

บทที่ 1

บทนำ

1.1 มूलเหตุด้านสภาพแวดล้อมในการบำบัดจิตใจในปัจจุบัน

สถานการณ์ของสังคมไทยในปัจจุบันมีการเร่งรัดพัฒนาในทุกๆด้าน ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทั้งทางด้าน เศรษฐกิจ สังคม วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อม พัฒนาการที่เกิดขึ้นนี้ทำให้นักวิชาชีพต้องมีการปรับตัวปรับใจกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว หากบุคคลนั้นไม่สามารถปรับตัวกับสถานการณ์ได้ ก็จะทำให้เกิดความเครียดขึ้น ทำให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพทั้งทางกายและทางจิตใจของบุคคลในทางที่เสื่อมลง ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อบุคคลรอบข้าง รวมทั้งเป็นปัญหาของสังคมต่อไปได้ ดังนั้นในการพัฒนาที่คำนึงถึงความสุขของคนในสังคม จึงละเลยในเรื่องของสุขภาพไปไม่ได้

จากกระแสความตื่นตัวทางด้านสุขภาพที่มีอย่างต่อเนื่องในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา ส่งผลให้วิทยาการและศาสตร์ในด้านต่างๆมีการพัฒนาขึ้นมาอย่างมาก โดยมีจุดประสงค์ในการบำบัดรักษาและฟื้นฟูทางด้านสุขภาพทั้งสิ้น รวมทั้งการศึกษาในปัจจุบันด้านสภาพแวดล้อมที่มีการนำมาใช้เป็นส่วนหนึ่งในการบำบัดตั้งแต่อดีต ซึ่งพบว่าสภาพแวดล้อมนั้นส่งผลต่อสุขภาพทั้งด้านบวกและลบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ (ปิตพงษ์ เกษสมบุรณ์ และอนุพงศ์ สุจริยากุล, 2543: 3) ดังที่เป็นความเชื่อมาแต่โบราณมาแล้วว่า เมื่อคนเราเกิดสภาวะความเครียดขึ้นนั้น การได้อยู่ใกล้ชิดกับธรรมชาติหรือได้มองภาพของธรรมชาติสามารถช่วยบรรเทาความเครียดนั้นให้น้อยลงได้ (Ulrich อ้างถึงใน Molly, 1995: 60) รวมทั้งความคิดที่ว่าสภาพแวดล้อมต่างๆที่อยู่รอบตัวเรานั้นส่งผลโดยรวมกับทางด้านจิต กาย และวิญญาณ แก่มวลมนุษยในทุกๆที่ (Crisp, 1998: 7) ดังนั้นการตระหนักและเข้าใจถึงความสำคัญของสภาพแวดล้อมโดยรอบของตัวเรา จะเป็นประโยชน์ในการสร้างความสมดุลแก่ตัวเราได้

การศึกษาวิจัยและการทดลองที่ผ่านมาของศาสตร์ต่างๆ ในเรื่องสภาพแวดล้อมและการบำบัดสภาพร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ของมนุษย์นั้น มีนักวิจัยหลายท่านได้ทำการศึกษาในเรื่องนี้ เช่น Ulrich¹ ทำการศึกษาโดยการให้คนที่มีความเครียดจากการทำงานหรือความเครียดจากความเจ็บป่วยด้วยโรคร้าย ได้มองภาพหรือทิวทัศน์ที่เป็นธรรมชาติ ผลการศึกษาพบว่าคนกลุ่มนี้มีความเครียดลดลง ความดันเลือดในร่างกายลดลง การเต้นของหัวใจและกล้ามเนื้อ

¹ นักวิทยาศาสตร์ทางด้านพฤติกรรมและคณบดีร่วมของภาควิชาภูมิสถาปัตยกรรมและการวางผังเมืองที่ Texas A&M

เนื้อที่มีสภาพดีขึ้นมากกว่ากลุ่มตัวอย่างอีกกลุ่มหนึ่งที่ให้มองภาพของเมือง เช่น ภาพถนนย่านธุรกิจ ภาพการจราจร ภาพคนเดินถนน ซึ่งมีการฟื้นตัวของร่างกายที่ช้ามาก หรืออาการไม่ดีขึ้นเลย (อ้างถึงใน Molly, 1995) และจากการทดลองของนักวิจัยอีกหลายท่าน ก็ได้ผลสนับสนุนในลักษณะเช่นเดียวกันที่ว่า สภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติมีผลในการกระตุ้นและบำบัดให้เกิดผลในทางบวกแก่มนุษย์² รวมทั้ง Charles Lewis (1995) ยังกล่าวเสริมด้วยว่าไม่เพียงแต่กลุ่มที่ได้จากการศึกษาเท่านั้นที่ได้ผลเช่นนี้ แต่มนุษย์ในทุกกลุ่ม ทุกสังคม และทุกพื้นที่ ล้วนมีปฏิสัมพันธ์และตอบรับกับสภาพธรรมชาติทั้งสิ้น

