



บทที่ 7

องค์ประกอบในการจัดกิจกรรมดนตรีบำบัด ที่มีผลต่อความสำเร็จ

ดังที่กล่าวมาแล้วในบทที่ผ่านมาว่าดนตรีบำบัดเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ ที่ต้องใช้ความรู้ด้านดนตรี ความรู้ทางการแพทย์ ทางจิตวิทยาคลินิกเข้ามาเกี่ยวข้อง แล้วดำเนินการบูรณาการร่วมกันเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในกระบวนการจัดกิจกรรมให้บังเกิดผลดีในการบำบัด

ดนตรีบำบัดต้องอาศัยองค์ความรู้ในศาสตร์อื่นหลายส่วนเพื่อให้การปฏิบัติกิจกรรมมีความถูกต้องและสอดคล้องกันรวมทั้งบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ การจัดกิจกรรมดนตรีบำบัดมีองค์ประกอบที่สำคัญดังต่อไปนี้

7.1 องค์ความรู้

ศาสตร์ที่เป็นพื้นฐานของดนตรีบำบัด มีทั้งวิชาดนตรีขั้นพื้นฐาน การวินิจฉัยโรค การพยาบาล กิจกรรมบำบัด กายภาพบำบัด และจิตวิทยาบำบัด และนอกจากวิชาการดังกล่าวแล้วผู้ที่จะเป็นนักดนตรีบำบัดต้องมีความรู้พื้นฐานด้านการพัฒนาการของมนุษย์ ความพิการชนิดต่างๆ รวมทั้งเรียนรู้จักการออกแบบกิจกรรมดนตรีอย่างสร้างสรรค์ ให้เหมาะสมกับสภาพและความต้องการของผู้เข้ารับการบำบัด หากนักดนตรีบำบัดเป็นเพียงนักดนตรีที่สามารถบรรเลง หรือร้องดนตรีได้เพียงอย่างเดียว ย่อมขาดความเข้าใจในการเชื่อมโยงความรู้พื้นฐานด้านอื่นๆ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการจัดกิจกรรมดนตรีบำบัด ผู้ที่จะเป็นนักดนตรีบำบัดได้ควรผ่านการเรียนในวิชาต่างๆ ที่กล่าวมารวมถึงต้องผ่านการฝึกอบรมและฝึกปฏิบัติงานจริง เพื่อให้มีประสบการณ์พร้อมที่จะนำมาใช้ในการปฏิบัติงานในอนาคต

ในประเทศสหรัฐอเมริกา นั้นผู้ที่มิสิทธิในการประกอบวิชาชีพนักดนตรีบำบัดต้องผ่านการเรียน การอบรมรวมทั้งฝึกงานตามข้อกำหนดของสถาบันดนตรีบำบัดแห่งอเมริกา จนได้ใบประกาศ เทียบเท่ากับใบประกอบโรคศิลป์ เรียกว่า Music Therapy - Board Certified (MT-BC) ซึ่งก็หมายความว่าพวกเขาเหล่านั้นต้องผ่านการสอบ และการทดสอบภาคปฏิบัติ รวมทั้งการฝึกงานเพื่อสะสมประสบการณ์ก่อนการปฏิบัติงานจริง ดังนั้นหากเกิดกระบวนการผลิต



นักดนตรีบำบัดขึ้นในประเทศไทย ผู้ที่รับผิดชอบก็ควรพิจารณาถึงการบริหารจัดการองค์ความรู้ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ผู้เรียนได้รับทั้งความรู้และประสบการณ์ในการฝึกงาน เป็นการเตรียมความพร้อมไปสู่การประกอบวิชาชีพนักดนตรีบำบัดที่มีคุณภาพตามมาตรฐานสากลต่อไป

7.2 บุคลากร

ผู้ที่เป็นนักดนตรีบำบัดควรเป็นผู้ที่ผ่านการศึกษาด้านนี้มาโดยเฉพาะ หรือผ่านการอบรมรวมทั้งมีประสบการณ์ในการฝึกงานมาอย่างเชี่ยวชาญ จึงจะทำให้การดำเนินงานด้านนี้ได้รับการยอมรับ และเกิดประสิทธิภาพ ถูกต้องตามกระบวนการดนตรีบำบัดสากล นอกจากนี้ในการปฏิบัติงานจริง การดำเนินการต้องประกอบไปด้วยบุคลากรที่เกี่ยวข้องหลายฝ่าย เพราะแต่ละบุคคลจะมีความรู้ความชำนาญการต่างกันไป การทำงานร่วมกันจะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน บุคลากรในคณะทำงานดนตรีบำบัดควรประกอบขึ้นด้วยบุคคลต่อไปนี้

- 2.1. นักดนตรีบำบัด
- 2.2. แพทย์
- 2.3. พยาบาล
- 2.4. นักกายภาพบำบัด
- 2.5. นักกิจกรรมบำบัด
- 2.6. นักจิตวิทยา
- 2.7. นักสังคมสงเคราะห์



● คณะทำงานด้านดนตรีบำบัดในต่างประเศ¹

บุคลากรดังกล่าวนี้ต้องมีพื้นฐานความรู้ในศาสตร์ของตนเป็นอย่างดี และสามารถบูรณาการความรู้ร่วมกันกับคณะทำงานได้ คณะทำงานควรมีการวางแผนหรือกันอย่างเป็นระบบ จะทำให้เกิดผลดีในการบำบัด

ข้อสำคัญในการทำงานเป็นคณะบุคคลคือการเข้าใจในบทบาทหน้าที่ของตนและการรู้จักวิธีการประสานงานซึ่งต้องใช้ทักษะการมีมนุษยสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงาน ไม่ก้าวก่ายงานกัน และควรเคารพสิทธิในการตัดสินใจของผู้ที่มีความรับผิดชอบแต่ละฝ่าย

