การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ

Development of Non-Toxic Printmaking Activity Package to Promote Well-being for Elderly People

กิตติ์นิธิ เกตุแก้ว[1] และโสมฉาย บุญญานันต์[2]
Kitnithi Katkaew and Soamshine Boonyananta

Received: July 22, 2020
Revised: September 30, 2022
Accepted: October 24, 2022

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาลักษณะของกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ และ 2) สร้างชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการวิจัยและพัฒนาโดยการทบทวนเอกสาร ที่เกี่ยวข้อง และเก็บข้อมูลเชิงลึก โดยการสัมภาษณ์ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาพัฒนาเป็นชุดกิจกรรม โดยนำชุดกิจกรรมไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60-79 ปี ที่ยังมีร่างกายแข็งแรง สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่กรุงเทพฯ และปริมณฑล จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย 1) แบบสัมภาษณ์ สำหรับอาจารย์ระดับอุดมศึกษาที่สอนวิชาภาพพิมพ์ ศิลปินภาพพิมพ์ ผู้จัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ผู้อำนวยการสถานสงเคราะห์คนชรา ผู้ดูแลผู้สูงอายุ 2) แบบสอบถามสำหรับผู้สูงอายุ 3) แบบสัมภาษณ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยนำมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัย พบว่า 1) ลักษณะของกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีแบบแผนที่เป็นขั้นเป็นตอนชัดเจน ผู้จัด

[1-2] คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; Faculty of Education, Chulalongkorn University
Corresponding author, e-mail: Kitnithi.k@gmail.com, Tel. 086-0212059

กิจกรรมควรเตรียมทั้งแม่พิมพ์ที่ให้ผู้สูงอายุสามารถใช้สร้างสรรค์เองได้ และแม่พิมพ์ที่พร้อมใช้งาน การร่วมกิจกรรมต้องเกิดจากความสมัครใจของผู้สูงอายุ และผู้จัดกิจกรรมต้องดูแลอย่างใกล้ชิดเพื่อความปลอดภัย และ 2) ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย 5 กิจกรรม ได้แก่ 1) ทำสีพิมพ์ 2) พิมพ์ภาพด้วยการพับ 3) พิมพ์ภาพด้วยกระดาษลัง 4) พิมพ์ภาพผ่านช่องฉลุ 5) พิมพ์ภาพผ่านร่องลึก ผลการประเมินสุขภาวะของผู้สูงอายุหลังทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษ มีค่าเฉลี่ยในระดับดีมาก (3.32) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (0.19) และมีความเห็นว่ากิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์มีความเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยในระดับดีมาก (3.56) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (0.22)

คำสำคัญ: ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์, ภาพพิมพ์ปลอดสารพิษ, สุขภาวะ, ผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research article were 1) to study the characteristics of non-toxic printmaking activities suitable for the elderly; and 2) to create an appropriate non-toxic printmaking activity set for the elderly. It was a research and development by reviewing related documents and in-depth Interview. Then, the acquired data was developed into a set of activities. The activity set was used to try on the elderly group aged between 60-79 years. The samples were 20 people who were still physically healthy able to help themselves residing in Bangkok and its vicinity. The tools used consisted of 1) an interview form for university teachers teaching graphic arts, printmaking artists, organizers of recreational activities for the elderly, directors of nursing home, and elderly caregivers; 2) a questionnaire for the elderly; 3) an interview form for the elderly by analyzing percentage, mean and standard deviation. The results of the research were as follows: 1) characteristics of non-toxic printmaking activities to promote appropriate well-being for the elderly. There should be a clear step-by-step pattern. The organizers of the activity should prepare both molds that the elderly can use to create by themselves and ready-to-use molds. Participation in activities must be voluntary for the elderly. Activity organizers must closely supervise safety; and 2) a set of non-toxic printmaking

activities to promote appropriate well-being for the developed elderly consisted of 5 activities, namely 1) making color for printing; 2) printing pictures by fold; 3) printing the image with cardboard; 4) printing the image through the perforation; 5) printing the image through the slit. The results of health assessment of the elderly after non-toxic printmaking activities were very good average (3.32), the standard deviation (0.19), and they were of the view that printmaking activities were appropriate, very good mean (3.56) and standard deviation (0.22).

Keywords: Print Art Activity Set, Non-Toxic Prints, Well-Being, Elderly

บทนำ

ในปัจจุบันจำนวนประชากรของประเทศไทย มีอัตราการเกิดที่น้อยลง และผู้คนมีอายุยืนขึ้น ส่งผลให้ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยทั่วไปแล้วผู้สูงอายุมักมีความกังวลต่อการเปลี่ยนผ่านของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เนื่องจากการเสื่อมสมรรถภาพตามอายุที่มากขึ้น รวมไปถึงความเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564) ปัจจัยเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นสาเหตุ ที่ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต มีการปรับเปลี่ยนบทบาทในการดำเนินชีวิตใหม่ ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุ ต้องเผชิญอย่างเลี่ยงไม่ได้ ทั้งความเปลี่ยนแปลงบทบาทในการดูแลสุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในการเรียนรู้สิ่งใหม่ โดยสิ่งเหล่านี้จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล (เศรษฐภูมิ เถาชารี และคณะ, 2562) นอกจากนี้ยังขาดโอกาสในการส่งเสริมให้สามารถพึ่งตนเอง เกิดจากความเคยชินกับการเป็นผู้รับบริการจากภาครัฐ ทำให้เกิดความรู้สึก ว่าตนกลายเป็นผู้คอยพึ่งพา และยังขาดความรู้ในการปฏิบัติตนหรือถึงมีความรู้ก็เป็นความรู้ที่ไม่ถูกต้อง ประกอบกับสถาบันครอบครัว เครือญาติ และเพื่อนบ้านในชุมชนยังขาดปัจจัยที่สำคัญในการให้ความสำคัญของบทบาทผู้สูงอายุ รวมไปถึงบทบาทของครอบครัวและชุมชนต่อการสอดส่องดูแล ซึ่งจะต้องปรับวิธีคิด ทัศนคติ และเวลาให้เหมาะสม รวมไปถึงการมีส่วนร่วมในการดูแล เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม สติปัญญา เพื่อปรับวิถีการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับการอยู่ในสังคมปัจจุบันได้อย่างมีความสุข และมีกำลังใจในการดำรงชีวิตต่อไป เพราะผู้สูงอายุจะเกิดความภาคภูมิใจที่สามารถทำประโยชน์ให้กับลูกหลานมากกว่ารู้สึกว่าเป็นภาระที่ลูกหลานต้องเลี้ยงดู (วาทินี บุญชะลักษี และยุพิน วรสิริอมร, 2539)

