

## บทที่ 6

### การสรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### 6.1 สรุปผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง “การจัดการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพในโรงพยาบาล ลำปาง อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง” วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมา แนวคิด และคุณค่าของดนตรีที่มีผลกับการส่งเสริมสุขภาพ ในโรงพยาบาล โดยทั่วไปทั้งในระดับสากล และในประเทศไทย ตลอดจน เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาของการใช้ดนตรีวิธีการ และสภาพปัญหาของการจัดการใช้ดนตรีเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ของโรงพยาบาลศูนย์ลำปาง อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง เพื่อเสนอแนวทางการจัดการที่เหมาะสมของการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนา เพื่อการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาลศูนย์ ลำปาง ให้บรรลุเป้าหมายและเกิดประสิทธิภาพ ซึ่งผลการศึกษา สรุปได้ว่า

- 1) การใช้ประโยชน์ของคนตรี เพื่อการทำให้ผ่อนคลายนั้นเป็นจุดเริ่มต้นของแนวความคิด เรื่องดนตรีบำบัด ตั้งแต่มนุษย์ใช้ดนตรีเพื่อการผ่อนคลาย มนุษย์มีความเชื่อเรื่องสิ่งเหนือธรรมชาติ และมีชนเผ่าที่ใช้ดนตรีในการบำบัดรักษาโรคภัยไข้เจ็บ โดยเชื่อว่าการเล่นดนตรีหรือการร้อง เป็นการเชิญจิตวิญญาณที่มีอำนาจเหนือธรรมชาติ เข้ามาช่วยรักษาผู้ที่เจ็บป่วย ดังนั้นพวกเขาเหล่านั้น จึงมีความเข้าใจว่าการร้องหรือการเล่นดนตรี เป็นการรักษาโรคให้แก่ผู้ป่วยที่ทุกข์ทรมานตั้งแต่นั้นมา ส่วนพิธีกรรมที่จะกระทำเป็นขั้นตอนอย่างไรนั้น อาจมีความแตกต่างกันไปตามวัฒนธรรมของมนุษย์แต่ละชาติพันธุ์ ตามความเชื่อเรื่องเหนือธรรมชาตินี้ได้รับการยอมรับจากคนที่อยู่ในสังคม ต่างเผ่า ต่างวัฒนธรรมทั่วโลกมาเป็นเวลาหลายพันปี ก่อนที่จะเกิดงานวิชาชีพด้านดนตรีบำบัด

จังหวะทำนองของคนตรีเกิดขึ้นจากจินตนาการที่ลอกเลียนแบบพฤติกรรมมนุษย์ เช่นเดียวกับองค์ประกอบของทำนอง ตัวอย่างเช่นจังหวะซ้ำเนิบมักสะท้อนอารมณ์ที่มีอาการโศกเศร้า เป็นทุกข์ เป็นการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ที่รู้สึกเศร้าโศก ย่อมไม่มีแรงและกำลังใจที่จะทำอะไรด้วยความรวดเร็ว จังหวะที่มีความเร็วกระชับก็เลียนแบบพฤติกรรมมนุษย์ที่มีความสดชื่นเบิกบาน ทำอะไรก็ทำด้วยความกระฉับกระเฉง เป็นต้น ในเรื่องจังหวะนี้ มีผลงานวิจัย

พบว่าจังหวะที่มีความเหมาะสมแก่ การรับฟังของมนุษย์ จะเป็นจังหวะที่มีความเร็วไม่เกินไปอัตราการเต้นของหัวใจของผู้นั้น หากผู้ใดได้รับฟังดนตรี ที่มีความเร็วเกินกว่าอัตราการเต้นของหัวใจ อาจทำให้เกิดอาการไม่สบาย ตึงเครียด ซึ่งอาจส่งผลที่ไม่ดีต่อสุขภาพได้ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับปัจจัยอีกหลายประการเช่นความพึงพอใจ ระดับความดังค่อยของเสียง เป็นต้น

จากการสำรวจข้อมูลแหล่งให้บริการด้านสุขภาพการใช้นดนตรีเพื่อสุขภาพในประเทศไทยพบว่า มีหลายหน่วยงาน ได้ดำเนิน กิจกรรมด้านดนตรีเพื่อการใช้ในการรักษาหรือฟื้นฟูสุขภาพนั้น ซึ่งบ้างก็เรียกว่าดนตรีบำบัด บ้างก็เรียกว่าดนตรีเพื่อสุขภาพ หรือดนตรีเพื่อการผ่อนคลาย เป็นต้น ทั้งนี้ บางหน่วยงานได้นำดนตรีไปทดลองใช้กับผู้ป่วยซึ่งมีรายงานว่า ได้ผลดี สถานที่ให้บริการลักษณะนี้ได้แก่ โรงพยาบาลต่างๆ รวมถึงศูนย์พักฟื้นบางแห่ง รูปแบบและวิธีการของการใช้นดนตรีเพื่อการบำบัดและเพื่อสุขภาพในประเทศไทยพบว่ามีแตกต่างกันออกไป ตั้งแต่การใช้นดนตรีเพื่อการผ่อนคลายสำหรับผู้ที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล ผู้ป่วยระยะพักฟื้น นอกจากนี้มีบางสถานที่ใช้นดนตรีเพื่อรักษาอาการของโรคเช่น อาการเจ็บปวดจากโรคมะเร็ง อาการเกร็งของกล้ามเนื้อของผู้ที่เป็นอัมพาตครึ่งซีกหรืออาการเครียดของผู้ป่วยทางจิตเวช เป็นต้น