7.3 สถานที่

สถานที่จัดกิจกรรมดนตรีบำบัดไม่ควรเป็นที่ๆ มีความจำเจ หากสามารถสร้างบรรยากาศที่เป็นธรรมชาติ หรือใกล้เคียงธรรมชาติมากที่สุดได้ก็จะเป็นการช่วยให้ผู้เข้ารับ

¹ แหล่งที่มา <http://www.charityadvantage.com/Thechildrenstherapycenter/images/MusicTherapy.JPG>



● ภาพตัวอย่างสถานที่จัดกิจกรรมดนตรีบำบัด

การบำบัดเกิดความสนใจมากขึ้น รวมทั้งสถานที่นั้นควรมีอุณหภูมิที่เหมาะสม มีความเงียบสงบ และไม่เป็นเป้าสายตาของผู้ที่ผ่านไปมา หากจัดกิจกรรมในห้องควรมีฉนวนป้องกันความก้องของเสียง เพื่อมิให้เสียงสะท้อนรบกวนเสียงเป้าหมาย หากมีความจำเป็นต้องจัดกิจกรรมบริเวณภายนอกสถานที่ในที่โล่งแจ้ง ควรพยายามจัดแบ่งเป็นสัดส่วน เช่นการใช้ฉากกั้นจะเป็นการช่วยให้ผู้ร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกปลอดภัยจากสายตาผู้ที่ผ่านไปมา

และมีสมาธิในการร่วมกิจกรรมมากขึ้น

นอกจากความสมบูรณ์ในด้านเสียงแล้ว สิ่งที่ต้องคำนึงถึงคือสี และแสงที่อยู่ในห้องนั้น จากภาพถ่ายแสดงให้เห็นถึงบรรยากาศที่มีความอบอุ่น มีแสงไฟชนิดสีเหลือง ให้ความรู้สึกที่เสมือนเป็นห้องพักผ่อน มีม่านสีเข้ากับเฟอร์นิเจอร์ภายในห้อง มีเตียงสำหรับเอนพักขณะฟังกิจกรรมดนตรี เพดานบุด้วยผ้านวม ตกแต่งเข้ากับสีของม่าน มีคุณสมบัติในการกันเสียงสะท้อนได้เป็นอย่างดี และยังมีความสะดวกสบาย กลมกลืน การจัดบรรยากาศของสถานที่ให้เหมาะสมจะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกที่ดี และจะให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี



● ภาพสถานที่จัดกิจกรรมดนตรีบำบัดของ Nordoff Robbins Centre

สถานที่จัดกิจกรรมดนตรีบำบัดของ Nordoff Robbins Centre² มีบรรยากาศที่เรียบง่าย ใช้สีขาวตกแต่ง ช่วยให้พื้นที่ดูกว้างขวาง ห้องนี้ต้องการพื้นที่กว้างเพื่อวางแกรนเปียโนซึ่งเป็นอุปกรณ์ในการประกอบกิจกรรมดนตรีบำบัด และมีเครื่องดนตรีอยู่มุมด้านหนึ่ง จัดได้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อยพร้อมใช้งาน

7.4 อุปกรณ์และเครื่องเสียง

ส่วนที่ช่วยให้กิจกรรมประสบความสำเร็จตามเป้าหมายเป็นอย่างดีได้แก่คุณภาพของอุปกรณ์ต่างๆ หากได้อุปกรณ์ที่มีคุณภาพ มีความทันสมัย จะช่วยให้เกิดความสะดอกสบายในการทำกิจกรรม และเกิดผลสำเร็จในการกระตุ้นความสนใจของผู้ร่วมกิจกรรม หากอุปกรณ์ไม่มีคุณภาพก็จะส่งผลให้กิจกรรมไม่มีประสิทธิภาพ และอาจไม่ได้รับความสนใจ

² แหล่งที่มา http://www.maxfordham.com/images/projects/J1621_N5.jpg



จากผู้ร่วมกิจกรรมเท่าที่ควร

อุปกรณ์ที่สำคัญในการทำกิจกรรมดนตรีบำบัดได้แก่

7.4.1. เครื่องดนตรี

เครื่องดนตรีควรเป็นเครื่องที่มีคุณภาพ มีเสียงที่ไม่เพี้ยน และมีขนาดพอเหมาะกับสภาพของผู้เข้ารับการบำบัด ในกรณีใช้กับผู้พิการ หากสามารถประดิษฐ์คิดค้นเครื่องดนตรีให้มีความเหมาะสมพอดีแก่ลักษณะเฉพาะของอวัยวะร่างกายของผู้ที่มีความพิการในส่วนต่างๆ ได้จะเป็นการช่วยให้ผู้เข้ารับการบำบัดมีความพึงพอใจเพราะว่ามีความสะดวกสบายในการใช้ จะเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินในการบรรเลงโดยไม่ต้องกังวลว่าเครื่องดนตรีจะหลุดมือ หากไม่มีแรงในการหยิบจับ ตัวอย่างเช่นผู้ที่มีความอ่อนแรงในการใช้นิ้ว อาจใช้เครื่องดนตรีที่มีสายรัดข้อมือ หรือข้อมือให้สามารถขยับได้สะดวกสบายขึ้น เป็นต้น³

7.4.2. เครื่องเล่นเพลงเช่น เทป ซีดี หรือคอมพิวเตอร์

อุปกรณ์เครื่องเล่นเพลงควรเป็นเครื่องที่มีความพิเศษในด้านการตัดเสียงรบกวนที่อาจทำความรำคาญให้แก่ผู้ฟังได้ ส่วนตัวม้วนเทป หรือ ซีดี ควรเป็นม้วนหรือแผ่นที่มีคุณภาพจึงจะรับประกันได้ว่าเพลงที่เปิดจะไม่สะดุดหรือหยุดในขณะที่ประกอบกิจกรรมดนตรีบำบัด เพราะหากเป็นเช่นนั้นอาจทำให้เสียเวลา เสียอารมณ์และความรู้สึก และกิจกรรมนั้นอาจต้องล้มเลิก หรือตั้งต้นใหม่ ซึ่งจะทำให้เสียเวลามาก