โดยสาเหตุที่มนุษย์ต้องการใกล้ชิดและมีปฏิสัมพันธ์กับธรรมชาตินั้น อาจอธิบายได้จากทฤษฎีที่กล่าวถึงแรงผลักดันทางชีวภาพที่อยู่ภายใน บนพื้นฐานของวิวัฒนาการมนุษย์ (Biophilia Hypothesis) ซึ่งเกิดจากการรวบรวมสังสมประสบการณ์และประวัติศาสตร์ในจิตใต้สำนึก ทำให้เข้าใจสัญลักษณ์ที่เต็มไปด้วยภาพลักษณ์ของธรรมชาติ (Wilson, 1993; Jung อ้างถึงใน Salamy, 1995) โดยทฤษฎีได้กล่าวถึงภูมิทัศน์ธรรมชาติที่มนุษย์ชอบ โดยเฉพาะภูมิทัศน์แบบทุ่งหญ้าสะวันนา รวมทั้งกล่าวถึงองค์ประกอบต่างๆ ที่มีผลต่อความชอบและความรู้สึกในทางบวกของมนุษย์ (Appleton, 1975, Heerwagen & Orians, 1992; Orians, 1980, 1986; Wilson, 1984 อ้างถึงใน Salamy, 1995: 77) ทั้งนี้ในสภาพแวดล้อมเมือง (Urban Environment) ที่นำองค์ประกอบทางธรรมชาติ เช่น พืชพรรณและน้ำ มาใช้ก็สามารถสร้างความรู้สึกพึงพอใจได้ โดยความชอบนั้นแปรผันตามจำนวนของพื้นที่ที่มีพืชพรรณอีกด้วย (Thelen อ้างถึงใน Salamy, 1995)

ในการศึกษาด้านจิตวิทยาาระบบประสาทและภูมิคุ้มกัน (Psychoneuroimmunology) พบความสัมพันธ์ระหว่างการตอบสนองทางชีวภาพของมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม โดยจิตใจ สมอง และระบบประสาทได้รับอิทธิพลโดยตรงจากองค์ประกอบในสภาพแวดล้อมซึ่งมีผลต่อความเป็นอยู่ที่ดี (Gappell, 1995: 115) โดยการออกแบบองค์ประกอบของสภาพแวดล้อมที่มีปริมาณและความสม่ำเสมอของสิ่งแวดล้อม จะทำให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลายทั้งทางกาย จิตใจ และทางอารมณ์ รวมทั้ง Kaplans (1989, 1991) พูดถึงการบำบัดฟื้นฟูในเชิงของการรู้และการรู้สึก โดยชี้ว่าการเปิดออกสู่ธรรมชาติจะช่วยลดความเครียดผ่านการฟื้นฟูจิตใจ จากปรากฏการณ์ "Restorative Experience" ที่แรงขับจากอารมณ์และการรับรู้จะส่งผลต่อระบบภูมิคุ้มกัน ทำให้ลด

² ธรรมชาติมีผลต่อความต้องการทางอารมณ์ของพวกเขา ซึ่งผลการวิจัยพบว่า การติดต่อสัมพันธ์กับสภาพธรรมชาติไม่มีการทำกิจกรรมหรือไม่มีการทำกิจกรรม ก็ส่งผลทางบวกต่อสุขภาพ อารมณ์ และพฤติกรรม (Ulrich, 1993; Lewis, 1991; Kaplans, 1989; Parsons, 1991 อ้างถึงใน Salamy, 1995)

ความเจ็บปวดทางจิต ดังนั้นการเข้าใจกระบวนการรับรู้ข้อมูลข่าวสารในสภาพแวดล้อมจะช่วยให้การออกแบบภูมิทัศน์ให้มีความหมายในการส่งเสริมสุขภาพจิต และความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