ทั้งนี้กิจกรรมศิลปะสามารถนำมาเป็นสื่อในการส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุได้ อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากศิลปะเป็นสิ่งสวยงามอันสามารถกล่อมเกลาอารมณ์และจิตใจให้อ่อนโยนไม่หยาบกร้านได้ ศิลปะจึงกลายเป็นพื้นฐานทางศีลธรรมเป็นเหตุให้มนุษย์สร้างสรรค์ศิลปะก่อให้เกิดประโยชน์สำหรับผู้อื่นและตนเองได้ทั้ง 1) ให้ความเพลิดเพลิน ศิลปะทุกแขนงต่างให้ความเพลิดเพลินทั้งแก่ผู้สร้างสรรค์และผู้ชื่นชมผลงานศิลปะ 2) ให้ความปิติยินดี แม้จะเกิดขึ้นชั่วขณะหนึ่งแล้วสลายไป เมื่อเรารับรู้สิ่งใหม่เข้ามาเกิดเป็นภาวะที่มีคุณค่าต่อจิตใจ เพราะความอิ่มเอมใจ ปลื้มใจ ซึ่งเกิดจากการรับรู้ความสามารถของผู้อื่น เป็นความไม่เห็นแก่ตัว ไม่อิจฉาไม่ริษยา เป็นผลให้มีสุขภาพจิตและกายดีไปด้วย 3) ให้ความภาคภูมิใจกับผู้สร้างสรรค์ งานดีย่อมได้รับการยกย่องสรรเสริญและชมเชยจากสังคม ผู้สร้างสรรค์ย่อมเกิดความภูมิใจความภูมิใจนี้เองเป็นบรรทัดฐานควบคุมการสร้างสรรค์ผลงานของศิลปิน เพื่อความภูมิใจครั้งต่อไปอีก 4) ให้ความสะดวกสบาย คือการนำศิลปะมาใช้โดยประยุกต์ให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมประจำวันให้เกิดประโยชน์ ใช้สอยและมีความงามมีความสะดวกสบายเมื่อใช้สอย 5) ให้ผลทางเศรษฐกิจ ศิลปะทุกสาขาใช้สร้างสรรค์ประกอบเป็นอาชีพได้ โดยอาศัยการผลิตเป็นสินค้าเพื่อขายหรือแลกเปลี่ยนหรือค่าตอบแทนในการแสดง 6) ให้ความรู้ด้านข่าวสารข้อมูลการสร้างสรรค์ศิลปะ แม้จะโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจบันทึกหรือสื่อความหมายเลยก็ตาม ผลงานศิลปะแต่ละยุคสมัยก็สามารถสะท้อนความเจริญ ความเสื่อมถอย ความเชื่อ ค่านิยม ความสามารถและสติปัญญาในคนรุ่นอื่นหรือสังคมอื่นได้ นอกเหนือไปจากการบันทึกด้วยอักษร (ประสพ ลี้เหมือดภัย, 2543)

การทำกิจกรรมศิลปะจะได้ประสบการณ์เชิงสุนทรียะทั้งประสบการณ์ตรงและประสบการณ์รองกล่าวคือ การที่ผู้สนใจงานศิลปะได้เรียนรู้เทียบเคียงองค์ประกอบของศิลปะแขนงต่าง ๆ ได้จะทำให้เกิดความเข้าใจศิลปะนั้นได้อย่างลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะศิลปะที่เป็นนามธรรมและไม่มีรูปร่างรูปทรง เมื่อได้คุ้นเคยและมีความเข้าใจในงานทัศนศิลป์จะทำให้เกิดจินตนาการได้โดยง่ายและไม่มีขีดจำกัด อย่างเช่นการได้ฟังเพลงที่ผู้ประพันธ์ต้องแสดงบรรยากาศของท้องทุ่ง ผู้ฟังก็สามารถจินตนาการนึกภาพในใจถึงท้องทุ่งได้ไม่จำกัด อาจจะเป็นการประทับใจจากการได้เห็นท้องทุ่งที่สวยงามด้วยตัวเอง หรืออาจจะเป็นท้องทุ่งจากภาพประทับใจของศิลปินท่านใดท่านหนึ่งก็ได้ หรือในทางกลับกันการที่มองภาพอันสวยงามที่เป็นผลงานของศิลปินเอกก็สามารถนำความประทับใจนั้นมาแสดงออกเป็นเสียงเพลงและบทกวีได้ เพราะภาพเขียนหรืองานทัศนศิลป์ต่าง ๆ ไม่ใช่เป็นเพียงรูปทรงแต่มีทั้งเรื่องราวและจิตวิญญาณของศิลปินแฝงอยู่ในผลงานนั้น ๆ (ณัฐชนน มิคะนุช และคณะ, 2555) และประสบการณ์ศิลปะจะทำให้จิตใจคนอ่อนโยน ต่อให้จะมีอายุมากถึงวัยสูงอายุก็ไม่เป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมศิลปะ นอกจากจะให้ความสนุกสนานเพลิดเพลินที่

ส่งผลดีด้านจิตใจหรืออาจมีอุปสรรคอยู่บ้างในวัยสูงอายุ เช่น อาจมีอาการมือสั่น ซึ่งอาการเหล่านี้ก็สามารถสร้างสรรค์ผลงานศิลปะให้มีความสวยงามได้ไม่ต่างจากคนปกติ โดยเปลี่ยนจากอุปสรรคหรือปัญหาในวัยสูงอายุให้เป็นพรสวรรค์ในการสร้างสรรค์งานที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ซึ่งผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมทำกิจกรรมศิลปะได้อย่างกระตือรือร้น และเมื่อมีผลงานที่สร้างสรรค์สำเร็จออกมาได้ด้วยตนเอง จะก่อให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ ในการทำกิจกรรมศิลปะบางครั้งผู้สูงอายุอาจมีอาการมือสั่น โดยผลงานที่ได้สร้างสรรค์ออกมาอาจเรียกได้ว่าเป็นความสวยงามแบบอาการมือสั่น ซึ่งจะสะท้อนให้เห็นถึงความบริสุทธิ์ของศิลปะที่ไม่จำเป็นต้องอยู่ในกรอบเสมอไป ผลงานสร้างสรรค์ที่ได้ถือว่าเป็นสิ่งงดงามที่สะท้อนออกมาจากความตั้งใจของผู้สูงอายุเอง ภายใต้ความสามารถของร่างกายที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้ และที่สำคัญยังสื่อให้เห็นถึงความตรงไปตรงมาของห้วงอารมณ์จินตนาการ แนวคิดของผู้สูงอายุในขณะนั้นได้เป็นอย่างดี (ชลิต นาคพะวัน, 2561) โดยกิจกรรมที่นิยมนำมาใช้ประกอบด้วย กิจกรรมวาดภาพระบายสี ปั้น กิจกรรมศิลปะประดิษฐ์ อย่างไรก็ตามเป็นที่น่าสังเกตว่ากิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ ยังไม่เป็นที่นิยมนำมาสร้างสรรค์ เป็นกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุทั้งที่มีจุดเด่นของลักษณะกิจกรรมที่เหมาะจะนำมาใช้กับผู้สูงอายุ เช่น การเป็นกิจกรรมที่ทำง่าย ไม่จำเป็นต้องมีทักษะพื้นฐานทางศิลปะ กระบวนการในการทำงานไม่ซับซ้อน สามารถทำซ้ำได้ กระบวนการในการทำภาพพิมพ์จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้ใช้งานกล้ามเนื้อมัดเล็ก ซึ่งเป็นคุณลักษณะพิเศษของกิจกรรมที่สอดคล้องต่อการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ศิลปะภาพพิมพ์มีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากศิลปะประเภทอื่น เนื่องจากการสร้างผลงานภาพพิมพ์ ต้องสร้างแม่พิมพ์ขึ้นมาเป็นสื่อก่อนแล้วจึงผ่านกระบวนการพิมพ์ เพื่อถ่ายทอดออกมาเป็นผลงานตามที่ต้องการ โดยกรรมวิธีในการสร้างผลงานด้วยการพิมพ์นั้นสามารถสร้างผลงานต้นแบบที่เหมือนกันได้หลายชิ้น (White, L. M., 2002) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของศิลปะภาพพิมพ์ดังนี้ 1) มีขั้นตอนการทำงานชัดเจนง่ายต่อการทำความเข้าใจ ได้ฝึกการทำงานอย่างเป็นระบบ 2) สามารถทดลองนำวัสดุใหม่ ๆ หรือหาได้ง่ายรอบตัวมาสร้างสรรค์ผลงานได้ 3) ได้ฝึกการควบคุมอุปกรณ์ 4) สามารถประยุกต์ให้ง่ายสำหรับบุคคลที่ไม่มีพื้นฐาน 5) สามารถสร้างสรรค์ใหม่หรือทำซ้ำได้ 6) บางกระบวนการไม่ต้องอาศัยทักษะการวาด 7) สามารถสร้างสรรค์ผลงานให้มีความสวยงามและนำไปใช้ประโยชน์ได้ 8) พัฒนาทักษะการคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทักษะการแก้ปัญหา 9) ได้เห็นแนวทางหรือวิธีการใหม่ที่สามารถนำไปพัฒนาต่อยอดตามศักยภาพของตน แต่การจะนำกิจกรรมภาพพิมพ์มาใช้กับผู้สูงอายุนั้นยังมีปัญหาและอุปสรรคอยู่หลายอย่าง เช่น วัสดุอุปกรณ์ที่หาได้ยากต้องสั่งทำขึ้นเฉพาะพิเศษหรือต้องนำเข้าจากต่างประเทศ บางชนิดเป็นครุภัณฑ์ที่มีราคาแพงเกินกว่าจะมีไว้ใช้เอง เช่น แท่นพิมพ์สำหรับแม่พิมพ์โลหะและแม่พิมพ์หิน กระบวนการบางขั้นตอนมีความ