7.4.3. เครื่องขยายเสียง

เครื่องขยายเสียงควรเป็นเครื่องที่มีตัวปรับเสียงสูง-ต่ำ ได้ และควรเป็นเครื่องเสียงที่มีคุณภาพ ไม่มีเสียงก้องกังวานสอดแทรก เพราะจะทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดขาดสมาธิ หากเครื่องขยายเสียงมีคุณภาพดีแล้ว จะทำให้เกิดความเที่ยงตรงในการทดสอบ ในกรณีทำการวิจัยเพื่อประเมินผล หากเป็นไปได้ควรมีตัวเลขแสดงค่าความดัง-เบาของเสียง เพื่อความแม่นยำในการปรับคุณภาพของเสียงให้สอดคล้องต่อความต้องการเป็นกรณีไป

7.4.4. เครื่องมือวัด และเครื่องมือประเมินผล

ในการทำกิจกรรมดนตรีบำบัดนั้น ส่วนสำคัญในการวัดประเมินผลคือเครื่องมือวัดค่าต่างๆ เช่น วัดระดับความเจ็บปวดโดย McGill Pain Questionnaire short form วัดระดับความรู้สึก Depressed โดย The Center for Epidemiology Studies Depression Scale วัดระดับความพิการโดย The Pain Disability Index วัดระดับความอ่อนแรงโดย The Power as Knowing Participation in Change Tool (version II) เครื่อง sphygmomanometer วัดความดันโลหิต เครื่องวัด Post-Test โดย MMSE score หรือ Pre-Test โดยใช้ FDG-PET เป็นต้น

³ คุณภาพเครื่องดนตรีประกอบในบทที่ 6



การเลือกเครื่องมือวัด และเครื่องมือประเมินผลควรศึกษาให้ถี่ถ้วนว่าเครื่องมือนั้นๆ ได้รับการยอมรับในวงการแพทย์ และมีข้อดีข้อด้อยอย่างไร ทั้งนี้ต้องอยู่ในการควบคุมดูแลของผู้มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน จึงจะมีความเที่ยงตรงและเกิดประโยชน์สูงสุดในการใช้

7.5 กิจกรรม

กิจกรรมควรได้รับการออกแบบที่พิถีพิถัน เหมาะสมกับสภาพของผู้ร่วมกิจกรรม วิธีการโน้มน้าวให้ผู้ร่วมกิจกรรมมีความสนใจ อยากให้ความร่วมมือเป็นสิ่งที่ต้องคำนึงถึง ก่อนทำกิจกรรมควรมีการวางแผน มีการเตรียมความพร้อมที่ดี รวมถึงต้องพิจารณาถึงการประเมินผล เพื่อวัดความพึงพอใจ และอาการเจ็บป่วยของผู้ร่วมกิจกรรม พร้อมกับวัดความสำเร็จของกิจกรรมด้วย จึงจะทำให้ทราบถึงประสิทธิภาพในการใช้กิจกรรมนั้นๆ กิจกรรมดนตรีบำบัดควรคำนึงถึงกลุ่มเป้าหมายที่มีลักษณะแตกต่างกัน ทั้งในด้านสภาวะความพร้อมของร่างกาย จิตใจ อายุ และเพศ

กิจกรรมดนตรีบำบัดสามารถจัดแบ่งได้เป็น 4 กลุ่มกิจกรรมตามความแตกต่างของกลุ่มเป้าหมายดังนี้

7.5.1. กิจกรรมดนตรีบำบัดสำหรับผู้ป่วยเฉพาะโรค

ผู้ป่วยเฉพาะโรคหมายถึงผู้ที่มีอาการผิดปกติที่เกิดจากโรคใดโรคหนึ่ง ทางกาย หรือทางจิตใจ ผู้ป่วยเฉพาะโรคทางกายเช่น ผู้ป่วยโรคมะเร็ง โรคเลือด โรคหัวใจ ฯลฯ ผู้ป่วยทางจิตใจเช่นผู้มีอาการบกพร่องทางสมอง ผู้ป่วยทางจิตเวช เป็นต้น การจัดกิจกรรมดนตรีบำบัดสำหรับผู้ป่วยโรคต่างๆ ควรมีความสอดคล้องกับสภาพทางร่างกายและจิตใจของผู้ป่วยโดยต้องมีการหารือร่วมกันระหว่างแพทย์เจ้าของไข้ กับคณะทำงานที่ประกอบไปด้วยนักดนตรีบำบัด นักกายภาพบำบัด ส่วนผู้ป่วยทางสมองหรือทางจิตเวชจำเป็นต้องมีนักจิตวิทยาคลินิกเข้ามาช่วยกำกับ ดูแล เพื่อให้ความรู้แก่นักกิจกรรมบำบัดและนักดนตรีบำบัดเพื่อจะได้จัดกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม

7.5.2. กิจกรรมดนตรีบำบัดสำหรับผู้พิการทางกาย

ผู้พิการทางกายมีลักษณะความพิการที่แตกต่างกันดังที่กล่าวมาแล้วในบทที่ 3 คณะทำงานด้านดนตรีบำบัดจำเป็นต้องศึกษาถึงลักษณะความพิการในผู้ที่เข้ารับการบำบัด เพื่อจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับสรีระ และความสามารถในการเคลื่อนไหวของผู้พิการแต่ละราย เพื่อให้กิจกรรมดนตรีบำบัดเกิดประโยชน์แก่ผู้พิการอย่างเต็มที่ เช่นผู้ที่มีความอ่อนแรงครึ่งซีกไม่สามารถใช้งานในสวนครึ่งที่พิการนั้น นักดนตรีบำบัดต้องหารือกับแพทย์และนักกายภาพบำบัดเพื่อค้นหาส่วนของอวัยวะของผู้พิการที่อยู่ในสภาพที่สามารถพัฒนาให้มีกำลังกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น หรือสามารถฟื้นฟูให้สภาพความพิการลดน้อยลง มิฉะนั้นอาจเป็นการเสียเวลา



