

บทความวิจัย  
- Research Article -

# กรณีศึกษากรุงเทพมหานครการสร้างสรรค์พื้นที่ขนาดเล็กในบ้าน เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมลบสู่ความสัมพันธ์บวกในผู้เชื่อใหม่ จากแรงบันดาลใจกิจกรรมคริสเตียน Creating Small Spaces Within the Home to Transform Negative Behaviors into Positive Relationships Among New Believers, Inspired by Christian Activities

เอกพงษ์ ตรีตรง

รองศาสตราจารย์

คณะมัณฑนศิลป์ มหาวิทยาลัยศิลปากร กรุงเทพมหานคร 10200

Akekapong Treetrong

Associate Professor

Faculty of Decorative Arts, Silpakorn University, Bangkok, Thailand, 10200

\*Email: akekapong\_ideal1@hotmail.com

## บทคัดย่อ

บ้านไม่ได้เป็นเพียงสถานที่พักอาศัยเท่านั้น แต่ยังสามารถเป็นพื้นที่ขนาดเล็กที่ส่งเสริมกิจกรรมเชิงบวกและความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในกลุ่มคริสเตียนผู้เชื่อ โดยเฉพาะในกลุ่มย่อยของคริสตจักรในเขตกรุงเทพมหานคร การออกแบบกิจกรรมภายในบ้านจึงมีเป้าหมายเพื่อสนับสนุนความสัมพันธ์ในชุมชนความเชื่อ และช่วยลดสภาวะการตัดสินใจที่ผิดพลาดของมนุษย์ในช่วงเวลาวิกฤตในการศึกษาเกี่ยวกับการใช้บ้านเป็นพื้นที่สำหรับกิจกรรมทางศาสนา กลุ่มตัวอย่างจากคริสตจักรความหวังกรุงเทพฯ โดยการศึกษา กลุ่มผู้ที่มีความศรัทธาต่อองค์พระเยซูเจ้า เพื่อค้นหาวิธีสร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมกำลังใจผ่านดนตรี การฟังเทศนา และการพูดคุย แลกเปลี่ยนปัญหา บ้านจึงกลายเป็นสถานที่สำคัญที่เอื้อต่อการอธิษฐาน ศึกษาพระคัมภีร์ และรับคำแนะนำจากผู้นำทางจิตวิญญาณ ซึ่งช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจที่ผิดพลาดไปสู่แนวทางที่ถูกต้อง พร้อมทั้งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากลบเป็นบวก “พื้นที่บวก” ภายในบ้านนี้ สามารถสะท้อนรูปแบบกิจกรรมในโบสถ์ได้ โดยเป็นสถานที่ที่ผู้ประสบปัญหาสามารถพบทางออกทางจิตใจ และได้รับการหนุนใจจากคำสอนทางศาสนา พื้นที่และสิ่งแวดล้อมในบ้านจึงมีผลโดยตรงต่อพฤติกรรมของผู้อยู่อาศัย เช่นเดียวกับพื้นที่ในโบสถ์ ที่ไม่ได้เป็นเพียงสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนาเท่านั้น แต่ยังเป็นศูนย์กลางของการพบปะ พูดคุย และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แนวคิดตั้งอยู่บนความเชื่อที่ว่า การนำ “บ้าน” มาผสานเข้ากับกิจกรรมทางศาสนา ไม่เพียงส่งผลต่อร่างกาย แต่ยังส่งผลต่อจิตใจและจิตวิญญาณ ทำให้บ้านเป็นพื้นที่ที่ช่วยหล่อหลอมความเชื่อ สร้างความสัมพันธ์เชิงบวก และสนับสนุนให้สมาชิกของชุมชนดำเนินชีวิตด้วยความศรัทธาและปัญญา

**คำสำคัญ:** พื้นที่บวก; กิจกรรมบวก; ความสัมพันธ์บวก; คริสตธรรมคัมภีร์

## Abstract

A home is not merely a place of residence; it can also serve as a small space that fosters positive activities and strong relationships among members of a Christian faith community, particularly in small groups within churches in Bangkok. The design of activities within the home aims to support relationships within the faith community and help reduce instances of poor decision-making during times of crisis. In a study on utilizing homes as spaces for religious activities, a sample group from Hope Church Bangkok participated in by studying the group of people who have faith in God's miracles discussion to explore ways to create an encouraging atmosphere through music, sermons, and open conversations about personal challenges. As a result, the home becomes a vital space that facilitates prayer, Bible study, and spiritual guidance. These elements help participants shift from poor decision-making to better choices and transform negative behaviors into positive ones. This “positive space” within the home can mirror church activities, providing a place where individuals facing crises can find emotional

and spiritual support through religious teachings. The environment within the home directly influences the behavior of its residents, just as the church space does. A church is not only a place for religious rituals but also a center for gathering, discussions, and mutual support within the faith community. This concept is rooted in the belief that integrating the home with religious activities affects not only the body but also the mind and spirit. By doing so, the home becomes a space that nurtures faith, builds positive relationships, and encourages community members to live with devotion and wisdom.

**Keywords:** Positive space; positive activity; positive relationship; Bible

**Received:** April 2, 2024; **Revised:** May 23, 2025; **Accepted:** June 6, 2025

## 1. บทนำ

“มนุษย์เป็นสัตว์สังคม” ตามคำกล่าวของนักปรัชญาชาวกรีก ที่ต้องมีความสัมพันธ์กันมีชีวิตร่วมกัน ไม่สามารถดำรงชีวิตได้เพียงลำพังได้ พฤติกรรมมีผลต่อคุณภาพชีวิตในองค์กร ไม่ว่าจะเป็นร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ภายใต้สภาพแวดล้อม ปัญหาด้านความสัมพันธ์เป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องเจอและแต่ละคนมีการแก้ปัญหาที่แตกต่างกัน โดยทางออกของความสบายใจของแต่ละคน แต่ต้องการพื้นที่ในการสงบอารมณ์และจิตใจ ทั้งความคิดและการตัดสินใจ ด้วยสภาวะทางเศรษฐกิจ ปี 2567 ทำให้เกิดการบั่นทอนจิตใจ ขาดงานเนื่องจากความเครียด ส่งผลให้กลายเป็นโรคซึมเศร้าในระยะยาว ผลสำรวจในกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,280 คน เพศหญิง 66% ผู้ชาย 34 % พบว่า 57% อยู่ในสภาวะความเสี่ยงสูงที่จะเข้าสู่ภาวะหมดไฟ 31 % อยู่ในสภาวะไฟแรง และ 12% อยู่ในสภาวะหมดไฟการทำงาน ผู้ชายเลือกคลายเครียดด้วยการเล่นเกมส์ ออกกำลังกาย การใช้โซเชียลมีเดีย เพศหญิงเลือกการคลายเครียดด้วยการพูดคุยกับเพื่อน การใช้โซเชียลมีเดีย และการพูดคุยกับครอบครัว (กรมสุขภาพจิต, 2567)