ซับซ้อนสูง ต้องใช้เวลาอย่างมาก เพื่อฝึกฝนให้เกิดทักษะความชำนาญ สิ่งที่สำคัญคือความเสี่ยงจากการสัมผัสและสูดดมไอระเหยของสีหรือสารพิษและน้ำมันชนิดต่าง ๆ ที่ใช้ในการปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง จนมีโอกาสสะสมเข้าสู่ร่างกายและมีผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจ ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพในระยะยาว (ธงชัย ยุคันตพรพงษ์, 2551) จึงจำเป็นต้องนำมาประยุกต์เพื่อให้เข้ากับบริบทของผู้สูงอายุ ให้เป็นกิจกรรมที่มีกระบวนไม่ยุ่งยาก ไม่ซับซ้อน สามารถใช้วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่สามารถหาได้จากท้องถิ่นและปลอดสารพิษ เสริมสร้างสมาธิ ความอดทน ลดความเครียด ความว้าวุ่น ความวิตกกังวล นอกจากนี้จะทำให้ได้สัมผัสกับธรรมชาติและสิ่งรอบตัว รวมทั้งวิธีการทำภาพพิมพ์ออแกนิก โดยใช้สีธรรมชาติที่ผลิตจาก ดอก ใบ ผล ราก เปลือก แก่น รวมทั้งส่วนอื่น ๆ ของพืชพรรณสามารถใช้ได้ทุกส่วนเพียงแต่ต้องผ่านการทดลองก่อน และยังสามารถลดค่าใช้จ่ายด้านวัสดุอุปกรณ์ได้โดยกระบวนการที่ไม่ต้องใช้แท่นพิมพ์ ซึ่งสามารถสร้างแม่พิมพ์จากวัสดุที่หาได้ในชีวิตประจำวัน เช่น เจลาติน กระดาษ แผ่นซีดี แผ่นพลาสติก ฟองน้ำ ฟองสบู่ กาว โฟม ฯลฯ (ญาณวิทย์ กุญแจทอง, 2548; ชญตว์ อินทร์ชา, 2561; วาสินี สุขแล้ว, 2558) จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องข้างต้นจึงนำมาสู่แนวคิดในการวิจัยเพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะให้แก่ผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาลักษณะของกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

2. เพื่อสร้างชุดกิจกรรมของกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) โดยกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาแนวทาง คือ อาจารย์ระดับอุดมศึกษาที่สอนวิชาภาพพิมพ์ ที่มีประสบการณ์ในสอนมากกว่า 5 ปี จำนวน 3 คน ศิลปินภาพพิมพ์ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานมากกว่า 5 ปี จำนวน 3 คน ผู้จัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานมากกว่า 5 ปี จำนวน 3 คน ผู้อำนวยการสถานสงเคราะห์คนชรา จำนวน 1 คน ผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 2 คน และกลุ่มตัวอย่างในการทดลองใช้กิจกรรม คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60-79 ปี โดยใช้เกณฑ์ลักษณะทางชีวจิตสังคมของผู้สูงอายุ ที่ยังมีร่างกายแข็งแรง สามารถช่วยเหลือตนเองได้ โดยไม่จำแนกเพศใน

เขตพื้นที่กรุงเทพฯ และปริมณฑล โดยการประกาศรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจและสมัครใจ และมีคุณสมบัติครบถ้วนตามเงื่อนไขที่กำหนดไว้ จำนวน 20 คน โดยแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะดังนี้

ระยะที่ 1 ศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การสัมภาษณ์ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะภาพพิมพ์ ด้านการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ด้านการดูแลผู้สูงอายุ เพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการสร้างชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ สร้างจากกรอบแนวคิดที่มีข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ รูปแบบการ สอน วิธีการสอน การนำไปประยุกต์ใช้ ซึ่งจะใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการและมีลักษณะเจาะลึก (In Depth Interview) เป็นการสนทนาแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi Structured Conversation) และลักษณะคำถามแบบปลายเปิด โดยได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 2 สังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์และศิลปกรรมศาสตร์ เลขที่อนุมัติ 002/2564

ระยะที่ 2 การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยการนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ จากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาแนวทางมาวิเคราะห์เพื่อสร้างเป็นชุด กิจกรรมภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยเป็นกิจกรรมที่มีกระบวนไม่ซับซ้อน สามารถใช้วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่สามารถหาได้จากท้องถิ่นและปลอดสารพิษ และยังคงรักษากรรมวิธีการพิมพ์ของผลงานภาพพิมพ์ โดยได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 2 สังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์และศิลปกรรมศาสตร์ เลขที่อนุมัติ 213/2565

ผู้วิจัยได้พัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุขึ้นมีทั้งหมด 5 กิจกรรม ได้แก่ 1) ทำสีพิมพ์ 2) พิมพ์ภาพด้วยการพับ 3) พิมพ์ภาพด้วยกระดาษลัง 4) พิมพ์ภาพผ่านช่องฉลุ 5) พิมพ์ภาพผ่านร่องลึก ซึ่งมีการประยุกต์ใช้หลักการของการทำภาพพิมพ์แบบปลอดสารพิษ (Non-toxic Printmaking) ลดทอนขั้นตอนที่ซับซ้อนของศิลปะภาพพิมพ์ ไม่ใช้แท่นพิมพ์ สามารถทำเป็นจำนวนพิมพ์หรือไม่ก็ได้ ใช้วัสดุอุปกรณ์ที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น เป็นทั้งวัสดุธรรมชาติ วัสดุสังเคราะห์ มีราคาถูก ใช้แรงในการทำกิจกรรมไม่มาก ไม่ต้องนั่งหรือยืนนาน ๆ ได้ใช้ประสบการณ์ อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด ถ่ายทอดผ่านกระบวนการในการสร้างสรรค์ผลงาน สามารถแบ่งปันผลผลิตจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ การทำด้วยตนเองให้กับผู้อื่นได้ เกิดประสบการณ์จากการสร้างสรรค์ศิลปะภาพพิมพ์

