

การพัฒนาวงจรรยาในการสื่อสารผ่านกระบวนการสื่อสารการแสดง

Non-verbal communication development through performing art process

ปอรรักษ์ ยอดเนร

Abstract

The participatory action research of ‘Non-verbal communication development through performing arts learning process’ was mainly purposed to explore the performing arts learning process that is appropriate to develop the dance students’ expression of non-verbal communication. There were 5 steps involved in the research method as follows: 1) exploring communication barriers of subjects, 2) designing a performing arts learning process to tackle the subjects’ problems, 3) applying the learning process in the class, 4) data collection, and 5) data analysis and discussion.

The findings indicated that the subjects’ main barrier was that they were too much attached to the dance techniques; so they could not either naturally express or convey their emotion and feelings inside through their body movement. Moreover, an appropriate approach to tackle with the problems - to develop the dance students’ skills of nonverbal communication, comprised the three following principles and : 1) Laban Movement Technique 2) Physical Theater Principle, and 3) Image Theater Technique. The three principles and techniques would help the dancers to learn to be an effective storyteller; using their imagination to create the story outline, making sense with the story, conveying their thoughts, emotions and feelings through their body movement to communicate the story to the audience.

Keywords: Non-verbal Communication, Performing Art, Learning Process, Laban Movement Technique

ปอรรักษ์ ยอดเนร (ค.ศ. (พัฒนศึกษา), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2555) ปัจจุบันเป็นอาจารย์ประจำภาควิชาวาทวิทยาและสื่อสารการแสดง คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่องการจัดกระบวนการเรียนรู้การละครเพื่อการสื่อสารสำหรับพัฒนาผู้เรียนศิลปะการเต้น ทุนพัฒนาอาจารย์ใหม่/นักวิจัยใหม่ กองทุนวิจัยรัชดาภิเษกสมโภช

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสารผ่านกระบวนการสื่อสารการแสดง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดกระบวนการเรียนรู้ด้านการสื่อสารการแสดงที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสาร โดยมีกลุ่มผู้เรียนศิลปะการเต้นที่มีช่วงอายุระหว่าง 10-22 ปี จำนวน 25 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา มีระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยมี 5 ขั้นตอน ดังนี้ 1.ขั้นตอนการสำรวจสภาพปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสาร 2.ขั้นตอนการออกแบบกระบวนการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับปัญหา 3.ขั้นตอนการทดลองกระบวนการสื่อสารการแสดง 4.ขั้นตอนการเก็บข้อมูล และ 5.ขั้นตอนการวิเคราะห์และประมวลผล

ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาในการสื่อสารผ่านอวัจนภาษาของผู้เรียนศิลปะการเต้น คือ การยึดติดกับเทคนิคการเต้นมากเกินไปจนไม่สามารถแสดงท่าทางที่เป็นธรรมชาติและถ่ายทอดความคิด ความรู้สึกภายในผ่านการเคลื่อนไหวร่างกายได้ การออกแบบกระบวนการสื่อสารการแสดงเพื่อพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสารของผู้เรียนศิลปะการเต้นจึงต้องประกอบด้วยหลักการการเคลื่อนไหวของลาบัน (Laban Movement Technique) และหลักการการเคลื่อนไหวแบบฟิสิกัลเธียเตอร์ (Physical Theater) โดยนำเทคนิคการเล่าเรื่องผ่านภาพนิ่งตามหลักการ Image Theater มาช่วยในการนำเสนอเรื่องราวและสร้างโครงร่างของจินตนาการในความคิดของผู้เรียนศิลปะการเต้นเพื่อให้เกิดความเข้าใจในการถ่ายทอดความคิด ความรู้สึกผ่านร่างกายในอารมณ์ต่างๆ และสามารถสื่อสารความหมายถึงผู้ชมได้

คำสำคัญ: อวัจนภาษาในการสื่อสาร, สื่อสารการแสดง, กระบวนการเรียนรู้, เทคนิคการเคลื่อนไหวของลาบัน

ที่มาและความสำคัญ

การสื่อสารของมนุษย์ (Human Communication) ประกอบด้วย การฟัง การพูด การอ่าน และการเขียน หากมุ่งหวังประสิทธิภาพในการสื่อสารจำเป็นต้องคำนึงถึงอวัจนภาษาและอวัจนภาษาร่วมด้วย ซึ่งในส่วนของสื่อสารผ่านช่องทางการพูดนั้นอวัจนภาษาอันได้แก่ คำพูด ภาษา ส่วนอวัจนภาษาในการสื่อสารได้แก่ ท่าทาง สีหน้า แววต น้ำเสียง ที่ประกอบคำพูดและภาษานั้นๆที่ใช้ในการสื่อสาร ซึ่งถือเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้การสื่อสารนั้นประสบความสำเร็จ โดยทั่วไปแล้วอวัจนภาษามีส่วนสำคัญอย่างมากที่ทำให้ความหมายของสารเปลี่ยนแปลงไปในรูปแบบใดก็ได้ ในการสื่อสารหรือการพูดคำคำหนึ่งหากใช้ท่าที่และน้ำเสียงที่แตกต่างกัน คำพูดนั้นก็ให้ความหมายที่ต่างกัน ดังที่ Mehrabian (1971) ได้ทำการศึกษาไว้ว่าอวัจนภาษาในการสื่อสารนั้นมีอิทธิพลต่อการสื่อสารมากถึง 93%

การสื่อสารเชิงอวัจนภาษา (Non-verbal communication) เป็นการแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง การสัมผัส การเคลื่อนไหวร่างกาย การวางท่า การแต่งกาย น้ำเสียงและระดับความดังของเสียง ซึ่งมักถูกเรียกว่า ภาษากาย (Body language) ถือเป็นภาษาสากลที่ใช้ได้ทุกหนทุกแห่งที่มีปฏิสัมพันธ์ของมนุษย์ โดยปกติแล้วในการสื่อสารระหว่างบุคคล ภาษากายจะมีบทบาทประมาณร้อยละ 60-65 โดยอาจช่วยเปิดเผยความคิด ความรู้สึก เจตนาที่แท้จริงของบุคคลได้ (Navarro, 2008) ซึ่งเป็นเหตุให้ในการสื่อสารที่เกิดขึ้นนั้นคู่สนทนาสามารถประเมินค่าและตีความได้จากอวัจนภาษาร่วมกับวัจนภาษา จึงมีความจำเป็นที่มนุษย์จะต้องควบคุมหรือแสดงออกทางอวัจนภาษาอย่างเหมาะสมเพื่อไม่ให้เกิดความผิดพลาดในการสื่อสาร

กระบวนการจัดการเรียนการสอนสื่อสารการแสดงและการละคร (Acting and Performing Art) มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเองเพื่อทำความเข้าใจอารมณ์ความรู้สึก และความคิดของตนเองรวมทั้งทำความเข้าใจผู้

