัด ศาสตร์และศิลป์แห่งการบำบัด*. เข้าถึงได้จาก
happyhomeclinic.com
ทวีรัศมี พรหมรัตน์, นิรัช สุกสังข์, ปรีชา ปั่นเกล้า, และกุลทล ตรีชะวรางพันธ์. (2559). การพัฒนา
รูปแบบกิจกรรมศิลปะเพื่อบำบัดความเครียดผู้ติดสารเสพติด. *วารสารวิชาการ AJNU ศิลปะ
สถาปัตยกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร*, 7(1), 69-83.
ทินกร วงศ์ปภารักษ์. (2537). *จิตบำบัด ทฤษฎีและเทคนิค*. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์.
ภาพเหมือนอาร์นอลฟินิ. (2562). เข้าถึงได้จาก [https://th.wikipedia.org/wiki/](https://th.wikipedia.org/wiki/ภาพเหมือนอาร์นอลฟินิ)
มหาวิทยาลัยรังสิต. ไทย. เข้าถึงได้จาก [http://](http://rsucon.rsu.ac.th/files/proceedings/nation2016/G3-38.pdf)
38.pdf
รสลิน กาสต์. (2558). *แอฟโฟรโพริเอชันอาร์ต ศิลปะแห่งการหยิบยืม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
เลิศศิริ บวรกิติ. (2553). *ศิลปกรรมบำบัดสังเขป*. กรุงเทพฯ: กรุงเทพฯเวชสาร.
วีระ ไชยศรีสุข. (2537). *จิตบำบัด สุขภาพจิต*. กรุงเทพฯ: ต้นอ้อ.
สาธิต ทิมวัฒน์บรรเทิง. (2558). *บทความศิลปะลดความเครียดเพิ่มความสุข*. เข้าถึงได้จาก
<http://www.komchadluek.net/news/edu-health/211586>
หน่วยส่งเสริมสภาวะนิสิตจุฬา. *5 วิธีจัดการความเครียด*. เข้าถึงได้จาก
<https://wellness.chula.ac.th/?q=th/content/>
อนูรัตน์ อนันทนาธร. (2559). *ภาวะความเครียดและพฤติกรรมจัดการความเครียดของข้าราชการ
ตำรวจตำรวจภูธร สังกัดตำรวจภูธร ภาค 2. ชลบุรี: คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา*.
Bacchus. (2021). Retrieved from [https://en.wikipedia.org/wiki/Bacchus_\(Caravaggio\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Bacchus_(Caravaggio))
The Three Ages of Woman. (2020). Retrieved from
[https://en.wikipedia.org/wiki/The_Three_Ages_of_Woman_\(Klimt\)](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Three_Ages_of_Woman_(Klimt))

Mainstreetartisans. (2019). *Leonardo da Vinci "Madonna Litta"*. Retrieved from

<https://tha.mainstreetartisans.com/3972729-the-secret-of-leonardo-da-vinci39s-masterpiece-quotmadonna-littaquot>



1854982876

BUU iThesis 59920400 thesis / recv: 24062564 13:12:11 / seq: 52

ภาคผนวก



1854962876

BUU-IThesis 59920400 thesis / rcv: 24062564 13:12:11 / seq: 52



ภาพที่ 107 New mother and son cry

ขนาด 100 x 120 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2563





ภาพที่ 108 Love, happiness, fear

ขนาด 100 x 120 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2564



ภาพที่ 109 Bacchus and friends

ขนาด 140 x 150 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2564



ภาพที่ 110 สมรสและภาวะ

ขนาด 120 x 150 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2564

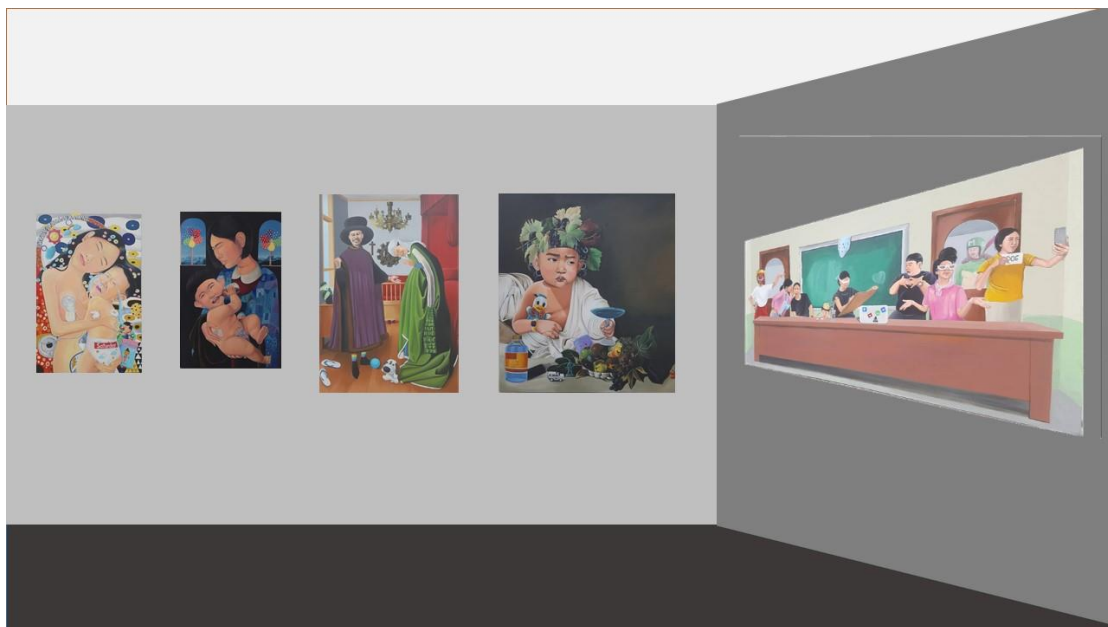


ภาพที่ 111 My soul

ขนาด 150 x 85 เซนติเมตร

เทคนิค สีอะคริลิก

ปีที่ผลิต 2564



ภาพที่ 112 การติดตั้งผลงาน