สรุปผลการวิจัย

1. ลักษณะของกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า กิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์เป็นกิจกรรมที่แปลกใหม่สำหรับผู้สูงอายุ ควรเริ่มจากการสร้างความเข้าใจให้กับผู้สูงอายุได้เข้าใจถึงที่มาที่ไปของศิลปะภาพพิมพ์ก่อนในเบื้องต้น บอกถึงวัตถุประสงค์ที่สอดคล้องกับชุดกิจกรรมที่ทำว่าสามารถสนับสนุนหรือส่งเสริมต่อผู้สูงอายุไปในทางใด ซึ่งเทคนิคภาพพิมพ์ที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ โดยเน้นให้ผู้สูงอายุเกิดความสนุก เกิดความเข้าใจผ่านกระบวนการสร้างสรรค์เป็นหลัก เนื่องจากศิลปะภาพพิมพ์เป็นกระบวนการที่ใช้ความเข้าใจ จึงจะสามารถทำออกมาได้ดี อีกทั้งสามารถทดลองโดยการนำวัสดุต่าง ๆ ที่มีอยู่รอบตัวมาใช้ร่วมกับเทคนิคได้อย่างหลากหลาย มีกระบวนการที่สามารถพลิกแพลงได้หลายรูปแบบ สามารถนำมาประยุกต์พัฒนาต่อยอดได้อย่างอิสระ และต้องมีการสาธิตตัวอย่าง บรรยายสอดแทรกถึงจุดเด่นของศิลปะภาพพิมพ์แต่ละเทคนิค เช่น การกลับซ้ายไปขวาของแม่พิมพ์, ผลสำเร็จที่ได้จากแต่ละกระบวนการ, การสร้างงานที่เหมือนกันได้หลายชิ้น เป็นต้น ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์นั้นควรมีแบบแผนที่เป็นขั้นเป็นตอนชัดเจน เนื่องจากศิลปะภาพพิมพ์เป็นสิ่งแปลกใหม่สำหรับผู้สูงอายุ ต้องเตรียมทั้งแม่พิมพ์ที่ให้ผู้สูงอายุสามารถใช้สร้างสรรค์เองได้ และแม่พิมพ์ที่พร้อมใช้งาน เช่น หากมีการทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ช่องฉลุ ก็ควรมีแม่พิมพ์ที่ฉลุไว้สำเร็จแล้วพร้อมที่จะให้ผู้สูงอายุสามารถพิมพ์เป็นภาพผลงานได้เลย

2. ชุดกิจกรรมของกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า ศิลปะภาพพิมพ์เป็นกิจกรรมหนึ่งที่สามารถช่วยแก้ปัญหาหรือบรรเทาปัญหาของผู้สูงอายุได้ผ่านการสร้างสรรค์เพื่อความผ่อนคลาย ก่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ช่วยเสริมสร้างสมาธิ กระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ และฝึกสมองได้เป็นอย่างดี ซึ่งการจัดกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุศิลปะมีบทบาทสำคัญต่อผู้สูงอายุในด้านการสนับสนุนกระบวนการพัฒนาความสามารถทางความคิดการสร้างความรู้สึกและอารมณ์และการรับรู้การวิเคราะห์รวมทั้งช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดทักษะความภาคภูมิใจ ความพึงพอใจ ความมั่นใจในตนเอง ความนับถือตนเอง ความรู้สึกอ่อนโยนและมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ขึ้น ซึ่งเป็นการสร้างเสริมสุขภาวะทั้ง 4 ด้านให้กับผู้สูงอายุผ่านชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษ ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา โดยสามารถเห็นถึงความเหมาะสมของชุดกิจกรรมต่อการส่งเสริมสุขภาวะในด้านต่าง ๆ ดังนี้

ด้านร่างกาย ผู้สูงอายุจะมีการเคลื่อนไหวร่างกาย ได้หยิบจับวัสดุอุปกรณ์ในขณะทำกิจกรรม ได้ฝึกการใช้อุปกรณ์ทำงานศิลปะภาพพิมพ์ ด้วยการใช้ตาและมืออย่างมีสติ เป็นการพัฒนาประสาทสัมพันธ์ระหว่างตากับมือ ก่อให้เกิดความคล่องแคล่ว มีความสามารถในการทำงาน

ด้านจิตใจ ช่วยกล่อมเกลาอารมณ์และจิตใจให้อ่อนโยน ให้ความเพลิดเพลิน ก่อให้เกิดความมั่นคงของจิตใจ ช่วยสงบนิ่ง มีสมาธิ จดจ่อกับการทำงาน มีความเพียรพยายาม อดทน รับผิดชอบ มีกำลังใจ ร่าเริง เบิกบาน สดชื่น แจ่มใส ผ่อนคลาย มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีความมั่นใจ กล้าแสดงออก รวมทั้งสามารถควบคุมตัวเองได้เหมาะสมกับวัย

ด้านสังคม เกิดการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มผู้สูงอายุกันเอง กล่าวคือเกิดการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันหรือระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว กล่าวคือผู้สูงอายุได้แบ่งปันความสำเร็จจากการร่วมทำกิจกรรมกับสมาชิกในครอบครัว โดยการให้ของขวัญอันเนื่องมาจากผลที่ได้จากการทำกิจกรรมภาพพิมพ์ปลอดสารพิษที่ได้ออกมาเป็นชิ้นงานที่มีประโยชน์ใช้สอยได้ครั้งละมาก ๆ เช่น ปกสมุดทำมือที่ผู้สูงอายุออกแบบลวดลายเอง ที่คั่นหนังสือ การ์ดอวยพร ของที่ระลึก พวงกุญแจ ซึ่งทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี ไม่ก่อความเดือดร้อนต่อผู้อื่น รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูล แบ่งปัน เอาใจใส่ คิดดีและชื่นชมในผลงานของผู้อื่น มีพฤติกรรมดีงามในความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ ก่อให้เกิดไมตรีและความสามัคคี

ด้านสติปัญญา ได้ใช้ประสบการณ์เดิมเชื่อมโยงกับจินตนาการที่เกิดขึ้นในขณะร่วมทำกิจกรรมภาพพิมพ์ ทำให้ผู้สูงอายุมีความสามารถทางด้านความรู้ ความคิด ความเข้าใจ คิดวิเคราะห์ คิดหาเหตุผล คิดอย่างเป็นระบบ ช่วยพัฒนาความจำ รู้จักสรุปความ รู้จักแสวงหาความรู้เพิ่มเติม และสามารถนำความรู้นั้นมาใช้ได้ ด้วยการคิดเป็น แก้ปัญหาเป็น และนำไปต่อยอด

นอกจากนี้ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษนั้น ในด้านกระบวนการถูกลดทอนขั้นตอนที่ซับซ้อนของศิลปะภาพพิมพ์ลง ไม่ใช้สารเคมี ไม่ใช้แท่นพิมพ์สามารถทำจำนวนพิมพ์ได้หรือไม่ก็ได้ ด้านวัสดุอุปกรณ์ ใช้วัสดุอุปกรณ์ที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น เป็นทั้งวัสดุธรรมชาติ วัสดุสังเคราะห์ มีราคาถูก ใช้เวลาในการทำกิจกรรมสั้น เป็นกิจกรรมที่เน้นกระบวนการมากกว่าตัวผลงาน ทำให้ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์นี้สามารถตอบโจทย์ในการส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้อย่างเหมาะสม โดยผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 20 คน เป็นเพศชาย 6 คน (ร้อยละ 30) เป็นเพศหญิง 14 คน (ร้อยละ 70) อยู่ในช่วงอายุ 60-69 ปี 16 คน (ร้อยละ 80) อยู่ในช่วงอายุ 70-79 ปี 4 คน (ร้อยละ 20) มีรายได้จากการทำงาน 15 คน (ร้อยละ 75) มีรายได้จากบุตร 3 คน (ร้อยละ 15) มีรายได้จากพี่น้อง/ญาติ 1 คน (ร้อยละ 5) มีรายได้จากบำเหน็จ/บำนาญ 1 คน (ร้อยละ 5) ผลการประเมินสุขภาวะของผู้สูงอายุหลังทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์