จากผลวิเคราะห์การเลือกคลายเครียดด้วยการพูดคุยกับเพื่อน หรือการพูดคุยในครอบครัว ยังสามารถช่วยให้เกิดความสบายใจ ในวัฒนธรรมคริสเตียนหากใครเดือดร้อนจะเข้าไปช่วยเหลือกัน ด้วยการเล่าพยานชีวิต นั่นคือ แบ่งปันแรงบันดาลใจ และการแก้ปัญหาของแต่ละคนในพื้นที่คริสเตียนได้ฟังและช่วยกันอธิษฐานต่อพระเจ้าให้ปัญหาคลี่คลาย ดังคำสอนในคริสตธรรมคัมภีร์ บรรดาผู้ทำงานเหน็ดเหนื่อยและแบกภาระหนักจงมาหาเรา และเราจะทำให้ท่านทั้งหลายหายเหนื่อยและเป็นผู้สุข (มัทธิว 11:28-30, ฉบับอมตธรรมร่วมสมัย, 2560) การเรียนพระคัมภีร์ซึ่งเนื้อหาสร้างความสบายใจและกำลังใจ ด้วยพื้นที่ในห้องขนาด 50 ตารางเมตร คนร่วมประมาณ 40 คน และมีการแบ่งกลุ่มย่อย 5 คน หรือการเฝ้าเดี่ยวนั่นคือ การอ่านพระคัมภีร์และใช้สมาธิอยู่กับตัวเอง จะเป็นห้องนอนหรือห้องที่สงบได้ พื้นที่ไม่ว่าใหญ่ หรือเล็ก เมื่อความรู้สึกในด้านบวกมีผลกระทบต่อพฤติกรรมและส่งผลต่อความสัมพันธ์

## 2. ที่มาและความสำคัญของปัญหา

พื้นที่ และสภาพแวดล้อมรอบตัวมีอิทธิพลต่อชีวิต การแสดงออก และพฤติกรรมต่าง ๆ อาจเกิดจากปัจจัยของพื้นที่ โดยแบ่งที่มาและความสำคัญของปัญหาดังต่อไปนี้ อิทธิพลของพื้นที่และสภาพแวดล้อมต่อพฤติกรรมและความเป็นอยู่ของมนุษย์ พื้นที่และสภาพแวดล้อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและการดำรงชีวิตของมนุษย์ ปัจจัยทางกายภาพ เช่น การระบายอากาศที่ไม่ดี ความไม่สะอาด หรือความไม่ปลอดภัย ส่งผลกระทบโดยตรงต่อสุขอนามัยและความเป็นอยู่ ในบริบทของสังคมเมือง สภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวย อาจส่งผลต่ออารมณ์และการตัดสินใจของบุคคล ซึ่งเชื่อมโยงกับพฤติกรรมเสี่ยง เช่น อุบัติเหตุจากการเดินทางในพื้นที่ที่มีการเปลี่ยนแปลงความเร็วอย่างกะทันหัน (เสาวณี ศรีสุวรรณ และ พรณรงค์ เลื่อนเพชร, 2555) นอกจากนี้ ความขัดแย้งทางสังคมที่แพร่กระจายผ่านสื่อออนไลน์ ก่อให้เกิดปัญหาทางจิตใจและพฤติกรรมรุนแรง โดยเฉพาะในครอบครัวและความสัมพันธ์ส่วนตัว สถิติในปี 2564 พบว่า มีผู้หญิงไทยถูกทำร้ายร่างกายและจิตใจไม่น้อยกว่า 7 คนต่อวัน และมีการแจ้งความคดีความรุนแรงในครอบครัวสูงถึง 30,000 รายต่อปี (The Coverage, 2022)

บทบาทของศาสนาและชุมชนคริสเตียนในการส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดี ชุมชนคริสเตียน เช่น กลุ่มคริสเตียนความหวังกรุงเทพฯ มีแนวทางในการสนับสนุนสมาชิกให้มีความเข้มแข็งทางจิตใจและจิตวิญญาณ ผ่านกิจกรรมทางศาสนา เช่น การศึกษาพระคัมภีร์ การอธิษฐาน และการร้องเพลงนมัสการ ซึ่งช่วยลดความเครียดและปรับเปลี่ยนมุมมองเชิงลบ สมาชิกสามารถแบ่งปันปัญหาและรับกำลังใจจากผู้นำทางจิตวิญญาณ ซึ่งสอดคล้องกับหลักจิตวิทยาเชิงบวกและแนวคิดเรื่องความสุขที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (พักชก ริมโปะ และ โซโลมอน, 2563) ความสัมพันธ์ระหว่างสัญลักษณ์ทางศาสนาและการออกแบบสถาปัตยกรรม ศาสนาไม่ได้เป็นเพียงแนวทางในการดำเนินชีวิต แต่ยังสะท้อนผ่านสัญลักษณ์และสถาปัตยกรรม เช่น ไม้กางเขน ซึ่งเป็นตัวแทน

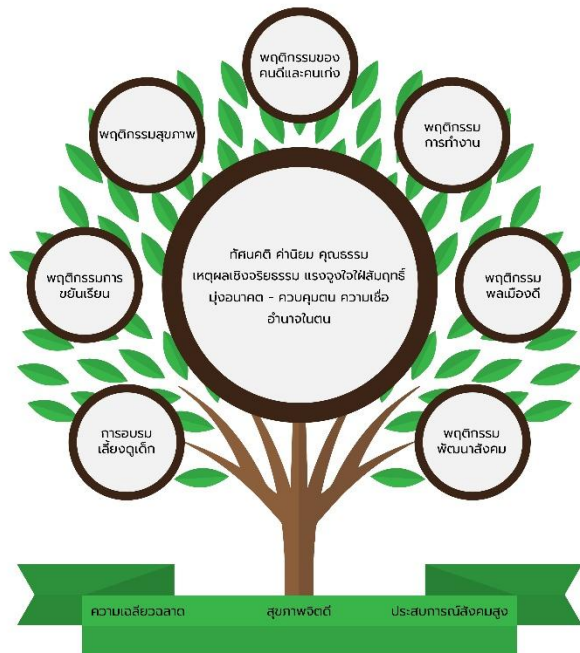
ของศาสนาคริสต์และพระเยซู สถาปัตยกรรมสามารถแสดงออกถึงความหมายทางศาสนาและวัฒนธรรม ผ่านรูปทรงและการออกแบบที่สื่อสารกับผู้ใช้อาคาร แนวคิดนี้นำไปสู่การออกแบบพื้นที่ที่เชื่อมโยงกับบริบททางกายภาพและสังคม เพื่อสนับสนุนการดำรงชีวิตและการปฏิสัมพันธ์ภายในชุมชนคริสเตียน (ภาวรินทร์ ใจเป็นกุลศล, 2563)

### 3. วัตถุประสงค์

1) เพื่อออกแบบกิจกรรมขนาดเล็กในบ้านสำหรับผู้เชื่อใหม่ จากความสัมพันธ์ของคริสเตียนกลุ่มย่อยเพื่อลดสภาวะการตัดสินใจที่ผิดพลาด (ชั่วขณะ) ของมนุษย์

2) การนำแรงบันดาลใจจากวัฒนธรรมคริสเตียน อิทธิพลจากความเชื่อในการใช้พื้นที่ภายในโบสถ์ และองค์ประกอบทางสถาปัตยกรรมแล้ว อิทธิพลและบริบทมีบทบาททำให้เกิดในพื้นที่เล็ก ๆ ของผู้เชื่อใหม่

พฤติกรรมมีผลต่อการกระทำและพฤติกรรมที่แสดงออก การแก้ปัญหาขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม ที่มีจิตเป็นพื้นฐาน (Bhanthumnavin,2007) ที่กล่าวว่า พฤติกรรมและปฏิสัมพันธ์ มีสามส่วนเปรียบดั่งต้นไม้ คือ ส่วนราก คือ สติปัญญา คุณธรรม ค่านิยม ส่วนลำต้นคือ ทศนคติ ค่านิยม คุณธรรม เหตุผลเชิงจริยธรรม แรงจูงใจ ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งพฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมการทำงาน พฤติกรรมของคนดีคนเก่ง



ภาพที่ 1 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แสดงจิตลักษณะพื้นที่และองค์ประกอบทางจิตใจของพฤติกรรมคนดีและเก่ง  
ที่มา : Bhanthumnavin (2007)

