

บทที่ 6

บทสรุป

การศึกษาทบทวนในครั้งนี้ได้องค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์หลายประการเกี่ยวกับการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจ โดยภูมิทัศน์ที่สามารถบำบัดจิตใจนั้นจะแตกต่างจากภูมิทัศน์ในลักษณะอื่น ตรงที่มีการคำนึงถึงผลทางสุขภาพและกระบวนการในการบำบัดจิตใจ ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งที่ภูมิสถาปนิกควรให้ความสนใจเป็นอย่างยิ่ง โดยสามารถนำหลักในการออกแบบภูมิทัศน์ที่เป็นสากลมาพิจารณาในประเด็นและรายละเอียดที่ได้มีการสรุปจากงานวิจัย เพื่อให้เกิดผลของการบำบัดจิตใจอย่างเหมาะสม

6.1 บทสรุปแนวทางในการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจ

ภูมิทัศน์มีความสัมพันธ์กับการบำบัดจิตใจ โดยสามารถส่งเสริมให้เกิดกระบวนการบรรเทาและการผ่อนคลายจากสภาพจิตใจที่กดดันหรืออ่อนแอ ทำให้เกิดการลดความเครียดและรู้สึกสบาย ซึ่งนำไปสู่การฟื้นฟูสภาพต่างๆ ให้กลับสู่ความสมดุลและความเป็นอยู่ที่ดีอีกครั้ง จากการศึกษาทบทวนพบว่าภูมิทัศน์สามารถบำบัดจิตใจได้โดยมีข้อมูลใน 2 ลักษณะที่เชื่อมต่อกัน คือ กระบวนการในการบำบัดจิตใจ และพื้นที่หรือภูมิทัศน์ที่สอดคล้องกับกระบวนการดังกล่าว โดยกระบวนการในการบำบัดจิตใจมี 4 กระบวนการ คือ ความรู้สึกว่าสามารถควบคุมได้และความเป็นส่วนตัว การสนับสนุนทางสังคม การเคลื่อนไหวทางสรีระและการออกกำลังกาย รวมทั้งการเข้าถึงธรรมชาติและสิ่งเบี่ยงเบนความสนใจที่ดี

การออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจสามารถใช้ทั้ง 4 กระบวนการในการออกแบบพื้นที่ หรือใช้กระบวนการใดกระบวนการหนึ่งเป็นหลักในการออกแบบตามจุดมุ่งหมายของการบำบัดได้ โดยมีข้อมูลในด้านพื้นที่ซึ่งพิจารณาในเรื่อง สิ่งเร้าในการบำบัดจิตใจ ภูมิทัศน์และองค์ประกอบของภูมิทัศน์ที่มนุษย์ชอบ ความพึงพอใจจากการรู้สึก รับรู้ และการพิจารณาทางปัญญา การเพ่งพินิจ ฯลฯ ซึ่งสามารถประมวลและสรุปแนวทางการออกแบบพื้นที่หรือภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในส่วนหรือสวนสาธารณะ ฯลฯ เพื่อให้เกิดการบำบัดจิตใจแก่บุคคลที่มีความเครียดหรือมีสภาพจิตใจอ่อนแอได้ ดังนี้

1.) การออกแบบที่กระตุ้นการรู้สึกอย่างเหมาะสม ซึ่งจะนำไปให้เกิดความพึงพอใจในการรู้สึกและการรับรู้ ที่ช่วยให้ผ่อนคลายและบรรเทาจากความเครียดความเจ็บปวดของจิตใจ

- การส่งเสริมให้เกิดสภาพที่น่าสบายโดยคำนึงถึงอุณหภูมิ ลม ความชื้น และแสงอาทิตย์ในบริเวณ เพื่อเชื้อให้เกิดการเข้าไปใช้พื้นที่

- การออกแบบให้มีความสมดุลของสิ่งเร้าเพื่อกระตุ้นประสาทสัมผัส และความทรงจำที่ดี ทำให้เกิดการค้นหาและการสำรวจพื้นที่
- การกระตุ้นทางสายตาด้วยความหลากหลายและความซับซ้อนขององค์ประกอบที่ดึงดูดความสนใจ

2.) การจัดองค์ประกอบของพื้นที่ที่มีแบบแผน มีเอกภาพ และความสมดุล เพื่อให้เกิดความกลมกลืนที่สร้างความพึงพอใจจากการรับรู้ ทำให้รู้สึกเข้าใจได้ง่าย สามารถควบคุมได้ และมีความปลอดภัย

- ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของโครงสร้างและภาพรวมของพื้นที่ที่ชัดเจน สอดคล้องกัน สามารถรับรู้ตำแหน่งทิศทางได้ง่าย
- การลำดับพื้นที่หรือองค์ประกอบที่สร้างเรื่องราว มีความต่อเนื่องและมีการพัฒนา ซึ่งดึงดูดให้เกิดการค้นหา
- จังหวะขององค์ประกอบที่น่าติดตามและดึงดูดความสนใจให้อยู่กับปัจจุบัน ซึ่งรวมถึงจังหวะของธรรมชาติและฤดูกาล

3.) พื้นที่โอบล้อมที่สร้างความลึกกลับและน่าพอใจ การใช้องค์ประกอบต่างๆสร้างพื้นที่โอบล้อมที่ส่งเสริมมุมมองและความรู้สึกที่พึงพอใจ

- การใช้รูปร่างและองค์ประกอบสร้างขอบเขตของพื้นที่ที่รับรู้ได้ง่าย มีการเข้าถึงได้สะดวก และมีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมโดยรอบ
- การสร้างพื้นที่ส่วนตัวที่รู้สึกปลอดภัย อบอุ่น ค่อยๆ และให้ความรู้สึกสามารถควบคุมได้ รวมทั้งสร้างพื้นที่ทำกิจกรรมร่วมกันของสังคมอย่างเพียงพอ
- การโอบล้อมพื้นที่ที่มีการเชื่อมต่อซอกกัน มีการคลี่คลายพื้นที่อย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะสร้างมุมมองที่มีมิติ ลึกกลับและน่าค้นหา
- การใช้พื้นที่โอบล้อมสร้างกรอบของการมอง ที่ทำให้เกิดการรวมกันขององค์ประกอบ สามารถพิจารณาภาพได้อย่างสมบูรณ์
- การจัดให้มีพื้นที่เปิดโล่งภายในบริเวณที่มีมุมมองกว้าง ไม่จำกัด ทำให้สามารถรับรู้ภาพรวมได้ง่าย และรู้สึกปลอดภัย

4.) การออกแบบองค์ประกอบของสวนที่มนุษย์ชอบและสื่อความหมายทางสัญลักษณ์ เพื่อให้เกิดความรู้สึกคุ้นเคยและปลอดภัย ซึ่งสร้างความพึงพอใจที่มีผลจากสัญชาตญาณและการสั่งสมทางความคิด ความเชื่อของวัฒนธรรมนั้นๆ

- การออกแบบให้มีเส้นสาย รูปร่าง สี พื้นผิว ขนาดและสัดส่วนที่คุ้นเคย ไม่ส่งผลต่อความรู้สึกในทางลบ

- การออกแบบให้มีแสงสว่างอย่างอ่อนโยนส่งเสริมคุณลักษณะขององค์ประกอบอื่นๆให้ชัดเจนและเด่นชัด
- องค์ประกอบที่แฝงความหมายทางสัญลักษณ์ของแต่ละพื้นที่ที่กระตุ้นจิตวิญญาณให้เกิดความสงบ สมาธิ
- การสร้างสภาพแวดล้อมอย่างธรรมชาติ โดยคำนึงถึงความสมดุลและความสอดคล้องกับลักษณะของท้องถิ่น เพื่อให้เกิดความรู้สึกสบาย คุ้นเคย และยั่งยืน

การนำแนวทางไปใช้ในการออกแบบควรใช้แนวทางทั้ง 4 ให้เกิดการสอดประสานร่วมกัน โดยแต่ละแนวทางจะส่งเสริมซึ่งกันและกันและส่งเสริมให้เกิดกระบวนการบำบัดจิตใจ ซึ่งแนวทางการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจในแต่ละหัวข้อ สามารถอธิบายในรายละเอียดของการออกแบบ ได้ดังต่อไปนี้

6.1.1 การออกแบบที่กระตุ้นการรู้สึกอย่างเหมาะสม มีรายละเอียดการออกแบบดังนี้

6.1.1.1 การออกแบบเสียงในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การสร้างเสียงจากพืชพรรณที่เคลื่อนไหวเมื่อโดนลม เช่น อ้อ สน ไทรย้อย ไม้
- 2.) การสร้างเสียงของสัตว์ เช่น นก ผีเสื้อ แมลง ฯลฯ โดยใช้พืชพรรณที่ให้ร่มเงา เป็นแหล่งอาหาร หรือไม้ดอกที่ให้น้ำหวาน
- 3.) การสร้างเสียงจากการเคลื่อนไหวของน้ำ ด้วยการเลี้ยงสัตว์น้ำเช่น ปลา กบ การใช้น้ำพุ น้ำตกเล็กๆสร้างเสียงที่อ่อนนุ่มกระทบกรวดหรือก้อนหิน
- 4.) การลดเสียงรบกวนโดยใช้พืชพรรณที่มีขนาดใหญ่ใบละเอียดและทรงพุ่มแน่นเป็นแนวรั้ว เช่น แก้ว ช่อย ชาช่อย ชบา ไทรย้อยใบแหลม เป็นต้น โดยอาจใช้ร่วมกับกำแพง รั้ว รูปทรงของพื้นที่ หรือองค์ประกอบอื่นๆ
- 5.) การใช้เสียงธรรมชาติ เช่น เสียงของฝน
- 6.) การสร้างสัญลักษณ์ของเสียงโดยการใช้ระฆัง กระดิ่ง พืชพรรณที่มีรูปร่างคล้ายเครื่องดนตรี

