

ประสบการณ์ทางจิตใจในการสร้างและการรับรู้อัตลักษณ์
ในตนเองของนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
PSYCHOLOGICAL EXPERIENCES ON THE FORMATION AND
PERCEPTION OF IDENTITY IN YOUNG ADULT MUSICIANS

ปณิชา พรประสิทธิ์

Panicha Ponprasit ¹

นภัสวรรณ รวมทรัพย์

Napatsawan Ruamsap ²

สิริธี ใหม่วงศ์

Sirathee Maiwong ³

จุฑาทิพย์ วิวัฒนาพันธุวงศ์

Juthatip Wiwattanapantuwong ⁴

Corresponding author:

Juthatip Wiwattanapantuwong

Juthatip.W@chula.ac.th

Received: 12 December 2025

Revised: 27 December 2025

Accepted: 28 December 2025

Published: 30 December 2025

¹ นักวิจัยหลังปริญญาเอก

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

^{2,3} นิสิตหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

⁴ รองศาสตราจารย์

แขนงวิชาการวิจัยจิตวิทยาประยุกต์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Citation:

Ponprasit, P., Ruamsap,

Napatsawan.,Maiwong, Sirathee.,

& Wiwattanapantuwong,

Juthatip. (2025). Psychological

Experiences on The Formation

and Perception of Identity

in Young Adult Musicians.

PULSE: Journal for Music and

Interdisciplinary Practices, 6(2),

29-47. [https://so18.tci-thaijo.](https://so18.tci-thaijo.org/index.php/pulsejournal/article/view/vol6no2_2/panichaponprasit)

[org/index.php/pulsejournal/](https://so18.tci-thaijo.org/index.php/pulsejournal/article/view/vol6no2_2/panichaponprasit)

[article/view/vol6no2_2/](https://so18.tci-thaijo.org/index.php/pulsejournal/article/view/vol6no2_2/panichaponprasit)

[panichaponprasit](https://so18.tci-thaijo.org/index.php/pulsejournal/article/view/vol6no2_2/panichaponprasit)

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาการสร้างและการรับรู้อัตลักษณ์ในตนเองผ่านประสบการณ์ดนตรีของนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา ผู้ให้ข้อมูลเป็นนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจำนวน 6 คน ที่ผ่านการคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบตัวต่อตัว ผลการวิเคราะห์ประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลพบประเด็นหลัก 4 ประเด็น คือ (1) ความชัดเจนในตัวตนทางดนตรี คือ การรับรู้ความชอบ ความสามารถ ความต้องการ และตัวตนทางดนตรีของตัวเอง (2) การสนับสนุนจาก

คนรอบข้างในเส้นทางดนตรี คือ ปัจจัยที่สนับสนุนให้ผู้ให้ข้อมูลได้ก้าวเข้าสู่การเรียนดนตรี การทำงานด้านดนตรี รวมถึงการให้กำลังใจ เป็นที่พึ่งพิงทางใจเมื่อพบกับความยากลำบากในเส้นทางดนตรี (3) การรับรู้คุณค่าในสิ่งที่ทำ คือ การเห็นคุณค่าในตนเองและการเห็นคุณค่าในดนตรีและสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลทำนั้นเป็นสิ่งที่ประโยชน์กับผู้อื่น (4) ดนตรีช่วยให้ผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบาก คือ ดนตรีมีส่วนช่วยให้พวกเขาได้ปรับอารมณ์ พักความคิดจากปัญหาที่ยังไม่ผ่านไป รวมถึงดนตรีทำให้เกิดความสบายใจ และจิตใจสงบ ทำให้ผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากไปได้ ผลการศึกษานี้ทำให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์ทางดนตรีต่อการสร้างและการรับรู้อัตลักษณ์ในตนเองของนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งสามารถเป็นประโยชน์ต่อนักจิตวิทยาและบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพและการรับรู้และเข้าใจในอัตลักษณ์ของตนเองในนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ต่อไป

คำสำคัญ: ประสบการณ์ทางจิตใจ, อัตลักษณ์, นักดนตรี, วัยผู้ใหญ่ตอนต้น

Abstract

This study aimed to investigate the construction and perception of self-identity through Musical experiences in early adulthood musicians. A qualitative phenomenological research methodology was employed. The informants were six early adulthood musicians who were selected via purposive sampling based on specific criteria. Data were collected through face-to-face in-depth interviews. The analysis of the informants' experiences yielded four main Themes: (1) Clarity in Musical Self: This involves perceiving one's own Musical preferences, abilities, needs, and Musical self-Identity. (2) Support from Others in the Musical Path: These are factors that supported the informants in entering Musical education and Musical careers, including encouragement, and serving as an emotional anchor when encountering difficulties in the Musical path. (3) Perceiving Value in the Work Performed: This is the act of seeing self-value, and seeing the value in music and the work the informants perform as being beneficial to others and (4) Music Facilitates Overcoming Difficult Times: Music plays a role in helping them regulate their emotions, take a mental break from unresolved problems, and also brings comfort and a peaceful state of mind, enabling them to navigate difficult periods. The findings of this study provide insight into the impact of Musical experiences on the construction and perception of self-identity in early adulthood musicians, which can benefit psychologists and relevant personnel in supporting the development

of potential and the perception and understanding of self-identity through future activities.

Keywords: psychological experiences, identity, musician, young adult

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 18-40 ปี เป็นช่วงวัยที่บุคคลมีจุดเปลี่ยนหรือโอกาสในการเปลี่ยนเส้นทางชีวิตตนเอง ค้นหาตนเองโดยเป็นอิสระจากบรรทัดฐานทางสังคมและความต้องการของผู้ปกครอง ถือเป็นระยะเวลาสำคัญของการค้นหาและพัฒนาอัตลักษณ์ (Identity) ทดลองและสำรวจตนเองเพื่อนำไปสู่การลงหลักปักฐานด้านหน้าที่การงานและความสัมพันธ์ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนผ่านและเหตุการณ์สำคัญในชีวิตหลายอย่างที่ต้องเผชิญกับการปรับตัวเข้าสู่บทบาทใหม่ที่ซับซ้อนมากขึ้นในสังคม ไม่ว่าจะเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระยะยาว การรับบทบาทความเป็นพ่อแม่ และการเติบโตในหน้าที่การงาน (Arnett, 2015) ความทุ่มเทในการปรับตัวให้สอดคล้องกับบทบาทและความคาดหวังใหม่เหล่านี้ นำไปสู่กระบวนการประเมินอัตลักษณ์ของตนเอง (Identity evaluation) โดยบุคคลจำเป็นต้องปรับปรุงความเข้าใจในตนเองเมื่อเผชิญกับความเป็นจริงของการใช้ชีวิตและเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ก่อนหน้านี้ เช่น ด้านการงานและชีวิตครอบครัว (Pals, 1999)

ในบริบทของการสร้างและพัฒนาตัวตน ดนตรีถือเป็นสื่อที่มีความสำคัญหนึ่ง เนื่องจากเป็นสื่อที่สามารถสะท้อนบุคลิกภาพ อารมณ์ และวัฒนธรรม อีกทั้งยังมีบทบาทที่สำคัญในการส่งเสริมการสร้างและพัฒนาอัตลักษณ์ทางดนตรี (Musical Identity) ซึ่งหมายถึงความรู้สึถึงตัวตน (Sense of self) หรือความรู้สึกของการมีอยู่ ซึ่งรวมถึงการรับรู้คุณค่าในตนเอง ความเข้าใจในลักษณะนิสัยและความเชื่อของบุคคล (Rowley et al., 2016) การมีส่วนร่วมและสะสมประสบการณ์ทางดนตรี (Musical experiences) ไม่จะเป็นการฝึกซ้อม การแสดง หรือการสร้างสรรค์ผลงาน ล้วนส่งผลโดยตรงต่อการรับรู้และเข้าใจอัตลักษณ์ การปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการปรับตัวต่อความคาดหวังของสังคมในฐานะผู้ใหญ่ โดยมีปัจจัยภายนอก เช่น สังคม ค่านิยม และความคาดหวัง เป็นองค์ประกอบสนับสนุนการสร้างอัตลักษณ์ความเป็นนักดนตรี (Peck & Greasley, 2020)