จากภาพที่ 1 แสดงให้เห็นว่า สำคัญคือ คือ ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออก และการที่กลุ่มคนที่มีความเชื่อเดียวกัน ย่อมทำให้เกิดพฤติกรรมและการตัดสินใจในทิศทางเดียวกัน

พื้นที่ที่เกี่ยวข้องกับสถาปัตยกรรม ซึ่งสะท้อนความเชื่อทางศาสนาและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้ใช้งาน ได้แก่

1) โบสถ์และสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ตัวอย่าง โบสถ์คริสเตียน (Christian Churches) โบสถ์เป็นศูนย์กลางของชุมชนคริสเตียน ใช้สำหรับการนมัสการ สวดอธิษฐาน และเรียนพระคัมภีร์ โครงสร้างมักมีสัญลักษณ์ทางศาสนา เช่น ไม้กางเขน กระดาษสี (Stained Glass) ที่เล่าเรื่องราวในพระคัมภีร์ และแท่นบูชาออกแบบให้มีพื้นที่กว้างเพื่อรองรับการชุมนุมของผู้ศรัทธา พร้อมองค์ประกอบที่ช่วยสร้างบรรยากาศแห่งศรัทธา เช่น แสงธรรมชาติและเพดานสูง

2) พื้นที่ชุมชนทางศาสนา ตัวอย่าง ศูนย์ชุมชนคริสเตียน (Christian Community Centers) สร้างขึ้นเพื่อส่งเสริมการรวมกลุ่มของผู้ศรัทธา ใช้สำหรับการศึกษาพระคัมภีร์ การอบรม และกิจกรรมสังคมมีการออกแบบที่ผสมผสานระหว่างพื้นที่ส่วนตัว (สำหรับการอธิษฐาน) และพื้นที่สาธารณะ (สำหรับการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและกิจกรรมชุมชน)

3) บ้านที่ถูกปรับให้เป็นพื้นที่สำหรับศาสนา ตัวอย่าง House Churches หรือ Home Worship Spaces บ้านบางแห่งถูกออกแบบให้รองรับกิจกรรมทางศาสนา เช่น ห้องสำหรับศึกษาพระคัมภีร์ มุมอธิษฐาน หรือพื้นที่สำหรับการนมัสการร่วมกัน องค์ประกอบของบ้าน เช่น ห้องรับแขก อาจถูกจัดให้มีลักษณะคล้ายโบสถ์ขนาดเล็กเพื่อให้สมาชิกในชุมชนสามารถประกอบพิธีทางศาสนาได้สะดวก

4) พื้นที่เชิงสัญลักษณ์ในเมือง ตัวอย่าง อนุสรณ์สถานทางศาสนา (Religious Monuments) เช่น คริสต์มหาวินิจฉัยนอเทรอดาม (Notre-Dame Cathedral, France) หรือ มหาวิหารเซนต์ปีเตอร์ (St. Peter's Basilica, Vatican) ซึ่งเป็นศูนย์รวมของผู้ศรัทธาและเป็นตัวแทนของศาสนาผ่านสถาปัตยกรรม ออกแบบโดยใช้เส้นสายและองค์ประกอบที่แสดงถึงความยิ่งใหญ่ทางศรัทธา เช่น โครงสร้างแบบโกธิกหรือบาโรก

5) สถาปัตยกรรมที่สะท้อนสัญลักษณ์ทางศาสนา ตัวอย่าง ไม้กางเขนในงานออกแบบสถาปัตยกรรมบางอาคารใช้โครงสร้างที่สะท้อนรูปไม้กางเขน เช่น ผังอาคารของมหาวิหารแบบกอทิกที่มีโครงสร้างเป็นรูปไม้กางเขน เมื่อมองจากด้านบนการจัดวางพื้นที่ภายใน เช่น ทางเดินกลาง (Nave) ที่มุ่งตรงไปยังแท่นบูชา สื่อถึงเส้นทางของผู้ศรัทธาที่มุ่งสู่พระเจ้า

สอดคล้องกับทฤษฎีของ Gaston Bachelard เกี่ยวกับ พื้นที่ภายในและความเชื่อที่มีความสัมพันธ์กัน เช่น ที่บ้าน ห้องใต้หลังคา ห้องใต้ดิน ห้องน้ำหรือมุมสงบ ซึ่งเป็นสถานที่แห่งจินตนาการ ความทรงจำ และตัวตนทางจิตวิญญาณ บ้านคือ สัญลักษณ์ของความอบอุ่นของการดำรงอยู่ การเชื่อมโยงในด้านความเชื่อและศาสนา หรือพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมเชิงบวก

ในทฤษฎีของ Gaston Bachelard บ้านไม่ใช่เพียงโครงสร้างที่พิกอาศัย แต่เป็นสถานที่ที่มนุษย์ “ฝังรากทางความรู้สึกและจิตวิญญาณ” การปรับบ้านให้เป็นพื้นที่อธิษฐานหรือศึกษาพระคัมภีร์จึงเป็นการ “ปลูกจิตวิญญาณของบ้าน”

ในมุมพื้นที่บำบัดใจหรือมุมสงบ พื้นที่มุมเล็ก ๆ ในบ้าน เป็นพื้นที่ให้ความรู้สึกปลอดภัยเหมาะแก่การครุ่นคิด หรือทำสมาธิ มุมอธิษฐานตอนเช้า 10 นาที สามารถผ่อนคลายและชะลอพฤติกรรมเชิงลบ Gaston Bachelard กล่าวว่า พื้นที่บางจุดในบ้านสามารถ “เรียกคืน” ความทรงจำที่อบอุ่น ความรักในวัยเยาว์ หรือการเชื่อมโยงกับความดี ซึ่งอาจกระตุ้นให้ผู้ใช้พื้นที่หันกลับมาสู่ความศรัทธาหรือจุดเริ่มต้นใหม่

ข้อสรุปทฤษฎีของ Gaston Bachelard พื้นที่ภายใน คือ พื้นที่ของจิตวิญญาณ การประยุกต์ใช้ในการเฝ้าเดี่ยวของคริสเตียนที่เป็นกิจกรรมเชิงบวก คือ มุมเฝ้าเดี่ยว ในบ้านที่เป็นศูนย์กลางความทรงจำ ในแต่ละวันของการเฝ้าเดี่ยว พื้นที่นั้นจะซึมซับความทรงจำทางจิตวิญญาณ ทำให้เกิดการรับรู้ใหม่ของพื้นที่ มุมที่กลายเป็นสถานที่แห่งพระพร