6.1.1.2 การออกแบบเพื่อให้เกิดการบำบัดด้วยรส

- 1.) การใช้พืชพรรณหรือไม้เลื้อยที่ให้ผล ผัก สมุนไพร ที่สามารถกินได้และมีรสชาติน่าสนใจ วางตำแหน่งใกล้ประตู ซุ้ม หรือร้านต้นไม้ที่สามารถหยิบฉวยได้ง่าย โดยกันออกจากทางเดินหลักซึ่งอาจจะเกิดรอยเปื้อนได้
- 2.) การใช้พืชพรรณที่เห็นผลติดที่ลำต้น(อาจกินไม่ได้) แต่สามารถรับรู้รสได้จากกลิ่นและการมองเห็น

หมายเหตุ

- การบำบัดด้วยรสจากการกินผลของพืชพรรณที่กินได้ไม่เหมาะที่จะไปใช้ในพื้นที่ที่เป็นสวนสาธารณะ สวนของสำนักงาน สวนของโรงงาน ฯลฯ ที่มีผู้ใช้มาก เนื่องจากจะทำให้เกิดปัญหาเรื่องผลประโยชน์ รวมทั้งอาจต้องมีการดูแลรักษาความสะอาดจากผลที่ร่วงหล่นเป็นจำนวนมาก โดยการปลูกพืชพรรณ ผักหรือสมุนไพรที่กินได้นั้นอาจใช้ในการส่งเสริมเกษตรกรรมบำบัดของสถานพักฟื้นหรือโครงการที่มีการเน้นในเรื่องการสังคมและการมีปฏิสัมพันธ์กับธรรมชาติ

6.1.1.3 การออกแบบเพื่อให้เกิดการบำบัดด้วยสัมผัส

- 1.) การวางแผนออกแบบให้มีกระตุ้นด้วยสัมผัสที่ต่อเนื่องและน่าพอใจ โดยใช้ผิวสัมผัสของทางเดิน สิ่งก่อสร้างในสวน น้ำ ดิน และพืชคลุมดินที่หลากหลายแต่ไม่ขัดแย้งกัน
- 2.) การหลีกเลี่ยงผิวสัมผัสที่คม ขรุขระ และมีเหลี่ยมมุม ซึ่งเป็นอันตรายต่อทั้งร่างกายและจิตใจ
- 3.) การจัดให้มีดอกไม้ พืชพรรณที่มีผิวสัมผัสที่ดึงดูดให้สัมผัส เช่น เปลือกไม้ที่มีผิวสัมผัสชั้นนอกหยาบ ทำให้ผู้ที่เดินผ่านไปมาอยากแกะดึงผิวเปลือกออก ผิวสัมผัสที่เป็นขนอ่อนนุ่มของหญ้าขจรจบ ที่ทำให้อดไม้ได้ที่จะใช้มือลูบ
- 4.) การจัดให้มีผิวทางเดินและพืชคลุมดินที่เชื้อเชิญให้เดินเท้าเปล่า ซึ่งช่วยกระตุ้นการรู้สึกถึงสมัยเด็ก ๆ ที่มีความสุข
- 5.) การวางรูปปั้นในสวนที่สามารถสัมผัสและสำรวจคุณลักษณะของพื้นผิวสัมผัสได้
- 6.) การใช้ผิวสัมผัสของน้ำที่อ่อนนุ่ม ราบรื่น ใกล้เคียงกับผิวสัมผัสปานกลางและหยาบ หรือใช้ผิวสัมผัสปานกลางหรือน้ำเชื่อมผิวสัมผัสละเอียดและหยาบ ซึ่งจะช่วยให้สายตาพุ่งไปที่น้ำเพื่อเป็นจุดรวมสายตาในสวน

หมายเหตุ

- การใช้ในสถานพยาบาลควรระวังการใช้ผิวสัมผัสหยาบหรือลื่น ที่อันตรายหรือยากแก่การทรงตัว
- พื้นที่สาธารณะไม่ควรใช้ผิวสัมผัสที่มีขอก หรือร่องให้เกิดความสกปรกได้ง่าย ซึ่งจะทำให้การดูแลรักษาลำบาก
- การเลือกพื้นผิวควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศและการดูแลรักษาด้วย

6.1.1.4 การออกแบบเพื่อการบำบัดโดยการใช้กลิ่น

- 1.) การใช้พืชพรรณที่มีกลิ่นกระจายไปได้ไกล เพื่อดึงดูดผู้ใช้งานให้เข้ามาใช้พื้นที่ เช่น ราตรี แก้ว โมก พุดตะแคง บีบ พะยอม บุนนาค เป็นต้น การดึงดูดคนที่เข้ามาอยู่ใน

ระยะใกล้ โดยจัดวางพืชพรรณที่มีกลิ่นไว้ในพื้นที่โอบล้อม ใกล้ทางเดิน ชุ่มต้นไม้ ที่นั่ง หรืออาคาร เช่น พุดซ้อน พุดน้ำบุศย์ มะลิ กุหลาบ บ๊อบ พะยอม กันเกรา จำปี จำปา ลำดวน กระดังงา ขงโค เป็นต้น

- 2.) การใช้พืชพรรณที่ต้องบีบ คั้น หรือถือเอาไว้เพื่อให้ได้กลิ่น ซึ่งจะให้มีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดกับพืชพรรณ โดยใบและกลีบมักจะต้องบีบหรือคั้นเพื่อให้เกิดสัมผัสและกลิ่น เช่น สะระแหน่ ผักกนมเมีย โหระพา เป็นต้น
- 3.) การใช้พืชพรรณที่มีกลิ่นในช่วงเวลาต่างๆกันซึ่งทำให้เกิดบรรยากาศผ่อนคลาย เช่น พืชพรรณที่ให้กลิ่นในช่วงเย็น ได้แก่ ราตรี โมก พุดตะแคง สายน้ำผึ้ง เป็นต้น
- 4.) การหลีกเลี่ยงพืชพรรณที่มีกลิ่นฉุนจัด หรือมีกลิ่นเหม็น
- 5.) การจัดตำแหน่งพืชพรรณโดยพิจารณาฤดูที่ให้กลิ่น โดยวางตำแหน่งพืชที่มีกลิ่นในฤดูร้อนไว้ที่ทิศตะวันตกเฉียงใต้ ลมอ่อนๆจะทำให้กลิ่นกระจายได้ดี ส่วนพืชพรรณที่ให้กลิ่นในฤดูหนาวจัดวางไว้ตามพื้นที่ในทิศเหนือ เพื่อให้กลิ่นถูกลมแรงพัดกระจายไปได้ไกลขึ้น โดยวางพืชพรรณไกลจากบริเวณที่มีลมแรงเมื่อต้องการให้กลิ่นหอมอยู่ใกล้ๆ
- 6.) คำเนื่งถึงกลิ่นของธรรมชาติอื่นๆ ได้แก่ กลิ่นของน้ำหรือฝนที่สะอาดสดชื่น กลิ่นของหญ้า กลิ่นของส่วนอื่นของพืชพรรณ(ใบ ลำต้น ผล) กลิ่นของดิน หรือกลิ่นของป่า

หมายเหตุ

- การใช้กลิ่นใช้ได้ดีกับโครงการประเภทรีสอร์ท สป่า เพราะส่งเสริมการบำบัดทางกายและทำให้ผ่อนคลายด้วย
- โรงพยาบาลต้องพิจารณาการใช้กลิ่นอย่างดี กลิ่นหอมอ่อนๆ ไม่ฉุนหรือมีละอองเกสรที่เป็นอันตราย
- การได้กลิ่นที่ต้องใช้การสัมผัสร่วมด้วยอาจไม่เหมาะสมกับโครงการใหญ่หรือโครงการที่เป็นสาธารณะ เนื่องจากจะทำให้เกิดความเสียหาย ทрудโทรม และอาจเกิดอันตรายจากการสัมผัสได้

6.1.1.5 การออกแบบโดยการใช้ภาพเพื่อการบำบัดจิตใจ มีความสำคัญและใช้ในการออกแบบภูมิทัศน์มากที่สุด โดยสัมพันธ์กับการรู้สึก การรับรู้และเข้าใจการสร้างสรรค์ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

- 1.) การกระตุ้นการรับรู้สัมผัสทางสายตา โดยมีแสงสว่างที่เพียงพอเพื่อให้ผิวสัมผัสเด่นชัด แต่ไม่จ้าหรือทำให้เคืองตา
- 2.) การสร้างความแตกต่างของผิวสัมผัสที่หลากหลาย โดยใช้ผิวสัมผัสละเอียด 40-50% ผิวสัมผัสปานกลาง 30-40% และผิวสัมผัสหยาบ 20% (F.B. Robinson อ้างถึงใน Salamy, 1995)โดยเฉพาะในพื้นที่เล็กต้องระวังการไม่ประสานกัน