ปลอดสารพิษอยู่ในระดับดี 9 คน (ร้อยละ 45) ผลการประเมินสุขภาวะของผู้สูงอายุหลังทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษอยู่ในระดับดีมาก 11 คน (ร้อยละ 55) ทั้งนี้ผู้วิจัยสร้างแบบประเมินการสูงวัยอย่างมีสุขภาวะขึ้นจากแนวคิดของลัดดา เถียมวงศ์และ คณะ (2551) เพื่อใช้ในการประเมินการสูงวัยอย่างมีสุขภาวะของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษ เป็นการประเมินที่ครอบคลุมสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ซึ่งแบบประเมินการสูงวัยอย่างมีสุขภาวะนั้นได้ทำการสร้างขึ้นจากการเก็บรวบรวมข้อมูลและการทบทวนวรรณกรรม โดยเกณฑ์การแปลความหมาย เพื่อจัดระดับคะแนนเฉลี่ย มีรายละเอียดดังนี้ คะแนนเฉลี่ย 3.26-4.00 แปลความว่า ดีมาก คะแนนเฉลี่ย 2.51-3.25 แปลความว่า ดี คะแนนเฉลี่ย 1.76-2.50 แปลความว่า ค่อนข้างดี คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.75 แปลความว่า ไม่ดี ซึ่งความกว้างของอันตรภาคชั้นของค่าเฉลี่ยมีค่าเท่ากับ 0.75 โดยผลการประเมินสุขภาวะของผู้สูงอายุหลังทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษ มีค่าเฉลี่ยในระดับดีมาก (3.32) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (0.19) ซึ่งสามารถแปลผลได้ว่า ในด้านร่างกาย ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ได้โดยไม่ใช้กำลังมากจนก่อให้เกิดความเหนื่อยล้า ในด้านจิตใจ ผู้สูงอายุรู้สึกดีต่อการทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ มีความเพลิดเพลิน สามารถจดจำกระบวนการเรียนรู้ทางศิลปะภาพพิมพ์ได้ และมีความพึงพอใจในผลงานของตนเอง ในด้านสังคม ผู้สูงอายุและลูกหลานหรือเพื่อนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดกันขณะทำกิจกรรม ในด้านสติปัญญา ผู้สูงอายุสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรมได้ และสามารถปฏิบัติกิจกรรมทางศิลปะภาพพิมพ์ได้ทั้ง 4 กระบวนการได้ลุล่วง

ผลการสำรวจความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ในการสำรวจดังกล่าวเป็นการประเมินโดยให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทำกิจกรรมได้สำรวจตนเอง และประเมินเหตุการณ์ อาการ ความคิดเห็น โดยเกณฑ์การแปลความหมาย เพื่อจัดระดับคะแนนเฉลี่ย มีรายละเอียดดังนี้ คะแนนเฉลี่ย 3.26- 4.00 แปลความว่า ดีมาก คะแนนเฉลี่ย 2.51-3.25 แปลความว่า ดี คะแนนเฉลี่ย 1.76- 2.50 แปลความว่า ค่อนข้างดี คะแนนเฉลี่ย 1.00- 1.75 แปลความว่า ไม่ดี ความกว้างของอันตรภาคชั้นของค่าเฉลี่ยมีค่าเท่ากับ 0.75 ผลการสำรวจความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ มีค่าเฉลี่ยในระดับดีมาก (3.56) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (0.22) ซึ่งสามารถแปลผลได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเข้าใจในกระบวนการทางศิลปะภาพพิมพ์อยากศึกษาเพิ่มเติม มีความสนใจในการสร้างสรรค์ มีความเห็นว่าวัสดุอุปกรณ์ในการทำกิจกรรมมีความเหมาะเหมาะสม สามารถทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์สำเร็จลุล่วง และมีความพึงพอใจกับ

ผลงานที่ตนเองได้สร้างสรรค์ขึ้น นอกจากนี้ยังมีความยินที่จะแนะนำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ให้เพื่อนและคนในครอบครัวได้รู้จักอีกด้วย

อภิปรายผลการวิจัย

การจัดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษ เป็นการประยุกต์ใช้หลักการของการทำภาพพิมพ์แบบปลอดสารพิษ (Non-toxic Printmaking) ลดทอนขั้นตอนที่ซับซ้อนของศิลปะภาพพิมพ์ ไม่ใช้แท่นพิมพ์ สามารถทำเป็นจำนวนพิมพ์หรือไม่ก็ได้ ใช้วัสดุอุปกรณ์ที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น เป็นทั้งวัสดุธรรมชาติ วัสดุสังเคราะห์ มีราคาถูก ใช้แรงในการทำกิจกรรมไม่มาก ไม่ต้องนั่งหรือยืนนาน ๆ ได้ใช้ประสบการณ์ อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด ถ่ายทอดผ่านกระบวนการในการสร้างสรรค์ผลงาน สามารถแบ่งปันผลผลิตจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ การทำด้วยตนเองให้กับผู้อื่นได้ เกิดประสบการณ์จากการสร้างสรรค์ศิลปะภาพพิมพ์ เช่น ความสนุก ความน่าตื่นเต้นที่จะได้เห็นผลงานที่จะได้จากการพิมพ์แบบ Monoprint ที่ไม่สามารถบอกได้ว่าการใช้สี การขูด การขีดที่ได้กระทำลงบนแม่พิมพ์เมื่อพิมพ์ออกมาแล้วจะได้ผลงานแบบไหน เป็นต้น และสามารถนำไปประยุกต์ทำเป็นของที่ระลึก เข้ามาร่วมในกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน ดังนี้ 1) เกิดสุขภาวะทางกาย เกิดจากการได้ใช้นิ้ว มือ แขน ในการทำกิจกรรมภาพพิมพ์ ใช้สายตาในการสังเกตวัสดุ และผลงานที่สร้างสรรค์ 2) เกิดสุขภาวะทางจิตใจ เกิดจากการได้ชื่นชมในความงามของผลงานภาพพิมพ์ของตนเองและของเพื่อน จิตใจมีความสุขรื่นเริง มีสติ มีสมาธิ มีปัญญา 3) เกิดสุขภาวะทางสังคม เกิดจากการได้ทำกิจกรรมศิลปะร่วมกัน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างการทำกิจกรรม เข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น 4) เกิดสุขภาวะทางสติปัญญา เกิดจากการได้เรียนรู้การทำภาพพิมพ์ปลอดสารพิษทั้ง 4 เทคนิค ประกอบด้วย ศิลปะภาพพิมพ์พื้นราบ ศิลปะภาพพิมพ์ผิวนูน ศิลปะภาพพิมพ์ตะแกรงไหม และศิลปะภาพพิมพ์ร่องลึก ซึ่งการจัดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษที่ใช้หลักการดังกล่าวได้ผลลัพธ์ที่ดีในการสร้างเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยค่าเฉลี่ยระดับสุขภาวะของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับดีมาก โดยการประเมินดังกล่าวเป็นการประเมินโดยให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทำกิจกรรมได้สำรวจตนเอง และประเมินเหตุการณ์ อาการ ความคิดเห็น ทั้งนี้ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ” ในด้านต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. ด้านวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรม วัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุนั้นได้มุ่งเน้นการช่วยส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ในการจัดกิจกรรมศิลปะเป็นการสร้างกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมสังคม พบปะผู้คน ได้

เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้เปิดหูเปิดตา ได้ลองมองหาความสุขในชีวิตประจำวันของตนเอง โดยใช้กิจกรรมที่ทำได้ไม่ยาก มาสร้างสรรค์ผลงานที่แสดงถึงมุมมองและความคิด เป็นส่วนหนึ่งของการสร้างภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง และการสร้างศักยภาพในบุคคลทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา ลุล่วง ทั้งนี้ในการทดลองใช้ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษนั้น ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ได้โดยไม่ใช้กำลังมากจนก่อให้เกิดความเหนื่อยล้า มีความรู้สึกที่ดีต่อการทำกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ มีความเพลิดเพลิน สามารถจดจำกระบวนการเรียนรู้ทางศิลปะภาพพิมพ์ได้ มีความพึงพอใจในผลงานของตนเอง นอกจากนี้ผู้สูงอายุและลูกหลานหรือเพื่อนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดกันขณะทำกิจกรรม อีกทั้งร่วมแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรม สามารถปฏิบัติกิจกรรมทางศิลปะภาพพิมพ์ได้ทั้ง 4 กระบวนการ สอดคล้องกับญาดารัตน์ บาลจ่าย และคณะ (2561) กล่าวว่า การนำกิจกรรมศิลปะมาใช้ในผู้สูงอายุนั้น สามารถช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่ขึ้นได้ทั้งทางด้านร่างกาย จิต อารมณ์ และสังคม สามารถช่วยบรรเทาและแก้ปัญหาก่อให้เกิดผลกระทบในเชิงบวกต่อตัวของผู้สูงอายุเอง ด้วยกิจกรรมศิลปะนั้นเป็นกิจกรรมหนึ่งที่เปิดกว้าง มีความยืดหยุ่น มีความลงตัวอยู่แล้วในแง่ของกิจกรรม จึงเป็นสื่อกลางที่ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถถ่ายทอดสิ่งที่คิดอยู่ภายในออกมาผ่านการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะได้โดยไม่ยากจนเกินไป นอกจากนี้กระบวนการทางศิลปะ ยังเป็นส่วนหนึ่งที่สร้างโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีการเคลื่อนไหว ไม่จำเป็นต้องกำลังในการทำกิจกรรมมากเกินขีดความสามารถของผู้สูงอายุ และยังเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ส่งเสริมให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตได้อีกด้วย

2. ด้านกิจกรรมการเรียนรู้กระบวนการทางศิลปะภาพพิมพ์ ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ที่พัฒนาขึ้นเป็นกิจกรรมทางเลือก ประกอบด้วยกิจกรรมภาพพิมพ์จำนวน 4 เทคนิค ได้แก่ ภาพพิมพ์ผิวนูน ภาพพิมพ์ร่องลึก ภาพพิมพ์พื้นราบ ภาพพิมพ์ตะแกรงไหม โดยประยุกต์ใช้หลักการของการทำภาพพิมพ์แบบปลอดสารพิษ (Non-toxic Printmaking) ลดทอนขั้นตอนที่ซับซ้อนของศิลปะภาพพิมพ์ ไม่ใช้แท่นพิมพ์ สามารถทำเป็นจำนวนพิมพ์หรือไม่ก็ได้ เกิดประสบการณ์จากการสร้างสรรค์ศิลปะภาพพิมพ์ เช่น ความสนุก ความน่าตื่นเต้นที่จะได้เห็นผลงานที่จะได้จากการพิมพ์แบบ Monoprint ที่ไม่สามารถบอกได้ว่าการใช้สี การขูด การขีดที่ได้กระทำลงบนแม่พิมพ์ เมื่อพิมพ์ออกมาแล้วจะได้ผลงานแบบไหน เป็นต้น และสามารถนำไปประยุกต์ทำเป็นของที่ระลึก สมุดทำมือ ที่คั่นหนังสือ ฯลฯ ทั้งนี้เนื่องจากลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุเหมาะกับการทำกิจกรรมที่ไม่ต้องใช้แรงมาก ไม่ต้องนั่งหรือยืนนาน ๆ ได้ใช้ประสบการณ์ อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด ถ่ายทอดผ่านกระบวนการในการสร้างสรรค์ผลงาน สามารถแบ่งปันผลผลิตจากสิ่งที่ได้เรียนรู้การทำด้วยตนเอง

ให้กับผู้อื่นได้ สอดคล้องกับพิมพ์พันธุ์ ศรีพิพิธ, 2564; ณอัญญา สาวิกาชยะกูร, 2564; อังคณา บุญขวัญ, 2564 กล่าวว่า การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุนั้น จะเป็นกิจกรรมในรูปแบบใดหรืออะไรก็ได้ทั้งที่เคยทำกิจกรรมมาแล้วในชีวิตหรือไม่เคยทำหรือมีประสบการณ์เลยก็ได้ โดยกิจกรรมนันทนาการควรเน้นให้ผู้สูงอายุเกิดความสนุกสนาน มีความเพลิดเพลิน ไม่หนักเกินขีดความสามารถของตัวผู้สูงอายุเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาที่ตนเองมีอยู่อย่างมีความสุข คลายความเครียดหรือความวิตกกังวลต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ในชีวิต และสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้ เป็นส่วนหนึ่งของสังคมโดยไม่ถูกมองข้าม ซึ่งหลักการจัดกิจกรรมนันทนาการต้องมีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนเน้นองค์รวม คือ มีผลดีต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา และเนื่องจากกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์เป็นสิ่งแปลกใหม่ จึงควรมีสื่อประกอบการสอน ขั้นตอนกระบวนการที่ไม่ยุ่งยากหรือซับซ้อน สามารถเข้าใจได้ง่าย อีกทั้งควรมีผลงานตัวอย่างเพื่อให้ผู้สูงอายุเห็นภาพรวมของกิจกรรม เป็นแรงบันดาลใจในการทำกิจกรรม ในการทำกิจกรรมกับผู้สูงอายุนั้นควรมีการดูแลอย่างทั่วถึง ต้องคำนึงถึงการใช้วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ปลอดภัยกับผู้สูงอายุ เพื่อหลีกเลี่ยงอุบัติเหตุและเกิดความปลอดภัยในชีวิต

3. ด้านวัสดุ และอุปกรณ์ จากการจัดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์สำหรับผู้สูงอายุ จากการศึกษาเอกสาร งานวิจัยต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวเนื่องกับการจัดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์สำหรับผู้สูงอายุนั้น พบว่า ศิลปะภาพพิมพ์ยังไม่เป็นที่นิยมในการนำมาจัดเป็นกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องมาจากกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์เป็นกิจกรรมที่มีกระบวนการยุ่งยาก มีความซับซ้อน ต้องใช้เวลาในการทำกิจกรรมเป็นเวลานาน ทั้งนี้ผู้วิจัยได้พัฒนาชุดกิจกรรมและมีการกำหนดวัตถุดิบที่ใช้ในการทำสีสำหรับพิมพ์ภาพอย่างง่าย โดยอาศัยวัสดุ อุปกรณ์ที่สามารถหาได้ทั่วไปในท้องถิ่น และปลอดสารพิษ โดยนำไปทดลองทำกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุ ซึ่งวัสดุ และอุปกรณ์ที่ใช้ทำกิจกรรมนั้นสามารถก่อให้เกิดความน่าสนใจ เกิดการคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และต้องการจะสร้างสรรค์ผลงานศิลปะจากกระบวนการทางศิลปะภาพพิมพ์ที่ใช้วัสดุรอบตัวที่หาได้ง่ายมาใช้ในการทำกิจกรรมต่อไป ซึ่งกล่าวได้ว่าในการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุนั้นประสบความสำเร็จในแง่ของความพึงพอใจในด้านวัสดุ และอุปกรณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุที่สามารถใช้ในกระบวนการทางศิลปะภาพพิมพ์ประเภทต่าง ๆ ได้ดี สอดคล้องกับสุรชัย เอกพลากร, 2564; ปาริชาติ ศุภพันธ์, 2564; ชญตว์ อินทร์ชา, 2564 กล่าวว่า วัสดุ อุปกรณ์ วัตถุดิบต่าง ๆ ควรเป็นสิ่งที่หาได้ง่ายในท้องถิ่น หลีกเลี่ยงกันใช้สารเคมีหรือหาวัสดุทดแทนที่มาจากธรรมชาติ ซึ่งในปัจจุบันสามารถหาซื้อได้ง่ายผ่านร้านค้าออนไลน์ และมีบริการส่งถึงที่ นอกจากนี้ยังสามารถใช้อุปกรณ์เครื่องครัวมาทดแทนอุปกรณ์เฉพาะทางได้ เช่น ใช้ช้อน ทัพพี หรือก้นขวดแทนบาเร็งได้ในขั้นตอนการพิมพ์ภาพ