จากข้อมูลการจัดกิจกรรมดนตรีในโรงพยาบาลและสถานที่ต่างๆ ที่กล่าวมาพบว่า ปัจจุบัน ในประเทศไทยมีเพียงการใช้รูปแบบที่ผสมผสานกัน คือการใช้นดนตรีเป็นสื่อในการจัดกิจกรรมดนตรีเพื่อให้เกิดการผ่อนคลาย ทั้งทางร่างกายและจิตใจ หรือใช้ประกอบการออกกำลังกายสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรม แม้ว่าจะมีโรงพยาบาลบางแห่งใช้นดนตรีเพื่อบำบัดความวิตกกังวล ความเครียด หรือความเจ็บปวด และยังไม่ปรากฏว่ามีหน่วยงานใดได้นำดนตรีบำบัดไปใช้ในการบำบัดเฉพาะโรคในเชิงปฏิบัติการทางคลินิกตามหลักสากล จึงเห็นได้ว่าการใช้นดนตรีเพื่อการบำบัดในโรงพยาบาลในประเทศไทย นั้นให้ความสำคัญกับการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อภาวะสุขภาพกายและจิตใจ

ดนตรีพื้นบ้านในประเทศไทย ได้รับความสนใจมากขึ้นจากคุณค่าและความงามความไพเราะของ ท่วงทำนองที่สอดรับกับความทรงจำ และความคุ้นเคยในอดีต ส่งผลให้เกิดความสุขจากการ รับฟัง โดยรูปแบบของดนตรีที่ใช้ฟังเพื่อบำบัดนั้นมีลักษณะ คือการใช้นดนตรีในรูปแบบสันตนาการ เป็นการจัดกิจกรรมให้ความบันเทิง มีวิธีการคือ การฟังเพลง การร้องเพลง และการเล่นดนตรี เพื่อให้เกิดความผ่อนคลาย ในส่วนการใช้นดนตรีเพื่อการบำบัดผู้ป่วยเฉพาะโรค ซึ่งใช้วิธีการเปิดเพลงให้ฟัง หรือให้ปฏิบัติกิจกรรมประกอบเสียงดนตรี

ส่วนมากพบว่าใช้เพื่อลดความเจ็บปวด อาการเครียด หรือวิตกกังวล และการประกอบพิธีกรรมตามความเชื่อพื้นบ้าน มีวิธีการใช้ดนตรีหรือการแสดงเพื่อ ทำการสื่อสารกับสิ่งเหนือธรรมชาติตามความศรัทธาของคนในท้องถิ่นนั้นๆ

ดนตรีเพื่อบำบัดในประเทศไทย ได้รับความสนใจเพิ่มมากขึ้น สังเกตได้จากสถานที่ให้บริการด้านนี้มีปริมาณเพิ่มมากขึ้นทั้งใน โรงพยาบาลของรัฐหรือโรงพยาบาลเอกชนตลอดถึงสถานที่ให้บริการด้านดนตรีบำบัดที่เปิดดำเนินการโดยแพทย์ หรือผู้มีประสบการณ์ด้านดนตรีอื่นๆ ทำให้รูปแบบของดนตรีบำบัดที่พบในประเทศไทยสรุปได้เป็น 3 ลักษณะ คือ การใช้ดนตรีบำบัดในรูปแบบสันตนาการ การใช้ดนตรีเพื่อการบำบัดเฉพาะโรค การประกอบพิธีกรรมตามความเชื่อพื้นบ้าน

การนำดนตรีพื้นบ้านล้านนามาใช้ จึงเป็นส่วนหนึ่งช่วยชักนำจิตใจ เสริมสร้างบรรยากาศในการบรรเทาความเครียดจากการรอคอยการรักษา หรือบรรเทาความเครียดจากความวิตกกังวลหรือความกลัวต่าง ๆ นานา สำหรับผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาในโรงพยาบาลและญาติที่เฝ้ารอผลการรักษา ให้ทุเลาความวิตกกังวลและความเครียดต่างๆ ลงได้