อื่น ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนสามารถแสดงความคิดความรู้สึกของตนออกมาได้อย่างเหมาะสมในการสื่อสารในชีวิตประจำวัน อีกทั้งหากต้องทำหน้าที่นักแสดงการทำความเข้าใจความคิดและความรู้สึกของตัวละครเมื่อต้องแสดงบทบาทสมมติซึ่งต้องรู้วิธีในการใช้จินตนาการและแสดงออกด้วยอวัจนภาษาอันได้แก่ สีหน้า แววตา และการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างเหมาะสมกับบทบาทนั้นจะส่งผลให้ผู้เรียนสามารถนำทักษะความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการแสดงแขนงต่างๆ ได้อย่างหลากหลาย ทั้งยังเป็นศาสตร์ที่ทำให้การแสดงแต่ละประเภทสามารถสื่ออารมณ์และดึงให้ผู้ชมมีความรู้สึกร่วมไปกับการแสดงได้โดยง่าย ดังนั้นผู้เรียนสื่อสารการแสดงจึงมีความสามารถในการถ่ายทอดความคิดความรู้สึก ผ่านการแสดงออกของร่างกาย (Body expression) เพื่อสื่อสารความหมายไปยังผู้ชมได้อย่างถูกต้องตรงตามบทบาทที่ได้รับมอบหมาย

การเดินเป็นศิลปะแขนงหนึ่งที่อาศัยการสื่อสารความหมายของสารต่างๆ ผ่านการเคลื่อนไหวร่างกายโดยปราศจากคำพูด จึงจำเป็นต้องมีการฝึกฝนเทคนิคในการใช้ร่างกายในรูปแบบต่างๆ กันไป หากผู้เรียนศิลปะการเดินมีโอกาสรู้ศิลปะการละครและการแสดงควบคู่ไปด้วยจะส่งผลให้สามารถพัฒนาทักษะความสามารถในการสื่อสารของตนเองได้อย่างดี แต่ส่วนใหญ่จะพบว่าผู้เรียนศิลปะการเดินเป็นหลักมักจะให้ความสนใจเกี่ยวกับทักษะการละครและการแสดง การจัดการเรียนรู้การละครและการแสดงที่เหมาะสมสำหรับผู้เรียนศิลปะการเดินจึงมีความสำคัญและจำเป็นต้องมีการวางแผนการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมโดยเฉพาะการเรียนรู้การแสดง (Acting and Performing Art) เพื่อเพิ่มเติมทักษะความรู้ให้ผู้เรียนศิลปะการเดินสามารถถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกและสื่อสารเรื่องราวผ่านการใช้ร่างกาย (Body Telling Technique) ไปยังผู้ชมได้ดียิ่งขึ้น อีกทั้งเพื่อส่งเสริมและพัฒนาทักษะการสื่อสารภายในตนเอง (Intrapersonal Communication) เพื่อให้เข้าใจถึงความคิด ความรู้สึกของตนเองและการสื่อสารภายนอกผ่านการแสดงออก (Expression) ของผู้เรียนซึ่งจะส่งเสริมให้การเดินนั้นโดดเด่นขึ้น ทั้งนี้ การเรียนรู้ต่อยอดสู่อาชีพในเชิงศิลปะการเดินแบบตะวันตกนั้นจำเป็นต้อง

อาศัยเทคนิควิธีการเรียนรู้ในสาขาการเดินอย่างถ่องแท้ และผู้เรียนจำเป็นต้องพัฒนาตนเองในเรื่องความกล้าแสดงออก รวมทั้งความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งการเรียนเพียงสาขาวิชาเดียวจะทำให้ผู้เรียนรู้สึกแต่ไม่รู้รอบ ดังนั้นการเรียนในสาขาวิชาอื่นๆ ควบคู่กันไปด้วยจึงมีความสำคัญ

ในการวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นศึกษากระบวนการทางสื่อสารการแสดงที่จะสามารถพัฒนาความสามารถในการสื่อสารเชิงอวัจนภาษาของกลุ่มผู้เรียนศิลปะการเดินให้สามารถถ่ายทอดเรื่องราว ความคิด ความรู้สึกภายในตนเองออกมาเป็นการเคลื่อนไหวทางร่างกายที่มีความหมายอย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น และช่วยส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาการสื่อสารภายในตนเอง เข้าใจความคิด ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้อย่างละเอียดมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาการจัดกระบวนการเรียนรู้ด้านการสื่อสารการแสดงที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสารของผู้เรียนศิลปะการเดิน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

แนวทางสำหรับจัดกระบวนการเรียนรู้ด้านละครและการสื่อสารการแสดงที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสารของผู้เรียนศิลปะการเดิน

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1) การสื่อสารด้วยอวัจนภาษา

เป็นการสื่อสารที่สอดคล้องกับธรรมชาติของนักเดิน เนื่องจากการเดินคือการสื่อสารด้วยอวัจนภาษาโดยตัวของมันเอง

การสื่อสารด้วยอวัจนภาษาเป็นการสื่ออารมณ์และความคิด ความรู้สึก ของมนุษย์โดยไม่ใช้ถ้อยคำ อวัจนภาษาอาจเกิดขึ้นโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ได้ และจะเกิดขึ้นตลอดเวลาที่สื่อสารกันอยู่ โดยสามารถแสดงพร้อมๆ กันได้หลายรูปแบบ และสามารถสื่อความหมายได้ในลักษณะที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับการตีความของผู้รับสาร

(อวยพร พานิช, ถิรนนท์ อนวัชศิริวงศ์ และเมตตา กฤตวิทย์, 2532)

อวัจนภาษาที่ใช้สื่อสารโดยทั่วไปได้แก่

1. การแสดงออกทางสายตา เช่น การสบตากันระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร โดยการสบตามักแสดงออกถึงความจริงใจ การหรี่ตาแสดงถึงความสงสัยความไม่แน่ใจ เป็นต้น อย่างไรก็ตามการแสดงออกทางสายตาจะต้องสอดคล้องกับการแสดงออกทางสีหน้าซึ่งจะช่วยเสริมอวัจนภาษาให้น้ำหนักและน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น

2. การแสดงกิริยาท่าทางของบุคคล หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายและอากัปกิริยาท่าทางต่าง ๆ เช่น การเคลื่อนไหวมือ การโบกมือ การส่ายหน้า การพยักหน้า การยกไหล่ การอ้อมประคองการพูด การยกไหล่ การชักคิ้ว การนั่งเงย เป็นต้น

3. น้ำเสียง เป็นอวัจนภาษาที่แฝงอยู่ในภาษาพูดได้แก่ ลำเนียงของผู้พูด ระดับเสียงสูงต่ำ การเปล่งเสียงจังหวะ การพูดความดังความค่อยของเสียงพูด การตะโกน การกระซิบโดยน้ำเสียงจะช่วยจะช่วยบอกอารมณ์และความรู้สึกและสามารถใช้แปลความหมายของคำพูด ได้เช่น การใช้เสียงเน้นหนักเบา การเว้นจังหวะ การทอดเสียงสิ่งเหล่านี้ทำให้คำพูดเด่นชัดขึ้นในขณะเดียวกันน้ำเสียงก็จะช่วยให้เห็นถึงอารมณ์และภาวะภายในจิตใจของผู้พูดด้วย