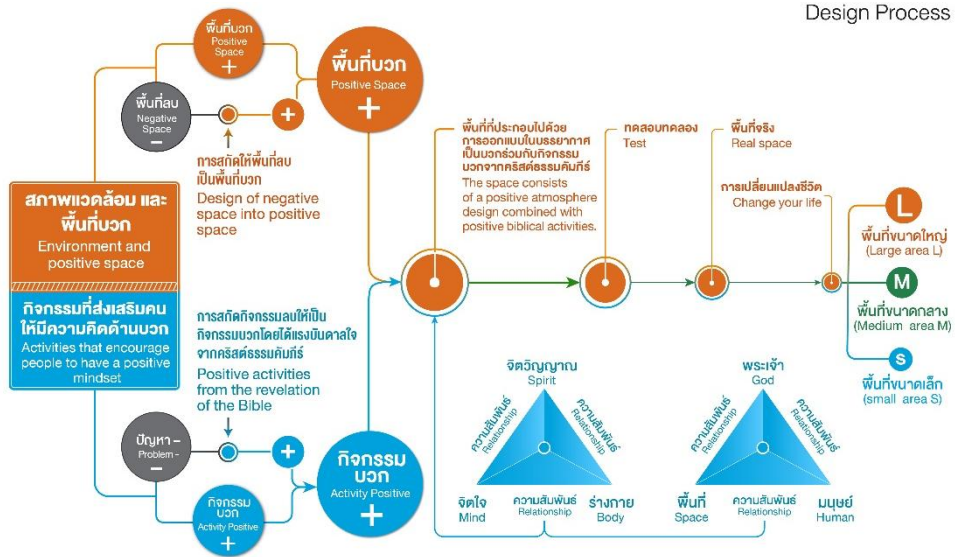
พื้นที่ทางสถาปัตยกรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและความเชื่อของผู้คน ทั้งในเชิงกายภาพและจิตวิญญาณ ไม่ว่าจะเป็นโบสถ์ ศูนย์ชุมชน บ้านที่ใช้เป็นสถานที่นมัสการ หรือสัญลักษณ์ทางสถาปัตยกรรม ล้วนเป็นองค์ประกอบที่สะท้อนถึงบทบาทของศาสนาในชีวิตประจำวันของผู้ศรัทธา ด้วยเกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมกิจกรรมในการศึกษา โดยกำหนดกลุ่มผู้มีความศรัทธาต่ออัครราชทูตตามพระคัมภีร์ ผู้เข้าร่วมต้องมีการปฏิบัติศรัทธาอย่างสม่ำเสมอ เช่น การเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา หรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการเชื่อในอัครราชทูตของพระเจ้า ต้องเป็นสมาชิกของคริสตจักรความหวังกรุงเทพฯ ที่ยอมรับและปฏิบัติตามคำสอนในพระคัมภีร์ โดยเฉพาะ

#### 4. กระบวนการของการสร้างสรรค์ผลงาน

เริ่มต้นจากการรวบรวมสัญญาณทางกายภาพสภาพแวดล้อมของกลุ่มคริสเตียน ว่ามีขั้นตอนในการพูดคุยและกิจกรรมหลักเพื่อสามารถนำมาใช้ได้ระดับบุคคลที่เป็นผู้เชื่อได้ในพื้นที่ขนาดเล็กอย่างห้องนอน จากพื้นที่เป็นการนำกิจกรรมเชิงบวกโดยเนื้อหาสาระมาจากกิจกรรมของคริสเตียนไทย (กลุ่มย่อย คริสตจักรความหวังกรุงเทพ ฯ) เป็นกรณีศึกษาโดยนำสาระสำคัญมาประยุกต์ให้สามารถนำมาใช้ได้ในทุกความเชื่อ ปรากฏออกมาเป็นกิจกรรมที่ดีทั้งเป็นระยะสั้น และระยะยาว

เลือกผสมระหว่างกายภาพ และกิจกรรม ซึ่งอาจนำมาใช้โดยมีเกณฑ์ควบคุม คือ ขนาดพื้นที่ และ กิจกรรมที่มีความเหมาะสมโดยอาจทดลองด้วยพื้นที่ขนาดเล็กกับกิจกรรมง่าย ๆ และสามารถขยายพื้นที่และกิจกรรมที่ขยายขนาดให้เหมาะสมตามภาพประกอบที่ 3

## Design Process



ภาพที่ 2 กระบวนการออกแบบพื้นที่บวก และกิจกรรมบวก

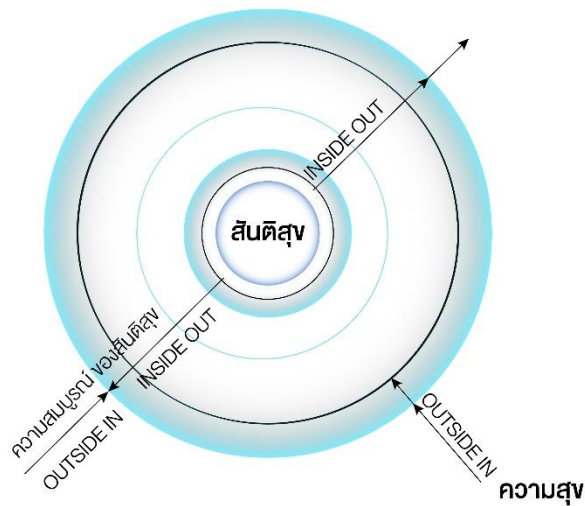
ภาพที่ 2 แสดงให้เห็นตั้งแต่กระบวนการค้นคว้า รวบรวมข้อมูล และแก่นสาระทางกายภาพและกิจกรรมเชิง จากนั้นเข้าสู่กระบวนการนำมาใช้ โดยออกแบบพื้นที่ ด้วยการจำลองให้สามารถทำได้เมื่ออยู่คนเดียว

การศึกษาพื้นที่ลักษณะต่าง ๆ โดยสกัดแก่นสาระของพื้นที่ทั้งบวกและลบ ซึ่งสามารถเลือกสัญลักษณ์บวกของพื้นที่

1) พื้นที่บวก (Positive Space) คือ พื้นที่ที่มีสภาพแวดล้อมที่ทำให้เกิดความสุขสบาย สะอาด ปลอดภัย น่าอยู่ มีอากาศถ่ายเท สามารถทำได้ในพื้นที่เล็ก ๆ ภายในห้องนอน เพราะเป็นพื้นที่ที่ต้องการความเป็นส่วนตัว ทำให้เกิดความสุขสบายใจ และได้อยู่กับตัวเอง ทำให้เกิดการทบทวนตัวเอง และมีสมาธิในการอ่านพระคัมภีร์ ในห้องควรมีแสงสว่างที่ไม่จ้ามาก สามารถอ่านหนังสือได้

จากกรณีศึกษากลุ่มคริสตจักรความหวังกรุงเทพ ฯ สภาพแวดล้อมของโบสถ์ในกิจกรรมในวันอาทิตย์ (วันสบาโต) และพื้นที่ในการทำแคร์ เป็นกิจกรรมที่สมาชิกใหม่และเก่าของคริสเตียนได้มีการร้องเพลงร่วมกัน เป็นเพลงที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับพระเจ้า มีการเรียนพระคัมภีร์เพื่อให้ในการประยุกต์การแก้ปัญหาที่สมาชิกได้พบเจอในแต่ละอาทิตย์ที่ผ่านมา ซึ่งทำให้เกิดความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนคริสเตียน ด้วยการพูดคุยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แบ่งเบาปัญหาาร่วมกัน สอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาองค์ประกอบที่ส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในพันธกิจคริสตจักรที่ว่า ครอบครัวที่มีความเชื่อศรัทธาเดียวกันย่อมส่งเสริม สนับสนุนและร่วมกันรับใช้พันธกิจคริสตจักร และสร้างวินัยฝ่ายวิญญาณอย่างเป็นประจำทำให้ความเข้มแข็ง สภาพสังคมคริสเตียนที่ผู้นำคริสตจักรมีความสามัคคี และเกิดความสุขทำให้พันธกิจราบรื่นและมีประสิทธิภาพ (ภาวนรินทร์ ใจเป็นกุศล, 2563)

2) พื้นที่ลบ (Negative Space) พื้นที่อันก่อให้เกิดผลเสียต่อมนุษย์ เป็นสภาพแวดล้อมที่ไม่ปลอดภัย มีความเสี่ยง มีความอันตราย หวาดกลัว อึดอัด หวาดระแวง อากาศไม่ถ่ายเท มีกลิ่นไม่พึงประสงค์ ก่อเกิดอุบัติเหตุ และบาดเจ็บได้ง่าย ร้อนเกินไป โดยศึกษาสัญลักษณ์ที่ก่อให้เกิดหายนะต่อมนุษย์ส่งผลเสียทั้งทางตรงและทางอ้อม จนสามารถนำมาแก้ปัญหาความเป็นอยู่ของมนุษย์ให้เกิดผลดีต่อการอยู่มากที่สุด เช่น พื้นที่โอเอซิส พื้นที่ที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ลายเส้นจากพื้นที่เสี่ยงอันตรายไม่ปลอดภัย ในทางกายภาพจากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ



ภาพที่ 3 Inside Out Outside In

แก่นความคิดจากภาพนี้ คือ Inside Out Outside In ภาพนี้ได้อธิบายถึง การแยกแยะให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างความสุขและสันติสุข โดยความสุขจะอยู่ผิวนอก สันติสุขจะอยู่ภายใน “สันติสุขเกิดจากภายในจิตใจของเราได้ทันทีเมื่อวางใจในพระเจ้า เชื่อในสิ่งดีที่จะเกิดขึ้น แม้ภายนอกจะมีอุปสรรคมากมายแค่ไหน ภายในจิตใจเต็มไปด้วยแสงสว่าง พลังสิ่งดี ๆ ก็จะเกิดขึ้นตามมา (Inside Out) สิ่งรอบ ๆ จะเปลี่ยนไปในทิศทางที่ดีขึ้น สุขในโลกคือ สุขที่เกิดจากการใช้ชีวิตตามที่ต้องการ เกิดจากความสุขทางกายที่มีสิ่งมากระทบ (Outside In)” (พิชญนาท ศรีทะวงศ์, 2564)

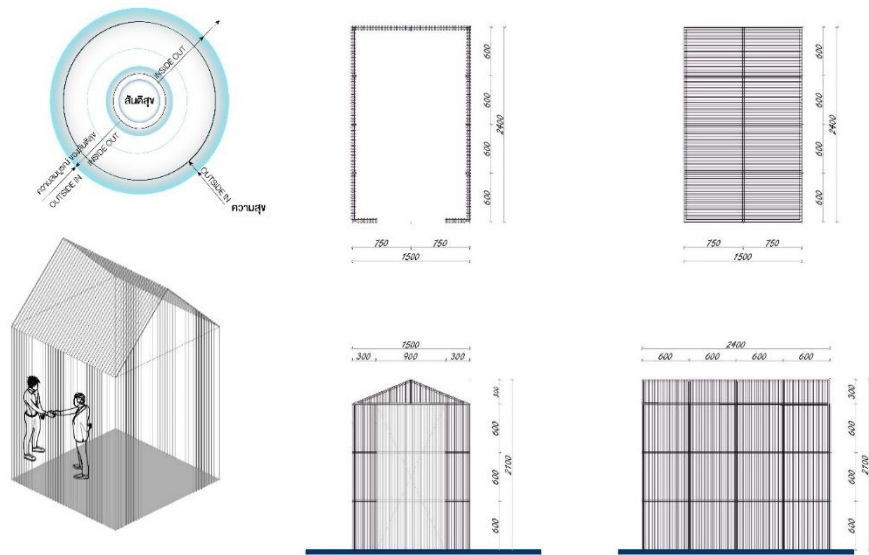
เราสามารถสร้างสรรค์กิจกรรมเชิงบวกจากกลุ่มคริสเตียน (กรณีศึกษาคริสตจักรความหวังกรุงเทพฯ) โดยคัดเลือกกิจกรรมบางอย่าง เช่น การนมัสการด้วยดนตรี บทเพลงที่ไพเราะสรรเสริญพระเจ้า บทเพลงที่หนุนใจที่คัดมาจิกกรรมอิชยาตามหลักพระคริสตธรรมคัมภีร์ การหนุนใจกันและกัน ความเชื่อเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการอธิษฐานผู้มาเฝ้าพระเจ้าได้ต้องเชื่อว่า “พระเจ้าทรงพระชนม์อยู่” (ฮีบรู 11:33, ฉบับอมตธรรมร่วมสมัย, 2560) และเราต้องเชื่อในการอัศจรรย์ของพระเจ้า เพราะเรากำลังอธิษฐานทูลขอใช้สิทธิอำนาจและฤทธานุภาพของพระองค์

บริบทของศาสนาคริสต์ เชื่อกสามารถมีความหมายเชิงสัญลักษณ์หลายประการ เช่น เชือกในพระคัมภีร์

พันธสัญญาและความเชื่อมโยงกับพระเจ้า เชือกเป็นสัญลักษณ์ของการเชื่อมโยงหรือพันธสัญญาระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า เช่น ใน ปฐมกาล 38:28 และ โยบ 41:1 มีการกล่าวถึง เชือก ในบริบทของความสัมพันธ์และอำนาจของพระเจ้า

ความหวังและการช่วยกู้ เรื่องของ ราหับและเชือกสีแดง (โยชูวา 2:18–21, ฉบับอมตธรรมร่วมสมัย, 2560) แสดงให้เห็นว่า เชือกเป็นเครื่องหมายแห่งความรอด ซึ่งราหับใช้ห้อยไว้ที่หน้าต่างเพื่อให้กองทัพอิสราเอลไว้ชีวิตเธอและครอบครัว เชือกแห่งความแข็งแกร่งและความสามัคคี ใน ปัญญาจารย์ 4:12 กล่าวว่า “เชือกสามเกลียวจะไม่ขาดง่าย” ซึ่งเปรียบเสมือนความสามัคคีในหมู่ผู้ศรัทธาที่ทำให้แข็งแกร่ง เชือกในบริบทของพระเยซูและพระกิตติคุณพระเยซูถูกมัดและตรึงกางเขน เชือกในบริบทของการทดลองและความทุกข์ เช่น พระเยซูถูกมัดก่อนถูกตรึงบนกางเขน (มัทธิว 27:2, ฉบับอมตธรรมร่วมสมัย, 2560) สะท้อนถึงความเสียสละของพระองค์

การทดลองและการปลดปล่อยเชือกสามารถสื่อถึงการถูกพันธนาการด้วยบาป แต่พระเยซูทรงเป็นผู้ที่ช่วยปลดปล่อยจากพันธนาการนั้น



ภาพที่ 4 ห้องทดสอบที่ทำจากเชือกสีขา

เป็นการจำลองพื้นที่ขนาดเล็กมีชื่อว่า พลับพลา เพื่อการทดสอบการนำกิจกรรมบวกมาประยุกต์ในพื้นที่นี้ โดยได้ข้อสรุปจากกราฟ Inside Out Outside In ในภาพที่ 4 และห้องทดสอบที่ทำจากเชือกสีขา ภาพที่ 7 ของกิจกรรม (จากกลุ่มกรณีศึกษา คริสตจักรย่อย) ที่สามารถนำไปประยุกต์ในการทำกิจกรรมเชิงบวกตามหลักการในคริสตธรรมคัมภีร์หรือสัปดาห์เฉพาะกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ในการออกแบบกิจกรรมใหม่ ๆ ได้

โดยนำกิจกรรมเหล่านี้มาจัดอยู่ในโปรแกรมที่ผสานกับพื้นที่ โดยพื้นที่อาจสามารถสร้างได้ในพื้นที่ขนาดเล็ก โดยใช้ขนาดเริ่มต้นที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้เป็นส่วนหนึ่งของบ้าน พื้นที่ขนาดเล็กในหลักวิชาการอาจหมายถึง พื้นที่เล็กที่สุดที่เหมาะสมของบ้าน เช่น ห้องพระ ซึ่งสอดคล้องกับการระบุพื้นที่ขนาดเล็กที่มีขนาดพื้นที่ตามความต้องการของการใช้สอยให้สอดคล้องกับกิจกรรมที่เกิดขึ้น