2) นโยบายของกระทรวงสาธารณสุขในโครงการ “โรงพยาบาลสาธารณสุขยุคใหม่ เพื่อคนไทยสุขภาพดี มีรอยยิ้ม” แม้ว่าโรงพยาบาลลำปาง เป็นโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ คือการรักษาโรค ที่ซับซ้อนยุ่งยาก มีความเกี่ยวเนื่องกันหลายระบบ หลากหลายสาขา แต่การสร้างเสริมสุขภาพถือเป็นเรื่องที่ต้องให้ความสำคัญประการหนึ่ง และโรงพยาบาลลำปางเห็นความสำคัญของดนตรีเพราะเหตุที่ว่า ดนตรีนั้นเกิดขึ้นโดยมนุษย์ เพื่อตอบสนองความต้องการในการช่วยผ่อนคลาย สภาวะที่ไม่ปกติทางร่างกายและจิตใจ กลายเป็นกิจกรรมที่ได้รับความสนใจในแวดวงการศึกษาแพทย์แผนปัจจุบัน หลังจากนั้น จึงเกิดการนำดนตรีมาใช้เพื่อการบำบัด แม้จะมีความแตกต่างกันในแต่ละรูปแบบ แต่โดยวัตถุประสงค์แล้วมีความสอดคล้องกัน คือ การใช้ดนตรีเพื่อการบำบัดสภาวะที่ไม่ปกติทั้งทางร่างกายและจิตใจ การเล็งเห็นประโยชน์ของดนตรีเพื่อใช้ในการบำบัดและเพื่อความผ่อนคลายมีหลากหลายประการขึ้นอยู่กับ โอกาสที่นำไปใช้ เช่นการใช้ดนตรีบำบัดในโรงพยาบาลลำปาง สามารถช่วยบรรเทาความวิตกกังวลต่อความเจ็บปวด อาจใช้ควบคู่ไปกับยาบรรเทาปวด หรือการวางยาสลบ ช่วยลด ความตึงเครียด และยังช่วยในการฟื้นฟูสภาพร่างกาย และอารมณ์ของผู้ป่วยระยะพักฟื้น ทำให้สงบและนอนหลับ ช่วยลดความกลัว ช่วยในการคลายตัวของกล้ามเนื้อ รวมทั้งยังช่วยกระตุ้นระบบการ

ทำงานของสมองได้ คนตรีที่มีเนื้อร้องสมัยอดีตอาจช่วยเตือนความจำแก่ผู้สูงอายุที่เริ่มมีอาการหลงลืมได้

การส่งเสริมสุขภาพ โดยการ ใช้ดนตรีถือได้ว่าเป็นกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิต สุขภาพอนามัยของประชาชนที่ยั่งยืนและสอดคล้องกับวิถีชีวิตไทย อีกประการหนึ่งที่โรงพยาบาลลำปาง ให้ความสำคัญ คือ การจะใช้ดนตรีประเภทใดในการทำกิจกรรมดนตรีเพื่อ บำบัด และเพื่อการผ่อนคลายนั้น ควรสำรวจสนิยมของการฟังเพลงของแต่ละบุคคลด้วย ปัญหาในช่วงปีแรกๆ นั้น มีการฝึกซ้อมเกือบทุกวันเนื่องจากมีทั้งดนตรีสากลและดนตรีไทย ต่อมาคงเหลือไว้แต่เพียงดนตรีไทย เพราะ ดนตรีสากล หาโอกาสในการเล่นเพื่อผ่อนคลาย ในเวลา กลางวันลดลง ดังนั้นสถานที่ซ้อมดนตรีไทย คือ ห้องประชุม อาคารอุบัติเหตุและฉุกเฉินใน เวลากลางวันและเย็น ทำให้ มีผู้มาเรียนมากขึ้น โดยมีผู้ควบคุมวง กล่าวว่า การจัดตั้งชมรมดนตรี ไทยเป็นเรื่องยาก แต่การรักษาให้ธำรงอยู่นั้นยิ่งยากกว่า ในปัจจุบันผู้เล่นที่คงอยู่ล้วนเป็นผู้มีใจ รักด้านดนตรีไทย มีความตั้งใจจริง สามารถจัดสรรเวลา ในการเรียนได้ และมีความขยันหมั่น ฝึกซ้อม บรรยากาศซ้อมแบบสบายๆ เป็นกันเอง สนุกสนาน

ต่อมาด้วยภาระงานที่หนักมากขึ้น เนื่องจาก ทางโรงพยาบาลลำปางได้มีการขยาย ขอบเขต การให้บริการให้มากขึ้น โดยยกระดับฐานะเป็นโรงพยาบาลศูนย์ภาคเหนือ เป็น แหล่งฝึกงานและศึกษาดูงาน ทั้งทางทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ทำให้เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลมีภาระ งานในหน้าที่ที่เพิ่มขึ้นกว่าแต่ก่อน อีกทั้งผู้เล่นดนตรีไทย ได้เกษียณจากงานราชการจำนวน หนึ่ง จึงทำให้จำนวนผู้บรรเลงดนตรีในโรงพยาบาลนั้น ได้ลดจำนวนลงอย่างต่อเนื่อง แต่ยังคง พบว่าความถนัดด้านดนตรีประเภทนี้มีอยู่อย่างจำกัด ทำให้ผู้ควบคุมวงต้องยุติบทบาท การทำ ให้อว้าง เป็นวงดนตรีไทยที่มีศักยภาพ จนเหลือเพียงผู้บรรเลงที่ว่างจากหน้าที่การงานจริงๆ