4. สิ่งของหรือวัตถุที่บุคคลเลือกใช้ เช่น ของใช้ เครื่องประดับ เสื้อผ้า กระเป๋า รองเท้า นาฬิกา ปากกา แว่นตา เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นอวัจนภาษาที่สื่อความหมายได้ทั้งสิ้น

5. เนื้อที่หรือช่องว่าง หมายถึง ช่องว่างของสถานที่หรือระยะใกล้ไกลที่บุคคลสื่อสารกันถือเป็นอวัจนภาษาที่สื่อสารให้เข้าใจได้ เช่น ระยะห่างของหญิงชาย พระกับสตรี คนกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ คนสองคนนั่งชิดกันบนม้านั่งตัวเดียวกัน ย่อมสื่อสารให้เข้าใจได้ว่าทั้งสองคนมีความสนิทสนมเป็นพิเศษ เป็นต้น

6. เวลา หมายถึง การสื่อความหมาย โดยให้เวลา มีบทบาทสำคัญ เวลาแต่ละช่วงมีความหมายในตัวคนแต่ละคนและคนต่างวัฒนธรรมจะมีความคิดและความหมาย

เกี่ยวกับเวลาแตกต่างกัน เช่น การตรงต่อเวลาวัฒนธรรมตะวันตกถือว่ามีความสำคัญมาก การไม่ตรงต่อเวลานัดหมายเป็นการแสดงความดูถูก เป็นต้น

7. การสัมผัส เป็นอวัจนภาษาที่แสดงออกด้วยการแตะต้อง สัมผัส โอบกอด หรือกระทำการบางอย่างผ่านการสัมผัสเพื่อสื่ออารมณ์ความรู้สึกความปรารถนาในใจของผู้ส่งสารไปยังผู้รับสารเช่นการจับมือ การลูบศีรษะ การโอบกอดการทบไหล่ซึ่งสัมพันธ์กับวัฒนธรรมของแต่ละสังคม เช่น คนไทยมักจะไม่ให้เด็กสัมผัสส่วนหัวของผู้ใหญ่ เป็นต้น

โดยในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มุ่งเน้นที่การแสดงออกทางสายตา การแสดงท่าทางกิริยาของบุคคล สิ่งของหรือวัตถุ เนื้อที่หรือช่องว่างระหว่างคู่สื่อสารและการใช้พื้นที่บนเวที และการสัมผัสคู่สนทนา ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการถ่ายทอดความหมายของสารโดยใช้แนวคิดการเคลื่อนไหวร่างกายแบบลาบันเทคนิคร่วมด้วย

2. แนวคิดเรื่องการวิเคราะห์การเคลื่อนไหวของลาบัน (Laban Movement Analysis)

Laban Technique เป็นเทคนิคที่เรียกว่า Outside-in คือการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อให้มัดกล้ามเนื้อเป็นตัวเหนี่ยวนำไปสู่ความรู้สึก (Feeling) แบบต่างๆ ซึ่งคิดค้นโดย รูดอล์ฟ ลาบัน และอีร์มการ์ต บาร์เทนิฟ (Rodolf Laban and Irmgard Bartenieff) ในปี ค.ศ.1920 โดยใช้การวิเคราะห์วิธีการและภาษาร่างกายเพื่อใช้อธิบายการแสดงผล การตีความ และการบันทึกการเคลื่อนไหวของมนุษย์จากพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน การฝึกฝนร่างกายด้วยเทคนิคลาบันอย่างต่อเนื่องจะช่วยให้สามารถเข้าใจกลไกการทำงานต่างๆ ของร่างกายได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งส่งผลต่อความเข้าใจเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวที่ร่างกายแต่ละส่วนสามารถทำได้รวมทั้งการจัดตำแหน่งของร่างกายอย่างถูกต้องเมื่อผู้เรียนเข้าใจกลไกการทำงานของร่างกายได้ดีจึงจะพัฒนาไปสู่การสร้างมิติทางการเคลื่อนไหว การใช้ทิศทาง และพื้นที่ตามแนวคิดของลาบันที่จะเชื่อมโยงการเคลื่อนไหวร่างกายภายนอกกับความคิดและความรู้สึกที่จะเกิดขึ้นภายใน (Boucher & Wiseman, 2011; สมพร พุราจ, 2554)

แนวคิดการเคลื่อนไหวภายในสู่การเคลื่อนไหวภายนอกได้อธิบายถึงเหตุผลที่มนุษย์ต้องเคลื่อนไหวไว้ 3 ประการ คือ (Boucher & Wiseman, 2011)

1. เกิดจากความต้องการอะไรบางอย่าง
2. เกิดจากความคิดอะไรบางอย่าง
3. เกิดจากความรู้สึกอะไรบางอย่าง

ในการเคลื่อนไหวที่ปรากฏนั้นจึงเป็นการเคลื่อนไหวที่มีความเชื่อมโยงกันระหว่างสมองจิตใจและปฏิกิริยาทางธรรมชาติ โดยในส่วนของนักแสดงสามารถแบ่งการวิเคราะห์การเคลื่อนไหวเบื้องต้นสำหรับนักแสดงได้ดังนี้ (สมพร ฟูราจ, 2554)

1. นักแสดงจะต้องรู้ว่าจะเคลื่อนไหวไปที่ไหนเพื่ออะไรเพราะอะไร
2. นักแสดงจะต้องวิเคราะห์ว่าจะเคลื่อนไหวอย่างไรด้วยร่างกายหรืออวัยวะส่วนไหนเป็นส่วนนำการเคลื่อนไหว
3. นักแสดงจะใช้พลังงานและการเคลื่อนไหวรูปแบบใด
4. การใช้แนวคิดพื้นที่ส่วนตัวร่วมไปกับการเคลื่อนไหวซึ่งพื้นที่ส่วนตัวนั้นนักแสดงสามารถสร้างพื้นที่เฉพาะให้กับตนเองโดยไม่จำเป็นต้องเหมือนกับผู้อื่น
5. เส้นทางและทิศทางของการเคลื่อนไหวจากจุดเริ่มต้นไปถึงจุดจบ

การใช้พลังพื้นฐาน 8 อย่าง (8 Basic Efforts) หมายถึงปัจจัยหรือสิ่งที่ทำให้เห็นการเคลื่อนไหวออกมาจากภายในร่างกาย ลาบานแยกการใช้พลังที่นักแสดงใช้ออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ Closed-Open หรือ Inward-Outward หมายถึง พลังที่เข้าสู่แกนกลางและพลังที่กระจายออกจากแกนกลาง โดยพลังทั้ง 2 กลุ่มมีการออกแรงที่แตกต่างกันออกไปสามารถแยกประเภทออกเป็น 8 รูปแบบได้ดังนี้

1. การกด (Press)
2. การสะบัด (Flicking)
3. การบิด (Wringing)