งานวิจัยที่ผ่านมาจำนวนมากชี้ให้เห็นถึงบทบาทของประสบการณ์ทางดนตรีในการสร้างอัตลักษณ์ตัวตน โดยการศึกษาวิจัยที่ผ่านมา พบว่า กิจกรรมดนตรีแบบไม่เป็นทางการและกึ่งเป็นทางการมีส่วนสำคัญต่อการก่อรูปอัตลักษณ์ทางดนตรีของคนหนุ่มสาว (Lonie & Dickens, 2016) รวมถึงการศึกษาที่ชี้ให้เห็นว่าผู้เรียนพัฒนาอัตลักษณ์จากกระบวนการทำความเข้าใจว่าตนเองคือใคร สามารถทำอะไรได้บ้าง และกำลังพัฒนาไปสู่การเป็นใคร (Westerlund et al., 2017) อัตลักษณ์หรือตัวตนนี้มีความยืดหยุ่นและก่อรูปขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันในบริบทจริงทั้ง

ทางสังคมและวัฒนธรรม ขณะเดียวกันงานวิจัยหลายชิ้นยังชี้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างอัตลักษณ์ของนักดนตรีและครูดนตรี ซึ่งมีกล่อมรวมและส่งอิทธิพลต่อกัน (Freer & Bennett, 2012; Pellegrino, 2015) นอกจากนี้ยังพบว่า อัตลักษณ์ทางดนตรีขึ้นอยู่กับปัจจัยทางสังคม จิตวิทยา วัฒนธรรม และการศึกษา ทำให้มีความหลากหลายสูง โดยพบว่าดนตรีมีความหมายต่างกันระหว่างนักดนตรีมืออาชีพ ครูดนตรี และนักดนตรีสมัครเล่น ซึ่งแต่ละกลุ่มให้คุณค่าต่อองค์ประกอบทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ทางสังคม และการสะท้อนคิดแตกต่างกันไป (Spychiger et al., 2009; Gruhn et al., 2017)

นอกจากนี้งานของการศึกษาที่ผ่านมาของ Lonie and Dickens (2016) ที่เกี่ยวกับการเรียนดนตรีและพัฒนาตัวตนเป็นนักดนตรี ยังชี้ให้เห็นว่ากระบวนการเรียนรู้ดนตรีสามารถเกิดขึ้นนอกสถาบันการศึกษาในบริบทที่หลากหลาย และพบว่าปัจจัยทางสังคม เช่น การสนับสนุนจากพ่อแม่ ครู หรือเพื่อน เป็นตัวแปรสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จทางดนตรีและการพัฒนาอัตลักษณ์ของนักดนตรี (Lamont, 2011b) ในอีกมิติหนึ่ง งานวิจัยด้านจิตวิทยาดนตรีที่ผ่านมา ยังแสดงให้เห็นถึงบทบาทของความชอบทางดนตรีซึ่งเชื่อมโยงกับการสร้างอัตลักษณ์ โดยเฉพาะในวัยรุ่นซึ่งมักใช้ดนตรีเพื่อแสดงออกและสร้างตัวตนร่วมกับกลุ่มเพื่อน ความพึงพอใจทางดนตรียังสัมพันธ์กับการรู้คุณค่าร่วมของกลุ่ม (Collective self-esteem) (Clark et al., 2023) และความเข้มข้นของการมีส่วนร่วมทางดนตรีในวัยรุ่นยังส่งผลต่อรูปแบบการปฏิสัมพันธ์กับดนตรีตลอดช่วงชีวิต (Müllensiefen et al., 2022)

อย่างไรก็ตาม แม้จะมีงานวิจัยจำนวนมากที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างดนตรีและอัตลักษณ์ของบุคคล แต่งานวิจัยส่วนใหญ่มีมุ่งเน้นไปที่ช่วงวัยเด็กและวัยรุ่น ทำให้เกิดช่องว่างในการทำความเข้าใจว่าประสบการณ์ทางดนตรีในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นส่งผลต่อการสร้างและการรับรู้อัตลักษณ์ทางดนตรีอย่างไร ซึ่งวัยผู้ใหญ่ตอนต้นนี้เป็นช่วงวัยที่มีการสร้างและพัฒนาอัตลักษณ์อย่างต่อเนื่องและเผชิญกับความท้าทายในการปรับตัวที่เฉพาะเจาะจง บทความวิจัยนี้จึงมุ่งศึกษาประสบการณ์ดังกล่าวผ่านการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อเติมเต็มช่องว่างทางวิชาการ และสะท้อนภาพประสบการณ์ทางจิตใจในการรับรู้และกระบวนการสร้างอัตลักษณ์ทางดนตรีในช่วงวัยเปลี่ยนผ่านที่สำคัญอันจะนำไปสู่ความเข้าใจที่ลึกซึ้ง ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน นักศึกษาทางด้านดนตรี ครู ผู้สอน บุคลากรทางการศึกษา รวมถึงนักจิตวิทยาการศึกษาที่จะทำความเข้าใจกับประสบการณ์และนำความรู้ดังกล่าวไปใช้ในการสนับสนุน ส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพของกลุ่มนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นได้อย่างเหมาะสมในอนาคต

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจในการสร้าง และการรับรู้อัตลักษณ์ในตนเองผ่านประสบการณ์ดนตรีของกลุ่มนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ที่ใช้รูปแบบการวิเคราะห์แบบปรากฏการณ์วิทยาแบบบรรยาย (Descriptive Phenomenology) เพื่อศึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับชีวิตของมนุษย์และทำความเข้าใจสาระสำคัญและความหมายของประสบการณ์นั้น ๆ ที่มีต่อบุคคล

ผู้ให้ข้อมูลหลัก เป็นนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวน 6 คน โดยทั้ง 6 คนได้รับการคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนดได้ ได้แก่ (1) อายุ 18-40 ปี (2) ประกอบอาชีพด้านดนตรี เช่น นักดนตรี ครูสอนดนตรี เพื่อหาเลี้ยงชีพมาเป็นระยะเวลาไม่ต่ำกว่า 1 ปี (3) สามารถสื่อสารและเข้าใจภาษาไทยได้ดี (4) ยินดีให้สัมภาษณ์ในการวิจัย โดยข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลแต่ละรายมีดังนี้

เครื่องมือวิจัย (1) ผู้วิจัย เนื่องจากผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการวิจัยด้วยตนเองทุกขั้นตอน

ตั้งแต่การเข้าถึงผู้ให้ข้อมูล เก็บข้อมูลผ่านการสัมภาษณ์และสังเกต รวมถึงการวิเคราะห์ข้อมูล (2) แนวทางคำถามสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง เป็นการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้างที่มีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด ซึ่งถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานและประสบการณ์ทางดนตรีของผู้ให้ข้อมูล ประสบการณ์ทางดนตรีกับการรับรู้อัตลักษณ์ในตนเอง และประสบการณ์ทางดนตรีกับการสร้างอัตลักษณ์ในตนเองและเส้นทางดนตรี เป็นต้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล คณะผู้วิจัยเก็บข้อมูลผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบตัวต่อตัว (In-depth interview) โดยใช้ข้อคำถามสัมภาษณ์ปลายเปิดแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured interview) สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคน คนละ 1 ครั้ง และใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที โดยผู้วิจัยได้ติดต่อนัดหมายกับผู้ให้ข้อมูลผ่านเกณฑ์คัดเลือกเข้าในการศึกษาวิจัย เพื่อชี้แจงข้อต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ให้แก่ผู้ให้ข้อมูลทราบ รวมทั้งสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย ประเด็นการเก็บรักษาความลับ พร้อมทั้งอธิบายข้อสงสัยต่าง ๆ จนผู้ให้ข้อมูลเกิดความเข้าใจเป็นอย่างดี และขอให้ผู้ให้ข้อมูลลงชื่อแสดงความยินยอมวิจัยในเอกสารการยินยอม จากนั้นทำการนัดวันเวลาและสถานที่เพื่อสัมภาษณ์ตามที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวก ก่อนการสัมภาษณ์ผู้วิจัยขออนุญาตบันทึกเสียงก่อนเริ่มสัมภาษณ์ เมื่อได้รับการยินยอมแล้วจึงเริ่มสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางของการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาแบบ Husserl ที่ระบุไว้ตามขั้นตอน (Giorgi, 2007) โดยการถอดความจากไฟล์เสียงที่ได้บันทึกไว้แบบคำต่อคำ อ่านบทสัมภาษณ์เป็นตัวอักษรซ้ำรวมถึงจดบันทึกการสังเกตในระหว่างการสัมภาษณ์ของผู้วิจัย เพื่อทำความเข้าใจกับข้อมูลในภาพรวม จากนั้นดึงข้อความหรือประโยคที่สำคัญในประเด็นที่มีความเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึกต่าง ๆ มาลงรหัสข้อความ (Open coding) จากนั้น จึงนำรหัสข้อความที่มีความสัมพันธ์กันมาสร้างเป็นประเด็นหลัก (Theme) และจัดหมวดหมู่ข้อความ (Category) และวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยจัดเป็นแก่นสาระหลัก (Theme) และแก่นสาระย่อย (Subtheme) เพื่อแสดงให้เห็นถึงภาพรวมของประสบการณ์ของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล จากนั้นจึงสรุปข้อค้นพบที่ได้และนำเสนอในรูปแบบการเขียนเชิงพรรณนา โดยชื่อและข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูลได้รับการปกปิดเป็นความลับและใช้นามสมมติ