- 3.) การใช้ผิวสัมผัสละเอียดช่วยส่งเสริมเส้นรอบรูปและรูปร่างขององค์ประกอบที่มีผิวสัมผัสปานกลางถึงหยาบ
- 4.) การใช้ผิวสัมผัสส่งเสริมหรือลดทอนสีในสวน ผิวสัมผัสละเอียดจะช่วยลดสีให้อ่อนลง ในขณะที่ผิวสัมผัสปานกลางและหยาบมักจะทำให้สีเข้มขึ้น
- 5.) การสร้างพื้นที่โอบล้อมที่บรรเทา ผ่อนคลาย โดยการใช้องค์ประกอบที่มีผิวสัมผัสละเอียดเป็นส่วนมากร่วมกับผิวสัมผัสปานกลาง ซึ่งจะช่วยลดอาการกลัวที่แคบ
- 6.) ส่งเสริมจิตวิญญาณด้วยความรู้สึกสบาย อ่อนนุ่ม และผ่อนคลาย
- 7.) การใช้ความสูงต่ำของพื้นที่ ให้เกิดผลของผิวสัมผัสที่เล่นกับแสงและเงา
- 8.) การใช้ผิวสัมผัสสร้างมิติหรือลวงตาให้เกิดความรู้สึกใกล้หรือห่างมากขึ้น โดยใช้ผิวสัมผัสละเอียดสำหรับพื้นที่ที่ต้องการให้ดูห่างออกไป ใช้ผิวสัมผัสหยาบเมื่อต้องการให้ดูใกล้เข้ามา และใช้ผิวสัมผัสปานกลางในพื้นที่ที่ต้องการความสมดุล
- 9.) การวางแผนสำหรับการเปลี่ยนแปลงของผิวสัมผัสในฤดูกาล โดยให้มีผิวสัมผัสที่หลากหลายเพื่อชดเชยใบไม้ที่ร่วงไปในฤดูหนาว โดยจัดวางต้นไม้เบญจพรรณและพุ่มไม้ที่ไม่มีผิวสัมผัสหลากหลายใกล้กับต้นไม้และพุ่มไม้ที่ผลัดใบ
- 10.) การใช้สนามหญ้าที่ให้ผิวสัมผัสที่แตกต่างออกไป รวมทั้งช่วยประสานผิวสัมผัสอื่นๆในสวนได้ดี

หมายเหตุ

- ในพื้นที่เล็ก แคบ ควรใช้ผิวสัมผัสละเอียดเป็นฉากหลัง เพื่อให้พื้นที่ดูกว้างหรือมีมิติมากขึ้น และไม่ใช้ชนิดผิวสัมผัสที่มากเกินไป
- การกระตุ้นด้วยการมองผิวสัมผัสใช้ได้ดีในงานประเภทรีสอร์ท สปา ที่เน้นการรับรู้ด้วยการมองจากภายในอาคาร

6.1.2 การจัดองค์ประกอบของพื้นที่ที่มีแบบแผน มีเอกภาพ และความสมดุล โดยมีรายละเอียดของการออกแบบ ดังนี้

6.1.2.1 การออกแบบอย่างมีแบบแผนในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การออกแบบขอบของพื้นที่ที่มีความชัดเจนและแข็งแรง โดยให้เกิดความต่อเนื่องเหมือนกันตลอดพื้นที่ ซึ่งจะทำให้เกิดการรวมกัน เข้าใจง่าย และมีแบบแผนที่สูงทรีย์
- 2.) สร้างแบบแผนด้วยการรวมกลุ่มขององค์ประกอบที่มีคุณลักษณะเฉพาะคล้ายกันเข้าด้วยกัน
- 3.) การใช้สมมาตรในการจัดพื้นที่จะเป็นแบบแผนที่รับรู้ได้ง่าย โดยต้องไม่ทำให้เกิดความรู้สึกถูกควบคุมมากเกินไป ด้วยการใช้พืชพรรณธรรมชาติหรือองค์ประกอบในสวน

อื่น ๆ ที่ให้ความอ่อนโยน ใช้ระดับสีอ่อนๆ หรือพื้นผิวสัมผัสละเอียดถึงปานกลาง เพื่อลดความกระด้างของแบบแผนพื้นที่

- 4.) การจัดองค์ประกอบแบบอสมมาตร ซึ่งจะสร้างแบบแผนที่ไม่ชัดเจนมากนัก ทำให้เกิดความลึกลับ สร้างสรรค์ และให้ความรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น
- 5.) การใช้แนวแกนเป็นตัวสร้างความต่อเนื่องของเส้นสายและมุมมองในพื้นที่
- 6.) การใช้จังหวะหรือการซ้ำขององค์ประกอบ รูปร่าง สี และพื้นผิวสัมผัสที่คล้ายกัน เพื่อช่วยในการสร้างแบบแผน
- 7.) การสร้างแบบแผนด้วยการสร้างความสัมพันธ์ต่อกันกับบริบทหรือพื้นที่โดยรอบ ด้วยขนาด รูปร่าง หรือตำแหน่ง
- 8.) การใช้ลำดับพัฒนาการ การเปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนรูป โดยมีพื้นฐานบนโครงสร้างหรือกรอบที่ชัดเจน

6.1.2.2 การออกแบบเพื่อสร้างสมดุลในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การสร้างสมดุลของการจัดองค์ประกอบในพื้นที่ด้วยระยะห่างขององค์ประกอบและการวางค่าน้ำหนักในแต่ละส่วนของพื้นที่ โดยอาจเป็นสมดุลแบบสมมาตรหรืออสมมาตร
- 2.) การออกแบบองค์ประกอบต่างๆ พื้นที่ให้มีความสัมพันธ์กัน ด้วยจำนวน สี ลักษณะ น้ำหนัก มวล ทิศทาง ขนาด และการจัดวาง
- 3.) การสร้างสมดุลขององค์ประกอบทางตั้งและทางนอนในสวน
- 4.) การสร้างจุดรวมสายตาเพื่อการผ่อนคลาย ซึ่งมีความสมดุลด้วยองค์ประกอบรอบๆ มีองค์ประกอบที่ไม่ขัดแย้งนำมาสู่ศูนย์กลาง
- 5.) การใช้พืชพรรณที่มีความสมดุลของความรวมกลุ่มและการกระจาย เพื่อสร้างความน่าสนใจและความซับซ้อนในระดับต่ำ โดยพยายามจัดวางพืชพรรณให้เป็นกลุ่มที่มีแบบแผนดีกว่าแยกวางเดี่ยว ยกเว้นใช้เป็นจุดรวมสายตา
- 6.) การสร้างความสมดุลของสีที่แตกต่างกัน โดยอาจใช้เนื้อสีเดียวแต่หลายระดับสี (shades) ซึ่งมีความสำคัญกว่าเนื้อสี (hue) และรงค์ (chroma) เนื่องจากสายตาของเราไวต่อแสงและความมืดมากกว่าความหนาแน่นของสีเพื่อวัตถุประสงค์ในการอยู่รอด (Salamy, 1995)
- 7.) การใช้องค์ประกอบที่น่าสนใจหรือดึงดูดความสนใจ แทนค่าน้ำหนักที่มากกว่าองค์ประกอบที่เป็นพื้นทั่วไป โดยจะสร้างความสมดุลของความสนใจมากกว่าเป็นความสมดุลของการจัดวางองค์ประกอบทั่วไป

6.1.2.3 การออกแบบเพื่อความมีเอกภาพในส่วนเพื่อการบำบัด

- 1.) ให้มีองค์ประกอบที่โดดเด่นมีพลัง โดยใช้องค์ประกอบอื่นมาส่งเสริมองค์ประกอบหลัก โดยต้องควบคุมมิให้มีความโดดเด่นมากเกินไปซึ่งจะบีบคั้นความเครียด
- 2.) การใช้สี รูปร่าง พื้นผิวที่คุ้นเคยให้มีซ้ำกันบ่อยๆในส่วนเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆในส่วน ซึ่งทำให้รู้สึกสบายใจและผ่อนคลายขึ้นได้
- 3.) ให้มีการเชื่อมสัมพันธ์กันของพืชพรรณ สิ่งก่อสร้างและองค์ประกอบอื่นๆ เพื่อให้เกิดการประสานกัน สร้างเอกภาพทางสายตาและทางกายภาพระหว่างองค์ประกอบในส่วน
- 4.) ใช้องค์ประกอบที่มีจำนวน ระยะเวลา การจัดวาง และการเปลี่ยนรูปแบบที่สมดุล สร้างแรงระหว่างกันในพื้นที่อย่างกลมกลืน
- 5.) การใช้ความตรงกันข้ามสร้างความกลมกลืนด้วยสี รูปร่าง และพื้นผิว เช่น ใช้สีเข้มในสัดส่วน 1/3 ต่อสีที่อ่อนกว่า 2/3
- 6.) การสร้างกรอบของพื้นที่ด้วยพืชพรรณหรือสิ่งก่อสร้างในส่วน โดยภายในกรอบอาจใช้ องค์ประกอบที่มีความแตกต่างในเรื่องขนาด จำนวน รูปร่าง สี พื้นผิว ฯลฯ ซึ่งจะมีเอกภาพจากโครงสร้างของกรอบนั้น
- 7.) การเลือกใช้วัสดุพืชพรรณ และองค์ประกอบอื่นๆในส่วนที่ส่งเสริมกัน และมาจากแนวคิดเดียวกัน

หมายเหตุ

- การออกแบบโดยใช้องค์ประกอบที่โดดเด่นน่าจะเหมาะในการเบี่ยงเบนความสนใจที่ดี เพราะมีจุดสนใจที่รวมอยู่ ทำให้โครงสร้างพื้นที่แข็งแรง และมีความเด่น ดีกว่าองค์ประกอบเรียบมีความสำคัญเท่าๆกันหมด