4. การแตะ (Dabbing)
5. การหวด หรือการฟัน (Slashing)
6. การลื่น (Gliding)
7. การชกหรือการพุ่ง (Punching/Thrusting)
8. การลอย (Floating)

โดยหลักในการเคลื่อนไหวทั้ง 8 รูปแบบนี้สามารถนำไปใช้ผสมผสานกับการเคลื่อนไหวในการแสดงได้เพราะเป็นการเคลื่อนไหวที่มีการเปลี่ยนแปลงและลักษณะของพลังทั้ง 8 ท่าทางนี้ยังสามารถนำไปสร้างบุคลิกตัวละครได้ด้วย (Boucher & Wiseman, 2011)

สมพร ฟูราจ (2554) ได้เสนอว่า การใช้แนวคิดของลาบานในการฝึกฝนร่างกายจะช่วยให้เราสามารถเข้าใจกลไกการทำงานของร่างกายได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งส่งผลต่อความเข้าใจในการเคลื่อนไหวที่ร่างกายแต่ละส่วนสามารถทำได้ การจัดตำแหน่งของร่างกายอย่างถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง เมื่อเราสามารถเข้าใจกลไกการทำงานดังกล่าวของร่างกายนี้ได้ ก็จะพัฒนาไปสู่การสร้างมิติทางการเคลื่อนไหว การใช้ทิศทางและพื้นที่ ที่เชื่อมโยงกับการวิเคราะห์ความรู้สึก ทั้งนี้ ก่อนเริ่มการแสดง ผู้แสดงจะต้องมีภาพของการเคลื่อนไหวเพื่อที่จะสามารถกำหนดแนวทางและทิศทางในการเคลื่อนไหว รวมทั้งทำความเข้าใจกับการใช้ร่างกายและการกำหนดพลังเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกลมกลืน โดยอาศัยองค์ประกอบทั้ง 4 อย่าง คือ พื้นที่ น้ำหนัก จังหวะ และความต่อเนื่อง การนำองค์ประกอบทั้งหมดนี้มารวมกับการแสดงจะช่วยให้นักแสดงสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกและสื่อความหมายถึงผู้ชมได้อย่างชัดเจน

ในการแสดงนั้นต้องอาศัยเทคนิคการแสดงในหลายรูปแบบ ลาบานเทคนิคเป็นหนึ่งในหลายๆ เทคนิคการแสดงเพื่อให้เข้าถึงอารมณ์และความรู้สึกภายในของผู้แสดงและตัวละคร ในการศึกษาครั้งนี้จึงเลือกการใช้การเคลื่อนไหวแบบลาบานเพราะการสำรวจพบว่าผู้เรียนศิลปะการเต้นสามารถเคลื่อนไหวโดยใช้ร่างกายในเทคนิคการเต้นได้ดีแต่ขาดการเชื่อมโยงกับอารมณ์และความรู้สึกภายในทำให้การแสดงออกไม่สามารถสื่อสารความหมายได้เข้าถึงผู้ชม

3. แนวคิดเรื่องการเคลื่อนไหวเบื้องต้น (Basic Movement) และแนวคิดเรื่องฟิสิกส์เรียวเตอร์ (Physical Theater)

3.1 การเคลื่อนไหวเบื้องต้น

การเคลื่อนไหวเบื้องต้น หมายถึง การนำทักษะการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติของมนุษย์มาประกอบกับจังหวะหรือเสียงของดนตรี เป็นการวางรากฐานการเคลื่อนไหวที่ถูกต้อง สร้างความแข็งแรง คล่องตัวและเสริมความสัมพันธ์ระหว่างระบบประสาทและกล้ามเนื้อในการเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

การเคลื่อนไหวเบื้องต้น (Fundamental Movement or Basic Movement) แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ (Non-Locomotor Movement) และการเคลื่อนไหวที่เคลื่อนที่ (Locomotor Movement) (Boucher & Wiseman, 2011; Franklin, 2014)

1. การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ (Non-Locomotor Movement) หมายถึง การเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย โดยที่ร่างกายไม่ได้เคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง เช่น การเหวี่ยงแขน ขา การหมุนแขน ขา ลำตัว การก้ม เงย การบิดลำตัว การพลิก ดึง ดัน การอาปาก หุบปาก การยกไหล่ ขึ้นลง การกระพริบตา ฯลฯ

2. การเคลื่อนไหวที่เคลื่อนที่ (Locomotor Movement) หมายถึง การเคลื่อนไหวร่างกายโดยที่ร่างกายเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด การลื่นไถล การกระโดดเขย่ง การวิ่งสลับเท้า และการควมมา ฯลฯ

โดยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นที่นำมาใช้ในการออกแบบกระบวนการเพื่อให้ผู้เรียนศิลปะการเต้นได้ใช้ร่างกายตามธรรมชาติโดยปราศจากเทคนิคการเต้นประเภทต่างๆ

3.2 แนวคิดเรื่องฟิสิกส์เรียวเตอร์

ฟิสิกส์เรียวเตอร์ (Physical Theater) คือ การแสดงละครแบบกายภาพ นักแสดงจะต้องใช้การเคลื่อนไหวและสร้างภาพในเชิงรูปธรรมที่มองเห็นได้ชัด โดยนักแสดงสร้างเรื่องราวและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ชมเพื่อที่ผู้ชมจะสามารถจินตนาการร่วมไปกับนักแสดงได้ ทั้งนี้ นักแสดงจำเป็นต้องมีความรู้ในเรื่องความเข้าใจของ

ร่างกายและการเคลื่อนไหวเป็นอย่างดี (Gaines, 2016; ชนกร พฤษชาติถาวร, 2554)

หลักสำคัญของละครแบบกายภาพ คือ การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายกับพื้นที่โดยรอบ ละครกายภาพเป็นสิ่งที่นักแสดงและนักออกแบบท่าเต้นร่วมกันสร้างสิ่งใหม่ขึ้นโดยอาศัยร่างกายของผู้แสดงเป็นหลัก และใช้เทคนิคการคนสด (Improvisation) โดยไม่มีการกำหนดบทละคร หรือโครงสร้างของการแสดงอย่างชัดเจน แต่อาศัยการสร้างสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมโดยรอบของพื้นที่การแสดง เช่น กระดาน เชือก ชิงช้า นำมาประกอบในการแสดง โดยไม่ต้องใช้ภาษาพูด Physical Theater คือ กระบวนการที่ทำให้ผู้เรียนศิลปะการเต้นได้เห็นมุมมองของการเล่าเรื่องผ่านร่างกายโดยไม่ใช้เทคนิคด้านการเต้นมาเกี่ยวข้อง ทั้งนี้ต้องเสนออารมณ์และความรู้สึกได้ ดังนั้น การสอนฟิสิกส์เรียวเตอร์จะประสบความสำเร็จได้ขึ้นอยู่กับ การเชื่อมโยงความรู้สึกด้านในและการเคลื่อนไหวร่างกายจากภายนอก (Gaines, 2016)

กระบวนการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสารผ่านกระบวนการสื่อสารการแสดงเป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมโดยเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพจากการฝึกปฏิบัติจริงของนักเรียนบัลเล่ต์สถาบันบางกอกแดนซ์ซึ่งคัดเลือกตามความสมัครใจจำนวน 25 คน โดยออกแบบกระบวนการวิจัยเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นตอนการสำรวจวิธีการแสดงออกของนักเต้น ใช้วิธีศึกษาปัญหาจากผู้สอนเต้นในหลายๆ แขนงเพื่อค้นหาว่าผู้เรียนศิลปะการเต้นมีปัญหาด้านการแสดงอารมณ์ความรู้สึกขณะแสดงอย่างไรบ้าง จากการรวบรวมข้อมูลพบว่า

1) ผู้เรียนศิลปะการเต้นแสดงสีหน้าไม่ตรงกับความรู้สึกของเพลง

2) ผู้เรียนศิลปะการเต้นไม่สามารถปรับความรู้สึกภายในให้ตรงหรือใกล้เคียงกับภาวะที่ตัวละครเป็น

3) ผู้เรียนศิลปะการเต้นรู้บทบาทที่ต้องแสดงเป็นความรู้สึกแบบไหน แต่ไม่สามารถจัดระเบียบร่างกายให้แสดงความรู้สึกเหล่านั้นได้อย่างชัดเจน

4) ผู้เรียนศิลปะการเต้นไม่ทราบข้อดีและข้อเสียด้านการแสดงของตนเอง

5) ผู้เรียนศิลปะการเต้นมีปัญหาในการแสดงแบบกลุ่มคือไม่สามารถแสดงให้กลมกลืนเป็นเนื้อเดียวกันทั้งกลุ่ม

2. ขั้นตอนออกแบบกระบวนการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับการแสดงอารมณ์ความรู้สึกผ่านร่างกายทั้งน้ำเสียง สีหน้า และแววตา โดยใช้หลักการสื่อสารด้วยอวัจนภาษา และ Laban Technique ร่วมกับ Physical Theater และ Image Theater ดังนี้

1) ใช้หลักการแสดงเบื้องต้นฝึกฝนเรื่องการสร้างจินตนาการ ทำทางเลียนแบบ และสร้างความเชื่อว่าผู้เรียนศิลปะการเต้นคือตัวละครนั้นจริงเพื่อการแสดงออกที่สมจริงมากยิ่งขึ้น

2) ฝึกปฏิบัติด้วย Laban Technique เพื่อให้เข้าใจระดับของอารมณ์ความรู้สึก

3) ใช้ Physical Theater และ Image Theater ให้ผู้เรียนศิลปะการเต้นฝึกแสดงทำทางเป็นภาพนิ่งและเล่าเรื่องผ่านการใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย

3. ขั้นตอนทดลองกระบวนการผู้วิจัยจัดแบ่งกลุ่มตัวอย่างตามระดับการเรียนศิลปะการเต้น เป็น 3 กลุ่ม คือ

1) กลุ่มผู้เรียนศิลปะการเต้นระดับเริ่มต้น อายุประมาณ 10-12 ปี เรียนศิลปะการเต้นในระดับเกรด 5

2) กลุ่มผู้เรียนศิลปะการเต้นระดับกลาง อายุประมาณ 15-18 ปี เรียนศิลปะการเต้นในระดับเกรด Intermediate foundation – Advance foundation

3) กลุ่มผู้เรียนศิลปะการเต้นระดับสูง อายุประมาณ 19-22 ปี เรียนศิลปะการเต้นในระดับเกรด Advance 1 - Advance 2

โดยใช้กระบวนการทดลองที่แตกต่างกันตามทักษะการเรียนรู้ของแต่ละช่วงอายุ ดังนี้

3.1 การออกแบบกิจกรรมสำหรับกลุ่มผู้เรียนศิลปะการเต้นระดับเริ่มต้นเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างรู้จักตัวเอง เข้าใจตัวเอง รู้จักผู้อื่น และเข้าใจผู้อื่น โดยใช้ Laban Technique แทรกในกิจกรรมการเรียนรู้ โดยแบ่งการเรียนรู้ออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การเรียนรู้เพื่อรู้จักตนเองและเข้าใจตนเอง มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในระดับเริ่มต้นและไม่เคยเรียนการแสดงมาก่อน ได้มีความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนการสอนด้านสื่อสารการแสดง ได้สื่อสารภายในตนเองเพื่อค้นหาตัวเอง ประกอบด้วย กิจกรรมการผ่อนคลายและการสร้างจินตนาการ กิจกรรม Speed-Space-Samadhi กิจกรรมศิลปะภาพวาดสะท้อนตัวตน กิจกรรมการเคลื่อนที่กับตัวตน กิจกรรม 5 level และกิจกรรมการเขียนชื่อด้วยร่างกาย

ส่วนที่ 2 การเรียนรู้เพื่อเข้าใจผู้อื่น มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้เป็นกลุ่มร่วมกับผู้อื่น ชุมงานสร้างสรรค์ของเพื่อนและสนทนาเพื่อทำความเข้าใจผู้อื่นมากยิ่งขึ้น ประกอบด้วย กิจกรรมแลกเปลี่ยนตัวตน กิจกรรมแลกชื่อ กิจกรรมต่อตัวเป็นอนุสาวรีย์ กิจกรรมเคลื่อนที่กับกระจก และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในชั้นเรียน

ส่วนที่ 3 การเรียนรู้เพื่อพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสาร มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้ฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยท่าทางธรรมชาติในลักษณะต่างๆ โดยปราศจากเทคนิคการเดิน ประกอบด้วย กิจกรรมการสร้างคาแรคเตอร์ด้วยอวัยวะหน้า กิจกรรม Laban เบื้องต้น กิจกรรมการสื่อสารด้วยสายตา กิจกรรม Who game และกิจกรรม Where game

3.2 การออกแบบกิจกรรมสำหรับกลุ่มผู้เรียนศิลปะการเต้นระดับกลางมีจุดประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้ใช้จินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ โดยใช้ Image Theatre เป็นหลักแทรกในกิจกรรมการเรียนรู้ แบ่งการเรียนรู้ออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การเรียนรู้เพื่อเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นมีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในระดับกลางที่เคยเรียนการแสดงมาก่อน ได้มีความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนการสอนด้านสื่อสารการแสดงเพิ่มมากขึ้น ได้สื่อสารภายในตนเองเพื่อค้นหาตัวเองและทำความเข้าใจผู้อื่นไปในเวลาเดียวกันโดยทำกิจกรรมกลุ่ม ประกอบด้วย กิจกรรม Speed-Space-Samadhi กิจกรรมการเปิดประสาทสัมผัสทั้ง 5 กิจกรรมการสร้างจินตนาการ กิจกรรม Body and Self-reflection กิจกรรม Contact and balancing

ส่วนที่ 2 การเรียนรู้เพื่อพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสาร มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้ฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยท่าทางธรรมชาติในลักษณะต่างๆโดยปราศจากเทคนิคการเต้น ประกอบด้วยกิจกรรมการเล่าเรื่องด้วยภาพและร่างกาย Image theatre กิจกรรม Laban technique กิจกรรมการสร้างสรรค์ละครสั้นด้วยตนเอง

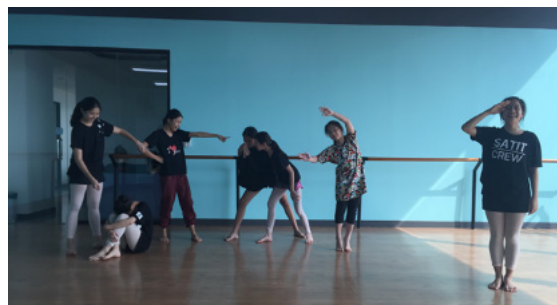
3.3 การออกแบบกิจกรรมสำหรับกลุ่มผู้เรียนศิลปะการเต้นระดับสูงมีจุดประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างนำ Laban Technique มาประยุกต์ใช้ร่วมกับ Physical Theater และ Image Theatre ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้วิธีการแสดงออกแบบใหม่ๆแบ่งการเรียนรู้ออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การเรียนรู้เพื่อเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นมีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในระดับสูงที่เคยเรียนการแสดงมาก่อน ได้สื่อสารภายในตนเองเพื่อค้นหาตัวเองและทำความเข้าใจผู้อื่นไปในเวลาเดียวกันโดยทำกิจกรรมกลุ่ม ประกอบด้วย กิจกรรมแสดงความรู้สึกด้วยท่าทางของ Laban 8 ทำ กิจกรรมสะท้อนความรู้สึก และกิจกรรมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น

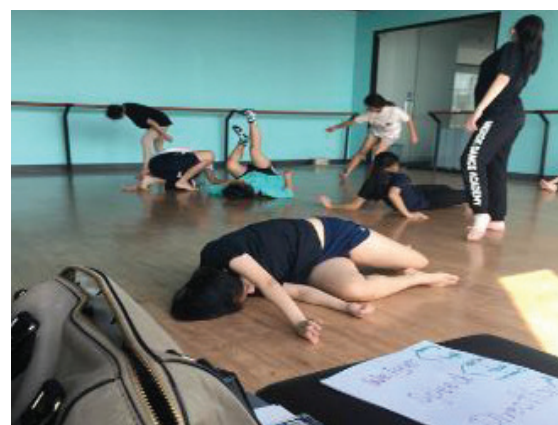
ส่วนที่ 2 การเรียนรู้เพื่อพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสาร มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้ฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยท่าทางธรรมชาติในลักษณะต่างๆโดยปราศจากเทคนิคการเต้น ประกอบด้วยกิจกรรมการพูดบทเดี่ยว (Monologue) ด้วยเทคนิค Laban กิจกรรมออกแบบการแสดงเดี่ยวโดยใช้บทสนทนาที่กำหนด กิจกรรมการออกแบบการเคลื่อนไหวตามโจทย์ที่กำหนด



ภาพตัวอย่างกิจกรรมการเขียนชื่อด้วยร่างกาย กลุ่มตัวอย่างระดับเริ่มต้น



ภาพตัวอย่างกิจกรรมการเล่าเรื่องด้วยร่างกาย กลุ่มตัวอย่างระดับกลาง



ภาพตัวอย่างกิจกรรม Laban Technique กลุ่มตัวอย่างระดับสูง

4. ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้สหวิธีการ ได้แก่ การสังเกตโดยผู้วิจัย การตั้งคำถามชวนคิดพุดคุย การสะท้อนตนเอง (Self-reflection) การสะท้อนกลุ่ม (Group-reflection) และการเขียนบันทึกประจำวัน (Diary) หลังจากทดลองฝึกปฏิบัติโดยกำหนดโจทย์สำหรับผู้เรียนศิลปะการเต้นระดับเริ่มต้นเป็น 3 หัวข้อ คือ ความคิดความรู้สึก และการใช้ร่างกาย ส่วนผู้เรียนระดับกลางและระดับสูงให้เขียนบันทึกอย่างอิสระ

เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล

แบบสะท้อนความรู้สึก Reflection และ บันทึกประสบการณ์ เป็นเครื่องมือที่ช่วยพัฒนาทักษะการสื่อสารภายในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิจัย

กระบวนการสื่อสารการแสดงที่เหมาะสมกับการพัฒนา
อวัจนภาษาในการสื่อสารสำหรับผู้เรียนศิลปะการเต้น
ควรจัดการเรียนรู้โดยผสมผสานเทคนิคด้านการแสดง
แบบ Laban Technique ร่วมกับ Physical Theater และ
Image Theater เข้าไปเพื่อให้สัมพันธ์กับธรรมชาติของกลุ่ม
ตัวอย่างที่มีความคุ้นเคยและถนัดกับการเรียนการสอนโดย
ใช้ร่างกาย โดยเน้นกิจกรรมที่กระตุ้นจินตนาการ เพื่อฝึก
ให้ผู้เรียนศิลปะการเต้นเข้าถึงภาวะภายในที่ตัวละครรู้สึก
จากงานวิจัยชิ้นนี้พบว่า การเคลื่อนไหวร่างกายของกลุ่ม
ตัวอย่างขึ้นอยู่กับ การตีความและการสร้างเรื่องราวของ
แต่ละบุคคลโดยผู้เรียนระดับเริ่มต้นหรือระดับอายุ 10-12 ปี
เหมาะกับการสอนด้วยการสร้างจินตนาการ (Imaginative
thinking) เป็นหลักเนื่องจากเป็นช่วงวัยที่สามารถสื่อสาร
ความรู้สึกเชิงบวก (Positive thinking) ได้ง่ายและหลากหลายกว่า
ความรู้สึกเชิงลบ (Negative thinking) สำหรับ
ผู้เรียนในระดับกลางและระดับสูงสามารถใช้การสร้าง
จินตนาการ (Imaginative thinking) ได้ทั้งความรู้สึกเชิง
บวก (Positive thinking) และความรู้สึกเชิงลบ (Negative
thinking) เนื่องจากระดับอายุ 15-18 ปี เป็นช่วงวัยที่เข้าใจ
และยอมรับการแสดงความรู้สึกเชิงลบ (Negative thinking)
ได้ง่ายขึ้น การใช้เทคนิคลานผสมผสานในการสอนทำให้
กลุ่มตัวอย่างสามารถแยกแยะระดับของอารมณ์ (Shade
of Feelings) ที่หลากหลายได้มากขึ้น รวมทั้งแสดงออก
ทางสีหน้าได้ชัดเจนและหลากหลายกว่าผู้เรียนระดับต้น
ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการแสดงที่สมจริงและเพิ่มอรรถรสใน
การรับชมของผู้ชมมากยิ่งขึ้น