ด้วยมือ หรือแม้แต่การสร้างแม่พิมพ์จากพืช ผัก ผลไม้ที่มีอยู่ก็สามารถทำได้ และยังเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการซื้ออุปกรณ์ลง นอกจากนี้ศิลปะภาพพิมพ์มีกระบวนการที่สามารถพลิกแพลงได้หลายรูปแบบ สามารถนำมาประยุกต์พัฒนาต่อยอดได้อย่างอิสระ

4. ด้านการวัดและประเมินผล ในการวัดและประเมินผลการทำกิจกรรมนั้น จะไม่มุ่งเน้นว่าผลงานที่ออกมาจะต้องสวยงาม หรือสมบูรณ์แบบตามหลักการทางศิลปะ ทั้งนี้เนื่องจากความสวยงามสำหรับผู้สูงอายุแต่ละคนนั้นไม่เหมือนกัน โดยผู้วิจัยได้มุ่งเน้นไปที่ความสนุกสนาน ความเพลิดเพลิน ไม่หนักเกินขีดความสามารถของตัวผู้สูงอายุ คลายความเครียดหรือความวิตกกังวลต่าง ๆ และสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้เป็นส่วนหนึ่งของสังคมโดยไม่ถูกมองข้าม นอกจากนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเข้าใจในกระบวนการทางศิลปะภาพพิมพ์ อยากศึกษาเพิ่มเติม มีความสนใจในการสร้างสรรค์ และมีความพึงพอใจกับผลงานที่ตนเองได้สร้างสรรค์ขึ้น สอดคล้องกับโรงพยาบาลมโนรมย์ (2565) กล่าวว่า กิจกรรมศิลปะนั้นสามารถช่วยรักษาและฟื้นฟูอาการเจ็บป่วยทั้งทางร่างกายและจิตใจได้ โดยมุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง ซึ่งในกระบวนการต้องมีการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้สร้างสรรค์ผลงาน โดยไม่ได้คำนึงถึงความสวยงามหรือหลักเกณฑ์ องค์ประกอบทางศิลปะใด ๆ แต่มุ่งเน้นไปยังการสำรวจอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด ความเข้าใจ เป็นหลักแทน

องค์ความรู้ใหม่

ชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วย 5 กิจกรรม ได้แก่ 1. ทำสีพิมพ์ 2. พิมพ์ภาพด้วยการพับ 3. พิมพ์ภาพด้วยกระดาษลัง 4. พิมพ์ภาพผ่านช่องฉลุ 5. พิมพ์ภาพจากร่องลึก ผู้วิจัยสรุปเนื้อหาแต่ละกิจกรรมได้ดังนี้

1. กิจกรรมทำสีพิมพ์ (สูตรน้ำ) เป็นการทำสีสำหรับใช้พิมพ์ภาพโดยใช้รงควัตถุ (pigment) ที่ได้มาจากธรรมชาติ เช่น ใบเตย อัญชัน มันม่วง ฟักทอง บีทรูท เป็นต้น นำมาผสมกับสารช่วยติด (binder) ในการทำกิจกรรมนี้ผู้วิจัยเลือกใช้กาวลาเท็กซ์ที่สามารถหาได้ทั่วไป และผสมแป้งมันสำปะหลังเพื่อเพิ่มเนื้อสี ซึ่งจะเป็นสีที่สามารถล้างทำความสะอาดได้โดยใช้น้ำเป็นตัวทำละลายสีที่ติดมือหรือติดโต๊ะที่เป็นพื้นที่ปฏิบัติงาน และไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้ใช้

2. กิจกรรมพิมพ์ภาพด้วยการพับ (ภาพพิมพ์พื้นราบ) เป็นการพิมพ์ภาพแบบ Monoprint คือ เมื่อพิมพ์ภาพแล้ว ภาพงานที่ออกมาในแต่ละครั้งจะไม่เหมือนกัน ในการพิมพ์ผลงานจะใช้กระดาษเป็นแม่พิมพ์ โดยทำการแบ่งกระดาษออกเป็นสองส่วนแล้วจึงหยดสี ระบายสี เป่าสี ลงบนกระดาษฝั่งใดฝั่งหนึ่งแล้วพับให้สีติดขึ้นมาบนผิวของกระดาษอีกฝั่งหนึ่ง และการพิมพ์

ด้วยการพับนี้จะไม่สามารถบอกได้ว่าผลงานที่ได้จะออกมาในรูปแบบใด จึงทำให้เกิดความสนุกความน่าตื่นเต้นที่จะได้เห็นผลงานที่จะพิมพ์ออกมา

3. กิจกรรมพิมพ์ภาพด้วยกระดาษลัง (ภาพพิมพ์ผิวนูน) เป็นการสร้างแม่พิมพ์ผิวนูนด้วยการตัดและนำเอาผิวหน้าของกระดาษลังส่วนที่ไม่ต้องการให้สีติดออก จากนั้นใช้ฟองน้ำแตะให้สีติดพอสมควร แล้วจึงนำมาแตะให้ทั่วแม่พิมพ์กระดาษลัง วิธีการแตะสีในลักษณะนี้จะทำให้สีที่ติดบนแม่พิมพ์มีความสม่ำเสมอทั่วกันทั้งแม่พิมพ์ เมื่อสีบนแม่พิมพ์มีความสม่ำเสมอทั่วกันแล้วให้นำมาพิมพ์ลงบนกระดาษ และวิธีการนี้สามารถทำเป็นจำนวนพิมพ์ได้

4. กิจกรรมพิมพ์ภาพผ่านช่องฉลุ (ภาพพิมพ์ตะแกรงไหม) เป็นการสร้างแม่พิมพ์ด้วยด้วยการขึงผ้าขาวบางด้วยสะดึง จากนั้นนำสติ๊กเกอร์มาฉลุเป็นลวดลายตามต้องการ แล้วนำไปติดบนผ้าขาวบาง ต่อมาให้แม่พิมพ์ไปวางบนกระดาษในตำแหน่งที่ต้องการ จากนั้นใช้ฟองน้ำแตะให้สีติดพอสมควร แล้วจึงนำมาแตะให้ทั่วลวดลาย เพื่อให้สีผ่านลวดลายไปติดลงบนกระดาษอย่างสม่ำเสมอแล้วจึงยกแม่พิมพ์ออกจะปรากฏลวดลายตามที่ได้ฉลุเปิดเป็นช่องสำหรับให้สีลอดผ่านไป และวิธีการนี้สามารถทำเป็นจำนวนพิมพ์ได้

5. กิจกรรมพิมพ์ภาพจากร่องลึก (ภาพพิมพ์ร่องลึก) พิมพ์ภาพจากร่องลึก เป็นการสร้างแม่พิมพ์ร่องลึกด้วยการตัดและนำเอาผิวหน้าของกระดาษโฟโต้บอร์ดออกเพื่อให้เกิดเป็นร่องที่สามารถใส่สีลงไปได้ จากนั้นใช้พู่กันระบายสีให้ทั่วบริเวณของร่องแม่พิมพ์ให้บางสม่ำเสมอกันทั่วทั้งร่อง วิธีการนี้จะช่วยไม่ให้สีล้นทะลักออกมาในขั้นตอนการพิมพ์ผลงาน เนื่องมาจากสีที่มากเกินความเหมาะสมเมื่อสีในร่องของแม่พิมพ์มีความสม่ำเสมอทั่วกันแล้วให้นำมาพิมพ์ลงบนกระดาษ และวิธีการนี้สามารถทำเป็นจำนวนพิมพ์ได้

สำหรับชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์นั้น เป็นสิ่งแปลกใหม่สำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากศิลปะภาพพิมพ์นั้นต้องสร้างแม่พิมพ์ให้เกิดเป็นรูปรอยก่อน แตะสี แล้วจึงนำไปกดให้ติดกับวัสดุรองรับอย่างกระดาษอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งผู้สูงอายุไม่ทราบมาก่อนว่านอกจากการวาดภาพระบายสี ปั้น หัตถกรรมงานประดิษฐ์ ยังมีศิลปะภาพพิมพ์อีกด้วยทั้งทำสีพิมพ์ พิมพ์ภาพด้วยการพับ พิมพ์ภาพด้วยกระดาษลัง พิมพ์ภาพผ่านช่องฉลุ พิมพ์ภาพจากร่องลึก ในแง่ของกิจกรรมนั้นสามารถตอบโจทย์ของผู้สูงอายุได้ดี ทำได้ง่าย ทำให้ได้เคลื่อนไหวร่างกาย ได้รู้ว่าตนเองยังสามารถทำงานศิลปะที่มีความประณีตได้ ได้คิดทบทวนถึงกระบวนการที่ผู้วิจัยได้ทำการสาธิตให้ดูก่อนทำกิจกรรม นอกจากนี้ผู้สูงอายุหลายคนได้สร้างสรรค์ผลงานต่อยอดไปเป็นพวงกุญแจ นำรูปไปใส่กรอบใช้สำหรับตกแต่งห้อง สมุดเอาไว้จดบันทึกสิ่งต่าง ๆ และได้นำไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างห้อยกับกุญแจจักรยานยนต์ห้อยกับกุญแจบ้าน ได้นำไปเป็นของที่ระลึกให้ลูกหลาน ก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งจา

การสัมภาษณ์ ก่อนทำกิจกรรมผู้สูงอายุบางคนให้ข้อมูลว่าไม่เคยทำกิจกรรมศิลปะมาก่อนเลย นอกจากผู้วิจัยแล้ว จึงขอให้ลูกหลานเข้ามาเป็นคนคอยให้ความช่วยเหลือด้วยอีกแรงหนึ่ง จึงก่อให้เกิดการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับบุคคลในครอบครัว ได้คุยกันมากขึ้น และผู้สูงอายุบางคนไม่ได้เข้าร่วมทำกิจกรรมศิลปะมานานมาก และกิจกรรมศิลปะนี้ก็ได้ทำให้ตนเองกลับมาใช้ความคิดสร้างสรรค์ ได้กระตุ้นสมอง อันเป็นหนึ่งในวิธีที่สามารถช่วยชะลอภาวะสมองเสื่อมในตนเองได้อีกด้วย

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ผู้ที่มีความประสงค์จะนำกิจกรรมไปใช้ควรทำการศึกษาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์โดยพื้นฐาน ทั้งขั้นตอน กระบวนการ รวมถึงฝึกปฏิบัติจนเกิดความเข้าใจ เนื่องจากกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ต้องอาศัยความเข้าใจจึงจะสามารถทำออกมาได้ดี และสามารถถ่ายทอดกระบวนการต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป การทำวิจัยครั้งนี้มีเป้าประสงค์ในการพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปควรนำชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์นี้ไปทำการทดลองใช้อย่างเต็มรูปแบบ

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณทุนอุดหนุนการวิจัยและนวัตกรรมจากสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ และข้อมูลจากโครงการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ”

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). *สุขภาพผู้สูงอายุ สิ่งสำคัญที่ไม่ควรละเลย.* เข้าถึงได้จาก https://www.dop.go.th/th/know/15/444

ชญตว์ อินทร์ชา. (2561). การศึกษาศิลปะภาพพิมพ์เทคนิคเพลทแม่พิมพ์เจลลาตินด้วยการใช้สีธรรมชาติในท้องถิ่นของมหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี, 8*(2), 109-124.

ชญตว์ อินทร์ชา. (2564, 21 มกราคม). *การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ*. (นายกิตติ์นิธิ เกตุแก้ว, ผู้สัมภาษณ์).

ชลิต นาคพะวัน. (2561). *ศิลปะบำบัดโบกมือลาความเหงา*. เข้าถึงได้จาก www.thaipost.net/main/detail/16438

ญาณวิทย์ กุญแจทอง. (2548). *ป่าสงวน ภาพพิมพ์สีธรรมชาติ*. กรุงเทพฯ: อัมรินทร์พริ้นติ้ง.

ญาดารัตน์ บาลจ่าย และคณะ. (2561). ศิลปะเพื่อการบำบัดในผู้สูงอายุ. *วารสารเกื้อการุณย์, 25*(2), 195-209.

ณอัญญา สาวิกาชยะกูร. (2564, 4 ตุลาคม). *การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ*. (นายกิตติ์นิธิ เกตุแก้ว, ผู้สัมภาษณ์).

ณัฐชนน มิคะนุช และคณะ. (2555). *สุนทรียกับงานทัศนศิลป์*. เข้าถึงได้จาก cg1-1.blogspot.com/p/reference.html

ธงชัย ยุคันตพรพงษ์. (2551). *การทำศิลปะภาพพิมพ์โดยใช้วัสดุที่หาได้ในท้องถิ่น และปลอดมลพิษ*. (รายงานการวิจัย). เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ประสพ ลี้เหมือดภัย. (2543). *ศิลปะนิยม*. กรุงเทพฯ: โอ เอส พริ้นติ้งเฮ้าส์.

ปาริชาติ ศุภพันธ์. (2564, 16 กุมภาพันธ์). *การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ*. (นายกิตติ์นิธิ เกตุแก้ว, ผู้สัมภาษณ์).

พิมพ์พันธุ์ ศรีพิพิธ. (2564, 20 กรกฎาคม). *การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ*. (นายกิตติ์นิธิ เกตุแก้ว, ผู้สัมภาษณ์).

โรงพยาบาลมโนรมย์. (2565). *ศิลปะบำบัด*. เข้าถึงได้จาก https://www.manarom.com/art_therapy_thai.html

ลัดดา เถียมวงศ์ และคณะ. (2551). *การพัฒนาและทดสอบคุณสมบัติของเครื่องมือประเมินการสูงวัยอย่างมีสุขภาวะ*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

วาทินี บุญชะลักษี และยุพิน วรสิริอมร. (2539). ผู้สูงอายุในประเทศไทย ในกุศล สุนทรธาดา (บรรณาธิการ). *จุดเปลี่ยนนโยบายประชากรประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

วาสินี สุขแล้ว. (2558). *รูปแบบการจัดกิจกรรมภาพพิมพ์สำหรับนักเรียนประถมศึกษาโดยใช้วัสดุในท้องถิ่น*. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา). คณะครุศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เศรษฐภูมิ เถาชารี และคณะ. (2562). รูปแบบการเสริมสร้างสัมพันธภาพของผู้สูงอายุในชุมชนประชานิเวศน์ 2 ระยะ 3 ริมคลองประปา อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร, 10*(1), 91-108.

สุรชัย เอกพลากร. (2564, 13 กรกฎาคม). *การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ.* (นายกิตติ์นิธิ เกตุแก้ว, ผู้สัมภาษณ์).

อังคณา บุญขวัญ. (2564, 19 พฤศจิกายน). *การพัฒนาชุดกิจกรรมศิลปะภาพพิมพ์ปลอดสารพิษเพื่อส่งเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ.* (นายกิตติ์นิธิ เกตุแก้ว, ผู้สัมภาษณ์).

White, L. M. (2002). *Printmaking as therapy: Frameworks for freedom*. London, UK: Jessica Kingsley Publishers.