

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยรูปแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ชนิดศึกษา
กลุ่มเดียววัดก่อน หลังการทดลอง และติดตามผล (The One Group Pretest-Posttest and Follow up
Design) เพื่อศึกษาผลการบำบัดทางการพยาบาลด้วยศิลปะต่อความผาสุกทางจิตวิญญาณของ
ผู้เข้าร่วมวิจัยโรคไตวายเรื้อรังที่เข้ารับการรักษาด้วยการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม ในคลินิกไต
เทียม โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา ที่มารับบริการในช่วงเดือนเมษายน-ธันวาคม
พ.ศ. 2552 นำเสนอผลการวิจัยในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยายและกราฟ ตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย ซึ่งเป็นกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยโรคไตวายเรื้อรังที่
เข้ารับการฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม

ตอนที่ 2 ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนระดับความผาสุกทางจิตวิญญาณ ระยะ
ก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองเสร็จสิ้น และระยะติดตามผล 6 เดือน

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัย ระยะ
ก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองเสร็จสิ้น และระยะติดตามผล 6 เดือน

ตอนที่ 4 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณในโปรแกรมการ
บำบัดทางการพยาบาลด้วยศิลปะของผู้เข้าร่วมวิจัยรายบุคคล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัยโรคไตวายเรื้อรังที่เข้ารับการฟอกเลือดด้วย
เครื่องไตเทียม

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัยแสดงเป็นจำนวน ร้อยละ

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	8	57.2
หญิง	6	42.8
อายุ		
30-39 ปี	3	21.3
40-49 ปี	1	7.1
50-59 ปี	5	35.5
60-69 ปี	4	28.4
70 ปีขึ้นไป	1	7.1
สถานภาพสมรส		
โสด	2	14.3
คู่	10	71.4
หม้าย	2	14.3
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	8	57.2
มัธยมศึกษา	3	21.4
สูงกว่าประถมศึกษา	3	21.4
ศาสนา		
พุทธ	13	92.9
อิสลาม	1	7.1
อาชีพ		
ไม่ทำงาน	5	35.7
ส่วนตัว	5	35.7
ราชการ	2	14.3
รับจ้าง	2	14.3

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
รายได้		
< 5,000 บาท	8	57.2
5,000-10,000 บาท	5	35.7
>10,000 บาทขึ้นไป	1	7.1
ความเพียงพอของรายได้		
เพียงพอ	6	42.8
ไม่เพียงพอ	8	57.2
สิทธิการรักษาพยาบาล		
ราชการ	9	64.3
ประกันสังคม	4	28.6
เงินสด	1	7.1
ระยะเวลาที่ฟอกเลือด		
1-3 ปี	5	35.7
3-5 ปี	7	50.0
6-8 ปี	1	7.1
8 ปีขึ้นไป	1	7.1
ระยะเวลาเดินทาง		
ครึ่ง-1 ชั่วโมง	11	78.6
1-3 ชั่วโมง	3	21.4

จากตารางที่ 1 ผู้เข้าร่วมวิจัยส่วนใหญ่เพศชาย มีอายุอยู่ระหว่าง 50-59 ปี มากที่สุด จำนวน 5 ราย คิดเป็นร้อยละ 35.5 สถานภาพสมรสคู่ จำนวน 10 ราย คิดเป็นร้อยละ 31.4 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 8 ราย คิดเป็นร้อยละ 57.2 นับถือศาสนาพุทธจำนวน 13 ราย คิดเป็นร้อยละ 92.9 ไม่ทำงาน ร้อยละ 35.7 ค่าขายส่วนตัว ร้อยละ 35.7 มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท/เดือน จำนวน 8 ราย คิดเป็นร้อยละ 57.2 ซึ่งเป็นรายได้ที่ไม่เพียงพอ ใช้สิทธิครอบคลุมราชการในการรักษา ร้อยละ 64.3 สิทธิประกันสังคม ร้อยละ 28.6 ฟอกเลือดมานาน 3-5 ปี จำนวน 7 ราย คิดเป็นร้อยละ 50 ใช้เวลาในการเดินทางเพื่อการฟอกเลือดส่วนใหญ่ไม่เกิน 1 ชั่วโมง จำนวน 11 ราย คิดเป็น

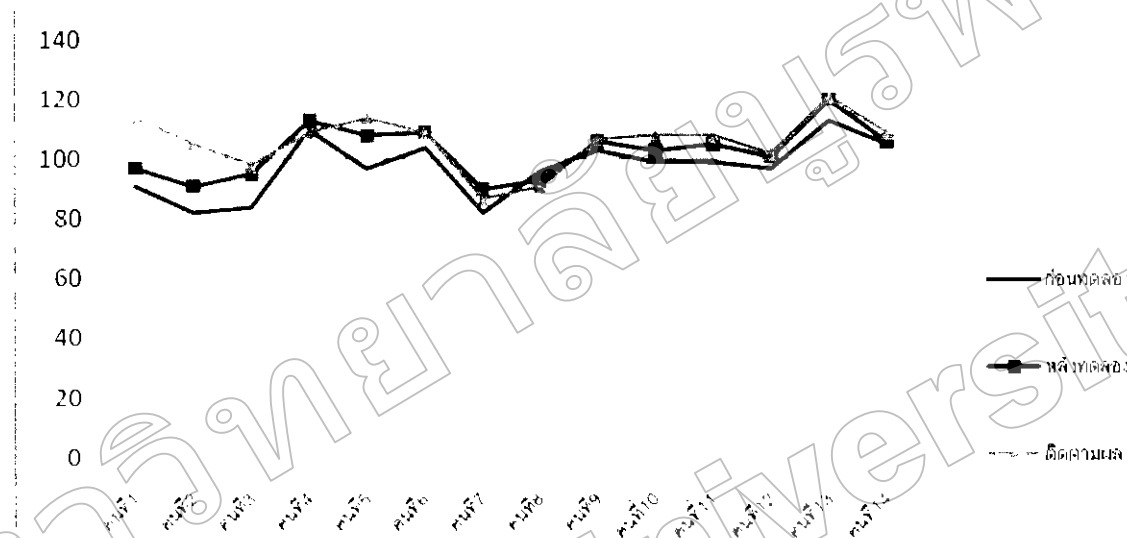
ร้อยละ 78.6 ใช้เวลามากกว่า 1 ชั่วโมง จำนวน 3 ราย คิดเป็นร้อยละ 21.4

ตอนที่ 2 ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัย ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองเสร็จสิ้น และระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัย ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองเสร็จสิ้น และระยะติดตามผล 6 เดือน

คนที่	คะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณ		
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ติดตามผล
1	91	97	114
2	82	91	105
3	84	95	98
4	110	113	109
5	97	108	114
6	104	109	109
7	82	90	87
8	96	93	91
9	103	106	107
10	99	103	108
11	99	105	108
12	97	101	102
13	113	120	121
14	105	106	109
$\bar{X}$	97.57	102.64	105.86
SD	9.221	8.714	9.012

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นค่าคะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยพบว่า มีค่าคะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และระยะติดตามผล มีค่าเท่ากับ 97.57, 102.64 และ 105.86 ตามลำดับ ซึ่งเป็นคะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณในระดับสูงนำเสนอข้อมูลเป็นกราฟดังนี้



ภาพที่ 5 ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัย

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยในช่วงระยะเวลาที่แตกต่างกัน

ตารางที่ 3 ความแปรปรวนของค่าคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณ (SWB) ของผู้เข้าร่วมวิจัยในช่วงระยะเวลาที่แตกต่างกัน

Source	df	SS	MS	F	P
Between	2	488.619	244.310	12.997*	<.05
Error	26	488.714	18.797		
Total	28				

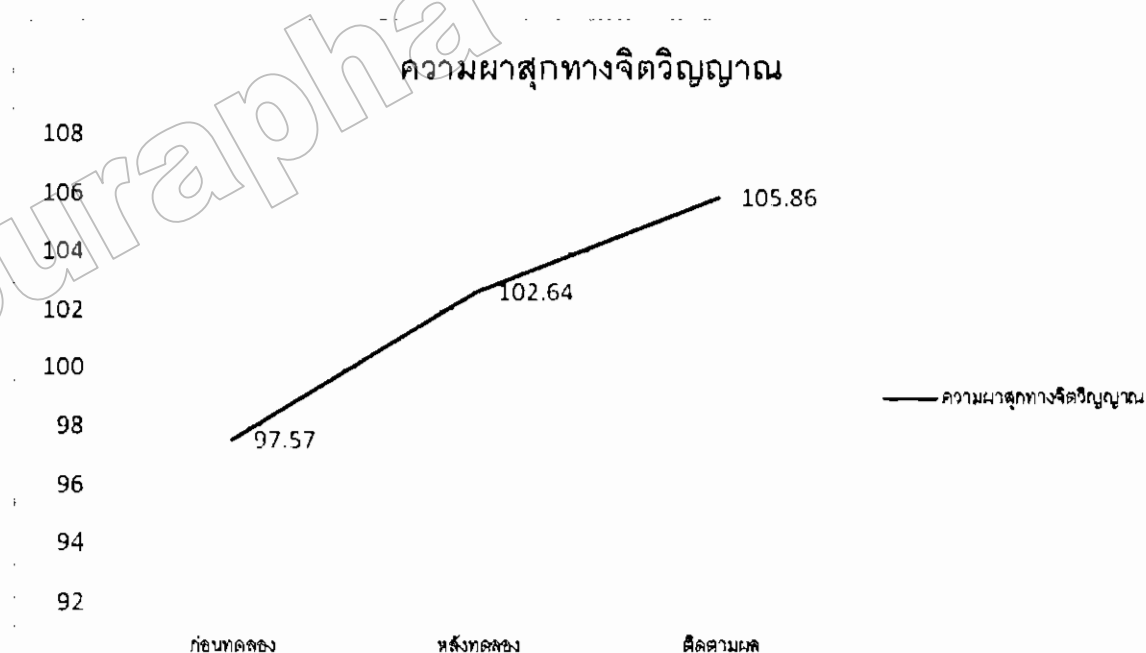
หมายเหตุ: เนื่องจากค่า Significant น้อยกว่า .05 แสดงว่าความแปรปรวนของทั้ง 3 กลุ่ม ไม่เท่ากัน จึงวิเคราะห์ความแปรปรวนแต่ละกลุ่มด้วย Lower-bound Test

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบรายคู่ของค่าคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัย
ด้วยวิธีBonferroni

Time	Mean	The Mean Difference of SWB		
		Pretest	Posttest	Follow up
Pretest	97.57	97.57	5.071*	8.286*
Posttest	102.64		102.64	
Follow up	105.86		105.86	