6.1.2.4 การออกแบบให้เกิดจังหวะในส่วนเพื่อการบำบัด

- 1.) การใช้การซ้ำกันของพืชพรรณหรือองค์ประกอบอื่นในส่วน ในเรื่องของสี รูปร่าง และพื้นผิว ที่สามารถเข้าใจง่าย
- 2.) การใช้องค์ประกอบที่แตกต่างเรียงสลับกันไปอย่างสม่ำเสมอ เพื่อสร้างความกลมกลืนให้เกิดขึ้น
- 3.) การสร้างความน่าสนใจอย่างต่อเนื่อง โดยใช้ลักษณะจังหวะแบบเป็นวัฏมี จังหวะจากการแทรกคุณสมบัติบางอย่างเข้ามาในปริมาณเพิ่มขึ้นหรือลดลงอย่างต่อเนื่อง หรือการสร้างจังหวะจากสิ่งๆที่เหมือนกันในทิศทางตรงกันข้าม การเปลี่ยนแปลงจะทำให้เกิดการเคลื่อนไหวขององค์ประกอบ ซึ่งทำให้รู้สึกถึงจังหวะและท่วงทำนองที่กลมกลืน
- 4.) การใช้จังหวะซ้ำกันแบบก้าวหน้าซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกเคลื่อนที่ เป็นการเปลี่ยนแปลงที่สามารถคาดการณ์และควบคุมได้ จึงสร้างความรู้สึกปลอดภัย

- 5.) การใช้ระยะห่างขององค์ประกอบ เช่น พืชพรรณ รูปปั้น ลวดลายพื้น เสา ชุ่มไม้ระแนง หรือสิ่งก่อสร้าง สร้างจังหวะของพื้นที่ที่มีความกลมกลืน สมดุล
- 6.) การให้แสงสว่างอย่างเพียงพอในสวน โดยใช้ประโยชน์จากจังหวะของแสงแดดและฤดูกาล
- 7.) การใช้พืชพรรณที่มีการเปลี่ยนแปลงของฤดูกาลที่เห็นได้ชัดเป็นตัวกระตุ้นการรับรู้จังหวะของชีวิต
- 8.) การใช้จังหวะเพื่อส่งเสริมการเดินทางในสวนอย่างช้าๆ ผ่อนคลายทางสายตาและส่งเสริมความเป็นเอกภาพของสวน
- 9.) การใช้น้ำพุหรือน้ำตกที่ทำให้จังหวะเสียงที่ต่อเนื่องนุ่มนวล

หมายเหตุ

- จังหวะของการซ้ำที่ชัดเจนมากเกินไปอาจสร้างความเบื่อหน่าย ไม่น่าสนใจ ควรแฝงจังหวะที่ไม่เห็นได้อย่างชัดเจนเพื่อดึงดูดสายตาให้ติดตาม

6.1.3 พื้นที่โอบล้อมที่สร้างความลึกกลับและน่าพอใจ โดยมีรายละเอียดของการออกแบบ ดังต่อไปนี้

6.1.3.1 การออกแบบให้เกิดลำดับในสวนเพื่อการนำบัด

- 1.) ออกแบบให้มีการเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะขององค์ประกอบอย่างต่อเนื่อง (สี รูปทรง ขนาด พื้นผิว) โดยมีคุณลักษณะบางอย่างขององค์ประกอบที่คงที่ เช่น การใช้จุดสนใจที่เป็นประติมากรรมที่ค่อยๆเปลี่ยนแปลงรูปร่าง โดยใช้วัสดุที่เหมือนหรือคล้ายกัน
- 2.) การออกแบบพื้นที่ทางยาวหรือเส้นทางเดินที่มีการคลี่คลาย มีการเปลี่ยนแปลงขนาดอย่างค่อยเป็นค่อยไป การสร้างมุมมองหรือจุดสนใจตามลำดับภายในพื้นที่หรือเส้นทางอย่างต่อเนื่อง เพื่อกระตุ้นให้เกิดการตื่นตัวและความประทับใจตลอดการใช้พื้นที่
- 3.) การเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะของพื้นที่ที่แฝงความหมายทางสัญลักษณ์ซึ่งทำให้เกิดการพินิจและตีความ เช่น การออกแบบด้วยการใช้แสงสร้างความเปลี่ยนแปลงภายในพื้นที่ที่น่าพึงพอใจ โดยค่อยๆปรับปริมาณแสงจากพื้นที่ที่มีจุดสว่างที่สว่าง อันแสดงถึงการมีสุขภาพที่ดี

หมายเหตุ

- พื้นที่ที่มีขนาดใหญ่สามารถแบ่งพื้นที่ออกเป็นพื้นที่ย่อยๆที่มีความสัมพันธ์กันด้วยลำดับของพื้นที่ที่ต่อเนื่อง ค่อยๆคลี่คลาย
- พื้นที่ขนาดเล็กไม่ควรแบ่งพื้นที่แยกจากกัน โดยอาจใช้สี หรือรูปร่างขององค์ประกอบภายในพื้นที่สร้างลำดับ

6.1.4 การออกแบบองค์ประกอบของสวนที่มนุษย์ชอบและสื่อความหมายทางสัญลักษณ์ โดยมีรายละเอียดของการออกแบบ ดังต่อไปนี้

6.1.4.1 การออกแบบที่เกี่ยวกับพื้นที่และรูปร่างในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การจัดพื้นที่โดยใช้รูปร่างที่มีความชัดเจน เข้าใจง่าย มั่นคง และมีการเคลื่อนไหวที่สามารถคาดการณ์ได้
- 2.) การออกแบบสวนโดยใช้รูปร่างสร้างความสัมพันธ์กับอาคารโดยรอบ
- 3.) การใช้แสง สีอ่อน และพื้นผิวที่ละเอียดถึงปานกลาง เพื่อให้รูปร่างดูอ่อนโยนลง เช่น ให้พืชพรรณปกคลุมบางส่วนของผนังอิฐเพื่อลดความเรียบของรูปร่าง สร้างความน่าสนใจในเส้นสายที่ไม่เป็นระเบียบ
- 4.) การใช้รูปร่างที่น่าสนใจด้วยเส้นสายที่พัฒนามาจากสิ่งมีชีวิตซึ่งอ่อนนุ่ม อีศระ และเป็นเส้นโค้งจากธรรมชาติ เพื่อให้ดูผ่อนคลาย และหากต้องการให้เกิดความรู้สึกเคลื่อนไหวมากขึ้นให้วางไว้ใกล้กับรูปร่างที่สม่ำเสมอ
- 5.) การใช้รูปร่างง่ายๆ มีจำนวนชนิดน้อยที่สุด โดยการออกแบบขึ้นอยู่กับรูปร่างและความสมดุลของรูปร่างที่มีลักษณะสวยงามเฉพาะตัว หากใช้รูปร่างมากเกินไปจะก่อให้เกิดความสับสน
- 6.) การใช้รูปร่างทั้งทางตั้งและทางนอนทำให้เกิดมิติที่ 3 ทำให้พื้นที่เกิดความชัดเจน สามารถสร้างพื้นที่ส่วนตัวในการบำบัด
- 7.) การแทรกเรื่องจิตวิญญาณโดยใช้รูปร่างที่แทนสัญลักษณ์ในการบำบัด

หมายเหตุ

- พื้นที่ขนาดเล็กไม่ควรใช้รูปร่างที่มีขนาดหลากหลาย มีจำนวนมาก มีขนาดใหญ่โต หรือมีขอบที่หยาบ
- รูปร่างที่กำกวมหรือเป็นนามธรรมอาจเกิดการตีความในทางลบจากผู้ที่มีความเครียดหรือจิตใจอ่อนแอ
- รูปร่างที่เป็นสัญลักษณ์นั้นควรออกแบบให้เหมาะสมกับวัฒนธรรม ความเชื่อเพื่อสื่อความหมายได้เข้าใจและรับรู้ได้ดี คนไทยรับรู้รูปร่างที่แฝงสัญลักษณ์ทางพุทธศาสนา เช่น ดอกบัว ต้นโพธิ์ ธรรมจักร รอยเท้าพระพุทธเจ้า กวางหมอบ เป็นต้น

6.1.4.2 การออกแบบเพื่อความกลมกลืนของสีในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การใช้สีทั้งหมดในสวนอย่างกลมกลืนและสัมพันธ์กัน โดยคำนึงถึงความเข้มของสี และเฉดสี