แนวความคิดในเรื่องของการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อให้เกิดการบำบัดร่างกาย จิตใจ และส่งผลดีทางสุขภาพนั้นมีผู้ที่เห็นความสำคัญมานานแล้ว ดังที่ภูมิสถาปนิกคนสำคัญ โอลิมสเตท (Olmsted, Frederick Law, 1865 อ้างถึงใน Salamy, 1995) ได้กล่าวไว้ว่า “การออกแบบสวนสาธารณะ และชุมชนพักอาศัยหลายๆแห่งของเขา อยู่บนพื้นฐานความเข้าใจในธรรมชาติที่มีความสามารถในการสร้างความรู้สึกของการฟื้นฟู และความรู้สึกของความเป็นทุกสิ่ง ที่ทำให้ร่างกายและจิตใจผ่อนคลายจากความกดดันในปัจจุบัน เขาารู้สึกว่าธรรมชาติมีพลังงานที่จะเปลี่ยนความตึงเครียดในการทำงานหนักของบุคคล ที่ทำให้เกิดความทุกข์ทรมานจากความเครียดของจิตใจให้สู่การผ่อนคลาย และเอาชนะภาวะทางจิตใจได้” รวมทั้งภูมิสถาปนิกท่านอื่นๆที่ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับภูมิทัศน์ในแง่มุมมองของสุขภาพไว้ดังนี้

อีเลียท (Eliot, Charles W., 1911 อ้างถึงใน American Society of Landscape Architects, 1999) กล่าวถึงทิศทางของภูมิสถาปัตยกรรมเพื่อสาธารณะในช่วง 20 ปีก่อนหน้านี้ ในการเปิดประชุมASLA. ว่า “เป็นการเคลื่อนไหวที่จะทำให้คนทุกระดับชั้นในสังคมหรือประชากรทั้งหมดมีสุขภาพที่ดีขึ้น มีความสนุกสนานที่เหมาะสม และมีความสุขอย่างแท้จริง โดยความสำเร็จของภูมิสถาปนิกนำมาซึ่งสุขภาพ ความปกติสุข ความชื่นใจและความพึงพอใจของมนุษยชาติ ...”

ฮับบาร์ดและคิมบอล (Hubbard and Kimball, 1917 อ้างถึงใน Hubbard and Kimball, 1967) กล่าวถึงภูมิทัศน์ว่า “สิ่งที่สำคัญที่สุดคือการสร้างและรักษาความงามในสิ่งแวดล้อมของการพักอาศัยของมนุษย์ และรวมถึงทิวทัศน์ธรรมชาติของประเทศ แต่ทั้งนี้ยังต้องคำนึงถึงความสะดวกสบาย และสุขภาพของผู้คนในเมือง ซึ่งไม่ค่อยมีโอกาสเห็นทิวทัศน์ชนบท โดยมีความต้องการอย่างมากที่จะมีทิวทัศน์ที่สวยงาม มีความสงบ เงียบของธรรมชาติ มีศิลปะ และอุดมสมบูรณ์ เพื่อช่วยให้เกิดความสดชื่น และสงบจากชีวิตประจำวันที่เร่งรีบในปัจจุบัน.”

วอลท์ (Waight, Frank, 1925 อ้างถึงใน Hubbard and Kimball, 1967) กล่าวถึงสิ่งที่ภูมิสถาปนิกควรคำนึงถึงในงานภูมิทัศน์ว่า “เพื่อสร้างความอบอุ่น ความสุขสบาย และความสวยงามของบ้านชานเมือง ทำให้เมืองมีความสะอาด มีสุขภาพที่ดี มีความสะดวก รวมทั้งปกป้องและแสดงภูมิทัศน์ที่เป็นท้องถิ่นออกมา.”

เพอร์รี่ (Perry, 1988: 9 อ้างถึงใน Salamy, 1995) กล่าวว่า “ถึงเวลาแล้วที่จะกล่าวว่าสวนเป็นส่วนสำคัญของชีวิตในศตวรรษที่ 20 และยกระดับสวนให้เป็นสัญลักษณ์ของชีวิตที่ยั่งยืน พวกเราต้องการให้มีสวนในชีวิตของเราเพื่อบำบัดรักษาพวกเราจาก

ความเครียดของสังคมปัจจุบัน และนำเรากลับไปสู่ความสนุกสนาน ความสบายของธรรมชาติ เราต้องการสวนที่จะช่วยฟื้นฟูเรากลับไปมีสุขภาพที่ดี”