* $p < .05$

จากตารางที่ 3 และ 4 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณในช่วงเวลาที่แตกต่างกันมีค่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 12.997$, $F \text{ Prob} < .05$) และเมื่อทำการทดสอบรายคู่ของคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยในช่วงระยะเวลาที่แตกต่างกันพบว่า มีความแตกต่างกันในระยะก่อนทดลอง กับระยะหลังทดลองเสร็จสิ้น และระยะก่อนทดลองเสร็จสิ้นกับระยะติดตามผล 6 เดือนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล 6 เดือนไม่มีความแตกต่างกัน นำเสนอข้อมูลเป็นกราฟ ดังนี้



ภาพที่ 6 ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยที่ระยะเวลาแตกต่างกัน

**ตอนที่ 4 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณในโปรแกรมการ
บำบัดทางการพยาบาลด้วยศิลปะของผู้เข้าร่วมวิจัยรายบุคคล**

ตารางที่ 5 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 1

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	หญิงไทยคู่ นักร้องพุทธ มีบุตร 2 คน อาชีพค้าขาย สติธิประกันสังคม พอกเลือดมา 4 ปี ไม่มีอาการบวมหรือเหนื่อย ค่าครีอาตินินในกระ แสเลือดเท่ากับ 12.3 ความดันโลหิตเท่ากับ 160/90 มีความเครียด วิตก กังวล เกี่ยวกับเศรษฐกิจ ครอบครัว “การทำกิจกรรมศิลปะไม่เคยทำ เลย ไม่รู้จะทำอะไรดี กลัวทำออกมาไม่สวย” ผู้วิจัยจึงชวนให้เธอ ลองตัดกระดาษเป็นรูปง่าย ๆ ทำตัวอย่างให้ดู เธอตัดเป็นรูปหัวใจ และตกแต่งด้วยสีเมจิก และเห็นว่าตนก็ทำได้ ไม่ยากนัก	
2	ชายไทย โสด พุทธ อาชีพรับจ้างทั่วไป สติธิประกันสังคม พอกเลือด มา 2 ปี มีอาการบวมที่เปลือกตาเล็กน้อย ไม่มีอาการเหนื่อย อารมณ์เฉย เมย พุดน้อย ค่าครีอาตินิน เท่ากัน 12.3 ความดันโลหิต 170/90 มีอาการหงุดหงิดเล็กน้อยจากการเดินทางไปสำนักงาน ประกันสังคมจังหวัด อาการทางกายปกติ วาดไปจะหงุดหงิดไป เกิด ความสงสัย เมื่อผ่านไปสัปดาห์ที่ 3 เห็นผู้วิจัยเริ่มใช้สีน้ำ รู้สึกสนุก และอยากทำตามบ้าง วาดออกมาเป็นภาพธรรมชาติ เชื่อมโยงกับบ้าน ที่ตนเองเคยอยู่ “วาดไปจะนึกถึงบ้านที่ตัวเองเคยอยู่ที่ต่างจังหวัดจะมี ธรรมชาติที่ร่มรื่น มีน้ำ มีปลา มีต้นไม้ ตอนนี้อาจเป็นต้องมาอยู่ที่ ศรีราชาเพราะต้องพอกเลือด อาทิตย์ละ 3 วัน ไปไหนไกล ๆ ไม่ได้ เลย รู้สึกเบื่อมาก ขณะที่วาดรู้สึกเพลินและไม่คิดว่ามันจะออกมา สวย”	
3	ไม่มีอาการเหนื่อย,บวม มีอารมณ์สดชื่นขึ้น ความดันโลหิตเท่ากับ 150/90 “ตอนแรกรู้สึกหงุดหงิด เพราะไม่เคยทำและไม่รู้ว่ามันจะ ออกมาเป็นรูปอะไร แต่ดู ๆ ไปก็ออกมาสวยดี” “อารมณ์ในขณะที่ทำ ไปพร้อมกับฟังเพลงรู้สึกเพลินขึ้นหน่อย ทำ ๆ ไปก็ชักสนุกค่ะ”	

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
4	อาการทางกายปกติ มีความเครียดเรื่องสามีที่ไม่ค่อยเอาใจใส่ ครอบครัว ความดันโลหิตเท่ากับ 150/90 “ตอนสงบนิ่งคิดอะไรหลายอย่างมาก คิดถึงครอบครัวที่มีความสุขตอนที่ฉันยังไม่ป่วย แต่ตอนสร้างเป็นภาพปะติด นึกไม่ออกค่ะว่าจะสร้างเป็นภาพได้อย่างไร และจะเป็นภาพอะไร แต่พอคุณทำให้ดูก็เลยนึกออก ฉันได้ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อน รู้สึกมีความสุขและสนุกค่ะ เน้นทำออกมาเป็นภาพครอบครัวที่อยู่กันพร้อมหน้าพร้อมตาซึ่งมันไม่มีอีกต่อไปแล้ว โกรธเขามากที่เขาไม่เลี้ยงดูพวกเราเลย ไปอยู่กับเมียใหม่ แต่ทุกวันนี้สามีกลับมาหาและมาอยู่ด้วย เราก็ดูแลกันไป”	
5	ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย “ตอนสงบนิ่งคิดอะไรหลายอย่างมาก รู้สึกตัวอ่อนหนัก ใหญ่ขึ้น คิดถึงตอนที่ตัวเองป่วยถูกกัดเกือบตาย มีอาการแพ้ ไม่รู้สีกตัว ต้องไปนอนที่ตึกธรรมดา จำได้แน่นอนเลย เหมือนเห็นงูหลายตัวจะเข้ามาทำร้าย แต่แล้วก็เห็นเหมือนแสงสว่างส่องเข้ามา เห็นโบสถ์ มีคนเข้ามาช่วยให้ตัวเองรอดจากพวกงูนั้น แล้วตัวเองก็รู้สึกตัว รู้สึกดีใจมากที่ตนรอดชีวิตมาได้ ว่ารูปโบสถ์ เพราะตนเองเคยไปโบสถ์บ่อย ๆ ทำให้มีกำลังใจมากขึ้นค่ะ”	
6	อาการทางกายคงเดิม “ได้รับความเพลิดเพลิน ได้นึกถึงเรื่องราวในอดีต นึกถึงสถานที่ที่ทำให้มีกำลังใจ ได้ทำกิจกรรมร่วมกับลูกมีความสุขมากขึ้นค่ะ”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	“ยังคงมีกำลังใจ และพึงพอใจในชีวิตปัจจุบัน ยอมรับสภาพได้ ยังมีความหวังที่จะได้เปลี่ยนใจ”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 6 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 2

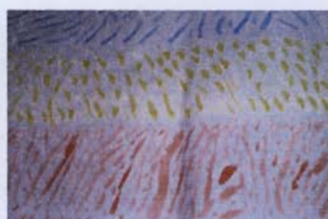
ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทย โสด นับถือพุทธ อาชีพรับจ้างทั่วไป สิทธิประกันสังคม ฟอกเลือดมา 2 ปีมีอาการบวมที่เปลือกตาเล็กน้อย ไม่มีอาการเหนื่อย อารมณ์เฉยเมย พุดน้อย ค่าครีอาตินีนเท่ากับ 12.3 ความดันโลหิต 170/90 ผู้วิจัยสนทนากลุ่มซักชวนให้นึกถึงสิ่งที่ชอบและให้วาดรูปอิสระ เลือกใช้สีเหลืองและวาดรูปเสือ “ผมนึกถึงสวนเสือ ผ่านทุกวันมันจะมี รูปปั้นเสืออยู่ข้างหน้าเลย ชอบมาก แต่ว่าไม่ค่อยสวยนะครับ”	
2	อาการทางกายปกติ วาดเป็นรูปบ้านและต่อเติมลายเส้นออกมาคล้าย ๆ กับบ้านที่ตนอยู่ วาดบ่อปลา ต้นไม้ “เวลาผมว่าง ผมจะชอบนั่งดู ปลามันว่ายน้ำ ผมไม่มีญาติพี่น้องเลย มีแต่เจ้านายที่ผมนับถือเหมือน พี่สาว ให้งานผมทำ ให้น้ำกินอยู่อาศัย ตอนนี้อยู่กับหลาน ไม่ค่อยชอบ ยุ่งกับใคร ทุกวันนี้มีคนอื่นยังจ้างอยู่ทั้ง ๆ ที่ต้องมาฟอกเลือดอาทิตย์ละ 2 ครั้ง ใครให้ทำอะไรก็ทำ”	
3	มีอาการบวมที่เปลือกตา ตามแขนขามากขึ้น ความดันโลหิต 200/110 “ตอนทำผมไม่คิดอะไรนะ เพลินดี เพลงก็เพราะ” “อารมณ์ในขณะ ทำนั้น ๆ นะ ไม่กังวลอะไรเลย”	
4	“วันนี้ผมเป็นหวัดนิดหน่อยครับ นึกไม่ค่อยออกว่าจะทำภาพอะไรดี แต่เห็นภาพในนิตยสาร ดัดสนใจเลือกภาพดอกไม้หลาย ๆ แบบมา ทำเป็นภาพต่อ ๆ กัน ชอบเพราะมันดูสวยดี ทำเสร็จแล้วดูสบายตา สบายใจดีครับ ผมชอบบรรยากาศแบบสวน”	
5	เปลือกตาบวมเล็กน้อย ความดันโลหิต 150/100 “ผมนึกถึง สภาพแวดล้อมที่ผมเคยอยู่ที่ต่างจังหวัด มีท้องนา มีบ่อเลี้ยงปลา ผม มักใช้เวลาว่างในการนั่งดูปลา ให้อาหารปลา วัน ๆ ไม่ค่อยได้ทำงาน อะไรมาอยู่แล้วเพราะเจ้เค้ารู้ว่าต้องมาฟอกเลือด ก็จะให้คุมงานนิด หน่อย ไปไหนก็ไม่ได้ ผมมีญาติ ๆ อยู่ไม่กี่คน ผมไม่คิดอะไรมา แล้ว ทุกวันนี้ก็อยู่ฟอกเลือดไป ทำงานไปนิดหน่อย มีกินมีใช้ และก็ เข้าวัดทำบุญทุกครั้งที่ตั้งตรงกับวันพระ”	

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
6	บวมตามเปลือกตาเล็กน้อย ไม่เหนื่อย ความดันโลหิต 190/100 “ทำให้ผมได้รับการดูแลอย่างใส่ใจ รู้สึกตนเองมีความสำคัญขึ้นนะ ได้นึกถึงสิ่งดี ๆ ที่เคยชอบทำ เคี้ยวนี้ทำงานเท่าที่จำเป็น เพราะเราทำอะไรไม่ได้มากแล้ว ได้ความสบาย ๆ ไม่กังวล”	ผลงานทั้งหมดที่ส่งมา
7	“ผมอยู่กับคนอื่นได้ทุกคนนะ ผมไม่ชอบทะเลาะกับใคร ตอนนั้นผมเกิดอุบัติเหตุขาหัก ผมก็ไม่กังวลอะไร ผมมีความหวังว่าจะหายและกลับไปทำงานที่เดิมต่อ”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 7 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 3