ด้านทักษะการสื่อสารภายในตนเองของผู้เรียนพบว่า
กลุ่มเป้าหมายรู้จักตนเองผ่านการทำกิจกรรมในชั้นเรียน
เพิ่มมากขึ้น และรู้จักที่มาเบื้องหลังความคิดและการกระทำ
ของเพื่อนจากการแสดงออกและการสะท้อนกลุ่มเพิ่มขึ้น
ทำให้เข้าใจคนอื่นได้มากขึ้น และเห็นระดับของอารมณ์ที่
หลากหลาย ส่งผลให้กลุ่มเป้าหมายสามารถปรับเปลี่ยน
พฤติกรรมของตนเองจากประสบการณ์ตรง ทำให้กลุ่ม
เป้าหมายรู้จักวิธีการเข้าถึงอารมณ์และเข้าใจบทบาทของตัว
ละครผ่านตัวเองและจากการชมการแสดงของผู้อื่น รวมทั้ง

สามารถเข้าใจและพิจารณาได้ว่ามีวิธีการไหนบ้างที่จะเข้าถึง
อารมณ์บางประเภทแม้ว่าตนเองอาจไม่เคยมีประสบการณ์
เกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกนั้นมาก่อน

จากกิจกรรมฝึกปฏิบัติ Laban Technique จำนวน
5 ท่าทางในระดับเริ่มต้น ได้แก่ การกด (Press) การฟัน
(Slash) การบิด (Flick) การตบเบาๆ (Dab) การชก (Punch)
นำมาวิเคราะห์ความเชื่อมโยงกับร่างกาย ความรู้สึก และ
ความคิดจินตนาการของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่าง
ตีความการแสดงออกและเคลื่อนไหวทางร่างกายแตกต่างกัน
ยกตัวอย่างเช่น ในการแสดงท่ากด (Press) จะส่งผลให้เกิด
ความรู้สึกอัดอัดและเกิดความคิดไม่อยากทำ เป็นต้น ทั้งนี้
ในการเคลื่อนไหวทั้ง 5 ท่าทางนั้น กลุ่มตัวอย่างสามารถ
เคลื่อนไหวได้อย่างเป็นอิสระโดยไม่ได้อำกวดเพียงแค่อวัยวะ
ส่วนใดส่วนหนึ่ง จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างสามารถทดลองใช้
อวัยวะส่วนต่างๆของร่างกายในการเคลื่อนไหวได้อย่างเป็น
อิสระ ประกอบกับการสร้างเรื่องราวตามจินตนาการอย่าง
เสรีทำให้กลุ่มตัวอย่างแปลงสารจากคำพูดกลายเป็นภาพ
ส่งผลให้เข้าถึงจินตนาการได้มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังนำ
ท่าทางมาเทียบเคียงกับประสบการณ์ชีวิตประจำวันทำให้
กลุ่มตัวอย่างสามารถเข้าใจวิธีการเคลื่อนไหวเพื่อแสดงออก
ถึงลักษณะของคนและสัตว์ได้อย่างเข้าใจมากขึ้น

เมื่อนำผลการวิจัยที่ได้รับมาวิเคราะห์อย่างละเอียด
โดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ด้านร่างกาย ความรู้สึก และ
ความคิด พบว่าทั้ง 3 ส่วนนี้มีความสัมพันธ์ต่อกัน เมื่อได้
รับโจทย์เป็นคำกริยาเพื่ออธิบายลักษณะการเคลื่อนไหว
กลุ่มตัวอย่างจะเริ่มต้นจากการตีความ การสร้างเรื่องราว
ด้วยความคิดและจินตนาการ หรืออาจมีการกำหนดตัว
ละครสมมุติ รวมทั้งกำหนดสถานการณ์จำลอง เพื่อให้
สามารถควบคุมและจัดระเบียบร่างกายตามสิ่งที่ต้องการ
สื่อสารได้ สิ่งเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อความรู้สึกภายในและ
แสดงออกผ่านการเคลื่อนไหวร่างกาย จึงอาจกล่าว
โดยสรุปได้ว่าแม้ว่าจะพูดถึงในสิ่งเดียวกันด้วยการกำหนด
ลักษณะคำกริยาประกอบกับการเคลื่อนไหวทั้ง 5 ท่าทาง
ของลาบานให้แก่กลุ่มตัวอย่าง แต่การเคลื่อนไหวร่างกาย
จะขึ้นอยู่กับ การตีความและการสร้างเรื่องราวของแต่ละ
บุคคล

นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างในระดับกลางและระดับสูง มีแนวคิดและวิธีการแสดงออกที่แตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างระดับเริ่มต้นในประเด็นของการสร้างจินตนาการและการใช้ Laban technique อย่างชัดเจน โดยมีการสร้างโครงเรื่องที่ชัดเจนและซับซ้อนมากกว่า มีตัวละครที่เป็นมนุษย์หรือสัตว์ประเภทต่างๆ มีอารมณ์ความรู้สึกและแรงกระตุ้นต่อการกระทำ รวมทั้งสร้างสถานการณ์อย่างสมจริง มีปมความขัดแย้ง มีจุดวิกฤติของเรื่อง และการคลี่คลายสถานการณ์ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างในระดับเริ่มต้นจะให้ความสนใจแก่การกระทำที่ถูกกำหนดเป็นโจทย์และตีความการเคลื่อนไหวในทันทีที่ไม่ได้สร้างเรื่องราวที่ซับซ้อนแต่จะมีสมาธิจดจ่อกับร่างกาย และพยายามทดลอง เคลื่อนไหวร่างกายแบบต่างๆ ให้เป็นไปตามที่โจทย์กำหนด ผ่านการสมมติตัวละครง่ายๆ เช่น ภูเขา คนบ้า ลูกต้อสุ เป็นต้น หรือใช้อารมณ์เป็นตัวกำหนดการเคลื่อนไหว เช่น โกรธ กลียุค โมหะ เป็นต้น

ในแง่ของการแสดงออกผ่านทางร่างกาย กลุ่มตัวอย่างในระดับกลางและระดับสูงไม่ได้ยึดติดกับลักษณะการเคลื่อนไหวที่กำหนดไว้ทั้ง 8 ท่าทาง โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างใช้ทริยามากกว่า 1 อย่าง ในการเคลื่อนไหวซึ่งสามารถแสดงออกเป็นทริยาในเชิงตรงข้าม เช่น การงอและคลายออก การผ่อนหนักผ่อนเบา เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการใช้เทคนิคการถ่ายเทน้ำหนักและใช้ร่างกายส่วนต่างๆ มากยิ่งขึ้น โดยมีอวัยวะส่วนหน้าและส่วนที่ตาม มีการทดลองใช้ร่างกายในรูปแบบใหม่ ๆ การกำหนดทิศทางในการเคลื่อนไหว และการไม่กำหนดทิศทาง ซึ่งกล่าวได้ว่าในกลุ่มตัวอย่างในระดับกลางและระดับสูงนี้มีความเข้าใจในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างความคิดและร่างกายมากยิ่งขึ้น ทั้งยังสามารถวิเคราะห์อารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะที่กำลังปฏิบัติกิจกรรมได้ ทำให้สามารถสื่อสารความรู้สึกผ่านร่างกายได้อย่างชัดเจนและทำให้ผู้ชมสามารถเข้าถึงความหมายของสารที่ต้องการสื่อสารได้มากยิ่งขึ้น