ผลการวิจัย

ผลของประสบการณ์ทางจิตใจในการสร้างและการรับรู้อัตลักษณ์ในตนเองผ่านประสบการณ์ดนตรีของกลุ่มนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น พบประเด็นหลัก 4 ประเด็น ได้แก่ ประเด็นหลักที่ 1 ความชัดเจนในตัวตนทางดนตรี ประเด็นหลักที่ 2 การสนับสนุนจากคนรอบข้างในเส้นทางดนตรี ประเด็นหลักที่ 3 การรับรู้คุณค่าในสิ่งที่ทำ และประเด็นหลักที่ 4 ดนตรีช่วยให้ผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบาก โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ประเด็นหลักที่ 1 ความชัดเจนในตัวตนทางดนตรี ในประเด็นนี้ ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าถึงความชัดเจนในตัวตนทางดนตรีของพวกเขาที่รับรู้ได้จากหลาย ๆ สิ่งในตัวเอง ที่เป็นปัจจัยสำคัญในการเลือกเข้าสู่เส้นทางดนตรี เรียนดนตรี จนกระทั่งทำงานด้านดนตรี โดยแบ่งออกเป็น 4 ประเด็นย่อย ได้แก่

1.1 การรับรู้ความสามารถทางดนตรีของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ที่ทำให้ตระหนักถึงความสามารถทางดนตรีของตนเอง มองเห็นว่าตัวเองมีความสามารถทางดนตรีที่โดดเด่น และรับรู้ถึงทักษะทางดนตรี ตัวอย่างเช่นผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 เล่าว่า “ตอนนี้ก็ยังคงคิดอย่างนี้อยู่ว่ามันคือสิ่งเดียวที่เราทำแล้วมันแบบ ... เราทำแล้วมันดีที่สุดในชีวิตอะไรอย่างนี้ เออ เรารู้สึกที่เราทำอะไรไม่ค่อย ... ทำอะไรก็ดูเหมือนแบบเขาเรียกอะไร จีบฉ่ายอะ เออ มันดูไม่เด่นออกมา ก็เลยรู้สึกว่าดนตรีมันเด่นที่สุดละ” หรือผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 เล่าว่า “พี่รู้สึก ... พี่เก่ง (หัวเราะ) พี่รู้สึกอู๊ อู๊ ฉั่นแก่วะ เวลาคุณลิปอะอย่างนี้ ... พี่เลยไปมองดูตัวเองในคลิป โอ๊ย ทำไมเก่งจัง”

1.2 การรับรู้ความต้องการในเส้นทางดนตรี ในประเด็นนี้ ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการรับรู้ความต้องการในเส้นทางดนตรี ว่าเป็นการรับรู้ความชอบในดนตรีที่มีความลึกซึ้งมากขึ้น ซึ่งกลายเป็นแนวดนตรีที่ต้องการจะเล่น หรือต้องการศึกษา จนกระทั่งต้องการประกอบอาชีพทางด้านดนตรี โดยผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2 ได้รายงานมาว่า “อะไรที่แบบว่าเรามุ่งมั่นที่จะศึกษาก็น่าจะเป็นคลาสสิกกับแจ๊สอะนะ ที่เราแบบศึกษาจริงจัง ไปหาครูเรียนส่วนตัวอย่างนี้” หรือผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 ได้เล่าว่า “ก่อนสอบเข้าอะ ก็คือพ่อแม่พามาเรียนกับครูคนหนึ่งเพื่อสำหรับการสอบเข้าโดยเฉพาะ ซึ่งครูเขาก็เหมือนแบบให้เราตีความเพลงอะไรก่อนร้อง ดังนั้นเวลาเราร้องอะ เราจะได้แค่ร้องเพลง แล้วเรารู้สึกว่าเราสนุกมากกับการที่แบบเราได้ ได้แสดงไปด้วย ร้องเพลงไปด้วย”

นอกจากที่ผู้ให้ข้อมูลจะรับรู้ความชอบแนวเพลงหรือดนตรีแล้ว พวกเขายังรับรู้ถึงความต้องการที่จะทำงานด้านดนตรีของตนเองต่อไป เพราะว่าการทำงานด้านดนตรีเป็นสิ่งที่ทำแล้วมีความสุข มีความหลงใหล และมีความตั้งใจกับการทำงานนี้ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 เล่าว่า “ร้องเพลง ไม่ว่าเราจะติดขัดอะไรแค่ไหน เราอู๊อะ ... การที่เรามีใจรัก ซึ่งเรารู้สึกว่า เออ ดนตรีเป็นสิ่งเดียวที่เราแบบมีความหลงใหลอะไรเงี้ย” และผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 เน้นถึงความตั้งใจในการทำงานที่ทำให้เกิดความสุขว่า “ชอบเวลาสอน แบบเวลาสอนใครแล้วมันมีความก้าวหน้า มันมีความสุขอะ เออ เพราะว่าทุกครั้งที่เราพูดออกไปหรือว่าตั้งใจสอนออกไป คือมันแบบ เออ เราตั้งใจจริง ๆ แล้วเขาดีขึ้น แล้วก็ถือว่า ก็นั่นแหละ ประสบความสำเร็จ” เช่นเดียวกับความตั้งใจในการทำงานของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 ที่เล่าว่า “พี่อยากไปสอนเด็กที่ไม่เป็นเลย ศูนย์ พี่อยากเริ่มใหม่ให้เขา อยากปูพื้นฐานให้เขาใหม่ ไม่อยากสอนเด็กเก่ง อยากสอนเด็กที่แบบ ไม่รู้อะ อิม ไซ่ อยากให้ความรู้กับเด็กที่อยากจะรู้แต่ยังไม่รู้อะไรแบบเนี้ย อิม ไซ่ ๆ อยากเป็นครูฟิลนั้นนะ”

1.3 การสื่อสารตัวตนและความรู้สึกผ่านดนตรี ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดได้บอกเล่าถึงการที่ดนตรีเป็นสิ่งที่ทำให้พวกเขาได้สื่อสารตัวตนและความรู้สึกออกมาผ่านการร้องเพลง หรือการ

เล่นดนตรี ซึ่งทำให้พวกเขามีความชัดเจนมากขึ้นว่าดนตรีเป็นเหมือนส่วนหนึ่งของพวกเขา เป็นสิ่งที่สามารถสะท้อนตัวตนและความรู้สึกของพวกเขา ตัวอย่างเช่นผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 กล่าวว่า “เราเป็นคนไม่ค่อยกล้าพูด ไม่ค่อย แบบเป็นคนไม่ค่อยแสดงออกแบบตรง ๆ ได้ ๆ แต่พอเล่นดนตรีมันเหมือนแบบได้แสดงออกถึงมุมมองอะไรหลาย ๆ อย่างให้คนเขาได้ฟังในสิ่งที่เราไม่กล้าพูด แต่ว่าเรากล้าเล่นมันออกมา” หรือการสื่อสารความรู้สึกได้อย่างตรงใจในขณะนั้น ๆ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 กล่าวว่า “อันนี้เหมือนกับว่า สมมติถ้าเราเศร้ามาก ๆ แล้วนั่งหน้าเปียโนเจ๊ย แล้วเล่นเพลงสักเพลงหนึ่งออกมาที่มาแบบรู้สึกว่ายัย มันตรงกับความรู้สึกเราเลย ... จากเดิมที่มันอาจจะแบบเป็นความรู้สึกเศร้าที่ดู ดูเป็นทุกข์ ที่ดูทรมานอะ มันยังคงในหัวของความเศร้านั้นอยู่ด้วยอารมณ์ของเพลงหรืออะไรที่เราเล่นนะ แต่มันเริ่มจะสลายละ”