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	หญิงไทย หม้าย นับถือพุทธ มีบุตรชาย 1 คน อาชีพเก็บผักขาย สติธิครอบครัวยากจน ฟอกเลือดมา 5 ปี ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย มีภาวะซึมเศร้าจากลูกชายไม่เลี้ยงดู ปฏิเสธความคิดอยากฆ่าตัวตาย ค่าครีอาตินีนเท่ากับ 11.8 ความดันโลหิต 160/90 “ป้าวาดรูปไม่เป็นเลย ไม่เคยวาด และไม่รู้จะวาดอะไรด้วย รู้สึกทุกข์มาก ทุกวันนี้ไม่ค่อยมีตังค์ใช้ ลูกก็ไม่สนใจส่งเงินมาให้ ไปหากก็ไม่ค่อยเจอ” ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยลองป้ายสีน้ำและโรยเกลือ ผู้เข้าร่วมวิจัยรู้สึกสนุกขึ้น เห็น	
2	เป็นของแปลกใหม่	
3	อาการคงเดิม มีความเครียดเรื่องเงินทอง และเรื่องอดีตลูกสะใภ้วาดออกมาเป็นรูปคนผู้หญิง เชื่อมโยงกับคนที่มีน้ำใจคอยช่วยเหลือตนเอง “ตอนแรกก็นึกถึงหลานสาวสุดที่รัก แต่วาดออกมาภาพสุดท้ายกลายเป็นรูปของป้าไฉที่พาฟอกเลือดวันเดียวกัน เป็นคนที่คอยให้ความช่วยเหลือดี มักให้ตังค์เวลาป้าไม่มีใช้ แต่บางครั้งเขาก็ไม่มีเหมือนกัน และถ้าเขาออกไปเอายาให้ด้วย จะนึกขอบคุณเขาตลอด” อารมณ์สดชื่นขึ้น ความดันโลหิต 150/90 “รู้สึกเพลินนะ ไม่คิดว่ามันก็สวยดีเหมือนกัน ป้าชอบสีเหลืองมากที่สุดจนถึงมันจะอ่อนที่สุดก็เถอะ ไม่คิดว่ามันจะต้องเข้มนะ อ่อน ๆ ก็สวย ตอนทำแรก ๆ ก็วาดไปในแนวทางเดียวกันคือห่อหุ้มแต่พอผ่านไปสักพักก็ลึบระบายไขว้กัน ลืมข้อตกลง ฟังเพลงเพลินด้วยนะ”	

ตารางที่ 7 (ต่อ)

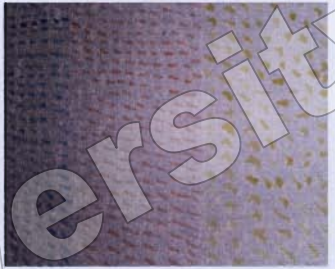
ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
4	“เห็นภาพในหนังสือที่ให้มาก็นึกถึงหลาน มันมีภาพที่เหมือนกับที่หลานเคยทำอยู่เป็นประจำ ก็จะเลือกภาพที่เคยเห็นหลานทำงานศิลปะ พยายามจัดวางให้ดูสวยงาม ขณะทำรู้สึกมีสมาธิ ได้ผ่อนคลาย ไม่คิดกังวลอะไร วันนี้อคิดดูอะไรก็ได้มาพูดอะไรกังวลใจไปด้วยขอเอาไปให้หลานวาดอะไรเพิ่มเติมหน่อยนะ”	
5	มีอาการบวม, เหนื่อยเล็กน้อย มีอารมณ์เบื่อหน่ายท้อแท้ อยากกลับบ้านต่างจังหวัด “ป้าวาดรูปไม่เป็นนะ แต่ตอนหลับตาก็นึกถึงความทรงจำที่ดี ๆ นึกถึงบ้านที่ตนเองเคยอยู่ที่อยู่ที่ต่างจังหวัด ทั้งรกร้างอยู่นึกถึงพระพุทธรูปเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ”	
6	อาการทางกายคงเดิม “กิจกรรมนี้ทำให้ป้าได้นึกถึงคนที่ตนเองรัก คนที่ดีกับตนเอง ได้ความเพลิน สนุกขึ้นมาบ้าง ได้สมาธิ ได้ทบทวนความทรงจำที่ดี ได้ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อน”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	ได้รับความรักจากคนอื่นทำให้มีกำลังใจมากขึ้น ได้อยู่กับลูกชายตามที่หวังไว้ รู้จักการให้อภัยมากขึ้น	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 8 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 4

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทย นับถือพุทธ มีบุตร 3 คน อาชีพเจ้าหน้าที่สถานสงเคราะห์ เด็กชาย ฟอกเลือดมา 6 ปี ไม่มีอาการบวม,เหนื่อย มีมือขาทั้ง 2 ข้าง ความดันโลหิต 170/90 อารมณ์ดี “ผมไม่เคยทำเลยนะ ไม่รู้จะทำอะไรดี” ผู้วิจัยลองให้ผู้เข้าร่วมวิจัยบริหารนิ้วมือโดยการกำเหยียด สักครู่ ชักชวนลงเขียนชื่อตัวเอง ตกแต่งใส่กรอบหรือระบายสีลงไป	

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
2	มีความวิตกกังวลเรื่องลูกคนเล็กไม่กลับบ้าน มีมือขาทั้ง 2 ข้าง “ผมบอกตามตรงว่าผมวาดรูปไม่เป็นเลย นี่เป็นครั้งแรกในชีวิตของผมนะ ตอนที่วาดในช่วงแรก ผมไม่ค่อยมีสมาธิเพราะผมนึกถึงลูกคนเล็กที่ไม่กลับบ้านมาสองวันแล้วนะ เขาไม่ติดต่อกลับมาเลย แต่เมื่อทำๆ ไปก็ทำให้ผมลืมไปชั่วขณะหนึ่ง รู้สึกเพลินและคิดเรื่องอื่นไปเรื่อย ๆ ผมก็นึกไม่ออกว่าผมจะวาดอะไร ก็เลยทำซิด ๆ บนแนวภูเขา ก็ไปได้เหมือนกัน”	
3	อาการคงเดิม อารมณ์ดี มีนิวชา “รู้สึกอารมณ์ตอนแรกจะไม่อยู่กับเนื้อกับตัว กลัวทำออกมาไม่ดี มีมือขาด้วย และไม่เคยทำมาก่อนในชีวิต แต่ก็พยายามทำให้ดีที่สุด มีความกลัวว่าถ้าทำไม่ดีผลงานก็จะออกมาไม่ดี จะตั้งใจมากไม่ว่าจะเป็นงานเล็กหรืองานใหญ่ ทำให้ไปคิดแก้ปัญหาไป เหมือนตอนระบายสีน้ำ ก็จะพยายามกะคาละเน น้ำหนักมือของตัวเองไปเรื่อย ๆ ครับ”	
4	“สิ่งที่มีความหมายต่อลุงมากที่สุด คือการได้เห็นลูก ๆ เติบโตและมีอนาคตที่มั่นคง โดยเฉพาะลูกคนโต แต่ลุงยังหวังลูกคนเล็กที่ยังไม่เป็นผู้ใหญ่พอ ยังไม่มีครอบครัวด้วย กลับบ้านบ้างไม่กลับบ้าง ตัวลุงเองก็เหมือนท่อนไม้ ๆ ท่อนหนึ่งที่รอวันเสื่อมสลายไป ลุงตั้งชื่อภาพนี้ไว้ว่า ยังหวัง ลุงรู้สึกสบายใจขึ้นที่ได้ทำกิจกรรมนี้”	
5	ออกผดุงคึกมา มั่นหัวเล็กน้อย ความดันโลหิต 190/110 “สิ่งที่ทำให้ลุงมีกำลังใจและเป็นความหวังมากที่สุด คือการได้ทำงานอยู่ในสถานสงเคราะห์เด็ก ลุงวาดไม่เป็นหรอกแต่คุณช่วยวาดให้หน่อยนะ ลุงนึกถึงสถานที่นั้นอยู่ตลอด เป็นสิ่งที่ทำให้รู้สึกว่าคุณยังมีคุณค่าอยู่เด็ก ๆ ในนั้นเรียกลุงเป็นพ่อหมด ลุงต้องคอยดูแลทุกอย่าง การกิน การนอน การทำกิจกรรม ลุงตื่นต้นมากที่เจ้านายของลุงช่วยเหลือลุงมาก ให้ทำงาน ให้ลามาฟอกเลือดโดยไม่ว่าอะไร”	
6	อาการทางกายคงเดิม “ลุงได้ความเพลิดเพลิน ได้ทำสิ่งที่ไม่คิดว่าจะทำเป็น ได้นึกถึงงานที่ทำที่รัก และ นึกถึงลูก”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	อาการทางกายคงเดิม เครียดเล็กน้อย “ภาคภูมิใจในงานที่ทำอยู่ เข้าใจตนเองมากขึ้นไม่ค่อยเข้าใจเพื่อนร่วมงาน มักทำให้เครียด”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 9 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผูกพันทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 5