ตามคำกล่าวของภูมิสถาปนิกแสดงถึงการให้ความสำคัญกับเรื่องของสุขภาพ การบำบัดร่างกาย จิตใจ และความเป็นอยู่ที่ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงปลายศตวรรษที่ 20 ได้มีผลงานออกแบบภูมิทัศน์ที่ออกแบบเพื่อการบำบัดเกิดขึ้นหลายแห่ง เช่น สวนของบ้านพักผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ Cedarview Lodge โดย Patrick Mooney ในช่วงปลายทศวรรษ 1980³ งานภูมิทัศน์ของศูนย์สุขภาพ St. Michael Health Center ที่ออกแบบโดย James Burnett ที่มีการออกแบบประสานภูมิทัศน์กับสภาพธรรมชาติเดิมของพื้นที่ แทรกอยู่ตามส่วนต่างๆของโครงการอย่างลงตัว เป็นต้น ซึ่งล้วนเป็นงานภูมิทัศน์เพื่อส่งเสริมการบำบัดรักษาของสถานพยาบาล สถานพักฟื้นผู้ป่วยแทบทั้งสิ้น

แนวคิดการออกแบบในช่วงนี้ ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ของการออกแบบภูมิทัศน์กับกฎของธรรมชาติในเรื่องของ สุขภาพ และความสมดุล นอกเหนือไปจากมุมมองในเรื่องสุนทรียภาพดังเช่นในอดีต โดยหลักการจัดองค์ประกอบภูมิทัศน์ที่ดึงดูดและสร้างความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันบนความสมดุลจะทำให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี (Salamy, 1995: 186) ซึ่งต้องคำนึงถึงเรื่องรูปทรงที่ให้ความรู้สึกต่างๆกัน ลักษณะและลำดับของพื้นที่ ขนาด สัดส่วน และจังหวะ เป็นต้น อันจะทำให้เกิดการรับรู้ที่สมบูรณ์ในภูมิทัศน์ ส่งผลทางจิตใจแก่ผู้ที่เข้าไปใช้สอยอย่างเหมาะสม

จากเหตุผลดังกล่าวมาข้างต้นนี้ ความรู้ ความเข้าใจในความสัมพันธ์ระหว่างภูมิทัศน์และการบำบัดจะเป็นประโยชน์อย่างมากในศาสตร์ด้านการออกแบบรวมถึงด้านอื่นๆที่เกี่ยวข้อง การศึกษาวิวัฒนาการในเรื่องนี้ และวิธีการที่ใช้ในการออกแบบสภาพแวดล้อมหรือภูมิทัศน์ที่เหมาะสมจะเป็นองค์ความรู้พื้นฐานที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่สอดคล้องกับสภาพการณ์ในปัจจุบัน ส่งผลต่อการบำบัดสภาพจิตใจของบุคคลในสังคมให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งจะมีผลต่อการพัฒนาสังคม และประเทศชาติต่อไปในอนาคตอีกด้วย

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1.2.1 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภูมิทัศน์ และการบำบัดจิตใจ

1.2.2 เพื่อศึกษาภาพรวมของการศึกษา แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภูมิทัศน์และการบำบัดจิตใจ

1.2.3 เพื่อศึกษาหลักการและรายละเอียดในการออกแบบภูมิทัศน์ เพื่อการบำบัดจิตใจ

³ ซึ่งทำการเปรียบเทียบประสิทธิภาพของสวนในการลดพฤติกรรมที่รุนแรงกับสวนอื่นๆในอาคารลักษณะเดียวกัน และอาคารอื่นที่ไม่มีสวน 3 แห่ง พบว่าผู้ป่วยที่อยู่ในพื้นที่ที่มีสวน เหตุการณ์รุนแรงจะลดลง 19% ส่วนที่ไม่มีสวนจะมีอัตราเหตุการณ์รุนแรงเพิ่มขึ้น (Molly, 1995)

1.2.4 เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสำคัญในการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจของ
ไทยในปัจจุบัน

1.2.5 เพื่อเสนอแนวทางการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อบำบัดจิตใจที่เหมาะสมกับประเทศไทย