**กลุ่มตัวอย่าง** สมาชิกในคริสตจักรมีพื้นที่ในการทำกิจกรรมร่วมกันในกลุ่มแคร์

## 5. วิธีการศึกษา

- 1) ร่วมกันถักเชือก 3 เกลียวด้วยกันในครอบครัว เป็นเสมือนการปฏิบัติการเชื่อมสัมพันธ์ที่มีความหมาย
- 2) มีการเล่นดนตรี ร้องเพลงนมัสการในขณะที่ร่วมกันถักทอเชือก ซึ่งอีกคนอยู่ภายในอีกคนอยู่ภายนอก เพื่อสะท้อนความหมายการเชื่อมโยงแนวคิด Inside Out Outside In ใช้เวลาประมาณ 10 นาที

จากกราฟวงกลมสู่สัญลักษณ์ที่เห็นถึงเส้นรอบนอกหมายถึง ความสุข ความทุกข์ ปัญหาชีวิต บททดสอบชีวิต ที่รายล้อมอยู่รอบนอก และพุ่งเข้าสู่ชีวิตแบบ Outside In ในขณะที่ สันติสุขอยู่ภายในที่ส่งผลสู่พฤติกรรมภายนอกจากจิตวิญญาณภายใน Inside Out จากแนวคิดนี้ได้พัฒนาสู่การทดลองสร้างพื้นที่จากหลักคิดจากคริสตธรรมคัมภีร์ และการทบทวนวรรณกรรมโดยมีตัวแทนเป็นเส้นแนวตั้ง เสมือนเส้นแห่งชีวิตที่ร้อยเรียง ถักทอ มีสันติสุขอย่างนึ่งสงบ เรียกพื้นที่ว่า พลับพลา ความรักในบ้านเพื่อความผูกพันที่สัมพันธ์ระหว่างภายนอกและภายใน สานเส้นถักทอกันเป็นหนึ่งเดียว และสามารถเชื่อมระหว่างสันติสุขและความสุขจากภายนอก



ภาพที่ 5 การทดลองเรื่องพื้นที่สัมผัสเชื่อมโยงกับความสัมพันธ์ในครอบครัวด้วยเชือกสีขาว

จากแนวทางของการประสานระหว่างกิจกรรมและพื้นที่ดังกล่าว จึงได้ทดลองและจำลองพื้นที่ที่ออกมาเป็น “พลัปลา” โดยออกแบบด้วยโครงสร้างง่าย ๆ ผูกร้อยด้วยเชือกซึ่งสามารถนำเชือกเพื่อสื่อด้านความผูกพัน โดยสามารถสร้างกิจกรรมในพื้นที่ขนาดเล็กได้ด้วยความสัมพันธ์ระหว่างพลัปลากับกิจกรรมได้ โดยหลังจากดำเนินการสร้างสรรค์แล้วเสร็จผลประเ็นออกมาจากการจัดพื้นที่ในห้องจำลองและเชิญกลุ่มเป้าหมายมาร่วมทำกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมความสัมพันธ์บวก ซึ่งได้ข้อมูลเพื่อพัฒนาต่อไปได้ สามารถประยุกต์สู่กิจกรรมดี ๆ ในแต่ละพื้นที่ได้เพื่อสนใจและสร้างความสัมพันธ์ที่ดี โดยกรณีศึกษาได้พิสูจน์ถึงกิจกรรมที่สำเร็จมาแล้ว

การประยุกต์ใช้ในบ้าน การออกแบบพื้นที่เล็ก ๆ สำหรับการอธิษฐานและนมัสการ สามารถกำหนดพื้นที่ใดพื้นที่หนึ่งในบ้าน เช่น มุมห้องรับแขก หรือห้องพิเศษสำหรับการเฝ้าเดี่ยว (Devotion) ใช้โครงสร้างง่าย ๆ เช่น ฉากกั้น หรือผ้ามาเนที่ใช้เชือกมัดเป็นสัญลักษณ์ของความผูกพัน กิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ ใช้พื้นที่นี้สำหรับการศึกษาพระคัมภีร์ร่วมกันในครอบครัว หรือการอธิษฐานกลุ่มเล็ก ๆ สามารถออกแบบให้เป็นพื้นที่เงียบสงบ เพื่อให้สมาชิกครอบครัวสามารถคุกเข่าอธิษฐานหรือฟังเพลงนมัสการได้สร้างกิจกรรมที่กระตุ้นการกระทำเชิงบวก ตัวอย่างเช่น การเขียนข้อความให้กำลังใจแขวนไว้บนเชือก เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมบวก

การประยุกต์ใช้ในโบสถ์ การจำลอง “พลัปลา” เป็นพื้นที่สำหรับการเสริมสร้างความสัมพันธ์สามารถสร้างพื้นที่ในโบสถ์ที่ออกแบบให้คล้ายกับพลัปลาชั่วคราว เพื่อใช้สำหรับกิจกรรมกลุ่ม เช่น การหนุนใจ การพูดคุยเรื่องความเชื่อ และการนมัสการแบบเป็นกันเอง กิจกรรมที่ใช้เชือกเป็นสัญลักษณ์ของความสัมพันธ์และความเป็นหนึ่งเดียวกัน เช่น กิจกรรมที่ให้ผู้เข้าร่วมแต่ละคนถือปลายเชือกแล้วผูกร้อยกันเป็นเครือข่ายเดียวกัน เพื่อแสดงถึงความผูกพันและการสนับสนุนซึ่งกันและกัน

จะเห็นได้ว่า เป็นการผสมผสานระหว่างพื้นที่บวก และกิจกรรมบวก ตามจุดประสงค์ในการผนวกกันเชื่อได้ว่าจะสามารถทำให้มนุษย์ ชุมชน มีความคิดทัศนคติบวกจากผลกระทบทั้งกายภาพ จิตภาพ และจิตวิญญาณ จนเกิดการกระทำบวกต่อไป

## 6. องค์ความรู้ที่ได้จากการปฏิบัติงานสร้างสรรค์ หรือผลงานที่ได้จากการสร้างสรรค์

สาระสำคัญของเนื้อหาในบทความวิชาการนี้ อยู่ที่ความตั้งใจของผู้เขียนที่มีความมุ่งมั่นในการนำองค์ความรู้ในการออกแบบมาช่วยแก้ปัญหาของมนุษย์ โดยได้พยายามชี้ให้เห็นว่า พื้นที่ว่าง (Space) เมื่อผสมผสานกับกิจกรรม (Activity) ในเชิงบวก โดยอาจเป็นโปรแกรม หรือหลักสูตรที่เข้ากันได้กับพื้นที่ ก็สามารถมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมผู้ใช้งานได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้มาใช้งานที่กำลังเจอปัญหาวิกฤติในรูปแบบต่าง ๆ พื้นที่และกิจกรรมนี้อาจเป็นจุดเริ่มต้นในการนำแกนสาระสองส่วนมาผสานกัน เพื่อกระทบสู่ผู้ใช้งานทั้งภายนอกเชิงกายภาพ และภายในเชิงจิตภาพ อันอาจจะส่งผลถึงผู้ใช้งานได้เปลี่ยน ลบเป็นบวกได้ หรืออย่างน้อยที่สุด

ไม่คิดลบอีกต่อไป หรือชะลอการตัดสินใจที่ผิดพลาดได้จากการขาดสติ และคิดลบ ซึ่งอาจก่อเค้ารุนแรงได้จากปัญหาเล็ก ๆ หรืออาจทำให้เกิดการเบี่ยงประเด็นไปในทางที่ดี ก็ถือว่าเป็นประโยชน์ต่อสังคมมหาศาล การศึกษานี้เน้นกลุ่มผู้มีความศรัทธาต่อ อัครจริยพระเจ้าตามพระคัมภีร์เป็นหลัก ซึ่งอาจมีข้อจำกัดในการนำไปใช้กับกลุ่มบุคคลที่ไม่มีความเชื่อในพระเจ้า หรือผู้ที่มอง ในแง่มุมทางโลกมากกว่าทางศาสนา นอกจากนี้ ผลจากการศึกษานี้อาจไม่สามารถสรุปผลที่ตรงกันในทุกกลุ่มผู้ใช้งานที่เผชิญกับ ปัญหาหรือวิกฤติในชีวิต เนื่องจากความเชื่อและประสบการณ์ของแต่ละบุคคล อาจมีผลต่อการตอบสนองต่อพื้นที่และกิจกรรมต่าง ๆ อย่างแตกต่างกัน

จากบทความ และข้อเสนอแนะทางวิชาการนี้ ผู้เขียนเสนอแนะให้สามารถนำไปพัฒนาเป็นพื้นที่ ตั้งแต่พื้นที่เล็ก ๆ มุมหนึ่งของบ้าน สู่พื้นที่ใหญ่ขึ้นตามขนาดและศักยภาพของพื้นที่ต่อไป เช่น พื้นที่มุมเล็กส่วนตัวที่ออกแบบให้โปร่งโล่งสบายโดย อาจผสมกับ เสียงดนตรีที่มาจากถ้อยคำบวก สำหรับภาระกิจ 10 นาทีตอนเช้า หรือพื้นที่ใหญ่ที่มีบรรยากาศสภาพแวดล้อมจากสัญญาณบวก รอบทิศ ผสมกับกิจกรรมที่ดี ที่สร้างสรรค์ให้คนสำนึกบวก โดยมีความรัก การให้อภัย การคืนดี เป็นแกนกลาง อาจจะพัฒนาไปสู่ กิจกรรมการประชุม ระดมสมอง กิจกรรมเชื่อมความสัมพันธ์ในองค์กรในพื้นที่ที่คิดเอาไว้อย่างเฉพาะในทางบวก ทั้งรูปสกลันเสียงสัมผัส โดยมุ่งเน้นที่สามารถผนวกกันได้ระหว่างพื้นที่และกิจกรรม

การนำมาใช้อีกด้านหนึ่งที่มีความเป็นไปได้ คือ การปรับปรุงพื้นที่ของเดิม อาคารเดิม บ้านเดิม หรือส่วนหนึ่งของสำนักงานเดิม ให้เข้าเกณฑ์ โดยนำวิธีการสกลันเป็นบวก เป็นปรับปรุงพื้นที่อย่างมีเป้าหมาย เพื่อสร้างบรรยากาศและกิจกรรมบวก อาจจะมาจาก การวิจัยในองค์กรเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น ซึ่งอาจใช้วิธีการเสนอแนะจากบทความนี้ก็เป็นไปได้ หรือจะนำกระบวนการนี้ไปออกแบบใหม่ บนพื้นที่ต่าง ๆ ในขนาด เล็ก กลาง ใหญ่ หรือแบบพกพาต่าง ๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์ เพื่อให้ผ่อนคลายจากสภาวะความเครียดหรือ ความทุกข์ อาจเป็นพื้นที่มุมเล็กในบ้าน หรือมุมหนึ่งในสำนักงาน โดยใช้เกณฑ์รอบความคิดและเครื่องมือที่ออกแบบขึ้นมาเฉพาะ อันอาจจะพัฒนาเป็นพื้นที่ในอนาคตที่ทำหน้าที่เติมเต็มชีวิตให้กับมนุษย์ และอาจเกิดเป็นพื้นที่จำเป็น ของชีวิตประจำวันที่มีอยู่ ในการจัดโซนและผังบรรจุอยู่ในบางอาคารก็เป็นได้

จิตใจและการรับรู้ทางสถาปัตยกรรม มีความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง เนื่องจากสภาพแวดล้อมที่เราอาศัยอยู่สามารถส่งผลกระทบต่ออารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมของเราได้ พื้นที่ในบ้าน สำนักงาน หรือสถานที่ต่าง ๆ ที่ได้รับการออกแบบมาอย่างดี สามารถสร้างบรรยากาศที่กระตุ้นความรู้สึกบวก เช่น การออกแบบให้พื้นที่โปร่งโล่ง สบาย หรือการใช้สีและวัสดุที่อบอุ่น สามารถช่วยให้เรารู้สึกผ่อนคลายและมีความสุขได้ ในทางกลับกัน พื้นที่ที่ออกแบบไม่ดีหรือไม่เหมาะสมอาจทำให้เกิดความเครียดหรือ ความรู้สึกไม่สบายตัว ซึ่งจะส่งผลให้การทำกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ราบรื่นหรือไม่เต็มที่

ในกรณีของกิจกรรมคริสเตียน การออกแบบพื้นที่ที่มีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างบรรยากาศที่เหมาะสมกับการทำกิจกรรม ทางศาสนา เช่น พื้นที่ที่เงียบสงบสำหรับการสวดมนต์หรือการทำสมาธิ จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถมีสมาธิและเชื่อมโยงกับ ความเชื่อของตนเองได้ดีขึ้น นอกจากนี้ การใช้สัญลักษณ์หรือสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับศาสนา เช่น รูปภาพพระเยซู คำสอนจาก พระคัมภีร์ หรือเสียงเพลงสวดศาสนา ก็สามารถช่วยกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกรักศรัทธา และมุ่งมั่นในการทำตามหลักคำสอนของพระเยซู

จากการผสมระหว่างพื้นที่และกิจกรรมทางศาสนา เช่น การใช้พื้นที่ที่ออกแบบมาให้สะดวกสบายและเอื้อต่อการทำกิจกรรม คริสเตียน ทั้งในด้านของกิจกรรมกลุ่ม การสวดมนต์ หรือการเรียนรู้ในกลุ่ม การออกแบบพื้นที่ที่เน้นบรรยากาศบวก เช่น การใช้แสง สี และเสียงที่กระตุ้นความสงบและความศรัทธา จะช่วยส่งเสริมจิตใจให้สามารถรับรู้และมีสมาธิกับกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดีขึ้น

การออกแบบพื้นที่ดังกล่าวจึงมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมจิตใจให้เชื่อมโยงกับกิจกรรมคริสเตียน โดยช่วยให้การรับรู้ ทางสถาปัตยกรรมเป็นไปในทิศทางที่สอดคล้องกับการเสริมสร้างความศรัทธา และการสร้างบรรยากาศที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม ในเชิงบวก ทั้งนี้ การออกแบบพื้นที่ในลักษณะนี้สามารถนำไปใช้ในสถานที่ต่าง ๆ เช่น โบสถ์ สำนักงาน หรือบ้าน เพื่อช่วยให้ กิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อคริสเตียนดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและสร้างความสงบภายในจิตใจของผู้เข้าร่วม

## 7. สรุปและอภิปรายผล

ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมชุมชน ครอบครัว ย่อยไปถึงส่วนตัว ส่วนใหญ่มาจากความสัมพันธ์ที่ตึงเครียด เป็นเหตุผลที่หนักแน่น ให้ผู้เขียนมีแรงผลักดันในการเขียนและสร้างสรรค์กิจกรรมที่ผสมกับพื้นที่ เพื่อแก้ปัญหาให้ตรงจุด อย่างน้อยที่สุดคือ การชะลอ ปัญหาเล็ก ๆ เอาไว้ได้ ก่อนลุกลามเป็นปัญหาใหญ่และซับซ้อน เพราะการตัดสินใจในเสี้ยววินาที หรือเวลาจำกัด ของมนุษย์ ถ้าได้ยั้งคิดด้วยสติและปัญญาได้ก่อนก็จะเป็นการดีมาก ๆ และถ้าสามารถประกอบกับพื้นที่ที่ดีขึ้นเข้าไปอีก ด้วยเครื่องมือ คือ พื้นที่ ที่ได้รับการออกแบบเฉพาะเจาะจง ด้วยพลังบวก ในบทความนี้จึงได้นำแรงบันดาลใจจากกลุ่มย่อยที่สำเร็จคือ กลุ่มคริสเตียน

คริสตจักรความหวังกรุงเทพ โดยผู้เขียนได้เสนอแนวทางประยุกต์ขึ้น ให้ง่ายขึ้นในชีวิตประจำวันของแต่ละความเชื่อทุกศาสนา ที่กระทำได้แบบธรรมชาติ เพื่อการนำไปใช้ และได้จำลองแบบอันได้สกัดค้นจากสัญลักษณ์ของบวกรวมอย่างมีที่มาที่ไป เพื่อรองรับกิจกรรม ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างคนกับคน กราฟแนวนอน และคนกับพื้นที่ กราฟแนวตั้ง เพื่อความสมดุลในการสร้างสรรค์และกิจกรรม โดยมีความเชื่ออย่างแน่วแน่ว่าจะสามารถช่วยมนุษย์ให้เลือกทางถูกวิธีดีงามอย่างมีสติ และสามารถทำได้ง่าย ๆ ณ พื้นที่ส่วนตัวเล็ก ๆ ในบ้าน ณ พื้นที่จำกัด เคลื่อนย้ายได้ง่ายและไม่ต้องใช้งบประมาณที่สูงในการจัดวาง

นำวิธีการออกแบบมาประยุกต์ให้เหมาะสม เพื่อให้ตอบวัตถุประสงค์คือ ได้เป็นส่วนหนึ่งในการสร้างสรรค์พื้นที่บวกร เพื่อเปลี่ยนลบในชีวิตไปบ้าง ได้มากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัยแวดล้อมของปัญหาของแต่ละบุคคล แต่อย่างน้อยที่สุด คือ ได้เกิดพื้นที่นี้ ที่อาจจะเริ่มบรรจุอยู่ในบ้าน หรืออยู่ในพื้นที่ต่าง ๆ ทั้งเล็กและใหญ่ตามเกณฑ์ที่กำหนดช่วงเวลาที่เกิดขึ้นได้ต่อไปในอนาคต

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ข้อจำกัดสำคัญคือ การที่กลุ่มผู้มีความศรัทธาต่ออัครธรรมเจ้าตามพระคัมภีร์ยังไม่ครอบคลุมถึง บุคคลทั่วไปในสังคม ซึ่งอาจทำให้ไม่สามารถนำผลการศึกษาไปใช้ได้กับทุกกลุ่มเป้าหมายที่หลากหลาย เช่น ผู้ที่ไม่มีความเชื่อ ในอัครธรรมเจ้าหรือผู้ที่มีความเชื่อในศาสนาอื่น ๆ นอกจากนี้ ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม ชุมชน ครอบครัว และส่วนบุคคล มักมีสาเหตุหลักมาจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้เขียนรู้สึกมีแรงผลักดันในการสร้างสรรค์ กิจกรรมที่ผสมผสานกับพื้นที่เพื่อช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ อย่างตรงจุด โดยหลักการของการศึกษานี้เน้นการใช้พื้นที่และกิจกรรมเพื่อชะลอ ปัญหาที่อาจลุกลามไปสู่ปัญหาที่ใหญ่ขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการตัดสินใจในช่วงเวลาสั้น ๆ หากสามารถยับยั้งหรือชะลอการตัดสินใจ ที่ผิดพลาดได้ ก็จะช่วยลดปัญหาที่เกิดขึ้นได้ การใช้พื้นที่ที่ได้รับการออกแบบเฉพาะเจาะจงด้วยพลังบวก จะเป็นเครื่องมือที่สามารถ ส่งเสริมการคิดในแง่บวกและเพิ่มการตัดสินใจที่มีสติและปัญญามากขึ้น

การศึกษานี้ ยังได้รับแรงบันดาลใจจากกลุ่มย่อยที่ประสบความสำเร็จ ได้แก่ กลุ่มคริสเตียนจากคริสตจักรความหวังกรุงเทพ ซึ่งผู้เขียนได้พัฒนาและประยุกต์แนวทางที่สามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวันของทุกความเชื่อ โดยมุ่งหวังที่จะสร้างพื้นที่บวกรในชีวิต ที่สามารถช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างคนกับคน และคนกับพื้นที่ เพื่อสร้างสมดุลในกิจกรรมต่าง ๆ โดยใช้สัญลักษณ์บวกรและ เครื่องมือที่ออกแบบขึ้นเพื่อรองรับกิจกรรมส่งเสริมความสัมพันธ์ในสังคมดังนั้น ผลจากการศึกษาในครั้งนี้ จึงสามารถนำไปใช้ ในการสร้างสรรค์พื้นที่ที่สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากลบเป็นบวกได้ในชีวิตประจำวัน ทั้งในพื้นที่เล็ก ๆ ที่อยู่ในบ้าน หรือในพื้นที่ที่ใหญ่ขึ้นในอนาคต ซึ่งสามารถปรับใช้ได้ทั้งในสังคมในรูปแบบต่าง ๆ ขึ้นอยู่กับปัจจัยแวดล้อมและสถานการณ์ ของแต่ละบุคคล

## 8. เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (19 พฤษภาคม 2567). ความเครียดภัยเงียบสุขภาพ บั่นทอนชีวิตคนวัยทำงาน. <https://resourcecenter.thaihealth.or.th/article/ความเครียด-ภัยเงียบสุขภาพ-บั่นทอนชีวิตคนวัยทำงาน>
- ภาวรินทร์ ใจเป็นกุศล. (2563). องค์ประกอบที่ส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในพันธกิจคริสตจักรท้องถิ่นของสตรีลาหู่ ภาคที่ 18 สภาคริสตจักรในประเทศไทย [วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยพายัพ. <https://mcd.payap.ac.th/info/wp-content/uploads/2016/11/IS-ภาวรินทร์-ใจเป็นกุศล.pdf>
- พักขก ริมโปเช และ โซโลมอน, เอริก. (2563). สุขจรัสแสง: คู่มือผู้ใช้งานจิต (สายพิณ ฤกษ์กวรรณ อัมตานี, แปล; พจนาน จันทรสันติ, บ.ก.). สวนเงินมีมา.
- พระคริสตธรรมคัมภีร์ ฉบับมาตรฐานร่วมสมัย. (2560). *มัทธิว 11:28-30*. ไอบีเอส พับลิชชิง. <https://www.bible.com/th/bible/179/MAT.11.28-30.TNCV>
- พิษณุนาท ศรีทวงค์. (2564). ความเชื่อ ความศรัทธา ความหวังสู่การออกแบบพื้นที่ปรับเปลี่ยนรูปแบบได้ [วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยศิลปากร. <https://thesis-ir.su.ac.th/dspace/bitstream/123456789/5079/1/640430044.pdf>
- เสาวณี ศรีสุวรรณ และ พรณรงค์ เลื่อนเพชร. (2555). การวิเคราะห์และระบุตำแหน่งเสี่ยงอันตรายจากการจราจรบนทางพิเศษด้วยระบบสารสนเทศภูมิศาสตร์. ใน *การประชุมวิชาการการขนส่งแห่งชาติ ครั้งที่ 8* (หน้า 109-117). การทางพิเศษแห่งประเทศไทย. <https://www.researchgate.net/publication/262877753>
- Bachelard, G. (1994). *The poetics of space* (M. Jolas, Trans.). Beacon Press.
- Bhanthumnavin, D. (2007). Interactionism model and guidelines to build a hypothesis of psychological behavior research in Thailand. *Journal of Social Development*, 9(1), 85-117.

The Coverage. (2022, November 18). จับ 9 สัญญาณความรุนแรง หลับพบ ‘คู่รัก’ ฆาตกรรมกันอีก. *The Coverage*.  
<https://www.thecoverage.info/news/content/4271>