อภิปรายผล

การพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสารของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้เรียนศิลปะการเต้น ต้องใช้กระบวนการทางสื่อสารการแสดงที่สามารถช่วยให้เกิดการขยายความรู้สึกของตัวเองให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับธรรมชาติของนักเต้นที่ต้องแสดงผ่านร่างกาย สีหน้า และแววตา โดยปราศจากคำพูดผู้เรียนศิลปะการเต้นจำเป็นต้องเพิ่มทักษะในการทำความเข้าใจรายละเอียดของระดับชั้นทางอารมณ์เพื่อให้สามารถถ่ายทอดความรู้สึกผ่านการใช้อวัจนภาษาอย่างละเอียดอ่อนและสื่อสารได้อย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น โดยในส่วนนี้พบว่า การใช้ Laban Technique ช่วยส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจอารมณ์ในระดับต่างๆ (Shade of Feelings) ได้และช่วยให้รู้จักประเภทของอารมณ์มากขึ้นในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับอายุ 10-12 ปี ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างสามารถอธิบายสภาพอารมณ์ของตนเองได้อย่างละเอียด มีคลังคำศัพท์ทางอารมณ์ประเภทต่างๆ และแยกแยะวิธีการสื่อสารอารมณ์ระดับต่างๆ ผ่านการใช้ร่างกาย ได้สื่อความหมายมากขึ้นกว่าการใช้เทคนิคการเต้นในการสื่อสารเพียงอย่างเดียว สัมพันธ์กับแนวคิดเรื่องบัลเลต์ดักซิง (Ballet d'action) คิดค้นโดยชองจอร์จ โนแวร์ (Jean George Noverre) หมายถึงบัลเลต์ที่สื่อสารเนื้อหาสาระและความรู้สึกด้วยทริยา (Action) มากกว่าจะอาศัยถ้อยคำหรือบทขับร้อง การผสมผสานเทคนิคของละครมาใช้ในการเต้นเพื่อสื่อสารอารมณ์ให้สอดคล้องไปกับลีลาการเต้นรำ เพื่อที่จะส่งสารไปยังผู้ชมเน้นในเรื่องการเต้นรำเป็นสำคัญมากกว่าองค์ประกอบภายนอก (Burden & Thorp, 2014; Yamazaki, Yamamoto & Nagata, 2017)

การนำเทคนิค Physical Theater และ Image Theater มาผสมผสานในกระบวนการเรียนการสอนสื่อสารการแสดง ช่วยส่งเสริมให้การเคลื่อนไหวร่างกายมีอิสระโดยไม่มีแบบแผนของเทคนิคการเต้นมาจำกัดทำให้กล้าแสดง

อารมณ์และความรู้สึกภายในตนเองมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยให้เข้าใจการเล่าเรื่องผ่านการเคลื่อนไหวโดยไม่มีคำพูด เกิดจินตภาพ มีโครงเรื่องช่วยให้กลุ่มตัวอย่างสามารถทำการเชื่อมโยงเรื่องราว สร้างจินตภาพในความคิดของตนเองได้ ตั้งแต่ต้นจนจบ ซึ่งเมื่อนำไปประยุกต์ใช้กับการแสดงของตนเองบนเวทีจะช่วยให้สามารถเล่าเรื่องราวและความหมายของสารที่ต้องการสื่อสารผ่านอวัจนภาษาของตนเองโดยใช้สีหน้า แววตา ท่าทาง ประกอบการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยเทคนิคการเดินในรูปแบบต่างๆ เข้ามาผสมผสานได้ ซึ่งสัมพันธ์กับหลักการการเคลื่อนไหวเบื้องต้นเพื่อค้นหาการเคลื่อนไหวอย่างอิสระให้สัมพันธ์กับความรู้สึกหรือบทบาทที่ได้รับมอบหมายสำหรับนักแสดง ของ Boucher and Wiseman (2011)

ข้อเสนอแนะ

1. กระบวนการสื่อสารการแสดงที่ใช้ในการพัฒนาอวัจนภาษาในการสื่อสาร สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นที่มีความต้องการทำความเข้าใจตนเองและผู้อื่น เพื่อแสดงออกถึงอวัจนภาษาที่สามารถสื่อสารได้อย่างตรงความหมาย เช่น กลุ่มนักเรียน กลุ่มนักการละคร กลุ่มบุคคลที่มีปัญหาในการสื่อสารและไม่สามารถควบคุมอวัจนภาษาของตนเองในการสื่อสาร หรือกลุ่มคนที่ไม่มีทักษะในการสื่อสารความคิดและความรู้สึกของตนเอง
2. การศึกษาวิจัยในอนาคต จำเป็นต้องมีการบันทึกผลด้วยการถ่ายทำวิดีโอ ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เรียนการแสดง และกลุ่มที่ไม่ได้เรียนการแสดง เพื่อวัดผลความแตกต่างและประสิทธิภาพของกระบวนการสื่อสารการแสดงในการเปลี่ยนแปลงการสื่อสารภายในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง

รายการอ้างอิง

- ธนกร พงษ์ชาติถาวร. (2554). *พัฒนาการขององค์กรและคณะศิลปศึกษาในประเทศไทย*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท บัณฑิต, สาขาวิชาสื่อสารการแสดง คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมพร ฟูราช. (2554). *Mime: ศิลปะท่าทางและการเคลื่อนไหว*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อวยพร พานิช, ถิรนนท์ ท่อนวัชรวิวงศ์ และเมตตา กฤตวิทย์. (2532). *อวัจนภาษาในนวนิยายรอบทศวรรษ 2516 – 2525* (รายงานผลการวิจัย). กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Boucher A. & Wiseman E. (2011). *Movement Discovery: Physical Education for Children*. MA: Jones and Bartlette.
- Burden M. & Thorp J. (2014). *Work of Monsieur Noverre Translated from the French: Noverre, his circle, and the English Lettres sur la Danse*. NY: Pendragon Press.
- Franklin E. (2014). *Dance Imagery for Technique and Performance*. 2nd Edition. IL: Human Kinetics.
- Gaines A.M. (2016). Physical Theatre Education: Beyond Knowledge Transfer. *Teaching Artist Journal*, 14(4). 199-205. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/15411796.2016.1259204>.
- Mehrabian A. (1971). *Silent Messages*. CA: Wadsworth Publishing Company.
- Navarro J. (2008). *What Every Body Is Saying: An Ex-FBI Agent's Guide to Speed-Reading People*. NY: William Morrow.
- Yamazaki Y., Yamamoto M. & Nagata N. (2017 September). *Estimation of Emotional state in Personal Fabrication: Analysis of Emotion Motion Based on Laban Movement Analysis*. Paper presented at the 2017 International Conference on Culture and Computing, Kyoto, Japan. Retrieved from <https://ieeexplore.ieee.org/document/8227347/?part=1>.