1.3 ความหมายของภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจ

ภูมิทัศน์ (Landscape) หมายถึง พื้นที่ผิว หรือบริเวณบนผืนโลกที่มีสภาพเป็นธรรมชาติ หรือที่มนุษย์สร้างขึ้น ซึ่งเราสามารถมองเห็นได้ (Goultly, 1991) ความหมายของภูมิทัศน์นั้นกว้าง และสามารถตีความได้หลากหลาย ภูมิทัศน์ประกอบด้วยองค์ประกอบต่างๆ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการรับรู้และประสบการณ์ของมนุษย์ โดยการบำบัดในงานภูมิทัศน์นั้นเกิดขึ้นจากความสัมพันธ์โดยตรงของผู้ใช้และสภาพแวดล้อม

การใช้คำว่า “การบำบัด(Healing)” นั้นมีความหมายค่อนข้างกว้างและมักใช้อ้างถึงกระบวนการที่ก่อให้เกิดผลประโยชน์ในการส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีทั้งหมด โดย Patrick E. Linton (1992: 122) ได้ให้มุมมองเกี่ยวกับความหมายของการบำบัดไว้ หมายถึง กระบวนการรักษาให้มีสุขภาพที่ดี หรือ ทำให้กลับสู่สภาพที่สมดุลอีกครั้ง ซึ่งสัมพันธ์ถึงสภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และจิตวิญญาณ เกิดขึ้นได้จากปัจจัยภายใน และภายนอกร่างกายของมนุษย์ เป็นกระบวนการที่ดำเนินอย่างต่อเนื่องเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา สามารถเกิดขึ้นหรือชักจูงให้เกิดขึ้นโดยมีผลจากบุคคลนั้นๆ โดยการรักษาทางการแพทย์ (Surgery) เป็นเพียงกระบวนการหนึ่งในการบำบัด ส่วนการบำบัดด้วยสภาพแวดล้อมเป็นการเชื่อมต่อกับพลังชีวิต ซึ่งสร้างความสมดุล และกระตุ้นให้การบำบัดภายในมีประสิทธิภาพร่วมกับการบำบัดด้วยวิธีอื่น

ส่วน Cooper and Barnes อธิบายคำ “Healing” หรือ “Therapeutic” หมายความว่าถึงสิ่งหรือส่วนประกอบที่นำไปสู่การส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดี หรือความผาสุก (Well-being) ซึ่งมีกระบวนการ 3 ลักษณะพิเศษ ที่สามารถบ่งชี้และช่วยให้เกิดความชัดเจนว่าสภาพแวดล้อมสามารถให้ประโยชน์ในการบำบัดรักษาได้อย่างไร ลักษณะแรกคือ การบรรลुरुดับของการบรรเทา หรือการผ่อนคลายจากอาการทางกายภาพหรือการรู้สึกถึงสภาพนั้น ลักษณะต่อมาคือ การลดความเครียดและการเพิ่มระดับความสบายของบุคคล โดยสัมพันธ์กับการมีประสบการณ์ทางอารมณ์และทางกายภาพในสภาพแวดล้อม และลักษณะสุดท้ายของการบำบัดนั้นสืบต่อมาจากลักษณะข้างต้น ซึ่งจะช่วยให้เกิดการฟื้นฟูความเป็นอยู่ที่ดี สร้างความหวังให้แก่บุคคล และนำไปสู่สุขภาพที่ดีในที่สุด (Cooper and Barnes, 1999) โดยสภาพแวดล้อมใดๆสามารถเป็นได้ทั้งอุปสรรคหรือตัวช่วยในการบำบัด ซึ่งจำเป็นต้องมีการออกแบบและนำไปใช้ที่เหมาะสมเพื่อส่งเสริมและกระตุ้นการบำบัดนี้ให้เกิดขึ้น

การบำบัดด้วยสภาพแวดล้อมอาจแบ่ง 2 กลุ่มใหญ่ๆ คือ การบำบัดที่เน้นให้เกิดผลทางด้านกายภาพ และการบำบัดที่เน้นให้เกิดผลทางด้านจิตใจเป็นหลัก โดยการบำบัดทางด้านกายภาพในที่นี้หมายถึง ศึกษาเรื่องการสร้างสภาพแวดล้อมเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพของร่างกาย กล้ามเนื้อ ซึ่งเป็นการออกแบบสภาพแวดล้อมที่ให้ผู้สูงอายุ ได้ออกกำลัง ทำกิจกรรม และมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางกายภาพเป็นหลัก โดยไม่ได้คำนึงถึงการรับรู้สภาพแวดล้อมของบุคคล ส่วนการบำบัดทางจิตใจนั้น ศึกษาในเรื่องของอิทธิพลของสภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่ออารมณ์ความรู้สึก และจิตใจในทางที่ดีขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อการฟื้นฟูในลักษณะองค์รวมต่อระบบต่างๆของร่างกายด้วย โดยการวิจัยนี้เน้นการศึกษาในเรื่องของการบำบัดทางด้านจิตใจเป็นหลัก