1.4 อิทธิพลจากบุคคลต้นแบบ ในประเด็นนี้ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าถึงความชัดเจนในตัวตนทางดนตรีว่านอกจากจะเด่นชัดขึ้นผ่านการสะท้อนตัวตนออกมาระหว่างมีปฏิสัมพันธ์กับดนตรีแล้ว ยังเกิดขึ้นจากการมีบุคคลต้นแบบที่กระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจที่จะพัฒนาต่อไปให้มากขึ้นในเส้นทางดนตรีนี้ ตัวอย่างเช่น ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2 และผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 ที่กล่าวถึงบุคคลต้นแบบที่คือครูของเขาที่เป็นแบบอย่างที่ดีและทำให้พวกเขายากเป็นครูเหมือนกับครูที่เขาได้เจอ “จริง ๆ ชอบสอนอยู่แล้ว แล้วแบบการที่เรามีครูที่ดีอะ ตลอดมาในชีวิตเรามีครูที่ดีเยอะมาก แล้วก็ก็มีครูที่เป็นแรงบันดาลใจให้เราเยอะมาก เพราะฉะนั้น มันก็รู้สึกว่าเป็น การที่เรามีครูที่ดีอะ มันทำให้เราอยากเป็นครู เพราะเห็นว่าครูที่ดีทำอะไรได้บ้าง” และ “เราเรียนร้องเพลงกับวงที่เขาคอนดักต์มาตั้งแต่อยู่ปริญาตรี หรือแม้กระทั่งตอนเรียนปริญาโท เราเห็นว่าเขาตั้งใจแค่ไหน เกี่ยวกับการใช้ชีวิตหรืออะไร ก็เป็นไอดอลนะ เราารู้สึกว่าเขาอยากทำให้เราเป็นครูที่ดี เพราะว่าเขา ครูไม่ได้เป็นครูที่เขาแต่ตัวเองทำงานในหน้าที่ แต่เป็นครูที่นึกถึงเด็ก เราก็กเล่ย์รู้สึก ว่า ดีจัง หมายถึงว่าวันหนึ่งก็อยากจะทำประโยชน์ได้อย่างนั้นบ้าง อยากเก่งด้วย และทำประโยชน์ด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 และรายที่ 4 ที่ได้พูดถึงนักดนตรีที่เป็นบุคคลต้นแบบที่เป็นแรงบันดาลใจให้พวกเขารู้สึกอยากมีความสามารถ หรือสามารถทำได้เหมือนกับบุคคลที่ตนเองรู้สึกชื่นชมรวมไปถึงผู้ให้ข้อมูลมีความคิดที่อยากจะเรียนรู้แนวคิดหรือวิธีการเล่นจากบุคคลต้นแบบ “ตอนแรกก็อยากไปเรียนกับคนหนึ่ง อยู่ที่ฝรั่งเศส เขาเล่นดูง่ายมาก ก็เลยอยากรู้เทคนิค เขาอาจจะมีความคิดหรือมีวิธีทำที่ทำให้เวลาเล่นมันดูแบบมันง่ายอะไรเงี้ย ตอนนั้นก็ยังชอบคนนั้นอยู่” และ “ตอนนั้นด้วยความที่เราอายุน้อยอะ เราก็กเล่ย์เหมือนยังฝันแรง ๆ ตอนนั้นยังไม่รู้ว่าจะได้เรียนในวิชาการหรืออะไรอย่างนี้ ก็เลยคิดเหมือนกันนะว่า โห ถ้าวันหนึ่งนะ เราตั้งใจเรียน เราตั้งใจซ้อมอะ เราจะได้เข้าไปเล่นวงอาชีพเหมือนเขา จะได้ขึ้นไปยืนโซโลหน้าวงเหมือนเขา อะไรอย่างนี้ เออ เขาก็จะเป็นแรงบันดาลใจในช่วงหนึ่ง ช่วงที่ที่ยังแบบ ยังเด็ก เป็นวัยรุ่น”

ประเด็นหลักที่ 2 การสนับสนุนจากครอบครัวในเส้นทางดนตรี ในประเด็นหลักนี้ ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าถึงประสบการณ์ที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญนอก

เนื่องจากความชอบในดนตรีของตนเองที่ผลักดันให้พวกเขาก้าวเข้าสู่เส้นทางดนตรี ทั้งในตอน
เริ่มจนกระทั่งถึงในปัจจุบันที่ทำงานด้านดนตรี

2.1 การสนับสนุนเส้นทางการเรียนและทำงานด้านดนตรี ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าพ่อแม่
เป็นบุคคลสำคัญที่ได้เริ่มต้นเดินในเส้นทางดนตรีตั้งแต่แรก ไม่ว่าจะเป็น การสนับสนุนและผลักดัน
ให้ได้ศึกษาดนตรีโดยตรง ดังเช่นที่ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 เล่าว่า “แม่ให้ไปเรียน ... คือถ้าตอนเด็ก ก็
เรียนไปตามที่แม่ส่ง” และผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 กล่าวว่า “ต้องยอมรับว่า (พ่อแม่) เป็นสปอนเซอร์
ด้วย เพราะตอนเด็กเรายังไม่มีเงินนะ คนที่ส่งเรียนก็คือคุณพ่อ คือคุณพ่อที่เนี่ยเป็นคนส่งให้ ให้
เรียนพิเศษที่ไปเรียนที่ยามาฮะอะไรอย่างนี้ก็คือเป็นคุณพ่อส่ง”

นอกจากที่ครอบครัวหรือครอบครัวเป็นผู้สนับสนุนและผลักดันในการเริ่มต้นเรียนดนตรี
แล้ว ระหว่างทางที่เรียนดนตรี ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าถึงครูอาจารย์ที่คอยสร้างโอกาสในเส้นทาง
ดนตรี ที่ทำให้พวกเขายังคงเดินอยู่บนเส้นทางนี้ เป็นแรงผลักดัน สนับสนุน เปิดโอกาสให้ได้ทำสิ่ง
ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับดนตรี ดังที่ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 เล่าว่า “ครูนี้สำคัญมากเลย เพราะว่าเหมือน
ถ้าไม่มีครูอะ พี่ก็ไม่ได้มีวันนั้นะ เพราะว่าครูเหมือนหาประสบการณ์ให้เราตลอด พาไปเล่นงานนู่น
พาไปเล่นงานนี้ พี่เล่นแทบจะทุกงาน งานแต่ง งานศพ งานบวช งานครอบครัว แบบครูพาไปอะไร
อย่างนี้ เลยรู้สึกว้าวถ้าไม่มีครูอะ พี่ไม่มีตรงนี้” เช่นเดียวกับที่ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 ได้เล่าถึงอาจารย์ที่
ให้โอกาสการทำงานด้านดนตรีว่า “ด้วยความที่อาจารย์หาบหามาอยากให้เป็นอาจารย์ ณ ตอน
นี้นะ เราบอกอาจารย์ไปว่า จริง ๆ ไม่ค่อยอยากเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัยเลย เพราะว่าเหมือน
มันต้องนั่งออฟฟิศ มีความรู้สึกว้าวอยากเป็นนักแสดงมากกว่า แต่อาจารย์ก็บอกว่า เออ เอาละ
ก็มาลองเป็นอาจารย์พิเศษก่อน ... ส่วนใหญ่เราจะได้รับความเมตตาจากคนที่เป็นผู้ใหญ่มากกว่า
เพื่อน อืม ก็คืออาจารย์ ... ส่วนตัวเรารู้สึกว่าที่ผ่านมา เราได้รับโอกาสดี ๆ ได้รับการสนับสนุนจาก
อาจารย์ค่อนข้างเยอะ”

2.2 การให้คำแนะนำและเป็นแหล่งพึ่งพิงทางใจในเส้นทางดนตรี ผู้ให้ข้อมูลรายงาน
ถึงประสบการณ์ที่ครอบครัวให้คำแนะนำที่สำคัญในเส้นทางดนตรี เนื่องจากครอบครัวมองเห็น
สิ่งที่อยู่ในตัวผู้ให้ข้อมูล จึงเป็นปัจจัยหนึ่งในการทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้ค้นพบตัวเอง มีความชัดเจนกับ
ตัวเองมากขึ้น และพวกเขารู้สึกขอบคุณที่ได้รับสิ่งนี้มา ดังเช่นที่ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 เล่าว่า “เรา
รู้สึกซาบซึ้งนะที่วันหนึ่งเขาบอกกับเราว่าให้ไปหาครูคนอื่น อะไรอย่างนี้ ... เหมือนกับว่าครูรู้สึก
ว่า เฮ้ย เราอาจจะไปได้ดีกว่านี้ เขาเลยมาคุยกับเราว่าแบบ ไปหาครูเรียนให้มันจริงจังละ ... ก็
รู้สึกขอบคุณ ชอบคุณเขา” เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 ที่เล่าว่า “คือจริง ๆ ตอนแรกที่เราจะ
เข้ามหาวิทยาลัย เราจะเข้าเปียโน เพราะเราเรียนเปียโนมาไง แต่ว่าเหมือนเวลาพักเที่ยงอะไรอย่าง
นี้ เราชอบไปร้องเพลงกับเพื่อนที่เรียนเอกร้องกัน คุณครูเขาเห็น เขาก็เลยบอกว่าลองไปสอบเข้า
วอยซ์มั๊ย เราก็เลยลองไปเรียนแล้วสอบเข้า แต่เราว่ามันเป็นตัวเลือกที่ดีนะ เพราะว่ามันดูเป็นเรา
กว่ามาก”

นอกจากที่คนรอบข้างจะให้คำแนะนำผู้ให้ข้อมูลในเส้นทางดนตรีแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังบอกเล่าถึงประสบการณ์ที่ได้เจอความยากลำบาก หรือความไม่สบายใจ แต่มีคนรอบข้างไม่ว่าจะเป็นครอบครัว เพื่อน หรือครู ที่คอยเป็นแหล่งพึ่งพิงทางใจในเส้นทางนี้ ทำให้มีพลังและมีกำลังใจในการฝึกฝนดนตรี รวมถึงช่วยประคับประคองให้ผู้ให้ข้อมูลเดินทางต่อไปในเส้นทางดนตรีนี้ได้ ตัวอย่างเช่น ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 เล่าถึงครูผู้สอนว่า “อาจารย์พรเวทที่เขาเป็นอาจารย์เครื่องมือนอกเรา เขาก็เป็นคนหนึ่งที่คอยให้กำลังใจเราตลอด เขารู้ว่าเราก่อนข้างอ่อนไหว เขาก็จะอ่อนโยนกับเราเป็นพิเศษ แล้วเขาจะพูดคำดี ๆ ตลอด ไม่เคยพูดกระแทกแดกดันเรา เขาก็จะคอยบอกว่า ยูทำได้ดีกว่านี้ไม่เป็นไร เอาใหม่ อะไรอย่างนี้ ก็ชม ชมเยอะ” โดยผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 บอกเล่าถึงเพื่อนและครูว่า “เราจะได้กำลังใจจากเพื่อน อิม เพื่อนสมัยมัธยม ก่อนข้างที่จะแบบ เซียร์ให้เราเหมือนไล่ตามความฝันของเราอะไรอย่างนี้ แล้วก็ครูคนแรกที่สอนไวโอลินที่ยามาฮ่า เป็นคนที่ ... เออ ไม่รู้จริง ๆ เราเก่ง ไม่เก่งอะ แต่เขาก็พยายามที่จะชื่นชมเราตลอด มาให้กำลังใจ ให้ความมั่นใจ” ในขณะที่ยังผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 ได้เล่าถึงครอบครัวที่ให้กำลังใจในยามที่ท้อว่า “ครอบครัวสำคัญมากสำหรับพี่ เพราะพี่เป็นคนติดครอบครัว รักครอบครัวมาก เขาก็สนับสนุนนะ ให้กำลังใจเราตลอด มีช่วงหนึ่งตอนปี 2 ที่ซ้อมหนักมาก พี่เรียนเยอะมาก ต้องซ้อม ต้องสอบ ต้องนู่นนี่นั่น พี่คิดที่จะแบบไม่เอาละ ชิว ชิว จะชิว ไม่เอาแล้ว ไม่อยากเรียน โทไปบอกแม่ว่า จะชิวนะ ไม่ไหวแล้ว แม่ก็แบบเหมือนทุกคนแบบตกใจแล้วก็ให้กำลังใจ จนพี่แบบฮืออะ มันฮือขึ้นมาเลยจนไม่ชิว จนเรียนจบทุกวันนี้ ก็เพราะครอบครัวด้วย” และ “เหมือนเราก้าวข้ามผ่านจุดนั้นมาได้เพราะว่าหลาย ๆ อย่าง แรงผลักดันพ่อแม่ว่าที่บ้าน ครอบครัว แล้วก็ครู แล้วก็เพื่อนเราแหละที่แบบ เออ ลองทำดู”

ประเด็นหลักที่ 3 การรับรู้คุณค่าในสิ่งที่ทำ ประเด็นนี้ ผู้ให้ข้อมูลทั้ง 6 ท่านได้กล่าวถึงการลงมือทำสิ่งที่เกี่ยวข้องกับดนตรี ไม่ว่าจะเป็นการทำงานและการเล่นดนตรี ล้วนเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อตนเอง ดนตรีถือเป็นสิ่งที่สร้างให้เป็นตัวเองในทุกวันนี้ สร้างอัตลักษณ์และได้เติบโตจากดนตรี

3.1 การเห็นคุณค่าในตนเองและการเห็นคุณค่าในดนตรี ผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงประสบการณ์ที่ได้เข้าใจ ยอมรับ และค้นพบคุณค่าในตนเองผ่านเส้นทางดนตรี ซึ่งเป็นความรู้สึทางบวกที่ส่งเสริมอัตลักษณ์ในตนเองของผู้ให้ข้อมูล เช่น ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 เล่าว่า “เป็นความรู้สึกพิเศษอะไรอย่างนั้นอะคะ มันทำให้เรารู้สึกแบบสะท้อนกลับมาว่า เอ้อ เรารู้สึกดีกับตัวเองนะ แม้บางที เป็นปกติเนอะที่คนเราจะมีมุมไม่มั่นใจในตัวเองหรือว่าการเห็นคุณค่าในตัวเอง ยังมีประเด็นเรื่องนี้ขึ้นมาบ้างอะไรอย่างนี้ แต่พอมองย้อนมาตรงนี้บู๊ เราก็มีอะไรที่เราทำได้เหมือนกันนะ อย่างนี้คะ”

เมื่อผู้ให้ข้อมูลเกิดความเข้าใจและยอมรับรวมถึงการมองเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่าการเติบโตขึ้น พัฒนามากขึ้น และอยากจะพัฒนาตนเองมากขึ้นไปอีก ดังตัวอย่างเช่น ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 รายงานว่า “วันแรกที่เข้ามาในวง พี่รู้สึกที่ไม่รู้เรื่องอะไรเลย อ่านโน้ตหรือเล่นอะไรแทบจะตามเขาไม่ทัน คู่มือคอนดักเตอร์ไม่เป็น เพราะมันเป็นครั้งแรกของเรา แต่ว่าอยู่

ไปเรื่อย ๆ ทุกสิ่งทุกอย่างมันก็ถูกพัฒนาจากอะไรที่เคยทำไม่เป็นก็ทำเป็น แล้วก็ตอนที่จะไปสอนดนตรีช่วงประมาณปี 3 ปี 4 ตอนแรกไม่ได้มันใจด้วยซ้ำว่าแบบเราจะทำได้อะไรอย่างนี้ แต่ว่าการที่เราอยู่ในวง มาฝึกทุกวัน มันก็รู้ตัวเหมือนกันนะว่า เออ จากปี 1 มาปี 4 เราก็ก่่งขึ้น ทั้ง ๆ ที่ไม่ได้เรียนคณะดนตรีนะ อะไรอย่างนี้” เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 ที่ได้มองเห็นความก้าวหน้าของตนเองได้เล่าว่า “จริง ๆ แล้วมัน (ดนตรี) มีความหมายนะ ... ในทุก ๆ วัน พี่ว่าดนตรีมันทำให้พี่เติบโตขึ้นในทุก ๆ วัน แล้วก็พาพี่ไปในสถานที่ต่าง ๆ ถ้าพี่ไม่ได้มาอยู่ในโลกของดนตรีพี่คงไม่ได้ทำและคงไม่ได้ไป”