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทยคู่ นักร้องพุทธ มีบุตรสาว 1 คน อาชีพครูสอนพายเรือ สติธิ ครอบครัวย้ายมาพัก ฟอกเลือดมา 4 ปี ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย ความดันโลหิต 170/90 “ผมไม่รู้จะวาดไปเพื่ออะไร แต่คิดว่าอยากให้มาร่วมมือในการวิจัย ขอทำประโยชน์ให้กับคนอื่นอยู่แล้ว” เขาวาดภาพอิสระและเล่าว่า “ผมทำงานต้องดูแลฝึกฝนเด็ก ๆ ให้มีโอกาสดี คือได้เล่นเรือพาย อยากเห็นเขาอยู่ห่างไกลจากสิ่งมอมเมาทั้งหลาย ได้มีอนาคตที่ดี ได้ดีดัดจริต”	
2	“ตอนแรกคิดเล่นๆว่าคุณจะวาดรูปอะไรออกมาให้ผมแก้หรือต่อเติม ผมต้องคิดอย่างมากเลย ตั้งใจ ดู ผมไม่เคยทำแบบนี้เลยนะเนี่ย รู้สึกถึงในตัวเองเหมือนกันว่าทำไปได้อย่างไร ผมรู้สึกชอบที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันแบบนี้ มันเหมือนเป็นการเอาใจอีกฝ่ายหนึ่ง จากการทำกิจกรรมร่วมกันทำให้ผมมองย้อนมาที่ตัวเอง ความรู้สึก ความคิดของตัวเองที่ตัวผมเองไม่เคยคิดถึงมาก่อนเลยจริงๆ ผมไม่เคยสังเกตความรู้สึกของเด็ก ๆ ที่ผมดูแลเลย แต่ผมมักจะให้เด็ก ๆ ทำตามที่ผมต้องการมากกว่า และต้องอยู่ในกฎระเบียบ”	
3	มีอาการบวมเล็กน้อย อารมณ์หงุดหงิด เครียดจากการทำรายงานหาสปอนเซอร์ ค่าครีอาตินีนเท่ากับ 14.5 ความดันโลหิต 200/100 “ตอนแรกผมเกิดความสงสัยว่าจะออกมาเป็นภาพอะไร ความคิดผมยังหึ่งชานอยู่ แต่เมื่อผมเห็นสิ่งที่คุณได้ผสมขึ้นมามันให้ความรู้สึกที่สดใส เมื่อฟังเพลงร่วมกันไปด้วยผมก็รู้สึกเพลิน สงบนิ่งขึ้น เมื่อได้ลงมือระบายรู้สึกจิตใจเล็กน้อยว่าทำไมไม่ผสมสีให้เข้มกว่านี้ ไม่เห็นเป็นรูปอะไรเลย รู้สึกขาดความเป็นอิสระ อยากจะระบายไปทางอื่นบ้าง ตอนหลัง ๆ จึงลืมระบายไปคนละทิศ แต่ตอนหลังผมระบายทับสีที่แห้งแล้วให้กลับมาในทิศทางเดียวกัน”	
4	อาการทางกายคงเดิม “สิ่งที่มีความหมายกับผมมากที่สุด คือการได้ดูแลและให้โอกาสเด็ก ผมหวังว่าจะมีคนที่ยสนับสนุนในสิ่งที่ผมทำ และผมนึกถึงช่วงที่ผมมีโอกาสที่จะได้ไปเมืองนอก ได้ขึ้นเครื่องบิน แต่พอผมรู้ว่าผมเป็นโรคนี้อีก โอกาสนั้นหายไปทันที ผมจึงอยากให้โอกาสดี ๆ แก่เด็ก ๆ บ้าง มันทำให้ผมรู้สึกตัวเองมีคุณค่ามากขึ้นที่แม้จะป่วยเราก็ก็นำประโยชน์ให้กับสังคมได้”	

ตารางที่ 9 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
5	ไม่เหนื่อย วิตกกังวลเกี่ยวกับเด็ก ๆ ที่ไม่เชื่อฟัง “ผมนึกถึงเป้าหมายของตัวเอง คือการได้เป็นครูสอนพายุเรือ ผมพยายามทำให้ถึงเส้นชัยในชีวิตของผม ผมภูมิใจที่ได้มอบโอกาสที่ดีให้กับเด็ก และแต่ละคนมีวิถีชีวิตของตนเองไปในทางที่ดีไปได้ไกล ผมทุ่มเทชีวิตทั้งหมดให้โอกาสกับเด็ก ๆ เหล่านี้ และก็หวังว่าสักวันจะมีคนเข้าใจและให้การสนับสนุน”	 ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
6	อาการทางกายคงเดิม “ผมได้มองเห็นตัวเองมากขึ้น มันเหมือนผมยืนอยู่ข้างนอกแล้วมองเข้ามาในตัวผมนะ ผมอยู่อย่างรับผิดชอบในตัวเอง “ไม่เป็นภาระใคร”	
7	“ผมยังมีความหวังว่าผมจะยังทำงานที่ผมรักไปได้อีกนาน มีกำลังใจมากขึ้นครับ”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 10 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความฉลาดทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 6

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทยคู่ นามถ้อยพุทธ “ไม่มีบุตร เคยมีอาชีพสถาปนิกปัจจุบันเลิกทำแล้ว สืบทอดครอบครัวข้าราชการ พ่อกล่อมมา 4 ปี ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย ไม่มีอาการอ่อนเพลียหรือชา ค่าครีเอทีฟนิ่งเท่ากับ 9.8 ความดันโลหิต 130/80 มีสินค้าน้ำเคร่งเครียด “ผมไม่รู้เหมือนกันว่าจะวาดอะไร ผมวาดวิวทิวทัศน์สักอัน เป็นสิ่งที่ผมชอบ”	 
2	อาการทางกายคงเดิม มีการเชื่อมโยงกับความเชื่อมั่นของตนเอง “จะพยายามวาดตามที่คุณวาดมาแต่ก็ไม่ได้คิดอะไร แต่ก็วาดออกมาเป็นบ้าน คือนึกถึงประสบการณ์เดิมที่เคยทำงานรับเหมาก่อสร้างมาก่อน ต้องคอยเขียนแบบแปลนโครงสร้าง” เชื่อมโยงกับประสบการณ์ในชีวิต “ทำให้ผมย้อนกลับมามองดูตัวเองจริง ๆ คิดถึงตัวเองตอนที่ทำงาน จะเอาแต่ความคิดตัวเอง เมื่อคนว่าจ้างสั่งงานมาถ้าผมเห็นว่ามันไม่ควรทำแบบนี้ ผมก็ทำตามที่ผมคิด คิดว่าควรจะใช้วัสดุก่อสร้างแบบที่มีคุณภาพมากกว่านี้ ผมก็ทำตามที่ผมคิดเลย เพราะผมคิดว่ามันดี ผมคุยกับคุณแล้วทำให้ผมนึกถึงตัวเองขึ้นมาบ้าง ได้รู้จักตัวเองมากขึ้น”	

ตารางที่ 10 (ต่อ)

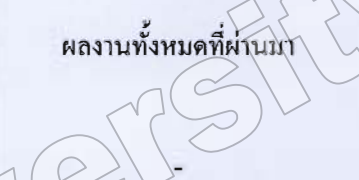
ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
3	อาการทางกายคงเดิม อารมณ์ไม่สดชื่น คิดถึงเรื่องในอดีต “ในขณะที่ทำผมไม่ได้คิดว่าจะออกมาเป็นรูปอะไร แต่ผมพยายามทำให้มันตรงแถว ถ้ามันไม่ตรงจะรู้สึกใช้ไม่ได้ ความคิดคือต้องให้มันเป็นเส้นตรง รู้สึกว่ายังไม่พอใจกับงานที่ทำ อยากให้มันออกมาดีกว่านี้ เพราะมันมีบางเส้นไม่ตรง และสีที่ใช้อยากให้เข้มกว่านี้ ได้สะท้อนความเป็นตัวของตัวเองว่าตนเป็นคนเจ้าระเบียบมาก คิดจะทำอะไรก็ทำตามความคิดของตัวเอง โดยไม่ได้มองถึงอย่างอื่นเลย เข้าใจและยอมรับตัวเองได้มากขึ้น”	
4	“ผมขอเลือกภาพจากนิตยสารที่ผมชอบนะ ต้องใช้เวลามากในการเลือกแต่ละภาพนะ ผมชอบบรรยากาศแบบทะเล ก็เลยเลือกภาพทะเลมา ชอบรถแข่งรถ ชอบดอกไม้สวย ๆ ทำแล้วรู้สึกมีความสุข สิ่งที่มีความหมายกับตัวเอง ณ ปัจจุบัน คือการได้ทำอะไรที่ตนเองรู้สึกพอใจ ถึงแม้จะต้องพอกเลือกแต่ผมก็พยายามดูแลตัวเองตลอด แค่นี้ผมก็พอใจแล้ว พอป่วยแบบนี้ถึงดูแลควบคุมอาหารมากกว่าเดิม”	
5	“ผมคิดว่าสิ่งที่ทำให้ผมมีกำลังใจ คือ น้ํแหะ ที่มันสุดท้าย ยังไงก็หนีไม่พ้นอยู่แล้ว ทุกคนต้องมาอยู่ที่นี่ ผมทำใจและปลงได้นะ ถ้ามันจะเกิดอะไรขึ้น แต่ผมก็ไม่ลืมที่จะดูแลตัวเอง ระวังเรื่องอาหารการกิน เพื่อไม่ให้ตัวเองต้องอยู่อย่างทรมาน”	
6	อาการทางกายปกติ “ผมได้มองเห็นตัวเองมากขึ้น มันเหมือนผมยืนอยู่ข้างนอกแล้วมองเข้ามาในตัวผมนะ ผมอยู่อย่างรับผิดชอบในตัวเอง ไม่เป็นภาระใคร”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	ยังคงมีความคิดเหมือนเดิม รับผิดชอบและยึดมั่นในตัวเอง	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 11 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 7

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทยคู่ พุทธ อาชีพรปภ.เทศบาล มีบุตรชาย 2 คน สติธิ ประกันสังคม ฟอกเลือดมา 10 ปี มีอาการบวมตามขาเล็กน้อยมี นิ้วล็อคและขาปลายมือปลายเท้า ค่าครีอาตินีนเท่ากับ 10.2 ความดันโลหิต 170/100 “ลุงวาดรูปไม่เป็น ไม่รู้จะวาดอะไร ด้วย ไม่ได้เขียนหนังสือหรือจับดินสอ ปากกาเลย” ผู้วิจัยลอง ให้เขาจับดินสอสีและชักชวนให้นึกถึงสิ่งที่พบเห็นอยู่เป็น ประจำและเป็นภาพที่ไม่ซับซ้อน วาดภาพธรรมชาติระบายสี และ เขียนชื่อตัวเองกำกับ	
2	มีอาการบวม เหนื่อยเล็กน้อย นอนไม่หลับ ความดันโลหิต 180/110 “ลุงใช้สีนํ้าคึกว่า เพราะมันวาดง่ายกว่า นึกถึงบ้านที่ ตัวเองเคยอยู่ ตอนนี้อยู่ไม่มีแล้ว บ้านที่อยู่นี้เป็นบ้านเช่า ไม่มี ทรัพย์สินสมบัติอะไรมากมาย ลูก ๆ ไม่ได้มาสนใจ ไม่เชื่อฟัง อยู่ กันเองสองตายาย ตนเองยังต้องทำงานเป็นรปภ.ของเทศบาล แหลมฉบังอยู่ ต้องเข้ากะดึก ตัวเองมีโรคดังหลายโรค นายยังให้ลุงทำงานอยู่ก็ดีมากแล้ว”	
3	“ลุงไม่ได้คิดอะไร รู้สึกเฉย ๆ ชีวิตลุงไม่มีอะไรน่าตื่นเต้นหรือ น่าสนใจ ไม่รู้จะวาดอะไรด้วย ทำ ๆ ไปก็เกิดความรู้สึก เหนื่อย แต่ก็คิดว่าไม่ยาก ลุงสามารถทำได้ คิดว่าถ้าใครให้ทำ อะไรก็ได้หมด ไม่ปฏิเสธ” มีอาการเหนื่อย และปวดแผลที่ นิ้วเท้า เนื่องจากมีโรคเบาหวาน โรคเก๊าท์ร่วมด้วย มีแผลคุ่มน้ำ ใส ๆ แดงโดยเอาไม้จิ้มฟันไปจิ้ม เกิดเป็นแผลลูกกลม ได้แจ้ง พยาบาลขอยาแก้ปวด	
4	“ลุงไม่รู้ว่าจะทำยังไง ตอนนั่งสงบลุงก็ไม่คิดอะไร ในแต่ละวัน ลุงก็ไม่ค่อยได้คิดอะไรอยู่แล้ว ปล่อยมันผ่านไปวัน ๆ เท่านั้น แต่เมื่อให้ลุงนึกถึงประสบการณ์ที่น่าประทับใจ ลุงเลยเลือก ภาพธรรมชาติป่า สัตว์ที่อยู่ในป่า ทำให้ลุงนึกถึงสมัยหนุ่ม ๆ ที่ ลุงทำงานและใช้ชีวิตอยู่กับป่า ลุงมีความสุขมาก แต่มันย้อน เวลากลับไปทำแบบนั้นไม่ได้แล้ว เมื่อได้ดูภาพที่ตัวเองทำ ก็ รู้สึกชื่นชมนะ”	