ดังนั้นภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจในที่นี้มีความหมายถึง **“สภาพแวดล้อมที่มีลักษณะที่ส่งเสริมให้เกิดกระบวนการบรรเทาและการผ่อนคลายจากสภาพจิตใจที่กดดันหรืออ่อนแอ ทำให้เกิดการลดความเครียดและรู้สึกสบาย ซึ่งนำไปสู่การฟื้นฟูสภาพต่างๆให้กลับสู่ความสมดุลและความเป็นอยู่ที่ดีอีกครั้ง”**

ภูมิทัศน์สามารถทำให้การบำบัดและฟื้นฟูเกิดขึ้นจากกลไกหลายอย่าง ภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจควรมีมุมมองที่คำนึงถึงกระบวนการบำบัดจิตใจดังกล่าว ซึ่งจะเกิดผลดีต่อผู้มีความเครียดและมีสุขภาพจิตแย่งในขั้นต้นให้ฟื้นฟูในทางที่ดีขึ้น ช่วยส่งเสริมการรักษาหรือการพักผ่อนให้มีประสิทธิภาพ

1.4 ขอบเขตของการศึกษา

1.4.1 การศึกษาครั้งนี้เน้นการศึกษาในเรื่องของการบำบัดทางด้านจิตใจเป็นหลัก โดยกล่าวถึงอิทธิพลของสภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่ออารมณ์ ความรู้สึก และจิตใจในทางที่ดีขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อการฟื้นฟูในลักษณะองค์รวมต่อระบบต่างๆของร่างกายด้วย โดยภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจที่กล่าวถึงในงานวิจัยนี้จะหมายความถึง ภูมิทัศน์ที่ผู้ชมมองเห็นจากภายในอาคาร และภูมิทัศน์ที่เป็นพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมเบาๆ (Passive) เช่น การสังเกต การนั่ง การเดินเล่น การสำรวจ เป็นต้น โดยไม่ขยายความหรืออธิบายในรายละเอียดของการบำบัดด้วยภูมิทัศน์ที่มีการวางโครงการในการทำกิจกรรมบำบัด เช่น การเพาะปลูก การทำสวน หรือการบำบัดด้วยพืชพรรณ (Horticultural Therapy)

1.4.2 การศึกษาในครั้งนี้ เป็นการศึกษาโดยภาพรวมของการบำบัดจิตใจของบุคคลในสังคมที่มีความเครียด และผู้ป่วยที่มีความเครียดจากอาการเจ็บป่วย โดยที่ไม่ศึกษาเฉพาะเจาะจงในรายละเอียดของการเจ็บป่วยประเภทต่างๆ และไม่นำเรื่องของตัวกำหนดทางด้านมนุษย์ (วิมลสิทธิ์ หรยางกูร, 2541) ได้แก่ อิทธิพลด้านสรีระวิทยา อิทธิพลด้านบุคลิกภาพ อิทธิพลด้านสังคม อิทธิพลด้านวัฒนธรรมของบุคคลมาเป็นข้อจำกัดในการศึกษา

1.4.3 ภูมิทัศน์ที่สามารถนำแนวทางนี้ไปประยุกต์ใช้ สามารถมีขนาดที่หลากหลายตั้งแต่สวนที่มีขนาดเล็ก สวนสาธารณะของชุมชน สวนสาธารณะขนาดใหญ่ของเมือง เป็นได้ทั้งภูมิทัศน์ภายในกลุ่มอาคารหรือภูมิทัศน์กลางแจ้ง ที่ส่งเสริมการบำบัดจิตใจของบุคคลในสังคมเมืองได้

1.4.4 วิธีการศึกษา วิจัย ทำโดยการทบทวนเอกสาร ข้อมูลต่างๆที่มีการศึกษา ค้นคว้าทดลองในแง่ต่างๆที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ จัดจำแนก และสรุปองค์ความรู้ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ ในลักษณะข้อแนะนำในการออกแบบภูมิทัศน์ที่บำบัดจิตใจของบุคคลที่มีความเครียดในสภาพแวดล้อมของไทยได้ โดยเอกสารและข้อมูลที่นำมาเป็นประเด็นศึกษาเกี่ยวกับ

- แนวคิด ทฤษฎี และมุมมอง ที่เป็นแนวทางสำหรับการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เช่น การบำบัดด้วยสภาพแวดล้อมที่มีมาในอดีต งานวิจัยในสาขาจิตวิทยา จิตวิทยาสภาพแวดล้อม พฤติกรรมศาสตร์ จิตสรีระวิทยา จิตวิทยา ระบบประสาทและภูมิคุ้มกัน รวมทั้งหลักการออกแบบภูมิทัศน์ที่สัมพันธ์กับการบำบัดจิตใจ เป็นต้น
- กรณีศึกษางานออกแบบภูมิทัศน์ที่มีการออกแบบโดยคำนึงถึงการบำบัดจิตใจ หรือคำนึงถึงสุขภาพที่ดี เพื่อนำมาวิเคราะห์หลักการ วิธีการ ในการออกแบบ
- งานออกแบบภูมิทัศน์ของประเทศไทยที่พิจารณาว่ามีส่วนช่วยในการบำบัดจิตใจ เพื่อนำมาพิจารณา วิเคราะห์ หลักการและองค์ประกอบที่ใช้ในการออกแบบเพื่อการบำบัดของไทย

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ: คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของสังคม

การศึกษานี้ มุ่งเน้นให้เกิดความรู้และความเข้าใจการบำบัดจิตใจด้วยภูมิทัศน์และสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพของคน เพื่อให้เกิดการขยายองค์ความรู้และนำองค์ความรู้ไปประยุกต์ใช้ องค์ความรู้ดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ต่อภูมิสถาปนิก นักออกแบบสวน สถาปนิก นักวางผังชุมชนเมือง หน่วยงานราชการ สถานพยาบาล ฯลฯ สามารถใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนวางผัง และออกแบบภูมิทัศน์ของสวนสาธารณะหรือสวนของโครงการต่างๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่สอดคล้องกับสภาพการณ์ในปัจจุบัน ส่งผลต่อการบำบัดสภาพจิตใจของบุคคลในสังคมให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งจะ เป็นพื้นฐานที่ดีต่อการพัฒนาสังคม และประเทศชาติต่อไปในอนาคตอีกด้วย

1.6 การดำเนินกระบวนการวิจัย

1.6.1 ขั้นตอนการเก็บข้อมูล

1.6.1.1 เก็บข้อมูลและศึกษาทบทวนวรรณกรรมจาก เอกสาร หนังสือ วารสาร สิ่งพิมพ์ และสื่อต่างๆของทั้งภายในประเทศ และต่างประเทศ ในหัวข้อที่เกี่ยวข้อง

1.6.1.2 เก็บข้อมูลจากการสำรวจและสังเกตงานออกแบบภูมิทัศน์ในประเทศไทย ที่พิจารณาว่าส่งเสริมการบำบัดจิตใจ เพื่อวิเคราะห์ถึงแนวคิด ลักษณะ รูปแบบ และองค์ประกอบที่ใช้ในการออกแบบ

1.6.1.3 เก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ออกแบบ เจ้าของโครงการ หรือผู้ใช้งานภูมิทัศน์ในประเทศไทย เพื่อให้ได้ข้อคิดเห็นและแนวทางในการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อส่งเสริมการบำบัดของประเทศไทยในปัจจุบัน

1.6.2 ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลจากวรรณกรรมและกรณีศึกษาภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจ เพื่อนำมาจัดจำแนกและหาความสัมพันธ์กัน

1.6.3 ขั้นตอนการสรุปข้อมูล

1.6.3.1 สรุปแนวคิดและหลักการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจ

1.6.3.2 การเปรียบเทียบข้อสรุปหลักการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจ และกรณีศึกษาการออกแบบภูมิทัศน์ของไทย

1.6.3.3 สรุปประเด็นที่สำคัญในการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจของไทย

1.6.3.4 สรุปแนวทางการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจของไทย

1.6.3.5 สรุปผลการศึกษา ข้อจำกัดในการศึกษา และข้อเสนอแนะในการศึกษา

ต่อในอนาคต

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.7 กระบวนการทำวิทยานิพนธ์

