

What memories are hidden under a ‘Thai Smile’? The implementation of dramatherapy treatment among Thai patients with PTSD

ความทรงจำที่ซ่อนเร้นภายใต้ “ยิ้มสยาม”:
จิตบำบัดด้วยละครสำหรับผู้รับการบำบัดชาวไทยวัยผู้ใหญ่
ที่เผชิญกับโรคเครียดภายหลังเหตุการณ์รุนแรง

Chanaphan Thammarut

The paper presentation illustrates the findings from my current PhD research, ‘Developing Dramatherapy Approaches for Thai Adult Patients with Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)’. The research design is a phenomenological mixed-methods case study aiming to investigate the clinical benefits and the specific cultural issues that affect the outcomes of dramatherapy.

In Thailand, dramatherapy treatment for PTSD remains almost unknown and un-researched. My dramatherapy pioneering in psychiatric units in Bangkok has been challenging and requires great awareness of and sensitivity to the cultural context. Indeed, there are many cross-cultural issues relating to how patients perceive and respond to the western therapeutic techniques and their traumatic experiences.

According to collective culture, most Thai people emphasise interpersonal relationship and hold the institution of the family as essential. Living harmoniously is paramount, so we tend to suppress negative thoughts and emotions in order to avoid conflicts. Some of us have been taught not to bring dishonour and to ensure that the problems remain within our communities/families as a way to save reputation.

As the concept of karma is prevalent in Thai Buddhism, we are likely to be passive, accepting all situations. We understand our traumas to be a consequence of our actions in a previous life. Therefore, it is not unusual that Thai patients would be less expressive in a therapeutic space. Their smiling and laughing can be seen as a way for communication and perhaps a coping mechanism, even during moments when they are working with painful memories.

This paper presentation demonstrates: 1) how Thai patients with PTSD respond to the dramatherapy treatment; 2) how the work helps them cope with their traumatic memories; 3) the specific cultural factors (such as moral values, beliefs and traditions) that emerged during the therapy; and 4) some of the activities developed from the Buddhist concepts of mindfulness and self-compassion.

ความทรงจำที่ซ่อนเร้นภายใต้ “ยิ้มสยาม”:
จิตบำบัดด้วยละครสำหรับผู้รับการบำบัดชาวไทยวัยผู้ใหญ่
ที่เผชิญกับโรคเครียดภายหลังเหตุการณ์รุนแรง

การนำเสนอบทความนี้ เป็นการรายงานผลจากงานวิจัยเรื่อง

“การพัฒนาวิธีการทำจิตบำบัดด้วยละครสำหรับผู้รับการบำบัดชาวไทยวัยผู้ใหญ่ที่เผชิญกับโรคเครียดภายหลังเหตุการณ์รุนแรง” ที่ผู้นำเสนอผลงานได้กำลังศึกษาอยู่ โดยการวิจัยนี้

มีรูปแบบของการวิจัยปรากฏการณ์แบบผสมผสานข้อมูล

มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการเข้ารับการบำบัดในรูปแบบจิตบำบัดละคร

และสำรวจปัจจัยทางด้านวัฒนธรรมที่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพของการบำบัด ของกลุ่มกรณีศึกษา

ด้วยประเทศไทยมีรูปแบบวัฒนธรรมที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มและการความยอมรับจากสังคม

การรักษาภาพลักษณ์และความสมานฉันท์ของครอบครัวและสังคมจึงเป็นสิ่งที่ถูกปลูกฝังในคนไทยโดยส่วนใหญ่

ฉะนั้นคนไทยจึงมีแนวโน้มที่จะแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยการใช้วิธีประนีประนอม

ไม่แสดงออกความคิดและความรู้สึกด้านลบ เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง

ความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรมตามหลักพระพุทธศาสนา

ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันเป็นผลจากการกระทำของตนเองในอดีตก่อน

ก็เป็นอีกส่วนหนึ่งที่ส่งผลทำให้คนไทยมีลักษณะอ่อนน้อม ยอมตาม และสงวนท่าทีในการแสดงออก รอยยิ้มและเสียงหัวเราะที่เรามักพบเห็นในคนไทย อาจซ่อนเร้นไว้ซึ่งความคิดความรู้สึกที่หลากหลาย หรืออาจเป็นตัวแทนของสารที่สื่อถึงความทรงจำอันแสนเจ็บปวด

บทความนี้ประกอบไปด้วยการนำเสนอข้อมูล 1) ผลการเข้ารับการบำบัด 2) การทำงานกับความทรงจำจากเหตุการณ์รุนแรง 3) ปัจจัยทางด้านวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อการบำบัด และ 4) ตัวอย่างกิจกรรมการฝึกสติและการส่งผ่านความทุกข์มาให้ตนเอง โดยอ้างอิงข้อมูลจากผลงานวิจัยของผู้นำเสนอผลงาน

Biography

Chanaphan Thammarut is a registered dramatherapist and a professional member of the British Association of Dramatherapists. She is also a PhD candidate in dramatherapy at the Cambridge Institute for Music Therapy Research (CIMTR), Anglia Ruskin University (UK). She obtained her BA degree in Psychology from Thammasat University (Thailand), her MA degree in Theatre Education from Goldsmiths College, University of London (UK) and her MA degree in Drama and Movement Therapy from Royal Central School of Speech and Drama, University of London (UK). After completing her training in 2008, she has worked as a dramatherapist in mental health hospitals in Bangkok and as a course lecturer at Bangkok University. She specialises in working with patients who experience trauma. She is currently registered for a research PhD, 'Developing Dramatherapy Approaches for Thai Adult Patients with PTSD'.

Recent publications and conference Presentations

2019: Workshop: 'Mindfulness and Compassion in Thai Dramatherapy Treatment' at the British Association of Dramatherapists (BADth) Conference on 7th September, 2019 (University of Chester, UK).