ตารางที่ 11 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
5	เครียด กังวลเรื่องลูก ๆ “ลุงวาดไม่เป็นหรอก แต่สิ่งที่ทำให้ลุงมีกำลังใจล่ะก็ ลุงนึกถึงแฟนลุงที่อยู่ด้วยกันทุกวันนี้ เราอยู่กันเพียงสองคน ลูกก็มาหาบ้างไม่มาบ้าง แฟนลุงจะเป็นคนดูแลลุงตลอด ช่วยเหลือกันเองตามประสา ลุงคิดว่าลุงคงอยู่อีกไม่นาน ลุงก็ยังเป็นห่วงลูก ๆ แต่ละคน พุดอะไรเค้าไม่ค่อยเชื่อลุงเลย เค้าหาว่าลุงพุดมาก ลุงมีที่ทางอยู่นิดหน่อย ลุงก็แบ่งให้พวกเขาหมด แต่เค้าก็ไม่ค่อยมาหา” ผู้วิจัยเชิญชวนให้ผู้เข้าร่วมวิจัยร่างภาพ และระบายสี	
6	แผลที่เท้าลูกลามมากขึ้นและปวด ไม่มีอาการบวม “ทำให้ลุงมีกำลังใจมากขึ้น ลุงรู้สึกตัวเองมีความสำคัญ ได้รับการเอาใจใส่ ลุงมีความหวังว่าอยากให้ลูกดูแลลุงแบบนี้บ้าง”	
7	“ลุงยังได้รับการดูแลเอาใจใส่ ยังคงมีกำลังใจครับ”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 12 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 8

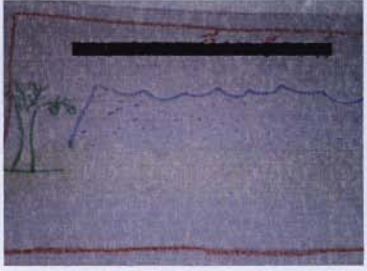
ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทยคู่ พุทธ อาชีพขายอาหาร มีภรรยา 2 คน มีบุตร 3 คน ฟอกเลือดมา 5 ปี ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย ค่าครีเอตินีนเท่ากับ 4.1 ความดันโลหิต 150/90 “ไม่รู้จะวาดอะไร วาดไม่เป็น วาดไม่สวย ไม่ได้จับดินสอมานานแล้ว จับแต่ทัพพีกับข้าว” แต่ก็วาดออกมาเป็นภาพที่วิเศษน้อย่างง่าย ๆ	
2	มีอาการเหนื่อยเล็กน้อย “นึกถึงสภาพชีวิตตอนเป็นเด็ก ใช้ชีวิตอยู่ในท้องทุ่งนา มีคลองอยู่หน้าบ้าน มีปู ปลา อุดมสมบูรณ์ทุกอย่าง ลุงมีที่ดินหลายสิบไร่ แต่ตอนนี้ไม่มีแล้ว ขายหมดเกลี้ยง เอามาเป็นค่ารักษาและแบ่งเงินให้ลูก ๆ ไป เพราะลูก ๆ ไม่กลับมาทำนาเลย ไปรับราชการเป็นใหญ่เป็นโตหมด ได้เปรียบเทียบกับชีวิต ณ ปัจจุบันต้องมาขายข้าวแพง”	

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
3	“ในขณะที่ทำลุงไม่ได้คิดอะไรเลย ลุงไม่เคยทำแบบนี้มาก่อน ลุงอยากทำอะไรที่มันสบาย ๆ ลุงชอบฟังเพลงนะ แต่ลุงไม่มีเวลาเลย เวลาที่ลุงว่างคือ ตอนเช้านอนแล้ว วันนี้ลุงรู้สึกได้ผ่อนคลายและรู้สึกดีที่ได้พูดคุยกัน แต่ลุงว่าเวลามันแป๊บเดียวเอง”	
4	“ลุงนึกถึงประสบการณ์ที่ทำให้ลุงรู้สึกชื่นชม คือตอนสมัยเด็ก มีเหตุการณ์ที่สำคัญ มีความหมายครั้งหนึ่งในชีวิต คือเคยมีทหารเรือกลุ่มหนึ่งมาเยี่ยมเยียนพวกชาวบ้าน มาให้ความช่วยเหลือพวกเรา ลุงรู้สึกพวกเขาดูเท่ห้มาก และใจดี และในวัยหนุ่มลุงเคยมีอาชีพทำประมงอยู่ที่สุราษฎร์ ตอนที่ออกไปอยู่กลางทะเลที่ลึก ๆ จะเห็นน้ำทะเลเป็นสีน้ำตาลนะ ลุงเลยใช้กระดาดสีดำที่ทะเลแทนน้ำทะเล ลุงว่ากิจกรรมนี้ทำให้ลุงนึกถึงความทรงจำที่ดีนะ เมื่อได้พูดก็มีความสุขดี และก็ไม่นึกว่าตัวเองจะทำได้นะ”	
5	“เหนื่อยล้าจากการเดินทางออกมาสาย “ลุงวาดไม่เป็นนะ ให้ลุงวาดสิ่งที่ทำให้ลุงมีกำลังใจ ลุงก็วาดออกมาเป็นภาพชีวิตในอดีต เป็นชีวิตที่ทำให้ลุงมีความสุขมาก ได้อยู่กับท้องนา มีอาหารอุดมสมบูรณ์ ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว ลุงเคยคิดเสียดยเหมือนกันนะที่ไม่ได้เลือกเรียนให้สูง ๆ แต่กลับออกมาทำนาแทน ลุงเห็นเพื่อนรุ่นเดียวกันกับลุงมีหน้าที่การงานดี ๆ ทำนะแต่ลุงต้องมาขายข้าวแกง ทุกวันนี้ลุงต้องตื่นตีสามทุกวัน มาจ่ายตลาด ทำกับข้าวขาย แต่ก็ยังดีมีแฟนช่วยขายตอนลุงมาฟอกเลือด ตอนนอนฟอกลุงก็ได้พักผ่อนด้วยนะ ลุงไม่กลัวหรอก แต่ที่ลุงกลัวเนี่ย คือกลัวจนมากกว่า ถ้าเราไม่ทำงานเราก็ไม่มีกินนะ ลุงคิดว่าลุงยังคงทำอะไรได้หลายอย่างให้กับคนอื่นหรือสังคมนะ”	
6	“เหนื่อยล้าเล็กน้อย “ลุงชอบนะที่ได้ทำกิจกรรมแบบนี้และได้คุย ได้รำลึกถึงอดีตที่ทำให้ลุงมีความสุข ไม่ค่อยได้มีใครคุยแบบนี้เลย ลุงไม่หวังหรอกว่าจะหายจากโรค แต่ลุงหวังว่าตัวเองยังคงได้ใช้ความสามารถของตัวเอง ไม่เป็นภาระลูก”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	“ลุงมีกำลังใจมากขึ้น รู้สึกว่าชีวิตมันต้องมีการผ่อนคลายบ้าง”	-

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 13 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความพาสูกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 9

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	หญิงไทยคู่ พุทธ อาชีพแม่บ้านมีบุตร 6 คน สิทธิเบ็กรูวิสาหกิจ ฟอกเลือดมา 5 ปี มีอาการบวมที่เปลือกตา เหนื่อย ค่าครีอาตินีน เท่ากับ 10.6 ความดันโลหิต 180/90 มีความเครียดเรื่องสิทธิการ รักษา ห่วงลูกชายจะเบิกไม่ได้ “ป้าว่าครูปไม่เป็น ไม่ชอบ” ผู้วิจัย ช่วยเริ่มต้นและให้ผู้เข้าร่วมวิจัยลงจับสีเทียนลากเส้นสี	
2	มีอาการเหนื่อย เพลียเล็กน้อย ความดันโลหิต 140/90 “ป้า นึกถึงบ้านที่อยู่ทุกวันนี้ มีลักษณะยังไง ตั้งอยู่ห่างจากริมถนนไม่ มากนัก เวลากลับบ้านต้องเดินเข้าบ้าน ไม่ไกลหรือ อยู่กันสาม คนเอง แฟนป้า ลูกชายคนเล็ก แล้วก็ป้า ป้ามาอยู่ที่นี่ได้ไม่กี่ปีเอง ยังไม่ค่อยรู้จักกับใคร ส่วนใหญ่ก็อยู่แต่ในบ้าน”	
3	มีอาการเหนื่อย บวมขึ้น ทำได้ไม่นาน “ก็รู้สึกเหนื่อยนิดหน่อย นะ คือเมื่อวันก่อนพาคุณลุง สามีของป้าเองไปตรวจตามนัดที่รพ. จุฬา ต้องไปแต่เช้ามืด และเดินทางตีไกลมาก”	-
4	“สิ่งที่มีความหมายต่อป้ามากที่สุด คือการได้อยู่กับลูกๆ หลานๆ กับสามีมักมีปากเสียงกัน สามีก็ป่วยเป็นมะเร็งลำไส้ ตัวเองก็ต้อง ฟอกเลือด แต่เราต้องดูแลเขาแทนที่เขาจะดูแลเรา บางทีก็ หงุดหงิดนะ เหนื่อยด้วย ทำภาพนี้ออกมาเพราะอยากเป็น ครอบครัวที่เราอยากให้เป็น”	
5	เหนื่อยเล็กน้อย “สิ่งที่ทำให้ป้ามีกำลังใจทุกวันนี้ คือลูกชายคน เล็กที่คอยออกดั่งค์ ออกคำปรึกษาให้ป้า เขาทำงานเป็นพนักงาน รัฐวิสาหกิจ ป้าต้องเสียเงินเองก่อนแล้วค่อยไปเบิก เมื่อตอนฟอก ใหม่ ๆ ป้าเคยคิดฆ่าตัวตายโดยกินยาความดันที่เลี้ยว 20 เม็ด เพราะไม่มีเงินจะรักษา ป้านึกย้อนถึงสมัยเค้ายังเด็กนะ และผ่าน โรงเรียนที่เค้าเคยเรียนอยู่ทุกวัน ๆ”	
6	มีอาการเหนื่อยเล็กน้อย “ป้าได้ทบทวนความทรงจำที่มีความสุข นะ ได้นึกถึงครอบครัว นึกถึงบ้านที่เราอยู่”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	“ได้รับการดูแลเอาใจใส่ เห็นความสำคัญในตนเอง ขอมรับกับ ความเจ็บป่วยของตัวเองกับของแฟนได้”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 14 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผูกพันทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 10

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	หญิงไทยพุทธ โสด ไม่มีอาชีพ อยู่กับแม่เลี้ยงฟอกเลือดมา 3 ปี สิทธิประกันสังคม ค่าครีอดินนึ่งเท่ากับ 11.6 ความดันโลหิต 120/70 ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย ไม่มีปวดศีรษะ “ชอบงานศิลป์ ชอบของสวย ๆ งาม ๆ ชอบใช้จินตนาการ” “คิดว่าจิตวิญญาณคงเหมือนพลังงานหนึ่งในตัวเรา เปรียบตัวเราเป็นเครื่องรับโทรทัศน์ จิตวิญญาณเป็นพลังงานที่ทำให้โทรทัศน์นั้นใช้การได้” และใช้ดินสอวาดภาพอิสระ	
2	มีอาการน้ำลายไหลมากตลอดเวลา “ชอบวาดเป็นคลื่น ชอบที่จะเห็นลักษณะของคลื่น ความโค้ง ไม่ชอบมีส้นเท้ากับคน เพราะคนทำให้ไม่สบายใจอยู่เรื่อย ไม่ชอบอยู่ในกรอบ หรือกฎระเบียบ ชอบจินตนาการ และชอบอยู่กับธรรมชาติ ทุกวันนี้ถูกน้องชายและแม่เลี้ยงบังคับไม่ให้ทำอะไรเลย เมื่อมากไม่ยักอยู่บ้าน หาเรื่องออกนอกบ้านทุกวัน ไม่อยากฟังแม่บ่น บางวันก็ออกมาวิ่งเล่นที่เกาะลอย บางวันก็ออกมาวิ่งเล่นเกม”	
3	“รู้สึกเพลินนะ สงสัยว่าตัวเองเป็นคนเจ้าระเบียบนะ เราระบายออกมาเป็นแนวเดียวกันเป๊ะ มีจังหวะสม่ำเสมอและคิดว่าตัวเองเป็นคนที่มีความขัดแย้งในตัวเองเหมือนกัน ตอนแรกอยากทำอะไรที่นอกเหนือจากที่กำหนด อยากให้สีมันเข้มกว่านี้ อยากระบายอิสระ แต่เมื่อทำจริง กลับทำออกมาเป็นระเบียบเมื่อก่อน ตอนทำงานแผนกจัดการ ก็มีคนอื่นคือเพื่อนบอกว่าเราเป็นคนเนียบ แต่เราก็ไม่คิดว่าจะเป็นแบบนั้น ที่เราเป็นโรคนี้เนื้อก็คิดว่าคงเป็นเพราะทำงานหักโหมเกินไป ไม่ได้พักผ่อนเลย”	
4	“ ทำออกมาเป็นภาพวิวทิวทัศน์ของทะเล เพราะชอบนั่งมองทะเลทุกวัน เป็นสิ่งที่ทำให้ตัวเองรู้สึกปลดปล่อย สบายใจ พยายามคิดปะปะโดยไม่ให้มีมุมตรง ๆ เลย จะทนไม่ได้ ต้องตัดให้มันโค้ง ๆ อย่างมีมุม ๆ หนึ่งในบ้านแบบในภาพ เป็นมุมพักผ่อนส่วนตัว อยู่บ้านกับแม่เลี้ยงต้องฟังเค้านั่งตลอดเลย ไม่ชอบ พอวันที่มาฟอกเลือดก็จะมานั่งที่เกาะลอยแต่เช้าเลย สิ่งที่มีความหมายกับตนเอง คือ การได้ทำอะไรก็ได้ตามความพอใจของตนเองและไม่เดือดร้อนใคร ก็อยากจะทำ แต่ถูกแม่เลี้ยงและน้องชายกีดกันอยู่เรื่อย ”	

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
5	ไม่เหนื่อย เศร้า ๆ ผิดหวังกับคนในครอบครัว “สิ่งที่ทำให้มีกำลังใจมากขึ้น น่าจะเป็นธรรมชาติของทะเลที่สวยงาม การได้อยู่กับธรรมชาติ ทำให้ตนเองรู้สึกดี การได้เห็นสัมผัสสิ่งสวยงามทำให้ตัวเองยังอยู่ได้ทุกวันนี้เราอยากจะทำอะไรตั้งหลายอย่าง แต่ก็ทำไม่ได้ ก็ได้แต่นั่งมองดูทะเล” ผู้เข้าร่วมวิจัยขอทำเป็นภาพปะติดเหมือนครั้งก่อน	
6	“ได้นึกถึงสถานที่ที่ตัวเองชอบ ได้ระบายความรู้สึก รู้สึกได้สัมผัสภาพที่ดีเพิ่มขึ้นจากคุณ มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง คิดว่าจะทำอะไรก็ได้”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	“ยังมีความหวังอยากไปทำงาน ยังมีความชื่นชมในธรรมชาติของสวยงามทำให้จิตใจดีขึ้น ชอบนั่งมองทะเล”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 15 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 11

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทยพุทธ คู่อาชีพค้าขาย มีบุตร 3 คน ฟอกเลือดมา 5 ปี สิทธิประกันสุขภาพ ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย ค่าครีอาตินีนเท่ากับ 11.8 ความดันโลหิต 170/90 “ให้ผมทำอะไรก็ได้เหอะ ไม่รู้จะทำอะไรเหมือนกัน ไม่เคยทำมาก่อน ลองใช้กระดากที่ตัดไว้แล้วตกแต่ง การ์ดที่ทำจะดี ดูคุณพยาบาลทำเป็นตัวอย่างก่อนแล้วไม่น่าจะยาก”	
2	อาการทางกายคงเดิม มีความรู้สึกเกร็ง ไม่อิสระ กลัวว่าเดินไม่ได้ในตอนเริ่มกิจกรรม วาดบางภาพโดยเฉพาะภาพดาวจะวาดตามไม่ได้ ผู้วิจัยจึงลองให้ลากเส้นตามลูกก่อน และวาดได้คล่องขึ้นในภาพที่ 3, 4 ความรู้สึกในขณะที่วาดจะนึกถึงบ้านที่ตนเองอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวเองทุกวัน คิดว่าครอบครัวและบ้านเป็นสิ่งที่ตนเองผูกพันมากที่สุด ในภาพสุดท้ายวาดรูปเด็กด้วย “คิดถึงหลาน คิดถึงกิจกรรมที่หลานชอบมาเรียกให้ทำบ่อย ๆ คล้าย ๆ อย่างนี้”	
3	“ทำ ๆ ไปนึกถึงการระบายผ้าบาติกนะ นึกถึงตอนที่ไปเที่ยวได้กับครอบครัวได้ไปดูเค้าทำผ้าบาติกและได้ลองทำดู ชอบว่ามันสวยดี แต่สีมันจางมากนะ บาติกสีจะเข้มกว่านี้ ดึงชอบมากเลยที่ได้มีโอกาสได้นั่งฟังเพลงไปด้วย เพลงเพราะมาก ในช่วงที่มารอฟอกเลือดการได้ทำสิ่งเหล่านี้ก็มีความสุขคลายด้วย ตัวเองเป็นคนสมาธิไม่ค่อยดี ตอนทำอยู่ยังนึกถึงเรื่องอื่นเลย จะเป็นคนที่คิดอะไรไปเรื่อย ๆ ไม่หยุดหยิ่งง่ายหรือครับ”	
4	“ในขณะที่สงบนิ่ง จะนึกถึงเหตุการณ์ที่สำคัญต่อความรู้สึกตนเองมากที่สุด คือ เหตุการณ์ตอนที่ถูกชายคนเล็กบวช รู้สึกปลื้มมากที่สุด คนนี้บวชได้ เพราะเค้าเป็นคนไม่เอาการเอางานเลย แต่นับวชมาได้เกือบสองพรรษาแล้ว จึงได้เอภาพตอนที่เขาบวชมาปะติดและใส่กรอบรูปที่คุณนำมา จะเอาไปวางไว้ที่หัวเตียง เวลาเดินผ่านหรือจะนอนจะให้เห็น เห็นแล้วก็รู้สึกชื่นชมนะ”	

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
5	อาการทางกายคงเดิม “กำลังใจของลุง คือการที่ครอบครัวได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีความรักให้แก่กัน ได้อยู่กับหลาน ๆ อยู่บ้านที่เป็นธรรมชาติ มีครอบครัวเข้าใจเรา ยอมรับเรา ลุงทำอะไรขายเล็ก ๆ น้อย ๆ เท่านั้น ทำแบบพอมีพอกิน”	
6	“ได้รับสัมพันธภาพที่ดี ได้การดูแลเอาใจใส่ ได้ทำกิจกรรมที่ทำให้มีความสุข มีชีวิตชีวา ลุงยอมรับกับการเจ็บป่วยนี้ละ และลุงพอใจแล้วกับชีวิตตอนนี้”	ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
7	“ยังนึกถึงเหตุการณ์ที่สำคัญในชีวิตอยู่บ่อย ๆ นึกแล้วสบายใจ”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 16 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 12

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	หญิงไทยหม้าย พุทธ อาชีพเก็บค่าเช่าบ้าน มีบุตร 2 คน สิทธิเงินสวัสดิการเดือนละ 2 ปี มีอาการบวมที่เปลือกตาและขา ปวดหลัง อารมณ์แจ่มใสดี ค่าครีโอดีนีนเท่ากับ 10.2 ความดันโลหิต 190/100 “ให้ป้าทำงานศิลปะก็ไม่เคยทำนะ และคิดไม่ออกด้วยว่าจะทำอะไรดี แต่ให้ความร่วมมือนะ ขอเอากลับไปทำที่บ้านได้ไหม จะให้เด็ก ๆ ช่วยป้าทำนะ ป้าจะบอกแล้วให้เขาทำตามนะ”	-
2	มีปวดหลัง เครียดเรื่องคนมาเช่าบ้าน ความดันโลหิต 180/90 ต่อเติมภาพจากผู้วิจัยวาดเป็นภาพดอกไม้ และมีการใช้สีส้มมากขึ้น ตอนแรกจะวาดไม่ค่อยได้ “ไม่ได้จับดินสอมานานมากแล้ว แต่พอจับไปนาน ๆ รู้สึกชกมัน ยิ่งภาพสุดท้ายพอออกใจวาดได้อิสระ จะรู้สึกเหมือนได้ปลดปล่อย เลยวาดใหญ่เลย ป้าเห็นหนูวาดสวยดี อยากวาดได้บ้างแต่มันออกมาเป็นอย่างที่เห็นนะ”	

ตารางที่ 16 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
3	“รู้สึกสงสัยว่าสีมันจางมาก ไม่รู้ว่าจะวาดออกมาเป็นอะไร ตอนทำก็เพลินดี จับพู่กันเป็นครั้งแรกแต่ก็ไม่กังวลนะ รู้สึกไม่ยาก พอสีมันแห้งปาก็ระบายทับอีก อยากให้สีมันเข้มขึ้นนะ	
4	“ตอนหลังเขาก็รู้สึกได้คิดถึงแต่เรื่องที่ผ่านมาในชีวิต วัน ๆ ป้าก็คิดแต่เรื่องไม่สบาย โดยเฉพาะเรื่องป๊ะหลัง สิ่งที่มีความหมายกับป้ามากที่สุด คือการได้เห็นคนรุ่นใหม่มีความสามารถ ได้รับการส่งเสริมนะ” ป้าคอยฟังการวาดด้วยดอกไม้สีสดและเขียนคำพูดให้กำลังใจเด็กรุ่นใหม่	
5	“บวมที่เปลือกตาเล็กน้อย ไม่เหนียว “ได้นึกถึงสิ่งที่ทำให้ป้ามีกำลังใจมากที่สุด คือการได้อยู่กับลูก หลานอย่างมีความสุข พวกเขาไม่มาทำให้ป้าเดือดร้อนเลย มีแต่จะช่วยเหลืองานของป้า ป้าวาดไม่เป็นขอทำภาพปะติดละกันนะ นี่ก็หมายถึงลูก ๆ หลาน ๆ นะ เป็นสีสันให้กับชีวิตป้านะ ”	
6	“ป้าได้ความเพลินนะ ได้ปลดปล่อย ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ ได้รับการดูแลเอาใจได้ ได้ทบทวนว่ากำลังใจป้าคืออะไร”	
7	“ชีวิตป้ายังมีความหมายกับคนอื่น ๆ นะ ป้ายังช่วยเหลือตัวเองได้ ช่วยลูก ๆ หลาน ๆ ได้อยู่ นะ อยู่กับเด็ก ๆ ก็สนุกดี อยู่คนเดียวมันเหงานะ”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 17 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 13

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	หญิงไทยหม้าย อิสลามอาชีพแม่บ้านมีบุตร 13 คน ฟอกเลือดมา 2 ปี สิทธิครอบครัวยุทธการ มีเหนื่อยเล็กน้อย แขนข้างขวาไม่ค่อยมีแรง จะใช้แขนซ้ายแทน เดินไม่ค่อยไหว คำครีอาตินินเท่ากับ 8.1 ความดันโลหิต 150/90 “มะเป็นคนอิสลามนะ ในชีวิตมะ ได้ไปแสวงบุญที่ซาอุดีอาระเบียครั้งหนึ่งในชีวิตก็รู้สึกคุ้มแล้วชีวิตนี้” “อยากให้ลูกสาวได้ไปบ้าง แต่เขาไม่ยอมไป” เล่าไปร้องไห้ไป “ไม่รู้จะวาดอะไร วาดไม่เป็นและแขนไม่มีแรงด้วย” ผู้วิจัยช่วยบริหารแขน, มือ และบีบนิ้วก่อน ผู้วิจัยช่วยเริ่มต้นและให้ผู้เข้าร่วมวิจัยระบายสีน้ำทับ	
2	ไม่มีอาการบวม เหนื่อยเล็กน้อย มีความวิตกกังวลเรื่องลูกสาวคนโต “ในใจมะนึกถึงคำที่เป็นบทสวดที่เป็นภาษาอาหรับก็เลยเขียนตัวเลขที่เป็นภาษาอาหรับ และเมื่อก่อนมะเคยป่วยหนักจนไม่รู้รู้สึกตัวและเป็นอัมพาต ใช้การแขนขาข้างซ้ายไม่ได้แล้ว แต่ทุกวันนี้ดีขึ้นมาก และมะเองไม่เคยจับดินสอหรือเขียน วาดอะไรอย่างนี้เลย ต้องขอบคุณพระเจ้ามากที่ให้มีมะ ได้ขนาดนี้ก็ดีแล้ว”	
3	“มะไม่ค่อยหนักแต่ให้มีมะระบายมะก็ระบายได้ไม่ยาก ก็รู้สึกว่ามีมือตัวเองก็ยังใช้การได้ดีใจนะ ลงเส้นใหญ่ไปหน่อย สีมันจางนะ ก็เลยอยากระบายทับอันเดิม เมื่อก่อนมะเป็นคนใจร้อนนะ เคี้ยวเนื้อโยนไปเยอะ มีอะไรก็แบ่งปันคนอื่น แล้วพระเจาก็เพิ่มเติมให้อยู่เรื่อย ๆ ”	
4	“สิ่งที่มีความหมายกับตนเองมากที่สุด คือลูกสาวคนโต เลือกภาพนี้เพราะให้ความรู้สึกที่ตรงกับชีวิตตัวเองมากที่สุด ภูมิใจความรัก อบอุ่นชอบที่จะตกแต่งใส่ดอกไม้เพิ่มสีสัน ตอนสงบนิ่งมะนึกถึงพระเจ้าตลอด”	

ตารางที่ 17 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
5	เหนื่อยเล็กน้อย ไม่บวม “สิ่งที่ทำให้ผมมีกำลังใจอยู่ทุกวันนี้ คือพรจากพระเจ้า ที่พระเจ้าให้ผม ได้มีชีวิตอยู่ มีกำลังใจแนบมากลับมาอีกครั้งถึงมันจะไม่ดีเท่าเดิมก็เหอะ และถูกสาวคนโตก็ทำให้ป้าต้องพยายามช่วยเหลือตัวเอง ป้าไม่อยากทำตัวให้เป็นภาระของเขา ไม่อยากเห็นเขาลำบาก ป้าอยากให้เขาได้ไปแสวงบุญที่เมกกะเหมือนคนอื่นบ้าง แต่เขาไม่ยอมไปเพราะต้องดูแลมะ มะรู้สึกเสียใจ” ผู้วิจัยช่วยวาดและให้ผู้เข้าร่วมวิจัยระบายสี เพราะร้องไห้และไม่สามารถวาดได้	 ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
6	อาการทางกายคงเดิม “มะได้รับความรักความเมตตา รู้สึกตัวเองได้รับเกียรติศักดิ์ศรีมากขึ้น ได้รับการยอมรับ มะยึดมั่นในพระเจ้าที่สอนให้รู้จักให้และรักคนอื่น”	
7	“มีสิ่งยึดมั่นให้กำลังใจเหมือนเดิม ขอมรับความเจ็บป่วยได้และพยายามช่วยเหลือตัวเองมากขึ้น”	

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

ตารางที่ 18 ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 14

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
1	ชายไทยคู่ พุทธ อาชีพเกษียณราชการ มีบุตร 2 คนฟอกเลือดมา 2 ปีไม่มีอาการบวม, เหนื่อย ค่าครีอาตินีนเท่ากับ 6.0 ความดันโลหิต 160/90 “จิตวิญญาณเป็นสิ่งที่อยู่ข้างในของแต่ละคนนะ ซึ่งไม่เหมือนกันหรอก เมื่อก่อนลุงทำงาน ลุงก็ต้องมีสิ่งนี้แหละ” คุณลุงรับปากให้ความร่วมมือในการทำวิจัยแต่ยังไม่อยากวาดหรือทำกิจกรรมศิลปะ	
2	ไม่มีอาการบวม, เหนื่อย มีขาปลายนิ้วมือเล็กน้อยความดันโลหิต 170/90 “ผมวาดไม่ค่อยเป็นหรอก จะวาดไก่แต่มันไม่เหมือน วาดต่อเติมเป็นต้นไม้ ดอกไม้ง่ายกว่า”	

ตารางที่ 18 (ต่อ)

ครั้งที่	สภาพทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย	ผลงานทางศิลปะ
3	“เป็นคนไม่ชอบทำตามคนอื่น ชอบทำตามความคิดตัวเอง รักสนุกมีจินตนาการ การทำงานเก่าก็เป็นแบบนี้แหละ ไม่ชอบอะไรที่มันซ้ำ ๆ” ขณะทำมีอารมณ์สนุกสนาน มีอารมณ์ขัน	 ผลงานทั้งหมดที่ผ่านมา
4	“สิ่งที่มีความหมายกับตนเองมากที่สุด คือ บ้าน เมื่อก่อนผมไม่เคยมีบ้านเป็นของตัวเอง เพราะอยู่บ้านของหลวง รู้สึกภูมิใจมากที่ได้มีบ้านเป็นของตัวเอง มันเหมือนเป็นความมั่นคงที่ผมมี และเลือกภาพอาหาร นึกถึงอาหารที่ตนเองต้องคุม ต้องจำกัดอยู่ทุกวัน รู้สึกเสียใจในคนน้อยที่ไม่ได้กินอาหารตามอย่างที่ตนเองชอบอีกแล้ว”	
5	“ไม่มีอาการเหนื่อย ไม่บวม ความดันโลหิตปกติ “ทุกวันนี้ลุงมีกำลังใจจากลูก ๆ และครอบครัว เขาอยากให้อายุได้เปลี่ยนไต ลุงก็ต้องทำตามเขา ต้องดูแลตัวเองเป็นอย่างมาก ตอนสงบนึงก็นึกใคร่ครวญไปเรื่อย ๆ ไม่อยากคิดอะไรมากแล้ว นึกถึงธรรมชาติของที่นี่ก็ปล่อยอารมณ์ไปเรื่อย ๆ นะ”	
6	อาการทางกายคงเดิม “ได้ใคร่ครวญนึกถึงชีวิตที่ผ่านมา ยอมรับการเจ็บป่วยได้มากขึ้น มีความหวังที่จะดูแลสุขภาพด้วยตัวเอง”	
7	“มีความหวังที่จะได้เปลี่ยนไตมากขึ้นนะ ลูก ๆ กำลังทำเรื่องให้ครับ”	-

หมายเหตุ ครั้งที่ 7 เป็นระยะติดตามผล 6 เดือน

จากการเข้าร่วมโปรแกรมการบำบัดทางการพยาบาลด้วยศิลปะ ผู้เข้าร่วมวิจัยเกิดการเรียนรู้ประสบการณ์ความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน สรุปสาระประเด็นสำคัญได้ ดังนี้

1. สุขใจที่มีบ้านและครอบครัว

ในการเข้าร่วมโปรแกรมผู้เข้าร่วมวิจัยได้นึกถึงบ้านที่ตนเองเคยอยู่ ได้นึกถึงความสุข ความอบอุ่นในครอบครัว การได้อยู่และมีกิจกรรมร่วมกับลูกหลาน ได้นึกถึงบุคคลอันเป็นที่รักของตนเอง เช่น ภรรยา ลูก หลาน ได้นึกถึงบุคคลที่มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้นึกถึงสถานที่ธรรมชาติที่ชอบ

“วาดไปจะนึกถึงบ้านที่ตัวเองเคยอยู่ที่ต่างจังหวัดจะมีธรรมชาติที่ร่มรื่น มีน้ำ มีปลา มีต้นไม้”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 1

“เวลาผมว่าง ผมจะชอบนั่งดูปลามันว่ายน้ำ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 2

“ตอนแรกก็นึกถึงหลานสาวสุดที่รัก แต่วาดต่อมาภาพสุดท้ายกลายเป็นรูปของป่าวิไล ที่มาพอกเลือดวันเดียวกัน เป็นคนที่คอยให้ความช่วยเหลือดี มักให้ตั้งเวลาป่าไม่มีไข้ แต่บางครั้ง เขาก็ไม่มีเหมือนกัน และเขาก็คอยไปเอายาให้ด้วย จะนึกขอบคุณเขาตลอด”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 3

“ผมชอบบรรยากาศแบบทะเล ก็เลยเลือกภาพทะเลมา ชอบตกแตงรถ ชอบดอกไม้สวย ๆ ทำแล้วรู้สึกมีความสุข”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 6

“ทำให้ลูกนึกถึงสมัยหนุ่ม ๆ ที่ลงทำงานและใช้ชีวิตอยู่กับป่า ลุงมีความสุขมาก”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 7

“นึกถึงครอบครัว ได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีความรักให้แก่กัน ได้อยู่กับหลาน ๆ อยู่ บ้านที่เป็นธรรมชาติ มีครอบครัวเข้าใจเรา ยอมรับเรา”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 11

2. สุขใจที่ได้ระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีต

ผู้เข้าร่วมวิจัยได้สนทนาค้นคิดถึงอดีต เป็นเหตุการณ์ที่น่าประทับใจ บางรายนึกถึงสถานที่ที่ตนเองชอบไปปลดปล่อยอารมณ์ เวลาไม่สบายใจ บางรายนึกถึงสิ่งที่ตนเองชอบทำ ทำให้มีกำลังใจ

“ตอนสงบนิ่งคิดอะไรหลายอย่างมาก รู้สึกตัวเองหนัก ใหญ่ขึ้น คิดถึงตอนที่ตัวเองป่วย ถูกงัดเกือบตาย มีอาการเพ้อไม่รู้สึกรู้สัว ต้องไปนอนที่ตึกธรรมดา จำได้แม่นเลยว่า เหมือนเห็นงูหลายตัวจะเข้ามาทำร้าย แต่แล้วก็เห็นเหมือนแสงสว่างส่องเข้ามา เห็นโบสถ์ มีคนเข้ามาช่วยให้ตัวเองรอดจากพวกงูนั้น แล้วตัวเองก็รู้สึกตัว รู้สึกดีใจมากที่ตนรอดชีวิตมาได้ วาดรูปโบสถ์ เพราะตนเองเคยไปโบสถ์บ่อย ๆ ทำให้มีกำลังใจมากขึ้นค่ะ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 1

“นึกถึงเหตุการณ์ตอนสมัยเด็ก มีเหตุการณ์ที่สำคัญกับลุงมาก เคยมีทหารเรียกกลุ่มหนึ่งมา เข้มเข็ญพวกชาวบ้าน มาให้ความช่วยเหลือพวกเรา ลุงรู้สึกพวกเขาดูแลดีมาก และใจดี และในวัยหนุ่มลุงเคยมีอาชีพทำประมงอยู่ที่สุราษฎร์ ตอนที่ออกไปอยู่กลางทะเลที่ลึก ๆ จะเห็นน้ำทะเลเป็น

สีดำเลนนะ สูงเลยใช้กระดาษสีดำที่แหละแทนน้ำทะเล”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 8

“ชอบวาดเป็นคลื่น ชอบที่จะเห็นลักษณะของคลื่น ความโค้ง ไม่ชอบมีสัมพันธภาพกับคน เพราะคนทำให้ไม่สบายใจอยู่เรื่อย ไม่ชอบอยู่ในกรอบ หรือกฎระเบียบ ชอบจินตนาการ และชอบอยู่กับธรรมชาติ ทุกวันนี้ลูกน้องชายและแม่เลี้ยงบังคับไม่ให้ทำอะไรเลย เบื่อมากไม่อยากอยู่บ้าน หาเรื่องออกนอกบ้านทุกวัน ไม่อยากฟังแม่บ่น บางวันก็ออกมานั่งเล่นที่เกาะลอย บางวันก็ออกมาเล่นเกม”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 10

3. รู้จักความคิด และรู้จักตัวเองดีขึ้น

ผู้เข้าร่วมวิจัยเกิดการย้อนมองในความคิดของตนเอง ทำให้รู้จักตนเองมากขึ้น

“ทำให้ผมมองย้อนมาที่ตัวเอง ความรู้สึก ความคิดของตัวเองที่ตัวเองไม่เคยคิดถึงมาก่อนเลยจริง ๆ ผมไม่เคยสังเกตความรู้สึกของเด็ก ๆ ที่ผมดูแลเลย แต่ผมมักจะให้เด็ก ๆ ทำตามที่ผมต้องการมากกว่าและต้องอยู่ในระเบียบ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 5

“ผมพยายามทำให้มันตรงแถว ถ้ามันไม่ตรงจะรู้สึกใช้ไม่ได้ ความคิดก็ต้องให้มันเป็นเส้นตรง รู้สึกว่ายังไม่พอใจกับงานที่ทำ อยากให้มันออกมาดีกว่านี้ เพราะมันมีบางเส้นไม่ตรง และสีที่ใช้อยากให้เข้มกว่านี้ ได้สะท้อนความเป็นตัวของตัวเองว่าตนเป็นคนเจ้าระเบียบมาก คิดจะทำอะไรก็ทำตามความคิดของตัวเอง โดยไม่ได้มองถึงอย่างอื่นเลย เข้าใจและยอมรับตัวเองได้มากขึ้น”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 6

“สงสัยว่าตัวเองเป็นคนเจ้าระเบียบนะ เราระบายออกมาเป็นแนวเดียวกันปะ มีจังหวะสม่ำเสมอ และคิดว่าตัวเองเป็นคนที่มีความขัดแย้งในตัวเองเหมือนกัน ตอนแรกอยากทำอะไรที่นอกเหนือจากที่กำหนด อยากให้สีมันเข้มกว่านี้ อยากระบายอิสระ แต่เมื่อทำจริง กลับทำออกมาเป็นระเบียบ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 10

“รู้สึกว่ามีตัวเองก็ยังใช้การได้ ดีใจนะ ลงเส้นใหญ่ไปหน่อย สีมันจางนะ ก็เลยระบายทับอันเดิม เมื่อก่อนเป็นคนใจร้อนนะ เดียวนี้ใจเย็นไปเยอะ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 13

“เป็นคนไม่ชอบทำตามคนอื่น ชอบทำตามความคิดตัวเอง รักสนุกมีจินตนาการ การทำงานแก่ก็เป็นแบบนี้แหละ ไม่ชอบอะไรที่มันซ้ำ ๆ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 14

4. รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ผู้เข้าร่วมวิจัยได้ถ่ายทอดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองผ่านจากงานที่วาด ภาพปะติด

“วัน ๆ ไม่ค่อยได้ทำงานอะไรมาอยู่แล้วเพราะเจ้เค้ารู้ว่าต้องมาพอกเลือด”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 2

“ผมรู้สึกตัวเองมีคุณค่ามากขึ้นที่แม่จะป่วยเรายังทำประโยชน์ให้กับสังคมได้ ผมนึกถึงเป้าหมายของตัวเอง คือการได้เป็นครูสอนพายเรือ ผมพยายามทำให้ถึงเส้นชัยในชีวิตของผม ผมภูมิใจที่ได้มอบโอกาสที่ดีให้กับเด็ก และแต่ละคนมีวิถีชีวิตของตนเองไปในทางที่ดีไปได้ไกล ผมทุ่มเทชีวิตทั้งหมด ให้โอกาสกับเด็ก ๆ เหล่านี้

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 5

“เมื่อก่อนผมไม่เคยมีบ้านเป็นของตัวเอง เพราะอยู่บ้านของหลวง รู้สึกภูมิใจมากที่ได้มีบ้านเป็นของตัวเอง มันเหมือนเป็นความมั่นคงที่มี”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 14

5. รู้สึกผ่อนคลาย

ผู้เข้าร่วมวิจัยได้รับรู้ถึงอารมณ์ที่ผ่อนคลาย สบายใจ เพลิดเพลิน ปลดปล่อยจากการวาดภาพ หรือทำภาพปะติด แม้ว่าในช่วงแรกบางคนจะออกตัวว่าคงทำไม่ได้ หรือทำไม่เป็น

“อารมณ์ในขณะที่ทำไปพร้อมกับฟังเพลงรู้สึกเพลินขึ้นหน่อย ทำ ๆ ไปก็ชักสนุกค่ะ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 1

“ทำ ๆ ไปก็ทำให้ผมลืมไปชั่วขณะหนึ่ง รู้สึกเพลินและคิดเรื่องอื่นไปเรื่อย ๆ”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 4

“ทำ ๆ ไปนึกถึงการระบายผ้าบาติกนะ นึกถึงตอนที่ไปเที่ยวได้กับครอบครัวได้ไปดูเค้าทำผ้าบาติกและได้ลองทำดู ชอบว่ามันสวยดี แต่สีมันจางมากนะ บาติกสีจะเข้มกว่านี้ ลุงชอบมากเลยที่ได้มีโอกาสได้มานั่งฟังเพลงไปด้วย เพลงเพราะมาก”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 10

“ไม่ได้จับดินสอมานานมากแล้ว แต่พอจับไปนาน ๆ รู้สึกชั้มน ยิ่งภาพสุดท้ายพอบอกให้วาดได้อิสระ จะรู้สึกเหมือนได้ปลดปล่อย เลือดวาจใหญ่เลย”

ผู้เข้าร่วมวิจัยรายที่ 12

6. ได้ความหมายของความผาสุกทางจิตวิญญาณ

สรุปความหมายของความผาสุกทางจิตวิญญาณตามการรับรู้ของผู้เข้าร่วมวิจัยได้ดังนี้ คือ ความสุข ความพอใจในชีวิต การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับคนอื่นโดยไม่ทะเลาะกัน การได้รับความรัก ความเอาใจใส่ ความเมตตาจากคนอื่น การได้ทำงานที่ตัวเองรัก ได้ใช้ความสามารถของตนเอง

การมีชีวิตอย่างมีเป้าหมาย การอยู่อย่างรับผิดชอบในตัวเอง ไม่เป็นภาระใคร การนึกถึงธรรมชาติ
ที่สวยงาม ความเชื่อมั่นที่อยู่ภายในตัวเอง ได้ทำกิจกรรมที่ทำให้มีความสุข การเชื่อมั่นในพระเจ้า
การยอมรับการเจ็บป่วย การมีความหวัง

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University