- 2.) การใช้สีโดยค่อยๆลดระดับสีให้เกิดความหลากหลาย การรักษาระดับความแตกต่างของเนื้อสีอย่างน้อยๆ ซึ่งจะสร้างความกลมกลืนด้วยเฉดสี และความบริสุทธิ์ของแต่ละสีที่สัมพันธ์กัน
- 3.) การใช้สีคู่ตรงข้ามในปริมาณที่สมดุลตามอัตราส่วนที่เหมาะสม คือ 70%สำหรับสีหลักและ 30%สำหรับสีคู่
- 4.) การวางสีไว้ใกล้สีขาวเมื่อต้องการให้เกิดความกลมกลืน ซึ่งสีขาวจะมีคุณสมบัติลดความดึงดูดใจ และช่วยส่งเสริมความเข้มสีและความสดของสีอื่นๆจากคุณสมบัติในการส่องสว่างของมัน
- 5.) การใช้สีเขียวนั้นทำให้รู้สึกผ่อนคลายจากความกังวลและสงบสุข ซึ่งเหมาะสำหรับการทำสมาธิและการเพ่งพินิจ การใช้สีเขียวของพุ่มไม้ควรเลือกใช้เฉดสีเขียวอย่างเหมาะสมเพื่อสร้างความกลมกลืน ส่งเสริมกับสีอื่นๆ โดยอาจเลือกใช้พุ่มไม้ที่มีสีเงิน สีขาวหรือสีน้ำเงินเขียวซึ่งส่งเสริมเฉดสีที่อยู่ใกล้เคียง ช่วยลบความโดดเด่นของสีเขียวและบรรเทาผลกระทบอื่นๆให้น้อยลงได้ การใช้สีเขียวระดับเดียวหรือความเข้มเดียวในปริมาณมากจะทำให้เกิดความหดหู๋ เชื่องช้า และลึกลับ การผสมผสานให้เกิดความเข้มหลายระดับจะช่วยให้เกิดความลึกและลักษณะเฉพาะตัวขึ้น
- 6.) การใช้สีชมพูคู่กับสีเทาซึ่งจะทำให้มีความสว่างและเรืองแสงมากขึ้น และใช้ฉากหลังสีขาวหรือสีเงินเมื่อต้องการให้สีสดขึ้น และใช้ท่ามกลางสีเขียวจะดูแดงกำขื่น สีชมพูนี้ดีต่อการใช้ในสวนเพื่อบำบัดเพราะมีคุณสมบัติที่เหมาะสมกับการใช้ทั้งในเวลากลางวันและเวลาเย็น สีชมพูเป็นสีกลางๆในสวน ยกเว้นเมื่อวางไว้ใกล้กับสีส้ม ซึ่งอาจใช้สีขาวมาช่วยบรรเทาความเข้มของสีส้มให้สงบลง ไม้ดอกที่มีสีชมพู ได้แก่ ชัยพฤกษ์ กุหลาบพวง ยี่โถ กัลยบัวสีชมพู ชมพูพันธุ์ทิพย์ บานบุรีสีชมพู บานชื่น แตรชมพู บัว เป็นต้น
- 7.) การใช้สีเหลืองจะทำให้จิตใจกระฉับกระเฉง ช่วยให้มีองโลกในแง่ดี พ้นจากความเศร้าโศก การใช้สีเหลืองเหมาะกับพื้นที่อับแสงและใช้ในสวนตอนเย็น ใช้สีเหลืองสร้างความสมดุลของพุ่มไม้โดยช่วยทำให้พุ่มไม้ดูอ่อนลง สีเหลืองใช้ได้ดีกับสีน้ำเงินหรือม่วง อย่างไรก็ตามการใช้สีเหลืองมากเกินไปจะไม่น่ามอง และกระตุ้นความเครียด ไม้ดอกที่มีสีเหลือง ได้แก่ สายน้ำผึ้ง ผกากรองเลื้อย เหลืองอินเดีย กระดังงาไทย บานเย็น พุทธรักษา โยทะกา เป็นต้น
- 8.) การใช้สีน้ำเงินเหมาะสำหรับการบำบัด เนื่องจากช่วยให้ผ่อนคลาย ลดความกระวนกระวาย และความกังวล เป็นสีที่ดีในการเพ่งพินิจและนำไปสู่สมาธิ โดยการนำสีน้ำเงินไปใช้จะไม่ใช้ในระดับสีหรือเฉดสีเดียว สีที่อยู่กลุ่มสีน้ำเงินนี้ใช้ได้กับสีเหลืองและสี

ขาวในพื้นที่ที่มีร่มเงาหรือสวนในตอนเย็น เพราะจะมีความสว่างและความเข้มข้นเมื่อแสงน้อยลง โดยอาจใช้สีชมพูที่มีสีขาวและสีเหลืองมาร่วมด้วยเมื่อต้องการให้เกิดความหลากหลายของสีมากขึ้น ไม้ดอกที่มีสีน้ำเงิน ได้แก่ ฟ้าประติษฐ์ ฝัเสื้อแสนสวย อัญชัญ เป็นต้น

- 9.) การใช้สีม่วงในการสร้างแรงบันดาลใจ ส่งเสริมการรับรู้ทางจิตและนำไปสู่สมาธิ สีม่วงช่วยบำบัดภาวะจิตใจที่ไม่สามารถควบคุมได้ ทำให้อารมณ์ชุ่มฉ่ำสงบลง แต่การใช้สีม่วงมากเกินไปอาจทำให้รู้สึกโดดเดี่ยวหรือซึมเศร้า การใช้สีม่วงมักใช้ร่วมกับสีน้ำเงินซึ่งมีแนวโน้มส่งเสริมซึ่งกันและกัน ไม้ดอกที่มีสีม่วง ได้แก่ มะกักล้าเผือก แพนซี พยับหมอก ว่านเปราะน้อย ผักตบชวา ผักบุ้ง พวงประติษฐ์ เป็นต้น
- 10.) การเลือกใช้สีแดงสร้างสนใจและกระตุ้นให้เกิดความตื่นตัวสำหรับผู้ที่มีสมาธิ แต่ต้องใช้ในปริมาณไม่มากนักเพราะอาจทำให้เกิดความหงุดหงิดรำคาญได้ การใช้สีแดงจะทำให้พื้นที่รู้สึกอบอุ่นขึ้นซึ่งไม่เหมาะสมกับการใช้สวนช่วงที่ร้อน การใช้สีแดงทำให้บริเวณดูเล็กกว่าความเป็นจริงจึงไม่ควรใช้ในปริมาณมากกับพื้นที่ขนาดเล็ก สีแดงช่วยกระตุ้นให้อยากอาหารจึงเหมาะที่จะจัดวางในบริเวณใกล้ส่วนทานอาหารและใกล้ส่วนกิจกรรม ไม้ดอกที่มีสีแดง ได้แก่ ก้ามกุ้งแคะ เล็บมีอนาง ชิงแดง ชบาแดง ดาหลา ประทัดจีน รักเร่ ประดู่แดง เป็นต้น
- 11.) การใช้สีส้มจะให้ผลใกล้เคียงกับสีแดงแต่มีผลอ่อนโยนกว่า โดยสีส้มจะทำให้รู้สึกอบอุ่น กระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ ให้กำลังใจแก่ผู้ที่จิตใจอ่อนแอและหวาดกลัว ให้พื้นที่จากความเศร้าโศกได้ ไม้ดอกที่มีสีส้ม ได้แก่ ก้ามกุ้งแซ่ซี้ รำเพยส้ม บานบุรีหอม บานชื่น ว่านหางช้าง ปักษาสวรรค์ ดาวกระจาย ทองกวาว แคนแสด คอเดีย พุทธรักษา ไบดำ เป็นต้น
- 12.) การเลือกใช้พุ่มไม้ที่มีการเปลี่ยนแปลงในช่วงฤดู ซึ่งจะทำให้เกิดความหลากหลายของใบสีส้ม สีแดง สีเหลือง ที่สร้างความกลมกลืน ความใกล้ชิด และความอบอุ่นขึ้นในสวน
- 13.) การปลูกพืชพรรณที่ให้ดอกในช่วงปลายฤดูหนาวเพื่อเติมสีสัน เช่น ดอกเบญจมาศ แคนแสด เลียน ทองกวาว สุพรรณิการ์ แคนฝรั่ง เป็นต้น
- 14.) การใช้สีที่หลากหลายของเปลือกไม้สร้างความน่าสนใจ เปลือกที่มีผิวแข็งและหลากหลายสีจะใช้ดีในการสร้างความแตกต่างกับใบไม้ พุ่มไม้และท้องฟ้า เพื่อไม่เกิดความเบื่อหน่ายที่ก่อความเครียดขึ้นได้
- 15.) การคำนึงถึงสีของผัก ผลไม้ เพื่อใช้ทดแทนสีของดอกไม้หรือสีของพุ่มไม้ เช่น กะหล่ำ มะเขือ เป็นต้น

- 16.) การใช้สีขององค์ประกอบอื่นๆช่วยเติมสีสันแก่สวน เช่น สีของรั้ว กำแพง พื้นทางเดิน ชุ่มต้นไม้ เสาไฟ กระถางต้นไม้ รั้ว กำแพง วัสดุปูพื้น เป็นต้น
- 17.) การวางตำแหน่งสวนไว้ใกล้บ้าน อาคาร ซึ่งสีสันของฉากในแต่ละฤดูกาลจะดึงดูดให้คนเข้าไปใช้งาน

หมายเหตุ

- สวนสาธารณะหรือสวนที่ต้องการการดูแลรักษาต่ำควรใช้สีสันของใบ ไม้ยืนต้นที่ให้ดอกหรือองค์ประกอบอื่นๆในสวน จะเหมาะสมกว่าการใช้สีด้วยไม้ดอกพุ่มหรือไม้ดอกคลุมดิน ซึ่งเหมาะที่จะใช้ในรีสอร์ทหรือสปา เนื่องจากต้องการการดูแลรักษาและเปลี่ยนบ่อย
- ในสวนของสถานพยาบาลต้องการสีสันที่ผ่อนคลายสงบ เพื่อลดความวิตกกังวล โดยสีที่แนะนำคือ สีเขียว สีน้ำเงิน สีม่วงเป็นสีหลัก
- สถานพักผ่อนควรจัดให้มีสีสันที่สดใสได้แก่ สีแดง สีส้ม สีเหลือง สีชมพู เพื่อกระตุ้นไม่ให้เกิดความเบื่อหน่าย ซึมเศร้า
- สำหรับพื้นที่สำหรับการพักผ่อนแนะนำให้ใช้สีขาว น้ำเงิน ม่วง เขียว และเหลือง
- สวนที่มีแสงน้อยหรือมีการใช้ในเวลายามเย็นให้ใช้สีที่ความสว่างเมื่อแสงน้อย เช่น สีเหลือง สีขาว สีชมพู สีน้ำเงินและสีม่วง เป็นต้น
- สวนในฤดูหนาวอาจเน้นไม้ดอกสีแดง สีส้มหรือสีเหลืองที่ให้ความรู้สึกอบอุ่น