หรือเป็นการทำลายความสามารถของระบบประสาทส่วนใดส่วนหนึ่งได้โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เป็นต้น

7.5.3. กิจกรรมดนตรีบำบัดสำหรับเด็ก

กิจกรรมดนตรีบำบัดสำหรับเด็กสามารถใช้ได้กับเด็กที่อยู่ในครรภ์จนถึงวัยรุ่นและวัยเริ่มเป็นผู้ใหญ่ การจัดกิจกรรมดนตรีบำบัดให้กับเด็กวัยต่างๆ จะมีรูปแบบที่หลากหลายและแตกต่างกันออกไปตามระดับอายุ ทั้งนี้ต้องรวมถึงความสนใจของเด็กด้วย สำหรับเด็กในครรภ์ หรือเด็กทารก ตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 9 เดือน กิจกรรมบำบัดที่เหมาะสมที่สุดน่าจะเป็นการให้เด็กฟังเพลงที่ได้เลือกสรรอย่างดีจากผู้เชี่ยวชาญในคณะทำงานด้านดนตรีบำบัด ต่อมาเมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้น มีการพัฒนาด้านการเคลื่อนไหวมากขึ้นจึงใช้กิจกรรมที่ผสมผสานกับการเคลื่อนไหว ทั้งนี้ผู้ทำกิจกรรมดนตรีบำบัดต้องทำความเข้าใจเรื่องพัฒนาการของเด็กให้เข้าใจโดยถ่องแท้ก่อนที่จะวางแผนการจัดกิจกรรม

สำหรับเด็กวัยรุ่นตอนปลายที่อยู่ในวัยศึกษาระดับอุดมศึกษา ปัญหาที่มักจะพบก็คือปัญหาเรื่องการเรียน การคบเพื่อน ปัญหาครอบครัว หรือการปรับตัวระหว่างเพศ ผู้ที่มีความวิตกกังวลมีความท้อแท้ใจอาจมีอาการซึมเศร้า หรืออาจจะมีอาการเป็นไปในทางตรงข้าม เช่นก้าวร้าว ฉุนเฉียวซึ่งหากไม่ได้รับการบำบัดอาจเกิดสภาวะที่มีความรุนแรงเกิดขึ้นได้ ก่อนที่จะนำกิจกรรมดนตรีบำบัดไปใช้กับบุคคลกลุ่มนี้ต้องศึกษาถึงรสนิยมในการฟังเพลง การร้องหรือการเล่นดนตรีในแต่ละรายก่อนแล้วจึงเลือกสรรกิจกรรมให้สอดคล้องกับความพึงพอใจของเขาเหล่านั้น หากมีการศึกษาและเตรียมการอย่างดีก็จะทำให้กิจกรรมดนตรีบำบัดสัมฤทธิ์ผลตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

7.5.4. กิจกรรมดนตรีบำบัดสำหรับผู้ใหญ่

ผู้ใหญ่ที่อายุตั้งแต่ 25-60 ปีขึ้นไปถือว่าเป็นช่วงที่อยู่ในระหว่างวัยทำงาน ปัญหาที่พบส่วนใหญ่มักจะเป็นเรื่องความเครียดเกี่ยวกับหน้าที่การงาน ความขัดแย้งทางความคิด ความเชื่อ หรือชีวิตครอบครัว รวมทั้งสภาพแวดล้อมในชีวิตประจำวันเช่น สภาพการจราจรที่ติดขัด หรือมลภาวะที่อยู่รอบกาย เป็นต้น นักดนตรีบำบัดต้องร่วมกันคิดกับคณะทำงานเพื่อค้นหาถึงสาเหตุของปัญหาที่ทำให้เกิดความเครียดนั้นๆ เพื่อที่จะได้จัดกิจกรรมดนตรีบำบัดได้ถูกทาง

สำหรับผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปนั้น ความเครียดมักเกิดขึ้นจากความกังวลในเรื่องความเจ็บไข้ หรือความวิตกกังวลที่บุตรหลานต้องแยกครอบครัวไปจากตน หรือเกี่ยวกับความมั่นคงของลูกหลาน อาจพบอาการที่ซึมเศร้า เจ็บ เก็บตัว สำหรับผู้ที่มีความพลัดพรากของคู่ชีวิต ความเหงาเพราะขาดเพื่อน หรือไม่มีผู้ดูแลดังเช่นในอดีต อาการที่พบบ่อยในผู้สูงอายุได้แก่อาการหลงลืม อาการย้ำคิดย้ำทำ หรือพูดซ้ำซาก ซึ่บ่น บางคนมีอาการ



รุนแรงจนถึงขั้นที่มีอาการของโรคอัลไซเมอร์ (Alzheimer) ปรากฏด้วย ดังนั้นคณะทำงานด้านดนตรีบำบัดจึงต้องใช้กิจกรรมที่สามารถบำบัดอาการที่ไม่พึงประสงค์ให้ลดน้อยลงได้ เช่น กิจกรรมการฟังเพลงในอดีตที่มีวัตถุประสงค์ให้เตือนความทรงจำของผู้ที่มีอาการหลงลืม ให้สามารถระลึกถึงเนื้อร้อง และทำนองอันเป็นที่โปรดปรานในอดีต เป็นการเรียกความทรงจำกลับมาชั่วขณะหนึ่ง และอาจพัฒนาให้ความทรงจำพัฒนาขึ้นได้เมื่อมีการรักษาร่วมกันกับยาภายใต้การกำกับดูแลโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เป็นต้น