3.2 การเป็นประโยชน์ให้ผู้อื่น ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าว่าประสบการณ์ดนตรีและการทำงานด้านดนตรีเป็นสิ่งที่เปิดโอกาสให้พวกเขาได้ทำสิ่งดี ๆ ให้กับคนรอบข้าง การได้ทำประโยชน์ในกับคนอื่นนี้ก็ได้อกลับมาเติมเต็มตัวตนทางดนตรี และเติมเต็มความสุขของพวกเขาด้วย ดังเช่นที่ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 เล่าว่า “เรื่องสอน แบบว่าเรารู้สึกว่าเราได้สอนแบบให้ความรู้ทั้งหมดกับนักเรียน แล้วเหมือนบางทีเวลาเราเห็นนักเรียนเราพัฒนาขึ้น เราก็ก็นึกมีความสุข” เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 และผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 ที่ได้เล่าถึงความสุขที่เกิดขึ้นจากการสอนนักเรียนของตัวเองว่า “ลูกศิษย์ของเราอย่างนี้ มันมีความสุขผุ่กัน เราได้มีบทบาทเป็นผู้ดูแลใครสักคนหนึ่ง ซึ่งอาจจะไม่ใช่แค่ในช่วงเวลานั้น คือในช่วงเวลานั้นโอเค เราต้องดูแลเขาไม่ใช่แค่เรื่องดนตรี แต่มันคือการดูแลเด็กคนหนึ่ง เหมือนพ่อแม่เขาให้เราดูแลลูกเขาคอนี้ 1 ชั่วโมง แต่หลังจากหมดชั่วโมงไปแล้วอะ มันก็ยังมีความห่วงใย มันไม่ได้หมายความว่าเราทำงานเป็นหุ่นยนต์ 1 ชั่วโมงกับเขา แล้วนอกชั่วโมงเราไม่ได้เป็นอะไรกัน มันไม่ใช่ มันมีความสุขผุ่กันเกิดขึ้น” และ “พี่ชอบสอนคน ไม่เคยคิดว่าตัวเองอยากเป็นครูจนกระทั่งพี่เห็นแบบ ไม่ต้องเป็นเด็กก็ได้ เพื่อนอะไรอย่างนี้ เพราะพี่สอนป๊อป พี่รู้สึกว่าเพราะมันทำได้ เรารู้สึกว่า เฮ้ย เรารู้สึกดีอะที่มันทำได้”

3.3 การเข้าใจโลกและตนเอง ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานประสบการณ์สะท้อนความเข้าใจโลกและตนเองผ่านการเดินในเส้นทางดนตรี ไม่ว่าจะเป็นการได้รับมุมมองใหม่ ๆ ที่เกิดจากการฟังดนตรี การเล่นดนตรี หรือการทำงานด้านดนตรี โดยสิ่งเหล่านี้พาให้ผู้ให้ข้อมูลได้มองโลกในแงุ่มที่เปลี่ยนไป เข้าใจโลกผ่านการเทียบเคียงประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ตัวอย่างเช่น ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2 เล่าว่า “สมมติว่าเราเขียนเนื้อเพลงเอง หรือเราศึกษาเพลงนี้ เราแค่ตีความก็ได้ อาจจะยังไม่ต้องแต่ง เราแค่ตีความอย่างนั้นมันคือการสร้างความเข้าใจแล้ว นึกออกไหม แบบคนร้องแบบนี้ เขารู้สึกแบบนี้ คนร้องแบบนี้ เขาประสบสิ่งนี้ สภาพจิตใจเขา หรือว่าตรรกะเขามันเป็นแบบนี้” และผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 ที่เล่าว่า “ส่วนตัวรู้สึกว่ายิ่งเข้าใจดนตรี ยิ่งเข้าใจชีวิตมนุษย์มากขึ้น เพราะว่าพอเหมือนเรียนป.โท มันต้องเรียนลึกกว่าทำไม่เพลง ๆ นี่ถึงถูกแต่งมา ผู้ประพันธ์เพลงคิดอะไร ยุคสมัยดนตรีมันเกิดอะไร มันต้องเข้าใจจริง ๆ ว่ามันเกิดอะไรขึ้น”

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 ยังได้รายงานถึงประสบการณ์ดนตรีที่สามารถนำมาปรับใช้กับด้านอื่น ๆ ในชีวิตว่า “เราเจอตัวเองในหลาย ๆ มิติเหมือนกัน สิ่งแรกคือเหมือนกับว่า เราเชื่อใน

การฝึกฝน ทำซ้ำ เพราะเป็นอะไรที่แบบว่าเห็นชัดมาก คือเส้นทางของคนที่เล่นดนตรี กีฬา มันไม่
ซ้อมไม่ได้ ทีนี้พอเราซ้อมแล้วเห็นว่ามันดีขึ้น มันพัฒนาในสิ่งที่เราตั้งใจเป้าหมาย ที่ว่ามันเป็นลักษณะ
เดียวกันด้านอื่น ๆ ของชีวิตด้วย”

ประเด็นหลักที่ 4 ดนตรีช่วยให้ผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบาก ในประเด็นนี้ผู้ให้ข้อมูลได้
รายงานประสบการณ์ดนตรีที่มีส่วนในการช่วยเหลือ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบาก
ในชีวิต ทั้งความยากลำบากในเส้นทางดนตรี และความยากลำบากในแง่มุมอื่น ๆ ของชีวิต
ถึงความสนใจในปัจจุบันของตนเองออกไปจากปัญหาที่เผชิญอยู่ ทำให้ได้พักความคิดจากปัญหาที่
ยังไม่ผ่านไป เช่น ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 เล่าว่า “พอเราไปอยู่ในโลกดนตรี เหมือนเราลืมทุกอย่าง พาไป
หลุดอยู่ในสักช่วงหนึ่ง แล้วยังมันก็ต้องกลับมาอยู่ในปัญหาที่เจออยู่ดี แต่มันก็ไม่ได้แบบว่ารักษา
ได้ทั้งหมด แต่เหมือนแค่เราเอาไฟก๊อสอย่างอื่นออกไป แล้วไฟก๊อสแค่ตรงซ้อม เล่นดนตรี” เช่นเดียวกับ
ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 ที่รายงานว่า “รู้สึกว่าการเล่นดนตรีแล้วใจเย็น คือที่เคยรู้สึกแย่มาก ๆ ไม่ดีมาก
ๆ แต่เลือกที่จะไปเล่นดนตรี พอที่ไปซ้อมของพี่วันนั้นคนเดียว ซ้อมในห้อง เอ้ย มันดีขึ้น เหมือน
เราลืมเรื่องราวที่มันแย่มากกับเราไปเลยชั่วขณะหนึ่ง ... มันทำให้พี่ใจเย็นขึ้น” นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยัง
เล่าถึงการใช้เวลาดนตรีเป็นกิจกรรมที่ทำให้เกิดความสบายใจ ปรับอารมณ์ให้ดีขึ้น หรือสงบจาก
ความไม่สบายใจ ณ ขณะนั้น ตัวอย่างเช่น ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 ได้รายงานว่า “ก็เหมือนบางทีที่มีเรื่อง
กังวล เรามีเพลงหนึ่งที่ชอบฟังช่วงที่ผ่านมา ชื่อเพลงว่า My Life is in Your Hands เนื้อเพลงมัน
ร้องว่า “You don’t have to worry and don’t you be afraid.” อะไรอย่างนี้ มันเหมือนกับ
ทำให้เราสงบในเวลาที่เราคิดมาก” เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 ที่บอกว่า “สมมติว่าวันนี้เจอ
เรื่องแย่มาก แนนอนทุกคนมีเรื่องแย่ แต่ว่าอย่างน้อย มัน (ดนตรี) เป็นสิ่งหนึ่งที่เราสามารถทำได้ ถึง
แม้ว่าบางครั้งเราจะไม่ร้องมันออกมาก็ตาม หรือแม้กระทั่งมันเป็นช่วงเวลาหนึ่งที่เราเสี่ยงไม่ได้
เลย แต่เรามีเสียงดนตรีที่เราชอบในหูเรา เราก็มารู้สึกว่า โอเค เราก็ม่อนคลายลงมา”

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่าประสบการณ์ทางจิตใจในการสร้างการรับรู้อัตลักษณ์ในตนเองผ่าน
ประสบการณ์ดนตรีของกลุ่มนักดนตรีในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น แบ่งออกได้เป็น 4 ประเด็นหลัก ดังนี้ (1) ความ
ชัดเจนในตัวตนทางดนตรี (2) การสนับสนุนจากคนรอบข้างในเส้นทางดนตรี (3) การรับรู้คุณค่าในสิ่งที่ทำ
และ (4) ดนตรีช่วยให้ผ่านเวลาที่ยากลำบาก โดยผู้เขียนจะขออภิปรายถึงประเด็นต่อไปนี้

ประเด็นความชัดเจนในตัวตนทางดนตรี ที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงความชอบ ความสามารถ และ
ความต้องการของตนเองจากการมีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับดนตรีต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเรียน
ดนตรี การแสดงดนตรี หรือการทำกิจกรรมดนตรีนั้น ตรงกับการศึกษาของที่ผ่านมาของ Peck and
Greasley (2020) ที่ได้ระบุว่าประสบการณ์ทางดนตรีที่มีความหมายในช่วงวัยรุ่น สามารถส่งผล
ต่อการหล่อหลอมอัตลักษณ์ ความเป็นตัวตน การวางตำแหน่ง และการนิยามตนเองกับสังคมใน

ที่สุด นอกจากนี้การที่ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าถึงความชัดเจนในตัวตนทางดนตรีที่เด่นชัดขึ้นจากการรับรู้ความสามารถ รับรู้อารมณ์ ความต้องการของตนเองนั้น ยังสอดคล้องกับแนวคิด Musical Self-Concept ในการศึกษาของ Spychiger et al. (2009) ที่กล่าวถึงตัวตนทางดนตรีว่า ตัวตนทางดนตรีเป็นการรับรู้หรือเข้าใจตัวเองที่เกี่ยวข้องกับดนตรี ซึ่งจะนำไปสู่การประสบความสำเร็จด้านดนตรี โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเด็นหลัก ได้แก่ ส่วนประกอบของตัวตนทางดนตรีที่ไม่เกี่ยวข้องกับสาระดนตรี ประกอบไปด้วย ด้านอารมณ์ความรู้สึก ด้านสังคม เช่น การรวมวงดนตรี ด้านร่างกาย เช่น การเคลื่อนไหว การเต้น ด้านสติปัญญา เช่น ความจำ ความคิด การวิเคราะห์ และด้านจิตวิญญาณ เช่น ความรู้สึกเชื่อมโยงกับโลก และอีกส่วนหนึ่งคือส่วนประกอบของตัวตนทางดนตรีที่เป็นสาระดนตรี คือ การรับรู้ทักษะทางดนตรีของตนเอง เช่น การเล่นเครื่องดนตรี การร้องเพลง ความสามารถในการฟัง การเรียบเรียงเสียงประสาน

ประเด็นการสนับสนุนจากครอบครัวในเส้นทางดนตรี ผู้ให้ข้อมูลทุกคนต่างกล่าวถึงการสนับสนุนจากครอบครัว พ่อแม่ และครูผู้สอน ถือเป็นปัจจัยสำคัญให้พวกเขาได้ลองเล่นดนตรี มีประสบการณ์ด้านดนตรี รวมถึงเป็นสิ่งผลักดันให้พวกเขาได้ทำอาชีพเกี่ยวกับดนตรีในทุกวันนี้ อีกทั้งยังเป็นส่วนสนับสนุนทำให้พวกเขาเกิดความมั่นใจในทักษะฝีมือทางดนตรีของตนเอง เป็นกำลังใจในการดำเนินเส้นทางดนตรีทั้งในขณะศึกษาระดับมหาวิทยาลัยและขณะทำงาน ซึ่งตรงกับการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณที่พบว่า การสนับสนุนจากครอบครัว โดยเฉพาะพ่อแม่หรือผู้ปกครองนั้นมีผลกระทบสำคัญต่อนักเรียนดนตรี ซึ่งการสนับสนุนจากครอบครัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญกับการมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองด้านดนตรี (Musical self-efficacy) ของนักเรียนดนตรี รวมถึงการสนับสนุนนี้ช่วยเอื้อต่อการเสริมสร้างความเชื่อมั่นของนักเรียนดนตรีทั้งในด้านการเรียนรู้ดนตรี และการแสดงดนตรี ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญต่อความสำเร็จทางวิชาการและอาชีพในสายดนตรี นอกจากนี้ยังกล่าวถึงการสนับสนุนจากครูผู้สอนเป็นปัจจัยที่ทำให้นักเรียนดนตรีมีความเชื่อมั่นในความสามารถทางดนตรีดนตรีเช่นเดียวกัน และยังรวมไปถึงส่งเสริมความมั่นใจก่อนการแสดงซึ่งส่งผลต่อคุณภาพในการแสดงดนตรีอีกด้วย อีกทั้งในแง่ของอารมณ์และแรงจูงใจของนักเรียนดนตรี ครูและพ่อแม่รวมถึงเพื่อนก็มีส่วนในการสร้างแรงจูงใจที่สำคัญในการดำเนินเส้นทางการศึกษาดนตรีต่อไป (Orejudo et al., 2021) โดยประเด็นที่กล่าวถึงการสนับสนุนจากครอบครัวของผู้ให้ข้อมูลนี้ ยังตรงกับการศึกษาก่อนหน้าที่พบว่า การสนับสนุนจากครอบครัวถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งในการพัฒนาตัวตน และการสนับสนุนจากครอบครัวมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อทั้งการศึกษาและชีวิตในทุกด้าน โดยเฉพาะการศึกษาดนตรีที่มีผลกระทบอย่างมากต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ อัตลักษณ์ ตัวตน ของแต่ละบุคคลในแง่ของการตระหนักรู้ในตนเอง รวมถึงการตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตนเอง (Özden & Özdemir, 2022) อีกทั้งการรับรู้ตัวตนเองมีแหล่งสนับสนุนเป็นครอบครัวที่จะเป็นกำลังใจ เป็นผู้ผลักดัน และเป็นผู้สนับสนุนตนเองในเส้นทางนี้ สอดคล้องกับการศึกษาไทยที่พบว่า การรับรู้ตัวตนทางดนตรีในมิติของการรับรู้ถึงการสนับสนุน

ของครอบครัว นับเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างมากต่อการดำเนินอยู่บนเส้นทางดนตรีของนักดนตรีมืออาชีพ ทั้งในทางตรงและทางอ้อม เช่น พ่อแม่ส่งเสริมลูกให้ได้เรียนดนตรีทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน เอื้อทุนทรัพย์ในการซื้อเครื่องดนตรี รวมถึงการที่ครอบครัวเป็นผู้เอื้อบรรยากาศดนตรีในบ้าน (Ponprasit & Tuicomepee, 2017)

ประเด็นการรับรู้คุณค่าในสิ่งที่ทำ ที่ผู้ให้ข้อมูลได้ระบุถึงการเห็นคุณค่าในตนเองและการเห็นคุณค่าในดนตรีและสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลทำนั้นเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์กับผู้อื่น รวมถึงรับรู้ว่าการทำกิจกรรมทางดนตรี ไม่ว่าจะเป็นการเรียนดนตรีหรือการมีอาชีพเกี่ยวกับดนตรี ครูดนตรีหรือนักดนตรีเป็นสิ่งที่ช่วยสร้างอัตลักษณ์และตัวตนของพวกเขา ซึ่งสอดคล้องกับองค์ประกอบสำคัญของการมีสุขภาวะทางจิตที่ดีตามแนวคิดของ Ryff (2008) ซึ่งการที่บุคคลสามารถยอมรับในตนเองและมีความภาคภูมิใจกับสิ่งที่ได้ทำ รวมถึงรับรู้ว่าการทำเป็นสิ่งที่มีความหมายต่อตนเอง รวมถึงสอดคล้องกับแนวคิดของทฤษฎีการกำหนดตัวเอง (self-determination) ของ Deci and Ryan (2000) ที่ได้อธิบายว่า การรับรู้ถึงความสามารถ (competence) ของตนเองนั้น เป็นหนึ่งในปัจจัยที่สร้างแรงผลักดันและการรับรู้คุณค่าในตัวบุคคล นอกจากนี้การเห็นคุณค่าของตนเองและดนตรีมีส่วนเอื้อในการประกอบร่างอัตลักษณ์ทางดนตรีของผู้ให้ข้อมูลนั้น สอดคล้องกับการศึกษาเรื่องอัตลักษณ์ทางดนตรี (Musical Identity) ในประเด็นขององค์ประกอบทางอารมณ์ (emotional component) ในอัตลักษณ์ทางดนตรี ซึ่งเป็นส่วนที่สะท้อนและแสดงออกถึงตัวตนและความรู้สึกภายใน รวมไปถึงการรับรู้ความรู้สึกและอารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อมีส่วนร่วมในกิจกรรมดนตรีของตนเอง (Burland et al., 2022) ซึ่งผู้ให้ข้อมูลทั้ง 6 ท่าน เกิดความรู้สึกยินดีกับสิ่งที่ตนเองทำ ส่งผลให้เกิดความเชื่อมั่นและมั่นใจในตนเอง จนหลอมรวมเป็นอัตลักษณ์ทางดนตรีของตนเองในที่สุด