6.1.4.3 การออกแบบเกี่ยวกับขนาดและสัดส่วนในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การออกแบบโครงสร้าง พื้นที่ และองค์ประกอบต่างๆในสวนที่สัมพันธ์กับสัดส่วนของมนุษย์ และมีความกลมกลืนกับขนาดของสวน
- 2.) ใช้หลักการของสัดส่วนที่สมบูรณ์ (Golden Proportion) ที่จะแบ่งความรู้สึกสมดุลและสมบูรณ์ขึ้นในจิตใจได้สำนึกของการรับรู้สัดส่วนที่เป็นธรรมชาติ หรือการใช้พืชพรรณ เช่น ดอกทานตะวัน ดอกเดซี่ ซึ่งมีความหมายทางสัญลักษณ์ถึงสัดส่วนที่สมบูรณ์
- 3.) การใช้ขนาดพืชพรรณที่ไม่ใหญ่โตหรือหยาบในพื้นที่ขนาดเล็ก เพราะจะทำให้รู้สึกคับพื้นที่ โดยพื้นที่ที่มีขนาดย่อม เพียงพอสำหรับมนุษย์จะสร้างความรู้สึกใกล้ชิดและสามารถพักผ่อนได้
- 4.) การเลือกใช้พรรณไม้แคระในสวนที่มีขนาดเล็ก ซึ่งเมื่อโตแล้วจะไม่มีขนาดใหญ่โตเกินจากแนวคิดของงานออกแบบในตอนแรก
- 5.) การพิจารณาขนาดตามระยะห่างจากจุดมอง เช่น การเลือกขนาดของวัตถุที่มองจากระยะไกลในสวนอาจต้องใช้ขนาดใหญ่มากขึ้นเพื่อให้เกิดความกลมกลืนและดูไม่หลุดออกจากความสนใจ

- 6.) การใช้องค์ประกอบของสวนทางตั้งกับองค์ประกอบทางนอนอย่างมีสัดส่วนสัมพันธ์กัน เพื่อให้เกิดความกลมกลืนทางสายตา และสร้างสมดุลของสัดส่วนในพื้นที่

6.1.4.4 การออกแบบแสงในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การกรองแสงโดยใช้ต้นไม้ในสวนที่มีพุ่มใบบนต้นหนาแน่นแต่โปร่งพอที่จะให้แสงลอด โดยเฉพาะทิศใต้ ทิศตะวันตก และทิศตะวันตกเฉียงใต้ การให้มีพื้นที่ร่มเงาที่เข้าถึงได้ง่าย ไม่มีขอบเขตชัดเจนนัก เช่น พื้นที่ได้ร่มเงาของต้นไม้ใกล้ๆ บริเวณเปิดโล่ง
- 2.) การใช้พืชพรรณ ไม้พุ่ม ดอกไม้ ไม้คลุมดิน รูปปั้น และสิ่งก่อสร้างอื่นๆ ในสวน ที่มีคุณสมบัติในการสะท้อน เป็นแหล่งกำเนิดที่สองของรังสีดวงอาทิตย์ โดยผิวเรียบจะดูดซับแสงได้มากกว่าผิวหยาบ แต่ต้องไม่มันเงาและมุมของการสะท้อนไม่เข้าตา
- 3.) การกรองแสงสะท้อนจากวัตถุด้วยพืชพรรณเพื่อควบคุมความจ้า วางตำแหน่งพืชพรรณอยู่บนและโดยรอบวัตถุนั้นซึ่งจะลดความจ้าได้
- 4.) การใช้พืชพรรณสร้างระนาบเหนือศีรษะ เพื่อสะท้อนรังสีที่ส่องออกไปภายนอกในตอนกลางวัน ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกปลอดภัยได้ด้วย
- 5.) การสร้างพื้นที่ที่ทำสมาธิ ล้อมรอบด้วยต้นไม้ค่อนข้างโปร่งยอมให้แสงอาทิตย์ผ่านบางๆ ในตอนเช้า ซึ่งมีลวดลายของใบเป็นเส้นที่ให้แสงที่น่าประทับใจเหมือนดังสวรรค์
- 6.) การใช้วัสดุสำหรับม้านั่ง จำพวก ไม้ ผ้าใบ และหิน ที่ไม่สะท้อนแสงมากเกินไป ให้ความรู้สึกสบายด้วยอุณหภูมิที่เหมาะสม
- 7.) การจัดให้มีเปลญวนในบริเวณที่มีแสงรำไรได้ร่มเงา สำหรับเป็นที่พักผ่อน เพื่อให้บรรยากาศที่ผ่อนคลาย

หมายเหตุ

- การออกแบบในเมืองไทยควรเน้นร่มเงาของพืชพรรณและแสงรำไร โดยจัดให้มีส่วนเชื่อมต่อกันที่ซึ่งอาจเป็นพื้นที่ได้ชายคา ระเบียง หรือได้ร่มเงาไม้ ที่สะท้อนรูปแบบการใช้พื้นที่แบบไทย โดยรับแสงอาทิตย์ทางอ้อม
- การใช้วัสดุสีอ่อนหรือมันเงาไม่เหมาะกับพื้นที่กลางแจ้งของไทย เพราะจะมองแล้วสว่างจ้าและรู้สึกร้อน

6.1.4.5 การออกแบบวัสดุพืชพรรณในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การเลือกพืชพรรณในพื้นที่ที่ห่างไกล ใต้อากาศ มีความเหมาะสมในเรื่องการดูแลรักษา
- 2.) การเก็บรักษาต้นไม้ที่ใหญ่โตแล้วในพื้นที่ โดยต้นไม้ใหญ่จะให้ความน่าสนใจทางสายตาในทันทีที่มอง จะให้ร่มเงา ความรู้สึกถึงพื้นที่ ดึงดูดนก กระรอก และให้ความรู้

สีน้ำมันคงถาวรแก่บางคน โดยรูปทรงต้นไม้ที่มนุษย์ชอบเป็นรูปทรงที่แผ่กว้างมากกว่า ความสูงและมีใบขนาดเล็ก

- 3.) การรวมกลุ่มของพืชพรรณดีกว่าการกระจายอย่างไรแบบแผน เพื่อสร้างความต่อเนื่องอย่างมีเหตุมีผล
- 4.) การจัดให้มีสนามหญ้าเพื่อเชื้อเชิญและสร้างพื้นที่ทำกิจกรรมที่อบอุ่น เช่น เดินเล่น ปิกนิก นอนเล่น ฯลฯ
- 5.) การจัดแนวต้นไม้กำบังเพื่อสร้างขอบเขตของสวนและสร้างความเป็นส่วนตัว รวมทั้งลดความรู้สึกร้างหรือลึกที่มากเกินไป
- 6.) การใช้ทรงพุ่มของต้นไม้ช่วยลดทอนสัดส่วนของสภาพแวดล้อมให้ใกล้เคียงกับมนุษย์ ทำให้เกิดระนาบเหนือศีรษะของกิ่งก้านใบที่สานกัน และให้แสงอาทิตย์ผ่านลงมาอย่างอ่อนโยน โดยเลือกชนิดต้นไม้ที่แผ่กว้างทางนอน หรือไม้เลื้อยที่เลื้อยปกคลุมขุมไม้
- 7.) การใช้ไม้พุ่ม ไม้ดอก ต้นไม้ และไม้ยืนต้นที่หลากหลาย โดยคำนึงถึงการเปลี่ยนแปลงของฤดูกาล ใช้คุณลักษณะของพืชพรรณที่หลากหลายผิวสัมผัส รูปร่าง สี และการจัดวาง
- 8.) การเลือกใช้พืชพรรณที่มีกลิ่นหอม เพื่อให้เกิดการระลึกถึงประสบการณ์ที่ดีในอดีต ช่วยให้การปรับกระเปาะ โดยเลือกกลิ่นให้สัมพันธ์กับอารมณ์ที่ต้องการ
- 9.) การพิจารณาพืชพรรณและรายละเอียดที่มีคุณสมบัติทางผิวสัมผัส ใช้พืชพรรณที่สัมผัสได้ ไม่มีละอองเกสรที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เชื้อให้อยากเอื้อมไปสัมผัสและเชื้อเชิญให้เกิดการเดิน จับ ถู
- 10.) การเลือกพืชพรรณที่ไหวตามลมที่พัดอ่อนๆ เช่น โพธิ์ หลิว สะตือ ลำพู ฯลฯ ซึ่งจะดึงความสนใจ ให้มีสมาธิ ทำให้รู้สึกถึงลมได้จากการมองเห็น
- 11.) การพิจารณาให้สภาพแวดล้อมภายนอกเป็นเสมือนถิ่นของสัตว์ โดยใช้พืชพรรณ ดอกไม้ ไม้พุ่ม และไม้ยืนต้นที่ดึงดูดนก ผีเสื้อ แมลง และกระรอก เพื่อดึงความสนใจของเราให้อยู่กับชีวิตเล็กๆที่มีช่วงอายุสั้น
- 12.) การใช้สมุนไพรเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจและลดความหวาดกลัวในการรักษา เพิ่มความเชื่อมั่นและรู้สึกสุขภาพดี
- 13.) การเลือกชนิดพืชพรรณมีความหมายพิเศษทางจิตวิญญาณหรือความหมายของท้องถิ่นซ่อนอยู่ โดยพิจารณาความเหมาะสมในกลุ่มวัย หรือกลุ่มทางวัฒนธรรมของผู้ใช้งาน

- 14.) การคำนึงถึงการมองจากมุมมองด้านบนของอาคารข้างเคียง และจากภายในอาคารด้วย
- 15.) การออกแบบโดยพิจารณาระดับการดูแลรักษาที่เหมาะสม เพื่อไม่ให้สภาพแวดล้อมทรุดโทรม ที่อาจทำให้คุณภาพของการมองเห็นแย่ นำไปสู่การรู้สึกว่ามีสุขภาพไม่ดี