สิ่งที่เน้นย้ำสำหรับการจัดกิจกรรมดนตรีบำบัดก็คือกิจกรรมต่างๆ ควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์ นักกิจกรรมบำบัด และนักดนตรีบำบัด โดยเฉพาะเมื่อแพทย์ได้วินิจฉัยและให้ความเห็นเรื่องอาการของโรคแล้ว นักดนตรีบำบัดจะเป็นบุคคลสำคัญที่มีบทบาทในการดำเนินกิจกรรมดนตรี เพราะมีความเชี่ยวชาญในศาสตร์ด้านดนตรีอย่างลึกซึ้งกว่าผู้อื่น ในขณะที่นักกิจกรรมบำบัดจะมีประสบการณ์และมีความเชี่ยวชาญในการสร้างสรรค์กิจกรรมใหม่ๆ การจัดกิจกรรมหากต้องการให้ได้ผลดีและเป็นที่ยอมรับของผู้เข้ารับบริการบำบัด ควรให้นักจิตวิทยาเข้ามาเป็นผู้ร่วมวางแผนการดำเนินกิจกรรมโดยพิจารณาถึงความพร้อมทางสภาพจิตใจของผู้ร่วมกิจกรรม เพราะหากมีการตัดสินใจทำกิจกรรมที่ผิดพลาดไปอาจเกิดอันตรายแก่ผู้เข้ารับบริการบำบัดได้เช่นกิจกรรมดนตรีบำบัดสำหรับเด็กออทิสติก (Autism) บางประเภทไม่ควรสัมผัสสัมผัสตัวเด็กเพราะเด็กอาจมีความหวาดระแวงและไม่ให้ความร่วมมือ หรืออาจแสดงอาการโกรธและทำลายสิ่งของ ซึ่งจะทำให้เสียทั้งเวลาและทรัพย์สิน และอาจทำให้เด็กมีอาการไม่ปกติเพิ่มขึ้นอีกก็เป็นได้ ดังนั้นการดำเนินงานกิจกรรมดนตรีบำบัดควรมีการพิจารณาร่วมกันระหว่างคณะทำงานแล้วจึงตกลงสร้างกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้กิจกรรมที่ใช้มีประสิทธิภาพต่อการบำบัดมากที่สุด

7.6 แรงจูงใจ

7.6.1. การสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม

การจัดกิจกรรมดนตรีบำบัดจะประสบความสำเร็จหรือไม่ ความร่วมมือของผู้เข้ารับบริการบำบัดเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่ง หากคณะทำงานวางแผนการดำเนินงาน โดยคำนึงถึงวิธีการสร้างแรงจูงใจ ประกอบด้วย ก็จะทำให้ผู้เข้ารับบริการบำบัดมีความพร้อมและเต็มใจให้ความร่วมมือในกิจกรรมเป็นอย่างดี แต่หากไม่ตระหนักถึงเรื่องแรงจูงใจนี้ ก็อาจทำให้ผู้เข้ารับบริการบำบัด ไม่อยากเข้าร่วมกิจกรรม หรือเข้าร่วมกิจกรรมอย่างไม่เต็มใจซึ่งจะส่งผลให้เกิดความไม่พึงพอใจของผู้เข้ารับบริการบำบัดอันจะทำให้เกิดผลร้ายแก่ผู้ที่ต้องฟื้นฟูปฏิบัติกิจกรรม เช่นเกิดความเครียด เกิดอาการชัก เกร็งเพราะโกรธ หรือไม่พอใจ เป็นต้น

ปัจจัยสำคัญในการโน้มน้าวให้ผู้เข้ารับบริการบำบัดมีความสนใจ จำเป็นต้องอาศัย



ทักษะและประสบการณ์ของคณะทำงาน รวมทั้งต้องใช้จิตวิทยาในการจูงใจให้ผู้เข้ารับการบำบัดเห็นความสำคัญว่ากิจกรรมมีประโยชน์อย่างไร การให้คำชมเชย หรือรางวัลก็เป็นส่วนหนึ่งที่สามารถเป็นกำลังใจให้กับผู้ร่วมกิจกรรมได้ ผู้เข้ารับการบำบัดบางรายไม่ชอบที่จะเข้าร่วมกิจกรรมหากู้ว่านั่นคือการบำบัดรักษา แต่หากไม่ทราบว่ามันกำลังได้รับการบำบัดก็จะมีความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ดังนั้นเป็นหน้าที่ของคณะทำงานคนตรีบำบัดว่าจะมีกลวิธีอย่างไรที่จะทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดรู้สึกมีความสุขโดยที่ไม่ทราบว่ากำลังได้รับการบำบัดอยู่ ดังนั้นในการวางแผนกิจกรรมคนตรีบำบัดทุกครั้งจึงควรคำนึงถึงการสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นสำคัญด้วย

7.6.2. การสนับสนุนอาชีพนักคนตรีบำบัด

เมื่อกล่าวถึงแรงจูงใจสำหรับผู้เข้ารับการบำบัดแล้ว สิ่งที่เป็นไม่แพ้กันก็คือ แรงจูงใจที่จะทำให้มีการผลิตบุคลากรด้านนี้เพิ่มขึ้นในสังคมไทย ซึ่งเป็นที่ทราบกันอยู่ว่าปัจจุบันงานด้านคนตรีบำบัดยังไม่อยู่ในระบบวิชาชีพที่เป็นมาตรฐาน กล่าวคือไม่มีหลักสูตรการเรียนการสอนที่มุ่งผลิตนักคนตรีบำบัดโดยตรง ผู้ที่ทำหน้าที่ในการทำกิจกรรมคนตรีบำบัด มิได้มีความรู้พื้นฐานที่เป็นบริบทในองค์ความรู้ด้านคนตรีบำบัด ไม่มีการรับรองมาตรฐานงานด้านนี้แต่อย่างใด ดังนั้นการสร้างหลักสูตร การอบรมด้านปฏิบัติการ การสร้างองค์ความรู้ และการสร้างมาตรฐานวิชาชีพด้านคนตรีบำบัดจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องเร่งดำเนินการเพื่อเป็นแรงจูงใจให้ผู้สนใจที่จะทำงานด้านคนตรีบำบัดเพิ่มขึ้น ซึ่งหากมีผู้สนใจที่จะประกอบอาชีพนักคนตรีบำบัดมากขึ้นก็จะเป็นประโยชน์ต่อการช่วยบำบัดฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยและช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิตให้กับคนในสังคม โดยใช้วิธีการด้านคนตรีบำบัดนี้ต่อไป

สิ่งที่ต้องเตรียมการเพื่อรองรับวิชาชีพนักคนตรีบำบัดในอนาคตก็คือการพิจารณาเรื่องสวัสดิการของบุคคลที่ใช้บริการด้านนี้ เช่น ผู้ทำประกันชีวิต หรืออุบัติเหตุ อาจได้รับการดูแลจากบริษัทประกันชีวิตในการช่วยจ่ายค่าใช้บริการด้านนี้ ดังเช่นที่ปฏิบัติกันในประเทศสหรัฐอเมริกา

การใช้บริการคนตรีบำบัดในประเทศสหรัฐอเมริกา นั้น ได้รับการยอมรับว่า เป็นส่วนหนึ่งของสวัสดิการสังคมตั้งแต่ปี พ.ศ.2538 (ค.ศ.1999) ผู้ที่เข้ารับบริการกับนักคนตรีบำบัดสามารถที่จะได้รับเงินค่ารักษาพยาบาลคืนจากรัฐบาล หรือบริษัทประกันชีวิต แต่ต้องมีลักษณะการรักษา ดังต่อไปนี้

1. ต้องถูกกำหนดให้รักษาโดยแพทย์
2. ต้องเป็นการรักษาโรคเฉพาะ หรือการบาดเจ็บ
3. ต้องมีเป้าหมายชัดเจนและมีการวางแผนการรักษาปรากฏ



4. เป้าหมายของการรักษาต้องเป็นไปเพื่อให้เกิดพัฒนาการที่ดีขึ้นมิใช่เพียงการรักษา เพื่อให้คงสถานะความเจ็บป่วยไว้ระดับหนึ่งอย่างไม่มีการพัฒนา

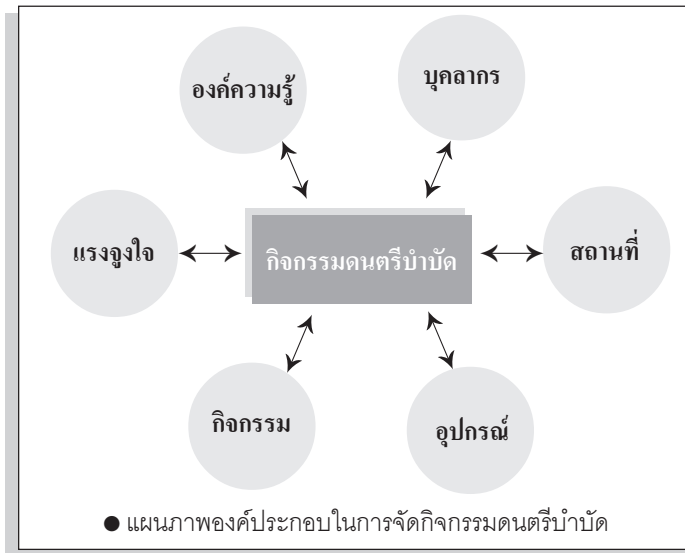
การประกันประกันสุขภาพ หรือสวัสดิการในด้านดนตรีบำบัด จะมีความแตกต่างกันไปในแต่ละเมือง นักดนตรีบำบัดบางคนสามารถสมัครเป็นผู้ให้การรักษาประจำหน่วยงานของเมือง ซึ่งผู้ที่อยู่ในท้องถิ่นนั้น สามารถเข้ารับการรักษาได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย เพราะเป็นการให้บริการของชุมชน หรือเป็นกิจกรรมเพื่อฟื้นฟู หรือพัฒนาสุขภาพของคนในชุมชนนั้น ตัวอย่างเช่น ในรัฐแอริโซนา (Arizona) ดนตรีบำบัดเป็นสวัสดิการให้แก่ผู้ที่ต้องการได้รับการฟื้นฟูสภาพให้ดีขึ้น โดยทั่วไปนั้นเน้นการให้บริการฟื้นฟูสภาพทางอารมณ์และจิตใจ รวมไปถึงการเข้าสังคม ในรัฐมินนิโซตา (Minnesota) มิชิแกน (Michigan) และอินดีแอนา (Indiana) นักดนตรีบำบัดจะต้องจดทะเบียนเป็นนักดนตรีบำบัดจึงจะมีสิทธิให้บริการแก่ประชาชนในรัฐนี้ การใช้นักดนตรีบำบัดจะเน้นไปที่การให้การบำบัดแก่ผู้พิการทางสมอง และผู้พิการที่สามารถฟื้นฟูสภาพได้ และโดยเฉพาะการให้บริการกับเด็กพิการที่อยู่ในระยะได้รับการฟื้นฟูสภาพ จะสามารถเข้ารับการรักษา ด้วยวิธีดนตรีบำบัดโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

ในด้านกรประกันสุขภาพกับบริษัทเอกชนนั้น AMTA ได้แจ้งว่าขณะนี้ประมาณร้อยละ 20 ของนักดนตรีบำบัดในอเมริกาได้รับค่าตอบแทนในการให้บริการจากผู้เข้ารับการรักษา โดยผู้ที่เข้ารับการรักษาสามารถรับเงินทดแทนจากบริษัทประกันได้

บริษัทประกันสุขภาพหลายบริษัทต่างเสนอบริการด้านดนตรีบำบัดว่าเป็นบริการที่ผู้ทำประกันสามารถเข้ารับบริการโดยบริษัทเป็นผู้จ่ายเงินคืนให้ และการให้บริการเช่นนี้กำลังได้รับความนิยมมาก ตัวอย่างชื่อบริษัทประกันสุขภาพที่ให้บริการครอบคลุมถึงการรักษาด้วยดนตรีบำบัดได้แก่บริษัท Blue Cron/Blue Shield บริษัท Humana บริษัท Great West Life บริษัท Metropolitan บริษัทเหล่านี้จะพิจารณาคืนค่าตอบแทนนักดนตรีบำบัดให้แก่ผู้ที่ใช้บริการเป็นกรณีไปขึ้นอยู่กับความจำเป็นและความเหมาะสมของอาการของโรค

หากมีการสร้างแรงจูงใจโดยมีกฎหมายรองรับการบำบัดด้วยดนตรี และมีผลให้เกิดการเบิกค่าใช้จ่ายในการเข้ารับการรักษาในลักษณะที่เป็นสวัสดิการส่วนหนึ่งของสังคมแล้ว ก็น่าที่จะทำให้การให้บริการด้านดนตรีบำบัดได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง

ในขณะที่เดียวกันหลังจากที่ประเทศไทยมีการผลิตนักดนตรีบำบัดเกิดขึ้น รัฐบาลก็ควรพิจารณาในการขยายงานเพื่อรองรับผู้ที่จบการศึกษาทางด้านนี้ให้มีตำแหน่งงานด้านนักดนตรีบำบัดรองรับและควรมีการพิจารณาให้นักดนตรีบำบัดเป็นสวัสดิการเช่นการรักษาโรคต่างๆ เพื่อทำให้เกิดแรงจูงใจแก่ทั้งนักดนตรีบำบัดเอง และผู้ใช้บริการเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในการพัฒนางานด้านนี้อย่างครบวงจรต่อไป



จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบในการสร้างกิจกรรมดนตรีบำบัดที่กล่าวมาทั้ง 6 ประการมีความสำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งในงานด้านดนตรีบำบัด หากได้มีการดำเนินการให้ถูกต้องและสร้างความสมบูรณ์ให้แก่องค์ประกอบดังกล่าวแล้ว กิจกรรมดนตรีบำบัดก็จะสามารถเป็นทางเลือกส่วนหนึ่งในการบำบัดเพื่อช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของคนที่มีปัญหาทั้งทางร่างกายหรือทางจิตใจได้ แม้ผู้ที่มีสภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ก็สามารถนำดนตรีมาใช้เพื่อช่วยบำบัดเพื่อบรรเทาความเครียดในชีวิตประจำวันได้เช่นกัน

สรุปท้ายเล่ม

ดนตรีบำบัดเกิดขึ้นโดยมนุษย์ เพื่อตอบสนองของความต้องการในการช่วยผ่อนคลายสภาวะที่ไม่เป็นปกติทางด้านร่างกายและจิตใจ นับจากการประกอบพิธีกรรมตามความเชื่อด้านดนตรีบำบัดแต่โบราณซึ่งมีสิ่งเหนือธรรมชาติเข้ามาเกี่ยวข้อง ต่อมาการร้องบรรเลงดนตรีเพื่อความเพลิดเพลินและผ่อนคลายสำหรับผู้ที่ย่ำแย่หลังสงครามได้กลายเป็นกิจกรรมที่ได้รับความสนใจในแวดวงของการแพทย์แผนปัจจุบัน หลังจากนั้นจึงเกิดเป็นหลักสูตรการศึกษา อบรม ด้านดนตรีบำบัด จนกระทั่งได้สร้างนักดนตรีบำบัดขึ้นมาใช้สังคมเป็นจำนวนมาก โดยเริ่มจากประเทศในซีกโลกตะวันตก และแนวความคิดในการสร้างนักดนตรีบำบัดนี้ต่อมาก็ได้รับการยอมรับและเผยแพร่ไปในหลายประเทศ แม้มาตรฐานการใช้ดนตรีบำบัดจะมีความแตกต่างกันไป แต่โดยวัตถุประสงค์แล้วมีความสอดคล้องกัน คือการใช้ดนตรีเพื่อช่วยในการบำบัดสภาวะที่ไม่ปกติทั้งทางร่างกายและจิตใจ