ประเด็นสุดท้าย ดนตรีช่วยให้ผ่านเวลาที่ยากลำบาก ผลการศึกษาพบว่าดนตรีช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลจัดการอารมณ์และผ่อนคลายเมื่อพบกับช่วงเวลาที่ยากลำบากในชีวิตหรือเส้นทางดนตรี ช่วยทำให้เกิดความสุข ความผ่อนคลาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยที่ผ่านมาที่ระบุว่า ดนตรีเป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถกระตุ้นภาวะความสุขที่แท้จริง (Authentic Happiness) ตามแนวคิดของ Martin Seligman (Lamont, 2011a) และการที่ดนตรีเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถจัดการกับปัญหาบางอย่าง ณ ขณะนั้น หรือแม้แต่การหลีกเลี่ยงจากความคิดหรือความรู้สึกเชิงลบที่ไม่น่าพึงพอใจชั่วขณะ ยังสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยที่ผ่านมาที่กล่าวว่าเนื้อเพลงและเสียงดนตรีมีส่วนช่วยให้บุคคลในวัยนักศึกษาจัดการกับปัญหาได้ เพราะดนตรีสามารถปรับอารมณ์ ช่วยทำให้รู้สึกดีขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน (Pikel, 2024)

ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นถึงประสบการณ์ทางจิตใจในการสร้างและการรับรู้อัตลักษณ์ในตนเองผ่านประสบการณ์ดนตรีของนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น องค์ความรู้ที่ได้สามารถนำไปใช้เป็นประโยชน์ต่อนักเรียนและนักศึกษาดนตรี ตลอดจนนักการศึกษา ครูอาจารย์ผู้สอนดนตรีใน

โรงเรียน มหาวิทยาลัย และสถาบันดนตรีต่าง ๆ รวมถึงนักจิตวิทยาการศึกษา เพื่อทำความเข้าใจประสบการณ์ของผู้เรียนดนตรีอย่างรอบด้าน และนำไปใช้ในการส่งเสริมหรือพัฒนาความชัดเจนในอัตลักษณ์และตัวตนทางดนตรี ตลอดจนสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพของนักดนตรีแต่ละบุคคลให้เหมาะสมกับบริบทและความต้องการเฉพาะของตน

นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางเชิงปฏิบัติในการออกแบบกระบวนการเรียนการสอนดนตรีที่คำนึงถึงมิติชีวิตและประสบการณ์ภายในของผู้เรียนมากยิ่งขึ้น โดยเน้นบทบาทของครูดนตรีในฐานะผู้เอื้อให้เกิดการเรียนรู้ที่ไม่จำกัดอยู่เพียงการพัฒนาทักษะทางเทคนิค หากแต่รวมถึงการสนับสนุนให้ผู้เรียนได้สำรวจ ทำความเข้าใจ และประกอบสร้างอัตลักษณ์ทางดนตรีของตนเองผ่านการเรียนรู้ การฝึกซ้อม และการแสดงดนตรีในบริบทชีวิตจริง และในเชิงการดูแลและพัฒนาผู้เรียน งานวิจัยนี้ยังมีประโยชน์ต่อการทำงานของครูดนตรีและนักจิตวิทยาการศึกษาในการทำความเข้าใจความท้าทายทางจิตใจของนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เช่น ความไม่มั่นคงในตัวตน ความกดดันจากความคาดหวัง และความสับสนในเส้นทางอาชีพ ซึ่งความเข้าใจดังกล่าวจะช่วยให้การสนับสนุนผู้เรียนเป็นไปอย่างสอดคล้องกับประสบการณ์ชีวิตจริง และเอื้อต่อการเติบโตทางดนตรีอย่างมีความหมาย ยั่งยืน และสอดคล้องกับตัวตนของแต่ละบุคคล

อย่างไรก็ตาม การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์ของนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีอาชีพนักดนตรีและครูดนตรีที่ส่วนใหญ่เป็นนักดนตรีสากล นอกจากนี้การใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 6 คน เป็นเพียงการสะท้อนประสบการณ์ของนักดนตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งเท่านั้น หากเพิ่มความหลากหลายโดยการเก็บข้อมูลในนักดนตรีที่เล่นดนตรีประเภทอื่น แนวเพลงอื่น รวมถึงนักดนตรีไทยเพิ่มมากขึ้น อาจจะทำให้ได้เห็นประสบการณ์ที่แตกต่างออกไป ซึ่งประเด็นนี้ควรได้มีการศึกษาเพิ่มเติมต่อไปในอนาคต

บรรณานุกรม

- Arnett, J. J. (2015). *Identity development from adolescence to emerging adulthood: What we know and (especially) don't know*. In K. C. McLean & M. Syed (Eds.), *The Oxford handbook of identity development* (pp. 53–64). Oxford University Press.
- Burland, K., Bennett, D., & López-Iñiguez, G. (2022). Validation of the Musical Identity Measure: *Exploring musical identity as a variable across multiple types of musicians*. *Musicae Scientiae*, 26(4), 704–728. <https://doi.org/10.1177/10298649221108576>
- Clark, A. B., & Lonsdale, A. J. (2023). *Music preference, social identity, and collective self-esteem*. *Psychology of Music*, 51(4), 1119–1131. <https://doi.org/10.1177/03057356221126202>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior*. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- DeNora, T. (2017). *Music-in-action: Selected essays in sonic ecology*. Routledge.
- Freer, P. K., & Bennett, D. (2012). *Developing musical and educational identities in university music students*. *Music Education Research*, 14(3), 265–284. <https://doi.org/10.1080/14613808.2012.712507>
- Giorgi, A. (2007). *Concerning the phenomenological methods of Husserl and Heidegger and their application in psychology*. *Collection du Cirp*, 1(1), 63–78.
- Gruhn, W., Täht, K., Kiilu, K., Ristmägi, R., & Pöder, K. (2017). *Musical identity formation*. *The Finnish Journal of Music Education*, 20(2), 8–21.
- Lamont, A. (2011a). *The beat goes on: Music education, identity and lifelong learning*. *Music Education Research*, 13(4), 369–388. <https://doi.org/10.1080/14613808.2011.638505>
- Lamont, A. (2011b). *University students' strong experiences of music: Pleasure, engagement, and meaning*. *Musicae Scientiae*, 15(2), 229–249. <https://doi.org/10.1177/1029864911403368>
- Lonie, D., & Dickens, L. (2016). *Becoming musicians: Situating young people's experiences of musical learning between formal, informal and non-formal spheres*. *Cultural Geographies*, 23(1), 87–101. <https://doi.org/10.1177/1474474015587477>
- Müllensiefen, D., Elvers, P., & Frieler, K. (2022). *Musical development during adolescence:*

- Perceptual skills, cognitive resources, and musical training. Annals of the New York Academy of Sciences*, 1518(1), 264–281. <https://doi.org/10.1111/nyas.14773>
- Orejudo, S., Candela, C., Casanova, O., & Cuartero, L. M. (2021). *A social support scale for music students in music schools, academies, and conservatories: An adaptation into Spanish and a factorial invariance study. Psychology of Music*, 49(6), 1589–1604. <https://doi.org/10.1177/1474474015587477>
- Özden, B., & Özdemir, S. (2022). *University students' attitudes towards perceived family support in individual musical instrument education. International Journal of Education and Literacy Studies*, 10(4), 75–80. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.10n.4p.75>
- Pals, J. L. (1999). *Identity consolidation in early adulthood: Relations with ego-resiliency, the context of marriage, and personality change. Journal of Personality*, 67(2), 295–329. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00055>
- Peck, L. S. L., & Greasley, A. E. (2020). *Autobiographical significance of meaningful musical experiences: Reflections on youth and identity. Music & Science*, 3, Article 2059204320974221. <https://doi.org/10.1177/2059204320974221>
- Pellegrino, K. (2015). *Becoming music-making music teachers: Connecting music making, identity, wellbeing, and teaching for four student teachers. Research Studies in Music Education*, 37(2), 175–194. <https://doi.org/10.1177/1321103X15589336>
- Pikel, K. (2024). *Music as a coping mechanism: Clinical implications of how college students utilize music to cope with anxiety, depression, and daily stressors (Master's thesis)*. University of South Carolina.
- Ponprasit, P., & Tuicomepee, A. (2017). *Musical self-development and meaning in life of expert musicians. Journal of Fine and Applied Arts Khon Kaen University*, 9(1), 167–189.
- Rowley, J., Bennett, D., & Reid, A. (2016). *Leadership as a core creativity for musician identity. In Proceedings of the 21st International Seminar of the ISME Commission for the Education of the Professional Musician* (pp. 43–51).
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>

- Spychiger, M., Gruber, L., & Olbertz, F. (2009). *Musical self-concept: Presentation of a multidimensional model and its empirical analyses. Paper presented at the 7th Triennial Conference of the European Society for the Cognitive Sciences of Music (ESCOM 2009)*, Jyväskylä, Finland.
- Westerlund, H., Partti, H., & Karlsen, S. (2017). *Identity formation and agency in the diverse music classroom. In R. A. R. MacDonald, D. J. Hargreaves, & D. Miell (Eds.), Handbook of musical identities* (pp. 493–509). Oxford University Press.