หมายเหตุ

- คำนึงถึงระดับการดูแลรักษาของแต่ละโครงการ
- โครงการสาธารณะเน้นการใช้ไม้ยืนต้น ไม้ใบ ที่ไม่ต้องการการดูแลมากนัก
- โครงการรีสอร์ท สปา เน้นการใช้รูปร่าง ผิวสัมผัส กลิ่นเพื่อส่งเสริมประสาทสัมผัสตามความเหมาะสม
- สถานที่เพื่อการพักผ่อน ใช้พืชพรรณเป็นฉากที่ไม่ดึงดูดความสนใจมากนัก โดยใช้ผิวสัมผัสของพืชพรรณที่ละเอียด อ่อนโยน ไม่แข็งกันโดดเด่น

6.1.4.6 การออกแบบทางเดินในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การออกแบบทางเข้าที่เชื้อเชิญ และสร้างความประทับใจเมื่อแรกเห็น เพื่อดึงดูดให้เข้าไปใช้
- 2.) การออกแบบเส้นทางที่มีความชัดเจน สามารถเข้าใจและรับรู้แบบแผนการเคลื่อนที่ได้ง่าย
- 3.) การใช้ลักษณะเส้นทางที่เป็นวงมาบรรจบกันที่เป็นรูปแบบที่ง่ายและมีความต่อเนื่อง ไม่ใช้ลักษณะทางเดินที่ไม่มีจุดหมายหรือเป็นทางตัน
- 4.) การออกแบบขนาดของเส้นทางให้ยืดหยุ่นตามกิจกรรมและการใช้สอยของมนุษย์ โดยไม่มีขนาดกว้างจนรู้สึกโดดเดี่ยว หรือแคบจนรู้สึกอึดอัด และไม่ใช้ขนาดเดียวเป็นระยะยาวๆ ที่อาจทำให้รู้สึกเบื่อหรือไม่น่าสนใจ
- 5.) การใช้เส้นสายของทางเดินที่โค้งคดเคี้ยวต่อเนื่องซึ่งช่วยให้รู้สึกผ่อนคลายและไม่ตึงเครียด ไม่ใช้การหักมุมฉับพลันที่อาจทำให้เกิดความขัดแย้ง
- 6.) การออกแบบเส้นทางให้ผู้ใช้ตระหนักถึงจุดหมายของเส้นทาง เพื่อเกิดการค้นหา ดึงดูดใจให้เดินไปสู่ส่วนต่างๆ
- 7.) การสร้างเรื่องราวหรือมุมมองที่มีลำดับคลี่คลายและมีสิ่งดึงดูดใจอย่างต่อเนื่องตลอดเส้นทาง แต่ต้องไม่ดูลึกลับ ทำให้หลงทิศ หรือไม่รู้จักจุดหมาย
- 8.) การออกแบบเส้นทางเดินที่มีการลดความเร็วของการเดินเพื่อให้สัมผัสประสบการณ์ในธรรมชาติอย่างคุ้มค่า ทำให้เกิดการพักผ่อนในทุกย่างก้าว

- 9.) การเลือกใช้วัสดุพื้นที่หลากหลาย เพื่อกระตุ้นการสัมผัสที่แตกต่างกัน โดยเลือกใช้วัสดุที่เป็นธรรมชาติ เลือกใช้วัสดุที่ไม่มันเงาหรือสะท้อนแสงจ้า และไม่ใช้วัสดุที่ยากแก่การทรงตัว- การใช้สีของพื้นผิวทางเดินที่ไม่อ่อนเกินไป เพราะจะซีดง่าย และจะสะท้อนแสงสว่างเข้าตาเรา
- 10.) การใช้วัสดุพืชพรรณมาประกอบตามขอบของเส้นทางเดินทั้งระนาบข้างและระนาบเหนือศีรษะ เพื่อสร้างความอ่อนโยนและความร่มรื่นจากแนวรั้วไม้
- 11.) การออกแบบเส้นทางเพื่อให้เกิดการพินิจ โดยใช้รูปร่างของเส้นทางที่เป็นสัญลักษณ์ของสังขารมในชีวิต เช่น เกลียว(Spiral) เขาวงกต(Labyrinth) เป็นต้น
- 12.) การออกแบบให้มีความลาดหรือระดับสูงต่ำตามความเหมาะสม เช่น มีการใช้ขั้นบันไดเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายแก่ผู้ใช้งาน

หมายเหตุ

- การใช้ทางเดินตามการรับรู้ของชาวตะวันตกที่เข้ากับภูมิอากาศและนำสนใจน่าจะเหมาะสมในการบำบัดของคนไทย โดยขนาดทางเดินไม่กว้างโล่งหรือตรงไปตรงมามากเกินไป มีการออกแบบเพื่อลดความเร็วและเปลี่ยนมุมมองอย่างต่อเนื่อง ทำให้พื้นที่สามารถมีประสบการณ์ในพื้นที่ขนาดเล็กได้อย่างเต็มเปี่ยม ซึ่งหลักการนี้นำไปใช้ได้ในส่วนขนาดเล็ก หรือสวนเพื่อการพินิจ สวนสวนของสถานพยาบาลหรือสวนสาธารณะต้องมีการพิจารณาถึงความสะดวกของผู้ใช้มากกว่า

6.1.4.7 การออกแบบน้ำในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การใช้น้ำสร้างความชุ่มชื้นแก่บริเวณโดยจัดวางตำแหน่งของสระน้ำในบริเวณที่มีลมพัดอ่อนๆ เพื่อนำความเย็นสดชื่นแก่บริเวณ
- 2.) การใช้น้ำเป็นจุดสนใจในสวน เพื่อให้เกิดความสงบและการพินิจ ซึ่งสามารถใช้ได้ทั้งสภาพของบ่อน้ำที่สะท้อนภาพ น้ำพุหรือน้ำตกเบาๆ โดยน้ำจะมีคุณค่าในการบำบัดเมื่อเป็นไปอย่างอ่อนโยน ไม่ไหลเชี่ยวหรือพุ่งอย่างรุนแรง
- 3.) การออกแบบน้ำให้มีหลายลักษณะ ซึ่งส่งเสริมความรู้สึกที่แตกต่างกันด้วย เช่น การใช้น้ำเร็วเป็นระลอกเพื่อกระตุ้นให้เกิดความตื่นตัวกระฉับกระเฉง ในขณะที่เมื่อน้ำสงบนิ่ง หรือไหลอย่างแผ่วเบาทำให้รู้สึกถึงการพักผ่อน มีสมาธิ เป็นต้น โดยจากงานวิจัยพบว่าคนส่วนมากชอบมองน้ำที่เป็นระลอกมากกว่าน้ำนิ่งเฉื่อยที่อาจทำให้บางคนรู้สึกว่ามีสุขภาพไม่ดี
- 4.) การใช้น้ำสะท้อนภาพขององค์ประกอบของธรรมชาติ ทำให้เกิดความลึก ความต่อเนื่อง และความรู้สึกไม่สิ้นสุดของโลกธรรมชาติ

- 5.) การออกแบบรูปร่างของสระน้ำและลักษณะของน้ำในการสะท้อนคุณลักษณะของสวน เช่น ใช้รูปร่างสมมาตรในสวนแบบเป็นทางการ รูปร่างคดเคี้ยวโค้งไปมาในสวนที่ไม่เป็นทางการ เป็นต้น
- 6.) การใช้น้ำเป็นองค์ประกอบทางนอนที่ประสานกับองค์ประกอบทางตั้งอื่นๆได้เป็นอย่างดี
- 7.) การใช้น้ำเป็นสัญลักษณ์ของความบริสุทธิ์และชีวิต โดยอาจเป็นการสร้างเรื่องราวของความเป็นจริงในชีวิต ถ่ายทอดผ่านการเคลื่อนไหวของน้ำเสมือนการเคลื่อนไหวของชีวิต
- 8.) การใช้เสียงของน้ำพุหรือน้ำตกช่วยกลบเสียงรบกวนที่ไม่น่าฟัง ซึ่งจังหวะของน้ำพุหรือน้ำตกจะช่วยกระตุ้นให้เกิดความพึงพอใจได้
- 9.) การกระตุ้นให้เกิดการสัมผัสน้ำ โดยอาจมีการยกขอบหรือระดับของน้ำให้อยู่ในระดับที่สัมผัสได้ง่าย
- 10.) การให้มีแสงสว่างรำไรส่องลงน้ำเพื่อให้เกิดประกายของแสงตามจังหวะกระเพื่อมของน้ำ ที่จะสร้างความรู้สึกสมดุลและมีสุขภาพที่ดี
- 11.) การเลี้ยงสัตว์น้ำเพื่อสร้างการเคลื่อนไหวของน้ำ และทำให้เกิดการรู้สึกพึงพอใจในการได้สังเกตชีวิต
- 12.) การใช้บ่อน้ำ อ่างน้ำ หรือกระถาง เพื่อสร้างความชุ่มชื้นในสวนที่มีขนาดเล็ก

หมายเหตุ

- การใช้บ่อน้ำในพื้นที่ขนาดเล็กนั้น รูปร่างของบ่อน้ำและลักษณะของน้ำมีความสำคัญมาก เนื่องจากจะเป็นจุดสังเกต โดยบ่อน้ำที่มีขนาดเล็กควรมีการเคลื่อนไหวของน้ำเพื่อไม่ให้รู้สึกถึงสุขภาพที่ไม่ดี หรือซึมเศร้า
- สระน้ำที่ใช้สะท้อนองค์ประกอบที่ئينเกินไปอาจไม่เหมาะเนื่องจากน้ำจะดูขุ่นร้อนและส่งผลถึงอุณหภูมิของบริเวณ