ประโยชน์ของดนตรีบำบัดมีหลากหลายประการขึ้นอยู่กับโอกาสที่นำไปใช้ เช่นการใช้ดนตรีบำบัดในโรงพยาบาล สามารถช่วยบรรเทาความกังวลต่อความเจ็บปวด อาจใช้ควบคู่ไปกับการใช้ยาบรรเทาปวด หรือการวางยาสลบ ช่วยลดความตึงเครียด และยังช่วยในการฟื้นฟูสภาพร่างกาย และอารมณ์ของผู้ป่วยระยะพักฟื้น ทำให้สงบและนอนหลับ ช่วยลดความกลัว ช่วยในการคลายตัวของกล้ามเนื้อ รวมทั้งยังช่วยกระตุ้นระบบการทำงานของสมองได้ การจัดกิจกรรมดนตรีบำบัดในโรงพยาบาลจึงเป็นประโยชน์แก่ทั้งคนป่วย และบุคลากรของโรงพยาบาล เพราะนอกจากจะช่วยฟื้นฟูสภาพอาการของโรค และสภาพจิตใจให้แก่ผู้ป่วยได้แล้ว ยังสามารถช่วยให้ผู้ที่เป็นบุคลากรของโรงพยาบาล ทั้งคณะแพทย์และพยาบาลได้มีโอกาสใช้กิจกรรมดนตรีเพื่อช่วยในการผ่อนคลายจากงานประจำอีกด้วย ส่วนการใช้กิจกรรมดนตรีในสถานสงเคราะห์คนชรา ก็สามารถเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ เนื่องจากกิจกรรมดนตรีช่วยให้เกิดการสัมผัสของร่างกาย สมอง อารมณ์และการเข้าสังคม ดนตรีที่มีเนื้อร้องสมัยอดีตอาจช่วยเตือนความจำแก่ผู้สูงอายุที่เริ่มมีอาการหลงลืมได้ นอกจากนี้ นักดนตรีบำบัดสามารถช่วยจัดกิจกรรมดนตรีเพื่อกระตุ้นนักเรียนที่มีปัญหาในการเรียนรู้และดนตรียังช่วยปรับพฤติกรรมในการเข้าสังคมของผู้ที่มีภาวะต่อต้านสังคม ซึมเศร้า หรือมีปัญหาในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งใช้ประกอบการออกกำลังกาย ให้เกิดการตื่นตัว ปรับอารมณ์ความรู้สึก ให้กระชุ่มกระชวย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินกิจกรรมประจำวันของนักเรียน การใช้ดนตรีบำบัดยังสามารถทำได้ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน หรือใช้กับผู้ต้องขัง รวมทั้งใช้เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายแก่ผู้ที่เป็นโรคร้ายเช่น เอดส์ หรือกลุ่มผู้ต้องการเลิกยาเสพติดได้เป็นอย่างดี และข้อสำคัญคือในผู้ที่มีภาวะเป็นปกตินั้นก็สามารใช้ดนตรีเพื่อการผ่อนคลาย หรือเพื่อปรับอารมณ์ ความรู้สึกให้จิตใจมีความสมดุลกับร่างกายที่เป็นปกตินั้นได้ด้วยตนเองในแต่ละวัน

การจะใช้ดนตรีประเภทใดในการทำกิจกรรมดนตรีบำบัดนั้น ควรสำรวจรสนิยมของการฟังเพลงของแต่ละบุคคลด้วย เพื่อหลีกเลี่ยงความผิดพลาดในการจัดเพลงที่ไม่ถูกใจซึ่งจะเป็นการสร้างความทุกข์ทรมานให้ผู้เข้ารับการบำบัดที่ต้องทนอยู่ในท่ามกลางเสียงดนตรีที่ตนไม่ชอบ อันอาจทำให้เกิดอารมณ์หงุดหงิด หรือไม่ให้ความร่วมมือในการบำบัดได้

การจะเป็นนักดนตรีบำบัดที่ดีต้องมีความเข้าใจทั้งทฤษฎีและการปฏิบัติ ต้องรู้จักหลักวิธีการใช้ และการสร้างความสมบูรณ์ในองค์ประกอบดนตรีบำบัดทุกส่วนได้เป็นอย่างดี จึงจะทำให้สถานภาพของนักดนตรีบำบัด และงานด้านดนตรีบำบัดเป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวาง และสามารถรับใช้สังคมได้เป็นอย่างดีในอนาคต



ข้อเสนอแนะ

ดนตรีบำบัดเป็นองค์ความรู้ที่ค่อนข้างใหม่ในประเทศไทย (ณ ปีพ.ศ. 2551 นี้) และยังไม่มียุทธศาสตร์ที่เปิดสอนเป็นวิชาเอกเพื่อผลิตนักดนตรีบำบัดดังเช่นหลักสูตรดนตรีบำบัดของประเทศตะวันตก ดังนั้นหากรัฐบาลสนับสนุนให้มีการสร้างองค์ความรู้ด้านนี้ ตลอดจนจูงใจให้มีการทำวิจัยอย่างจริงจังเพื่อนำเอาผลการทดลองมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในวงการแพทย์รวมทั้งจัดให้มีการเรียนการสอน การอบรมที่ได้มาตรฐานตามหลักดนตรีบำบัดอย่างสากลครอบคลุมไปถึงการประกอบอาชีพ การออกแบบประกอบโรคศิลป์เช่นเดียวกับวิชาชีพทางการแพทย์ พยาบาล หรือนักจิตวิทยา ก็จะทำให้เกิดนักดนตรีบำบัดที่มีคุณภาพขึ้น และสังคมไทยจะได้ใช้ประโยชน์จากดนตรีบำบัดนี้อย่างแท้จริง

อีกหนึ่งข้อเสนอนี้เป็นเพียงการรวบรวมองค์ความรู้ในด้านดนตรีบำบัดให้ปรากฏไว้เป็นแหล่งอ้างอิง เพื่อประโยชน์ในการเริ่มต้นเตรียมความพร้อมที่จะพัฒนาความรู้ในด้านนี้ให้มีความสมบูรณ์มากขึ้นจนกระทั่งสามารถสร้างนักดนตรีบำบัดให้เกิดขึ้นในประเทศไทยได้ต่อไป ดังนั้นผู้ที่สนใจงานทางด้านนี้จึงควรร่วมมือกันเพื่อทำการศึกษาและวิจัยเพิ่มเติม และควรช่วยกันสนับสนุนให้เกิดหลักสูตรดนตรีบำบัดขึ้น เพื่อให้งานด้านนี้ได้รับการยอมรับเป็นอาชีพที่เป็นประโยชน์แก่คนในสังคมไทยต่อไป