จากสภาพปัญหาการดำเนินการ โดยใช้ดนตรี ในโรงพยาบาลลำปางจำนวนบุคลากรใน การบรรเลงถือเป็นปัญหาที่สำคัญ วิธีการที่แตกต่างยังพบปัญหาหลายด้าน ปัญหาแรกคือระบบ ภายใน ที่เกี่ยวเนื่องกับกระบวนการถ่ายทอดอย่างเป็นรูปธรรมให้กับหน่วยงานหรือองค์กร ภายนอก ในเรื่องการประชาสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม การนำออกไปใช้อย่างแพร่หลาย กับหน่วยงานสาธารณสุขที่อยู่นอกพื้นที่โรงพยาบาลลำปาง ได้แก่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลซึ่งจำเป็นต้องมีระบบทันตภิบาลเพื่อลดปัญหาโรคเหงือกและฟัน ปัญหาที่สองเป็น ทางด้านกายภาพ ที่เกี่ยวกับ ปัจจัยภายในเรื่องเสียงที่ดังเบาไม่สม่ำเสมอ การสนับสนุนการ

แต่งกายและการสนับสนุนสวัสดิการ ด้านอาหารกลางวัน และอื่นๆ การที่ต่างฝ่ายต่างบรรเลงไม่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การหาผู้ที่สนใจเล่นดนตรีที่บ้านทดแทนบุคลากรที่เกษียณอายุราชการ การสื่อเพื่ออธิบายให้เห็นถึงภูมิปัญญาท้องถิ่นเกี่ยวกับเครื่องดนตรีให้กับผู้ที่สนใจ และเกี่ยวกับสถานที่ในการเล่นดนตรียังไม่เหมาะสม ที่จะทำให้เกิดความสะดวกแก่ผู้เล่นและผู้ฟัง

3) เพื่อเสนอแนวทางการจัดการที่เหมาะสมของการใช้ดนตรีที่บ้านล้านนาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ของโรงพยาบาลศูนย์ ลำปาง ให้บรรลุเป้าหมายและเกิดประสิทธิภาพ

จากผลของการศึกษา ซึ่งเป็นสภาพปัญหาของโรงพยาบาลลำปาง ที่มีความคิดเห็นของภาคประชาชนที่สนับสนุน ว่าสมควรภาคประชาชนมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งในการใช้ดนตรีที่บ้านล้านนาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ และ ซึ่งผลการศึกษายังชี้ให้เห็นว่าชุมชนโดยรอบ ชมรมดนตรีที่บ้าน ชมรมจิตอาสา ศิลปินพื้นถิ่น มีความเข้มแข็ง และมีความร่วมมือกันเป็นอย่างดีเพื่อดำเนินกิจกรรมทางสังคมส่วนรวม สรุปคือ

แนวทางของดนตรีเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของโรงพยาบาลศูนย์ลำปางมีข้อเสนอแนะแนวทางดังนี้

3.1) การกำหนดรูปแบบ และท่วงทำนองของดนตรีไทย และดนตรีที่บ้านล้านนา ที่เหมาะสมที่จะบรรเลงในโรงพยาบาลศูนย์ลำปาง เพราะเหตุว่า ภูมิหลังของผู้ฟังที่มีความแตกต่างของวัย ความชอบในจังหวะ และทำนองถือเป็นปัจจัยสำคัญ ดังนั้นการใช้ดนตรีเพื่อตอบสนองทำให้เกิดความสุข ความผ่อนคลาย หรือเพื่อให้บรรเทาอาการแห่งความทุกข์ทั้งปวงนั้น ดนตรีที่นำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันควรมีหลักการในการเลือกสรรดนตรีให้เหมาะสมเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้แก่

การฟัง การฟังเพื่อการผ่อนคลาย ควรเลือกเครื่องดนตรี บรรเลงในแนวที่ชชอบอาจเป็นดนตรีที่ช้าเนิบ มีจังหวะในอยู่ไม่เกิน ระดับการเต้นของหัวใจ การฟังเพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน เมื่อเกิดสภาวะเหงา หดหู่ หรืออยู่ในบรรยากาศที่มีแต่ความเงียบ อาจเลือกเพลงที่ให้ความหมายในทางสนุกสนาน จังหวะที่เร็วขึ้นเล็กน้อย การฟังเพื่อทำความเข้าใจเนื้อร้อง เพลงลักษณะนี้พบมากในบทเพลงที่ใช้ประกอบการสอน หรือวรรณกรรมที่บ้านล้านนาได้แก่ จ้อย คำว ซอ ต่างๆ

การร้อง มีลักษณะที่หลากหลาย การร้องเพื่อรีนเริงบันเทิงใจ เพราะเมื่อคนเรา ร้องเพลงที่ตนชอบแต่ละครั้งนั้น ฮอร์โมนแห่งความสุขได้แก่ เอนดอร์ฟิน (Endorphins) จะหลั่งออกมา

3.2) สถานที่ในโรงพยาบาล ถือเป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญประการหนึ่งเพราะ สถานที่ ที่มีลักษณะใกล้เคียงธรรมชาติมากที่สุด ก็จะทำให้เสียงดนตรีได้รับความสนใจ ยิ่งขึ้น และสถานที่นั้น ควรมีความเหมาะสมทั้งอุณหภูมิ ความเงียบสงบ และไม่เป็น เส้นทางสัญจรที่จอแจมากเกินไป แนวทางด้านสถานที่ มีดังนี้

3.2.1) จัดให้มีสถานที่สำหรับการบรรเลงเพลงพื้นบ้านล้านนา

1) สำหรับประชาชนทั่วไป ใช้พื้นที่ที่เปิดโล่ง หรือที่มีอากาศปลอดโปร่ง ที่มีการเดินเท้าผ่าน เช่น บริเวณใกล้จุดตรวจผู้ป่วยนอก ใกล้ห้องยา และควรมีเก้าอี้สำหรับนั่งฟัง เพื่อให้ประชาชนทั่วไปที่มาใช้บริการ หรือ มารับ ส่งผู้ป่วยและญาติ ให้มีโอกาสได้รับฟังเพลงพื้นบ้านล้านนา ระหว่างรอรับการตรวจหรือรอรับยา

2) สำหรับผู้ป่วยที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง หรือผู้ป่วยที่พักฟื้นจากการรักษา พร้อมทั้งจะกลับบ้านในเวลาสมควร หรือผู้ป่วยที่มีญาติเฝ้าดูแลตลอดเวลา โดยไม่มีข้อห้ามหรือข้อจำกัด จากแพทย์ผู้ทำการรักษาพยาบาล ควรจัดสถานที่สำหรับการรับฟังเฉพาะที่มีลักษณะเป็นห้อง โดยห้องที่จะรับฟังเพลงดนตรีพื้นบ้านล้านนานั้น ไม่มีเสียงรบกวนจากภายนอก ควรมีเก้าอี้ และบรรยากาศที่เป็นธรรมชาติ เสียงที่บรรเลงไม่ดังจนเกินไปตามแนวทางการใช้ดนตรีเพื่อการบำบัด ทำให้ผู้ป่วย ที่รับฟังนั้น ลดความเครียดจากอาการป่วย หรือ ไม่สุขสบายจากภาวะของโรค และเป็น การกระตุ้นให้ร่างกายรับรู้เสียงเพลง

3.2.2) เสนอโครงการจัดสร้างประชุมห้องสนทนาการและนันทนาการ เพื่อประโยชน์ในการใช้บรรเลงดนตรี หรือเพื่อดำเนินกิจกรรมบริการด้านอื่นๆ เช่น เพื่อการประชุมกลุ่ม

3.3) อุปกรณ์ และเครื่องเสียง เป็นส่วนที่ช่วยให้การบรรเลงดนตรีในโรงพยาบาล ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายเป็นอย่างดี ถ้าอุปกรณ์มีคุณภาพ มีความทันสมัย จะช่วยให้เกิดความสะดวกสบายในการบรรเลงและการรับฟัง เป็นกระตุ้นผู้ฟังส่งผลให้ กิจกรรมดนตรีในโรงพยาบาล มีประสิทธิภาพ อุปกรณ์ที่สำคัญ ได้แก่ เครื่องดนตรี เครื่องขยายเสียง

3.4) การสร้างรูปแบบการฟังเพลง เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพผู้ร่วมฟังเพลง วิธีการ โน้มน้าวและกระตุ้นให้ผู้ฟัง มีความสนใจติดตาม เพื่อให้เกิดความพึงพอใจ ดังนั้น กลุ่มเป้าหมาย ที่มีลักษณะแตกต่างกัน ทั้งในด้านสภาวะความพร้อมของร่างกาย จิตใจ อายุ และเพศ ได้แก่

การบรรเลงดนตรีสำหรับ ผู้ป่วย ควรมีความสอดคล้องกับสภาพทางร่างกายและ จิตใจ การบรรเลงเพลงสำหรับผู้ใหญ่ ที่มีอายุตั้งแต่ 25-60 การบรรเลงเพลงสำหรับผู้สูง วัย ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป การสร้างแรงจูงใจที่จะรับฟังเพลง ถือเป็นทักษะและ ประสบการณ์ที่เคยได้ยิน ได้ฟัง ในการบรรเลง

3.5) การสร้างรูปแบบดนตรีใน โรงพยาบาล โดยใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนา เพื่อเป็น เครื่องมือให้ผู้ป่วยและญาติรับฟัง เพราะเพลงพื้นบ้านล้านนานั้น ถือได้ว่ากระแ สวัฒนธรรมที่ควรอนุรักษ์ไว้เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่ให้อนุชนรุ่นหลัง

3.6) การสร้างแรงจูงใจให้ บุคลากรที่บรรเลงดนตรีพื้นบ้านล้านนา ให้เกิดขวัญ และกำลังใจที่จะบรรเลงขับกล่อมให้ผู้ป่วยและญาติได้รับฟัง ด้วยการเพิ่มสิทธิพิเศษบาง ประการให้กับ นักดนตรีเหล่านั้น เช่น การให้สิทธิพิเศษ เมื่อเข้ารับการรักษาพยาบาล ลด การเข้าคิวรอตรวจนาน โดยให้จัดลำดับเข้าคิวในการตรวจรักษา ในฐานะเจ้าหน้าที่ โรงพยาบาล ที่มีช่องทางเสริม ไว้อยู่แล้ว หรือการจัดให้มีที่จอดรถเฉพาะสำหรับผู้ที่มี จิตอาสา ที่จะทำประโยชน์ด้านดนตรีพื้นบ้านล้านนา ประสานงานกับ โรงเรียนที่นักเรียน มีความสามารถด้านดนตรีพื้นบ้านล้านนาและพร้อมที่จะเป็นจิตอาสา หรือสนใจงาน ด้านสุขภาพ ให้มีโอกาสเก็บผลงานจากการมีส่วนร่วมในการบรรเลงพื้นบ้านล้านนาเพื่อ การส่งเสริมสุขภาพนั้นเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลผู้ป่วย เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการ ศึกษาในระดับสูงต่อไป

3.7) พัฒนาเครื่องดนตรีพื้นบ้านล้านนา ให้เกิดประโยชน์ในด้าน การบำบัดอย่าง แท้จริง ตามแนวทางของดนตรีบำบัด ในระดับสากล เพื่อศึกษาและประเมินผล อันจะ

นำไปสู่การพัฒนา แนวทางการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนาเพื่อการบำบัด ให้เกิดประโยชน์  
ยิ่งขึ้นไป

## 6.2 อภิปรายผล

แนวทางดังกล่าวเป็นแนวทางที่ผู้ศึกษาคาดว่าจะเป็นแนวทางการจัดการที่มีประสิทธิภาพ ซึ่ง  
สอดคล้องกับแนวคิด แนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชนและ แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ ดัง  
รายละเอียดของแนวคิดทฤษฎีที่ผู้ศึกษานำเสนอไว้ในบทที่ 2 ศึกษาได้อภิปรายดังต่อไปนี้

### 1) แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชน

ดังนั้นในการพิจารณารูปแบบ และวิธีการในการจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนา  
เพื่อการส่งเสริมสุขภาพในโรงพยาบาลลำปาง จังหวัดลำปาง ครั้งนี้ผู้ศึกษานำแนวคิดการมี  
ส่วนร่วมของชุมชน แนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์เนื้อหาและข้อมูล  
นำมาสรุป และ มีความเห็นว่า รูปแบบและแนวทางในการจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้าน  
ที่เหมาะสมนั้น คือ การจัดการ โดยชุมชนและอย่างมีส่วนร่วมของภาคประชาชนเพื่อให้เกิดการ  
ประสบผลสำเร็จและเกิดประสิทธิภาพ ด้วยเหตุผลและหลักการที่ว่า ประชาชนในชุมชนนั้น  
เป็นเจ้าของมรดกวัฒนธรรม ในด้านดนตรีพื้นบ้านล้านนา เป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิด มีความ  
ผูกพัน และได้รับผลกระทบเกี่ยวข้องกับ การใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนา อันจะก่อให้เกิด  
ประโยชน์ในด้านการส่งเสริมสุขภาพได้ทั้งทางตรง คือการใช้ดนตรีเป็นสื่อกลางที่จะช่วยการ  
ส่งเสริมสุขภาพในโรงพยาบาลลำปาง ได้รับการแก้ไข เกื้อกูลกันอย่างยั่งยืนสืบไป เพราะดนตรี  
พื้นบ้านล้านนาอยู่ผูกพันอยู่ในวิถีชีวิตของ ประชาชนที่เกี่ยวข้องที่ได้รับฟังบทเพลงดังกล่าว  
ซึ่งส่งผลให้เกิดความมุ่งมั่นในการผ่อนคลาย ความเครียดและความวิตกกังวลในโรงพยาบาล  
ได้ ดังเหตุผลที่กล่าวมาแล้ว

จากผลการศึกษาดูการจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ในครั้ง  
นี้พบว่า การจัดการกิจกรรมดังกล่าวดำเนินการอยู่ในเฉพาะส่วน โรงพยาบาลลำปางเท่านั้น ส่วน  
ราชการอื่นๆ ในจังหวัดลำปางและภาคประชาชนไม่ได้มีบทบาทและส่วนร่วมเท่าที่ควร และ  
สภาพปัญหาพบว่า การขาดแคลนบุคลากรด้านดนตรีในโรงพยาบาลค่อนข้างลดจำนวนลง และ  
การประชาสัมพันธ์ที่ถือว่ามีความสำคัญยิ่งที่จะเป็นการเปิดพื้นที่ และเปิด โอกาสให้  
บุคคลภายนอกเข้ามามีส่วนร่วมได้ ดังนั้น ผู้ศึกษาได้พิจารณาและมีความเห็นว่า ทิศทางของ  
รูปแบบและแนวทางที่เหมาะสมสำหรับการจัดการใช้ดนตรีพื้นบ้านเพื่อการส่งเสริมสุขภาพนั้น



การดำเนินการโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของภาคประชาสังคม ทั้งนี้ด้วยเหตุผลและหลักการที่ว่า กิจกรรมทางวัฒนธรรมดังกล่าวเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งการบรรเลงดนตรีพื้นบ้านล้านนา เป็นวิถีพื้นถิ่นที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของชาวเหนือมาแต่โบราณ

ดังนั้น ประชาชนทุกภาคส่วนในเขตเทศบาล หรือองค์กรส่วนท้องถิ่นอื่นๆ ควรมีส่วนร่วมรับรู้และมีส่วนร่วมในกิจกรรมสำคัญดังกล่าวในฐานะเจ้าของมรดกวัฒนธรรม แม้ว่าโรงพยาบาลลำปาง จะเป็นหน่วยงานที่ริเริ่มกิจกรรมดังกล่าว แต่มีเป้าหมายเพื่อประโยชน์ด้านสุขภาพแก่สังคมโดยส่วนรวม การที่จะดำเนินการใดๆ ประชาชนและหน่วยงานต่างๆ ทุกภาคส่วนควรมีส่วนร่วมในการจัดการและมีส่วนร่วมในกระบวนการการดำเนินการ ร่วมคิด ร่วมทำ และร่วมกิจกรรม เพื่อส่งเสริมการรักษาคุณค่าของวัฒนธรรมดนตรี ให้เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมสุขภาพ ต่อสังคม โดยส่วนรวม

ผลการศึกษาที่สอดคล้องกับแนวคิดการมีส่วนร่วม ซึ่งการมีส่วนร่วมนั้นจะต้องประกอบด้วยการมีจิตสำนึกร่วมกัน และการมองเห็นประโยชน์ต่อส่วนรวม การมีจิตสำนึกร่วมกันต้องมีการเสริมสร้างให้เกิดมีวิสัยทัศน์ร่วมกัน ก่อให้เกิดการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง มีระบบเครือข่ายที่มีการจัดการอย่างมีประสิทธิภาพ ในการจะสร้างให้ชุมชนมีความเข้มแข็งเพื่อให้สามารถมีส่วนร่วมในการจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้าน จะต้องสร้างให้ชุมชนมีจิตสำนึกร่วม มีหลักการ และมีจุดมุ่งหมาย โดยมีองค์ประกอบที่ทำให้เกิดพลังในชุมชน คือ การมีวิสัยทัศน์ร่วมกัน การมีส่วนร่วมกันอย่างแท้จริง มีการติดต่อสื่อสารกันอย่างต่อเนื่อง มีเครือข่ายและความร่วมมือ และมีระบบการจัดการที่มีประสิทธิภาพ และพึงชี้ให้เห็นประโยชน์ต่อส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ที่จะได้เฉพาะตน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ ที่เน้นให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการ ซึ่งจะกำหนดกฎเกณฑ์ว่าใครบ้างมีส่วนกำหนดบทบาทในภาวะสุขภาพได้ สำหรับการจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนานั้น จำเป็นต้องมีเงื่อนไขที่เหมาะสมที่จะทำให้เห็นว่าประโยชน์ที่จะได้จากความร่วมมือกันนั้นสูงกว่าประโยชน์ที่ได้จากการตัดดวงเฉพาะตนและในส่วนของการมีส่วนร่วมนี้หน่วยงานภาครัฐที่ดูแลพื้นที่ คือ เทศบาลนครลำปาง ร่วมกับโรงพยาบาลลำปาง ต้องสนับสนุนให้ประชาชนในชุมชนต่าง ๆ เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการงานด้วย โดยการส่งเสริมความรู้สร้างความเข้าใจในบทบาทหน้าที่ และประโยชน์ที่จะได้รับตามมา

ในการเข้าไปมีส่วนร่วมในการจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนา นั้นเป็นการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนอีกทางส่วนร่วมต้องใช้การประชาสัมพันธ์ที่สามารถสร้างความรู้ความ

เข้าใจ ให้รู้ถึงบทบาทของตน สามารถกระตุ้นให้ภาคประชาสังคมเข้ามามีส่วนร่วม โดยจะมีรูปแบบการมีส่วนร่วมในการจัดการแตกต่างกันไปตามลักษณะของการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับการใช้ดนตรีพื้นบ้านเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ จะเห็นได้ว่าการที่ประชาชนได้รับข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ นั้น มีผลต่อการมีส่วนร่วมในการจัดการ เทคนิคการประชาสัมพันธ์ในการกระตุ้นให้ชาวบ้านได้เข้ามามีส่วนร่วม คือ การใช้สื่อบุคคลในการติดต่อสื่อสารกันโดยตรงจากการสนทนากลุ่ม และการใช้สื่อมวลชน ในการเผยแพร่ข่าวสารเพื่อกระตุ้นให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วม

## 2) แนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพ

เมื่อดนตรีพื้นบ้านล้านนาได้เข้ามามีบทบาทอีกประการหนึ่งที่ช่วยในการส่งเสริมสุขภาพกายและจิตใจแล้ว ถือได้ว่า การบำบัดอารมณ์และจิตใจเป็นไปตามขั้นตอน ในรูปแบบจังหวะและทำนองที่กระตุ้นให้ประชาชนรักในสุขภาพตนเอง

รูปแบบที่เหมาะสมของดนตรีพื้นบ้านล้านนาที่ใช้ในโรงพยาบาลนอกจากความดังของเสียง ที่ไม่ควรมากเกินไป และแนวทำนองของเพลงนั้น ถือได้ว่าเป็นสิ่งประกอบหลัก เพราะการรับฟังเพลงที่ได้จากวงดนตรีพื้นบ้านนั้นส่งผลต่อจิตใจที่จะระลึกถึงเรื่องราวในอดีตของผู้ฟัง หรือในเนื้อหาของเพลงทำให้เกิดการเบี่ยงเบนความกลัว และวิตกกังวลได้ระดับหนึ่ง แสดงให้เห็นดนตรีพื้นบ้านถือเป็นเครื่องกระตุ้นสมองให้กระตุ้นและ ระลึกถึงความทรงจำจากการรับรู้ในดนตรีพื้นบ้านที่ส่งผลให้เกิด ในเรื่องความวิตกกังวลและความกลัวต่าง ๆ นานาลดลง

### 6.3 ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาในครั้งนี้ที่ได้นำแนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชน มาใช้ในรูปแบบและวิธีการจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนา เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ที่จะสร้างให้เป็นจุดเด่น และสร้างคุณค่าของดนตรีพื้นบ้านล้านนา กระบวนการนี้ต้องอาศัยการประสานความร่วมมือกัน ในทุกภาคส่วนของภาคประชาสังคมอย่างจริงจัง จริงใจ และพร้อมใจ ในการร่วมดำเนินการ ซึ่งจะนำไปให้บรรลุเป้าหมายก่อให้เกิดผลดีต่อการสืบสานศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น และส่งเสริมสุขภาพอันดีของภาคประชาสังคมนั้นอย่างแท้จริง อีกทั้งหากมีกระบวนการส่งผ่านที่ทำให้ดนตรีล้านนาที่เป็นวัฒนธรรมท้องถิ่นคงคุณค่าและความสำคัญ สืบต่อไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจะมีมหาศาล ประเมินค่าไม่ได้

การศึกษาในครั้งนี้เป็นเพียงวิธีการจัดการหนึ่ง ในการจัดการทางวัฒนธรรมที่ใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งอาจจะสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้ ต่อเมื่อภาคประชาสังคมของประชาชนในชุมชน โดยรอบโรงพยาบาล หรือประชาชนที่เกี่ยวข้อง เข้ามาร่วมมือร่วมใจกัน เพื่อสร้างประโยชน์ให้เกิดผลต่อสุขภาพโดยรวม ที่ดีในอนาคตต่อไป

การดำเนินการวิจัยที่สามารถต่อยอดขยายองค์ความรู้ ได้แก่

1) การวิจัยเพื่อหาวิธีการกระตุ้นให้ภาคประชาสังคมเห็นคุณค่า และตระหนักถึงความสำคัญของการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนา อันเป็นกระบวนการหนึ่งในการส่งเสริมสุขภาพ ในโรงพยาบาลต่าง โดยการเริ่มต้นกระบวนการมีส่วนร่วม เพื่อดึงให้ภาคประชาสังคมเข้ามามีส่วนร่วมมากที่สุด อย่างจริงจัง ซึ่งจะทำให้การจัดการการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ให้เกิดประสิทธิผลสมบูรณ์แบบมากที่สุด

2) การวิจัยเกี่ยวกับการเพิ่มประสิทธิภาพ ที่หลากหลายของการใช้ดนตรีพื้นบ้านอื่น ได้แก่ ดนตรีชาติพันธุ์ ซึ่งได้ดำเนินการ โดยกระบวนการมีส่วนร่วม ของภาคประชาสังคม เพื่อเป็นการช่วยพัฒนาต่อยอดให้การใช้ดนตรีเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ มีประสิทธิภาพสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

3) การวิจัยเพื่อสร้างกระบวนการ ที่ทำให้ ตระหนักถึง วัฒนธรรมท้องถิ่นคงคุณค่าและความสำคัญ เพื่อสร้างประโยชน์ต่อสุขภาพและสังคมสืบต่อไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

4) การศึกษาวิจัยโดยการใช้ดนตรีพื้นบ้านล้านนาที่เหมาะสม เป็นเครื่องมือ ที่จะนำไปใช้เพื่อการบำบัด ด้วยดนตรีโดยตรง เพื่อติดตามผลการวิจัยที่จะทำให้คุณค่าของดนตรีพื้นบ้านล้านนามีคุณค่าเพิ่มขึ้น