6.1.4.8 การออกแบบองค์ประกอบอื่นๆในสวนเพื่อการบำบัด

- 1.) การพิจารณาใช้คุณลักษณะขององค์ประกอบช่วยส่งเสริมสวน เช่น สี รูปร่าง ผิวสัมผัส ที่น่าพึงพอใจ
- 2.) การออกแบบที่นั่งให้เพียงพอต่อผู้ใช้และเหมาะสมต่อการใช้สอย โดยจัดให้มีรูปแบบที่หลากหลายเพื่อให้ผู้ใช้สามารถเลือกใช้ได้ตามความต้องการ การเลือกใช้วัสดุที่เป็นธรรมชาติไม่ดูดความร้อนหรือความเย็น มีความคงทน หรืออาจใช้เปลวถูกไว้ได้ต้นไม้ในมุมที่สงบ

- 3.) การออกแบบศาลา สถาปัตยกรรมขนาดเล็ก หรืออัมพรวรียในสวน เพื่อรองรับกิจกรรมในสวนได้ในทุกฤดูกาล
- 4.) การใช้ระเบียบหรืออาเขตเป็นพื้นที่เชื่อมต่อระหว่างในร่มและกลางแจ้ง รวมทั้งเป็นบริเวณตั้งโต๊ะนั่งพักผ่อน
- 5.) การใช้องค์ประกอบ เช่น เสา รั้ว กำแพง ชุ่ม หรือรั้ว เป็นองค์ประกอบทางตั้งที่สร้างความสูงในสวน สร้างสร้างขอบเขตหรือการโอบล้อมของพื้นที่และสร้างกรอบในการมอง รวมทั้งใช้เป็นที่ยึดเกาะของพรรณไม้เลื้อย
- 6.) การใช้รูปปั้นแสดงความหมายทางสัญลักษณ์หรือแสดงความรู้สึกบางอย่าง เช่น ใช้รูปปั้นที่แสดงสัญลักษณ์ของจิตวิญญาณ เพื่อสร้างความสงบ นอบน้อม หรือใช้รูปปั้นแสดงอารมณ์ขัน สนุกสนาน เพื่อสร้างความพึงพอใจ เป็นต้น

แนวทางการออกแบบภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจทั้งหมดที่กล่าวมา สามารถพิจารณาเลือกพื้นที่สำหรับภูมิทัศน์เพื่อการบำบัด ได้ดังนี้

- การเลือกพื้นที่ตั้งที่ดีที่สุดคือ อยู่ใกล้บริเวณที่มีภูมิทัศน์ธรรมชาติ หรือสวนสาธารณะ เพื่อให้เกิดมุมมองที่ต่อเนื่องและสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย
- การเลือกพื้นที่ซึ่งมีรูปทรงของพื้นที่ที่น่าสนใจ และมีสภาพพืชพรรณเดิมที่เป็นไม้ยืนต้นที่ยังมีสภาพดี
- พื้นที่ที่มีการระบายน้ำที่ดีหรือมีพื้นที่รองรับน้ำ
- การคำนึงถึงสภาพภูมิอากาศในระดับจุลภาค ได้แก่ ทิศทางของแดดและลม โดยอาจใช้ตัวอาคารบังแดดในทิศใต้ หรือตะวันตก
- การคำนึงถึงเสียงรบกวน หรือกลิ่นเหม็นจากบริเวณข้างเคียงซึ่งจะขัดขวางการบำบัดจิตใจ
- สำหรับโครงการสวนสาธารณะ เลือกพื้นที่ตั้งที่เป็นแหล่งที่มีกลุ่มผู้ต้องการการบำบัดฟื้นฟูจิตใจ เช่น ย่านชุมชนแออัด ย่านโรงงาน ย่านธุรกิจหนาแน่น เป็นต้น เพื่อให้สามารถรองรับกลุ่มผู้ที่มีความเครียด ความอ่อนแอทางจิตใจได้โดยตรง โดยคำนึงถึงการเข้าถึงที่สะดวก ใกล้ทางเข้าหลักหรือส่วนที่ใช้งานมาก

6.2 บทสรุปการศึกษาทางด้านภูมิทัศน์ และการบำบัดจิตใจ

การดำเนินวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ได้ทำการศึกษาทบทวนข้อมูลจากหลายแหล่ง ซึ่งพบว่ามีข้อมูลทั้งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์โดยตรงกับการออกแบบภูมิทัศน์ และข้อมูลองค์ความรู้ที่ยังต้องการการศึกษา ซึ่งผู้วิจัยหรือผู้รวบรวมข้อมูลแต่ละกลุ่มมีจุดมุ่งหมายในเนื้อหาหรือแนวทางการบำบัด

ที่แตกต่างกันไป หากผู้อ่านมีความสนใจในเรื่องใดเป็นพิเศษก็สามารถศึกษาเพิ่มเติมจากรายการอ้างอิงที่อยู่ท้ายของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

6.2.1 ข้อจำกัดในการศึกษา

1.) การศึกษาในครั้งนี้มีความยากลำบากในการได้มาซึ่งข้อมูลหรือองค์ความรู้ โดยแหล่งข้อมูลเกือบทั้งหมดเป็นข้อมูล งานศึกษา งานวิจัยของนักวิชาการและผู้ออกแบบในต่างประเทศ ทั้งนี้หัวข้อภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจนั้นยังไม่ได้ได้รับความสนใจจากแวดวงวิชาการและวิชาชีพในเมืองไทยเท่าที่ควร ทำให้งานศึกษาในครั้งนี้ต้องอ้างอิงจากแหล่งข้อมูลที่มีการรวบรวมมาแล้วค่อนข้างมาก และเป็นข้อมูลที่ต้องนำมาปรับให้เหมาะสมกับการนำไปใช้ประโยชน์ในประเทศไทย

2.) กรณีศึกษาภูมิทัศน์ที่มีการออกแบบเพื่อการบำบัดในปัจจุบันยังจำกัดอยู่ที่สวนของสถานพยาบาล สถานพักผ่อน ที่เป็นสวนขนาดเล็กและมีผู้ใช้งานจำกัด จึงได้ข้อมูลของการออกแบบที่ไม่หลากหลายและไม่มีความแตกต่างกันมากนัก

3.) งานศึกษาวิจัยส่วนมากมักได้ผลตอบสนองทางสรีระศาสตร์ โดยนำมาเชื่อมโยงกับผลทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่ตามมา

4.) งานศึกษาวิจัยส่วนมากเน้นเรื่องการบำบัดจากความพึงพอใจในการรู้สึก ด้วยการมีปฏิสัมพันธ์กับภูมิทัศน์ และความพึงพอใจในการรับรู้ภาพหรือประสบการณ์ที่มีความสมดุล สมบูรณ์ ส่วนความพึงพอใจในระดับปัญญานั้นค่อนข้างเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและขึ้นอยู่กับปัจจัยทางด้านวัฒนธรรม การตีความตามประสบการณ์ของแต่ละบุคคลด้วย ซึ่งหากมีการศึกษาวิจัยถึงระดับนี้เป็นประโยชน์อย่างยิ่งและนำไปสู่การบำบัดที่ได้ผลทางจิตใจอย่างแท้จริง

5.) การเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามจากงานออกแบบภูมิทัศน์ของไทยนั้น เป็นการเก็บรวบรวมเพื่อนำมาวิเคราะห์ถึงปัจจัยที่สำคัญของการออกแบบเพื่อการบำบัดของประเทศไทย โดยเก็บรวบรวมจากการสังเกตเป็นหลัก ส่วนการสัมภาษณ์ได้จากกลุ่มคนเพียงจำนวนหนึ่งเท่านั้น ทำให้ข้อมูลในเรื่องของการรับรู้ ความรู้สึกจากการใช้พื้นที่ของผู้ใช้นั้นไม่หลากหลายและไม่สามารถถือเป็นความคิดเห็นของผู้ใช้ทั้งหมดได้อย่างแน่ชัด

6.2.2 แนวทางในการศึกษาในอนาคต

การวิจัยในเรื่องภูมิทัศน์เพื่อการบำบัดจิตใจนี้เป็นเพียงแง่มุมหนึ่งที่มองภาพรวมของการบำบัดจิตใจโดยกว้าง การขยายองค์ความรู้หรือนำองค์ความรู้ไปใช้ในการปฏิบัตินั้นยังต้องการการพัฒนาให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ออกแบบและผู้ใช้งานมากยิ่งขึ้น โดยควรพิจารณาในเรื่องดังนี้

1.) การศึกษาวิจัยทางด้านมนุษย์ในรายละเอียดของความเครียด หรือความเจ็บป่วยทางจิตใจประเภทต่างๆ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมต่อผู้ใช้งานอย่างแท้จริง

2.) การศึกษาเรื่องการบำบัดทางกายภาพที่ผสมผสานไปกับการบำบัดจิตใจ

3.) การศึกษาหลักการออกแบบภูมิทัศน์ในประเด็นที่ยังไม่ได้มีการกล่าวถึง เพื่อขยายองค์ความรู้ต่อ เช่น การพิจารณาเรื่องของรูปทรงแผ่นดิน(Landform)

4.) ควรมีการศึกษาวิจัย ผนวกองค์ความรู้ที่มีพื้นฐานจากท้องถิ่นของประเทศไทยในแต่ละพื้นที่ เช่น การใช้สมุนไพร พืชพรรณไม้ท้องถิ่น การแฝงคติ ความเชื่อ และความหมายทางสัญลักษณ์ของภูมิทัศน์ในท้องถิ่น ซึ่งมีความเฉพาะเจาะจงมากยิ่งขึ้น

5.) ควรมีการวิจัยประเมินความพึงพอใจในภูมิทัศน์หลังจากการออกแบบ เพื่อสร้างข้อมูลที่น่าหนักแน่นในการพัฒนางานออกแบบให้เกิดความพึงพอใจและบำบัดจิตใจได้ดียิ่งขึ้น



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย