

กระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ



บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชานิติศาสตร์
คณะนิติศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2558
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CREATIVE PROCESS OF PHOTOBOOKS FOR ENHANCING SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts (Communication Arts) Program in Communication Arts
Faculty of Communication Arts
Chulalongkorn University
Academic Year 2015
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	กระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บูคเพื่อเสริมสร้าง
	การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
โดย	นางสาวนัฏณ์นัฐ จูเปีย
สาขาวิชา	นิเทศศาสตร์
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	อาจารย์ ดร.ประภัสสร จันทร์สถิตย์พร

คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจ

.....คณบดีคณะนิเทศศาสตร์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ดวงกมล ชาติประเสริฐ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุภิญญา สมไพบูลย์)
.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(อาจารย์ ดร.ประภัสสร จันทร์สถิตย์พร)
.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(อาจารย์ ดร.จารุวัส หนูทอง)

นัฏญ์ จูเปีย : กระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ (CREATIVE PROCESS OF PHOTOBOOKS FOR ENHANCING SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: อ. ดร.ประภัสสร จันทรสถิตย์พร, 178 หน้า.

การวิจัยเรื่องกระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1)ศึกษากระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ และ 2)เพื่อศึกษาทัศนคติของผู้ชมที่มีต่อภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก ใช้การวิจัยเชิงสร้างสรรค์ (Creative Research) เพื่อผลิตภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก ผลการวิจัยมีดังนี้ กระบวนการสร้างสรรค์โฟโต้บุ๊กประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นตอนการหาและคัดเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ โดยใช้แนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุมาเป็นหลักเพื่อวางกรอบการทำงาน จากการคัดเลือกจึงได้ผู้สูงอายุจำนวน 6 ท่าน เป็นต้นแบบสำหรับภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก จำนวน 5 เรื่องราวโดยแบ่งเรื่องราวแต่ละตอนด้วยการใช้สีที่แตกต่างกัน 5 สี 2) ขั้นตอนการออกแบบและสร้างสรรค์โฟโต้บุ๊ก โดยมีขั้นตอนย่อยคือขั้นตอนการสัมภาษณ์หาแนวคิดในการทำงานและการถ่ายภาพเพื่อนำเป็นข้อมูลพื้นฐานในการจัดทำโฟโต้บุ๊ก โดยใช้รูปแบบการสัมภาษณ์ชีวิตความเป็นอยู่ แนวคิด และทัศนคติ โดยใช้วิธีการสังเกต การสอบถาม และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ กับผู้สูงอายุเพื่อนำข้อมูลเชิงข้อความที่ได้มาผนวกกับภาพถ่ายซึ่งการถ่ายภาพใช้วิธีการถ่ายภาพ 2 แบบ คือ การถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการเพื่อเน้นความเป็นธรรมชาติของตัวแบบและการถ่ายภาพแบบเป็นทางการเพื่อให้ได้ความสมบูรณ์ของเนื้อหา เช่น ร่องรอยความแก่ชรา อิริยาบถการประกอบกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ ขั้นตอนการทำรูปเล่มภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก โดยทั้งภาพและข้อความที่คัดเลือกมาได้ จะถูกใช้ในการจัดวางตัวอักษร การจัดวางภาพถ่ายให้เป็นเอกภาพสอดคล้องกับเนื้อหาหลักของแต่ละเล่ม โดยนำเสนอภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กออกมา 2 แบบ คือแบบเล่มเล็กขนาด 8x8 นิ้ว รวมเรื่องราวทั้ง 6 คน และแบบใหญ่ขนาด 12x12 นิ้วแยกเรื่องตามรายบุคคล เพื่อขยายจัดเน้นที่ยังไม่ได้ถูกพูดในเล่มรวมให้เด่นขึ้น 3) ขั้นตอนการเผยแพร่และสอบถามความคิดเห็นจากผู้รับชมโดยการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กด้วยวิธีแจกแบบสอบถามให้ผู้รับชมผลงานที่เป็นผู้สูงอายุจำนวน 50 ชุด พร้อมทั้งสัมภาษณ์ความคิดเห็นจากผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุต้นแบบประกอบด้วย

ผลการสำรวจความคิดเห็นจากผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่พบว่าผลงานภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กสามารถเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้ตอบแบบสอบถามมองเห็นคุณค่าในตนเองได้ ซึ่งส่งผลให้ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คิดว่าผลงานภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กสามารถสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเองและมีแรงบันดาลใจในการดำเนินชีวิตต่อไปได้ จากการสอบถามความคิดเห็นถึงในส่วนของภาพถ่ายและข้อความพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่า ภาพถ่ายเป็นสิ่งที่สามารถสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองได้มากกว่าข้อความที่ใช้ประกอบภาพ และสุดท้ายภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กทั้ง 5 เรื่องราว มีส่วนเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้ในระดับใกล้เคียงกันทั้ง 5 เรื่องราว

สาขาวิชา นิเทศศาสตร์

ลายมือชื่อนิสิต

ปีการศึกษา 2558

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

5684674828 : MAJOR COMMUNICATION ARTS

KEYWORDS: ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก / การเห็นคุณค่าในตนเอง / ผู้สูงอายุ / กระบวนการสร้างสรรค์

NATNAT JUPEA: CREATIVE PROCESS OF PHOTOBOOKS FOR ENHANCING SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY. ADVISOR: PRAPASSORN CHANSATITPORN, Ph.D., 178 pp.

The objectives of this study were to 1) explore the creative process of making photobooks to enhance self-appreciation among the elderly, and 2) examine the attitudes of those who had a look at such photographs. Creative research was used to produce the photobooks. It was found that there were four steps in this process as follows: 1) the selection of the model elderly, 2) Design and creation of photobooks including searching of concept and conducting interviews and taking photographs, making photobooks, and 3) publication and eliciting opinions. The concepts involved the design of printing media, design of photo albums and the self-appreciation among the elderly. Six seniors were chosen as models and there were five themes to cover, each of which was represented by five different colors. The data from the interviews and the photographs were used as primary data for making photobooks. The interview included the elderly's living condition and attitudes, in addition to observation and participation in their activities. These descriptive data were incorporated in the photographs that were taken informally and formally. Their informal photographs focused on the general settings while the formal ones were taken to complement the content such as their wrinkles and their everyday life. As for the third step, the selected photographs and texts were arranged according to each theme. There were two kinds of photobooks – a small one and a big one. The small one (8" x 8") contained the stories of all six elderly while the big one (12" x 12") presented each person's story that was not mentioned in the small photobooks. Finally, an exhibition showcasing the photobooks was held; fifty elderly guests were invited to the exhibition and were asked to fill out a questionnaire eliciting their opinions about the photobooks. In addition, the models and those who were close to them were asked for their opinions about the photographs.

According to the opinion survey, most agreed that the photobooks could inspire them to have self-appreciation and to want to have a quality life. In terms of photographs and texts, they viewed that photographs could provide them with greater inspiration than the texts. It was inconclusive in determining which theme could further enhance the elderly's self-appreciation.

Field of Study: Communication Arts

Academic Year: 2015

Student's Signature

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยความกรุณาและช่วยเหลืออย่างดีจากบุคคล
หลายๆท่าน ผู้วิจัยรู้สึกซึ่งใจและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ อ.ดร.ประภัสสร จันทร์สถิตย์พร อาจารย์ที่ปรึกษาที่ไม่เคย
ทอดทิ้งผู้วิจัย แม้ในช่วงเวลาที่ผู้วิจัยมีปัญหามากมาย และคอยผลักดันให้ผู้วิจัยทำวิทยานิพนธ์ขึ้น
นี้จนสำเร็จลุล่วง

กราบขอบพระคุณคุณลุงศิริ เกตุมี, อ.ยรรยง โอบารชิน,พ่อชาย เมืองสิงห์หรือคุณสม
เศียร พานทอง, คุณลุงประหยัด คุณป้าจรรย์ อ้นสว่าง, หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์, คุณครู
จำเนียร จินจันทร์ สำหรับการยินยอมเป็นผู้สูงอายุต้นแบบให้ผู้วิจัยได้ถ่ายภาพเพื่อจัดทำโฟโต้บูค
ขอบคุณผู้ให้สัมภาษณ์แสดงความคิดเห็นแก่ผลงานชิ้นนี้ทุกท่าน ขอขอบคุณ รศ.ถิรนนท์ อนวัชศิริ
วงศ์,อ.ดร.จิริยุทธ์ สินธุพันธ์, ผศ.ดร.สุกัญญา สมไพบุลย์ และ อ.ดร.ปอรัรัมย์ ยอดเนร สำหรับ
ความรู้ที่ผู้วิจัยได้รับมาตลอดการศึกษา ขอขอบคุณสำหรับโครงการวิจัยเรื่องการสร้างสรรค์การ
สื่อสารเชิงสุนทรีย์เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยโครงการยุทธศาสตร์การวิจัยเชิงลึก
กองทุนรัชดาภิเษกสมโภช คลัสเตอร์สังคมผู้สูงอายุ และพี่อ้อม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ตัวเล่มโฟโต้บู
คออกมาเป็นรูปร่างได้สำเร็จ

สุดท้าย ขอขอบคุณครอบครัว เพื่อน รุ่นพี่ รุ่นน้อง และคนสนิททุกท่าน ที่คอยผลักดัน
คอยให้กำลังใจผู้วิจัยเสมอ จนทำให้งานวิทยานิพนธ์ชิ้นนี้สำเร็จลุล่วงลงได้อย่างดี และหวังเป็นอย่าง
ยิ่งว่าผลงานชิ้นนี้ของผู้วิจัยจะสามารถเป็นแรงบันดาลใจและจุดประกายให้เกิดการพัฒนาทางด้าน
การถ่ายภาพสำหรับผู้สูงอายุมากขึ้น

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
ปัญหาคำวิจัย.....	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	3
นิยามศัพท์.....	3
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	5
2. การเห็นคุณค่าในตนเอง.....	13
3. แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายภาพ	21
4. หลักการออกแบบและจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์	40
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	50
1. ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษา	50
2. ระเบียบวิธีวิจัย	50
3. วิธีการเก็บข้อมูล.....	53
4. การนำเสนอข้อมูล.....	53

บทที่ 4 ผลการวิจัย.....	55
ผลการศึกษตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1	55
ผลการศึกษตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2	145
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	158
อภิปรายผลการวิจัย.....	169
รายการอ้างอิง	172
ภาคผนวก.....	174
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์	178



สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 1.....	149
ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 2.....	149
ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 3.....	150
ตารางที่ 4 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 4.....	150
ตารางที่ 5 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 5.....	151
ตารางที่ 6 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 6.....	151
ตารางที่ 7 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 7.....	151
ตารางที่ 8 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 8.....	152
ตารางที่ 9 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 9.....	152
ตารางที่ 10 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 10	152

สารบัญภาพ

ภาพที่ 1 ภาพจุดตัด 9 ช่อง	26
ภาพที่ 2 แผนภาพกระบวนการทำงานของงานวิจัยชิ้นนี้	54
ภาพที่ 3 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	67
ภาพที่ 4 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว.....	68
ภาพที่ 5 : ภาพด้านในหน้าที่ 2 และ 3 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	70
ภาพที่ 6 : ภาพด้านในหน้าที่ 4 และ 5 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	70
ภาพที่ 7 : ภาพด้านในหน้าที่ 6 และ 7 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	71
ภาพที่ 8 : ภาพด้านในหน้าที่ 8 และ 9 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	72
ภาพที่ 9 : ภาพด้านในหน้าที่ 10 และ 11 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว.....	73
ภาพที่ 10 : ภาพด้านในหน้าที่ 12 และ 13 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	74
ภาพที่ 11 : ภาพด้านในหน้าที่ 14 และ 15 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	75
ภาพที่ 12 : ภาพด้านในหน้าที่ 16 และ 17 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	76
ภาพที่ 13 : ภาพด้านในหน้าที่ 18 และ 19 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	77
ภาพที่ 14 : ภาพด้านในหน้าที่ 20 และ 21 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	78
ภาพที่ 15 : ภาพด้านในหน้าที่ 22 และ 23 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	79
ภาพที่ 16 : ภาพด้านในหน้าที่ 24 และ 25 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	80
ภาพที่ 17 : ภาพด้านในหน้าที่ 26 และ 27 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	81
ภาพที่ 18 : ภาพด้านในหน้าที่ 28 และ 29 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	82
ภาพที่ 19 : ภาพด้านในหน้าที่ 30 และ 31 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	83
ภาพที่ 20 : ภาพด้านในหน้าที่ 32 และ 33 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	84
ภาพที่ 21 : ภาพด้านในหน้าที่ 34 และ 35 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	85
ภาพที่ 22 : ภาพด้านในหน้าที่ 36 และ 37 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว	86

ภาพที่ 47 : ภาพด้านในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง พ่อชาย เมืองสิงห์	114
ภาพที่ 48 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง พ่อชาย เมืองสิงห์	115
ภาพที่ 49 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์.....	117
ภาพที่ 50 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 และ 2 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์.....	118
ภาพที่ 51 : ภาพด้านในหน้าที่ 3 และ 4 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์.....	119
ภาพที่ 52 : ภาพด้านในหน้าที่ 5 และ 6 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์.....	120
ภาพที่ 53 : ภาพด้านในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์.....	121
ภาพที่ 54 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์.....	122
ภาพที่ 55 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์	124
ภาพที่ 56 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 และ 2 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์	125
ภาพที่ 57 : ภาพด้านในหน้าที่ 3 และ 4 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์	126
ภาพที่ 58 : ภาพด้านในหน้าที่ 5 และ 6 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์	127
ภาพที่ 59 : ภาพด้านในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์	128
ภาพที่ 60 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์	129
ภาพที่ 61 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก ชื่อภาพ : ลุงศิริกับชีวิต พอเพียง 01	130
ภาพที่ 62 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก ชื่อภาพ : ความในภาพ ของอ.ยรรยง 01	131
ภาพที่ 63 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก ชื่อภาพ : เพลงของพ่อชาย 01	132

ภาพที่ 64 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : ลู่ประหยัด&ป่าจาร์นัย 01.....	133
ภาพที่ 65 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : โรงเรียนวรรณวิทย์ 01.....	134
ภาพที่ 66 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : ลู่ศิริกับชีวิต พอเพียง 02.....	135
ภาพที่ 67 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : ความในภาพ ของอ.ยรรยง 02.....	135
ภาพที่ 68 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : เพลงของพ่อชาย 02	136
ภาพที่ 69 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : ลู่ประหยัด&ป่าจาร์นัย 02.....	136
ภาพที่ 70 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : โรงเรียนวรรณวิทย์ 02.....	137
ภาพที่ 71 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : ความในภาพ ของอ.ยรรยง 03.....	137
ภาพที่ 72 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : เพลงของพ่อชาย 03	138
ภาพที่ 73 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : ลู่ประหยัด&ป่าจาร์นัย 03.....	138
ภาพที่ 74 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : โรงเรียนวรรณวิทย์ 03.....	139
ภาพที่ 75 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค ชื่อภาพ : รวมภาพถ่ายเพื่อ เสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ.....	139
ภาพที่ 76 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 1	140

ภาพที่ 77 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 2	141
ภาพที่ 78 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 3	141
ภาพที่ 79 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 4	142
ภาพที่ 80 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 5	142
ภาพที่ 81 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 6	143
ภาพที่ 82 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 7	143
ภาพที่ 83 : ภาพบรรยากาศการร่วมวงเสวนาเรื่อง “สื่อสุนทรียะกับสุขภาวะผู้สูงวัย” ภาพที่ 1	144
ภาพที่ 84 : ภาพบรรยากาศการร่วมวงเสวนาเรื่อง “สื่อสุนทรียะกับสุขภาวะผู้สูงวัย” ภาพที่ 2	144
ภาพที่ 85 : ภาพบรรยากาศการร่วมวงเสวนาเรื่อง “สื่อสุนทรียะกับสุขภาวะผู้สูงวัย” ภาพที่ 3	145

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันประชากรโลกได้เปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว โดยในปี พ.ศ. 2555 โลกมีประชากรที่อายุ 65 ปีขึ้นไป ประมาณร้อยละ 8 ของประชากรโลกทั้งหมด 7,000 ล้านคน ซึ่งในระดับอาเซียนมีเพียงไทยและสิงคโปร์เท่านั้นที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยประเทศไทยเป็นอันดับ 2 รองจากสิงคโปร์ ประเทศไทยกำลังเผชิญกับสถานการณ์การเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป ซึ่งล่าสุด ข้อมูลจากการทะเบียนราษฎร กรมการปกครอง ณ วันที่ 31 ธ.ค. 2556 มีจำนวนผู้สูงอายุ 8,970,740 คน หรือประมาณร้อยละ 14 ของประชากรทั้งหมด เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และจากการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2553-2583 ภายใต้อัฒติภาวะเจริญพันธุ์ลดลงตามปกติของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ 2556 ได้ชี้ให้เห็นว่า ในอีก 7 ปี หรือปี พ.ศ. 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ โดยจะมีจำนวนผู้สูงอายุมากกว่า 13 ล้านคน คิดเป็นประมาณร้อยละ 20 หรือประมาณ 1 ใน 5 ของประชากรทั้งประเทศ กล่าวได้ว่า ประชากรทุก 5 คน จะเป็นผู้สูงอายุ 1 คน และจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอดในปี พ.ศ. 2574 โดยราวปี พ.ศ. 2561 จะถือเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ของประเทศไทย ที่จะมีประชากรผู้สูงอายุมากกว่าประชากรวัยเด็ก (เจษฎา โชคดำรงสุข, 2557)

จากแนวโน้มลักษณะโครงสร้างของประชากรที่เปลี่ยนไป ทำให้ในอนาคตผู้สูงอายุจะมีจำนวนมากขึ้น และสิ่งที่ผู้สูงอายุยังต้องเผชิญอีกคือการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้มีผลต่อผู้สูงอายุอย่างมาก ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเครียดได้ ทั้งความเครียดทางด้านร่างกาย ความเครียดทางด้านจิตใจ และความเครียดทางด้านสังคม โดยความเครียดทางด้านร่างกายได้แก่ความเครียดที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วย การเป็นโรค ส่วนความเครียดทางด้านจิตใจเป็นเพราะการที่จะต้องยอมรับและปรับตัวให้เข้ากับลูกหลานให้ได้ ความเครียดอาจเกิดขึ้นได้ทั้งทางร่างกายและสิ่งแวดล้อมภายนอก และสุดท้าย ความเครียดทางด้านสังคม ซึ่งเกิดขึ้นเนื่องจากรูปแบบสังคมที่เปลี่ยนไปตามยุคตามสมัย

จากการเปลี่ยนแปลงทั้งหลายที่เกิดขึ้นนี้เอง ทำให้ผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงนิสัยและอารมณ์ออกมาคล้ายคลึงกันคือ (สุวดี เบญจวงศ์, 2541)

1. สนใจตนเองมากเป็นพิเศษ
2. มีความรู้สึกไวต่อคำพูด และเหตุการณ์ต่างๆ แต่แสดงออกโดยการไม่พูด เงียบเฉย เงอนน้อยใจ จนสุดท้ายกลายเป็นทริฐิ
3. สนใจกับบุคคลในทางที่จะต้องเอาใจตน
4. รำลึกถึงเหตุการณ์ในอดีตและชอบเปรียบเทียบเสมอ
5. มีความวิตกกังวล ทุกข์ร้อน ห่วงใยลูกหลานและครอบครัวมาก
6. กลัวถูกทอดทิ้ง ว้าเหว่

ด้วยเหตุดังกล่าวนี้จึงส่งผลทำให้ผู้สูงอายุไม่มีความสุขและไม่สามารถเห็นคุณค่าในตนเองได้ เราจึงควรเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตบั้นปลายต่อไปได้อย่างมีความสุข

และจากการศึกษาด้านภาพถ่ายพบว่า ภาพถ่ายเป็นสื่อหนึ่งที่ช่วยในการจูงใจให้บุคคลเห็นหรือสามารถสื่อสารได้ดีกว่าตัวหนังสือ โดยพื้นฐานแล้ว คำ (Words) เป็นเพียงส่วนหนึ่งของสื่อ ในขณะที่ภาพจำนวนมาก รวมทั้งรูปแบบของสารที่ไม่ใช่คำหรือข้อความ อาจเป็นส่วนที่ส่งผลอย่างมากต่อการรับรู้ของผู้รับสาร ดังนั้น การสื่อสารด้วยภาพ สามารถทำหน้าที่เร้าอารมณ์ของผู้รับสารได้เป็นอย่างดี (วิชรารธร เพ็ญศศิธร, 2551) เนื่องจากภาพถ่ายสามารถเล่าเรื่องราวได้ด้วยตัวของมันเอง ทำให้ผู้ที่เห็นสามารถคิดต่อไปได้ในหลายๆทางตามแต่สภาวะและประสบการณ์ของบุคคลนั้นที่เคยพบเจอ แม้ความหมายที่ผู้รับสารจะไม่ได้ตรงกับความหมายของผู้สื่อสาร แต่นั่นหมายความว่า การสื่อสารได้ครบองค์สมบูรณ์แล้ว ผู้วิจัยจึงเชื่อว่าภาพถ่ายจึงเป็นอีกช่องทางหนึ่งที่สามารถจูงใจให้ผู้รับสารตระหนักถึงความสำคัญของผู้สูงอายุได้

ปัญหานำวิจัย

1. กระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุมีลักษณะอย่างไร
2. ภาพถ่ายโฟโต้บู๊คสามารถเสริมสร้างทัศนคติการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษากระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
2. เพื่อศึกษาทัศนคติของผู้ชมที่มีต่อภาพถ่ายโฟโต้บู๊ค

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รูปแบบและกระบวนการสร้างงานถ่ายภาพโฟโต้บู๊คสำหรับการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
2. ได้ภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

นิยามศัพท์

กระบวนการสร้างสรรค์ หมายถึง กระบวนการผลิตและจัดเตรียมการทำโฟโต้บู๊ค ตั้งแต่การหาข้อมูลตัวแบบที่จะใช้เพื่อถ่ายภาพ การวางแผนคิดและขอบเขตของตัวแบบ การถ่ายภาพตัวแบบ การออกแบบโฟโต้บู๊ค

ภาพถ่ายโฟโต้บู๊ค หมายถึง หนังสือภาพถ่าย ที่ได้รวบรวมภาพถ่ายที่มีเรื่องราวเกี่ยวเนื่องสอดคล้องกัน เพื่อจัดเรียงให้เป็นตัวเล่มประกอบกับข้อความ

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การที่บุคคลมองเห็นความสามารถในตนเอง เห็น
ความสำคัญและคุณค่าของตน มีความรู้สึกที่เป็นไปในทางที่ดีต่อตนเอง จนส่งผลให้ตนเองมีความสุข
และมองโลกให้แง่บวก

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นวัยช่วงสุดท้ายของอายุ มีความเปลี่ยนแปลง
เสื่อมถอยทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมไปตามกาลเวลา

ทัศนคติ หมายถึง แนวความคิดเห็น มุมมอง ความรู้สึก ต่อสิ่งที่ได้รับชม ซึ่งในที่นี้คือ
ภาพถ่ายโฟโต้บูค



บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง ”การสร้างสรรคภาพถ่ายโพโต้บุคคลเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ” ผู้วิจัยได้นำแนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆมาใช้เป็นแนวทางการศึกษาดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
2. การเห็นคุณค่าในตนเอง
3. แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายภาพ
4. หลักการออกแบบและจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ คนแก่ และคนชรา

คำว่า “ชรา” มีรากศัพท์มาจากภาษาบาลี หมายถึง แก่ด้วยอายุ ชำรุดทรุดโทรม สำหรับคำว่า ชราธรรม หมายถึง ชราเป็นธรรมดา หรือ ความแก่ความทรุดโทรมเป็นธรรมดา (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542)

ผู้สูงอายุตามคำจำกัดความของมติสมัชชาโลกองค์การสหประชาชาติ (พ.ศ. 2525) ได้ให้ความหมายว่า “บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป” และใช้มาตรฐานเดียวกันทั่วโลก

สำหรับคำว่า “ผู้สูงอายุ” ในประเทศไทยถือบัญญัติขึ้นครั้งแรกโดย พล.ต.ท.อรรถสิทธิ์ สิทธิสุนทร ในการประชุมระหว่างแพทย์อาวุโส และผู้สูงอายุจากวงการต่างๆ เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2505 จนเป็นที่ยอมรับในปัจจุบันว่าควรมีลักษณะดังนี้

- เป็นผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป

- เป็นผู้ที่มีความเสื่อมสภาพมีกำลังถดถอย เชื่องช้า
- เป็นผู้สมควรให้การอุปการะ และควรได้รับการช่วยเหลือ

พวงทอง ไกรพิบูลย์ ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุว่า “ผู้สูงอายุเป็นวัยซึ่งมีความแตกต่างจากวัยอื่น เป็นวัยบั้นปลายของชีวิต เพราะมีการเสื่อมถอยของร่างกาย โดยบางคนอาจรวมถึงจิตใจด้วย” (พวงทอง ไกรพิบูลย์, 2557)

นอกจากนี้ ขวัญฤทัย อิมสมโภช ยังกล่าวถึงผู้สูงอายุไว้ว่า “ผู้สูงอายุคือ บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมไปในทางที่เสื่อมถอยลงตามธรรมชาติ” (ขวัญฤทัย อิมสมโภช, 2549)

จากความคิดข้างต้นพอสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุเป็นวัยช่วงสุดท้ายของอายุ ซึ่งมีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีความเปลี่ยนแปลงเสื่อมถอยทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมไปตามกาลเวลา

1.2 สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย

ในปี พ.ศ.2556 ประเทศไทยมีประชากรทั้งหมดประมาณ 66 ล้านคน โดยเป็นประชากรสัญชาติไทยและไม่ใช่นักสัญชาติไทยแต่มีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร 64 ล้านคน และประชากรที่ไม่ใช่สัญชาติไทยและไม่มีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร ซึ่งส่วนใหญ่เป็นแรงงานย้ายถิ่นจากประเทศเพื่อนบ้านอีกอย่างน้อย 2 ล้านคน สำหรับประชากรไทยจำนวน 64 ล้านคนค่อนข้างคงตัวแล้ว ปัจจุบัน อัตราการเพิ่มของประชากรสูงขึ้นเพียงประมาณร้อยละ 0.5 ต่อปีเท่านั้น เทียบกับอัตราการเพิ่มที่สูงกว่าร้อยละ 3 เมื่อ 40-50 ปีก่อน อย่างไรก็ตามในช่วงเวลานี้แม้ขนาดประชากรจะค่อนข้างคงตัว แต่โครงสร้างอายุของประชากรได้เปลี่ยนไปอย่างมาก จากการเป็นประชากรเยาว์วัยมาเป็นประชากรสูงวัย ในปี พ.ศ.2556 มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากถึง 9.6 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 14 ของประชากรทั้งหมด

ประเทศไทยได้กลายเป็นสังคมผู้สูงอายุมานับตั้งแต่ปี พ.ศ.2548 แล้ว อันเป็นผลจากการที่อัตราการเกิดของคนไทยลดลงอย่างมากและชีวิตของคนไทยที่ยืนยาวขึ้น สังคมไทยได้รับรู้และตระหนักถึง

สถานการณ์สูงวัยของประชากรพอสมควรแล้ว แต่สิ่งที่สังคมยังไม่ตระหนักชัดและยังได้รับข้อมูลไม่มากนักคือ ภาพสังคมสูงอายุไทยในอนาคตนับจากนี้เป็นต้นไป โครงสร้างของประชากรไทยจะสูงขึ้นอย่างรวดเร็วมาก คลื่นประชากรรุ่นที่เกิดในช่วงปี พ.ศ.2506-2526 หรือที่เรียกว่า “ประชากรรุ่นเกิดล้าน” กำลังเคลื่อนตัวกลายเป็นประชากรสูงอายุกลุ่มใหญ่ในอีก 10-20 ปีข้างหน้า ทำให้ประเทศไทยกลายเป็น “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” และจะเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ที่ประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุมากกว่าเด็ก และประชากรสูงอายุจะมีสัดส่วนประมาณ 1 ใน 5 ของประชากรทั้งหมด

ข้อมูลสถานการณ์ผู้สูงอายุซึ่งสำนักงานสถิติแห่งชาติได้ทำการสำรวจมาเป็นระยะ ครั้งแรกเมื่อปี 2545 และครั้งล่าสุดเมื่อปี 2554 ได้แสดงแนวโน้มที่สมควรนำไปพิจารณาประกอบการวางแผนและนโยบายเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากรสูงอายุในอนาคต ในเรื่องการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุมีแนวโน้มว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพังคนเดียวและอยู่ตามลำพังกับคู่สมรสมีสัดส่วนสูงขึ้นจากไม่ถึงร้อยละ 10 เมื่อสิบปีก่อน เป็นร้อยละ 20 จากการสำรวจครั้งล่าสุดเมื่อปี 2554 สัดส่วนของผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังในเขตเมืองหรือเขตเทศบาลสูงกว่านอกเขตเทศบาล การอยู่ตามลำพังมีผลต่อการดูแลระยะยาว ไม่ว่าจะในเรื่องผู้ดูแลหรือระบบการดูแลเฝ้าระวังผู้สูงอายุ (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม, 2557)

1.3 จิตวิทยาผู้สูงอายุและการเปลี่ยนแปลงที่มีผลต่อภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางชีวภาพและจิตสังคม เป็นกระบวนการของความสูงอายุซึ่งมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน แต่ความสูงอายุนั้นไม่เท่ากันในแต่ละบุคคล ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น 3 ด้าน คือ

1. การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย โดยมี 2 กระบวนการคือ กระบวนการเจริญเติบโต และกระบวนการเสื่อมสลาย กระบวนการทั้งสองจะเกิดคู่กันไปตลอดเวลา ในวัยทารกถึงวัยหนุ่มสาว กระบวนการเจริญเติบโตจะมีมากกว่ากระบวนการเสื่อมสลาย และเมื่ออายุประมาณ 20-40 ปี กระบวนการทั้งสองจะเกิดในอัตราใกล้เคียงกัน กระบวนการเสื่อมสลายจะเริ่มชัดเจนเมื่ออายุระหว่าง 40-50 ปี และจะเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การเปลี่ยนแปลงเนื่องจากความมีอายุจะเกิดขึ้นกับทุกระบบของร่างกาย ดังต่อไปนี้

- การเปลี่ยนแปลงของเนื้อเยื่อ มีการเปลี่ยนแปลงในหน่วยเล็กที่สุดของชีวิตคือ ในเซลล์ที่มีการเจริญเติบโต และตายลง และมีการสร้างเซลล์ใหม่ขึ้นทดแทน เมื่ออายุมากขึ้น จำนวนของเซลล์ที่ตายจะมีเพิ่มมากขึ้น ความสามารถในการทำงานของระบบต่างๆจะลดลง คือผิวหนัง เมื่ออายุมากขึ้น การขับไขมันน้อยลง เลือดมาเลี้ยงผิวหนังน้อยลง ผิวหนังจะแห้งและบาง ความยืดหยุ่นหายไป ปรากภูมิรอย่นและมีจุดสีเกิดขึ้น จำนวนต่อมเหงื่อใต้ผิวหนังลดลง ทำให้ความสามารถในการควบคุมระดับอุณหภูมิในร่างกายลดลง ส่วนของเส้นผม เนื่องจากความตึงของผิวหนังศีรษะลดลง เกิดการเหี่ยวยุบประกอบกับการไหลเวียนของโลหิตไม่ดี เส้นผมได้รับสารอาหารไม่พอเพียง จึงทำให้ผมร่วง ผมหงอก แห้งเปราะและหัวล้าน กล้ามเนื้อเมื่ออายุมากขึ้น ความตึงและแรงหดตัวยืดหยุ่นลดลง ไยคอลลาเจนลดลง กล้ามเนื้อหย่อนยาน เช่น ที่หน้าท้องและต้นแขน ขนาดและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมัดต่างๆจะลดลงด้วย กระดูกเนื้อเยื่อที่อยู่ระหว่างรอยต่อกระดูกสันหลังจะลดจำนวนน้อยลง ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงทางเคมีของแคลเซียมในกระดูก และขาดวิตามินดีทำให้เกิดการโค้งงอของกระดูกสันหลัง กระดูกจะเปราะและแตกง่าย ข้อต่างๆจะเสียวความยืดหยุ่น ทำให้เคลื่อนไหวลำบาก
- การเปลี่ยนแปลงของระบบการรับรู้และการสัมผัส การเสื่อมของอวัยวะในระยะนี้จะค่อยๆเสื่อมเป็นลำดับ ดังนี้ 1) การมองเห็น ความมียอายุทำให้เลนส์ตาเสื่อม ความสามารถในการปรับระยะภาพไม่สามารถมองเห็นได้เท่าสายตาคคนปกติ ผู้สูงอายุทั่วไปจึงมีสายตายาว 2) การได้ยิน สมรรถภาพของการได้ยินจะเสื่อมลง เกิดอาการหูตึง 3) การพูด เมื่ออายุเกิน 40 ปีไปแล้ว หลอดเสียงจะแห้งและยืดหยุ่นได้ยากขึ้น จะมีเสียงแหวม การพูดช้าลง และ

ควบคุมรักษาระดับเสียงได้ไม่นาน 4) การรับรสและกลิ่น
 ความสามารถในการรับรู้กลิ่นรสลดลง ปุ่มรับรสต่างๆที่ลิ้นค่อยๆ
 เสื่อมและตายไป 5) ประสาทสัมผัส ประสาทที่เกี่ยวข้องกับการ
 ทรงตัวเสื่อมประสิทธิภาพลง เมื่อรวมกับการหย่อนยานของ
 กล้ามเนื้อและข้อต่อต่างๆ เป็นผลให้ความสามารถในการรับ
 ความรู้สึกของผู้สูงอายุลดลง จึงเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

- การเปลี่ยนแปลงของระบบในร่างกาย สภาพการเปลี่ยนแปลง
 ภายในร่างกายเป็นไปอย่างช้าๆในลักษณะของการเสื่อมถอยตาม
 อายุขัย ได้แก่ 1) ความสามารถในการทำงานของหัวใจลดลง ทำให้
 การไหลเวียนของโลหิตไม่ดี หลอดเลือดแข็ง ขาดความยืดหยุ่น
 เลือดจึงไปเลี้ยงส่วนต่างๆของร่างกายได้น้อย โดยเฉพาะอวัยวะ
 ส่วนปลาย เช่น แขน ขา และเท้า บางครั้งเลือดไปเลี้ยงสมองไม่พอ
 ในขณะที่เปลี่ยนท่าทางทำให้ผู้สูงอายุมีอาการหน้ามืดเป็นลมได้
 ง่าย 2) สภาพการทำงานของปอดลดลง เป็นผลให้จำนวน
 ออกซิเจนในเลือดต่ำ ผู้สูงอายุจึงมักเกิดอาการเหนื่อยหอบได้ง่าย
 โดยเฉพาะเมื่อขึ้นที่สูงหรืออยู่ในภาวะที่ร่างกายต้องการใช้
 ออกซิเจนมากกว่าปกติ 3) ประสิทธิภาพของการดูดซึมอาหาร
 ลดลง การเปลี่ยนแปลงของเหงือกและฟันทำให้รับประทานอาหาร
 ลำบาก การหลั่งน้ำย่อยในกระเพาะอาหารลดลง กรดเกลือใน
 กระเพาะอาหารอยู่ในระดับต่ำ อาหารถูกย่อยไม่สมบูรณ์ ทำให้
 ท้องอืด ท้องเฟ้อได้ง่าย นอกจากนี้การดูดซึมอาหารบางประเภท
 ลดลง เช่น น้ำตาลบางชนิด แคลเซียมและเหล็ก ทำให้ผู้สูงอายุมี
 โอกาสขาดสารอาหารได้ง่าย 4) การขับถ่าย ผู้สูงอายุมักจะถ่าย
 ปัสสาวะบ่อย เนื่องจากความจุของกระเพาะปัสสาวะลดลง
 ประมาณ 50% ของวัยหนุ่มสาว บางครั้งอาจกลั้นปัสสาวะไม่อยู่
 เพราะกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานหย่อน เวลาไอหรือจามจะทำให้
 กล้ามเนื้อหูรูดหดเกร็ง เกิดปัสสาวะไหลซึมได้ การขับถ่ายอุจจาระ

น้อยลง และจับตัวเป็นก้อนแข็ง ถ่ายลำบาก มีอาการท้องผูก ทั้งนี้ เพราะประสิทธิภาพการย่อยของลำไส้ลดลง 5) การทำงานของต่อมไทรอยด์และฮอร์โมน เมื่ออายุมากขึ้น การผลิตฮอร์โมนทางเพศจะลดลง ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงรูปร่าง และโครงสร้างของอวัยวะสืบพันธุ์และอวัยวะที่เกี่ยวข้อง ความรู้สึกทางเพศลดลง ต่อมต่างๆ เช่น ต่อมใต้สมอง ต่อมไทรอยด์ มีขนาดเล็กลงหลังจากอายุ 50 ปีไปแล้ว ทำให้การผลิตฮอร์โมนลดลง เป็นผลให้เกิดการเบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ตับอ่อนหลังอินซูลินน้อยลง ทำให้การใช้น้ำตาลในร่างกายลดลง ผู้สูงอายุจึงมีแนวโน้มที่จะเป็นเบาหวานได้ง่าย

2. การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงทางสภาพร่างกายและสังคม มีผลโดยตรงต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ การที่กำลังถดถอย การหยุดหรือการเกษียณจากงานที่เคยทำ การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตหลังจากได้ดำเนินมาเป็นเวลานาน 30-40 ปี การลดกิจกรรมต่างๆที่เคยเกี่ยวข้องลง วงสังคมแคบ ทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสียทางบทบาท ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อสถานะทางเศรษฐกิจ ทำให้ความมั่นใจในความสามารถของคุณค่าของตนเองลดลง มีความรู้สึกสงสารตัวเอง ถ้าเกิดการสูญเสียชีวิตหรือบุคคลใกล้ชิดจะยิ่งทำให้เกิดความกระทบกระเทือนเพิ่มมากขึ้น และยังสุขภาพทางกายไม่สมบูรณ์ ขาดคนเอาใจใส่ดูแล จะทำให้เกิดความท้อแท้หมดหวังในชีวิต

3. การเปลี่ยนแปลงทางสังคม ภาระหน้าที่และบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุจะลดลง เนื่องจากมีข้อจำกัดทางร่างกาย ทำให้ขาดความคล่องตัวในการคิด การกระทำและการสื่อสาร สมาชิกภาพทางสังคมมีขอบเขตจำกัด ความห่างเหินจากสังคมมีมากเป็นลำดับ ผู้สูงอายุจึงรู้สึกกว่าตนเองไร้ประโยชน์และเป็นภาระแก่สังคม (สุวดี เบญจวงศ์, 2541)

1.4 แนวคิดเกี่ยวกับความต้องการของผู้สูงอายุ

บุคคลเมื่อก้าวสู่วัยสูงอายุ ซึ่งเป็นวัยบั้นปลายของชีวิต เป็นช่วงที่ควรได้รับการช่วยเหลือ ประคับประคอง จากสังคม ในสังคมไทยมีวัฒนธรรมในการดูแลพ่อแม่ ญาติ ผู้สูงอายุ แต่ปัจจุบันต้อง

ยอมรับว่าสภาพเศรษฐกิจ และสังคมเปลี่ยนไป ย่อมมีผลกระทบต่อวัฒนธรรม และวิถีชีวิตของคนไทย ซึ่งย่อมมีผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

อย่างไรก็ตาม สังคมควรตระหนักถึงภาระความรับผิดชอบต่อกลุ่มผู้สูงอายุเพราะเป็นวัยที่สภาพร่างกาย จิตใจ และสถานภาพทางสังคมเปลี่ยนแปลงเสื่อมถอยลงตามธรรมชาติ

ความต้องการของผู้สูงอายุ แบ่งได้ดังนี้

1. ความต้องการทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ

- ต้องการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง สมบูรณ์
- ต้องการมีผู้ช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิด
- ต้องการที่อยู่อาศัยที่สะอาด อากาศดี สิ่งแวดล้อมดี
- ต้องการอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะตามวัย
- ต้องการมีผู้ดูแลช่วยเหลือให้การพยาบาลอย่างใกล้ชิดเมื่อยามเจ็บป่วย
- ต้องการได้รับการตรวจสุขภาพ และการรักษาพยาบาลที่สะดวก รวดเร็ว ทันทีที่
- ต้องการได้รับบริการรักษาพยาบาลแบบไม่เปลืองค่าจากรัฐ
- ความต้องการได้พักผ่อน นอนหลับอย่างเพียงพอ
- ความต้องการบำรุงรักษาร่างกาย และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

2. ความต้องการทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และสังคมจะทำให้จิตใจของผู้สูงอายุเปลี่ยนไปด้วย ผู้สูงอายุจะปรับจิตใจ และอารมณ์ไปตามการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และสิ่งแวดล้อม จะเห็นได้ว่า

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะมีการปรับปรุง และพัฒนาจิตใจของตนเอง ให้เป็นไปในทางที่ดียิ่งขึ้น สามารถควบคุมจิตใจได้ดีกว่าหนุ่มสาว ดังนั้น เมื่อคนเราอายุมากขึ้น ความสุขุมเยือกเย็น จะมีมากขึ้นด้วย แต่การแสดงออก จะขึ้นอยู่กับลักษณะของแต่ละบุคคล การศึกษา ประสบการณ์ และสิ่งแวดล้อมในชีวิต ของคนคนนั้นด้วย

ความเครียดที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลง ที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุ มีผลต่อจิตใจของผู้สูงอายุมาก ลักษณะการเปลี่ยนแปลงของจิตใจที่พบคือ

- การรับรู้ ผู้สูงอายุจะยึดติดกับความคิด และเหตุผลของตัวเอง การรับรู้สิ่งใหม่ๆ จึงเป็นไปได้ยาก ความจำก็เสื่อมลง
- การแสดงออกทางอารมณ์ การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้สูงอายุ เกี่ยวเนื่องกับการสนอง ความต้องการของจิตใจ ต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ผู้สูงอายุจะมีความรู้สึกต่อตนเอง ในแง่ต่างๆ ส่วนใหญ่เป็นความท้อแท้ น้อยใจ โดยรู้สึกว่าสังคมไม่ให้ความสำคัญกับตนเอง เหมือนที่เคยเป็นมาก่อน ทำให้ผู้สูงอายุ มีอารมณ์ไม่มั่นคง การกระทบกระเทือนใจ เพียงเล็กน้อย จะทำให้ผู้สูงอายุ เสียใจ หงุดหงิดหรือโกรธง่าย
- ต้องการการยอมรับ และเคารพยกย่องนับถือ และการแสดงออกถึงความมีคุณค่า ของ ผู้สูงอายุ โดยสมาชิกในครอบครัว สังคมของผู้สูงอายุ
- ความสนใจสิ่งแวดล้อม ผู้สูงอายุจะสนใจสิ่งแวดล้อม เฉพาะที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ และตรงกับ ความสนใจ ของตนเองเท่านั้น
- การสร้างวิถีดำเนินชีวิตของตนเอง การมีอายุมากขึ้นคือ การเข้าใกล้กาลเวลาแห่ง การสิ้นสุด ของชีวิต การยอมรับสภาพดังกล่าว ทำให้ผู้สูงอายุบางคน มุ่งสร้างความดีงามให้แก่ตนเอง เพิ่มมากขึ้น

3. ความต้องการทางด้านสังคม - เศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

- ต้องการได้รับความสนใจจากผู้อื่น
- ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว สังคมและหมู่คณะ

- ต้องการช่วยเหลือสังคมและมีบทบาทในสังคมตามความถนัด
- ต้องการการสนับสนุน ช่วยเหลือจากครอบครัว และสังคมทั้งทางด้านความเป็นอยู่ รายได้บริการจากรัฐ
- ต้องการมีชีวิตร่วมในชุมชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชนและสังคม
- ต้องการลดการพึ่งพาคนอื่นให้น้อยลง ไม่ต้องการความเมตตาสงสาร (ที่แสดงออก โดยตรง)
- ต้องการการประกันรายได้ และประกันความชราภาพ (จิตติมา วุฒิอิน, 2549)

จากแนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยได้ศึกษา ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดนี้เพื่อเป็นเกณฑ์ในการ คัดเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ ซึ่งทำให้ขอบเขตของการเลือกผู้สูงอายุแคบลง ส่งผลให้ผลงานมีความเป็น เอกภาพมากขึ้น

2. การเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า Self-esteem บางครั้งจะใช้คำว่าความนับถือ ความภาคภูมิใจในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การยอมรับตนเอง การประมาณค่าตนเอง หรือภาพพจน์ของตนเอง

Ausubel กล่าวว่า การเห็นคุณค่าตนเอง คือ ความรู้สึกที่ตนเองมีความสามารถในการทำอะไรให้ประสบผลสำเร็จได้ รวมทั้งความเชื่อของบุคคลที่ว่าเขามีความสำคัญและมีคุณค่าในฐานะที่เป็นมนุษย์

Berry ได้ให้แนวคิดไว้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเอง คือ ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเอง เป็นการให้คุณค่าแก่ตนเอง ประเมินตนเองว่ามีความสำคัญและมีคุณค่า

Coopersmith ได้ให้ความหมายความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า การพิจารณาตัดสินคุณค่าของบุคคลตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเอง เป็นประสบการณ์ซึ่งแต่ละบุคคลได้รับจากผู้อื่นโดยคำพูดหรือการแสดงออกทางพฤติกรรม

คานธีชา บุญยิว (2554) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความรู้สึกเคารพและยอมรับนับถือของบุคคลที่มีต่อตนเอง ความเชื่อและความมั่นใจว่าตนเองมีคุณค่า โดยตัดสินคุณค่าในตนเองจากการประเมินในเรื่องความสามารถ ความสำคัญ การประสบความสำเร็จ และใช้ความสามารถที่มีอยู่กระทำการสิ่งต่างๆให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้โดยได้รับการยอมรับจากบุคคลในสังคม (คานธีชา บุญยิว, 2554)

สุคนธ์ พรหมรักษา (2544) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นหมายถึง การรับรู้ตนเองรวมทั้งความรู้สึกที่มีต่อตนเอง และความเข้าใจตนเอง แล้วแสดงออกในแง่การยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง รวมถึงการรับรู้จากการประเมินของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง (สุคนธ์ พรหมรักษา, 2544)

นภัสนันท์ สีนสุ (2550) กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในทางที่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง ยอมรับตนเอง มีความรู้สึกกว่าตนเองมีความหมาย ความสำคัญ มีคุณค่า เป็นที่ยอมรับของผู้อื่น และสังคม สามารถทำอะไรให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายของตนได้เป็นอย่างดี (นภัสนันท์ สีนสุ, 2550)

จากข้อความข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ การที่บุคคลมองเห็นความสามารถในตนเอง เห็นความสำคัญและคุณค่าของตน มีความรู้สึกที่เป็นไปในทางที่ดีต่อตนเอง จนส่งผลให้ตนเองมีความสุขและมองโลกให้แง่บวก

2.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมี 2 ประเภทคือ องค์ประกอบภายในตน และองค์ประกอบภายนอกตน (นภัสนันท์ สีนสุ, 2550)

1. องค์ประกอบภายในตน หมายถึง ลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคนที่มีผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน ประกอบด้วย

1.1 ลักษณะทางกายภาพ ลักษณะทางกายภาพบางลักษณะมีส่วนช่วยบุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น เช่น ความงาม ความงดงามทางกายภาพ มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และลักษณะทางกายภาพ เช่น ความแข็งแรง ความรวดเร็วเป็นลักษณะทางกายภาพที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเพศชาย

1.2 ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพและการกระทำความสามารถทั่วไป รวมถึงการกระทำและความสามารถในอดีตที่ผ่านมา ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จของแต่ละบุคคล เมื่อบุคคลประสบความสำเร็จนั้นหมายถึงการส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

1.3 ภาวะทางอารมณ์ ภาวะทางอารมณ์เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงความพอใจ ความเป็นสุข ความวิตกกังวล เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นแล้วส่งผลต่อการประเมินตนเอง บุคคลที่ประเมินตนเองไปในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพึงพอใจในตนเองและมีภาวะอารมณ์ด้านบวก ส่วนบุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ไม่ดี จะไม่มีความพึงพอใจในภาวะของตนเอง

1.4 ค่านิยมส่วนบุคคล บุคคลจะประเมินตนเองกับสิ่งที่ตนเองให้คุณค่า ให้ ความสำคัญ การให้คุณค่าของบุคคลแก่สิ่งหนึ่งสิ่งใดจะสอดคล้องกับสิ่งที่สังคมให้คุณค่า ถ้ามีความสอดคล้อง การเห็นคุณค่าของตนเองก็ยิ่งสูงขึ้น ถ้าค่านิยมส่วนตัวของบุคคลไม่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคม บุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง

1.5 ระดับความมุ่งหวัง การตัดสินคุณค่าของคนอยู่บนพื้นฐานของการเปรียบเทียบและความสามารถของตนกับมาตรฐานส่วนตนที่ตั้งไว้ ถ้าบุคคลมีผลงานและความสามารถตรงตามเกณฑ์หรือดีกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ บุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเอง ในทางตรงกันข้าม ถ้าไม่เป็นไปตามเกณฑ์ บุคคลจะรู้สึกต่ำกว่าตนเองล้มเหลว

2. องค์ประกอบภายนอกตน หมายถึงสภาพแวดล้อมที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ส่งผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน ประกอบด้วย

2.1 ความสัมพันธ์กับครอบครัว ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ สัมพันธภาพระหว่างบุคคลในครอบครัว หากบุคคลในครอบครัวให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ จะทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

2.2 สถานภาพทางสังคม บุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับสูงจะเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมในระดับปานกลางและต่ำ

2.3 กลุ่มเพื่อน เป็นอีกองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง กล่าวคือ บุคคลจะเรียนรู้ตนเอง ให้คุณค่าตนเองโดยการประเมินและเปรียบเทียบตนเองกับเพื่อนในเรื่องต่างๆ

2.3 แหล่งที่มาของการเห็นคุณค่าในตนเอง

Coopersmith (อ้างใน สุคนธ์ พรหมรักษา, 2544) กล่าวถึงแหล่งที่มาของการเห็นคุณค่าในตนเองมาจาก 4 แหล่ง ดังนี้

1. การมีอำนาจ (Power) หมายถึงการที่บุคคลสามารถมีอิทธิพลและควบคุมผู้อื่นได้
2. การมีความสำคัญ (Significance) หมายถึงการได้รับการยอมรับว่าตนมีความสำคัญ ได้รับความรักใคร่จากผู้อื่น
3. การมีคุณความดี (Virtue) หมายถึงการยึดมั่นตามมาตรฐานทางจริยธรรมและศีลธรรมของสังคม
4. การมีความสามารถ (Competence) หมายถึงการได้รับความสำเร็จ บรรลุวัตถุประสงค์ในการกระทำของตน

นอกจากนี้ Bradshaw (อ้างใน สุคนธ์ พรหมรักษา, 2544) ได้กล่าวถึงแหล่งที่มาของการเห็นคุณค่าในตนเอง คล้ายคลึงกับของ Coopersmith เช่นกัน โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ความสัมฤทธิ์ผลที่เห็นได้ชัดเจน จากการกระทำได้รับความสำเร็จตามวัตถุประสงค์และความคาดหวังของตน
2. รู้สึกมีอำนาจในตนเองอย่างชัดเจน และมีอิทธิพลอยู่เหนือผู้อื่น
3. มีความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับ มีคุณค่า และได้รับการดูแล
4. พฤติกรรมการกระทำของตน ที่สอดคล้องกับความเชื่อเชิงจริยธรรม

2.4 การดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าของผู้สูงอายุ

ประเทศไทยมีประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปเป็นจำนวนมาก โดยคาดการณ์ว่าในปี 2568 ประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุมากเป็นลำดับที่ 5 ในทวีปเอเชีย หากประชากรผู้สูงอายุไทยที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเหล่านี้ สามารถพึ่งพาตนเอง และสามารถดำรงชีวิตด้วยตนเองได้อย่างมีคุณค่า แม้ว่าจะอยู่ในวัยสุดท้ายของช่วงชีวิต จะทำให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นเป็นกลุ่มประชากรที่เป็นพลังสำคัญของสังคมได้ (ประภัสสร วงษ์ศรี)

การดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าของผู้สูงอายุไทยโดยวิธีการ “จ-ห-ร”

การดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าของผู้สูงอายุไทยโดยวิธีการ “จ-ห-ร” เป็นแนวคิดของ รศ.ดร.เจียรนัย ทรงชัยกุล โดย “จ-ห-ร” ย่อมาจาก เจตคติ-ผู้ให้-ผู้รับ ซึ่งเป็นวิธีที่จะช่วยสร้างเสริมให้ผู้สูงอายุไทยดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า และนำพาชีวิตสุขสันต์ ด้วยตัวของผู้สูงอายุเป็นหลัก ประกอบด้วยวิธีการที่สำคัญ 3 ข้อ ตามลำดับต่อไปนี้

1. การสร้างเสริมให้ตนเองมีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตยืนยาว (“จ”)

ผู้สูงอายุควรดำเนินการสร้างเสริมให้ตนเองมีเจตคติที่ดีต่อการดำรงชีวิตยืนยาว ด้วยขั้นตอน 3 ประการ ตามลำดับดังนี้

- **ขั้นตอนที่ 1** แสวงหาความรู้ใหม่และข้อเท็จจริงเพิ่มเติมเกี่ยวกับประโยชน์ของการมีชีวิตยืนยาว ผู้สูงอายุอาจแสวงหาความรู้ ความเข้าใจ

เกี่ยวกับประโยชน์ของการมีชีวิตยืนยาวได้จากบุคคลอื่น วิทยุ โทรทัศน์ คอมพิวเตอร์ หนังสือพิมพ์ วารสาร หนังสือ และประสบการณ์ตรงของตนเอง เป็นต้น ประโยชน์ของการมีชีวิตยืนยาวซึ่งผู้สูงอายุจะได้เรียนรู้ มี ตัวอย่าง เช่น 1) การมีเวลามากขึ้นที่จะเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ได้ตามความ สนใจและความต้องการ 2) การมีโอกาสใช้ชีวิตอย่างอิสระมากขึ้น ซึ่งปลอด โปร่งจากพันธนาการ และภารกิจ จำเป็นต่างๆ ซึ่งตนได้แบกรับภาระมา เนิ่นนาน 3) การมีโอกาสช่วยเหลือผู้อื่น ชุมชน และสังคมได้มากขึ้น และ ยาวนานขึ้น

- **ขั้นตอนที่ 2 ส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกพึงพอใจต่อการมีชีวิตยืนยาว** เมื่อ ผู้สูงอายุเห็นประโยชน์ของการมีชีวิตยืนยาวแล้ว ผู้สูงอายุควรได้รับการ ส่งเสริมจากผู้รู้ ผู้เชี่ยวชาญ ให้มีโอกาสได้สังเกตและเรียนรู้จากผู้สูงอายุ ต้นแบบที่เป็นตัวอย่างที่ดี ทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม เป็นต้น ความรู้สึก พึงพอใจต่อการมีชีวิตยืนยาว ซึ่งน่าจะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ มีตัวอย่าง เช่น 1) ความชื่นชอบการมีชีวิตยืนยาว ซึ่งเป็นช่วงเวลาได้ตัดทวงกำไรของชีวิต 2) ความพอใจที่จะดูแลรักษาตนเองให้มีชีวิตยืนยาวอย่างมีความสุข 3) ความ อยากรู้อย่างผู้สูงอายุต้นแบบที่มีชีวิตยืนยาวและมากด้วยคุณค่า
- **ขั้นตอนที่ 3 หมั่นกระทำพฤติกรรมซึ่งสนับสนุนเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิต ยืนยาว** เมื่อผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกพึงพอใจต่อการมีชีวิตยืนยาวแล้ว ผู้สูงอายุน่าจะมีแนวโน้มที่จะหมั่นกระทำพฤติกรรมซึ่งสนับสนุนเจตคติที่ดี ต่อการมีชีวิตยืนยาว ตัวอย่างเช่น 1) การกำหนดเป้าหมายเพื่อการมีชีวิต ยืนยาวอย่างมีความสุข ทั้งเป้าหมายระยะสั้น ระยะกลาง และระยะยาว ควรกำหนดครั้งละ 1 เป้าหมาย และควรเป็นเป้าหมายที่สามารถทำให้ สำเร็จได้ 2) การวางแผนสู่เป้าหมายเพื่อการมีชีวิตยืนยาวอย่างมีความสุข 3) ความมุ่งมั่นลงมือทำให้เกิดผลสำเร็จตามแผน เช่น การดูแลตนเองให้ พร้อมเสมอที่จะพึ่งพาตนเองได้ดี ทั้งด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่ อาศัยและสภาพแวดล้อมเพื่อการมีชีวิตยืนยาวอย่างมีความสุข 4) การให้

กำลังใจ/รางวัลแก่ตนเองทุกครั้งเมื่อเกิดผลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

5) การกำหนดเป้าหมายลำดับต่อไป แล้วดำเนินการอย่างต่อเนื่องเรื่อยไป
ไม่หยุดยั้ง

2. การมุ่งมั่นเป็นผู้ให้ที่ดีอย่างต่อเนื่อง (“ห”)

ผู้สูงอายุควรมุ่งมั่นเป็นผู้ให้ที่ดีอย่างต่อเนื่องได้ ตัวอย่างเช่น

- การให้ความรู้ ความคิด ให้แนวทาง ให้คำแนะนำ ให้การปรึกษา
ให้ข้อคิดจากการ มีชีวิตยืนยาว ตลอดจนแบ่งปันประสบการณ์
ให้แก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง และผู้ที่ขอร้อง
- การให้ความรัก ความอบอุ่น ให้ความเมตตา ให้ความเห็นอกเห็น
ใจ ให้ความเอาใจใส่ ให้กำลังใจแก่สมาชิกในครอบครัว ผู้ร่วมงาน
และผู้ที่ดีโอกาสในสังคม
- การให้สิ่งที่มีมากเกินพอแก่ผู้อื่นที่มีความจำเป็นต้องใช้ประโยชน์
ตามความ เหมาะสม

3. การปฏิบัติตนเป็นผู้รับที่ดีอยู่เสมอ (“ร”)

ผู้สูงอายุควรปฏิบัติตนเป็นผู้รับที่ดีอยู่เสมอ ตัวอย่างเช่น

- การน้อมรับคำแนะนำ ความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้ด้วยดี เมื่อประสบ
ปัญหาที่เกิน กำลัง และสติปัญญาของตนเพียงลำพังที่จะแก้ไขได้ โดย
ไม่อวดดี อวดรู้ อวดหยิ่ง
- การยอมรับความรู้และประสบการณ์ใหม่ๆ เพื่อช่วยให้ตนสามารถ
ปรับตัวได้อย่างเท่าทันกับการเปลี่ยนแปลงของโลก
- การรับความไม่แน่นอนและความไม่สมหวังที่เกิดขึ้นได้อย่างมีสติ และ
สงบ

- การยินดีรับเพื่อนใหม่ได้ ผู้มิตรเป็น ทั้งกับบุคคลวัยเดียวกันและต่างวัยกันที่จะช่วยให้ตนมีชีวิตชีวาขึ้น และช่วยเพิ่มความหมายในการดำรงชีวิต
- การรับธรรมชาติเข้ามาหล่อเลี้ยงใจได้อย่างถูกต้อง เพียงพอ และเหมาะสมกับโอกาส เพื่อให้จิตมีคุณภาพสูง และมีพลัง

2.5 ลักษณะของผู้สูงอายุที่รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (ประภัสสร วงษ์ศรี, ณัฐวุฒิ สุริยะ, พนิดา โยวะผุย)

- มองอดีตไปในทางบวก กล่าวคือรู้สึกเป็นสุขเมื่อนึกถึงเรื่องต่างๆ ที่ประสบในอดีต
- มีคุณธรรม เสียสละ
- มีปัญญา มีวุฒิภาวะ สงบ
- เป็นบุคคลที่ได้สั่งสมประสบการณ์ ความรู้ เพื่อถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลัง
- บรรารณาที่จะประสบความสำเร็จ คือ เกิดความปิติ ซึ่งเป็นเป้าหมายใหม่และยอมรับกับความตาย
- มีความสุขเบิกบานเมื่อได้ให้คำปรึกษาผู้อื่น

2.6 แนวทางการช่วยพัฒนาความมีคุณค่า และจิตวิญญาณสำหรับผู้สูงอายุ

- ส่งเสริมการทำความดี การเสียสละ ทำตนให้เป็นประโยชน์ และช่วยเหลือสังคม
- การบำเพ็ญกิจทางศาสนา หรือเจริญสติ เจริญสมาธิ จนเกิดความสุข เกิดความว่างจากตน ว่างจากความเห็นแก่ตัว ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
- มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น
- ดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย มีการเตรียมพร้อม
- ทำความเข้าใจกับชีวิตที่ผ่านมา และเข้าใจกับความคิดเห็นที่แตกต่าง

- สนใจในสวัสดิภาพของผู้อื่น
- เข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์กับผู้อื่น

จากแนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองที่ผู้วิจัยได้ศึกษา ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดนี้เพื่อเป็นเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้สูงอายุต้นแบบที่มีการมองเห็นคุณค่าในตนเองตามเกณฑ์จากแนวคิดนี้ ซึ่งทำให้ขอบเขตของการเลือกผู้สูงอายุต้นแบบแคบลง ส่งผลให้ผลงานมีความเป็นเรื่องราวในด้านต่างๆมากขึ้น

3. แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายภาพ

3.1 ประวัติการถ่ายภาพ

มนุษย์สมัยโบราณรู้จักการวาดภาพ เพื่อการสื่อความหมายและบันทึกความทรงจำ การวาดภาพที่ต้องใช้เวลานานและไม่เหมือนธรรมชาติอย่างแท้จริงและยังด้วยปัญหาอื่นๆอีก ทำให้มนุษย์พยายามคิดค้นวิธีการเพื่อแก้ปัญหาดังกล่าว หลังจากที่ต้องประสบความล้มเหลวครั้งแล้วครั้งเล่า จนในที่สุด ในศตวรรษที่ 19 มนุษย์ก็ประสบความสำเร็จในการคิดค้นกระบวนการถ่ายภาพโดยใช้แสง ซึ่งเป็นการพัฒนาความรู้จากศาสตร์ 2 สาขาด้วยกันคือ สาขาฟิสิกส์ ได้แก่เรื่องของแสง และกล้องถ่ายภาพ และสาขาเคมี ในส่วนที่เกี่ยวกับสารไวแสง และน้ำยาต่างๆ

ในเรื่องกล้องถ่ายภาพนั้น ได้ถือกำเนิดมาจากหลักการของกล้องรูเข็ม ซึ่งถูกค้นพบโดยบังเอิญของชาวอาหรับนานมาแล้ว นั่นคือการได้เห็นภาพหัวกลับของคนกลุ่มหนึ่งที่ผนังกระโจมที่ปักอันเป็นภาพที่เกิดจากแสงสะท้อนจากคนกลุ่มนั้นจากภายนอกผ่านรูเล็กๆเข้าไปในกระโจม เรียกว่า Pin Hole Image หลักการนี้ต่อมาได้วิวัฒนาการมาเป็น” กล้องออปสคิวรา” (Obscura Camera) ซึ่งอัลฮาเซน (Alhazen) นักปราชญ์ชาวอาหรับได้อธิบายไว้ก่อนปี ค.ศ.1039 ว่า มีลักษณะเป็นห้องมืดมีรูเล็กๆที่ฝาผนังข้างหนึ่ง เมื่อแสงเดินทางผ่านรูเล็กๆนี้แล้ว สามารถทำให้เกิดภาพจริงกลับหัวบนฝาผนังด้านตรงข้ามได้ (ณัฐกร สงคราม, 2551)

3.2 ทฤษฎีการถ่ายภาพด้วยกล้อง DSLR เบื้องต้น

1. กล้อง DSLR

DSLR คือ Digital Single Lens Reflex หรือกล้องสะท้อนภาพเลนส์เดี่ยวระบบดิจิทัล เดิมที่เราเรียกว่า SLR หรือ Single Lens Reflex โดยวิธีการบันทึกภาพคือ การใช้แสงที่จะวิ่งผ่านเลนส์เข้ามาในตัวกล้อง เมื่อยังไม่กดปุ่มลั่นชัตเตอร์ แสงที่วิ่งผ่านเลนส์จะถูกกั้นไว้โดยกระจกเงาแนวเฉียง (กระจกสะท้อนภาพ Mirror) ส่งภาพขึ้นด้านบนสะท้อนกันไปมาด้วยวิธีอันชาญฉลาด แล้วส่งต่อไปออกทาง "ช่องมองภาพ" เพื่อให้ผู้ถ่ายภาพได้ส่องดูภาพเสียก่อน เพื่อจะปรับตั้งค่าตามใจผู้ถ่ายภาพ แล้วเมื่อกดชัตเตอร์ กระจกสะท้อนภาพที่พุ่งถึง จึงจะยกตัวขึ้นด้วยกลไกภายใน ปลอ่ยให้แสงวิ่งผ่านเข้าไปสู่ฟิล์มหรือเซนเซอร์ที่อยู่ด้านใน เพื่อทำการบันทึกภาพ ตรงระบบกระจกสะท้อนภาพที่ว่านั้นเป็นที่มาของ Reflex และ Single Lens ซึ่งหมายความว่า การใช้เลนส์ตัวเดียว

2. เลนส์

เลนส์ (Lens) เป็นส่วนประกอบสำคัญของกล้อง ไม่น้อยไปกว่าเซ็นเซอร์เลยทีเดียว เพราะเลนส์ต่างชนิดกันบนกล้องเดียวกัน สามารถให้ความรู้สึกที่แตกต่างกันได้อย่างมากมาย เลนส์อาจผลิตขึ้นจากพลาสติกใส และนำมาประกอบบนกระบอกเลนส์ บางครั้งอาจมีเลนส์หลายชิ้นในกระบอกเดียวกันก็เป็นไปได้เช่นกัน

เลนส์มีหลายประเภท มีการแบ่งประเภทของเลนส์แตกต่างกันออกไป บ้างก็แบ่งเลนส์ตามความยาวโฟกัส บ้างก็แบ่งตามการใช้งาน โดยในที่นี้จะขอแบ่งประเภทของเลนส์ออกเป็นตามการใช้งาน

- เลนส์ทั่วไป (Normal หรือ Standard Lens) หมายถึงเลนส์ที่มองช่องผ่านเลนส์เห็นอย่างไรก็จะถ่ายออกมาตามนั้น เลนส์ประเภทนี้เป็นได้ทั้งเลนส์เดี่ยว และเลนส์ซูม
- เลนส์มุมกว้าง (Wide Angle Lens) หรือเลนส์ Wide เป็นเลนส์ที่รับภาพมุมกว้างได้มากกว่าปกติ เหมาะสำหรับถ่ายในพื้นที่แคบหรือจำกัด แต่อยากได้ภาพแบบกว้างๆ

- เลนส์มาโคร (Macro Lens) หมายถึง เลนส์ที่ใช้สำหรับถ่ายภาพระยะใกล้ๆ
- เลนส์ถ่ายไกล (Telephoto) หมายถึงเลนส์ที่ใช้สำหรับการถ่ายภาพระยะไกล มักใช้ถ่ายภาพสัตว์ในธรรมชาติ ซึ่งอาจไม่สามารถเข้าใกล้ได้

3. เทคนิคในการถ่ายภาพ

1. การจัดองค์ประกอบของภาพถ่าย (Composition)

การถ่ายภาพให้สวยงามและมีคุณค่านั้น นอกจากการให้ภาพได้รับแสงได้พอดี มีความคมชัดแล้ว การจัดองค์ประกอบต่างๆในภาพ การเลือกมุมถ่ายที่เหมาะสมตลอดจนมีเนื้อหาที่น่าสนใจ สามารถดึงดูด โน้มน้าวจิตใจ ของผู้ชมให้เกิดอารมณ์และความรู้สึกคล้อยตามนั้น ก็มีความสำคัญยิ่งอีกประการหนึ่ง

การสร้างภาพถ่าย มีลักษณะเหมือนกันกับการวาดภาพของของจิตรกร ซึ่งเริ่มจากกระดาษที่ว่างเปล่า สร้างแนวความคิด หาเรื่องราว จัดวางตำแหน่ง เพื่อประกอบให้ได้ภาพที่สวยงาม นักถ่ายภาพที่ดีจึงต้องเป็นผู้ที่มีแนวความคิดสร้างสรรค์ สามารถค้นหาสิ่งที่น่าสนใจในธรรมชาติแวดล้อม สร้างความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่างๆให้เกิดมีความหมาย ด้วยการจัดวางตำแหน่งการประกอบภาพอย่างเหมาะสม ให้ภาพถ่ายมีความสวยงาม มีบรรยากาศให้ความรู้สึกได้

การประกอบภาพโดยทั่วไป ควรคำนึงถึงหลักการดังต่อไปนี้

1. องค์ประกอบของภาพ

ในการสร้างภาพถ่ายขึ้นมาแต่ละภาพที่ให้เรื่องราว ความรู้สึก ความสวยงาม มีคุณค่านั้น ย่อมต้องมีสิ่งต่างๆที่ปรากฏอยู่ในภาพแต่ละภาพจะมีลักษณะแตกต่างกันออกไปในหลายรูปแบบเช่น

- รูปทรง (Form) ภาพที่ให้อารมณ์จะมีมิติคือ กว้าง ยาว ลึก ได้แก่ ทรงสี่เหลี่ยม ทรงสามเหลี่ยม ทรงกลม ทรงกระบอก ฯลฯ สำหรับภาพถ่าย

เช่น ภาพถ่ายอาคาร ตึก วัด ผลไม้ วัตถุ เครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จะประกอบด้วยรูปทรงลักษณะต่างๆ การถ่ายภาพเพื่อให้เห็นลักษณะของรูปทรงเด่นชัด มีมิติ จำเป็นต้องเลือกมุมในการถ่ายภาพ เพื่อให้ได้ทิศทางของแสงที่เหมาะสมด้วย

- รูปร่างลักษณะ (Shape) ได้แก่ ภาพที่เน้นเฉพาะรูปร่างขององค์ประกอบ ไม่ได้แสดงรายละเอียด มิติความลึก เช่น ภาพถ่ายย้อนแสงให้เห็นรูปร่างลักษณะของวัตถุ เป็นภาพเงาดำ เช่น แขนไม้ ต้นตาล เกวียน คน ลวดลายต่างๆ เป็นต้น

- น้ำหนักสี (Tone) วัตถุสิ่งของต่างๆที่มีในธรรมชาติ จะมีน้ำหนักของสี มีค่าของความสว่าง และความเข้มไม่เหมือนกัน และถ้าวัตถุสิ่งของต่างๆเหล่านั้นได้รับแสง เงา ที่ต่างกัน น้ำหนักสีของวัตถุสิ่งของเหล่านั้นจะมีค่าความสว่างความเข้มแตกต่างกันไปอีกด้วย เช่น สีขาวของเสื้อของผู้ที่ยืนกลางแจ้งจะขาวกว่าผู้ที่ยืนใต้ร่มไม้หรือในห้อง ซึ่งจะมีสีเทาอ่อน และเทาเข้มตามลำดับ น้ำหนักของสีที่แตกต่างกันจะให้ความลึกของภาพ เช่นภาพภูเขาที่สลับซับซ้อน ยิ่งอยู่ไกลออกไป จะดูสีอ่อนจางลงไป ลักษณะของน้ำหนัก สีของภาพที่มีบริเวณส่วนใหญ่สว่างขาวสดใส เรียกว่า ไฮคีย์ (High Key) ให้ความรู้สึกอ่อนหวาน นุ่มนวล ส่วนภาพที่มีบริเวณส่วนใหญ่เข้ม มีเงาและมีด เรียกว่า โลว์คีย์ (Low Key) ให้ความรู้สึกเข้มแข็ง ลึกลับ รุนแรง

- ลักษณะพื้นผิว (Texture) ลักษณะของพื้นผิวเป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งของการจัดภาพ ลักษณะพื้นผิวของวัตถุ มีอยู่มากมายหลายชนิด ให้ความสวยงาม และความรู้สึกเร้าอารมณ์ที่แตกต่างกัน เช่น ผิวของแก้ว หรือกระจกที่มันเรียบ ผิวของพื้นทราย ผิวของหินที่ขรุขระ ผิวของริ้วรอยเหี่ยวย่นของใบหน้าคนชรา ฯลฯ การรู้จักเลือกลักษณะพื้นผิวประกอบในภาพให้เหมาะสม เช่นจัดวัตถุผิวเรียบบนพื้นผิวขรุขระ จะทำให้เห็นวัตถุผิวเรียบชัดเจนนั่น

- รูปแบบ (Pattern) ได้แก่ การจัดองค์ประกอบของภาพที่มีลักษณะซ้ำๆกันของวัตถุ อาจแสดงในลักษณะของเส้น รูปร่าง ลักษณะพื้นผิว ฯลฯ จะช่วยให้ภาพถ่ายมีความแปลกใหม่น่าดูยิ่งขึ้น

- เส้น (Line) เป็นส่วนประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งในการจัดองค์ประกอบของภาพ เป็นตัวนำสายตาไปสู่จุดเด่น หรือจุดสนใจของภาพถ่ายเชื่อมโยงองค์ประกอบต่างๆในภาพ เช่น เส้นตรง หรือเส้นแนวตั้ง แสดงถึงความสง่าภาคภูมิ เส้นขวางหรือเส้นแนวนอน แสดงถึงความรู้สึกสงบนิ่ง เส้นเฉียงหรือเส้นทแยง ให้ความรู้สึกถึงความเคลื่อนไหว เส้นโค้ง และเส้นคดเคี้ยวให้ความรู้สึกอ่อนช้อยนิ่มนวล

2. การสร้างความสมดุลของภาพ (Balance)

การจัดวางตำแหน่งต่างๆขององค์ประกอบของภาพ จะต้องให้มีความสมดุลซึ่งจะมีอยู่ 2 ลักษณะ

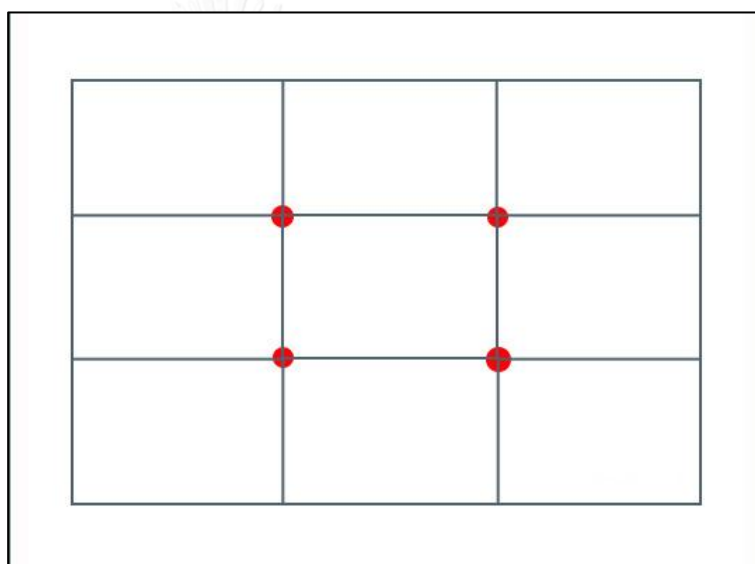
- ความสมดุลที่เท่ากัน (Formal or Symetry balance) ได้แก่ การจัดประกอบภาพที่ให้องค์ประกอบที่มีขนาด รูปร่าง และน้ำหนักสีทั้งสองข้างซ้ายขวาเท่ากัน

- ความสมดุลที่ไม่เท่ากัน (Informal or Asymetry balance) ภาพประเภทนี้จะมียุคประกอบของภาพ เช่นขนาด รูปร่าง และน้ำหนักสีทั้งสองข้างซ้ายขวาไม่เท่ากัน แต่เมื่อประกอบเป็นภาพถ่ายแล้วจะให้ความสมดุลของภาพได้

3. การเน้นจุดสนใจ (Point of interest)

ภาพถ่ายแต่ละภาพ ควรมีจุดเด่นซึ่งเป็นจุดแห่งความสนใจ และไม่ควรให้มามากกว่า 1 แห่ง แต่ถ้าจำเป็นต้องมีหลายจุด ควรให้ความสัมพันธ์เกี่ยวข้องสอดคล้องส่งเสริมซึ่งกันและกันเพื่อให้ภาพมีเอกภาพ (Unity) มีความหมายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

การวางตำแหน่งจุดสนใจของภาพนั้น ในวงการศิลปะไม่นิยมวางไว้ ศูนย์กลางของภาพ เพราะจะทำให้เกิดความรู้สึกสงบนิ่ง จืดตา ไม่น่าสนใจ แต่ก็สามารถพบเห็นอยู่เสมอในกรณีที่ต้องการเน้นภาพอย่างจริงจัง เช่น ภาพโฆษณา ภาพ ลวดลาย เป็นต้น การวางตำแหน่งจุดสนใจนั้น นิยมใช้กฎ 3 ส่วน (Rule of Third) หรือบางทฤษฎีเรียกจุดตัด 9 ช่อง มาเป็นแนวทางในการสร้างภาพ ได้แก่ การแบ่ง เนื้อที่ของภาพตามแนวนอนและแนวตั้งออกเป็น 3 ส่วนเท่าๆกัน จะได้ออกมาเป็น 9 ช่อง จุดตัด 4 จุด ซึ่งจุดตัดของเส้นต่างๆ จะเป็นบริเวณตำแหน่งที่วางจุดสนใจ สำคัญ



ภาพที่ 1 ภาพจุดตัด 9 ช่อง

4. ฉากหน้าและฉากหลังของภาพ (Foreground and Background)

การถ่ายภาพทิวทัศน์ต่างๆ การจัดให้มีฉากหน้าและฉากหลังพอสมควรจะ ช่วยเสริมให้เกิดความงามในภาพถ่ายได้มาก แต่ถ้าไม่รู้จักเลือกทั้งฉากหน้าและฉาก หลังให้เหมาะสม อาจทำให้ความงามของภาพเสียไปได้เหมือนกัน เช่น การถ่ายภาพ หญิงสาวมีฉากหลังเป็นต้นไม้ เสาไฟ ป่าละเมาะ ถ้าเลือกมุมถ่ายไม่ดี ที่ศีรษะของ นางแบบอาจมีกิ่งไม้หรือเสาไฟโผล่ขึ้นมาข้างหลังได้ ทำให้ภาพที่ได้ขาดความ สวยงามไปอย่างน่าเสียดาย หากเลี้ยงมุมถ่ายไม่ได้ควรใช้วิธีเปลี่ยนเลนส์ถ่ายภาพ เพื่อให้ภาพมีความชัดเจนที่ตัวแบบ ส่วนฉากหลังให้เบลอ การเพิ่มองค์ประกอบ

ของภาพบางอย่างไว้ที่ฉากหน้าของภาพ เช่น โขดหิน กิ่งไม้ ยอดหญ้า ฯลฯ จะช่วยให้ภาพมีความสมดุล มีมิติ คือสร้างความลึกให้เกิดขึ้นได้อีกด้วย

5. ใช้กรอบเพื่อเน้นภาพให้เด่นชัด (Frame)

การประกอบภาพโดยการเพิ่มกรอบให้เป็นฉากหน้าของภาพ จะช่วยสร้างความเด่นสะดุดตา ทำให้ภาพภายในกรอบดูเด่น น่าสนใจขึ้น เช่น ช่องประตู หน้าต่าง รั้ว กิ่งไม้ ฯลฯ และควรให้กรอบภาพเหล่านี้มีน้ำหนัก ความเข้มของภาพให้มากกว่าภาพเรื่องราวที่อยู่ภายใน

การจัดองค์ประกอบของภาพดังกล่าวเป็นเพียงหลักการพื้นฐานที่จะนำไปใช้ในการสร้างภาพถ่าย เป็นหลักการที่นักถ่ายภาพนิยมปฏิบัติสืบทอดกันมา แต่คงไม่ใช่กฎเกณฑ์ในการประกอบภาพที่ต้องยึดติดยึดถือเป็นหลักตายตัวไปโดยตลอด ทำให้เกิดการจำกัดแนวความคิดสร้างสรรค์ของนักถ่ายภาพได้ และจะทำให้ผลงานการถ่ายภาพมีลักษณะซ้ำซาก จำเจ น่าเบื่อหน่าย ฉะนั้นจึงควรเริ่มการศึกษาเรียนรู้หลักการพื้นฐานที่สำคัญๆ ในการจัดองค์ประกอบของภาพ จนเข้าใจก่อน เมื่อมีความชำนาญแล้ว อาจต้องแสวงหาแนวทางสร้างสรรค์ภาพให้มีอิสระขึ้น สามารถแสดงออกด้วยการสร้างภาพตามแนวคิดและจินตนาการของตนเอง เพื่อให้ได้ผลงานการถ่ายภาพที่แปลกใหม่ น่าตื่นตาดึงดูดยิ่งขึ้น

2. การให้แสงในการถ่ายภาพ

ส่วนประกอบที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งในการถ่ายภาพคือ “แสง” ถ้าไม่มีแสงสว่างพอก็ถ่ายภาพไม่ได้ ในวิชาการถ่ายภาพซึ่งภาษาอังกฤษเรียกว่า Photography ก็มีความหมายว่าการเขียนด้วยแสงสว่าง (Light Writing) และถึงแม้จะมีแสงสว่างเพียงพอที่จะถ่ายภาพได้ การรู้จักเลือกใช้ชนิดของแสง ตลอดจนการกำหนดทิศทางของแสงได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมแล้วก็จะสามารถสร้างสรรค์ความงามให้กับภาพถ่ายได้สวยงามยิ่งขึ้น

แสงที่ให้ผลต่อการถ่ายภาพโดยทั่วไปนั้นมีอยู่ 2 ประเภทคือ

1. แสงธรรมชาติ (Natural light) ได้แก่แสงสว่างจากดวงอาทิตย์หรือแสงแดด นับว่าเป็นแหล่งกำเนิดแสงที่ให้สีถูกต้องสวยงามตามธรรมชาติมากที่สุดในการถ่ายภาพ

2. แสงประดิษฐ์ (Artificial light) ได้แก่แสงสว่างจากหลอดไฟทุกชนิดตลอดจนแสงที่เกิดจากสิ่งที่มีมนุษย์ประดิษฐ์ขึ้น เช่น แสงจากหลอดไฟอิเล็กทรอนิกส์ (Electronic flash) แสงจากหลอดไฟฟลัด (Photoflood light) แสงจากหลอดไฟลูออเรสเซนต์ (Fluorescent light) แสงอื่นๆ เช่นแสงไฟจากตะเกียง เทียนไข เป็นต้น

3. ทิศทางของแสง

ในการถ่ายภาพถ้าใช้แสงจากธรรมชาติซึ่งได้แก่ แสงจากดวงอาทิตย์จำเป็นต้องทำความเข้าใจกับเวลาทิศทางของดวงอาทิตย์ที่เปลี่ยนแปลงไป มุมต่างๆของแสงจะทำให้เงาของวัตถุเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย แต่ถ้าใช้แสงประดิษฐ์ และสามารถให้เราควบคุมทิศทาง ความสูงของไฟ ตลอดจนความเข้มของแสงสว่าง ช่วยให้ภาพถ่ายมีลักษณะรูปทรง สร้างมิติของสิ่งต่างๆให้ปรากฏขึ้น ทิศทางของแสงสามารถแยกแนวการส่องสว่างได้เป็น 2 ทางด้วยกันคือ

1. ทิศทางแสงตามแนวราบหรือแนวนอน (Horizontal light placement) แสงตามแนวนอนนี้มีทิศทางและมุมการส่องสว่างต่างกันดังนี้

- แสงด้านหน้า (Front light) ได้แก่แสงที่ส่องมาจากทางด้านหน้าของวัตถุที่จะถ่ายมาจากทิศทางเดียวกันกับกล้องถ่ายภาพ แสงด้านหน้าทำให้วัตถุได้รับแสงสว่างได้ทั่วด้านหน้า วัตถุจะไม่มีเงา ทำให้ภาพได้ภาพที่เรียบแบน ไม่มีความลึกความหนา เหมาะสำหรับถ่ายภาพที่ต้องการให้เห็นวัตถุเรียบแบน

- แสงจากด้านข้าง (Side light) ได้แก่แสงที่ส่องทางด้านข้างของวัตถุที่จะถ่าย ทำมุม 90 องศา กับตำแหน่งกล้อง ทั้งทางด้านซ้ายมือหรือขวามือ การให้แสงด้านข้างจะทำให้วัตถุได้รับแสงสว่างจัดตัดกับอีกส่วนหนึ่งที่เป็นเงาเข้ม ทำให้เห็นวัตถุที่ถ่ายมีมิติเห็นลายพื้นผิวของวัตถุชัดเจน

- แสงด้านหลัง (Back light) ได้แก่แสงที่ส่องมาจากด้านหลังของวัตถุที่จะถ่าย อยู่ตรงกันข้ามกับกล้องถ่ายภาพ ถ้าฉากหลังเป็นสีขาวจะได้ภาพถ่ายของวัตถุเป็นภาพเงาดำบนพื้นขาว และถ้าฉากหลังเป็นสีดำเข้มจะได้ภาพถ่ายของวัตถุเป็นภาพเงาดำมีแสงสว่างตามขอบรอบๆวัตถุ ทำให้มองเห็นวัตถุแยกออกจากพื้นฉาก

- แสงเฉียงหน้า (Semi-front light) ได้แก่แสงที่ส่องเป็นมุมเฉียงทางด้านหน้าของวัตถุทั้งทางด้านซ้ายหรือด้านขวา การจัดไฟให้แสงเฉียงด้านหน้าจะให้ความกลมกลืนของแสงกับเงาได้เป็นอย่างดี เหมาะสำหรับการถ่ายภาพวัตถุที่มีลักษณะทรงกลม

- แสงเฉียงหลัง (Semi-back light) ได้แก่แสงที่ส่องเป็นมุมเฉียงทางด้านหลังของวัตถุทั้งด้านซ้ายหรือด้านขวา การจัดไฟให้แสงเฉียงด้านหลังจะช่วยเน้นรูปทรงของวัตถุที่จะถ่าย ให้เห็นเด่นแยกจากพื้นหลังได้เป็นอย่างดี

2. ทิศทางแสงตามแนวตั้ง (Vertical light placement) ทิศทางของแสงตามแนวตั้ง เป็นทิศทางของแสงที่มาจากตำแหน่งโดยรอบของวัตถุที่จะถ่าย แต่เป็นทิศทางจากตำแหน่งด้านบน ด้านล่าง ด้านหน้า ด้านหลัง เฉียงหน้าทั้งส่วนบนและล่าง และเฉียงหลังทั้งส่วนบนและล่าง ภาพถ่ายที่ปรากฏออกมาจากการให้แสงตามตำแหน่งทิศทางต่างๆตามแนวตั้ง จะให้ผลของแสงและเงาในวัตถุที่ถ่าย เหมือนกันกับการให้แสงตามทิศทางแนวราบ

4. แสงในการถ่ายภาพนอกสถานที่

แสงหลักในการถ่ายภาพนอกสถานที่ ได้แก่ แสงจากดวงอาทิตย์ ซึ่งเราไม่สามารถควบคุมปริมาณและทิศทางของแสงได้เหมือนกับการใช้แสงในสตูดิโอ จึงจำเป็นต้องคอยเลือกการใช้แสงตามตำแหน่งดวงอาทิตย์ที่เปลี่ยนแปลงไปให้เหมาะสม แสงจากดวงอาทิตย์ในเวลาเที่ยงหรือบ่าย จะให้แสงที่แรงสว่างจ้า เวลาที่ก่อนดวงอาทิตย์ขึ้นตอนเช้าและหลังจากดวง

อาทิตย์ตกในตอนเย็น แสงสว่างจะนุ่มนวล แสงในร่มเงาของอาคาร ต้นไม้ หรือแสงในเวลา
 อากาศครึ้มมีเมฆบังดวงอาทิตย์ ก็จะทำให้แสงที่นุ่มนวลเหมาะในการถ่ายภาพได้เช่นกัน

3.3 การถ่ายภาพบุคคล (Portraits)

การถ่ายภาพบุคคล เป็นการบันทึกโครงสร้างลักษณะ และความนึกคิดของผู้
 ถ่ายภาพและผู้ถูกถ่ายภาพ ฉะนั้นภาพถ่ายบุคคลจึงเปรียบเสมือนตัวแทนบุคคลที่ถูกถ่าย ทั้ง
 ในด้านความนึกคิดและลักษณะท่าทาง

ภาพถ่ายที่ดีควรแสดงออกใน 2 ประการคือ ความนึกคิด ความสร้างสรรค์ของผู้
 ถ่ายภาพ และ ความสามารถแสดงบุคลิกของผู้ถูกถ่ายได้เป็นอย่างดี

ภาพถ่ายบุคคลที่จะแสดงออกได้ทั้ง 2 ประการดังกล่าว จำเป็นต้องมีความเข้าใจใน
 องค์ประกอบต่างๆ ดังนี้คือ

- การจัดเสื้อผ้าให้เหมาะสมกับบุคลิกและอาชีพ
- การจัดฉาก อาจจัดในสตูดิโอ หรือฉากธรรมชาติ
- การจัดภาพ จัดท่าทาง ของผู้เป็นแบบ
- การจัดแสง อาจใช้แสงธรรมชาติ หรือแสงไฟประดิษฐ์
- การเลือกใช้กล้องและเลนส์ในการถ่ายภาพให้เหมาะสม
- การเลือกมุมกล้องในการถ่ายภาพ

การถ่ายภาพบุคคลนอกอาคาร ถ้าจำเป็นต้องถ่ายภาพขณะที่มีแสงสว่างจ้าซึ่งทำ
 ให้เกิดเงาตัดกันแข็งจนเกินไป ก็อาจแก้ไขโดยการใช้แผ่นสะท้อนแสงหรือ Reflector เพื่อรับ
 แสงสว่างให้สะท้อนไปลงเงาโดยเฉพาะส่วนของใบหน้าที่เกิดเงาเข้มเกินไป และในบางครั้งก็
 อาจใช้ไฟแฟลชหลบเงาบนใบหน้าหรือเพิ่มความสว่างให้กับใบหน้าขณะที่ถ่ายภาพในเวลาที่มี
 แสงแดดส่องตรงศีรษะ ซึ่งทำให้เกิดเงาดำที่ดวงตา จมูก และปาก ทำให้ได้ภาพที่ไม่น่าดู

แสงธรรมชาติที่เหมาะสมในการถ่ายภาพ

1. แสงสว่างจากดวงอาทิตย์ตอนเช้าและตอนบ่าย ขณะที่ดวงอาทิตย์ทำมุมไม่เกิน 45 องศา
2. แสงสว่างจากดวงอาทิตย์ตลอดเวลา แต่เป็นแสงสะท้อนได้แก่ แสงในร่มเงา เช่น ใต้ต้นไม้ ใต้ชายคา แสงสว่างจากประตูหน้าต่าง
3. แสงสว่างจากดวงอาทิตย์โดยใช้แผ่นสะท้อนแสง
4. แสงสว่างที่เกิดจากการบดบังของเมฆและหมอก

3.4 สีกับการสื่อความหมาย

สี (Color) พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายของสีว่า “ลักษณะของแสงที่ปรากฏแก่สายตาให้เห็นเป็นสี ในทางวิทยาศาสตร์ได้จำกัดความของคำว่า ”สี” คือเป็นคลื่นแสงหรือความเข้มข้นของแสงที่สายตาสามารถมองเห็น (จินตนา ถ้ำแก้ว, 2555)

ในทางศิลปะได้จำกัดความของคำว่า ”สี” คือทัศนธาตุอย่างหนึ่งที่เป็นองค์ประกอบสำคัญของงานศิลปะ และใช้ในการสร้างงานศิลปะ โดยจะทำให้ผลงานมีความสวยงาม ช่วยสร้างบรรยากาศ มีความสมจริงเด่นชัดและน่าสนใจมากขึ้น สีเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งของงานศิลปะ และเป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึก อารมณ์ และจิตใจได้มากกว่าองค์ประกอบอื่นๆ ในชีวิตของมนุษย์มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสีอย่างแยกไม่ออก โดยสีที่จะให้ประโยชน์ด้านต่างๆเช่น

- ใช้ในการจำแนกสิ่งต่างๆ เพื่อให้เห็นความแตกต่างที่ชัดเจน
- ใช้ในการจัดองค์ประกอบของสิ่งต่างๆ เพื่อให้เกิดความสวยงาม กลมกลืน
- ใช้ในการจัดกลุ่ม แบ่งพวก ด้วยการใช้สีต่างๆ
- ใช้ในการสื่อความหมาย เป็นสัญลักษณ์ หรือใช้บอกเล่าเรื่องราว
- ใช้ในการสร้างสรรค์งานศิลปะ เพื่อให้เกิดความสวยงาม สร้างบรรยากาศสมจริงและน่าสนใจ

- เป็นองค์ประกอบในการมองเห็นสิ่งต่างๆ ของมนุษย์

3.4.1 การใช้สีในเชิงสัญลักษณ์

- **สีแดง** มีความอบอุ่น ร้อนแรง เปรียบดังดวงอาทิตย์ นอกจากนี้ยังแสดงถึงความเป็นชีวิตชีวา ความรัก ความปรารถนา เช่น ดอกกุหลาบสีแดงวันวาเลนไทน์ แสดงความมั่งคั่ง อุดมสมบูรณ์ และอำนาจ สีแดงอาจใช้ในความหมายประเภทห้าม หรืออาจแสดงถึงความอันตราย เป็นสีที่ต้องระวัง หรือเป็นสีของเลือดก็ได้เช่นกัน
- **สีเขียว** แสดงถึง ธรรมชาติ ความสดชื่นร่มเย็น สีเขียวมักสื่อความหมายเกี่ยวกับการอนุรักษ์ธรรมชาติ เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม การเกษตร การเพาะปลูก การเกิดใหม่ ฤดูใบไม้ผลิ การรอกงาม และใช้เป็นสัญลักษณ์แสดงถึงความปลอดภัยได้อีกด้วย
- **สีเหลือง** แสดงถึง ความสดใส ความเบิกบาน ความรุ่งเรือง ความมั่งคั่ง และฐานันดรศักดิ์ ในทางตะวันออกเป็นสีของกษัตริย์ เป็นสีของพระพุทธศาสนา
- **สีน้ำเงิน** แสดงถึงความสุขุม หนักแน่น ความสูงศักดิ์ในธงชาติไทย สีน้ำเงินหมายถึงพรมหากษัตริย์ โดยทั่วไปสีน้ำเงินหมายถึง โลก ซึ่งเราจะเรียกว่าโลกสีน้ำเงิน (Blue Planet) เนื่องจากเป็นดาวเคราะห์ที่มองเห็นเห็นจากอวกาศ โดยเห็นเป็นสีน้ำเงินสดใสเนื่องจากมีพื้นที่น้ำที่กว้างใหญ่
- **สีม่วง** เป็นสีที่มพลังหรือการมีพลังแอบแฝงอยู่ และเป็นสีแห่งความผูกพัน อาจหมายถึง ความเศร้า ความผิดหวังจากความรัก
- **สีฟ้า** แสดงถึง ความสว่าง ความปลอดภัย โปร่ง เปรียบเหมือนท้องฟ้า เป็นสีของความสะอาดปลอดภัย แสดงถึงอิสรภาพที่

สามารถบอกรับ เป็นสีแห่งความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการที่ไม่มี
มีขอบเขต

- **สีทอง** แสดงถึง ความมีคุณค่า ราคา สิ่งของหายาก ความสำคัญ
ความสูงส่งสูงศักดิ์ ความศรัทธาสูงสุด ในงานจิตรกรรมเป็นสีผิว
การของพระพุทธเจ้า พระมหากษัตริย์ เจดียย์ต่างๆมักเป็นสีทอง
เป็นเครื่องประกอบยศศักดิ์ของกษัตริย์และขุนนาง
- **สีขาว** แสดงถึงความสะอาด บริสุทธิ์ ความว่างเปล่า ปราศจาก
กิเลสตัณหา ความเชื่อถือ ความดั่งาม ความศรัทธา และการเกิด
ความรักและความหวัง ความหวังใยเอื้ออาทรและเสียสละ ความ
อ่อนโยน และคงามจริงใจ
- **สีดำ** แสดงถึง ความมืด ความลึกลับลึนหวัง ความตาย เป็นที่
สิ้นสุดของทุกสิ่ง สีทุกสีเมื่ออยู่ในความมืดจะเห็นเป็นสีดำ และ
หมายถึงความชั่วร้าย อาถรรพ์ เวทมนตร์ มนต์ดำ ไสยศาสตร์
ความชิงชัง ความโหดร้าย ทำลายล้าง ความลุ่มหลงเมาเมี้ยว แต่ยัง
หมายถึงความอดทน กล้าหาญ เข้มแข็ง และเสียสละได้ด้วย
- **สีชมพู** แสดงถึง ความอบอุ่น อ่อนโยน ความอ่อนหวาน นุ่มนวล
ความน่ารัก แสดงถึงความรักของมนุษย์ เป็นสีของความเอื้ออาทร
การปลอบประโลม เอาใจใส่ ดูแล ความปรารถนาดี ความเป็นมิตร
- **สีน้ำตาล** เป็นสีของแผ่นดิน สีน้ำตาลให้ความรู้สึกมั่นคง ลด
ความรู้สึกที่ไม่ปลอดภัย อย่างไรก็ตามสีน้ำตาลมักเกี่ยวข้องกับการ
เติมเต็มของความรู้สึก บำบัดจากความเศร้าโศกความรู้สึกคับอก
คับใจสีนี้มักจะนำไปช่วยเหลือคนที่รู้สึกหมดคุณค่าในตัวเอง

3.4.2 หลักการใช้สี

การใช้สีโทนร้อนและโทนเย็นในการออกแบบใช้สีในงานใดๆ ก็ตาม หากใช้สีใช้สีใน
กลุ่มโทนร้อนหรือกลุ่มโทนเย็นอย่างเดียวในงาน จะทำให้เกิดความน่าเบื่อ ผู้ที่มีความชำนาญ

ในการใช้สีสามารถจะใช้สีทั้งสองกลุ่มนี้ได้โดยใช้จังหวะของสีที่เหมาะสม ผู้ออกแบบมักจะไม่ใช่สีโทนเดียวในงานออกแบบ เพราะจะทำให้งานไม่น่าสนใจ หรือการใช้สีตรงข้ามในอัตราส่วนที่เท่ากัน อาจเกิดการตัดกันรุนแรง คือเมื่อต้องการใช้สีโทนเย็นเป็นหลัก ในงานจึงต้องใช้สีโทนร้อนเป็นสีรอง

3.5 ประโยชน์ของภาพถ่าย

ในปัจจุบันนี้ภาพถ่ายได้เข้ามาเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของมนุษย์เรามากยิ่งขึ้น ทั้งนี้เพราะภาพถ่ายเป็นสื่อ (Media) ที่สำคัญที่จะถ่ายทอดเรื่องราว เหตุการณ์ต่างๆ ตลอดจนแนวความคิด ความรู้สึกเผยแพร่ไปยังบุคคลอื่นๆ ให้เกิดความเข้าใจระหว่างกันและกันได้ แม้เป็นบุคคลต่างชาติต่างภาษา ทั้งนี้เพราะภาพถ่ายเป็นภาษาสากลเป็นอวจนภาษา นอกจากนั้นภาพถ่ายยังเป็นสื่อสร้างสรรค์ความงามจนเป็นที่ยอมรับว่าเป็นศิลปะแขนงหนึ่งด้วย

ตามประวัติการสื่อสารความหมายของมนุษย์ พบว่ามนุษย์ใช้ภาพในการติดต่อระหว่างกัน ก่อนที่จะใช้ภาษาพูดและเขียน โจฮัน อมอส คอมมินิอุส (Johann Amos Comenius) เป็นคนแรกที่นำภาพมาประกอบกับบทเรียนในหนังสือ Orbis Pictus ซึ่งเป็นหนังสือเล่มแรกของโลกที่มีภาพประกอบ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ศึกษามีความเข้าใจในเนื้อหาสาระได้รวดเร็วยิ่งขึ้น ดังคำกล่าวที่ว่า “ภาพหนึ่งภาพมีความหมายมากกว่าคำพูดหรือการเขียนนับพันคำ”

ประโยชน์ของภาพถ่ายพอสรุปได้ดังนี้

- ภาพถ่ายเป็นงานศิลปะ ให้ประโยชน์ในทางสร้างสรรค์ เป็นสิ่งที่สวยงามจรรโลงใจ
- เป็นต้นแบบในการเผยแพร่โฆษณาถ่ายทอดไปยังสื่อมวลชนต่างๆ
- ภาพถ่าย สามารถสร้างความเข้าใจและดึงดูดความสนใจให้กับผู้ชมได้มาก
- ภาพถ่ายสามารถให้ข้อเท็จจริงรายละเอียดสิ่งที่อยู่ภายใน ให้ผู้ชมมองเห็นและเข้าใจสิ่งนั้นๆ ดีขึ้นในเวลาอันรวดเร็ว
- รูปภาพสามารถช่วยเปลี่ยนเจตคติของผู้ชมได้เป็นอย่างดี สามารถแก้ไขรอยประทับใจที่ผิดๆ มาแต่เดิมได้

- สามารถชมภาพถ่ายสถานที่ไกลๆได้โดยไม่ต้องเดินทาง
- ภาพถ่ายสามารถบันทึกเหตุการณ์ในอดีตเพื่อนำมาชมในปัจจุบันหรืออนาคตได้
- การใช้ภาพถ่ายนั้นไม่มีการจำกัดเวลา ใช้ได้ทุกโอกาสที่ต้องการเตือนความจำ ทั้งยังสามารถทำให้ผู้รับชมสามารถจดจำสิ่งนั้นๆได้คงทนถาวรอีกด้วย
- ภาพถ่ายสามารถเป็นอนุสรณ์ ระลึกถึงบุคคล สถานที่ เหตุการณ์ต่างๆได้

3.6 การถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร

การถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร หมายถึงการถ่ายภาพเพื่อนำมาใช้แลกเปลี่ยนข่าวสารซึ่งกันและกันระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร ในที่นี้ ภาพถ่ายเปรียบเสมือนสาร (Message) ที่ผู้ส่งสารส่งออกไปยังผู้รับสาร ผ่านภาพถ่ายที่เป็นสื่อกลาง (Media) หรือช่องทาง (Channel) ที่ผู้ส่งสารต้องการหาวิธีในการส่งสารให้ไปถึงตัวผู้รับสาร (กนกรัตน์ ยศไกร, 2550)

เมื่อพิจารณาการใช้ประสาทสัมผัสต่างๆทั้ง 5 ของมนุษย์ คือ ตา หู คอ จมูก ลิ้น และผิวหนัง จะพบว่า มนุษย์เราใช้ตามองเห็นและรับรู้สารเป็นอันดับต้นๆ แม้กระทั่งขณะหลับ จิตใต้สำนึกยังสามารถจินตนาการออกมาเป็นภาพ หรือที่เราเรียกกันว่าความฝัน ดังนั้น หากจะกล่าวถึงภาพมีความสำคัญมาเป็นอันดับหนึ่งต่อกระบวนการสื่อสารก็ดูจะสมเหตุสมผลได้ เห็นได้จากการนำภาพมาใช้ประกอบการผลิตสื่อหลากหลายชนิด โดยเฉพาะภาพถ่าย นอกจากจะดึงดูดความน่าสนใจของผู้พบเห็นได้ดีแล้ว ยังสามารถถ่ายทอดหรือสื่อสารความหมายได้อย่างชัดเจน รวดเร็ว ลดความซับซ้อน และช่วยให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น เราสามารถสรุปบทบาทของภาพถ่ายในการสื่อสารด้านต่างๆได้ ดังนี้ (ณัฐกร สงคราม, 2551)

1. ใช้บันทึกข้อมูลเรื่องราวเพื่อเป็นหลักฐานทางประวัติศาสตร์ การสืบทอดศิลปะประเพณี วัฒนธรรม และวิถีการดำรงชีวิตของคนในชุมชน สังคม เพื่อประโยชน์ต่อการสืบค้นเรื่องราวของคนรุ่นหลัง
2. ใช้เพื่อแสดงตัวตนหรือเป็นหลักฐานทางกฎหมาย รวมทั้งใช้ในการตัดสินเกมกีฬาที่ไม่สามารถตัดสินด้วยตาเปล่าได้

3. ใช้บอกหรืออธิบายเรื่องราวหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยเป็นไปตามข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น อาจเป็นภาพในหนังสือพิมพ์ วารสาร โทรทัศน์ที่เสนอข่าวหรือเหตุการณ์เพื่อให้ผู้ชมได้เห็น และเข้าใจ

4. ใช้เพื่อการโฆษณาและประชาสัมพันธ์ ดึงดูดความสนใจผู้บริโภคหรือกลุ่มเป้าหมายให้ อยากใช้สินค้า บริการ หรือการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ รวมทั้งการสร้างภาพลักษณ์ให้กับองค์กรเพื่อ เป็นที่จดจำของผู้บริโภค

5. ใช้เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของบุคคล ภาพถ่ายในลักษณะนี้ถือเป็นผลงานศิลปะที่มี คุณค่า ซึ่งช่างภาพพยายามที่จะถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดของตนเองให้ผู้ชมเกิดอารมณ์และความรู้สึก คล้อยตามที่ช่างภาพต้องการ

6. ใช้เพื่อสร้างความบันเทิง เพลิดเพลินใจแก่ผู้พบเห็น เช่น ภาพดอกไม้ สถานที่ วิถีชีวิตที่ แสดงถึงความสวยงาม ภาพจากนิตยสาร หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์และโทรทัศน์ที่ใช้ในการเล่าเรื่องราว ความบันเทิง

7. การใช้ภาพถ่ายเพื่อการค้นคว้าหรือเก็บรวบรวมข้อมูลทางวิทยาศาสตร์ ซึ่งสามารถบันทึก ได้ละเอียดกว่าที่สายตามองเห็น เช่น ภาพเชื้อโรค ภาพแมลงหรือสัตว์ชนิดเล็กที่มองด้วยตาเปล่าไม่ได้ ภาพลักษณะทางพฤกษศาสตร์ของพืชพรรณชนิดต่างๆ

8. ใช้เพื่อการศึกษาและประกอบสื่อการเรียนรู้ต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นวีดิทัศน์ สื่อสิ่งพิมพ์ บทเรียนคอมพิวเตอร์ ซึ่งล้วนแล้วแต่มีภาพเป็นองค์ประกอบสำคัญเสมอ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ ผู้เรียนรู้เข้าใจเพิ่มมากขึ้นกว่าการอ่าน ซึ่งผลการศึกษาที่ผ่านมาชี้ให้เห็นประโยชน์ของภาพ ไม่ว่าจะเป็น การใช้รูปภาพในการสอนสามารถถ่ายทอดเนื้อหาได้ดีกว่าการสอนที่ไม่มีรูปภาพและช่วยย่น ระยะเวลาในการสื่อสาร สื่อที่ใช้รูปภาพช่วยเพิ่มความทรงจำให้นานขึ้น ดังนั้น ภาพจึงมีบทบาทมาก ต่อการออกแบบและผลิตสื่อการเรียนรู้แทบทุกประเภท

ความสำคัญของการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร

ภาพถ่าย เป็นการสื่อสารแบบอวัจนภาษา (Non-verbal Communication) อย่างหนึ่ง ที่ สามารถสื่อความหมายได้ลึกซึ้งยิ่งกว่าคำพูด เนื่องจากภาพมีผลต่อการกระตุ้นการรับรู้ด้วยการ

มองเห็น ซึ่งมีประสิทธิผลกว่าการรับรู้ด้วยการฟัง การสื่อสารด้วยภาพนี้ แบ่งตามขนาดของผู้สื่อสาร ได้แก่ การสื่อสารในระดับบุคคล ระดับกลุ่ม และระดับสังคม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ในระดับบุคคล ภาพถ่ายเป็นการสื่อสารภายในบุคคล การเก็บบันทึกภาพของตนเองตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน การเก็บความประทับใจต่อสิ่งแวดล้อมออกมาเป็นภาพแทนความทรงจำที่มีอยู่ และในขณะที่ถ่ายภาพจะทำให้บุคคลมีสมาธิและเกิดสุนทรียะในการสัมผัสกับสิ่งสวยงามของธรรมชาติได้อีกด้วย
2. ในระดับกลุ่ม ภาพถ่ายที่มีความสำคัญต่อการสื่อสารในระดับกลุ่ม เช่น ครอบครัว เพื่อนฝูง ทั้งในด้านการเตือนความจำในความสัมพันธ์ที่มีร่วมกัน
3. ในระดับสังคมทั่วไปที่มีผู้รับสาร มีลักษณะเป็นมวลชน ภาพถ่ายเป็นสื่อ ไม่ว่าจะป็นหนังสือหรือนิตยสาร ซึ่งภาพถ่ายเข้ามามีบทบาทอย่างมาก บางครั้งภาพถ่ายยังสามารถสื่อความหมายได้ดีกว่าตัวหนังสือ เพราะเราสามารถเห็นได้ถึงอารมณ์ของภาพว่าเกิดอะไรขึ้นบ้าง

รูปแบบของการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร

จากนิยามของการสื่อสารงานด้านการสื่อสารจึงเป็นงานที่ทำหน้าที่ส่งผ่านข่าวสาร ข้อมูล ความรู้ ประสบการณ์ ความรู้สึก อารมณ์ หรือทัศนคติผ่านสื่อต่างๆ เพื่อเป็นช่องทางไปสู่บุคคลเป้าหมาย โดยภาพถ่ายมีบทบาทสำคัญในการนำมาใช้งาน ทั้งการสื่อความหมายด้วยตัวเอง และการนำไปใช้ร่วมกับสื่อประเภทต่างๆ เมื่อพิจารณาบทบาทของภาพถ่ายที่ถูกนำไปใช้เพื่อการสื่อสารจะเห็นได้ว่า การถ่ายภาพครอบคลุมขอบข่ายของงานด้านนิเทศศาสตร์เกือบทุกแขนง ซึ่งสามารถสรุปออกมาได้ 4 รูปแบบ ดังนี้ (ณัฐกร สงคราม, 2551)

1. การถ่ายภาพข่าว (News Photography)

ข่าว คือการนำเสนอเหตุการณ์ ข้อเท็จจริง รวมทั้งข้อคิดเห็นที่เกิดขึ้นให้กับประชาชนได้ทราบ ว่า ใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร อย่างไร ซึ่งโดยทั่วไปการถ่ายภาพข่าวโดยเฉพาะข่าวในหนังสือพิมพ์รายวันมักไม่สามารถรู้เหตุการณ์ไว้ล่วงหน้า ช่างภาพจึงต้องมีความพร้อมทั้งร่างกายและอุปกรณ์อยู่ตลอดเวลา ออกปฏิบัติงานโดยอาศัยทักษะในการถ่ายภาพ การตัดสินใจที่รวดเร็วและการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เพื่อให้ได้ภาพข่าวตามที่ต้องการใช้งาน แต่ในบางข่าวที่สามารถเตรียมการ

ล่วงหน้าได้ เช่น ข่าวงานแถลงข่าว งานประชุม การเปิดตัวสินค้า เป็นต้น ช่างภาพต้องทราบวัตถุประสงค์ของงาน ทำความเข้าใจรายละเอียดของงาน รวมทั้งกำหนดการต่างๆ และเงื่อนไขที่เกี่ยวข้อง ว่าสามารถถ่ายภาพตามกำหนดการนั้นได้หรือไม่ มีข้อกำหนดและกฎใดๆที่เจ้าของงานห้ามบ้าง เพื่อจะได้เตรียมอุปกรณ์ต่างๆให้พร้อมใช้งานได้อย่างเหมาะสม

2. การถ่ายภาพสารคดี (Documentary Photography)

สารคดี คือการนำเสนอข้อมูลความรู้ในเชิงวิชาการที่ผ่านการเรียบเรียงให้นำสนใจและเข้าใจง่ายขึ้น โดยอาจใช้เทคนิคการเล่าเรื่องของงานวรรณกรรมเข้ามาช่วย ซึ่งบางครั้งการใช้เพียงตัวอักษรอาจจะไม่สามารถถ่ายทอดเรื่องราวได้ทั้งหมด ภาพถ่ายจึงถูกนำมาเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของงานสารคดี ขอบเขตของภาพถ่ายสารคดีจึงกว้างขวาง ตั้งแต่วิถีชีวิตความเป็นอยู่ สังคม เศรษฐกิจ การศึกษา ศิลปะ วัฒนธรรม ไปจนถึง วิทยาศาสตร์ ดาราศาสตร์ เป็นต้น ทั้งนี้ต้องขึ้นอยู่กับรูปแบบสิ่งพิมพ์ว่าเป็นสื่อสิ่งพิมพ์หรือนิตยสารประเภทไหน

3. การถ่ายภาพโฆษณาและประชาสัมพันธ์

การโฆษณา คือการให้ข่าวสารเกี่ยวกับสินค้าหรือบริการเพื่อจูงใจหรือสนับสนุนให้เกิดความต้องการซื้อสินค้าหรือบริการ ส่วนการประชาสัมพันธ์ คือการสื่อสารที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่น ศรัทธาและความร่วมมือ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต่างกัน แต่ก็มุ่งเน้นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับสินค้า บริการ หรือหน่วยงานนั่นเอง ซึ่งภาพถ่ายก็เป็นเครื่องมือสำคัญในการสร้างภาพลักษณ์ดังกล่าว

4. การถ่ายภาพประกอบสื่อการเรียนการสอน

การถ่ายภาพประเภทนี้เน้นประโยชน์การนำภาพไปสื่อความหมายหรือใช้อธิบายเพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจมากกว่าการชื่นชมความสวยงามในแง่ของศิลปะ ภาพถ่ายบางภาพอาจมีองค์ประกอบของภาพที่ดีเลิศแต่ไม่สามารถนำมาใช้ผลิตสื่อการเรียนการสอนได้ อย่างไรก็ตามภาพถ่ายที่มีองค์ประกอบภาพที่ดีและสามารถสื่อความหมายได้ตามวัตถุประสงค์ก็ยังคงเป็นวัตถุดิบที่ดีที่สุดในการนำมาผลิตสื่อการเรียนการสอน

แนวคิดในการนำภาพถ่ายไปใช้ในงานผลิตสื่อ

การนำภาพถ่ายไปใช้ในการผลิตสื่ออื่นนั้น นอกจากความสวยงามของภาพถ่ายแล้ว สิ่งสำคัญกว่านั้นคือความสามารถในการสื่อสารความหมาย ความรู้สึก และอารมณ์ไปสู่ผู้รับสารที่เป็นกลุ่มเป้าหมายได้ตรงตามวัตถุประสงค์ หลักการพิจารณาเลือกใช้ภาพถ่ายให้เหมาะสมกับการนำเสนอในสื่อลักษณะต่างๆ มีดังต่อไปนี้

1. การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมายในการนำภาพถ่ายไปใช้งาน ควรมีการวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมายในการดูภาพก่อนว่าเป็นใครและรายละเอียดที่เกี่ยวข้องเช่น อายุ เพศ ศาสนา เป็นต้น เพื่อให้สามารถเลือกใช้ภาพได้สอดคล้องกับลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย

2. หากต้องการให้ผู้ชมมองเห็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในภาพก่อนสิ่งอื่นๆ ควรเลือกวางตำแหน่งของสิ่งสำคัญนั้นให้เหมาะสม ซึ่งโดยทั่วไปพบว่าตำแหน่งของจุดสนใจตามหลักของกฎ 3 ส่วนนั้น จุดที่คนส่วนใหญ่มองเห็นเป็นอันดับแรกนั้นคือด้านซ้ายบน (บุคคลที่อ่านจากซ้ายไปขวา) ซึ่งสามารถเลือกวางจุดสำคัญของเรื่องราวในภาพไว้ตำแหน่งนี้ได้ อย่างไรก็ตาม เราสามารถเลือกวางไว้ในตำแหน่งอื่นได้เช่นกัน แต่เพียงจะต้องมีการใช้สีและจัดองค์ประกอบในส่วนนั้นให้เด่นสะดุดตาเพื่อเป็นการดึงดูดสายตาของผู้ชมไปอยู่ที่ส่วนนั้นเป็นอันดับแรก (กิดานันท์ มะลิตอง อ่างใน (ณัฐกร สงคราม, 2551)

3. แม้ภาพจะสามารถสื่อความหมาย ความรู้สึกและอารมณ์หรือเล่าเรื่องได้ แต่ภาพๆหนึ่งก็ควรใช้เพื่อนำเสนอแนวคิดหลักเพียงแนวคิดเดียว หลีกเลี่ยงการใช้ภาพที่มีรายละเอียดมากเกินไปหรือภาพที่ตีความหมายได้มากกว่า 1 ความหมาย ยกเว้นจะตั้งใจสร้างความสับสนให้กับคนดูเพื่อวัตถุประสงค์ใดวัตถุประสงค์หนึ่งโดยเฉพาะ

4. ในบางครั้ง ช่างภาพสามารถทำให้เกิดการเล่าเรื่องที่สมบูรณ์ด้วยตัวเอง หรือสามารถนำเสนอเรื่องราวได้ภายในเฟรมเดียวกัน เพื่อให้การสื่อสารสั้น กระชับ

5. การนำภาพถ่ายไปใช้เพื่อเป็นตัวอย่างให้ฝึกทักษะหรือปฏิบัติตามนั้น ควรคำนึงถึงมุมมองที่สามารถมองแล้วทำตามได้ง่าย โดยปกติในการถ่ายภาพทุกๆไป มักจะเป็นมุมมองแบบ Objective ซึ่งเป็นการถ่ายภาพจากมุมมองของผู้ดู เพื่อแสดงให้เห็นว่ามีเหตุการณ์ใดเกิดขึ้น แต่ในกรณีที่ต้องการสื่อให้ผู้ดูปฏิบัติตาม ควรเลือกใช้มุมมองแบบ Subjective ซึ่งเป็นภาพถ่ายจากมุมมองของตัวเองหรือผู้ปฏิบัติ เพื่อให้ทราบว่าจะทำอย่างไร โดยในการถ่ายภาพควรให้กล้องอยู่ในระดับสายตาของตัวเอง หรืออาจใช้มุมถ่ายข้ามไหล่ได้

6. การนำภาพถ่ายไปใช้ประกอบกับข้อความโดยเฉพาะสื่อสิ่งพิมพ์ ภาพถ่ายและข้อความที่ใช้นั้นจะต้องร่วมกันสื่อความหมายให้ได้ชัดเจนที่สุด หากได้ภาพที่สามารถสื่อความหมายได้ด้วยตัวเองจะดีมาก แต่ก็มีภาพจำนวนไม่น้อยที่ไม่สามารถสื่อความหมายได้ด้วยตัวเอง ฉะนั้นการใช้ภาพถ่ายข้อความจึงต้องพิจารณาให้มีความเหมาะสม และไม่ขัดแย้งกัน นอกจากนี้ ตำแหน่งของข้อความกับภาพก็เป็นสิ่งสำคัญ การจัดวางต้องให้สอดคล้องกับทิศทางการอ่านของคนเรา รวมทั้งการนำภาพถ่ายในสื่ออื่นๆ ก็ต้องพิจารณาให้มีความเหมาะสมตามหลักการเช่นกัน

ประโยชน์ของการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร

1. ประโยชน์ทางด้านสังคม ภาพถ่ายทำให้เกิดการสื่อสารในหลายๆระดับ ทั้งภายในบุคคล กลุ่ม หรือแม้แต่วาระระดับมวลชน ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ผ่านทางภาพถ่าย
2. ทางด้านเศรษฐกิจ ภาพถ่ายช่วยส่งเสริมทางการโฆษณา การขายสินค้า ทั้งยังส่งเสริมทางด้านภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่องค์กรผ่านภาพถ่ายได้อีกด้วย

จากแนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายภาพที่ผู้วิจัยได้ศึกษา ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดนี้เพื่อใช้เป็นวิธีและกระบวนการเพื่อถ่ายภาพผู้สูงอายุต้นแบบ ซึ่งทำให้ผู้วิจัยมีหลักการและความรู้สำหรับการถ่ายภาพ ส่งผลให้ผลงานมีสวยงามมากยิ่งขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

4. หลักการออกแบบและจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์

การออกแบบและจัดองค์ประกอบสื่อสิ่งพิมพ์ เป็นศิลปะการเตรียมรูปแบบของสิ่งพิมพ์ก่อนเข้าสู่กระบวนการผลิตเพื่อให้เกิดประโยชน์ใช้สอยตรงตามวัตถุประสงค์ของการใช้งานมากที่สุด การออกแบบและจัดองค์ประกอบที่ดีจะช่วยส่งเสริมให้สื่อสิ่งพิมพ์เป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดข่าวสาร ความรู้และความคิดที่สมบูรณ์ และยังช่วยให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน โดยการจัดองค์ประกอบต่างๆ ของสื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ ตัวอักษร ภาพ และอื่นๆลงบนพื้นที่ว่างอย่างสร้างสรรค์ สอดคล้องกับลักษณะเนื้อหาและวัตถุประสงค์การใช้สิ่งพิมพ์นั้น การออกแบบและจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์มีวัตถุประสงค์สำคัญ 3 ประการคือ (ประวีณา พระสาทพร, 2550)

1. เพื่อเพิ่มความน่าสนใจให้กับสิ่งพิมพ์

2. เพื่อช่วยให้สิ่งพิมพ์ง่ายต่อการอ่านและการทำความเข้าใจ
3. เพื่อสร้างความประทับใจและความทรงจำให้กับผู้อ่านในระยะยาว

สิ่งพิมพ์ที่พบเห็นโดยทั่วไป ต้องคำนึงถึงการจัดวางองค์ประกอบต่างๆโดยหลักการดังนี้

1. การมีเอกภาพ

เป็นการจัดวางองค์ประกอบทั้งหมดของรูปแบบตั้งแต่ข้อความ ภาพ สัญลักษณ์และอื่นๆ ให้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดผลต่อผู้อ่านหรือผู้ชมไปในทางเดียวกัน โดยสอดคล้องกับความต้องการและวัตถุประสงค์ของเจ้าของงานและผู้ออกแบบ

การจัดวางองค์ประกอบภาพให้มีเอกภาพทำได้โดยการใช้จำนวนแบบตัวพิมพ์หรือแบบตัวอักษรที่ไม่มากเกินไปในหนึ่งหน้า เพื่อไม่ให้เกิดความหลากหลายหรือทำให้ส่วนประกอบต่างๆของรูปแบบแยกออกจากกันมากเกินไป

2. ความสมดุล

การจัดวางองค์ประกอบให้เกิดความสมดุลเป็นการจัดวางองค์ประกอบต่างๆของรูปแบบให้มีน้ำหนักที่สมดุลกันในแต่ละด้าน ไม่นหนักไปทางใดทางหนึ่ง ในการจัดวางรูปแบบมีสองประเภทคือ ความสมดุลที่แท้หรือความสมดุลที่องค์ประกอบซ้ายและขวาหรือบนและล่างมีน้ำหนักเท่ากัน ส่วนอีกประเภทหนึ่งคือ ความสมดุลเทียมหรือความสมดุลที่องค์ประกอบด้านซ้ายและขวาหรือบนและล่างมีน้ำหนักไม่เท่ากัน

การจัดหน้าหรือการจัดวางรูปแบบโดยที่น้ำหนักด้านซ้ายไม่เท่ากับด้านขวาหรือด้านบนไม่เท่ากับด้านล่าง มักพบในการออกแบบสิ่งพิมพ์โดยทั่วไป สิ่งพิมพ์เพื่อการโฆษณา และสิ่งพิมพ์อื่นที่ต้องการความแปลกตาและความเด่น การจัดหน้ารูปแบบนี้ทำได้โดยจัดวางจุดที่หน้าสนใจให้พ้นจากจุดกึ่งกลาง (Optical Center) โดยน้ำหนักรวมขององค์ประกอบรวมด้านหนึ่งมากกว่าน้ำหนักรวมขององค์ประกอบอีกด้านหนึ่งเพียงเล็กน้อย

3. ความมีสัดส่วน

การจัดวางองค์ประกอบโดยคำนึงถึงความมีสัดส่วน เป็นการจัดวางโดยคำนึงถึงความสัมพันธ์ของขนาดและรูปร่างขององค์ประกอบที่ปรากฏ และความสัมพันธ์ระหว่างด้านกว้างและด้านยาวของสิ่งพิมพ์ รวมทั้งความเหมาะสมของสัดส่วน ขนาด รูปร่าง และรูปเล่มของสิ่งพิมพ์ ผู้ออกแบบและจัดหน้าสิ่งพิมพ์ควรคำนึงถึงสัดส่วนที่เหมาะสมของขนาดตัวอักษรและภาพประกอบในแต่ละหน้า

4. การเน้นหรือย่ำจุดสนใจ

การจัดวางองค์ประกอบโดยการเน้นหรือย่ำจุดสนใจเป็นการจัดวางให้จุดสนใจ จุดสำคัญ หรือจุดเด่นของรูปดูเด่นชัดขึ้น ดูแตกต่างจากสีพื้นและส่วนประกอบอื่นๆ เพื่อเพิ่มความน่าสนใจให้สิ่งพิมพ์ และเรารู้สึกของผู้ดู การทำให้สิ่งพิมพ์มีจุดเน้นที่น่าสนใจทำได้โดยการใช้สีตัดกัน การใช้สีขาว-ดำ การใช้ตัวอักษรเว้นขาวในพื้นที่ หรือการใช้เนื้อที่ว่างแทรกกระหว่างหน้าที่มีเนื้อความมากๆ เป็นต้น

5. การใช้รูปแบบที่ซ้ำกัน

การจัดวางองค์ประกอบโดยการใช้รูปแบบที่ซ้ำกัน เป็นการจัดวางส่วนประกอบต่างๆ ของรูปแบบให้ดูเป็นกลุ่มก้อน โดยใช้รูปแบบที่คล้ายคลึงกัน หรือเหมือนกันวางรวมกันเพื่อเพิ่มความแปลกและความน่าสนใจให้สิ่งพิมพ์ และเป็นการเน้นข้อความหรือจุดสำคัญที่ต้องการสื่อด้วย

6. การใช้เส้นนำสายตาให้เกิดลีลาเคลื่อนไหว

การจัดวางองค์ประกอบโดยการใช้เส้นนำสายตา เป็นการใช้เส้นหรือส่วนประกอบของรูปแบบช่วยนำสายตาผู้อ่านหรือผู้ดูไปสู่จุดสำคัญที่ต้องการสื่อความ ทั้งยังเพิ่มความมีชีวิตชีวาให้กับรูปแบบ ทำให้ภาพไม่ดูนิ่งจนเกินไป

7. การใช้กรอบหรือภาพพื้นที่เป็นลวดลาย

การจัดวางองค์ประกอบโดยการใช้กรอบหรือภาพพื้นที่เป็นลวดลาย เป็นการเสริมแต่งความน่าสนใจ ความงาม และความเด่น หรือสร้างอารมณ์ให้เกิดกับภาพ ข้อความและรูปแบบสิ่งพิมพ์ การเลือกใช้หลักการข้อนี้ต้องคำนึงถึงการใช้ลวดลายที่กลมกลืนกับแบบตัวพิมพ์ หรือแบบตัวอักษร และ

ภาพที่อยู่ภายใน และต้องเข้ากับความหมายและลักษณะของเนื้อหาด้วย การใช้ลวดลายจำเป็นต้องคำนึงถึงความพอเหมาะ

การเลือกใช้ตัวอักษรในการออกแบบและจัดหน้าสื่อสิ่งพิมพ์

นอกจากการจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์จะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการทำสื่อสิ่งพิมพ์แล้ว การเลือกใช้ตัวอักษรในการออกแบบและจัดองค์ประกอบก็ยังคงสำคัญไม่แพ้กัน หลักการเลือกใช้ตัวอักษรในการออกแบบและจัดหน้า มีความสัมพันธ์หลายหลายกับการออกแบบ กล่าวคือ ต้องคำนึงถึงประเภทและลักษณะเนื้อหาสิ่งพิมพ์ วัตถุประสงค์ในการจัดทำ กลุ่มเป้าหมาย และข้อมูลอื่นที่จำเป็น ผู้ออกแบบจัดหน้าควรคำนึงถึงการใช้รูปแบบตัวอักษรที่ช่วยให้สิ่งพิมพ์อ่านง่ายและอ่านออกมากกว่าความสวยงาม

“การอ่านง่าย” หรือการอ่านเข้าใจง่าย (readability) แตกต่างจาก “การอ่านออก” หรือที่เรียกว่า “ประจักษ์ภาพ” (legibility) กล่าวคือ การอ่านง่ายหมายถึง ความสบายตาของผู้อ่านในการอ่านข้อความที่เกิดจากการนำตัวอักษรมาเรียงต่อกันเป็นข้อความแล้วเข้าใจในเนื้อหาของข้อความนั้นได้อย่างรวดเร็ว โดยไม่ต้องใช้ความพยายามในการเพ่งสายตาเพื่ออ่านจับใจความที่ระยะการอ่านหนังสือปกติ คือประมาณ 12-16 นิ้วจากระดับสายตา ส่วนการอ่านออกหรือประจักษ์ภาพ หมายถึงความสามารถของสมองมนุษย์ในการรับรู้ว่ามีอักษรปรากฏเห็นเด่นชัดบนหน้ากระดาษและทราบว่า เป็นตัวอักษรอะไร ในกรณีที่มีข้อความจำนวนมาก การเลือกใช้ตัวอักษรควรคำนึงถึงการอ่านง่ายของตัวอักษร ส่วนในกรณีการพาดหัวข่าวและการพาดหัวโฆษณา หรืองานที่ใช้จำนวนตัวอักษรไม่มาก การเลือกใช้ตัวอักษรควรคำนึงถึงการอ่านง่ายและการอ่านออก

การเลือกใช้ตัวอักษรที่อ่านง่ายและอ่านออกต้องคำนึงถึงปัจจัยที่มีผลต่อความสบายตาในการอ่าน ได้แก่ แบบตัวพิมพ์หรือแบบตัวอักษร ขนาดตัวอักษร น้ำหนักตัวอักษร ความยาวบรรทัด ช่วงบรรทัดหรือระยะห่างระหว่างบรรทัด และปัจจัยอื่นๆดังนี้

1. แบบตัวพิมพ์หรือแบบตัวอักษร

การเลือกใช้แบบตัวพิมพ์หรือแบบตัวอักษรในกรณีที่มีข้อความเชิงบรรยายหรือเชิงอธิบายที่ต้องใช้ตัวอักษรจำนวนมาก ควรเป็นแบบที่อ่านง่าย เช่น ประเภทตัวพื้นแบบเรียบๆไม่ควรใช้ลวดลาย

หรือตัวประดิษฐ์เพราะจะทำให้อ่านยาก แต่ถ้าเป็นตัวพาดหัว หรือชื่อเรื่องที่ต้องการเน้นเป็นพิเศษ อาจใช้แบบที่ดึงดูดสายตาผู้อ่านแต่ยังจำเป็นต้องเป็นแบบที่อ่านง่ายด้วย นอกจากนี้ แบบตัวอักษรควรกลมกลืนกับเนื้อหา เช่นถ้าเป็นเรื่องราวโฆษณาของใช้ของผู้ชายก็ควรใช้แบบตัวอักษรที่ดูมันคงและแกร่ง แสดงถึงความเป็นบุรุษ แต่ถ้าเป็นการโฆษณาของใช้ของผู้หญิง ก็ควรใช้แบบตัวอักษรที่บาง มีส่วนโค้งของตัวอักษรมาก แสดงถึงความอ่อนโยนของผู้หญิง แต่ทั้งนี้การเลือกใช้อักษรก็ไม่ได้มีกฎตายตัว ผู้ออกแบบอาจนำมาประยุกต์เป็นลักษณะอื่นได้ตามความเหมาะสม

2. ขนาดอักษร

การวัดขนาดตัวอักษรจะวัดตามความสูงของตัวอักษรที่ใช้เรียงพิมพ์ หน้าที่ใช้วัดขนาดตัวอักษรเรียกว่า “พอยท์” (point) การเลือกใช้นี้ขนาดตัวอักษรจำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยหลายด้าน เช่น แบบตัวพิมพ์หรือตัวอักษร กลุ่มผู้อ่าน ประเภทของสิ่งพิมพ์ และขนาดของสิ่งพิมพ์ ดังนี้

- **แบบตัวพิมพ์หรือแบบอักษร**

แบบตัวพิมพ์หรือแบบอักษรคือ ตัวอักษรชนิดต่างๆที่ปรากฏแก่สายตาผู้รับชมทั่วไป อาจเป็นขนาดเล็กหรือใหญ่นั้น ขึ้นอยู่กับแบบตัวพิมพ์หรือแบบอักษรด้วย ตัวอักษรขนาดเดียวกันอาจดูใหญ่ถ้าใช้แบบตัวพิมพ์แบบหนึ่ง และอาจดูเล็กถ้าใช้แบบตัวพิมพ์อีกแบบหนึ่งได้ ดังนั้นการกำหนดขนาดตัวอักษรจึงต้องคำนึงถึงแบบตัวพิมพ์หรือแบบอักษรด้วย

- **กลุ่มผู้อ่าน**

การเลือกใช้อักษรขนาดต่างๆต้องขึ้นอยู่กับกลุ่มผู้อ่านซึ่งมีหลายประเภท หากผู้อ่านเป็นนักศึกษาหรือวัยที่มีสมรรถภาพในการอ่านได้ดี การเลือกใช้อักษรก็สามารถใช้ตัวอักษรขนาดเล็กถึงกลางได้ แต่ถ้าผู้อ่านเป็นเด็กหรือผู้สูงอายุ การใช้ตัวอักษรค่อนข้างใหญ่ เพราะหากใช้ตัวอักษรขนาดเดียวกับกลุ่มผู้อ่านวัยที่มีสมรรถภาพในการอ่านดีแล้ว อาจทำให้ผู้สูงอายุหรือเด็กอ่านยากและต้องใช้ความพยายามในการอ่านสูง ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดความ

เป้าหมายต่อการอ่านหนังสือได้ เป็นต้น การกำหนดขนาดตัวอักษรตามวัย หรือความสามารถในการอ่านของกลุ่มผู้อ่านไม่ได้มีเกณฑ์การกำหนดที่ตายตัว แต่ขึ้นอยู่กับวิจารณ์ญาณในการเลือกใช้ตัวอักษรของผู้ออกแบบ โดยที่ผู้ออกแบบควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับกลุ่มผู้อ่านเป็นสำคัญ

- **ประเภทของสิ่งพิมพ์**

การเลือกใช้ตัวอักษรต้องคำนึงถึงประเภทของสิ่งพิมพ์ด้วยเช่น ถ้าเป็นสิ่งพิมพ์จำพวกตำรา การใช้ตัวอักษรควรใช้ขนาดกลางถึงใหญ่ เพื่อให้ผู้อ่านสามารถอ่านได้ง่ายขึ้น เนื่องจากสิ่งพิมพ์ประเภทนี้จะต้องใช้การเพ่งเพื่อพิจารณาเนื้อหา หากใช้ขนาดที่เล็กอาจทำให้เกิดอาการอ่านยากได้ เป็นต้น

- **ขนาดของสิ่งพิมพ์**

ขนาดของสิ่งพิมพ์ยังมีผลต่อการเลือกใช้ขนาดตัวอักษรด้วย เพราะถ้าใช้ตัวอักษรขนาดเล็กในสิ่งพิมพ์ที่มีขนาดใหญ่และ จะทำให้ผู้อ่านต้องอ่านสิ่งพิมพ์ในระยะใกล้มาก หรือต้องสายตาระยะไปมาในขณะที่อ่านจึงจะสามารถอ่านข้อความได้ ซึ่งก่อให้เกิดความไม่สะดวกในการอ่าน

3. ความยาวบรรทัด

ความยาวบรรทัดหมายถึง ความยาวของบรรทัดข้อความที่เรียงกันในแต่ละแถวของคอลัมน์ที่ปรากฏบนหน้าสิ่งพิมพ์ การกำหนดความยาวบรรทัดควรคำนึงถึงความเหมาะสมและความสวยงามไม่ควรกำหนดให้สั้นหรือยาวเกินไป เช่น ควรเป็นระยะที่ลูกนัยน์ตาของผู้อ่านสามารถลอกไปมาได้หมดบรรทัดพอดี การกำหนดความยาวบรรทัดที่ยาวเกินไปหรือสั้นเกินไปจะทำให้เกิดผลเสียได้

4. ช่วงบรรทัดหรือระยะห่างระหว่างบรรทัด

ช่วงบรรทัดหรือระยะห่างบรรทัด หมายถึง ระยะห่างระหว่างบรรทัดของข้อความในแต่ละคอลัมน์ การวัดระยะห่างระหว่างบรรทัดทำได้โดยการวัดระยะห่างระหว่างส่วนบนสุดหรือส่วนล่างสุดของบรรทัดหนึ่งถึงส่วนบนสุดหรือส่วนล่างสุดของบรรทัดถัดไปตามลำดับ การกำหนดให้มีช่วงบรรทัดระหว่างข้อความจะช่วยเพิ่มความสวยงามในการจัดหน้าและช่วยให้เกิดความสบายตาในการ

อ่าน การกำหนดระยะนั้นไม่มีเกณฑ์ตายตัว ขึ้นอยู่กับแบบอักษร ขนาดอักษรที่ใช้ และความเหมาะสม (ประวีณา พระสาทพร, 2550)

จากแนวคิดเกี่ยวกับหลักการออกแบบและจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์ที่ผู้วิจัยได้ศึกษา ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดนี้เพื่อใช้เป็นวิธีและกระบวนการเพื่อสร้างสรรค์ตัวเล่มโฟโต้บุ๊ก โดยมีภาพถ่าย และข้อความของผู้สูงอายุต้นแบบเป็นเรื่องราวหลัก ซึ่งทำให้ผู้วิจัยมีหลักการและความรู้สำหรับการสร้างสรรค์ตัวเล่มโฟโต้บุ๊ก ส่งผลให้ผลงานมีสวยงามและมีความน่าสนใจมากยิ่งขึ้น

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองและการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

ขวัญฤทัย อิมสมโภช (2549) ได้ศึกษาเรื่องผลของศิลปะเพื่อการบำบัดต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดการสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค โดยวิทยานิพนธ์นี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อศึกษาผลของศิลปะเพื่อการบำบัดต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยเปรียบเทียบจากกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม 2 กลุ่ม กลุ่มแรกคือกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าร่วมปฏิบัติการทางศิลปะเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง และกลุ่มที่ 2 คือกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าร่วมรับฟังคำแนะนำเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยผลการวิจัยพบว่า ทั้ง 2 กลุ่มมีแนวโน้มในการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น แต่กลุ่มที่เข้าร่วมปฏิบัติการทางศิลปะจะมีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มที่เข้าร่วมรับฟัง (ขวัญฤทัย อิมสมโภช, 2549)

นภัสนันท์ สินสุ (2550) ได้ศึกษาเรื่องการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง โดยงานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบกลุ่มเดียว ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุในกลุ่มดังกล่าวจำนวน 15 คน

ผลการวิจัยพบว่า หลังการทำกิจกรรมกลุ่มผู้สูงอายุมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น (นภัสนันท์ สินสุ, 2550)

จิตติมา วุฒิอิน (2548) ได้ศึกษาเรื่องการประเมินความต้องการของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ผู้สูงอายุ ตำบลเวียง อำเภอเวียงป่าเป้า จังหวัดเชียงราย โดยงานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินความต้องการของผู้สูงอายุในด้านต่างๆ และศึกษาแนวทางการพัฒนาเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ จากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในตำบลเวียง จำนวน 320 คน ผลการศึกษาพบว่าความต้องการที่เป็นจริงในปัจจุบันของผู้สูงอายุโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความต้องการที่คาดหวังโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก ตัวแปรสำคัญที่มีผลต่อความต้องการของผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ ความสามารถในการอ่านและเขียนหนังสือ การมีส่วนร่วมในชุมชนและที่ต่างของบ้าน แนวทางการพัฒนาเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุในอนาคตให้ครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วมและควรเน้นการบริการผู้สูงอายุถึงบ้าน รวมทั้งจัดบริการในรูปของคลินิกผู้สูงอายุ (จิตติมา วุฒิอิน, 2549)

คานธีชา บุญยาว (2554) ได้ศึกษาเรื่องการออกแบบกิจกรรมศิลปะเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้สูงอายุที่พักอาศัยในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุบ้านบางแค จำนวน 37 คน ระยะเวลาในการทดลอง 5 สัปดาห์ โดยจัดแผนการทำกิจกรรมจำนวน 17 แผน ซึ่งพัฒนามาจากทฤษฎีกระบวนการทำงานศิลปะของ John A. Michael ทฤษฎีการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบสังเกตพฤติกรรม และแบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า (t-test) ผลการวิจัยพบว่า ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุทุกช่วงวัยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง (คานธีชา บุญยาว, 2554)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องการถ่ายภาพ

สรสมร นาคะสิงห์ (2542) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาชุดฝึกอบรมเรื่องการถ่ายภาพบุคคลในสตูดิโอ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและหาประสิทธิภาพชุดฝึกอบรมเรื่องการถ่ายภาพบุคคลในสตูดิโอ แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสนใจในการถ่ายภาพบุคคลในสตูดิโอ จำนวน 20 คน ดำเนินการฝึกอบรมโดยใช้ชุดฝึกอบรมที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น เมื่อเสร็จสิ้นการฝึกอบรม

แล้วทำการประเมินผลการฝึกอบรม โดยผลปรากฏว่า ชุดฝึกอบรมนี้ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (สรสมร นาคะสิงห์, 2542)

ธีรศักดิ์ ดุลประภา (2552) ได้ศึกษาเรื่องการสร้างสื่อประสมเรื่องการจัดองค์ประกอบของภาพถ่าย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสื่อประสมสำหรับใช้ในการฝึกอบรมและเผยแพร่ เรื่อง การจัดองค์ประกอบของภาพถ่ายกับกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มบุคคลทั่วไปที่สนใจในเรื่องการถ่ายภาพ จำนวน 20 คน และกลุ่มที่ 2 ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรีและบุคลากรที่สนใจในเรื่องการถ่ายภาพของมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จำนวน 20 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากในทุกๆด้าน (ธีรศักดิ์ ดุลประภา, 2552)

อนุสรณ์ เอื้อประเสริฐ (2547) ได้ศึกษาเรื่องการสร้างบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนแบบมัลติมีเดีย วิชาการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร เรื่องหลักการถ่ายภาพและอุปกรณ์ถ่ายภาพ โดยการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและหาประสิทธิภาพบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนแบบมัลติมีเดีย ตามหลักสูตรสภาสถาบันราชภัฏ วิชาการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร เรื่องหลักการถ่ายภาพและอุปกรณ์ถ่ายภาพ โดยแบ่งออกเป็น 2 หน่วยการเรียนรู้คือ 1) เรื่องหลักการถ่ายภาพ และ 2) เรื่องอุปกรณ์ถ่ายภาพ โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาโปรแกรมวิชานิติศาสตร์ชั้นปีที่ 2 จำนวน 32 คน ผลการศึกษาพบว่า บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนแบบมัลติมีเดีย มีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ และนักศึกษาที่เรียนจากบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น (อนุสรณ์ เอื้อประเสริฐ, 2547)

โสภณ และ สมศรี ผลประพุดติ (2551) ได้ศึกษาเรื่องบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชาการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต 2) เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนก่อนและหลังบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต 3) ศึกษาความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อการเรียนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาพบว่า บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตมีประสิทธิภาพเป็นไปตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนก่อนและหลังบทเรียนแตกต่างกัน โดยคะแนนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน และระดับความคิดเห็นของผู้เรียนที่เรียนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่าน

เครือข่ายอินเทอร์เน็ต โดยภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับมาก ผู้เรียนพึงพอใจมากที่สุดที่เรียนด้วยบทเรียน
นี้ (โสภณ และ สมศรี ผลประพุดติ, 2551)

จากงานวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้นำข้อมูลเบื้องต้นของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาพัฒนาสู่งานของ
ผู้วิจัยในลำดับต่อไป



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

“การสร้างสรรค้ภาพถ่ายเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ” เป็นการวิจัยแบบสหวิธีการ โดยเป็นการวิจัยเชิงสร้างสรรค์ (Creative Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบการถ่ายภาพ และการวิจัยเชิงสำรวจโดยการสอบถามสัมภาษณ์สำหรับสรุปผลเก็บข้อมูลทัศนคติของผู้ชมผลงาน โดยมีการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษา

1. ข้อมูลเอกสาร ได้แก่

- ข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- ข้อมูลแนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร
- ข้อมูลเกี่ยวกับการถ่ายภาพบุคคล (Portraits)

2. ข้อมูลจากแบบสอบถามผู้ชมผลงาน

2. ระเบียบวิธีวิจัย

การสร้างสรรค้ภาพถ่ายโฟโต้บูคเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ มีกระบวนการสร้างสรรค์ดังนี้

1. ขั้นตอนการเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ โดยผู้วิจัยได้ใช้ลักษณะของผู้สูงอายุที่รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (ประภัสสร วงษ์ศรี, ณัฐวุฒิ สุริยะ, พนิดา โยวะผุย) ตามทฤษฎีแนวคิดเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีคุณลักษณะดังนี้

- เป็นผู้มองอดีตไปในทางบวก กล่าวคือรู้สึกเป็นสุขเมื่อนึกถึงเรื่องต่างๆ ที่ประสบในอดีต
- เป็นผู้มีความภูมิใจ เสียสละ
- เป็นผู้มีความปัญหา มีความสามารถ สงบ

- เป็นบุคคลที่ได้สั่งสมประสบการณ์ ความรู้ เพื่อถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลัง
- เป็นผู้ปรารถนาที่จะประสบความสำเร็จ คือ เกิดความปิติ ซึ่งเป็นเป้าหมายใหม่และยอมรับกับความตาย
- เป็นผู้มีความสุขเบิกบานเมื่อได้ให้คำปรึกษาผู้อื่น

ซึ่งผู้สูงอายุต้นแบบที่ผู้วิจัยเลือกนั้นไม่จำเป็นต้องมีคุณลักษณะของผู้สูงอายุที่รู้สึกมีคุณค่าในตนเองตามที่กำหนดครบทุกข้อ โดยมีการแบ่งเป็นด้านต่างๆทั้งหมด 5 ด้าน คือ 1) ด้านการใช้ชีวิต 2) ด้านความนิยมส่วนบุคคล 3) ความสามารถในอดีตที่ผ่านมา 4) ความสัมพันธ์กับครอบครัว 5) ด้านการเสียสละ และคัดเลือกจากผู้สูงอายุต้นแบบ 2 มิติด้วยกันคือ มิติของผู้สูงอายุที่มีชื่อเสียง และมิติของผู้สูงอายุที่เป็นบุคคลธรรมดา ซึ่งจากข้อกำหนดข้างต้นจึงได้ผู้สูงอายุต้นแบบดังนี้

- นายศิริ เกตุมี อายุ 81 ปี แกนนำกลุ่มน้ำหมักชีวภาพและเศรษฐกิจพอเพียงและแกนนำชมรมผู้สูงอายุตำบลบางกรวย จังหวัดนนทบุรี เป็นตัวแทนด้านการใช้ชีวิต
- อาจารย์ยรรยง โอหาระชิน อายุ 77 ปี ศิลปินแห่งชาติสาขาทัศนศิลป์ (ศิลปะภาพถ่าย) ในปีพุทธศักราช 2550 เป็นตัวแทนด้านความนิยมส่วนบุคคล
- ชาย เมืองสิงห์ อายุ 76 ปี ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (นักร้อง – นักแต่งเพลง) ในปีพุทธศักราช 2538 เป็นตัวแทนด้านความสามารถในอดีต
- ลุงประหยัด อันสว่าง อายุ 78 ปี และป้าจรรย์ อันสว่าง อายุ 73 ปี คู่สามีภรรยาที่ดำเนินชีวิตร่วมกันมากกว่า 50 ปี เป็นตัวแทนด้านความสัมพันธ์กับครอบครัว
- หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์ อายุ 96 ปี ครูใหญ่โรงเรียนวรณวิทย์ กรุงเทพมหานคร เป็นตัวแทนด้านการเสียสละ

2. ขั้นตอนการการออกแบบและการสร้างสรรค์โป้โต้บู๊ค

โดยแบ่งออกเป็นขั้นตอนย่อยดังนี้

2.1 ขั้นตอนการสัมภาษณ์

โดยใช้แนวทางการช่วยพัฒนาความมีคุณค่า และจิตวิญญาณสำหรับผู้สูงอายุมา

เป็นหลักในการใช้ตั้งคำถามสำหรับการใช้สัมภาษณ์ผู้สูงอายุต้นแบบ ซึ่งมีคำถามเกี่ยวกับเรื่องต่างๆดังนี้

- เรื่องเกี่ยวกับการทำความดี การเสียสละ ทำตนให้เป็นประโยชน์ และช่วยเหลือสังคม
- เรื่องเกี่ยวกับการบำเพ็ญกิจทางศาสนา หรือเจริญสติ เจริญสมาธิ จนเกิดความสุข เกิดความว่างจากตน ว่างจากความเห็นแก่ตัว ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
- เรื่องเกี่ยวกับการมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น
- เรื่องเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย มีการเตรียมพร้อม
- เรื่องเกี่ยวกับการทำความเข้าใจกับชีวิตที่ผ่านมา และเข้าใจกับความคิดเห็นที่แตกต่าง
- เรื่องเกี่ยวกับการทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น

2.2 ขั้นตอนการวาง Concept

ก่อนการถ่ายภาพ การออกแบบและจัดทำตัวเล่มโฟโต้บุ๊ก ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในเรื่องราวของผู้สูงอายุหลังจากได้ทำการสัมภาษณ์ออกมาในรูปแบบตัวแทนของสี่ที่สื่อถึงตัวตนของผู้สูงอายุในแต่ละท่าน และกำหนดขอบเขตแนวทางเรื่องราวของผู้สูงอายุในแต่ละท่านก่อนการถ่ายภาพ

2.3 ขั้นตอนการถ่ายภาพ

โดยนำทฤษฎีการถ่ายภาพบุคคลมาใช้ในการถ่ายภาพผู้สูงอายุต้นแบบแต่ละท่าน

2.4 ขั้นตอนจัดเรียงภาพถ่ายและข้อความ

โดยใช้หลักการออกแบบและจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์ เพื่อส่งเสริมให้ตัวเล่มโฟโต้บุ๊กเป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดเรื่องราวและความคิดที่สมบูรณ์ และยังช่วยให้เกิดความเข้าใจร่วมกันระหว่างผู้วิจัยและผู้รับชม โดยการจัด

องค์ประกอบต่างๆของสื่อสิ่งพิมพ์ ได้แก่ ตัวอักษร ภาพถ่าย ลงบนโฟโต้บุ๊กอย่างสร้างสรรค์ สอดคล้องกับลักษณะเนื้อหาและวัตถุประสงค์ที่ผู้วิจัยต้องการถ่ายทอด โดยผู้วิจัยได้กำหนดรูปแบบลักษณะของโฟโต้บุ๊กออกเป็น 2 แบบ คือ

1) แบบรวมเรื่องราวทั้ง 5 เรื่องราวไว้ในเล่มเดียวกัน โดยแบ่งเป็นเรื่องราวละ 7

หน้า หน้าเกริ่นนำ 3 หน้า บทส่งท้าย 6 หน้า และหน้าขึ้นก่อนขึ้นเรื่องราวใหม่
 อีก 6 หน้า รวมจำนวนทั้งหมด 50 หน้า ปกอ่อน ขนาด 8x8 นิ้ว 2) แบบแยก
 เรื่องราว 1 เรื่องราวต่อ 1 เล่ม โดยใช้จำนวนหน้าทั้งหมด 11 หน้า ปกแข็ง
 ขนาด 12x12 นิ้ว

ซึ่งหลักการทำงานโดยทั่วไปนั้นจะเป็นการวาง Concept ก่อนเริ่มดำเนินงาน แต่งานชิ้นนี้ได้
 กำหนดการวาง Concept ในลำดับที่ 2 เนื่องจากไม่ต้องการจำกัดความคิดที่อาจทำให้การ
 สัมภาษณ์ผู้สูงอายุต้นแบบจำกัดอยู่แต่เรื่องเพียงเรื่องเดียว

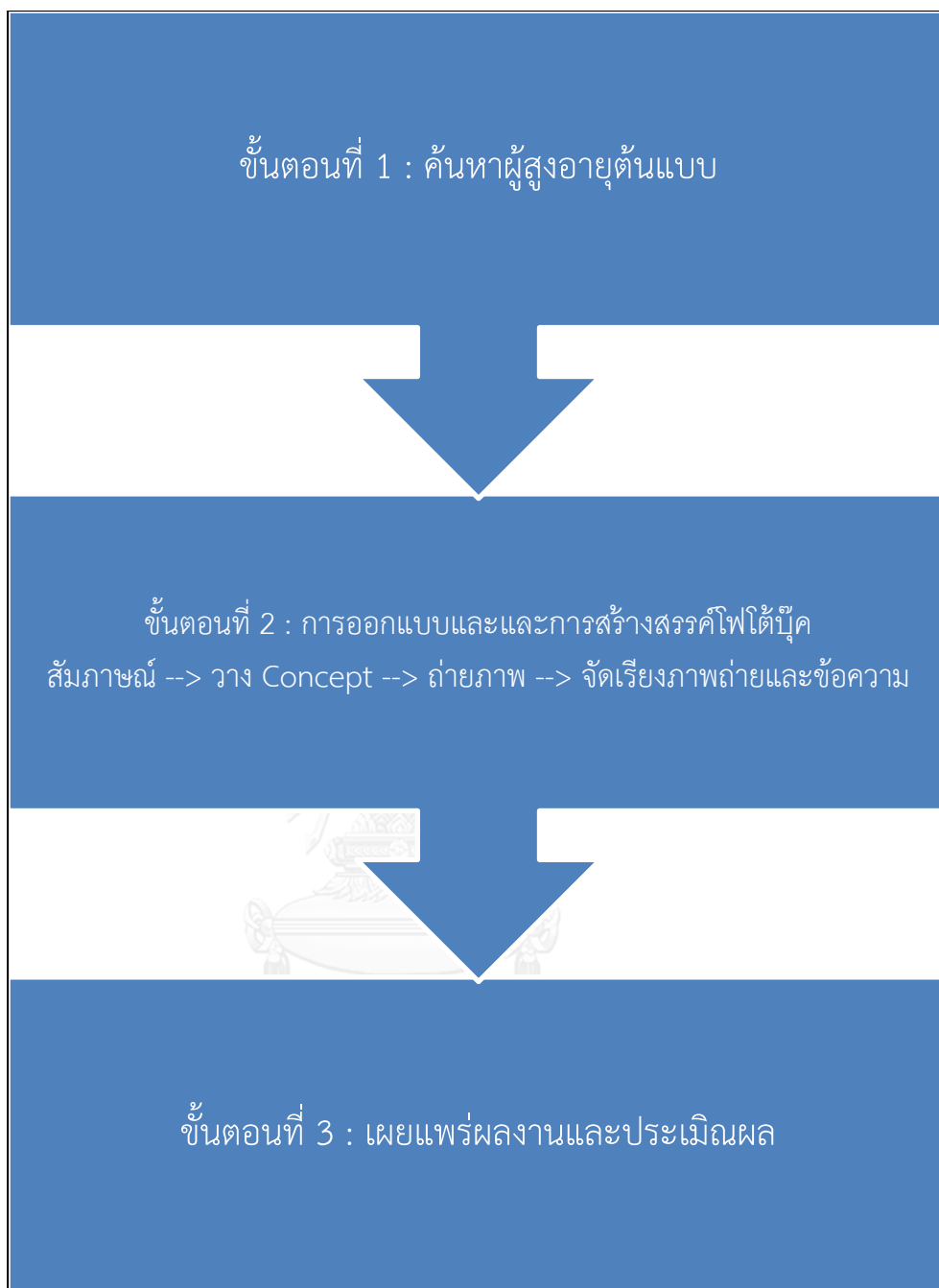
3. ขั้นตอนการเผยแพร่ผลงานและสอบถามทัศนคติผู้ชมต่อผลงานการสร้างสรรค์ภาพถ่ายไฟ
 โต้บุ๊ก ด้วยการตอบแบบสอบถาม เพื่อประเมินผล

3. วิธีการเก็บข้อมูล

1. การรวบรวมข้อมูลประเภทเอกสาร และสัมภาษณ์ติดตามวิถีชีวิตของผู้สูงอายุต้นแบบเพื่อ
 กำหนดกรอบเนื้อหาในการสร้างสรรค์ภาพถ่าย
2. การสร้างสรรค์ภาพถ่ายไฟโต้บุ๊กเพื่อสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
3. เก็บข้อมูลทัศนคติของผู้ชมผลงานจากการสัมภาษณ์ และจากแบบสอบถาม

4. การนำเสนอข้อมูล

นำเสนอภาพถ่ายบุคคลเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ในรูปแบบ
 ภาพถ่ายไฟโต้บุ๊กโดยจัดแสดงเป็นนิทรรศการภาพถ่าย เพื่อศึกษาทัศนคติของผู้ชม



ภาพที่ 2 แผนภาพกระบวนการทำงานของงานวิจัยชิ้นนี้

บทที่ 4

ผลการวิจัย

จากวัตถุประสงค์การวิจัย คือ เพื่อศึกษากระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บูคเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ และเพื่อศึกษาทัศนคติ ความหมาย การตีความของผู้ชมที่มีต่อภาพถ่ายของผู้สูงอายุต้นแบบ ผู้วิจัยได้ทำการวิจัยจนได้ผลการศึกษาตามจุดประสงค์ของการวิจัยดังต่อไปนี้

ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1

ผู้วิจัยได้ศึกษากระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บูคเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยมีกระบวนการสร้างสรรค์ดังต่อไปนี้

1. ผลการหาและคัดเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ

ในการหาและคัดเลือกผู้สูงอายุต้นแบบนั้น ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุซึ่งอ้างอิงจากบทความการเสริมสร้างคุณค่าผู้สูงอายุ(ประภัสสร วงษ์ศรี, ณัฐวุฒิ สุริยะ, พนิดา โยวะผุย)มาใช้เป็นหลัก โดยคุณสมบัติผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยคัดเลือกมีลักษณะดังนี้

- เป็นผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป
- เป็นผู้มองอดีตไปในทางบวก กล่าวคือรู้สึกเป็นสุขเมื่อนึกถึงเรื่องต่างๆ ที่ประสบในอดีต
- เป็นผู้ที่มีคุณธรรม เสียสละ
- เป็นผู้ที่มีปัญญา มีวุฒิภาวะ สงบ
- เป็นบุคคลที่ได้สั่งสมประสบการณ์ ความรู้ เพื่อถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลัง
- เป็นผู้ปรารถนาที่จะประสบความสำเร็จ คือ เกิดความปีติ ซึ่งเป็นเป้าหมายใหม่และยอมรับกับความตาย
- เป็นผู้มีความสุขเบิกบานเมื่อได้ให้คำปรึกษาผู้อื่น
- เป็นผู้ที่ยินดีและอนุญาตให้ข้อมูลและถ่ายภาพได้

โดยเริ่มแรกผู้วิจัยได้ขอความช่วยเหลือจากบุคคลใกล้ชิดในการแนะนำผู้สูงอายุที่รู้จักและ น่าสนใจ มีคุณสมบัติที่ตรงตามที่ผู้วิจัยต้องการ โดยมีการแบ่งเป็นด้านต่างๆทั้งหมด 5 ด้าน คือ 1) ด้านการใช้ชีวิต 2)ด้านความนิยมส่วนบุคคล 3)ความสามารถในอดีตที่ผ่านมา 4)ความสัมพันธ์กับ ครอบครัว 5)ด้านการเสียสละ และคัดเลือกจากผู้สูงอายุต้นแบบ 2 มิติด้วยกันคือ มิติของผู้สูงอายุที่มี ชื่อเสียง และมิติของผู้สูงอายุที่เป็นบุคคลธรรมดา โดยมีลำดับการติดต่อดังนี้

ลำดับที่ 1 : ลุงสิริ เกตุมี : ด้านการใช้ชีวิต

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านแรกคือ “ลุงสิริ เกตุมี” อายุ 81 ปี เป็นผู้สูงอายุในมิติของบุคคลธรรมดา โดยลุงสิริได้เป็นแกนนำกลุ่มน้ำหมักชีวภาพและเศรษฐกิจพอเพียงและแกนนำชมรมผู้สูงอายุตำบล บางกรวย จังหวัดนนทบุรี โดยผู้วิจัยได้รับการแนะนำจากเพื่อนสนิทที่ทำงานอยู่ที่ศูนย์การศึกษาออก โรงเรียนประจำอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ซึ่งขณะนั้นลุงสิริได้ศึกษาและสอบเทียบอยู่ที่ศูนย์ การศึกษาออกโรงเรียนประจำอำเภอบางกรวยอยู่ด้วย ผู้วิจัยมองเห็นคุณสมบัติที่ตรงกับความต้องการ ของผู้วิจัย จึงได้ทำการติดต่อและทาบทามเพื่อขออนุญาตให้ลุงสิริเป็นผู้สูงอายุต้นแบบในลำดับถัดไป

ลำดับที่ 2 : อ.ยรรยง โอฟาระชิน : ด้านความนิยมส่วนบุคคล

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 2 คือ “อ.ยรรยง โอฟาระชิน” อายุ 77 ปี ศิลปินแห่งชาติสาขา ทัศนศิลป์ (ศิลปะภาพถ่าย) ในปีพุทธศักราช 2550 เป็นผู้สูงอายุในมิติของบุคคลที่มีชื่อเสียง โดยผู้วิจัย ได้รู้จัก อ.ยรรยง โดยบังเอิญจากการเล่นสื่อโซเชียลเฟสบุ๊ค และได้เห็นเพื่อนในเฟสบุ๊คของผู้วิจัยท่าน หนึ่ง โฟสรูปภาพที่ถ่ายร่วมกับ อ.ยรรยง โดยมีข้อความระบุว่า “อ.ยรรยง ศิลปินแห่งชาติสาขา ทัศนศิลป์ (ศิลปะภาพถ่าย)” ผู้วิจัยจึงทำการติดต่อเพื่อนที่รู้จักในเฟสบุ๊คเพื่อขอรายละเอียดการติดต่อ อ.ยรรยง จึงได้ทราบว่า อ.ยรรยง มีบรรยายเรื่องการล้างฟิล์มที่ชมรมถ่ายภาพสารพัดช่างพระนครทุก วันเสาร์และอาทิตย์ ผู้วิจัยจึงได้ติดต่อขออนุญาตอ.ยรรยงเพื่อเป็นผู้สูงอายุต้นแบบและขอเก็บ ภาพถ่ายในลำดับถัดไป

ลำดับที่ 3 : พ่อชาย เมืองสิงห์ (สมเศียร พานทอง) : ด้านความสามารถในอดีตที่ผ่านมา

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 3 คือ พ่อชาย เมืองสิงห์ หรือ สมเศียร พานทอง อายุ 76 ปี ศิลปิน แห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (นักร้อง – นักแต่งเพลง) ในปีพุทธศักราช 2538 เป็นผู้สูงอายุในมิติ

ของบุคคลที่มีชื่อเสียง โดยผู้วิจัยได้ทราบว่ามีญาติผู้ใหญ่ของผู้วิจัยท่านหนึ่ง รู้จักและสนิทสนมกับ พ่อชายนมาก ผู้วิจัยจึงขอความช่วยเหลือจากญาติผู้ใหญ่ของผู้วิจัย ในการติดต่อขออนุญาตให้พ่อชายน เป็นผู้สูงอายุต้นแบบและขอสัมภาษณ์และเก็บภาพถ่ายในลำดับต่อไป

ลำดับที่ 4 : ลุงประหยัด และ ป้าจรรย์ อ้นสว่าง : ด้านความสัมพันธ์กับครอบครัว

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 4 คือ ลุงประหยัด อ้นสว่าง อายุ 78 ปี และป้าจรรย์ อ้นสว่าง อายุ 73 ปี คู่สามีภรรยาที่ดำเนินชีวิตร่วมกันมากกว่า 50 ปี เป็นผู้สูงอายุในมิติของบุคคลธรรมดา โดยผู้วิจัย ได้รู้จักกับผู้สูงอายุต้นแบบทั้งสองท่านโดยบังเอิญ เนื่องจากผู้วิจัยและมารดาได้เข้าไปติดต่อรุระที่บ้านพักอาศัยของทั้งสองท่าน จึงได้เห็นชีวิตความเป็นอยู่และงานที่ทำ จึงทำให้ผู้วิจัยคิดว่า ทั้งสอง ท่านนั้นสามารถเป็นผู้สูงอายุต้นแบบได้ จึงได้ติดต่อขออนุญาตเพื่อทำการสัมภาษณ์และเก็บภาพถ่าย ในลำดับต่อไป

ลำดับที่ 5 : หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์ : ด้านการเสียสละ

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านสุดท้ายคือ หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์ อายุ 96 ปี เป็นผู้สูงอายุใน มิติของบุคคลที่มีชื่อเสียง ซึ่งหม่อมราชวงศ์รุจีสมรดำรงตำแหน่งครูใหญ่เจ้าของโรงเรียนวรรณวิทย์ที่ ทุ่มเททั้งร่างกายและชีวิตเพื่อเด็กนักเรียนของท่าน โดยผู้วิจัยได้คำแนะนำจากอาจารย์ที่เคารพถึง เรื่องราวของโรงเรียนแห่งนี้ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาหาข้อมูลเบื้องต้นจากบทความและนิตยสารต่างๆ ที่ นำเสนอเรื่องราวของโรงเรียนวรรณวิทย์ หลังจากนั้น ผู้วิจัยจึงได้ค้นหาเบอร์โทรศัพท์ของโรงเรียนและ ได้โทรศัพท์ขออนุญาตเบื้องต้นกับทางผู้ช่วยครูใหญ่เพื่อประสานงานไปทางครูใหญ่อีกครั้งหนึ่ง

2. ผลการสัมภาษณ์และการถ่ายภาพ

โดยในขั้นตอนการสัมภาษณ์และการถ่ายภาพนั้นมีขั้นตอนย่อยดังต่อไปนี้

2.1 ผลการสัมภาษณ์

หลังจากผู้วิจัยได้ทำการเลือกและติดต่อผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามที่ผู้วิจัยต้องการแล้ว ขั้นตอนต่อไปผู้วิจัยจึงได้ขอสัมภาษณ์ชีวิตการเป็นอยู่ แนวคิด ทศนคติของผู้สูงอายุต้นแบบ โดยใช้วิธีการสังเกต การสอบถาม และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ โดยผู้วิจัยได้ใช้การพูดคุยซักถาม ซึ่ง

ใช้แนวทางการช่วยพัฒนาความมีคุณค่า และจิตวิญญาณสำหรับผู้สูงอายุมาเป็นหลักในการใช้ตั้งคำถามสำหรับการใช้สัมภาษณ์ผู้สูงอายุต้นแบบ ซึ่งมีคำถามเกี่ยวกับเรื่องต่างๆดังนี้

- เรื่องเกี่ยวกับการทำความดี การเสียสละ ทำตนให้เป็นประโยชน์ และช่วยเหลือสังคม
- เรื่องเกี่ยวกับการบำเพ็ญกิจทางศาสนา หรือเจริญสติ เจริญสมาธิ จนเกิดความสุข เกิดความว่างจากตน ว่างจากความเห็นแก่ตัว ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
- เรื่องเกี่ยวกับการมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น
- เรื่องเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย มีการเตรียมพร้อม
- เรื่องเกี่ยวกับการทำความเข้าใจกับชีวิตที่ผ่านมา และเข้าใจกับความคิดเห็นที่แตกต่าง
- เรื่องเกี่ยวกับการทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น

2.1.1 ลุงศิริ เกตุมี

จากการสัมภาษณ์ลุงศิริทำให้ผู้วิจัยได้เห็นถึงแนวคิดและการใช้ชีวิตของลุงศิริว่า ลุงศิริเป็นผู้มีความสุขเมื่อนึกถึงเรื่องราวต่างๆในอดีต เห็นได้จากการเล่าเรื่องราวสมัยที่ลุงศิริยังทำงานต่างๆ ซึ่งลุงศิริได้แสดงออกถึงความภูมิใจในการประสบความสำเร็จในการทำงาน ได้มีผู้ได้บังคับบัญชาเป็นจำนวนมากและทุกคนล้วนรักและเคารพคุณลุง

คุณลุงเป็นผู้มีคุณธรรม มีความเสียสละต่อชุมชน เห็นได้จากการที่ลุงศิริมุ่งมั่นที่จะพัฒนาชุมชนในด้านต่างๆ มีความต้องการให้ชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่มีความก้าวหน้า และพร้อมจะเป็นตัวอย่างที่ดีของชุมชน เป็นผู้ที่มีปัญญา หมั่นแสวงหาความรู้ในด้านต่างๆเพื่อนำมาเผยแพร่ในชาวบ้านในชุมชนได้ใช้ประโยชน์ เป็นผู้ที่มีธรรมในใจ เห็นได้จากแนวคิดของคุณลุงที่ใช้ธรรมะเป็นแนวทางในการใช้ชีวิต และเป็นผู้มองชีวิตในด้านบวก มีลูกหลานที่รักและเป็นห่วงเสมอ

ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ลุงศิริมีความสุขและมองเห็นคุณค่าในตนเองในด้านของการใช้ชีวิตที่มีประโยชน์ ยังมีความสุขอยู่กับชีวิตประจำวัน ผู้วิจัยจึงวางกรอบการถ่ายภาพไปในแนวทางของธรรมชาติ ต้นไม้ ใบไม้ และภาพที่แสดงถึงชีวิตในรูปแบบสมถะ เรียบง่าย และสงบ

2.1.2 อ.ยรรยง โอฬาระชิน

จากการสัมภาษณ์อ.ยรรยง ทำให้ผู้วิจัยได้เห็นว่า อ.ยรรยงเป็นผู้มีความรู้ในด้านการถ่ายภาพ และมีประสบการณ์พร้อมทั้งมีเทคนิคต่างๆในการถ่ายภาพและล้างภาพด้วยฟิล์ม และยังสามารถถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลังสืบต่อไปได้ เป็นผู้ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานที่ตนเองรักและถนัด และมีความสุขเมื่อได้ถ่ายทอดเรื่องราวความรู้เรื่องการถ่ายภาพและการล้างฟิล์มให้ผู้เรียนเสมอ ทั้งนี้ อ.ยรรยงยังเป็นผู้ที่มีความสุขเมื่อนึกถึงเรื่องต่างๆในอดีต เห็นได้จากที่อ.ยรรยงได้เล่าถึงเรื่องราวต่างๆในอดีตอย่างมีความสุข เล่าถึงเรื่องราวประสบการณ์การถ่ายภาพที่สั่งสมมาเกือบทั้งชีวิต

ซึ่งทั้งหมดนี้เองทำให้ผู้วิจัยได้เห็นว่า อ.ยรรยงเป็นผู้มีการมองเห็นคุณค่าในตนเอง ในด้านของความนิยมส่วนบุคคลเรื่องการถ่ายภาพ ในอาชีพการงานและความรักในวิชาชีพเป็นหลัก ผู้วิจัยจึงได้วางกรอบในการถ่ายภาพในแบบที่สื่อถึงความสุขในหน้าที่การงาน ภาพวิถีการทำงานของอ.ยรรยงในอิริยาบถต่างๆ

นอกจากนี้ จากความรู้ที่ผู้วิจัยได้จากการสัมภาษณ์อ.ยรรยง ผู้วิจัยได้นำกรอบความคิดของการถ่ายภาพ แนวคิดในการสร้างสรรค์ การจัดวางองค์ประกอบตามหลักที่อ.ยรรยงแนะนำมาประยุกต์ใช้กับงานชิ้นนี้ของผู้วิจัยด้วย

2.1.3 พ่อชาย เมืองสิงห์ (สมเศียร พานทอง)

จากการสัมภาษณ์พ่อชายทำให้ผู้วิจัยได้เห็นว่า พ่อชายเป็นผู้มีความสุขและภูมิใจทุกครั้งเมื่อนึกถึงเรื่องราวต่างๆในอดีต เห็นได้จากการเล่าถึงเรื่องราวต่างๆที่พ่อชายเคยได้ประสบมาอย่างมีความสุขและอารมณ์ดี

เป็นผู้ที่ได้สั่งสมประสบการณ์ ความรู้เรื่องเพลงลูกทุ่ง และสามารถถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลังได้ นอกจากนี้ยังเป็นผู้ที่ไม่ยอมแพ้ต่อชีวิต แม้ร่างกายจะเจ็บป่วยไม่สามารถเดินได้อย่างปกติ แต่พ่อชายไม่เคยย่อท้อต่อชีวิต ยังคงพยายามทำทุกทางเพื่อให้ตนเองกลับมาเป็นปกติได้ และพ่อชายยังเป็นผู้ที่มองชีวิตในด้านบวกเสมอ มีกำลังใจที่ดี และมีลูกหลานที่รักและเอาใจใส่ตลอดมา

นอกจากนี้การที่พ่อชายสามารถฟื้นตัวจากการป่วยได้เร็ววันนั้นมาจากความรักและกำลังใจที่ดีจากครอบครัว ถึงแม้ว่าลูกจะไม่ค่อยมีเวลาแต่ยังคงคอยมาเยี่ยมอยู่เสมอ และยังได้หลานสาวที่มาคอยช่วยดูแลชีวิตประจำวันต่างๆด้วย

ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ผู้วิจัยเห็นว่าพ่อชาย เมืองสิงห์เป็นผู้ที่มองเห็นคุณค่าในตนเอง ในด้านของประสบการณ์ชีวิตและความสำเร็จในอดีตที่ผ่านมา นอกจากนี้ยังเป็นผู้ที่ไม่ยอมแพ้ต่ออาการเจ็บป่วยและไม่ยอมให้การเจ็บป่วยมาเป็นข้อปกป้องตัวเองจากสังคม ผู้วิจัยจึงวางกรอบการถ่ายภาพไปในรูปแบบของภาพที่สดใส แสดงถึงความไม่ยอมแพ้ และย่อท้อต่อชีวิต ซึ่งต้องเป็นภาพที่บ่งบอกได้ว่าพ่อชายยังมีชีวิตปกติไม่ได้แตกต่างไปจากก่อนเกิดการป่วย

2.1.4 ลูกประหยัดและป้าจรรย์ อ้นสว่าง

จากการสัมภาษณ์ทั้งสองท่านทำให้ผู้วิจัยได้เห็นว่าทั้งสองท่านเป็นผู้ที่มองชีวิตในด้านบวกเสมอ ทั้งในปัจจุบันและในอดีต ดังเห็นได้จากการเล่าเรื่องราวความรักพร้อมทั้งภาพถ่ายความผูกพันของทั้งคู่ในอดีต นอกจากนี้ยังเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ ความรู้เรื่องเกี่ยวกับเกษตรกรรมและเรื่องดิน และยังแบ่งปันความรู้ให้แก่คนรุ่นหลังด้วย ทั้งยังมีลูกหลานที่รักและคอยเอาใจใส่

ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่า ท่านทั้งสองมีความมองเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งในด้านของความสัมพันธ์กับครอบครัว การที่มีคู่ชีวิตและลูกหลานดี มีความรู้ความสามารถที่เผยแพร่สู่คนรุ่นหลังได้ ผู้วิจัยจึงวางกรอบในการถ่ายภาพเพื่อสื่อถึงชีวิตคู่ที่ยาวนานของทั้งสองท่าน ภาพความสุขในชีวิตประจำวันที่จะช่วยส่งเสริมให้ภาพคู่นี้มีความรักมากยิ่งขึ้น

2.1.5 หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์

จากการสัมภาษณ์ครูใหญ่ทำให้ผู้วิจัยเห็นว่า ครูใหญ่โรงเรียนวรณวิทย์เป็นผู้มีคุณธรรม มีความเสียสละแก่โรงเรียนและนักเรียนทุกคน เป็นผู้มีปัญญา มีวุฒิภาวะ เป็นบุคคลที่ได้สั่งสมประสบการณ์ มีความรู้และความสามารถ และถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลังได้เสมอมา นอกจากนี้ยังเป็นผู้ไม่

กลัวต่อความตาย เตรียมการต่างๆไว้แล้วเมื่อถึงเวลาที่จะต้องจากไป เป็นผู้มองชีวิตในด้านบวกเสมอ มีกำลังใจที่ดี รักและใส่ใจลูกศิษย์เสมอ เป็นผู้มีความสุขเบิกบานเมื่อได้ให้ความรู้ผู้อื่น

ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่า หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์ มีความเห็นคุณค่าในตนเองในด้านของการเสียสละและความรักที่มีต่อโรงเรียนและลูกศิษย์ โดยผู้วิจัยได้มีการวางกรอบของการถ่ายภาพในรูปแบบของความเสียสละต่อโรงเรียน และภาพบรรยากาศของโรงเรียนที่ครูใหญ่รักด้วย

2.2 การตีความและคิด Concept ของแต่ละบุคคล

หลังจากที่ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ สอบถาม และสังเกตเกี่ยวกับการใช้ชีวิตและแนวคิดของผู้สูงอายุแล้ว ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้มากำหนดขอบเขตและทิศทางของภาพถ่าย เพื่อความสะดวกและรวดเร็วในการถ่ายภาพมากขึ้น จึงสรุปได้ดังนี้

1. ลุงศิริ เกตุมี จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ใช้ชีวิตประจำวันของคุณลุงพบว่า คุณลุงมีการใช้ชีวิตแบบพอเพียง สมถะ เรียบง่าย ใช้ชีวิตอยู่กับธรรมชาติและสมุนไพรมากกว่า นอกจากนี้คุณลุงยังเป็นบุคคลที่รักชุมชนมาก พยายามทำทุกวิถีทางเพื่อพัฒนาชุมชนที่ตนเองรัก จึงทำให้ลุงศิริได้รับตำแหน่งผู้นำต่างๆในชุมชนที่คุณลุงอาศัยอยู่ในปัจจุบัน ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ลุงศิริมีความสุขและมองเห็นคุณค่าในตนเองในด้านของการเสียสละและความรักที่มีให้ต่อชุมชน ผู้วิจัยจึงวางกรอบการถ่ายภาพไปในแนวทางของธรรมชาติ ต้นไม้ ใบไม้ และภาพที่แสดงถึงชีวิตในรูปแบบสมถะ เรียบง่าย และสงบ ผู้วิจัยจึงเห็นว่าสีเขียวควรจะเป็นตัวแทนเรื่องราวของลุงศิริ เพื่อสื่อถึงต้นไม้ ธรรมชาติ และสมุนไพรมากกว่าสีอื่น นอกจากนี้ยังสื่อถึงชุมชนที่เรียบง่ายของคุณลุงอีกด้วย โดยภาพที่คิดจะถ่ายจะเป็นภาพสีเขียวของต้นไม้ หรือภาพที่คุณลุงอยู่กับต้นไม้ อยู่กับธรรมชาติ ภาพที่แสดงถึงวิถีชีวิตที่เรียบง่ายของคุณลุง



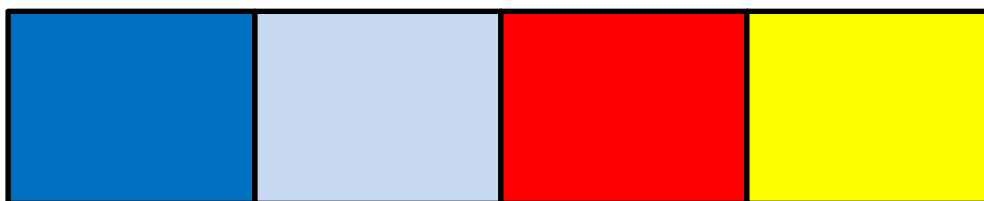
2. อ.ยรรยง โอพาระชิน จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ใช้ชีวิตประจำวันของอ.ยรรยงทำให้ผู้วิจัยพบว่า อ.ยรรยงเป็นบุคคลที่รักในการถ่ายภาพด้วยฟิล์ม โดยเฉพาะฟิล์มขาว-ดำ นอกจากจะรักในการถ่ายภาพด้วยฟิล์มแล้ว ท่านยังรักในการล้างฟิล์มอีกด้วย เพราะสิ่งนี้จึงทำให้อ.ยรรยงมีความรู้สึกที่อยากจะถ่ายทอวิชาความรู้ที่อ.ยรรยงได้สั่งสมมาตั้งแต่สมัยวัยรุ่นแก่ผู้คนในปัจจุบัน ผู้วิจัยได้เห็นว่าคุณค่าในตนเอง ในด้านของอาชีพการงานและความรักในวิชาชีพเป็นหลัก ผู้วิจัยจึงได้วางกรอบในการถ่ายภาพในแบบที่สื่อถึงความสุขในหน้าที่การงาน ภาพวิถีการทำงานของอ.ยรรยงในอิริยาบถต่างๆ ร่องรอยของประสบการณ์ กว่าครึ่งชีวิตที่อยู่กับภาพขาวดำ ผู้วิจัยจึงเห็นว่าสีขาวย เทา ดำ จึงควรเป็นตัวแทนของการทำงาน การใช้ชีวิต ของอ.ยรรยง โดยภาพที่ผู้วิจัยคิดจะสร้างสรรค์จะให้เป็นภาพในการทำงาน การสอนเกี่ยวกับเรื่องการล้างฟิล์ม เกี่ยวกับภาพถ่ายซึ่งเป็นสิ่งที่แสดงตัวตน ของอ.ยรรยงได้



CHULALONGKORN UNIVERSITY

3. พ่อชาย เมืองสิงห์ (สมเศียร พานทอง) จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ใช้ชีวิตประจำวันของพ่อชาย ผู้วิจัยพบว่า พ่อชายมีความสู้ชีวิต แม้ตนเองจะป่วยจนทำให้เป็นอัมพาต ไม่สามารถเดินได้สะดวกอย่างเมื่อก่อน แต่พ่อชายไม่เคยท้อ ท่านคิดเสมอว่าถึงแม้ร่างกายจะร่วงโรยตามกาลเวลา แต่สมองที่ยังตื้ออยู่นั้นก็สามารถสร้างสิ่งดีๆ ให้กับทั้งตนเองและสังคมได้ นอกจากนี้พ่อชายยังรักการแต่งเพลง ซึ่งเป็นความสามารถที่พ่อชายมีตั้งแต่อดีตและยังรักในการใช้ภาษาที่ไทยที่ถูกต้องอีกด้วย ผู้วิจัยเห็นว่าพ่อชาย เมืองสิงห์เป็นผู้ที่มองเห็นคุณค่าในตนเอง ในด้านการสู้ชีวิต ไม่ยอมแพ้ต่ออาการเจ็บป่วย และไม่ยอมให้การเจ็บป่วยมาเป็นข้อปกป้องตัวเองจากสังคม ผู้วิจัยจึงวางกรอบการถ่ายภาพไปในรูปแบบของภาพที่สดใส แสดงถึงความไม่ยอมแพ้ และย่อท้อต่อชีวิต ซึ่งต้องเป็นภาพที่บ่งบอกได้ว่า

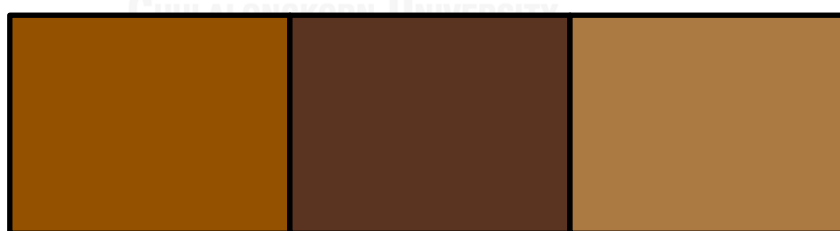
พ่อชายยังมีชีวิตปกติไม่ได้แตกต่างไปจากก่อนเกิดการป่วย ผู้วิจัยจึงเห็นว่าควรใช้แม่สี คือ สีแดง สีเหลือง และสีน้ำเงิน ซึ่งเป็นสีของพวกมาลัยพลาสติกที่แฟนเพลงใช้มอบให้ศิลปิน นักร้องลูกทุ่งในสมัยก่อนมาเป็นตัวแทนในเรื่องของพ่อชายที่เป็นนักร้องลูกทุ่ง และดึงให้สีน้ำเงินเป็นสีที่เด่นขึ้นมา เพื่อสื่อถึงความสนุกสนานของเพลงลูกทุ่ง ซึ่งเป็นสิ่งที่พ่อชายรักและคลุกคลีมาตั้งแต่เด็ก ภาพที่ผู้วิจัยคิดจะถ่ายภาพจะเป็นภาพที่แสดงถึงความเจ็บป่วยของพ่อชาย การพักอาศัยการเป็นอยู่ และภาพการทำงานของพ่อชายซึ่งเป็นสิ่งที่พ่อชายยังสามารถทำได้เป็นอย่างดีเสมอมา



4. ฝูงประหยัด และป่าจากรนัย อันสว่าง จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ใช้ชีวิตประจำวันของทั้งสองท่านพบว่า คุณลุงมีความรักครอบครัว มีความเป็นผู้นำ และมีความเสียสละให้กับชุมชน มีความเอื้อเฟื้อและยินดีที่จะแบ่งปันความรู้ที่ตนเองสั่งสมจากประสบการณ์ชีวิตแก่คนรุ่นหลัง โดยมีป่าจากรนัยคอยสนับสนุนอยู่เบื้องหลังโดยอำนวยความสะดวกต่างๆแก่ลุงประหยัด เช่นการทำอาหาร น้ำ ขนมไว้เลี้ยงแขกที่มาศึกษาขอความรู้จากคุณลุง คอยอำนวยความสะดวกและจัดเตรียมสิ่งของตามแบบที่แม่บ้านจะพึงช่วยผู้นำครอบครัวได้ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ท่านทั้งสองสามารถอยู่ครองเรือนกันมาได้กว่า 50 ปี ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่า ท่านทั้งสองมีความมองเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งในด้านของการที่มีคู่ชีวิตและลูกหลานดี มีความรู้ความสามารถที่เผยแพร่สู่คนรุ่นหลังได้ ผู้วิจัยจึงวางกรอบในการถ่ายภาพเพื่อสื่อถึงชีวิตคู่ที่ยาวนานของทั้งสองท่าน ภาพความสุขในชีวิตประจำวันที่จะช่วยส่งเสริมให้ภาพดูมีความรักมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงเห็นว่าสีชมพูควรเป็นสีที่ใช้ในเรื่องราวของทั้งสองท่าน เนื่องจากสีชมพูเป็นสีสัญลักษณ์ของความรัก เพื่อสื่อถึงความรักของคุณลุงและคุณป้า โดยภาพถ่ายที่ผู้วิจัยจะสร้างสรรค์นั้น จะเสนอเกี่ยวกับการใช้ชีวิตร่วมกันของทั้งสองท่าน เป็นภาพถ่ายกิจกรรมต่างๆที่ทำร่วมกัน การแสดงความรักต่อกันและกัน



5. หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์ จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ใช้ชีวิตประจำวันของหม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์ ผู้ดำรงตำแหน่งครูใหญ่ของโรงเรียน และอาจารย์ท่านอื่นๆของโรงเรียน ผู้วิจัยพบว่า ทั้งโรงเรียนและบุคลากรของโรงเรียนนี้มีความเสียสละ มีความรักและเอ็นดู บรรณาติต่อลูกศิษย์ทุกคน ไม่ว่านักเรียนจะมีฐานะใดก็ตาม บุคลากรที่โรงเรียนนี้พร้อมจะอุ้มชูและส่งเสริมเด็กทุกคนให้ถึงฝั่งฝัน เหมือนดังครูใหญ่ที่ปฏิบัติเช่นนี้ตามมารดาเสมอมา ผู้วิจัยมีความเห็นว่า หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์ มีความเห็นคุณค่าในตนเองในด้านของการเสียสละและความรักที่มีต่อโรงเรียนและลูกศิษย์ โดยผู้วิจัยได้มีการวางกรอบของการถ่ายภาพในรูปแบบของความเสียสละต่อโรงเรียน และภาพบรรยากาศของโรงเรียนที่ครูใหญ่รักด้วย โดยผู้วิจัยเห็นว่าควรใช้สีน้ำตาลของไม้ ที่สื่อถึงเรือนไม้หลังเดิมของโรงเรียน ความขรึมที่สงบแต่ดูแข็งแกร่งมาเป็นตัวแทนในเรื่องราวของหม่อมราชวงศ์รุจีสมร โดยภาพที่จะสร้างสรรค์จะเป็นภาพบรรยากาศภายในโรงเรียน ภาพเรือนไม้ และสิ่งของหรือบุคคลต่างที่สื่อถึงความเก่าแก่ของโรงเรียน



2.3 การถ่ายภาพ

หลังจากผู้วิจัยได้คิดแนวทางและขอบเขตของแต่ละบุคคลแล้ว ผู้วิจัยจึงได้ใช้แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายภาพ เพื่อสร้างสรรค์ภาพถ่ายของผู้สูงอายุต้นแบบ ซึ่งมีอุปกรณ์ที่ใช้ในการถ่ายภาพดังนี้

-กล้องถ่ายภาพ DSLR เนื่องจากเป็นกล้องดิจิทัลจึงทำให้ผู้วิจัยทำงานง่ายขึ้น ผู้วิจัยสามารถถ่ายภาพได้ไม่จำกัดจำนวน ทำให้การทำงานเร็วขึ้น

-เลนส์ถ่ายภาพช่วง 17-40 F4L เป็นช่วงเลนส์ที่ผู้วิจัยใช้สำหรับถ่ายภาพมุมกว้างในพื้นที่ที่จำกัดได้

-เลนส์ถ่ายภาพช่วง 85 F1.8 เป็นช่วงเลนส์ที่ผู้วิจัยใช้สำหรับถ่ายภาพบุคคล ซึ่งเป็นช่วงเลนส์เทเล สามารถถ่ายภาพโดยบุคคลต้นแบบไม่รู้ตัวได้

-แฟลชถ่ายภาพยี่ห้อ Canon รุ่น 550ex ผู้วิจัยใช้เพื่อลบเงา หรือเพิ่มแสงให้ตัวแบบในขณะเวลาที่แสงน้อย

กระบวนการถ่ายภาพใช้ทั้งแบบเป็นทางการและไม่เป็นทางการ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการถ่ายภาพบุคคล ซึ่งการถ่ายภาพแบบเป็นทางการสิ่งที่ได้คือ รายละเอียด ได้การจัดท่าทาง ได้ความสง่างาม และการถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการสิ่งที่ได้คือ ได้อารมณ์ ได้ธรรมชาติ ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้ทั้งสองวิธีผสมผสานกันเพื่อให้เกิดความหลากหลายในการถ่ายภาพเพื่อต่อยอดสู่ตัวเล่มโป้ได้บุคคลในลำดับต่อไป

โดยผู้วิจัยได้ใช้วิธีการถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการขณะที่ผู้สูงอายุต้นแบบกำลังทำกิจกรรมต่างๆ ซึ่งข้อดีของการถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการนั้นคือการที่บุคคลที่ถูกถ่ายภาพไม่รู้ตัวคือ ทำให้ภาพที่ได้ออกมานั้นดูเป็นธรรมชาติ ผู้ถูกถ่ายภาพจะรู้สึกผ่อนคลาย และเกร็ง ทำให้ได้ภาพที่มีความรู้สึกดีดูแบบธรรมชาติ แต่ข้อเสียของการใช้วิธีการนี้คือ การไม่สามารถคาดเดาได้ว่าจะเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นบ้าง ทำให้ผู้วิจัยพลาดในบางช่วงจังหวะ นอกจากจะพลาดในช่วงบางจังหวะแล้ว วิธีการแอบถ่ายภาพโดยผู้ถูกถ่ายภาพไม่รู้ตัวหรือการถ่ายแบบไม่เป็นทางการนั้น ยังใช้เวลาในการถ่ายภาพที่นานกว่าปกติ เนื่องจากเหตุผลข้างต้นคือการที่เราไม่สามารถคาดเดาได้ว่าจะเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นบ้าง ทำให้ผู้วิจัยต้องใช้วิธีการรอ เพื่อจับจังหวะของภาพให้ได้มากที่สุด โดยผู้วิจัยได้ใช้วิธีการถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการกับผู้สูงอายุต้นแบบทั้งหมด 3 ท่านด้วยกันคือ 1)ลุงศิริ เกตุมี 2)อ.ยรรยง โอฬาระชิน 3)พ่อชาย เมืองสิงห์

และนอกจากผู้วิจัยจะใช้วิธีการถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการแล้วนั้น ผู้วิจัยยังใช้วิธีจัดแบบ เพื่อถ่ายภาพตามความต้องการของผู้วิจัยหรือการถ่ายภาพแบบเป็นทางการอีกด้วย เนื่องจากผู้วิจัย มองรูปการแล้วอาจจะไม่สามารถบันทึกภาพแบบที่ผู้วิจัยต้องการได้ ผู้วิจัยจึงขอความร่วมมือกับ ผู้สูงอายุต้นแบบเพื่อจัดถ่ายภาพแบบเป็นทางการ โดยข้อดีของการถ่ายภาพแบบเป็นทางการตามที่ ผู้วิจัยต้องการนั้นคือ ทำให้การถ่ายภาพนั้นรวดเร็ว และภาพที่ได้ยังสามารถถ่ายทอดความนึกคิด ความสร้างสรรค์ของผู้วิจัยได้ และยังสามารถแสดงบุคลิกของผู้ถูกถ่ายได้เป็นอย่างดี แต่การถ่ายภาพ แบบเป็นทางการนั้น ผู้ที่ถูกถ่ายภาพจะมีอาการเขิน และเกร็ง ทำให้อารมณ์ของภาพยังไม่เป็น ธรรมชาติเท่าที่ควร ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการพูดคุยเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ โดยผู้วิจัยจะไม่ให้สัญญาณใน การถ่ายภาพ และผู้วิจัยจะบันทึกภาพในขณะที่พูดคุยไปด้วย ทำให้ผู้ถูกถ่ายภาพรู้สึกเกร็งและเขิน น้อยลง ทำให้ภาพดูเป็นธรรมชาติมากขึ้น โดยผู้วิจัยได้ใช้วิธีการถ่ายภาพแบบเป็นทางการกับผู้สูงอายุ ต้นแบบทั้งหมด 3 ท่านด้วยกันคือ 1)ลุงประหยัด อันสว่าง 2)ป้าจรรย์ อันสว่าง 3)หม่อมราชวงศ์รุจี สมร สุขสวัสดิ์

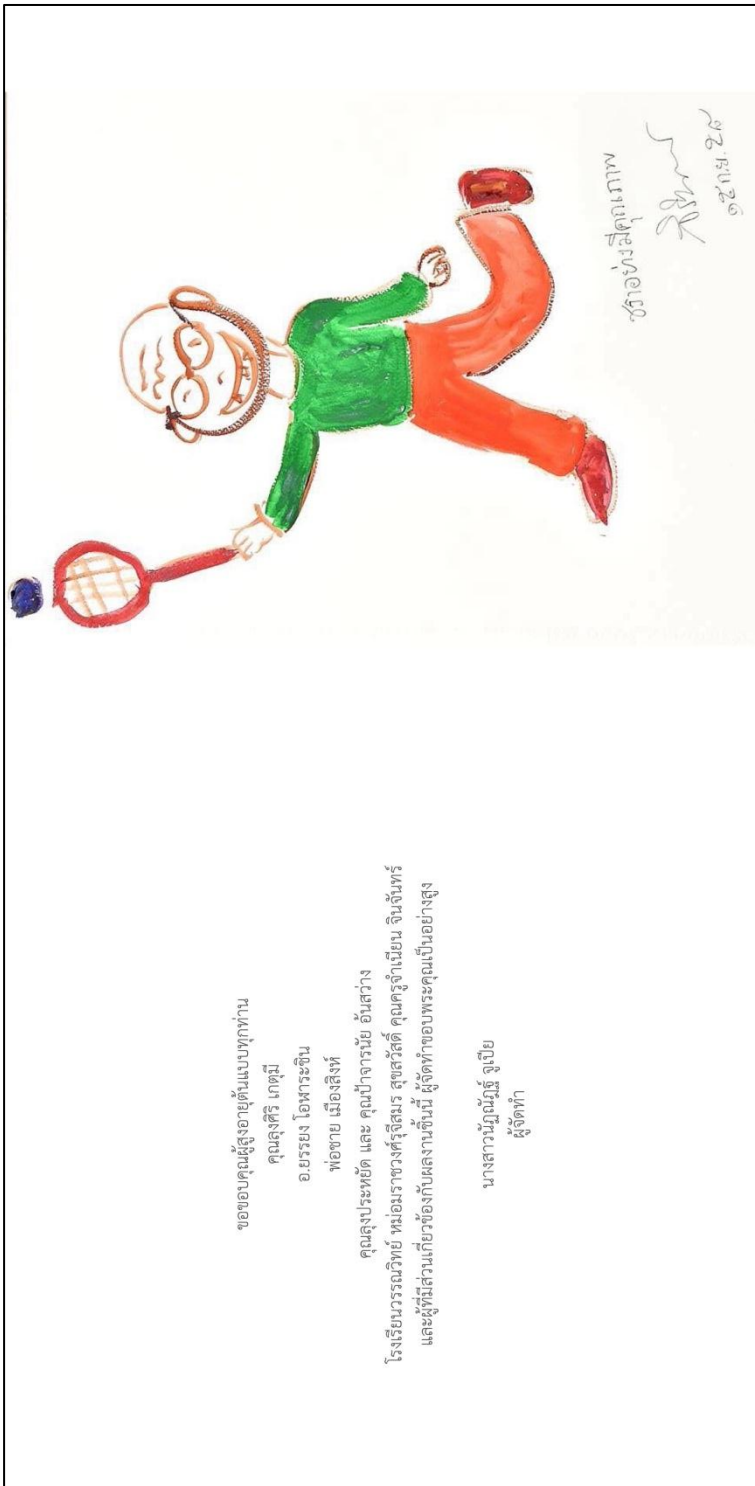
3. ขั้นตอนการทำรูปเล่มภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก

หลังจากที่ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์และเก็บภาพถ่ายของผู้สูงอายุต้นแบบแล้ว ผู้วิจัยจึงได้นำ คำพูดและความคิดเห็นของผู้สูงอายุต้นแบบมาตัดทอนบางประโยคและจากการให้คำนิยามของผู้วิจัย เองด้วย ใส่ลงไปโฟโต้บุ๊กเพื่อสร้างความเข้าใจแก่ผู้อ่านและรับชมได้ดียิ่งขึ้น โดยผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก 2 แบบ โดยภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กทั้ง 2 แบบนั้นมีความแตกต่างในเรื่องของรายละเอียด และขนาดของโฟโต้บุ๊ก เพื่อสำรวจทัศนคติของผู้รับชมต่อภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กในลำดับต่อไป

ซึ่งภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กแบบแรก เป็นภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กที่รวมเรื่องราวของผู้สูงอายุต้นแบบทั้ง 6 ท่าน(5 เรื่อง)ไว้ในเล่มเดียวกัน มีขนาด 8x8 นิ้ว ปกอ่อน จำนวน 50 หน้า โดยมีรูปแบบตามลำดับ ดังนี้

ขอขอบคุณผู้สูงอายุต้นแบบทุกท่าน
คุณลุงศิริ เกตุมี
อ.รรมยง โอบการะชิน
พ่อบาย เมืองสิงห์
คุณลุงประหวัด และ คุณป้าจารนีย์ อันสว่าง
โรงเรียนวรรณวิทย์ หม่อมราชวงศ์จุฑามาส สุขสวัสดิ์ คุณครูจำเริญ จินจันทร์
และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผลงานชิ้นนี้ ผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

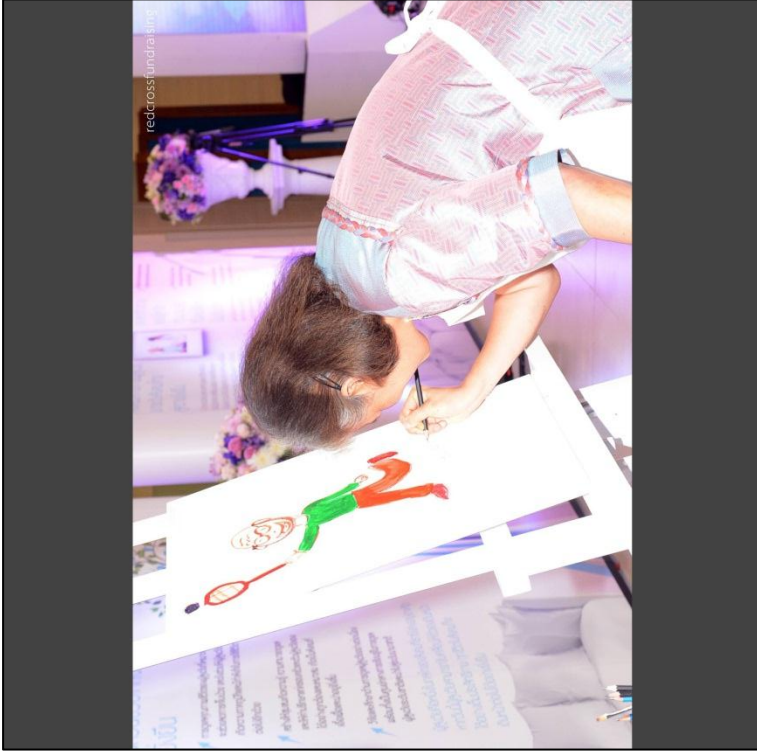
นางสาวนันทนัฐ จุฑิยะ
ผู้จัดทำ



ภาพที่ 3 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายโปสเตอร์ได้บุคคลเฒ่ารวมเรื่องราว

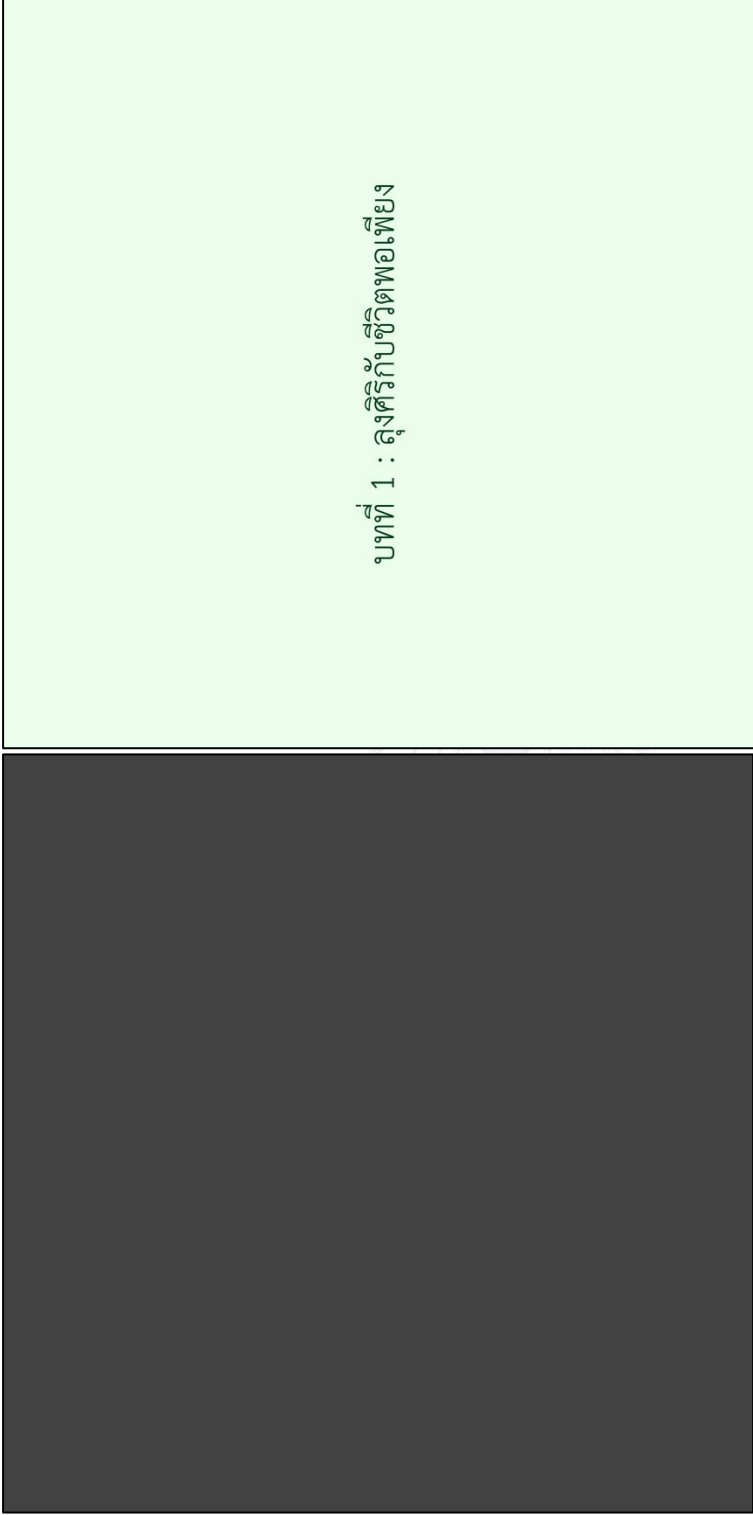


ภาพที่ 4 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เล่มรวมเรื่องราว



สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงวาดภาพสีพระหัตถ์
ภายใต้แนวคิด “รอยยิ้มที่ยั่งยืนของผู้สูงอายุ” เพื่อพระราชทานแก่กองทุน ส.ร.
เพื่อผู้สูงอายุ ในพิธีเปิดโครงการ “กองทุน ส.ร. เพื่อผู้สูงอายุ”
ซึ่งเป็นภาพวาดผู้สูงอายุในท่าออกกำลังกาย และทรงเขียนข้อความว่า
“ชราอย่างมีคุณภาพ” พร้อมทรงลงพระนามาภิไธยบนภาพวาดสีพระหัตถ์ ลงวันที่ ๑๕
กันยายน ๒๕๕๘
ณ อาคาร ส.ร. โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

ภาพที่ 5 : ภาพด้านในหน้าที่ 2 และ 3 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เล่มรวมเรื่องราว



ภาพที่ 6 : ภาพด้านในหน้าที่ 4 และ 5 ของภาพถ่ายที่ได้ปู่ได้เก็บรวมเรื่องราว



ลุงศิริ เกตุมี อายุ 82 ปี ปรากฏตัวบ้านผู้รักบ้านเกิด คอยศึกษาพัฒนาและนำความรู้เกี่ยวกับกรปลูกที่เพิ่มลูกจวบกับลุงศิริมีพระราชนิพนธ์เรื่องความเพียรอยู่ในใจ และปฏิบัติตนเรื่องมาก เห็นได้จากการใช้ชีวิตที่เรียบง่าย สมณะ ที่บ้านริมคลองอินทร์น่านและวังสนมของลุง



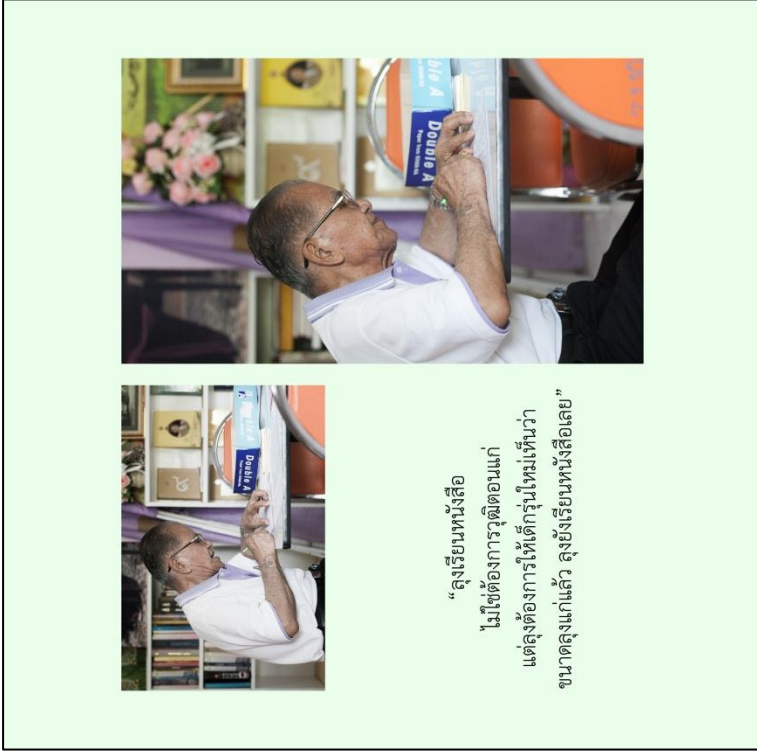
“ลุงเคยเป็นอัมพาต แต่ก็หายได้ด้วย” พงษ์ใจ” ยาดวีมีทำไม่ยากหรอก มันอยู่รอบๆตัวเรา แต่ก็ต้องขึ้นอยู่กับเราด้วย ว่าจะมองเห็นหรือมองข้ามมันไป”

ภาพที่ 7 : ภาพด้านในหน้าที่ 6 และ 7 ของภาพถ่ายโป๊ที่ได้ปู่เคยมาร่วมเรื่องราว

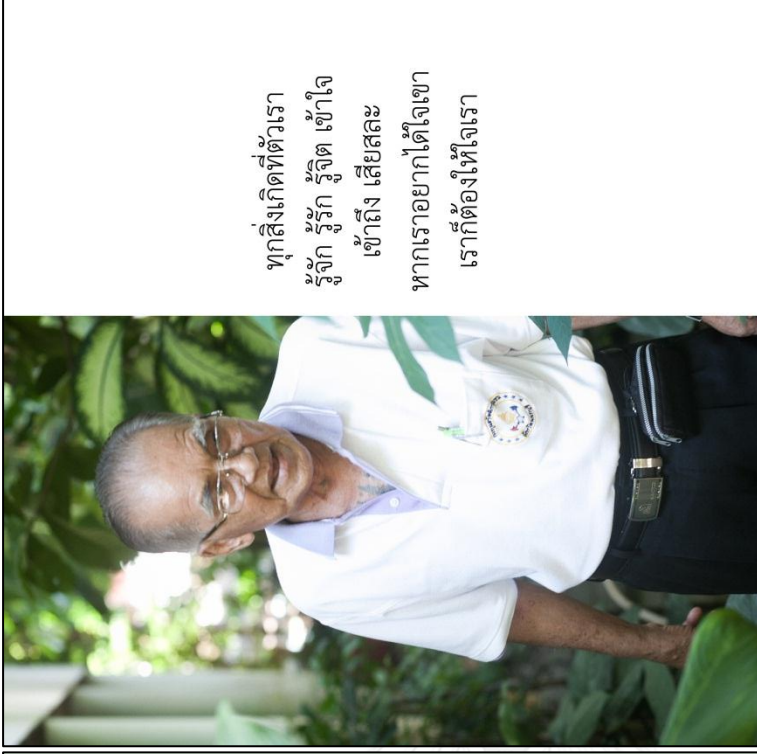
ก้วยเตี่ยวขามละ 15 กับขามละ 150
มันต่างกันตรงไหน
ในเมื่อมันก็ให้เรารู้เหมือนกัน



ภาพที่ 8 : ภาพด้านในหน้าที่ 8 และ 9 ของภาพถ่ายไฟโต้บูคเล่มรวมเรื่องราว

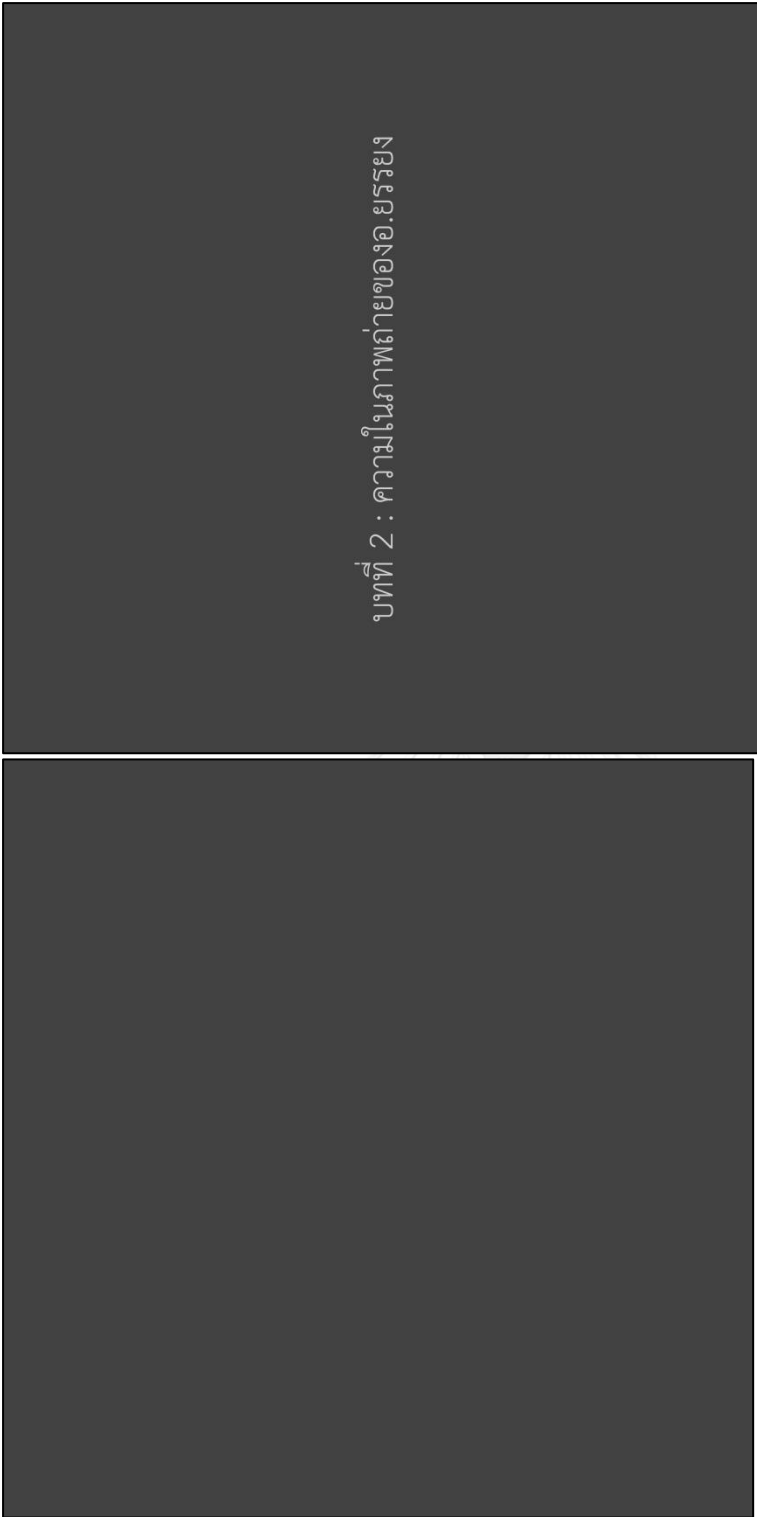


“ลุงเรียนหนังสือ
ไม่ได้ต้องการติดอนแกนแก
แต่ลุงต้องการได้กรุ่นใหม่เห็นว่า
ขนาดลุงแก่แล้ว ลุงยังเรียนหนังสือเลย”



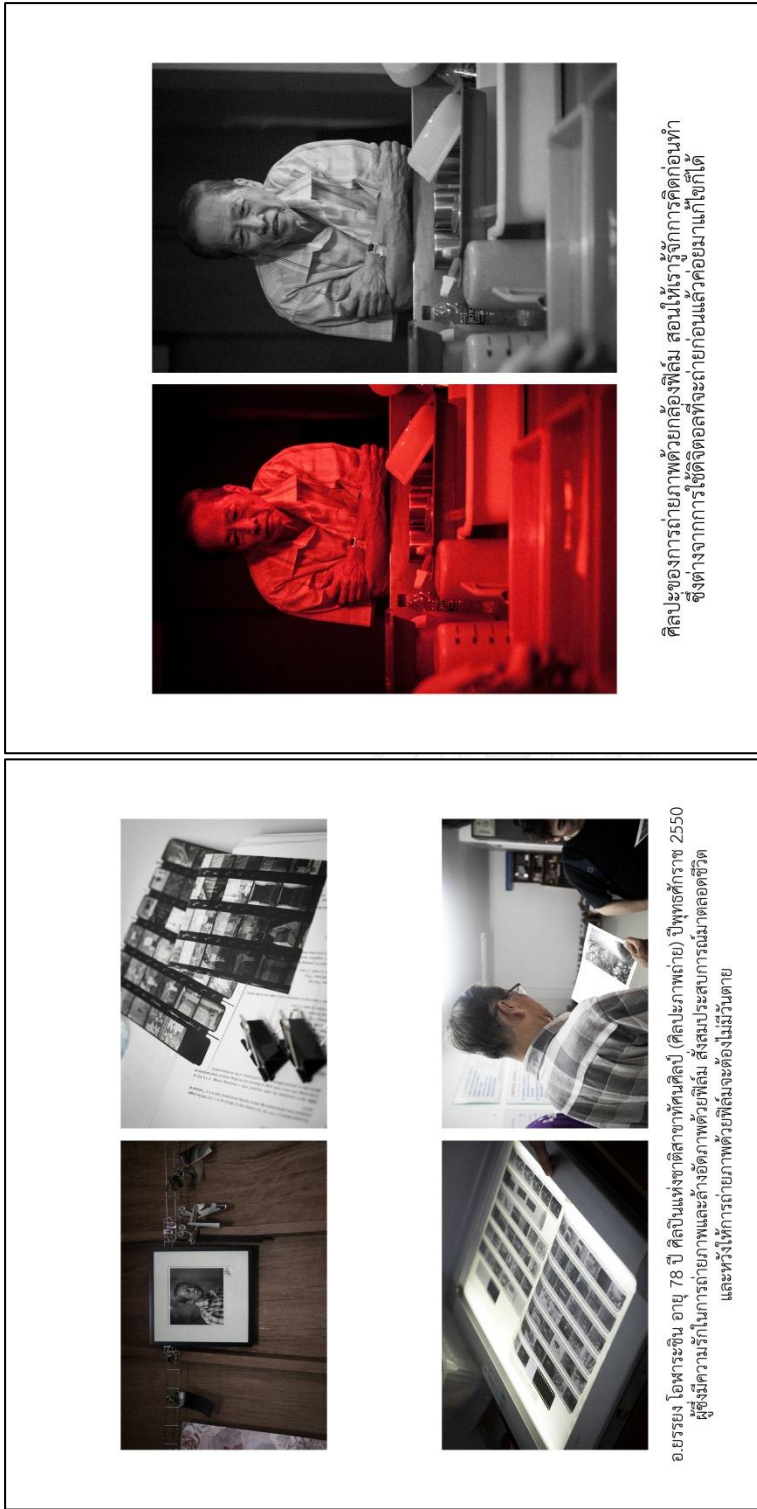
ทุกสิ่งเกิดที่ตัวเรา
รู้จัก รู้รัก รู้จิต เข้าใจ
เข้าถึง เสียสละ
หากเราอยากได้ใจเขา
เราก็ต้องให้ใจเรา

ภาพที่ 9 : ภาพด้านในหน้าที่ 10 และ 11 ของภาพถ่ายไฟฟ้ได้บุคคลเมรวมเรื่องราว



บทที่ 2 : ความในภาพถ่ายของอ.ยรรยง

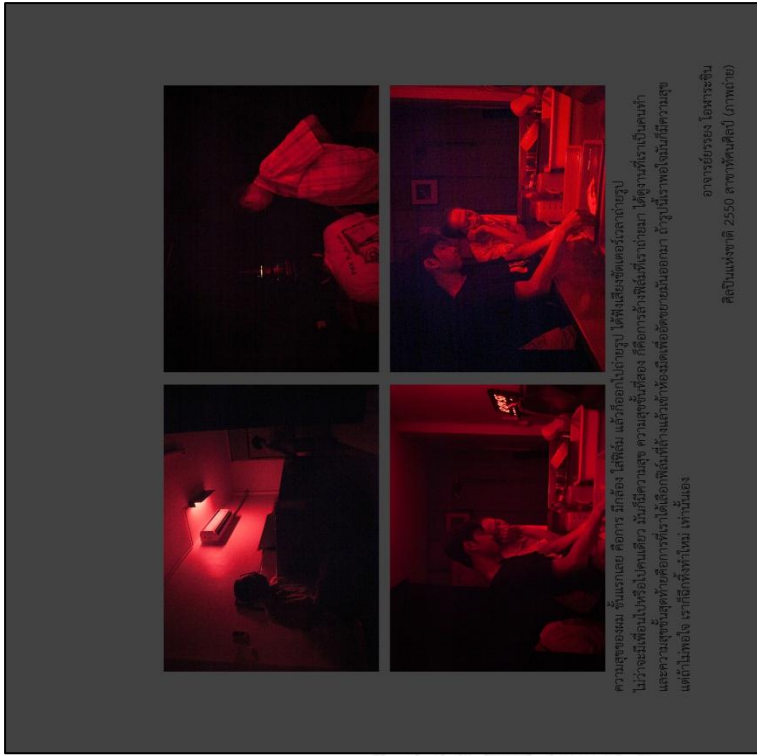
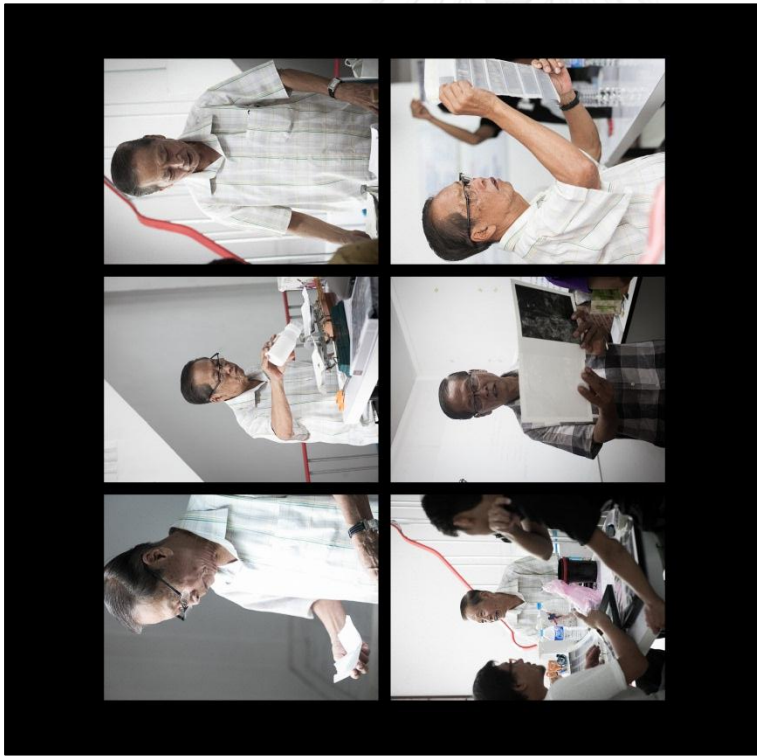
ภาพที่ 10 : ภาพด้านในหน้าที่ 12 และ 13 ของภาพถ่ายโป๊ได้บุคคลเมรมรเื่องราว



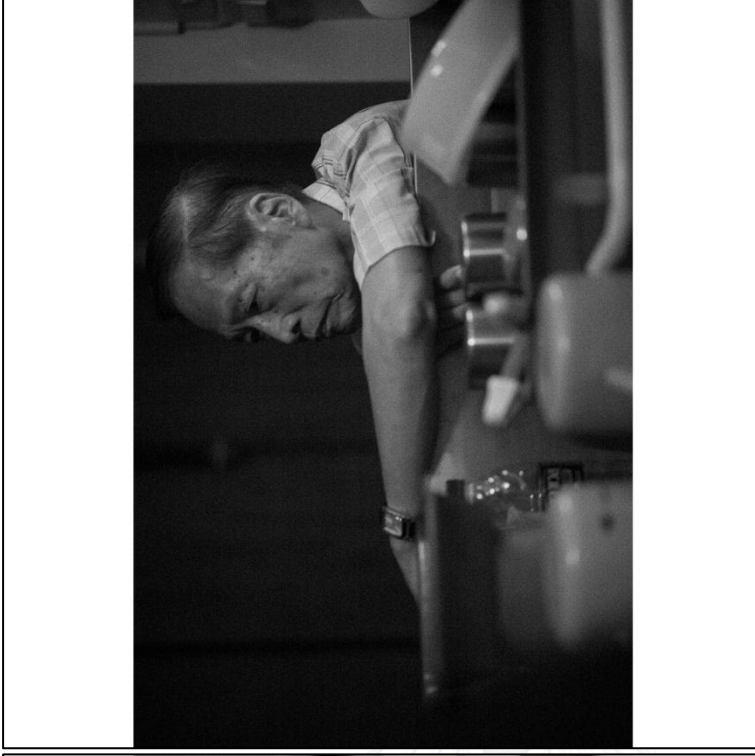
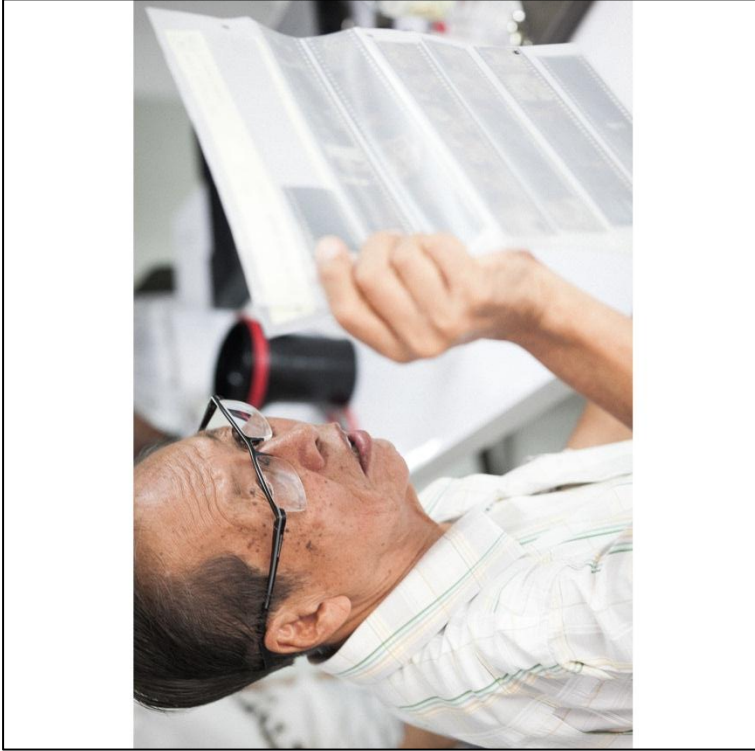
อวยเรียง โยหาระชิน อายุ 78 ปี ศิลปินแห่งชาติสาขาศิลปะทัศนศิลป์ (ศิลปะภาพถ่าย) ปีพุทธศักราช 2550 ผู้ซึ่งมีความรักในการถ่ายภาพและล้างอัดภาพด้วยฟิล์ม สัมผัสประสบการณ์มาตลอดชีวิต และหวังให้การถ่ายภาพด้วยฟิล์มจะคงไม่มีวันตาย

ศิลปะของการถ่ายภาพด้วยกล้องฟิล์ม สอนให้เรารู้จักการคิดก่อนทำ ซึ่งต่างจากการใช้ดิจิทัลที่ฉายภาพก่อนแล้วค่อยมาแก้ไขก็ได้

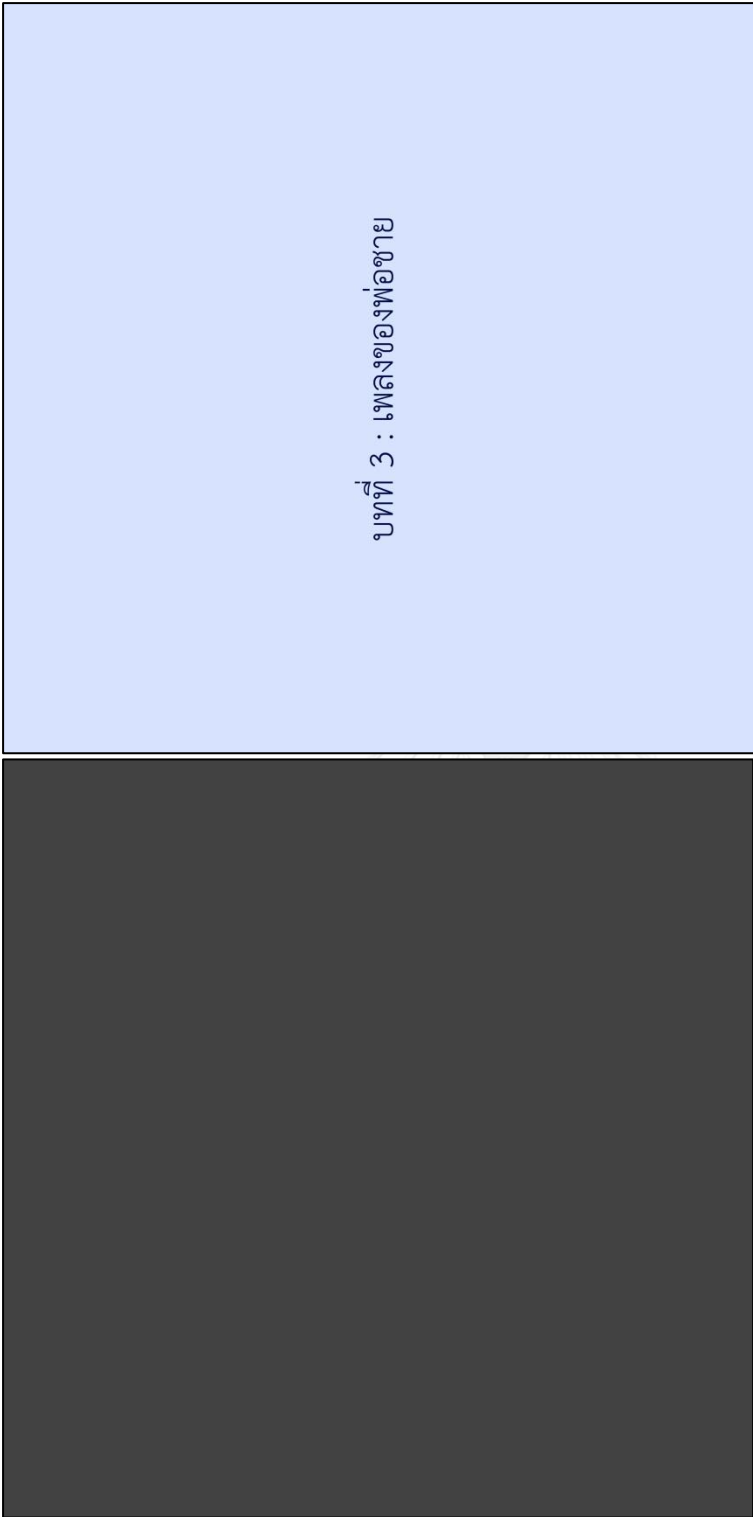
ภาพที่ 11 : ภาพด้านในหน้าที่ 14 และ 15 ของภาพถ่ายโป๊ได้บุคคลเล่มรวมเรื่องราว



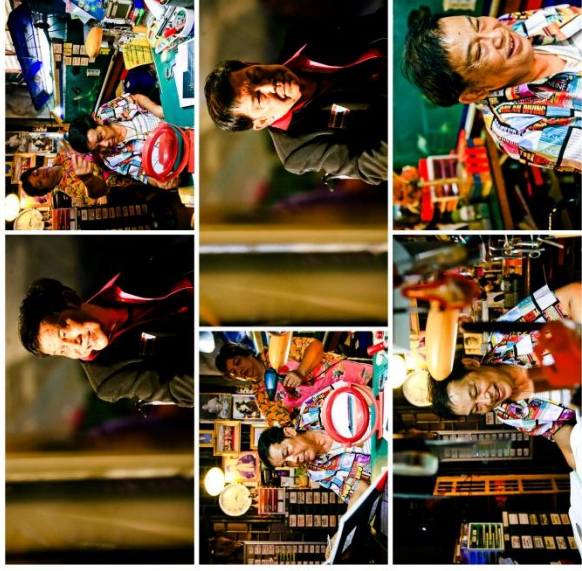
ภาพที่ 12 : ภาพด้านในหน้าที่ 16 และ 17 ของภาพถ่ายโปสเตอร์ที่ได้เปิดเล่มรวมเรื่องราว



ภาพที่ 13 : ภาพด้านในหน้าที่ 18 และ 19 ของภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเล่มรวมเรื่องราว



ภาพที่ 14 : ภาพด้านในหน้าที่ 20 และ 21 ของภาพถ่ายโป๊ได้บุคคลรวมเรื่องราว



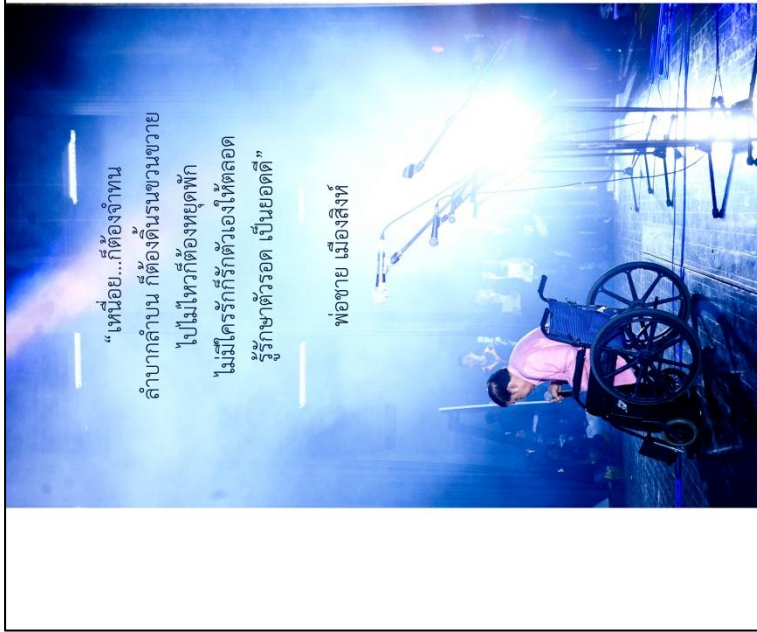
ซ้าย: เมลิสส์ ฟอร์ด สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ทรงเสด็จเยือนประเทศไทยอย่างเป็นทางการในฐานะแขกของรัฐบาลไทย เมื่อปี พ.ศ. 2538
 ขวา: เมลิสส์ ฟอร์ด สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ทรงเสด็จเยือนประเทศไทยอย่างเป็นทางการในฐานะแขกของรัฐบาลไทย เมื่อปี พ.ศ. 2538

ภาพที่ 15 : ภาพด้านในหน้าที่ 22 และ 23 ของภาพถ่ายโปสเตอร์คู่มือรวมเรื่องราว



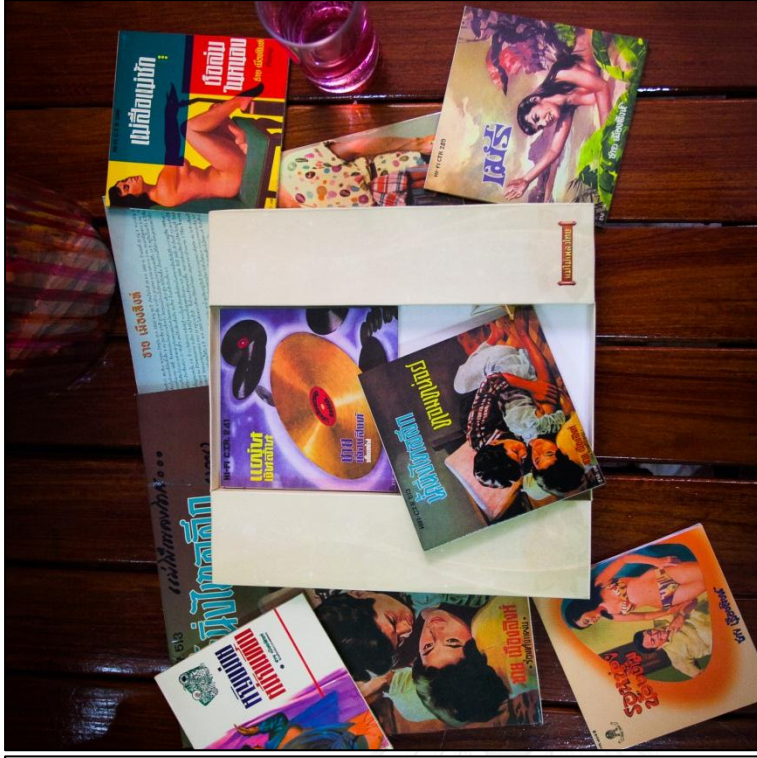
ต้นไม้ ยามหม่นมู่ก็ให้ดอกผล ยามโรยก็ให้เป็นปุ๋ยให้ต้นอ่อน

ภาพที่ 16 : ภาพด้านในหน้าที่ 24 และ 25 ของภาพถ่ายโป๊ที่ได้ปู่เคเล่รวมเรื่องราว

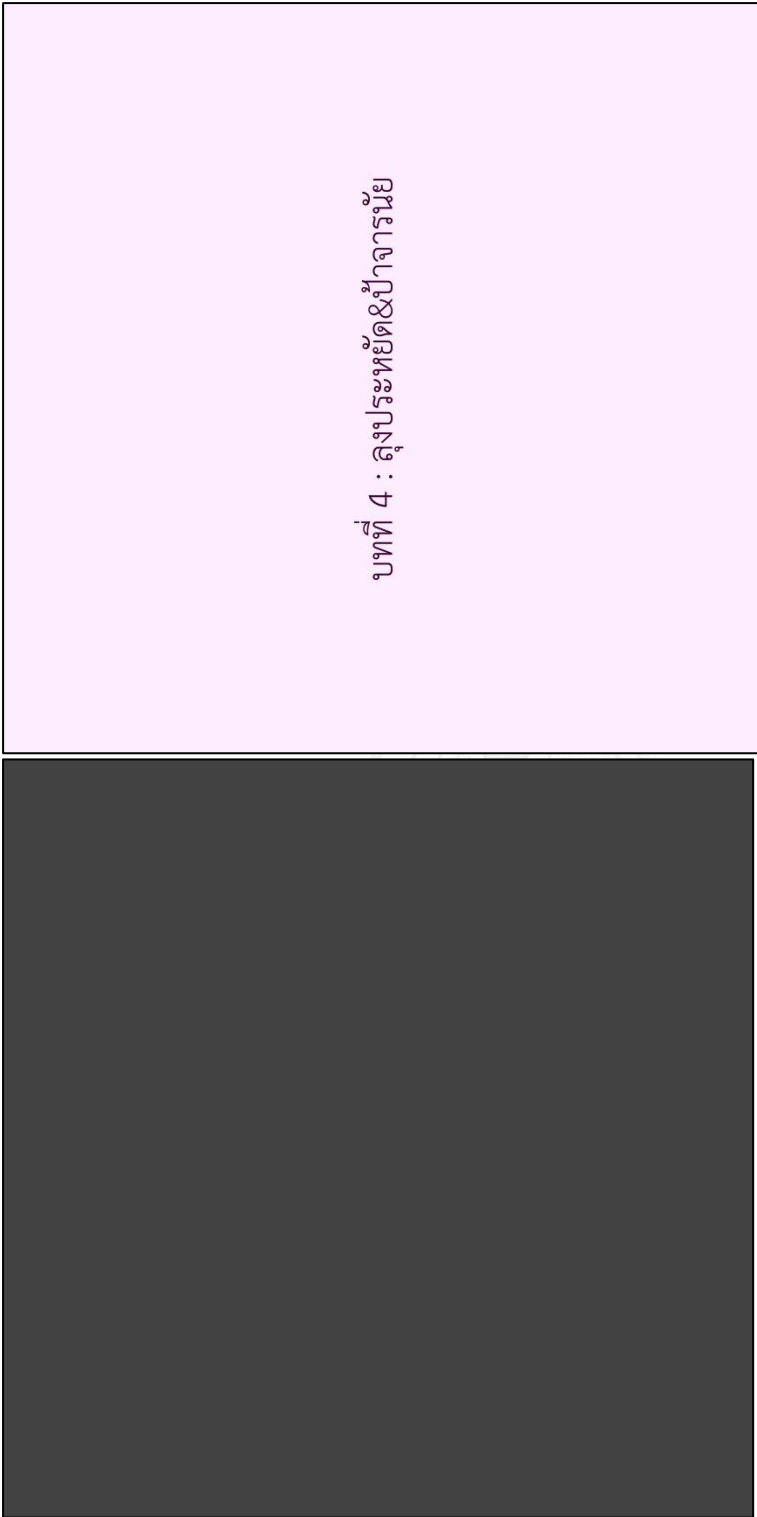


“เหนื่อย...ก็ต้องจำทน
ลำบากลำบาก ก็ต้องทนจนจนจนจน
ไปไม่ไหวก็ต้องหยุดพัก
ไม่มีใครก็รักตัวเองให้ตลอด
รู้รักษาทัวร์รอด เป็นยอดดี”

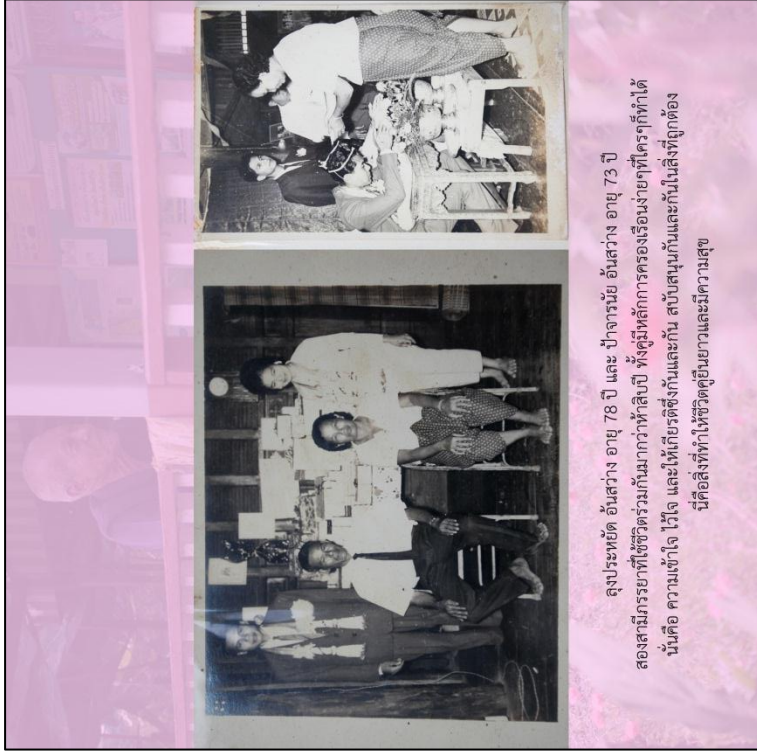
พ่อชาย เมืองสิงห์



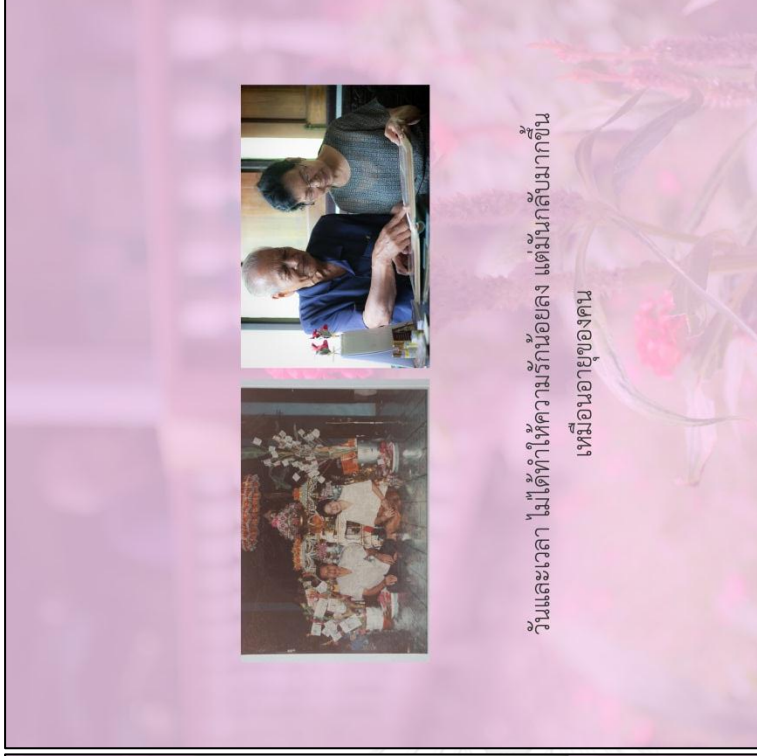
ภาพที่ 17 : ภาพด้านในหน้าที่ 26 และ 27 ของภาพถ่ายโป๊ได้ปู่คุณเล่มรวมเรื่องราว



ภาพที่ 18 : ภาพด้านในหน้าที่ 28 และ 29 ของภาพถ่ายโป๊ที่ใช้คู่เล่มรวมเรื่องราว



ลุงประหยัด อ้นสว่าง อายุ 78 ปี และ ป้าจรรย์ อ้นสว่าง อายุ 73 ปี
สองคนมีภรรยาที่ใช้ชีวิตร่วมกันมากกว่าห้าสิบปี ทั้งคู่มีหลักการครองเรือนง่ายที่ใครๆก็ทำได้
นั่นคือ ความเข้าใจ ไว้ใจ และให้เกียรติซึ่งกันและกัน สบับสนุนกันและกันในสิ่งที่ถูกต้อง
นี่คือสิ่งที่ทำให้ชีวิตคู่ยืนยาวและมีความสุข



วันและเวลา ไม่ได้ทำให้ความรักน้อยลง แต่มันกลับมากขึ้น
เหมือนอายุของคน

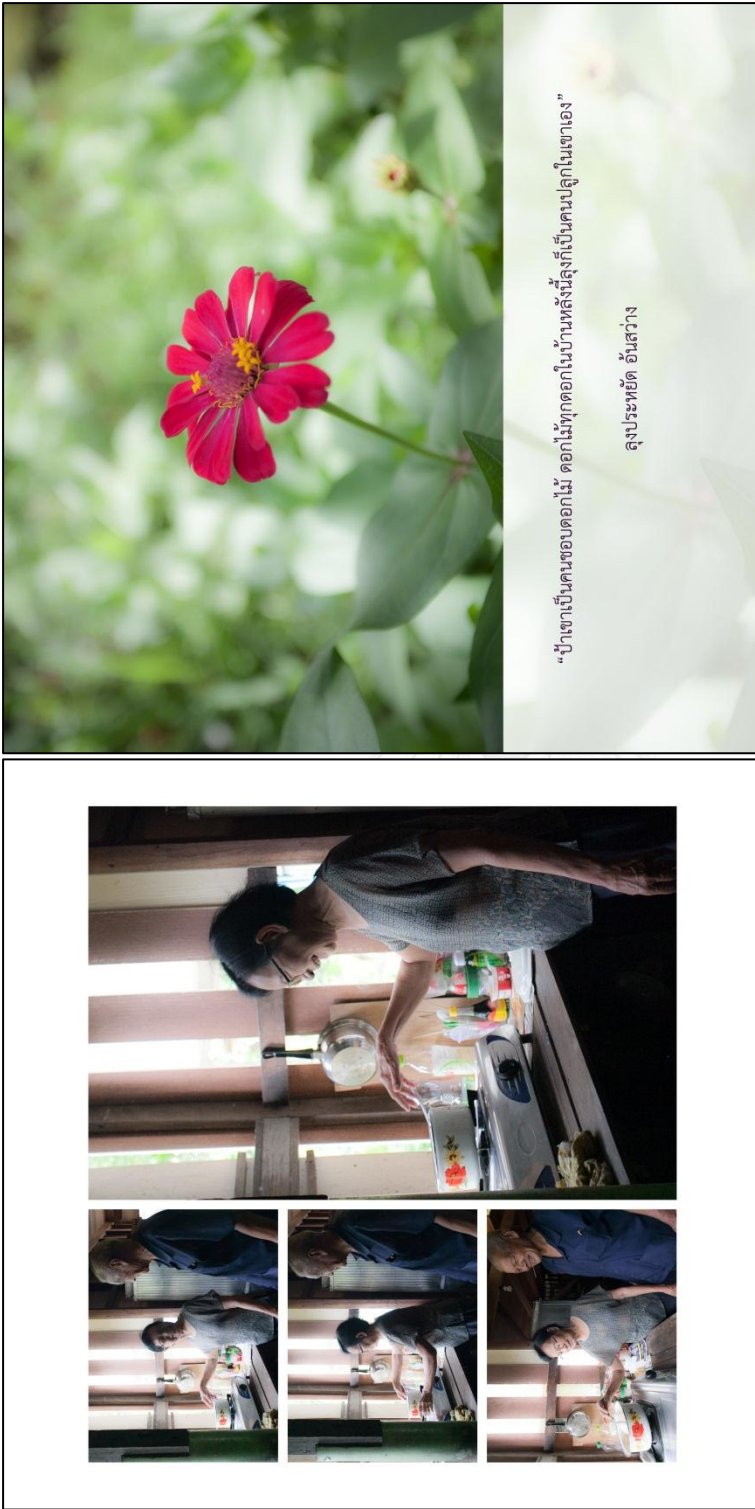
ภาพที่ 19 : ภาพด้านในหน้าที่ 30 และ 31 ของภาพถ่ายโป๊ได้บุคคลเริ่มเรื่องราว



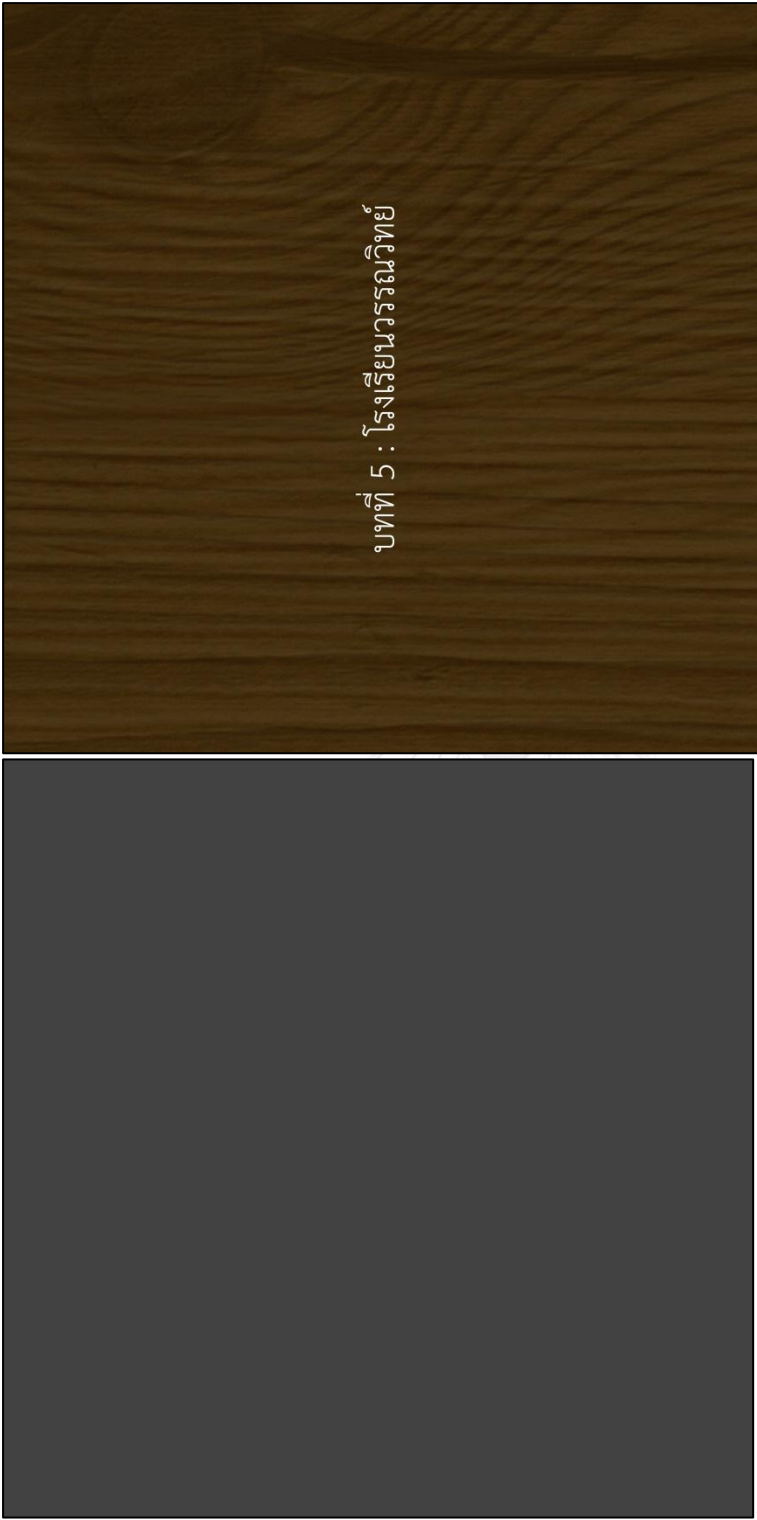
เรามีหน้าที่เป็นแนวหลังให้เขา
คอยกำกับข่าว ทำความสะอาดบ้าน
เวลาเขากลับบ้านมาจะได้มีความสุขคอยต้อนรับ
เมื่อเราไม่ได้เป็นเสาหลัก
เราก็ต้องคอยเป็นแรงใจและสนับสนุนเขาเสมอ

ป้าจรรย์ อ้นสว่าง

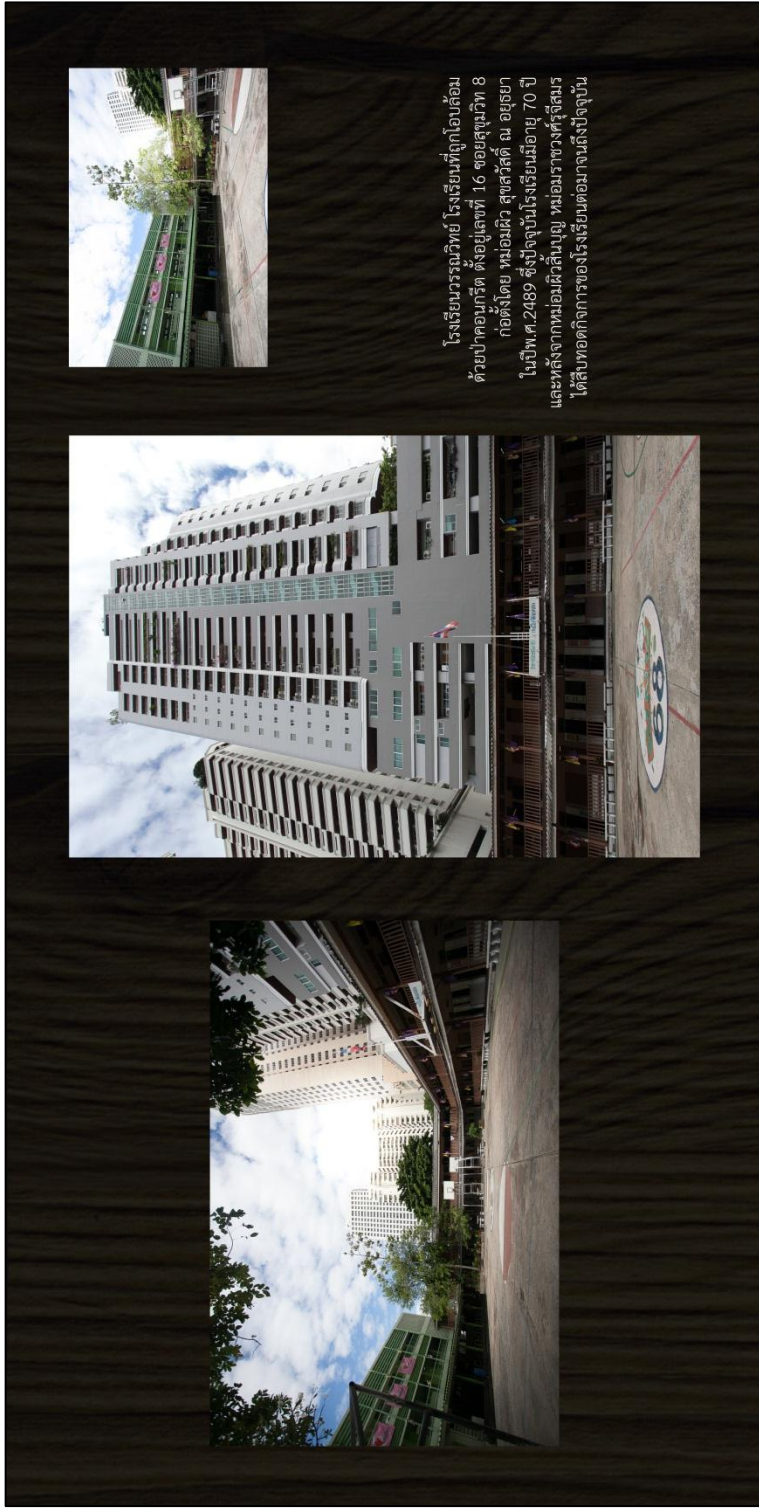
ภาพที่ 20 : ภาพด้านในหน้าที่ 32 และ 33 ของภาพถ่ายโป๊ได้บุคคลมาร่วมเรื่องราว



ภาพที่ 21 : ภาพด้านในหน้าที่ 34 และ 35 ของภาพถ่ายโป๊วใต้บูเคเล่มรวมเรื่องราว

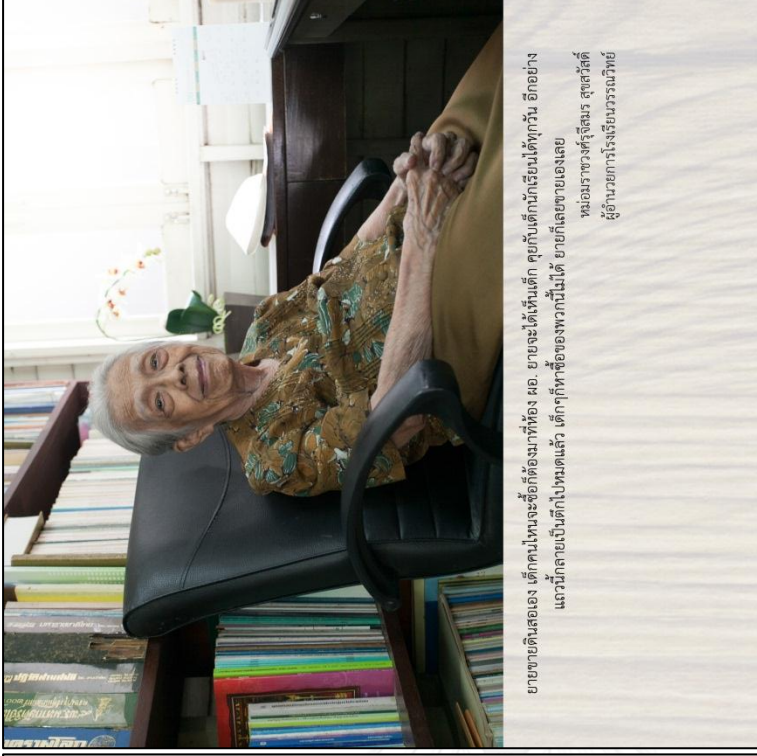
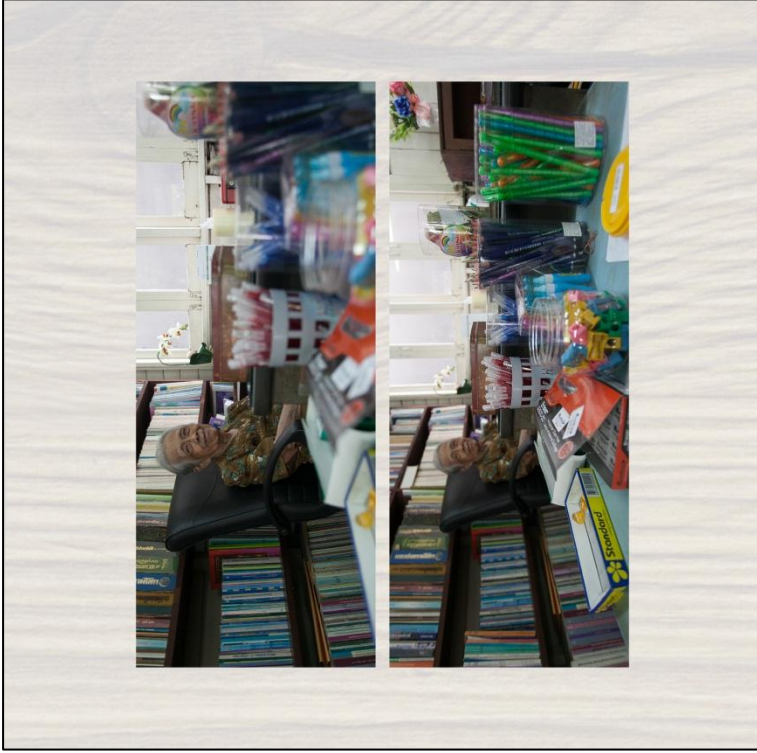


ภาพที่ 22 : ภาพด้านในหน้าที่ 36 และ 37 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เล่มรวมเรื่องราว



โรงเรียนวชิรวิทย์ โรงเรียนที่ถูกโอนกลับมา
 ต้วยป่าคอนกรีต ตั้งอยู่เลขที่ 16 ซอยสุขุมวิท 8
 ก่อตั้งโดย หม่อมเจ้า สุทศสวัสดิ์ ณ อยุธยา
 ในปีพ.ศ.2489 ซึ่งปัจจุบันโรงเรียนมีอายุ 70 ปี
 และหลังจากหม่อมเจ้าสิ้นชีพ หม่อมราชวงศ์รัฐสิมร
 ได้สืบทอดกิจการของโรงเรียนต่อมาจนถึงปัจจุบัน

ภาพที่ 23 : ภาพถ่ายด้านในหน้าที่ 38 และ 39 ของภาพถ่ายถ่ายโป๊ฟโต้คู่เล่มรวมเรื่องราว



ยายชวนต้นสอนเอง เด็กคนไหนจะซัดต่อมกาท้อง ผอ. ยายจะได้เห็นเด็ก คนกับเด็กนักเรียนได้ทุกวัน อีกอย่าง แกร่นักลายเขียนตัวแล้ว เด็กๆก็ทำชื่อของพวกนี้ไม่ได้ ยายก็เลยขายเองเลย
หม่อมราชวงศ์สุสิมร สุเสวีรัตน์
ผู้อำนวยการโรงเรียนวรรณวิทย์

ภาพที่ 24 : ภาพต่างในหน้าที่ 40 และ 41 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เล่มรวมเรื่องราว



โรงเรียนเรายังเป็นโรงเรียนเรือนไม้
เสียงบอกหมดคาบเรียนก็ยังใช้ระฆัง ถ้าหากทำไม่ถึงแม่เปลี่ยน
ก็แล้วจะเปลี่ยนทำไม ในเมื่อของเดิมมันก็ได้อยู่ ยังใช้ได้อยู่
และของเก่าพวกนี้มันก็มีคุณค่าในตัวเอง

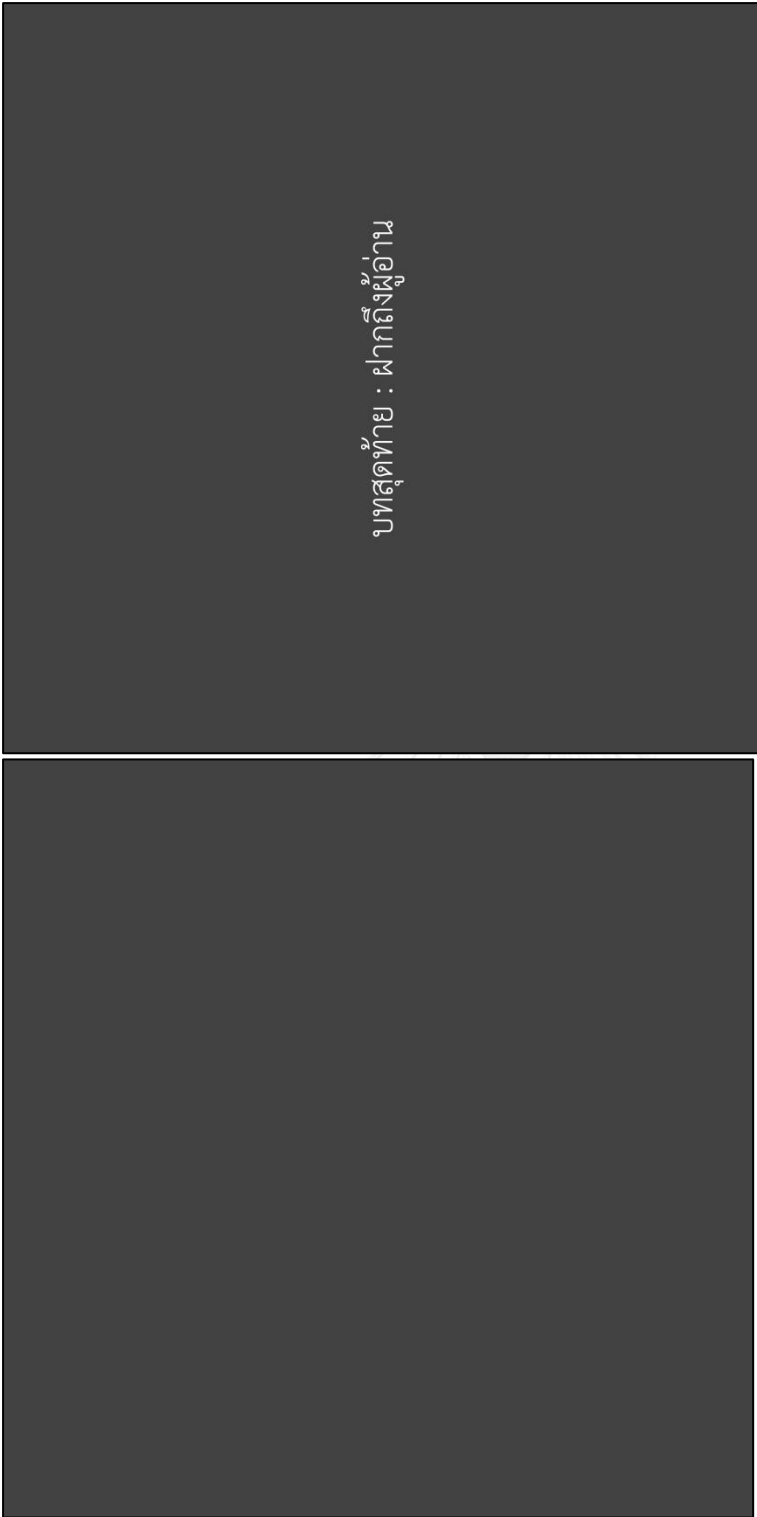


“อยู่บ้านมันก็เบื่อ สมอพ่อเสียแปล่า
มากสอนเด็ก ได้เลี้ยงกับเด็กนักเรียน
อย่างนี้อสมอเองก็ยิ่งได้ทำงาน
ดีกว่าปล่อยให้หมดคนไปคนอายุ
ไม่มีประโยชน์”



ครูจำเนียร จินจันทร์
ศึกษารุ่นที่ 1

ภาพที่ 25 : ภาพถ่ายในหน้าที่ 42 และ 43 ของภาพถ่ายโป๊พโต้คู่คู่เล่มรวมเรื่องราว



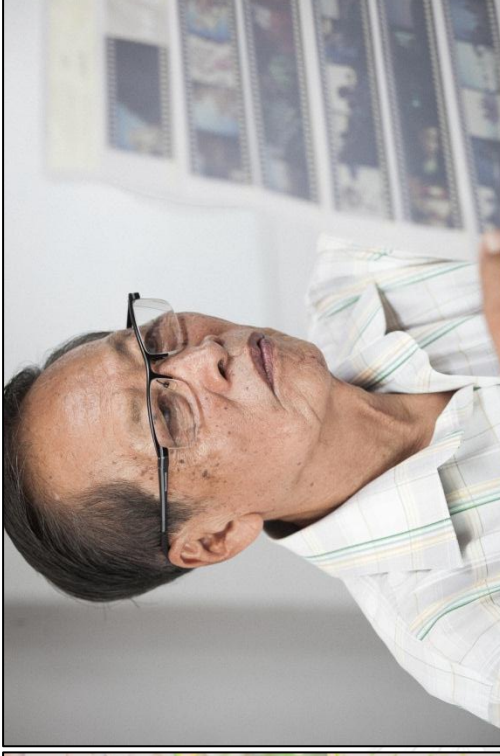
บทสุดท้าย : ฝากถึงผู้อ่าน

ภาพที่ 26 : ภาพด้านในหน้าที่ 44 และ 45 ของภาพถ่ายที่ได้ไปดูเล่มรวมเรื่องราว



ธรรมะท่านว่า ท่านก็ยังงัง ท่านก็กลับไปอย่างนั้น ให้รำรวยเท่าไร สุดท้ายก็เอาไปไม่ได้ ถ้าคิดได้แบบนี้ ความเดือดร้อนก็จะไม่เกิดขึ้น

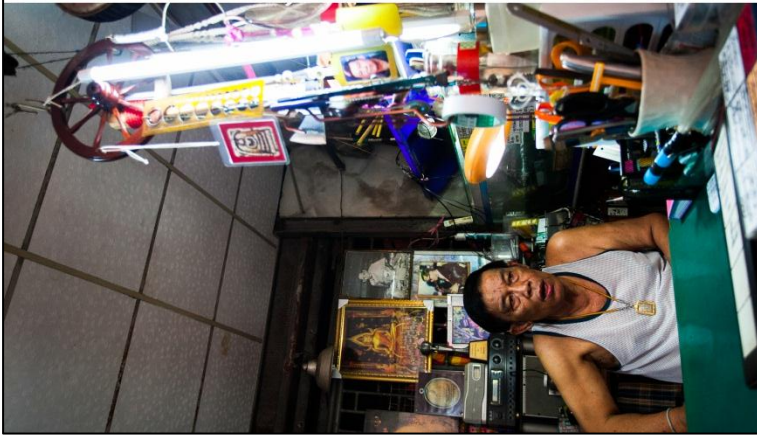
ลุงศิริ เกตุมี



ทำในสิ่งที่มีความสุข แล้วเราจะคลายทุกข์ได้ รักอะไร ก็ทำไป ขอแค่อย่าเดือดร้อนตัวเอง และคนรอบข้างเป็นพอ

อ.ยรรยง โยทระชะรินทร์

ภาพที่ 27 : ภาพต่างในหน้าที่ 46 และ 47 ของภาพถ่ายไฟฟ้าที่ได้ใช้คู่เล่มรวมเรื่องราว

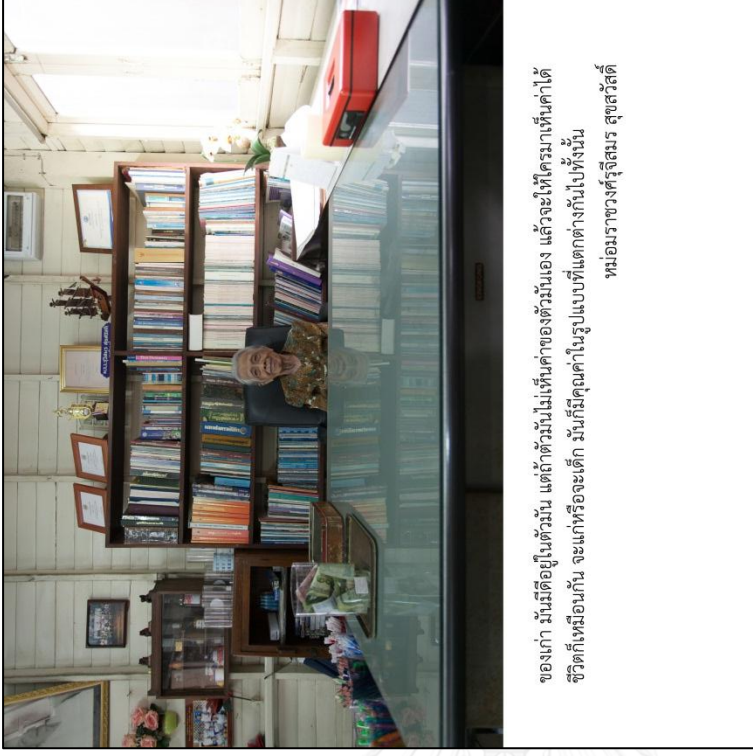


อย่าไปท้อแท้ท้อถอย
 ยังมีคนไม่เล็งคนที่เขาพร้อมจะช่วยเหลือและเป็นผู้ปล้ำใจให้คนสูงอายุเสมอ ก็คือเสียว่า ชีวิตคือการต่อสู้ ความหนักหน่วงที่อยู่ข้างเคียงก็แล้วกัน
 พ่อชาย เมืองสิงห์



ความแก่นมนี้มีค่าชนะขนาดเด็กหนุ่ม
 จงสูงก็ยิ่งต่อมหาทศวรรษจากเรา
 เพราะเราก็ยังต้องมาหาความรู้จากเรา
 ประสบการณ์ชีวิต ยิ่งอยู่นาน
 ประสบการณ์ก็ยิ่งเยอะ
 นี่คือข้อดีของการเป็นคนสูงอายุ
 ลุงประทีปและป้าจรรย์
 อันต์วาง

ภาพที่ 28 : ภาพด้านในหน้าที่ 48 และ 49 ของภาพถ่ายโป๊ได้ปู่คุณเล่มรวมเรื่องราว



ภาพที่ 29 : ภาพด้านในหน้าที่ 50 ของภาพถ่ายโป๊ได้ปุ๊คุเล่มรวมเรื่องราว

และภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กแบบที่ 2 เป็นภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กที่แยกเรื่องราวของผู้สูงอายุต้นแบบ ออกเป็น 1 ท่าน ต่อ 1 เล่ม รวมเป็น 5 เล่ม ขนาด 12x12 นิ้ว ปกแข็ง โดยมีรูปแบบดังนี้



ภาพที่ 30 : ภาพหน้าปกโฟโต้บุ๊กแบบแยกเรื่องราวทั้ง 5 เรื่อง

เล่มที่ 1 ลุงศิริ เกตุมี นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับการใช้ชีวิตพอเพียง สมถะ การเป็นผู้นำ การใช้ชีวิตอยู่กับธรรมชาติ ผู้วิจัยจึงทำออกมาในธีมสีเขียวเพื่อสื่อถึงสีเขียวและต้นไม้ที่ลุงศิริชอบ โดยรูปแบบการจัดวางและแนวคิดผู้วิจัยยังคงไว้คล้ายคลึงตามโฟโต้บูคในแบบแรก เพียงแต่เพิ่มรายละเอียดมากขึ้นกว่าเดิม เนื่องจากในแบบที่ 2 นี้ เป็นเล่มแยกที่มีจำนวนหน้าเพิ่มขึ้น จึงทำให้ผู้วิจัยสามารถใส่รายละเอียดได้เยอะขึ้น



ขอขอบคุณผู้สูงอายุทุกท่าน
คุณลุงศิริ เกตุมี
อ.ยรรยง โสฬาระชิน
พี่ชาย เมื่อเสด็จ
คุณลุงประยงค์ และ คุณป้าจรรยา อันสร้าง
โรงเรียนวรรณวิทย์ หนองเรวตวงศ์อุบลราชธานี คุณครูจันทิมา จันทิมา
และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับโรงเรียนนี้ ผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง
นางสาวนันทิมา ภูนิษฐ์
ผู้จัดทำ



ลุงศิริ เกตุมี

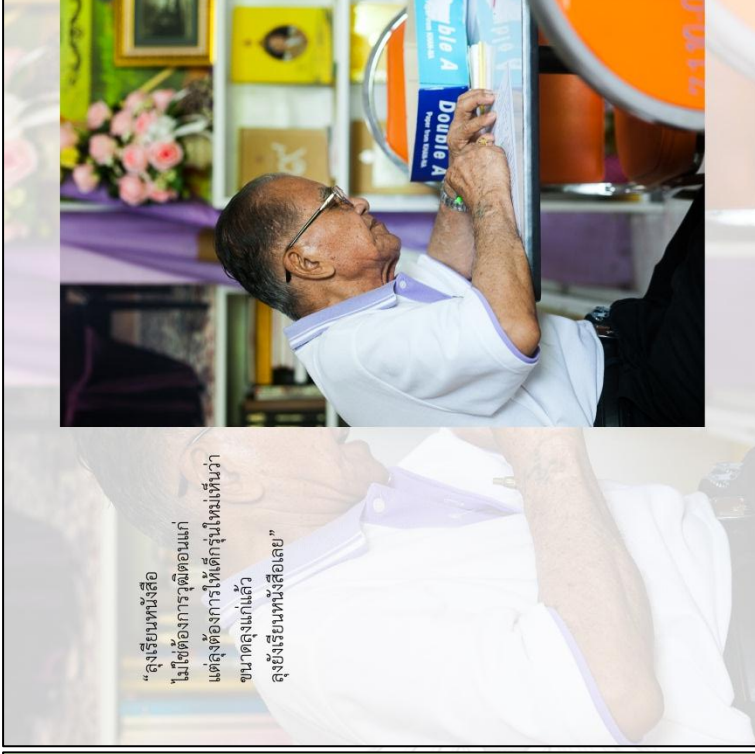
ภาพที่ 31 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของเรื่องลุงศิริ เกตุมี

ลุงศิริ เกตุมี อายุ 82 ปี ปรากฏการณ์บ้านผู้รักบ้านเกิด คอยศึกษาพัฒนาและนำความรู้เกี่ยวกับบริการปลูกพืชผักสวนครัวบ้าน ลุงศิริมีพระราชดำริสละของในหลวงเรื่องความพอเพียงอยู่ในใจ และปฏิบัติตามเรื่อยมา เห็นได้จากการใช้ชีวิตที่เรียบง่าย สมถะ ที่บ้านริมคลองอันร่มรื่นและเขียวสลับของลุง

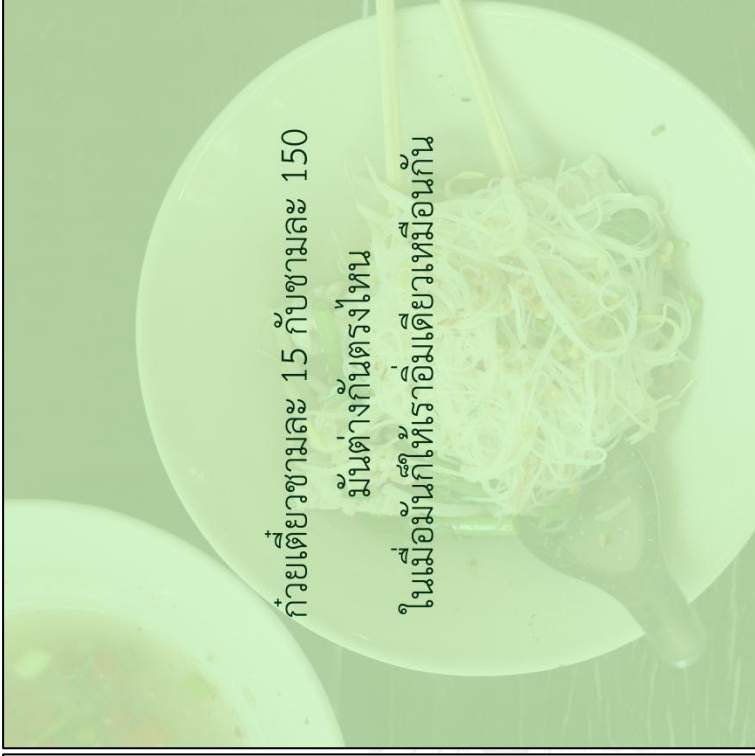
“ให้มีความสุข สุขุมสมบุรณ

อยากให้เห็นพื้นที่หันมารักและหวงแหนบ้านเกิดของตน เพราะสุดท้ายแล้ว ก็คงไม่มีที่ใดสุขใจเท่าบ้านเราแน่นอน

“ลุงเรียนหนังสือ ไม่ใช้ต้องการวุฒิตอนแก่ แต่ลุงต้องการให้เด็กรุ่นใหม่เห็นว่า ขนาดลุงแก่แล้ว ลุงยังเรียนหนังสือเลย”



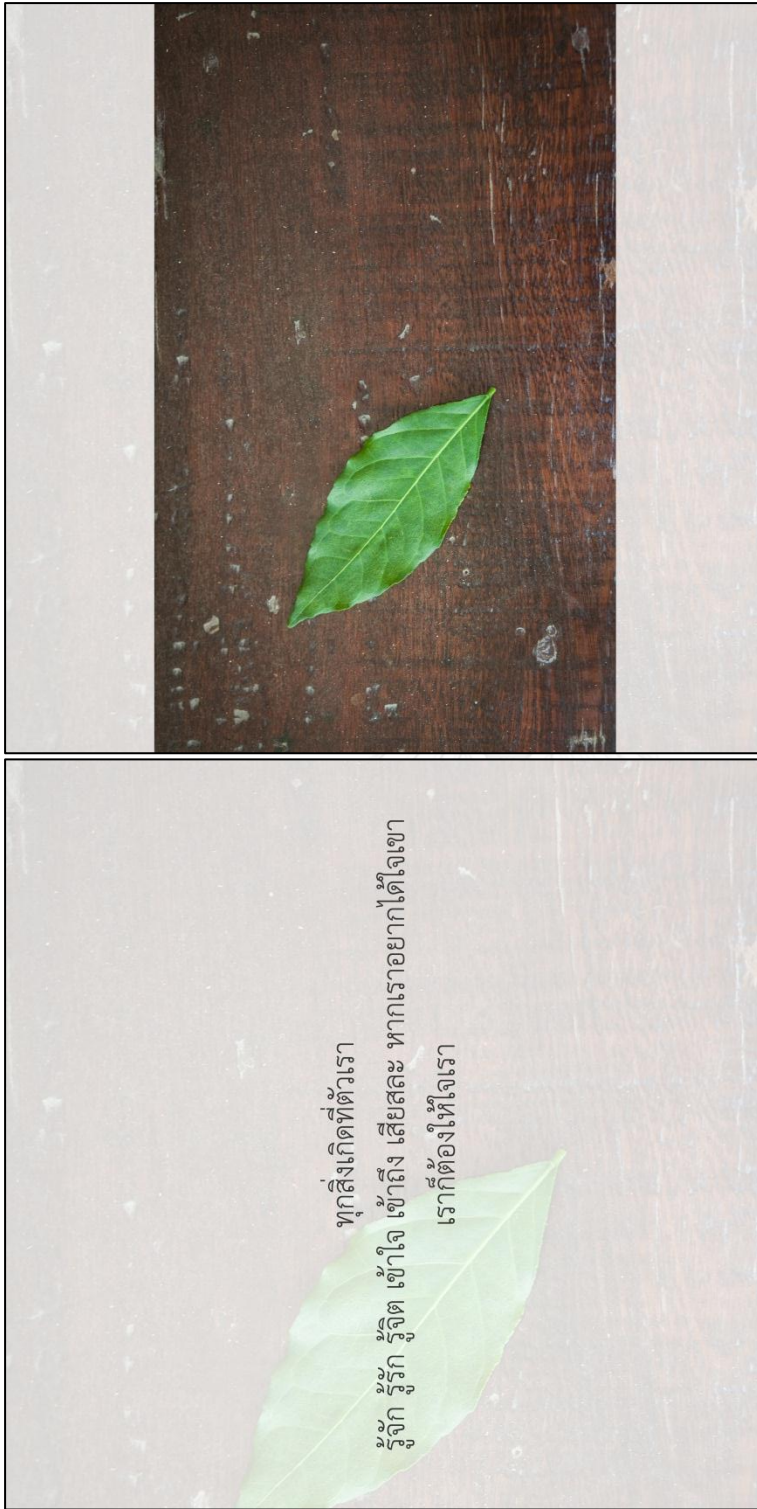
ภาพที่ 32 : ภาพตามในหน้าที่ 1 และ 2 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง ลุงศิริ เกตุมี



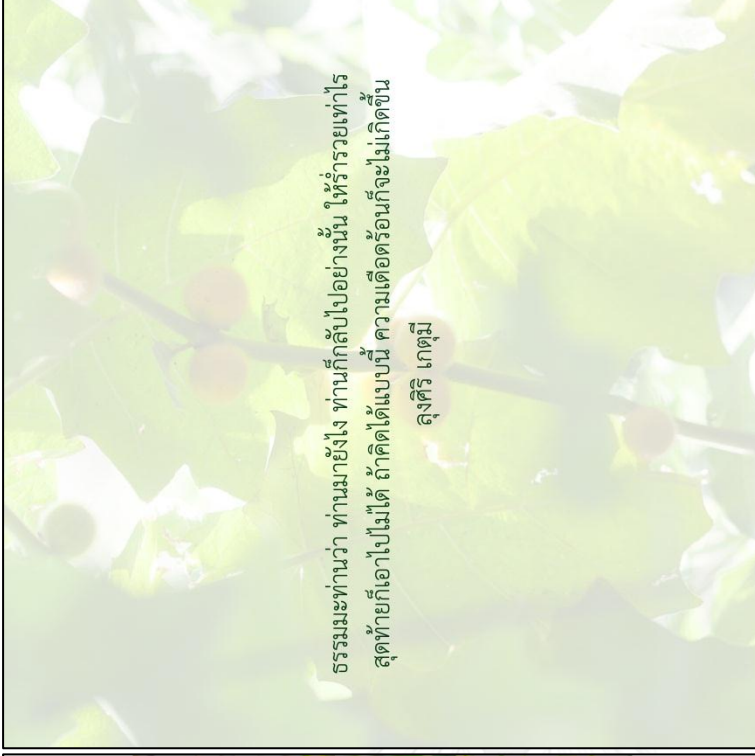
ภาพที่ 33 : ภาพด้านในหน้าที่ 3 และ 4 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง ลุงศิริ เกตุมี



ภาพที่ 34 : ภาพด้านในหน้าที่ 5 และ 6 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง ลุงศิริ เกตุมี



ภาพที่ 35 : ภาพด้านในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายไฟฟ้ตู้คุณเรือง ลุงศิริ เกตุมี



ภาพที่ 36 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายไฟฟ้ตู้ปุ้คเรื่ง ลุงศิริ เกตุมี

เล่มที่ 2 อ.ยรรยง โอบฮาระชิน นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับความรักในงานของตน ในที่นี้คือการถ่ายภาพด้วยฟิล์มและล้างภาพขาวดำ ผู้วิจัยจึงนำเสนอออกมาในธีมขาวดำ เพื่อสื่อถึงงานที่อ.ยรรยงรักและหลงใหล โดยรูปแบบการจัดวางและแนวคิดของเล่มนี้นั้น ผู้วิจัยยังคงไว้ซึ่งความคล้ายคลึงตามโป้โต้บูคในแบบแรก เพียงแต่เพิ่มรายละเอียดมากขึ้นกว่าเดิม เนื่องจากในแบบที่ 2 นี้ เป็นเล่มแยกที่มีจำนวนหน้าเพิ่มขึ้น จึงทำให้ผู้วิจัยสามารถใส่รายละเอียดได้เยอะขึ้นและมากขึ้นด้วย



ขอขอบคุณผู้สูงอายุต้นแบบทุกท่าน

คุณลุงศิริ เกตุมี

อ.ยรรยง โอิฬาระชิน

พ่อชาย เมืองสิงห์

คุณลุงประทีป และ คุณเป่าจรรย์ อันสว่าง

โรงเรียนวรณวิทย์ หม่อมราชวงศ์สุริยมิตร สุขสวัสดิ์ คุณครูจำเนียร จินจันทร์
และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผลงานชิ้นนี้ ผู้จัดทำขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

นางสาวณัฐณิษฐ์ จุเป็ย

ผู้จัดทำ



อ.ยรรยง โอิฬาระชิน

ภาพที่ 37 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง อ.ยรรยง โอิฬาระชิน

อ.ยรรยง โอฟาระชิน อายุ 78 ปี

ศิลปินแห่งชาติสาขาทัศนศิลป์ (ศิลปะภาพถ่าย) ปีพุทธศักราช 2550

ผู้ซึ่งมีความรักในการถ่ายภาพและล้างอัดภาพด้วยฟิล์ม

สั่งสมประสบการณ์มาตลอดชีวิต

และหวังให้การถ่ายภาพด้วยฟิล์มจะต้องไม่มีวันตาย

อ.ยรรยงยังคงเปิดสอนการล้างฟิล์มอยู่ทุกวันนี้

แม้ อ.ยรรยงจะเกษียณแล้ว แต่ความรักในฟิล์มยังไม่เคยย่นตาม


แววตาที่อ.ยรรยงได้มองฟิล์มที่ล้างออกมา

เหมือนพ่อที่กำลังจ้องมองลูกน้อย

ดีใจและภูมิใจในผลงานภาพถ่ายที่ได้ทำออกด้วยฝีมือของตนเอง

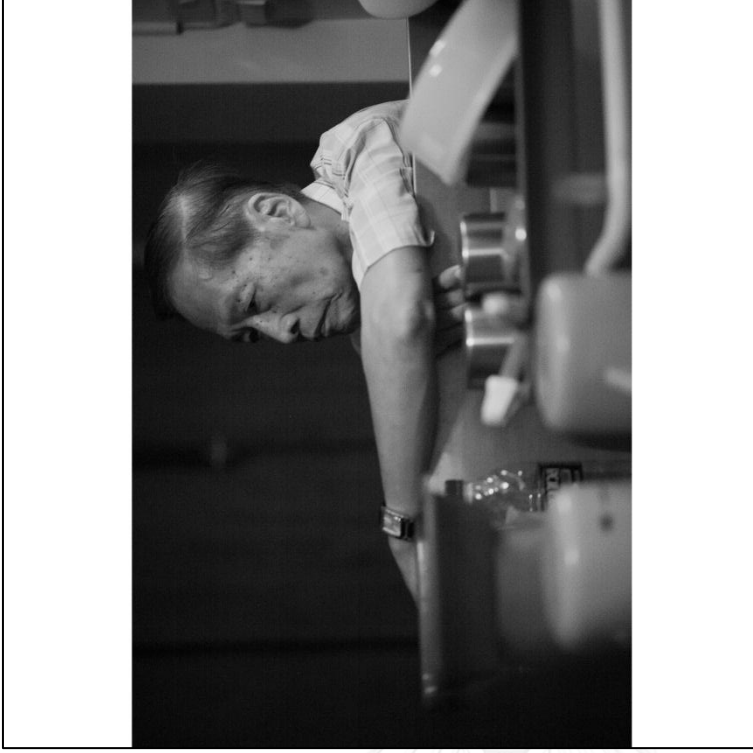


ภาพที่ 38 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 และ 2 ของภาพถ่ายโป๊บุคเรื่อง อยรรยง โอฟาระชิน

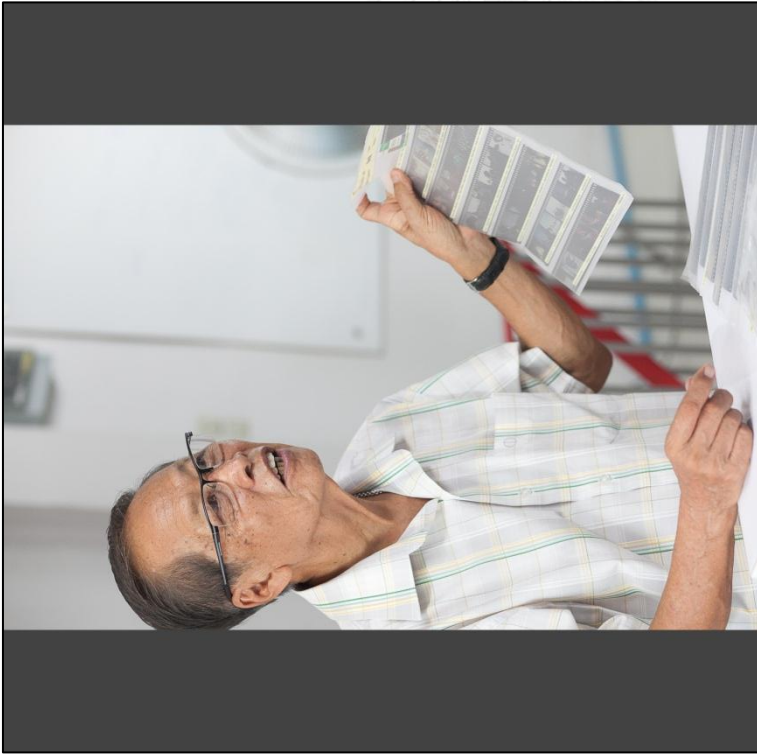
	<p>ความสุขของผม ขึ้นแรกเลย คือการ มีกล้อง ฟิล์ม แล้วถือกล้องไปถ่ายรูป ได้ฟังเสียงชัตเตอร์เวลาถ่ายรูป ไม่ว่าจะไปที่ไหนไปคนเดียว มันก็มีความสุข ความสุขขั้นที่สอง ก็คือการล้างฟิล์มที่เราถ่ายมา ได้ดูงานที่เราเป็นคนทำ</p> <p>และมีความสุขที่สุดท้ายคือการที่เราได้เลือกฟิล์มที่ล้างแล้วเข้าห้องมืดเพื่ออัด ขยายมันออกมา ถ้ารูปที่เราพอใจมันก็มีความสุข แต่ถ้าไม่พอใจ เราก็ฝึกทำใหม่ เท่านั้นเอง</p> <p>อาจารย์บรรยง โอฟาระชิน ศิลปินแห่งชาติ 2550 สาขาทัศนศิลป์ (ภาพถ่าย)</p>
---	--

ภาพที่ 39 : ภาพด้านในหน้าที่ 3 และ 4 ของภาพถ่ายโพโตบูคูเรื่อง อ.บรรยง โอฟาระชิน

ศิลปะของการถ่ายภาพด้วยกล้องฟิล์ม สอนให้เรารู้จักการคิดก่อนทำ
ซึ่งต่างจากการใช้ดิจิทัลที่จะถ่ายก่อนแล้วค่อยมาแก้ไขก็ได้



ภาพที่ 40 : ภาพด้านในหน้าที่ 5 และ 6 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง อ.ยรรยง โอฬาระชิน

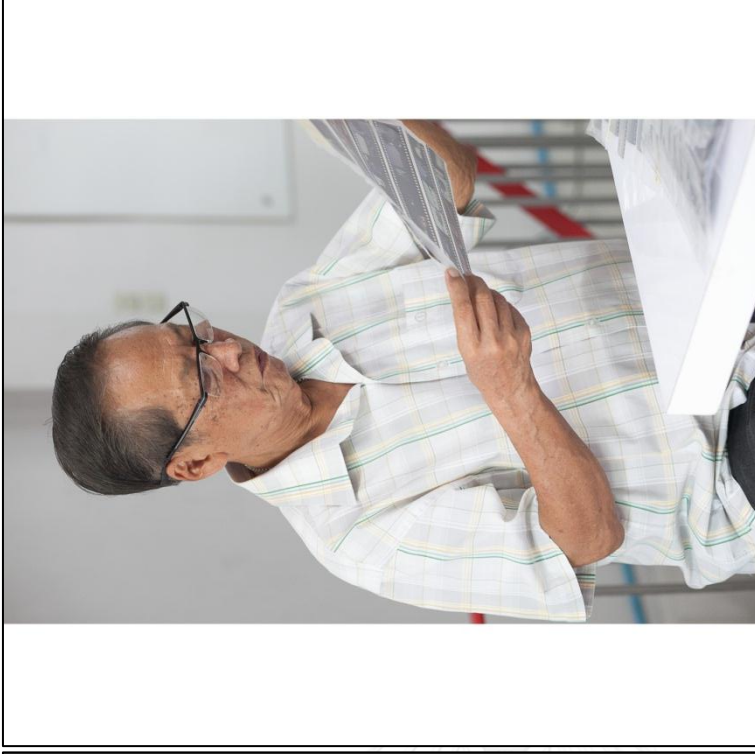


ร่องรอยแห่งประสบการณ์ สามารถดูได้จากหลายอย่าง
ดูได้แม้กระทั่งร่องรอยบนใบหน้า ยังมีร่องรอยมากเท่าไร นั่นแปลว่า
ผู้นั้นมีประสบการณ์ชีวิตสูงตามนั่นเอง

ภาพที่ 41 : ภาพด้านในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายโป๊บุคเรื่อง อัยรยง โอฟาระจีน

ทำในสิ่งที่มีความสุข แล้วเราจะคลายทุกข์ได้ รักอะไร ก็ทำไป
ขอแค่อย่าเดือดร้อนตัวเอง และคนรอบข้างเป็นพอ

อ.ยรรยง โอฬาระจิน



ภาพที่ 42 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายโป๊ได้ปู่คือเรื่อง อ.ยรรยง โอฬาระจิน

เล่มที่ 3 พ่อชาย เมืองสิงห์ นำเสนอเรื่องราวของผู้ที่สู้ชีวิต แม้ว่าตัวเองจะเป็นอัมพาต แต่สมองยังใช้ได้ โดยผู้วิจัยได้นำเสนอในธีมสี่สดีสโดยดึงเอาสีน้ำเงินให้เด่นขึ้นมา สื่อถึงความสุขของวงดนตรีลูกทุ่งที่พ่อชาย เมืองสิงห์ผูกพันมาตั้งแต่สมัยก่อนจะป่วย โดยรูปแบบการจัดวาง แนวคิด และเนื้อหาในแบบที่ 2 นี้ ผู้วิจัยยังคงให้คล้ายคลึงตามโฟโต้บูคในแบบแรก เพียงแต่เพิ่มรายละเอียดมากขึ้นกว่าเดิม เนื่องจากในแบบที่ 2 นี้ เป็นเล่มแยกที่มีจำนวนหน้าเพิ่มขึ้น จึงทำให้ผู้วิจัยสามารถใส่รายละเอียดได้เยอะขึ้น



ครอบครัวของผู้สูงอายุในบางชุมชน

คุณลุงสุวิทย์ คุณมี

คุณยาย ไชยระจีน

พ่อชาย มีธงสิงห์

คุณลุงประทีป และ คุณป้าจรรย์ อ้นสว่าง

โรงเรียนวรรณวิทย์ หนองสาหร่ายบุรีรัมย์ สุราษฎร์ คุณครูจำเนียร จินจันทร์
และผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับงานชิ้นนี้ ผู้จัดทำขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

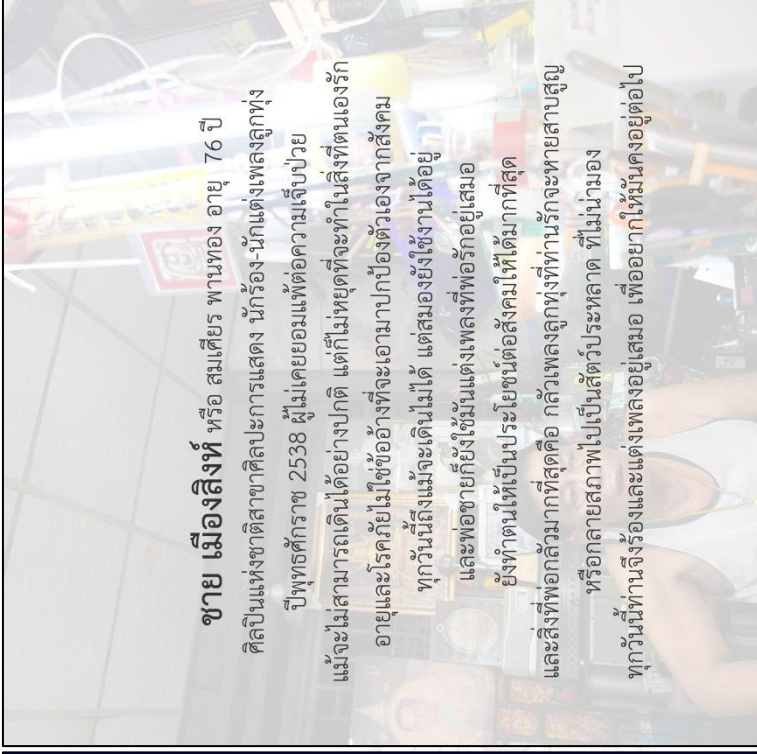
นางสาวณิชาณัฐ์ ขุนไชย

ผู้จัดทำ



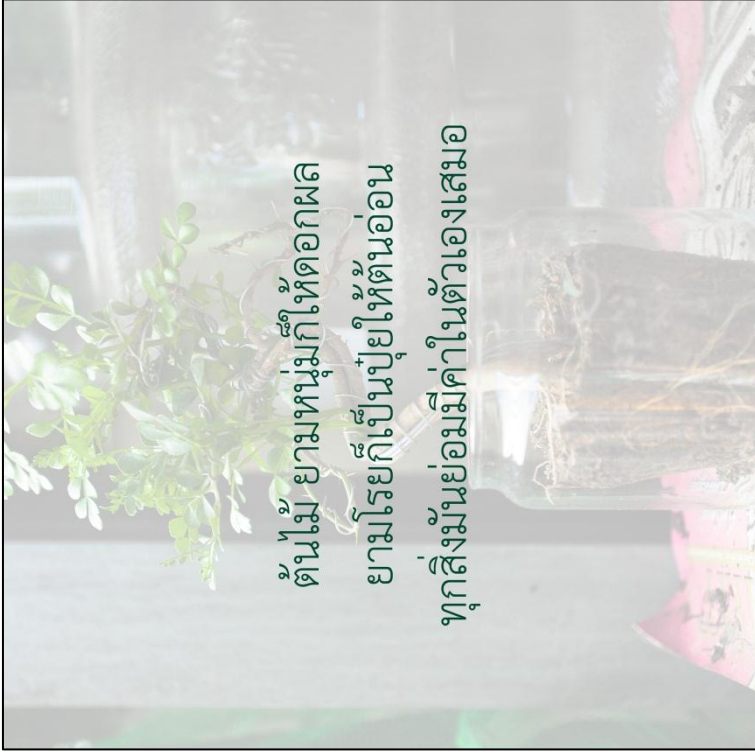
พ่อชาย เมืองสิงห์

ภาพที่ 43 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง พ่อชาย เมืองสิงห์

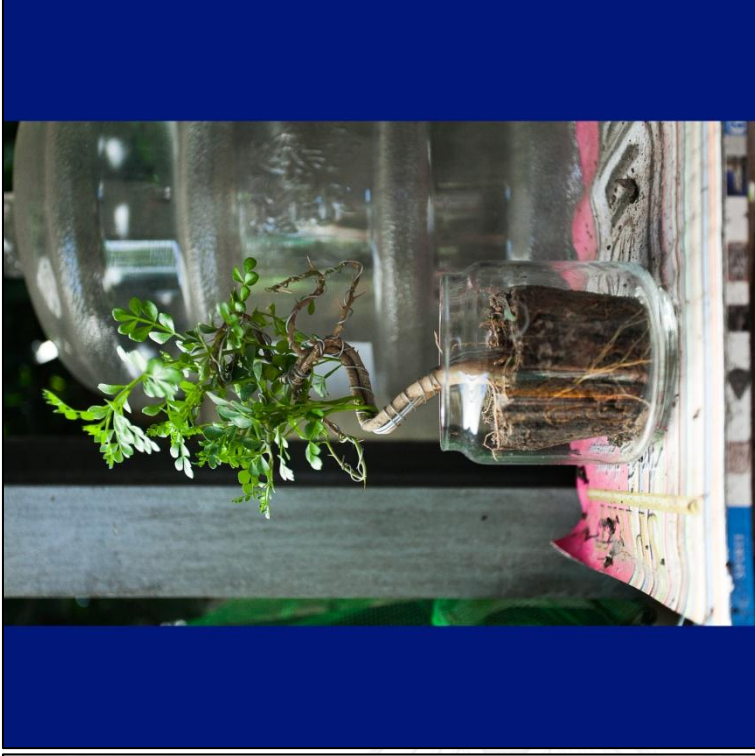


ชาย เมืองสิงห์ หรือ สมเศียร พานทอง อายุ 76 ปี
ศิลปินแห่งชาติสาขาศิลปะการแสดง นักร้อง-นักแต่งเพลงลูกทุ่ง
ปีพุทธศักราช 2538 ผู้ไม่เคยยอมแพ้ต่อความเจ็บป่วย
แม้จะไม่สามารถเดินได้อย่างปกติ แต่ก็ไม่หยุดที่จะทำในสิ่งที่ตนเองรัก
อายุและโรคภัยไม่ใช่ข้ออ้างที่จะเอามาปกป้องตัวเองจากสังคม
ทุกวันนี้ถึงแม้จะเดินไม่ได้ แต่สมองยังใช้งานได้อยู่
และพ่อชาก็ยังใช้มันแต่งเพลงที่พ่อรักอยู่เสมอ
ยังทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมให้ได้มากที่สุด
และสิ่งที่พ่อกลัวมากที่สุดคือ กลัวเพลงลูกทุ่งที่ทำงานรักจะหายสาบสูญ
หรือกลายเป็นสิ่งไร้ค่าไปเป็นสัตว์ประหลาด ที่ไม่น่ามอง
ทุกวันนี้ทำงานจึงร้องและแต่งเพลงอยู่เสมอ เพื่ออยากให้มีคนคงอยู่ต่อไป

ภาพที่ 44 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 และ 2 ของภาพถ่ายโป๊ได้บู๊เคื่อง พ่อชาย เมืองสิงห์



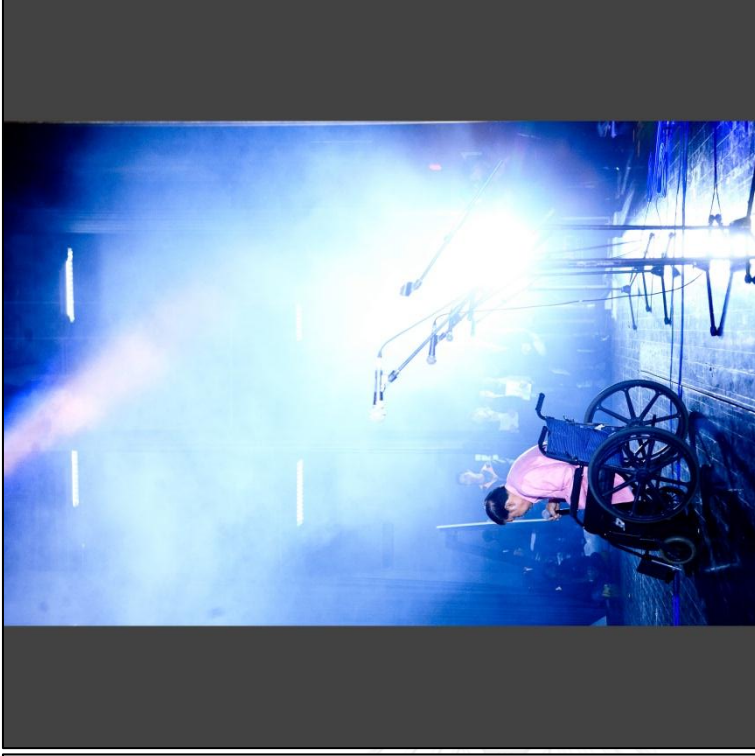
ต้นไม้ ยามหนุมกเหตอกผล
ยามโรยก็เป็นปุยให้ต้นอ่อน
ทุกสิ่งมันย่อมมีค่าในตัวเองเสมอ



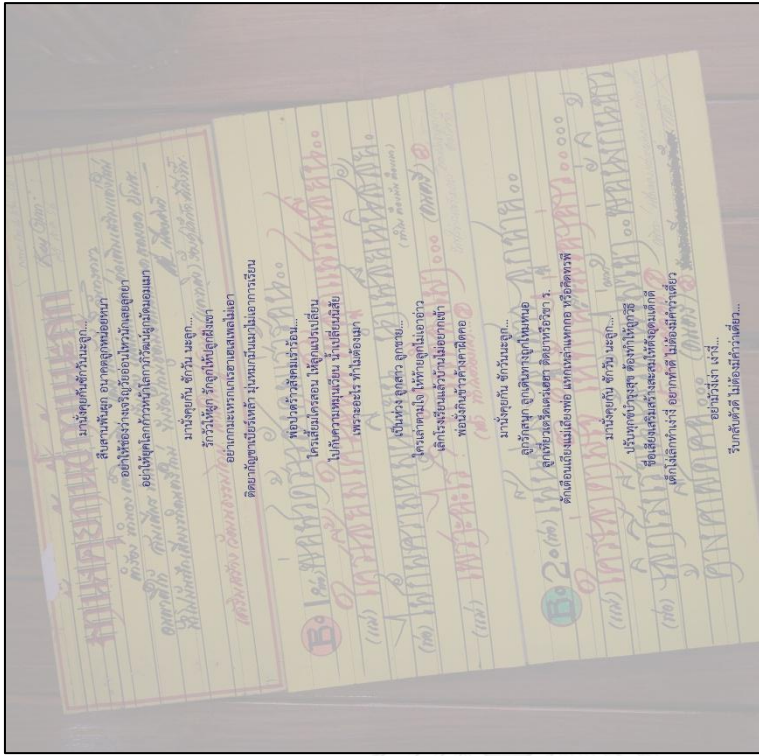
ภาพที่ 45 : ภาพด้านในหน้าที่ 3 และ 4 ของภาพถ่ายโพโตบุ๊กเรื่อง พืชหาย เมืองสิงห์

“เหนื่อย...ก็ต้องจำทน
ลำบากลำบาก ก็ต้องดิ้นรนจนจนวาย
ไปไม่ไหวก็ต้องหยุดพัก
ไม่มีใครรักก็รักตัวเองให้ตลอด
รู้รักษาตัวรอด เป็นยอดดี”

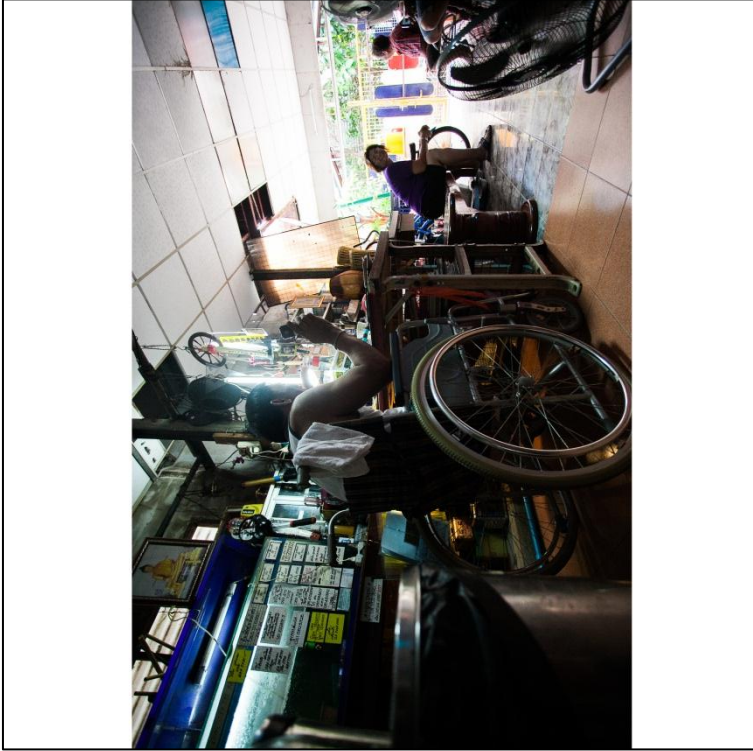
พ่อชาย เมืองสิงห์



ภาพที่ 46 : ภาพด้านในหน้าที่ 5 และ 6 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง พ่อชาย เมืองสิงห์



ภาพที่ 47 : ภาพถ่ายในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง พ่อชาย เมื่อสิ่งที่



อย่าไปต่อแอ่ท้อถอย
ยังมีคนในสังคมที่เขาพร้อมจะช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้คนสูงอายุ
เสมอ ก็ถือเสียว่า ชีวิตคือการต่อสู้ ความทุกข์ก็อย่าสู้ก็แล้วกัน

พ่อชาย เมืองสิงห์

ภาพที่ 48 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง พ่อชาย เมืองสิงห์

เล่มที่ 4 ลุงประหยัด&ป้าจรรย์ นำเสนอเรื่องราวของความรักของสามีภรรยาที่อยู่ด้วยกันมานานกว่า 50 ปี โดยผู้วิจัยได้นำเสนอออกมาในริมสีชมพู สื่อถึงความรักของทั้งสองท่านที่คอยสนับสนุนกันอยู่เรื่อยไป โดยรูปแบบการจัดวาง แนวคิด และเนื้อหาที่ผู้วิจัยยังคงไว้ให้คล้ายคลึงตามโฟโต้บุ๊กในแบบแรก เพียงแต่เพิ่มรายละเอียดมากขึ้นกว่าเดิม เนื่องจากในแบบที่ 2 นี้ เป็นเล่มแยกที่มีจำนวนหน้าเพิ่มขึ้น จึงทำให้ผู้วิจัยสามารถใส่รายละเอียดได้เยอะขึ้น



ขอขอบคุณผู้สูงอายุทุกท่าน

คุณลุงศิริ เกตุมี

อ.ยรรยง โองหาระชิน

พ่อบุญ เมื่องสิงห์

คุณลุงประหยัด และ คุณป้าจากรนัย อันสว่าง

โรงเรียนวรรณวิทย์ หม่อมราชวงศ์จรูญ สุธาสวัสดิ์ คุณครูจ่าเนียงน จินจันทร์

และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผลงานชิ้นนี้ ผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

นางสาวณัฐณิษฐ์ จูเป็ย

ผู้จัดทำ



ลุงประหยัด&ป้าจากรนัย

ภาพที่ 49 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายโป๊ได้บุคคลเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจากรนัย



ลุงประหยัด อ้นสว่าง อายุ 78 ปี และ ป้าจรรย์ อ้นสว่าง
อายุ 73 ปี สองสามีภรรยาที่ใช้ชีวิตร่วมกันมากกว่าห้าสิบปี
ทั้งคู่มีหลักการครองเรือนง่ายที่ใครก็ทำได้ นั่นคือ ความเข้าใจ ใจ
และให้เกียรติซึ่งกันและกัน สบับสนุนกันและกันในสิ่งที่ถูกต้อง
นี่คือสิ่งที่ทำให้ชีวิตคู่ยืนยาวและมีความสุข

ภาพที่ 50 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 และ 2 ของภาพถ่ายโป๊โพ่บู๊คเรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์

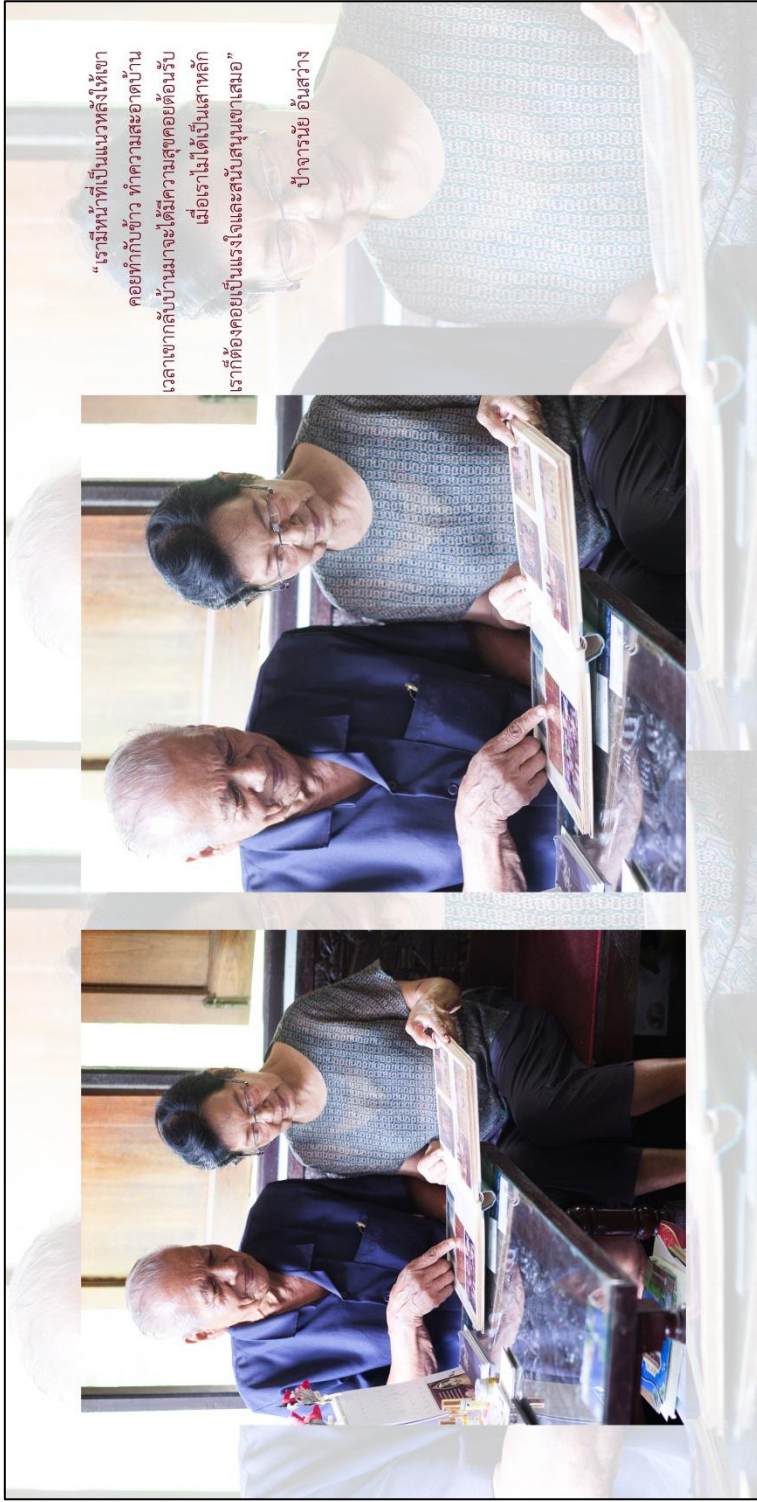
วันและเวลา ไม่ได้ทำให้ความรักน้อยลง
แต่มีกับมากขึ้น เหมือนอายุของคน



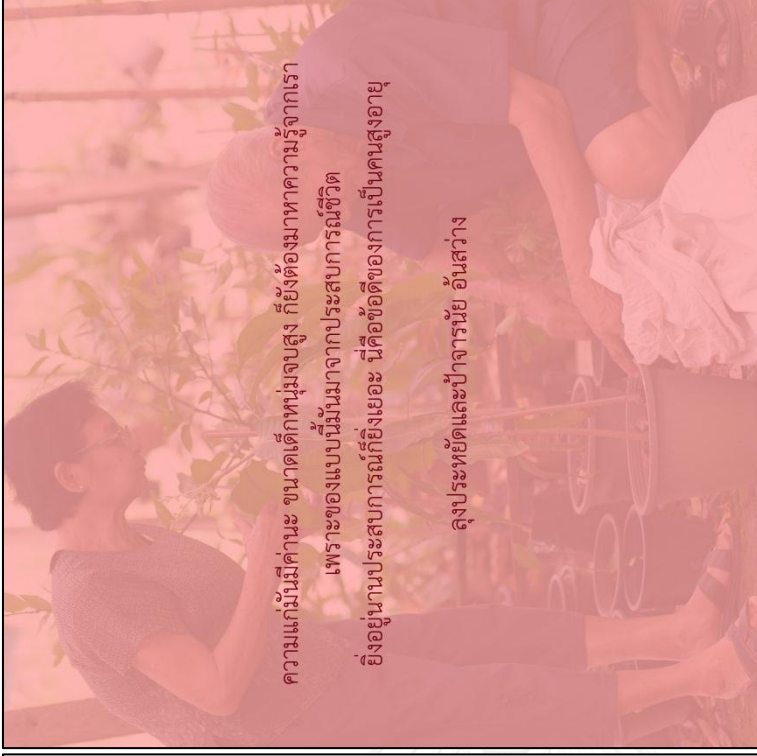
ภาพที่ 51 : ภาพด้านในหน้าที่ 3 และ 4 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง ลุงประหยัด&ป้าจรรย์



ภาพที่ 52 : ภาพด้านในหน้าที่ 5 และ 6 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง ลุงประยัตต์&ป้าจรรย์



ภาพที่ 53 : ภาพด้านในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายโป๊พู้คี่เรื่อง ลู่ประหัยด์&ป้าจรรย์



ภาพที่ 54 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง คู่ประยุทธ์&ป้าจรรย์

เล่มที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ นำเสนอเรื่องราวของความเสียสละ ความมีคุณค่าของความ
เก่าแก่ โดยผู้วิจัยได้นำเสนอออกมาในธีมสีน้ำตาลของไม้ เนื่องจากโรงเรียนวรรณวิทย์ยังเป็นเรือนไม้
ดั้งเดิม ที่ยังคงมีความคงทนแข็งแรงเสมอมา โดยรูปแบบการจัดวางและแนวคิดนั้น ผู้วิจัยยังคงไว้
ความคล้ายคลึงตามไฟโตบูคในแบบแรก เพียงแต่เพิ่มรายละเอียดมากขึ้นกว่าเดิม เนื่องจากในแบบที่
2 นี้ เป็นเล่มแยกที่มีจำนวนหน้าเพิ่มขึ้น จึงทำให้ผู้วิจัยสามารถใส่รายละเอียดได้เยอะขึ้น



ขอขอบคุณผู้สูงอายุด้านแบบทุกท่าน
คุณลุงศิริ เกตุมี
อ.ยรรยง โองการะชิน
พ่อชาย เมื่องสิงห์

คุณลุงประยัต และ คุณป้าการนัย อันสว่าง

โรงเรียนวรรมณวิทย์ หม่อมราชวงศ์จรูญ สุธสวัสดิ์ คุณครูจำเนียร จินฉัตร
และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผลงานชิ้นนี้ ผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

นางสาวณัฐนันท์ จูเป็ย
ผู้จัดทำ



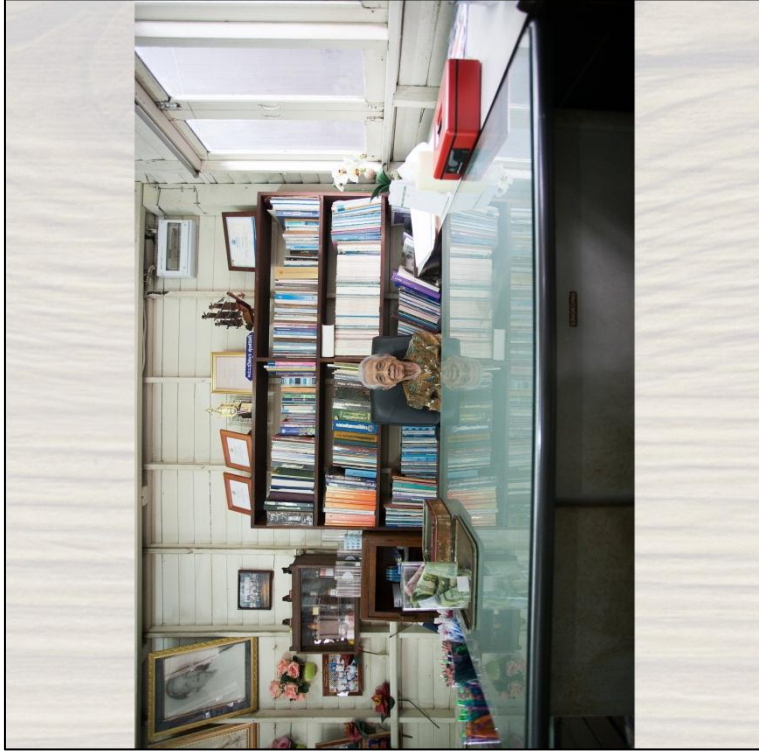
โรงเรียนวรรมณวิทย์

ภาพที่ 55 : ภาพปกด้านหน้าและด้านหลังของภาพถ่ายที่ได้ปักเครื่อง หม่อมราชวงศ์จรูญ สุธสวัสดิ์

โรงเรียนวารณวิทย์ โรงเรียนที่ถูกโอบล้อม
ด้วยป่าคอนกรีต ตั้งอยู่เลขที่ 16 ซอยสุขุมวิท 8
ก่อตั้งโดย หม่อมสิริ สุขสวัสดิ์ ณ อยุธยา
ในปีพ.ศ.2489 ซึ่งปัจจุบันโรงเรียนมีอายุ 70 ปี
และหลังจากหม่อมสิริสิ้นบุญ หม่อมราชวงศ์จิสมร
ได้สืบทอดกิจการของโรงเรียนต่อมาจนถึงปัจจุบัน



ภาพที่ 56 : ภาพด้านในหน้าที่ 1 และ 2 ของภาพถ่ายวิทยุได้บันทึกเรื่อง หม่อมราชวงศ์จิสมร สุขสวัสดิ์

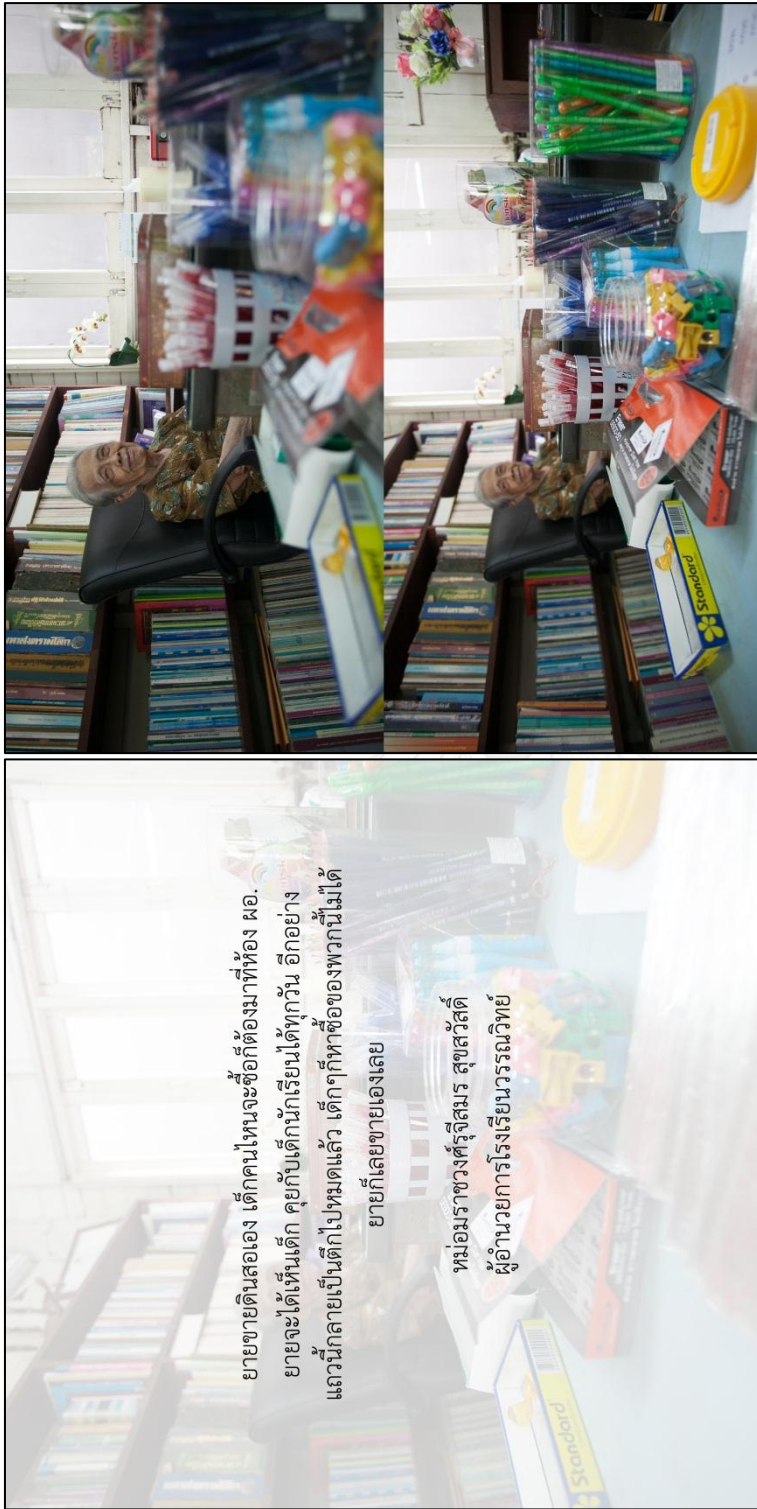


หม่อมราชวงศ์รุจิสมร สุขสวัสดิ์ เป็นธิดาคณเล็กของ ร้อยเอก หม่อมเจ้าทิมทัต สุขสวัสดิ์ กับหม่อมฉวี สุขสวัสดิ์ ณ อยุธยา โดยขณะที่มีอายุเพียง 3 เดือน หม่อมเจ้าทิมทัตพระบิดาก็สิ้นชีพิตักษัย

หม่อมราชวงศ์รุจิสมร สุขสวัสดิ์ ดำรงตำแหน่งครูใหญ่ของโรงเรียนวรรณวิทย์ เมื่อปี พ.ศ. 2497 ต่อจากหม่อมฉวี สุขสวัสดิ์ ณ อยุธยา มารดา ซึ่งเป็นผู้ก่อตั้งโรงเรียนวรรณวิทย์มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2489

โดยหม่อมราชวงศ์รุจิสมรได้รับการยกย่องว่ามีจิตวิญญาณความเป็นครู อย่างสูง ยอมเสียสละส่วนตนเพื่อเด็ก ๆ ทั่วโรงเรียน และโรงเรียน แม้อัจจุบัน ท่านจะสอนหนังสือไม่ไหวแล้ว แต่ท่านยังคงคอยดูแลเอาใจใส่นักเรียนทุกคนเหมือนลูกหลานไม่เคยขาด ด้วยเหตุนี้ เด็ก ๆ ก็เรียนจึรักครูใหญ่ของเด็ก ๆ ทุกคนเสมอมา

ภาพที่ 57 : ภาพถ่ายในหน้าที่ 3 และ 4 ของภาพถ่ายโป๊บุ๊คเรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจิสมร สุขสวัสดิ์



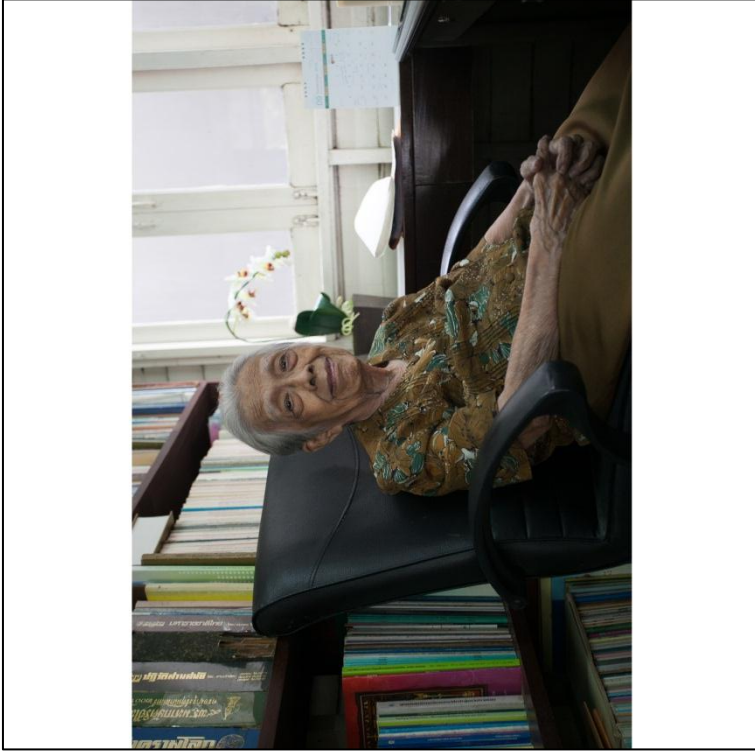
ภาพที่ 58 : ภาพถ่ายในหน้าที่ 5 และ 6 ของภาพถ่ายโปสเตอร์เรื่อง หม่อมราชวงศ์รุจิสมร สุขสวัสดิ์



โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๓
เสียงออกมดคนเรียนก็ใช้ระฆัง
ถายว่าทำไม่เสร็จไม่เปลี่ยน
ก็แล้วจะเปลี่ยนทำไม่
ในเมื่อของเดิมมันก็มีอยู่ ยังใช้ได้อยู่
และของเก่าพวกนี้มันมีคุณค่าในตัวเอง



ภาพที่ 59 : ภาพด้านในหน้าที่ 7 และ 8 ของภาพถ่ายไฟฟ้ได้บูคเรื่อง หม่อมราชวงศ์จุฬาสไมร สุขสวัสดิ์



ของเก่า มันมีอยู่ในตัวมัน แต่ถ้าตัวมันไม่เห็นคุณค่าของตัวเอง
แล้วจะให้ใครมาเห็นค่าได้ ชีวิตก็เหมือนกัน จะแก่หรือจะเด็ก
มันก็มีคุณค่าในรูปแบบที่แตกต่างกันไปทั้งนั้น

หม่อมราชวงศ์จรัสมิตร สุขสวัสดิ์

ภาพที่ 60 : ภาพด้านในหน้าที่ 9 และ 10 ของภาพถ่ายโป๊โพได้ปู่เรื่อง หม่อมราชวงศ์จรัสมิตร สุขสวัสดิ์

4. ขั้นตอนการเผยแพร่และสอบถามความคิดเห็นจากผู้รับชม

เมื่อได้ภาพถ่ายโฟโต้บูคทั้ง 2 แบบมาแล้ว ผู้วิจัยจึงได้จัดทำการเผยแพร่โดยการจัดนิทรรศการซึ่งใช้ภาพในการจัดนิทรรศการดังนี้



ภาพที่ 61 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค

ชื่อภาพ : ลุงศิริกับชีวิตพอเพียง 01



ทำในสิ่งที่มีความสุข แล้วเราจะคลายทุกข์ได้
รักอะไร ก็ทำไป ขอแค่อย่าเดือดร้อนตัวเอง
และคนรอบข้างเป็นพอ

อ.ยรรยง โอฬาระชิน

ภาพที่ 62 : ภาพโปรสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค

ชื่อภาพ : ความในภาพของอ.ยรรยง 01



ภาพที่ 63 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
 ชื่อภาพ : เพลงของพ่อชาย 01



ภาพที่ 64 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
ชื่อภาพ : ลุงประหยัด&ป้าจรรย์ 01



ของเก่า มันมีดีอยู่ในตัวมัน แต่ถ้าตัวมันไม่เห็นค่าของตัวเอง
แล้วจะให้ใครมาเห็นค่าได้ ชีวิตก็เหมือนกัน จะแก่หรือจะเด็ก
มันก็มีคุณค่าในรูปแบบที่แตกต่างกันไปทั้งนั้น
หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์

ภาพที่ 65 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บู๊ค
ชื่อภาพ : โรงเรียนววรรณวิทย์ 01



ภาพที่ 66 : ภาพโปรสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก
ชื่อภาพ : ลุงศิริกับชีวิตพอเพียง 02



ภาพที่ 67 : ภาพโปรสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก
ชื่อภาพ : ความในภาพของอ.ยรรยง 02



ภาพที่ 68 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายไฟโต้บุ๊ก
ชื่อภาพ : เพลงของพ่อชาย 02



ภาพที่ 69 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายไฟโต้บุ๊ก
ชื่อภาพ : ลุงประหยัด&ป้าจรรย์ 02



ภาพที่ 70 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
ชื่อภาพ : โรงเรียนวรรณวิทย์ 02



ภาพที่ 71 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
ชื่อภาพ : ความในภาพของอ.ยรรยง 03



ภาพที่ 72 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
ชื่อภาพ : เพลงของพ่อชาย 03



ภาพที่ 73 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
ชื่อภาพ : ลุงประหยัด&ป้าจรรย์ 03



ภาพที่ 74 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
ชื่อภาพ : โรงเรียนวรรณวิทย์ 03



ภาพที่ 75 : ภาพโปสเตอร์ที่ใช้ในการจัดนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูค
ชื่อภาพ : รวมภาพถ่ายเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

โดยการจัดนิทรรศการเสนอผลงานโฟโต้บูคของผู้วิจัยนั้นได้เป็นส่วนหนึ่งของงาน “สื่อสุนทรีย์เพื่อสุขภาวะผู้สูงอายุ” ในโครงการวิจัยเรื่องการสร้างสรรค์การสื่อสารเชิงสุนทรีย์เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยโครงการยุทธศาสตร์การวิจัยเชิงลึก กองทุนรัชดาภิเษกสมโภช คลัสเตอร์สังคมผู้สูงอายุ ในวันอังคารที่ 23 กุมภาพันธ์ 2559 ณ ห้องประชุม ดร.เทียม โชควัฒนา คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยนอกจากจะมีการแสดงภาพถ่ายของผู้วิจัยแล้ว ยังมีการแสดงสื่อพื้นบ้านประกอบวีดิทัศน์ “คุณค่าผู้สูงอายุในยุคดิจิทัล” โดยลิเกหนูตรี ชโลมจิต ชนะใจ และ ยังมีการเปิดวงเสวนา “สื่อสุนทรีย์กับสุขภาวะผู้สูงอายุ” รับฟังเสียงสะท้อนจากประธานชมรมผู้สูงอายุจาก สภาผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร เขต 1 คุณนิรมล ขวัญสุภา ซึ่งนำการเสวนาโดย ผศ.ดร.สุกัญญา สมไพบูลย์ และ อ.ดร.ประภัสสร จันทร์สถิตพร ซึ่งมีภาพบรรยากาศงานดังนี้



ภาพที่ 76 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 1



ภาพที่ 77 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้
สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 2



ภาพที่ 78 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้
สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 3



ภาพที่ 79 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้
สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 4



ภาพที่ 80 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้
สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 5



ภาพที่ 81 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้
สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 6



ภาพที่ 82 : ภาพบรรยากาศโถงทางเข้าห้องประชุม ซึ่งเป็นส่วนที่ผู้วิจัยใช้จัดแสดงภาพถ่ายที่ผู้วิจัยได้
สร้างสรรค์ขึ้นภาพที่ 7



ภาพที่ 83 : ภาพบรรยากาศการร่วมวงเสวนาเรื่อง “สื่อสุนทรียะกับสุขภาวะผู้สูงวัย” ภาพที่ 1



ภาพที่ 84 : ภาพบรรยากาศการร่วมวงเสวนาเรื่อง “สื่อสุนทรียะกับสุขภาวะผู้สูงวัย” ภาพที่ 2



ภาพที่ 85 : ภาพบรรยากาศการร่วมวงเสวนาเรื่อง “สื่อสุนทรีย์กับสุขภาพผู้สูงอายุ” ภาพที่ 3

ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2

ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 คือ เพื่อศึกษาทัศนคติของผู้ชมที่มีต่อภาพถ่ายโฟโต้บูค โดยผู้วิจัยได้สอบถามความคิดเห็นจากผู้รับชมนิทรรศการโดยการแจกแบบสอบถามจำนวน 50 ชุด ซึ่งมีคำถาม ดังนี้

แบบสอบถาม

นิทรรศการโฟโต้บู๊คเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน () หรือเติมข้อความในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. อายุ _____ ปี
2. เพศ () ชาย () หญิง
3. ถิ่นกำเนิด _____
4. ศาสนา _____
5. สถานภาพสมรส () โสด () สมรส () เสียชีวิต () แยกกันอยู่ () หย่าร้าง
() อื่นๆ _____ (โปรดระบุ)
6. จำนวนบุตร _____ คน
7. ระดับการศึกษาสูงสุด _____
8. ที่มาของรายได้ในปัจจุบัน _____
พอใช้จ่ายในแต่ละเดือน () ใช่ () ไม่ใช่
9. ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ _____
10. โรคประจำตัว () ไม่มี () มี _____ (โปรดระบุ)

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้สึกเกี่ยวกับภาพถ่าย

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อความตามความเห็นและความรู้สึกของท่านต่อภาพถ่ายที่ได้รับชม

1. จากผลงานโฟโต้บู๊คที่ได้รับชม สามารถเป็นแรงบันดาลใจให้ท่านมองเห็นคุณค่าในตนเองได้หรือไม่

2. จากผลงานโฟโต้บู๊คที่ได้รับชม ทำให้ท่านมีความรู้สึกอยากดำเนินชีวิตให้มีคุณค่าต่อไปได้หรือไม่

3. จากผลงานโฟโต้บู๊คที่ได้รับชม ท่านเห็นว่าสิ่งใดสามารถทำให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเองได้มากกว่ากัน ระหว่างภาพถ่ายหรือข้อความประกอบ

4. จากผลงานโฟโต้บู๊คที่ได้รับชม ท่านเห็นว่าเรื่องราวใดที่สามารถกระตุ้นให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเองได้มากที่สุด



ซึ่งสรุปผลได้ออกมาดังนี้

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 1

หัวข้อ	จำนวนร้อยละ
1. ช่วงอายุ	
60-69 ปี	34
70-79 ปี	44
80-90 ปี	22

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน ผู้ตอบแบบสอบถามมีช่วงอายุ ระหว่าง 70-79 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 44 รองลงมาคือช่วงอายุ 60-69 ปี คิดเป็นร้อยละ 34 และ ช่วงอายุ 80-90 ปี คิดเป็นร้อยละ 22 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 2

2. เพศ	
ชาย	44
หญิง	56

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน เป็นเพศหญิงร้อยละ 56 และเพศชายร้อยละ

44

ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 3

3. ถิ่นกำเนิด	
กรุงเทพ-ปริมณฑล	38
ภาคกลาง	30
ภาคเหนือ	12
ภาคอีสาน	20
ภาคใต้	0

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน เป็นผู้มีถิ่นกำเนิดดั้งเดิมอยู่ในเขต

กรุงเทพมหานครและปริมณฑล เป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 38 เนื่องจากในการจัดนิทรรศการเพื่อเผยแพร่ผลงาน ผู้เข้าชมส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่มาจากชมรมต่างๆในกรุงเทพมหานคร รองลงมาคือภาคกลาง คิดเป็นร้อยละ 30 ภาคอีสาน คิดเป็นร้อยละ 20 และภาคเหนือ คิดเป็นร้อยละ 12 ตามลำดับ

ตารางที่ 4 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 4

4. ศาสนา	
พุทธ	100
อื่นๆ	0

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน ผู้ที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมดนั้นนับถือ

ศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 100

ตารางที่ 5 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 5

5. สถานภาพสมรส	
โสด	18
สมรส	44
เสียชีวิต	20
แยกกันอยู่	10
หย่าร้าง	8

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน สถานภาพสมรสของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีสถานะภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 44 รองลงมาคือ คู่สมรสเสียชีวิตคิดเป็นร้อยละ 20, โสด คิดเป็นร้อยละ 18, แยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 10, และหย่าร้าง คิดเป็นร้อยละ 8 ตามลำดับ

ตารางที่ 6 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 6

6. บุตร	
มีบุตร	82
ไม่มีบุตร	18

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จะมีบุตร คิดเป็นร้อยละ 82 และไม่มีบุตร คิดเป็นร้อยละ 18

ตารางที่ 7 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 7

7. ระดับการศึกษาสูงสุด	
สูงกว่าปริญญาตรี	10
ปริญญาตรี	24
อนุปริญญา	18
มัธยม	20
ประถม	28

ด้านระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถม คิดเป็นร้อยละ 28 รองลงมาคือระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 24, ระดับมัธยม คิดเป็นร้อยละ 20, ระดับอนุปริญญา คิดเป็นร้อยละ 18 และสูงกว่าระดับปริญญาตรีคิดเป็นร้อยละ 10

ตารางที่ 8 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 8

8. ที่มาของรายได้ในปัจจุบัน	
ลูกหลาน	32
รัฐบาล	30
บำเหน็จ-บำนาญ	26
อื่นๆ	12

ที่มาของรายได้ของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มาจากลูกหลานคิดเป็นร้อยละ 32 รองลงมาคือจากรัฐบาลคิดเป็นร้อยละ 30, จากบำเหน็จ-บำนาญคิดเป็นร้อยละ 26 และที่มาจากทางอื่นๆคิดเป็นร้อยละ 12 ตามลำดับ

ตารางที่ 9 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 9

9. ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ	
ครอบครัว	84
คนเดียว	16

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับครอบครัวเป็นส่วนมาก คิดเป็นร้อยละ 84 และอยู่ตัวคนเดียวคิดเป็นร้อยละ 16

ตารางที่ 10 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ข้อที่ 10

10. โรคประจำตัว	
มี	66
ไม่มี	34

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน พบว่าส่วนใหญ่จะมีโรคประจำตัวคิดเป็นร้อยละ 66 และไม่มีโรคประจำตัวคิดเป็นร้อยละ 34

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้สึกต่อภาพถ่ายของผู้ตอบแบบสอบถาม

จากแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้แจกแก่ผู้รับชมผลงานในนิทรรศการภาพถ่ายซึ่งเป็นผู้สูงอายุทั้งหมดจำนวน 50 ชุดนั้น ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่าผลงานภาพถ่ายโฟโต้บู๊คที่ได้รับชมนั้นสามารถเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้ตอบแบบสอบถามมองเห็นคุณค่าในตัวเองได้ โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าการรับชมผลงานซึ่งมีบุคคลต้นแบบในวัยเดียวกัน แต่บุคคลเหล่านั้นยังมีความสามารถ และยังมีชีวิตที่ดำเนินไปได้อย่างมีความสุข ทำให้เกิดการเปรียบเทียบกับตัวผู้ตอบแบบสอบถามเอง และทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่า ผู้ตอบแบบสอบถามคงมีความสุขเช่นเดียวกับผู้สูงอายุต้นแบบได้หากผู้ตอบแบบสอบถามมองชีวิตที่เหลือนไปในทางบวก ด้วยเหตุผลนี้จึงทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่าผลงานภาพถ่ายโฟโต้บู๊คสามารถทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามมีความรู้สึกอยากดำเนินชีวิตให้มีคุณค่าต่อไปได้

ในส่วนของตัวรูปเล่มภาพถ่ายโฟโต้บู๊ค ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่า “ภาพถ่าย” สามารถทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามเห็นคุณค่าในตนเองได้มากกว่า “ข้อความ” โดยผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ให้เหตุผลที่เลือกภาพถ่ายเพราะว่า ภาพถ่ายมีความสวยงาม มีความคมชัด และมีขนาดใหญ่ ทำให้ดึงดูดการรับชมได้มากกว่าข้อความ และทั้ง 5 เรื่องราวที่ผู้วิจัยได้จัดทำขึ้นนั้น ผู้ตอบแบบสอบถามชอบและเห็นว่าทั้ง 5 เล่มมีประโยชน์ใกล้เคียงกัน

นอกจากการแจกแบบสอบถามแก่ผู้สูงอายุที่ได้เข้าร่วมงานนิทรรศการภาพถ่ายโฟโต้บูคแล้ว ผู้วิจัยยังได้นำภาพถ่ายโฟโต้บูคกลับไปให้ผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุต้นแบบได้รับชมและสอบถามความคิดเห็นเพิ่มเติมตามคำถาม 4 ข้อคือ 1) เมื่อได้ชมผลงานภาพถ่ายโฟโต้บูคแล้วรู้สึกอย่างไร 2) ผลงานโฟโต้บูคช่วยสร้างความรู้สึภาคภูมิใจแก่ผู้สูงอายุต้นแบบหรือไม่อย่างไร 3) ทำให้ท่านรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเองหรือไม่อย่างไร 4) คิดว่าผลงานโฟโต้บูคชิ้นนี้มีประโยชน์หรือไม่ อย่างไร โดยผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดได้ให้ความความคิดเห็นดังนี้

ผลการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุต้นแบบ

ภาพถ่ายโฟโต้บูคเรื่องของคุณลุงศิริ เกตุมี

“เมื่อชมผลงานแล้วรู้สึกมีความสุข มีความเป็นธรรมชาติ ภาพมีชีวิต มีอารมณ์ที่สามารถถ่ายทอดออกมาได้ดี สามารถสร้างความรู้สึภาคภูมิใจในตัวลุงศิริได้ เพราะภาพถ่ายสามารถสื่อให้เห็นว่าคุณลุงเป็นผู้ที่ชอบถ่ายทอดชีวิตแนวคิดให้คนอื่นในสังคมนำไปเป็นแนวทางและแรงผลักดันในการใช้ชีวิตของตัวเองเสมอมา และยังได้ชมผลงานชิ้นนี้ยิ่งทำให้เห็นถึงความรักที่แกมีต่อชีวิตและคนรอบข้างได้ดียิ่งขึ้นด้วย นอกจากนั้น ผลงานชิ้นนี้ยังสามารถสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้ เพราะภาพแต่ละภาพได้สื่อถึงการใช้ชีวิต และแนวคิดต่างๆออกมาอย่างลงตัวและเป็นธรรมชาติ บางท่านอาจพูดไม่เก่งเลยไม่ได้ออกมาสอนมาบอกใคร แต่อาจจะใช้ชีวิตเป็นแบบอย่างมาตลอดเมื่อเราตามถ่ายภาพในการใช้ชีวิตในหลายๆมุมออกมา ทำให้เรารู้สื่อถึงแนวทางแบบอย่างที่เราควรเอามาใช้ได้อย่างชัดเจน โดยรวมคิดว่าผลงานชิ้นนี้มีประโยชน์มาก เพราะผลงานนี้เป็นอีกหนึ่งสื่อที่ช่วยให้เป็นภาพความทรงจำ ภาพคำสอน ภาพแบบอย่างในการใช้ชีวิตให้คนรุ่นลูกรุ่นหลานได้ซึมซับและนำไปใช้ตามได้ต่อไป”

(คำให้สัมภาษณ์ของนางสาวพัชริยา กรกำจายฤทธิ์ อดีตครูผู้สอนศูนย์การศึกษา

นอกโรงเรียนอำเภอบางกรวย คนสนิทและผู้ใกล้ชิดคุณลุงศิริ เกตุมี)

ภาพถ่ายโป๊ได้บอกเรื่องของอ.ยรรยง โอบหาระชิน

“ตัวเล่มทำออกมาได้สวยนะ ตัวเล่มหนังสือก็พยายามที่จะสะท้อนถึงงานของผู้สูงอายุคนหนึ่ง ซึ่งในวงการการถ่ายภาพหรือคนที่สนใจการถ่ายภาพด้วยฟิล์มก็จะถือว่าเป็นปรมาจารย์ท่านหนึ่ง หนังสือก็พยายามจะสะท้อนถึงงานที่อาจารย์รัก และทุ่มเททำมา ซึ่งโดยส่วนตัวก็มีความภาคภูมิใจในตัวอาจารย์ซึ่งมีความเป็นครูที่สูงมากอยู่แล้ว แต่ถามว่าหนังสือเล่มนี้ช่วยเพิ่มความภูมิใจในตัวอาจารย์ได้ไหม สำหรับผมก็ถือว่ายังไม่ค่อยเพิ่มเท่าไร อาจเพราะเรานับถือและภาคภูมิใจในตัวอาจารย์มากอยู่แล้ว และด้วยหนังสือก็ยังมีข้อจำกัดในเรื่องปริมาณของเนื้อหา เลยอาจจะทำให้เรายังรู้สึกไม่อิมกับเรื่องราวที่ได้ดู แต่ถ้าหากเป็นคนที่ยังไม่เคยใกล้ชิดอาจารย์ก็คิดว่าอาจจะช่วยเป็นแรงบันดาลใจให้กับผู้ชมในเรื่องของผลงานหรือความรู้ที่อาจารย์ได้ถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลัง ซึ่งก็น่าจะช่วยให้ผู้ชมรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หรือรู้สึกว่าอาจารย์สามารถเป็นแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตได้ ถามว่ามีประโยชน์ไหม มันมีประโยชน์แน่ เพราะเมื่อไรที่เราพยายามที่จะสื่อให้คนในสังคมได้รับรู้ว่ามีคนที่ตั้งใจ ทุ่มเท ทั้งเวลาและกำลัง และพยายามจะทำงานที่เรารัก และงานนั้นเป็นงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมอย่างเช่นงานศิลปะนี้ มันจรรโลงจิตใจของผู้คนในสังคม การที่ใครสักคนทำแบบนี้ ถ้าเราได้สื่อไปถึงคนอื่น ๆ มันก็ต้องมีประโยชน์แน่นอน”

(คำให้สัมภาษณ์ของนายแพทย์พรชัย ชยาบุรณัฒน์ ปริญญาศุภคุณ ลูก

ศิษย์ในห้องเรียนล้างฟิล์มของอ.ยรรยง โอบหาระชิน)

ภาพถ่ายโป๊ได้บอกเรื่องของพ่อชาย เมืองสิงห์ (สมเศียร พานทอง)

“เห็นรูปพ่อชายแล้วก็ชอบนะ ถ่ายภาพสวยดี ดูแล้วเหมือนเป็นคนสำคัญ คนแก่อยากให้คนมาคอยพูดคุยด้วย คอยเอาใจใส่ ยิ่งถ้าตอนไหนไม่สบายก็ยิ่งต้องการคนมาดูแล เอาใจใส่ คงแบบว่าอยากได้กำลังใจจากลูกหลาน คอยช่วยเหลือดูแล คนแก่ส่วนใหญ่ขึ้นน้อยใจ เชื่อว่าพอพ่อชายได้มาเห็นรูปตัวเอง แบบนี้แล้วก็น่าจะรู้สึกดีใจ เพราะทุกครั้ง เวลาใครมาของสัมภาษณ์ ก็จะดีใจ และอยากที่จะตอบคำถาม เหมือนผู้ใหญ่เอ็นดูเด็ก ๆ รุ่นลูกรุ่นหลานอะไรแบบนี้ ถามว่าเห็นผลงานแล้วภูมิใจในตัวพ่อชายหรือไม่ แน่แน่นอนคิดว่าต้องภูมิใจอยู่แล้ว เพราะโดยปกติพ่อชายเป็นคน อหิยา ศีลดี ใครไปใครมาก็ต้อนรับขับสู้ดี เป็นคนมองโลกในแง่ดี เป็นคนไม่เครียด หรือซีเรียส แก่เป็นศิลปินตัวจริงเลย

ผลงานทั้งหลาย ๆ ผลงานก็ทำให้แกมีความภาคภูมิใจในตัวเองอยู่แล้วนะ แต่ผลงานนี้คิดว่าพ่อชายเองก็คงจะเกิดความภูมิใจ อย่างที่บอก คนแกต้องการให้มีคนมาสนใจดูแล อย่างน้อย ๆ ก็ระหว่างวันก็มีคนคอยถาม ทัก สุกบ้าง แค้นนั่นแหละ แล้วผลงานชิ้นนี้ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าในตนเองได้แน่นอนอยู่แล้ว มีคนมาถ่ายรูป มีคนมาถามเรื่องราวชีวิต ทั้งอดีต และปัจจุบัน แสดงว่าเด็กรุ่นหลังอยากรู้ที่มาที่ไป ว่าเป็นมาอย่างไร ทำไมถึงเป็นชาย เมืองสิงห์ได้ และผ่านอะไรมาบ้างจนกว่าจะมาถึงทุกวันนี้ มันก็เป็นการถ่ายทอดเรื่องราวชีวิตให้คนที่สนใจได้รับฟัง ภูมิใจอยู่แล้ว อย่างน้อยก็ได้บอกเด็กรุ่นหลัง ได้ให้แกคิดหลาย ๆ อย่างเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของคน ๆ หนึ่งกว่าจะมาเป็นศิลปินแห่งชาติได้ มันก็ต้องทุ่มเทมาก่อน ทั้งร่างกาย และจิตใจ กับการคิดเพลง เขียนเพลง กว่าจะเป็นที่ยอมรับของหลาย ๆ คนภูมิใจมาก ๆ กับพ่อชายเมืองสิงห์ แล้วผลงานชิ้นนี้ก็มีประโยชน์มากนะ กับคนรุ่นลูกรุ่นหลาน เพราะเกิดมีใครอยากยึดพ่อชายเป็นตัวอย่าง ศิลปินแห่งชาติ ร้องเพลงเพราะ แบบว่าเดี๋ยวนี้มีประกวดร้องเพลงออกตามทีวีเยอะ เมื่อใครอยากมีพ่อชายเป็นต้นแบบ หรือพอได้มาเห็นรูปชายเมืองสิงห์ แล้วอาจจะทำให้รู้สึกรักเพลงลูกทุ่ง แบบชายเมืองสิงห์ เพราะพ่อชายร้องเพลงแล้วมีเอกลักษณ์โดดเด่น เสียงก็ดี ลีลาที่ใช้ได้ นักร้องประกวดเวทีหลาย ๆ คนเชื่อว่าต้องมีบ้างที่ยึดพ่อชายเป็นแบบอย่าง”

(คำให้สัมภาษณ์ของนางพรพรรณ จูเปีย หลานสาวของพ่อชาย เมืองสิงห์)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาพถ่ายไฟฟ้ได้บันทึกเรื่องของลุงประหยัด และ ป้าจรรย์ อันสว่าง

“ผลงานรูปเล่มดี สวยงามดี เรียงตามลำดับดี ปากก็ชอบ ทำได้ดีนะ ดูแล้วก็รู้สึกภูมิใจในตัวเองนะ จะได้ให้คนรุ่นหลังได้ดูในวันข้างหน้า เป็นตัวอย่างที่ดีให้คนรุ่นหลัง รุ่นเราก็โบราณแล้วนะ อยู่กันจนแกมาห้าสิบกว่าปีและ เมื่อก่อนก็ลำบาก ตอนนั้นก็สบายหน่อยแล้ว ลูกเต้าก็มีการงานทำกันหมด ลูกๆก็รักกันดี ไม่ต้องมีอะไรเป็นห่วงมากแล้ว เราก็ภูมิใจนะที่เราได้ทำเพื่อส่วนรวม ก็คิดว่าเราคงมีประโยชน์ไม่อย่างนั้นเขาคงไม่เลือกเรามาเป็นตัวอย่างให้คนอื่นหรือ มาเป็นตัวอย่างที่จะดำเนินชีวิตได้ต่อไป ให้ข้อคิดแก่คนอื่นได้ ก็คิดว่าผลงานมีประโยชน์ มันสามารถเป็นแรงบันดาลใจให้คนอื่น ๆ ได้ดูได้ คนที่อยู่กันมาห้าสิบสามสิบปีมันก็หายากแล้วนะ นี้อยู่กันตั้งห้าสิบกว่าปี คนสมัยนี้ไม่ค่อยมี

ความอดทน นิดๆหน่อยๆก็เลิกกัน ความอดทนไม่มี แต่เราคนโบราณเรานักนิตหนักหน่อยเราก็อภัยกัน มันถึงทำให้เราอยู่กันได้ยาว นี่แหละที่เป็นประโยชน์ของเล่มนี้”

(คำให้สัมภาษณ์ของคุณลุงประหยัด และ คุณป้าจรรย์ อ้นสว่าง)

ภาพถ่ายไฟโต้นึกเรื่องของหม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์

“ดูผลงานแล้วก็รู้สึกว่างานดี ออกมาประณีต ภาพสวยงาม พอดูแล้วก็รู้สึกภาคภูมิใจในตัวท่านจริงๆโดยส่วนตัวครูก็รู้สึกภาคภูมิใจในตัวของท่านครูใหญ่อยู่แล้วนะ พอได้มาเห็นตัวหนังสือเล่มนี้มันก็ยังช่วยส่งเสริมให้รู้สึกมากขึ้นไปอีก ท่านเก่งนะ การที่ท่านขายของทำให้ท่านได้ทดสอบเด็กทดสอบครูไปในตัว เป็นจิตวิทยาที่ดีมาก คือถ้าเด็กเข้ามายกมือไหว้ ซื่อเสร็จก็ยกมือไหว้ อันนี้แสดงว่าครูที่สอนอบรมมาดี บางทีก็แอบถามเด็กว่า ซื่อเท่านี้แล้วต้องทอนเท่าไร ถ้าเด็กตอบได้ก็แสดงให้เห็นศักยภาพของครูที่สอน แต่ถ้าตอบไม่ได้ ตอบติดๆขัดๆ ครูใหญ่ก็จะเก็บข้อมูลแล้วว่าใครเป็นคนสอน แล้วก็เอาไปปรับแก้อีกที นี่แหละเป็นการทดสอบโดยที่ไม่ต้องใช้แบบวัดอะไรเลย ครูใหญ่ท่านดูจากรอบตัวเอา ก็คิดว่าผลงานชิ้นนี้เป็นประโยชน์ เห็นแล้วก็สร้างความภูมิใจว่าเราแก่เราก็มีคุณค่ามีประโยชน์นะ ได้เป็นตัวช่วยให้คนอื่นได้ดู มันก็เป็นประโยชน์อย่างหนึ่งเหมือนกัน”

(คำให้สัมภาษณ์ของคุณครูจำเนียร จินจันทร์ คุณครูผู้ใกล้ชิด หม่อมราชวงศ์รุจีสมร สุขสวัสดิ์)

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “การสร้างสรรค้ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ” เป็นงานวิจัยเชิงสร้างสรรค์ (Creative Research) เพื่อศึกษาผลของภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่เข้าร่วมชมนิทรรศการจำนวน 50 ท่าน โดยมีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยดังนี้

1. ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก แบบรวมเรื่องราว ขนาด 8x8 นิ้ว ปกอ่อน จำนวน 5 เล่ม
 2. ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊ก แบบแยกเรื่องราว ขนาด 12x12 นิ้ว ปกอ่อน จำนวน 1 เล่ม ต่อ 1 เรื่องราว
 3. แบบสอบถามเพื่อสำรวจความคิดเห็นจากผู้สูงอายุจากการรับชมภาพถ่าย จำนวน 50 ชุด
- โดยผู้วิจัยจะสรุปผลการวิจัยตามลำดับของวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังนี้

วัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อที่ 1 : เพื่อศึกษากระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

การวิจัยเรื่อง การสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยพบว่า ในกระบวนการสร้างสรรค์นั้นมีขั้นตอนด้วยกันทั้งสิ้น 4 ขั้นตอน โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ขั้นตอนการหาและเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ

ขั้นตอนการหาและเลือกผู้สูงอายุต้นแบบนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดผู้สูงอายุและแนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นหลักเกณฑ์ในการเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ โดยมีเกณฑ์ดังนี้

- เป็นผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป
- เป็นผู้มองอดีตไปในทางบวก กล่าวคือรู้สึกเป็นสุขเมื่อนึกถึงเรื่องต่างๆ ที่ประสบในอดีต

- เป็นผู้มีคุณธรรม เสียสละ
- เป็นผู้มีปัญญา มีวุฒิภาวะ สงบ
- เป็นบุคคลที่ได้สั่งสมประสบการณ์ ความรู้ เพื่อถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลัง
- เป็นผู้ปรารถนาที่จะประสบความสำเร็จ คือ เกิดความปิติ ซึ่งเป็นเป้าหมายใหม่และยอมรับกับความตาย
- เป็นผู้มีความสุขเบิกบานเมื่อได้ให้คำปรึกษาผู้อื่น
- เป็นผู้ที่ยินดีและอนุญาตให้ข้อมูลและถ่ายภาพได้

ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งเป็นช่วงเวลา 2 ช่วง ดังนี้

1.1 ช่วงหาข้อมูลผู้สูงอายุต้นแบบ

ในช่วงการหาข้อมูลผู้สูงอายุต้นแบบนั้น ผู้วิจัยได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดผู้สูงอายุ เพื่อศึกษาและใช้เป็นเกณฑ์ในการเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ และนอกจากผู้วิจัยจะใช้แนวคิดผู้สูงอายุแล้ว ผู้วิจัยยังได้ใช้แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อใช้เป็นเกณฑ์ในการตัดสินใจเลือกผู้สูงอายุต้นแบบอีกด้วย โดยสรุปเกณฑ์การเลือกผู้สูงอายุที่จะนำมาเป็นบุคคลต้นแบบได้ดังนี้ 1.เป็นผู้มีอายุ 60 ปีขึ้นไป 2.เป็นผู้มองอดีตไปในทางบวก กล่าวคือรู้สึกเป็นสุขเมื่อนึกถึงเรื่องต่างๆ ที่ประสบในอดีต 3.เป็นผู้มีคุณธรรม เสียสละ 4.เป็นผู้มีปัญญา มีวุฒิภาวะ สงบ 5.เป็นบุคคลที่ได้สั่งสมประสบการณ์ ความรู้ เพื่อถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลัง 6.เป็นผู้ปรารถนาที่จะประสบความสำเร็จ คือ เกิดความปิติ ซึ่งเป็นเป้าหมายใหม่และยอมรับกับความตาย 8.เป็นผู้มีความสุขเบิกบานเมื่อได้ให้คำปรึกษาผู้อื่น 9.เป็นผู้ที่ยินดีและอนุญาตให้ข้อมูลและถ่ายภาพได้ โดยผู้สูงอายุต้นแบบไม่จำเป็นต้องมีเกณฑ์ต่างๆทั้งหมดตามที่ผู้วิจัยได้กำหนด แต่ต้องมีในข้อใดข้อหนึ่ง จนผู้วิจัยได้ผู้สูงอายุต้นแบบดังรายชื่อต่อไปนี้

- นายศิริ เกตุมี อายุ 81 ปี แกนนากลุ่มน้ำหมักชีวภาพและเศรษฐกิจพอเพียงและแกนนำชมรมผู้สูงอายุตำบลบางกรวย จังหวัดนนทบุรี
- อาจารย์ยรรยง โธพาระชิน อายุ 77 ปี ศิลปินแห่งชาติสาขาทัศนศิลป์ (ศิลปะภาพถ่าย) ในปีพุทธศักราช 2550

- ชาย เมืองสิงห์ อายุ 76 ปี ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (นักร้อง – นักแต่งเพลง) ในปีพุทธศักราช 2538
- ลุงประหยัด อันสว่าง อายุ 78 ปี และป้าจรรย์ อันสว่าง อายุ 73 ปี คู่สามีภรรยาที่ดำเนินชีวิตร่วมกันมากกว่า 50 ปี
- หม่อมราชวงศ์จรูญจิสมร สุขสวัสดิ์ อายุ 96 ปี ครูใหญ่โรงเรียนวรรณวิทย์ กรุงเทพมหานคร

1.2 ช่วงการติดต่อขออนุญาตและขอสัมภาษณ์

หลังจากผู้วิจัยได้เลือกผู้สูงอายุต้นแบบแล้ว ผู้วิจัยจึงทำการติดต่อขออนุญาตให้บุคคลเหล่านั้นเป็นผู้สูงอายุต้นแบบ และขออนุญาตในการขอสัมภาษณ์ และถ่ายภาพ เพื่อนำมาทำโฟโต้บูค โดยผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยใช้เป็นต้นแบบส่วนใหญ่เป็นผู้วิจัยได้รับคำแนะนำจากคนใกล้ชิดทั้งสิ้น จึงทำให้ง่ายในการเข้าถึงผู้สูงอายุต้นแบบ มีเพียงเรื่องราวของโรงเรียนวรรณวิทย์เท่านั้นที่ผู้วิจัยและบุคคลใกล้ชิดไม่ได้รู้จักเป็นการส่วนตัว ทำให้ผู้วิจัยต้องค้นหาเบอร์โทรศัพท์จากอินเทอร์เน็ตและติดต่อผ่านทางผู้ช่วยครูใหญ่เบื้องต้นก่อนแทน โดยรายละเอียดการติดต่อมีดังนี้

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านแรกคือ “ลุงศิริ เกตุมี” อายุ 81 ปี แกนนำกลุ่มน้ำหมักชีวภาพและเศรษฐกิจพอเพียงและแกนนำชมรมผู้สูงอายุตำบลบางกรวย จังหวัดนนทบุรี โดยผู้วิจัยได้รับการแนะนำจากเพื่อนสนิทที่ทำงานอยู่ที่ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียนประจำอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ซึ่งขณะนั้นลุงศิริได้ศึกษาและสอบเทียบอยู่ที่ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียนประจำอำเภอบางกรวยอยู่ด้วย ผู้วิจัยมองเห็นคุณสมบัติที่ตรงกับความต้องการของผู้วิจัย จึงได้ทำการติดต่อและทาบทามเพื่อขออนุญาตให้ลุงศิริเป็นผู้สูงอายุต้นแบบในลำดับถัดไป

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 2 คือ “อ.ยรรยง โอบาระชิน” อายุ 77 ปี ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (ศิลปะภาพถ่าย) ในปีพุทธศักราช 2550 โดยผู้วิจัยได้รู้จัก อ.ยรรยง โดยบังเอิญจากการเล่นสือโซเชียลเฟสบุ๊ค และได้เห็นเพื่อนในเฟสบุ๊คของผู้วิจัยท่านหนึ่ง โปสรูป

ภาพที่ถ่ายร่วมกับ อ.ยรรยง โดยมีข้อความระบุว่า “อ.ยรรยง ศิลปินแห่งชาติสาขาทัศนศิลป์ (ศิลปะภาพถ่าย)” ผู้วิจัยจึงทำการติดต่อเพื่อนที่รู้จักในเฟซบุ๊กเพื่อขอรายละเอียดการติดต่อ อ.ยรรยง จึงได้ทราบว่า อ.ยรรยง มีบรรยายเรื่องการล้างฟิล์มที่ชมรมถ่ายภาพสารพัดช่าง พระนครทุกวันเสาร์และอาทิตย์ ผู้วิจัยจึงได้ติดต่อขออนุญาตอ.ยรรยงเพื่อเป็นผู้สูงอายุ ต้นแบบและขอเก็บภาพถ่ายในลำดับถัดไป

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 3 คือ พ่อชาย เมืองสิงห์ หรือ สมเศียร พานทอง อายุ 76 ปี ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (นักร้อง – นักแต่งเพลง) ในปีพุทธศักราช 2538 โดยผู้วิจัยได้ทราบว่ามีญาติผู้ใหญ่ของผู้วิจัยท่านหนึ่ง รู้จักและสนิทสนมกับพ่อชายมาก ผู้วิจัย จึงขอความช่วยเหลือจากญาติผู้ใหญ่ของผู้วิจัย ในการติดต่อขออนุญาตให้พ่อชายเป็น ผู้สูงอายุต้นแบบและขอสัมภาษณ์และเก็บภาพถ่ายในลำดับต่อไป

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 4 คือ ลุงประหยัด อันสว่าง อายุ 78 ปี และป้าจรรย์ อันสว่าง อายุ 73 ปี คู่สามีภรรยาที่ดำเนินชีวิตร่วมกันมากกว่า 50 ปี โดยผู้วิจัยได้รู้จักกับผู้สูงอายุ ต้นแบบทั้งสองท่านโดยบังเอิญ เนื่องจากผู้วิจัยและมารดาได้เข้าไปติดต่อธุระที่บ้านพักอาศัย ของทั้งสองท่าน จึงได้เห็นชีวิตความเป็นอยู่และงานที่ทำ จึงทำให้ผู้วิจัยคิดว่า ทั้งสองท่านนั้น สามารถเป็นผู้สูงอายุต้นแบบได้ จึงได้ติดต่อขออนุญาตเพื่อทำการสัมภาษณ์และเก็บภาพถ่าย ในลำดับต่อไป

ผู้สูงอายุต้นแบบท่านสุดท้ายคือครูใหญ่เจ้าของโรงเรียนวรรณวิทย์ที่ทุ่มเททั้งแรงกาย และชีวิตเพื่อเด็กนักเรียนของท่าน โดยผู้วิจัยได้คำแนะนำจากอาจารย์ที่เคารพถึงเรื่องราวของ โรงเรียนแห่งนี้ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาหาข้อมูลเบื้องต้นจากบทความและนิตยสารต่างๆที่นำเสนอ เรื่องราวขอโรงเรียนวรรณวิทย์ หลังจากนั้น ผู้วิจัยจึงได้ค้นหาเบอร์โทรศัพท์ของโรงเรียนและ ได้โทรศัพท์ขออนุญาตเบื้องต้นกับทางผู้ช่วยครูใหญ่เพื่อประสานงานไปทางครูใหญ่อีกครั้งหนึ่ง

2. ขั้นตอนการสัมภาษณ์และถ่ายภาพ

โดยในขั้นตอนการสัมภาษณ์และการถ่ายภาพนั้นมีขั้นตอนย่อยดังต่อไปนี้

2.1 ขั้นตอนการสัมภาษณ์ เพื่อศึกษาถึงตัวบุคคลต้นแบบและลักษณะเด่นรวมถึงความชอบและความสุขส่วนตัวของผู้สูงอายุต้นแบบ โดยช่วงระหว่างการสัมภาษณ์นั้น เมื่อผู้สูงอายุต้นแบบได้พูดถึงเรื่องข้อคิดหรือเรื่องราวต่างๆที่ผู้วิจัยเห็นว่าสำคัญและน่าสนใจ ผู้วิจัยจะทำการบันทึกเพื่อนำมาเป็นข้อความในโฟโต้บุ๊กอีกที

2.2 ขั้นตอนการตีความและคิด Concept ของแต่ละบุคคล หลังจากทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุต้นแบบแล้ว ผู้วิจัยได้ทำการสรุปและหาข้อแตกต่าง จุดเด่นของผู้สูงอายุต้นแบบในแต่ละท่าน เพื่อนำมาตีความและจำกัดขอบเขตของการถ่ายภาพว่าควรจะออกมาในรูปแบบและทิศทางไหนที่จะเหมาะสมแก่ผู้สูงอายุต้นแบบนั้นๆ โดยจะมีการกำหนดธีมส์รวมทั้ง Mode และ Tone สำหรับแต่ละท่านในเบื้องต้นด้วย ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- ลุงศิริ เกตุมี นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับการใช้ชีวิตพอเพียง สมถะ การเป็นผู้นำ การใช้ชีวิตอยู่กับธรรมชาติ ผู้วิจัยจึงทำออกมาในธีมส์เขียวเพื่อสื่อถึงสีเขียวและต้นไม้ที่ลุงศิริชอบ
- อ.ยรรยง โอพาระชิน นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับความรักในงานของตน ในที่นี้คือการถ่ายภาพด้วยฟิล์มและล้างภาพขาวดำ ผู้วิจัยจึงนำเสนอออกมาในธีมส์ขาวดำ เพื่อสื่อถึงงานที่อ.ยรรยงรักและหลงใหล
- พ่อชาย เมืองสิงห์ นำเสนอเรื่องราวของผู้ที่สู้ชีวิต แม้ว่าตัวเองจะเป็นอัมพาต แต่สมองยังใช้ได้ โดยผู้วิจัยได้นำเสนอในธีมส์น้ำเงินสดใส สื่อถึงความสนุกของวงดนตรีลูกทุ่งที่พ่อชาย เมืองสิงห์ผูกพันมาตั้งแต่สมัยก่อนจะป่วย
- ลุงประหัด&ป้าจรรย์ นำเสนอเรื่องราวของความรักของสามีภรรยาที่อยู่ด้วยกันมานานกว่า 50 ปี โดยผู้วิจัยได้นำเสนอออกมาในธีมส์ชมพู สื่อถึงความรักของทั้งสองท่านที่คอยสนับสนุนกันอยู่เรื่อยไป
- โรงเรียนวรรณวิทย์ นำเสนอเรื่องราวของความเสียสละ ความมีคุณค่าของความเก่าแก่ โดยผู้วิจัยได้นำเสนอออกมาในธีมส์น้ำตาลของไม้ เนื่องจาก

โรงเรียนวรรณวิทย์ยังเป็นเรือนไม้ดั้งเดิม ที่ยังคงมีความคงทนแข็งแรงเสมอมา

2.3 ขั้นตอนการถ่ายภาพ

ผู้วิจัยได้เรียงลำดับการถ่ายภาพ ดังนี้

ลุงศิริ เกตุมี เป็นผู้สูงอายุต้นแบบท่านแรกที่ผู้วิจัยได้ถ่ายภาพ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการถ่ายภาพแบบแอบถ่ายตลอดการทำงาน ซึ่งทำให้ผู้วิจัยได้เห็นถึงปัญหาการถ่ายภาพแบบแอบถ่ายนั้นคือการได้ภาพที่ไม่ตรงกับใจที่ผู้วิจัยได้คิดไว้ตามขั้นตอนการตีความและการคิด concept ทำให้ภาพที่จะสามารถนำมาใช้ได้ต่อไปมีน้อย และยังเสียเวลาในการทำงานอย่างมาก เนื่องจากเราไม่สามารถกำหนดได้ว่าจะเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้น และคุณลุงจะมีอิริยาบถอะไรต่อไป นอกจากนี้ ด้วยความที่ผู้วิจัยทำงานคนเดียว ทำให้ยากต่อการบันทึกภาพ เนื่องจากผู้วิจัยต้องสร้างอารมณ์โดยการพูดคุยกับคุณลุงไปด้วย พร้อมกับการถ่ายภาพไปด้วย ทำให้บางจังหวะนั้นผู้วิจัยก็ไม่สามารถเก็บภาพได้ ซึ่งเป็นสาเหตุให้งานยังไม่ตรงใจเท่าที่ควร แต่ข้อดีของการถ่ายภาพแบบแอบถ่ายนั้นก็ มีคือที่เราได้ภาพที่เป็นธรรมชาติ ไม่ดูปั้นแต่งจนเกินไป ซึ่งส่งผลให้เข้ากับแนวคิดและ concept ที่ผู้วิจัยได้กำหนดในเรื่องคุณลุงไว้นั้นคือความเป็นธรรมชาติ และความสมณะที่ไม่มีการปรุงแต่งใดๆ

อ.ยรรยง โอฬาระชิน ผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 2 ที่ผู้วิจัยได้ถ่ายภาพ โดยผู้วิจัยยังใช้การถ่ายภาพแบบแอบถ่ายอยู่เช่นเดิม แต่ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีผู้ช่วยติดตามไปด้วย ซึ่งผู้ช่วยจะคอยมีหน้าที่พูดคุย และสร้างอารมณ์ให้ตัวแบบ ทำให้ผู้วิจัยทำงานได้ง่ายขึ้น แต่ด้วยข้อจำกัดในเรื่องสถานที่ ที่เป็นห้องเรียน ทำให้ผู้วิจัยถ่ายภาพได้แต่มุมซ้ำๆ ไม่สามารถได้มุมใหม่ๆ เนื่องจากอ.ยรรยงได้นั่งสอนและพูดคุยกับผู้เรียนอยู่กับที่ ไม่ได้มีอิริยาบถมากมาย ทำให้ภาพที่ได้ดูซ้ำๆ ไม่ค่อยมีความแตกต่าง นอกจากนี้ยังเจออุปสรรคในการถ่ายภาพในห้องมืดด้วย เนื่องจากเป็นห้องที่ห้ามมีแสงสีอื่นนอกจากสีแดงเด็ดขาด และยังเป็นห้องที่มีความมืดมาก แต่ผู้วิจัยไม่สามารถใช้แฟลชในการถ่ายภาพได้ เพราะหากผู้วิจัยใช้แฟลชในการถ่ายภาพอาจจะทำให้งานของผู้เรียนเสียหายได้ จึงทำให้ภาพที่ได้จากในห้องมืดมี Noise ซึ่งเป็น

สัญญาณรบกวนที่เกิดขึ้นในภาพเยอะมาก ทำให้ผู้วิจัยจำเป็นต้องแต่งภาพมากขึ้น ซึ่งขัดกับแนวคิดของอ.ยรรยงที่ชอบการแต่งภาพแบบนี้

พ่อชาย เมืองสิงห์ เป็นผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 3 ที่ผู้วิจัยได้ถ่ายภาพ โดยผู้วิจัยได้ใช้วิธีการแอบถ่ายเช่นกัน โดยมีผู้ช่วยติดตามไปด้วย ซึ่งผู้ช่วยมีหน้าที่ในการพูดคุยกับตัวแบบ เพื่อให้ไม่ไหวตัวแบบเกิดการเงิ่น แต่ด้วยตัวแบบท่านนี้เป็นผู้มีชื่อเสียงในวงการบันเทิง ท่านจึงไม่มีความยินยอมต่อการถ่ายภาพ ทำให้สามารถถ่ายภาพได้ง่ายขึ้น แต่เนื่องด้วยตัวแบบไม่สามารถเดินได้อย่างปกติ ผู้วิจัยจึงจำเป็นต้องถ่ายภาพผู้สูงอายุต้นแบบในบริเวณเดิม ทำให้ผู้วิจัยได้ภาพถ่ายที่ค่อนข้างจะซ้ำ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการเดินรอบตัวแบบเพื่อเปลี่ยนมุมถ่ายเป็นการแก้ไข ภาพถ่ายมุมต่ำเพื่อความแปลกใหม่ และเก็บรวบรวมผลงานที่ท่านได้ทำไว้ใช้เป็นภาพประกอบได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ภาพถ่ายจากพ่อชายมาเสริม ทำให้ได้ภาพในการทำโป้ได้บุคคลหลากหลายและเยอะขึ้นด้วย

ลุงประหยัด และ ป้าจรรย์ อ้นสว่าง เป็นผู้สูงอายุต้นแบบท่านที่ 4 ที่ผู้วิจัยได้ถ่ายภาพ โดยผู้วิจัยได้ปรับเปลี่ยนวิธีการถ่ายภาพจากเดิมที่ใช้การแอบถ่าย มาเป็นการชวนตัวแบบเดินไปรอบๆบริเวณบ้านและจัดทำทางให้ตัวแบบเพื่อเก็บภาพ ซึ่งการถ่ายภาพแบบนี้ส่งผลดีคือ ผู้วิจัยสามารถทำงานได้เร็วขึ้น เก็บภาพได้ตามที่ผู้วิจัยต้องการ เพียงแต่การถ่ายภาพแบบนี้ ผู้ที่ถูกถ่ายภาพมักจะเกิดการเงิ่นอาย ทำให้ภาพที่ได้ดูแข็งและไม่เป็นธรรมชาติ ผู้วิจัยจึงใช้วิธีชวนพูดคุยให้เสียงดังขึ้น โดยที่ผู้วิจัยได้นำกล้องขึ้นส่งภาพตลอดเวลาที่ชวนผู้สูงอายุต้นแบบคุยไปด้วย ช่วงจังหวะที่ผู้สูงอายุหัวเราะหรือขำจากการที่เราชวนคุย ผู้วิจัยจึงกดชัตเตอร์ทันที ซึ่งทำให้ภาพที่ออกมาดูเป็นธรรมชาติเหมือนการแอบถ่ายมากขึ้น ในทางกลับกัน ผู้วิจัยก็ได้ภาพที่ตรงใจและไม่เสียเวลาเท่าการถ่ายภาพแบบแอบถ่ายอย่างเดียว ซึ่งภาพที่ได้สามารถสื่อเรื่องราวตามที่ผู้วิจัยได้กำหนด concept ได้อย่างครบถ้วนและได้วิธีการทำงานที่ง่ายขึ้นด้วย

หม่อมราชวงศ์รุจิสมร สุขสวัสดิ์ เป็นผู้สูงอายุต้นแบบท่านสุดท้ายที่ผู้วิจัยได้ทำการถ่ายภาพ โดยในตอนแรกผู้วิจัยได้กำหนดไว้ว่าจะใช้วิธีการเดียวกับการถ่ายภาพลุงประหยัด และป้าจรรย์มาเก็บภาพถ่ายของครูใหญ่ แต่ด้วยความซรภาพของครูใหญ่ ทำให้ท่าน

เดินเหินไม่สะดวก ซึ่งไม่สะดวกในการถ่ายภาพในสถานที่หลากหลายได้ ผู้วิจัยจึงจำเป็นต้องถ่ายภาพของครูใหญ่ในอิริยาบถบนโต๊ะทำงานอย่างเดียว ซึ่งผู้วิจัยได้เห็นว่าภาพที่ได้ดูซ้ำเกินไป จึงทำให้ผู้วิจัยขออนุญาตเดินไปในบริเวณรอบโรงเรียน เพื่อเก็บภาพบรรยากาศภาพในโรงเรียนที่ถูกล้อมรอบไปด้วยตึกสูงเพื่อใช้ประกอบในการทำได้อัปค์เพิ่มเติม ซึ่งภาพที่ได้ผู้วิจัยค่อนข้างพอใจมาก เนื่องจากตรงตามการให้สัมภาษณ์ของครูใหญ่พอดี และยังได้พูดคุยนอกรอบกับคุณครูท่านอื่นๆอีกด้วย

โดยสรุปขั้นตอนการถ่ายภาพนั้น ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายภาพเพื่อใช้ประกอบการถ่ายภาพผู้สูงอายุต้นแบบ ผู้วิจัยได้ถ่ายภาพโดยใช้ชนิดของภาพเป็น RAW เพื่อง่ายต่อการปรับแต่งในภายหลังได้ โดยผู้วิจัยได้ใช้วิธีการ 2 แบบในการถ่ายภาพ โดยวิธีการแรก คือการถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการเพื่อถ่ายภาพบุคคลต้นแบบ วิธีการนี้ทำให้ภาพและอารมณ์ของภาพออกมามีความธรรมชาติมากที่สุด และในขณะเดียวกันก็ทำให้เกิดการใช้เวลาในการถ่ายภาพแบบเสียเปล่านั้นมากที่สุด เนื่องจากการถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการเราจะไม่สามารถรู้ล่วงหน้าได้ว่าจะเกิดอะไรขึ้น บุคคลต้นแบบจะไปยังตรงจุดที่เราอยากได้เมื่อไร จึงทำให้เสียเวลาค่อนข้างเยอะโดยที่ได้ภาพไม่ตรงตามที่ผู้วิจัยต้องการเท่าที่ควร นอกจากนี้เนื่องจากเหตุผลที่เราไม่สามารถคาดการณ์ล่วงหน้าได้ จึงทำให้ผู้วิจัยเสียโอกาสในการถ่ายภาพบางจังหวะที่ควรจะได้อีกด้วย ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงนำวิธีการถ่ายภาพแบบเป็นทางการมาใช้ร่วมด้วย เพื่อให้ได้ภาพตามแบบที่ผู้วิจัยต้องการโดยไม่ต้องเสียเวลาเยอะเท่าวิธีการแรก แต่การถ่ายภาพแบบเป็นทางการนั้นมีข้อเสียคือการที่ตัวแบบหรือผู้สูงอายุมีความเขินกลัว ทำให้ภาพที่ได้ออกมาไม่เป็นธรรมชาติเท่าที่ควร ผู้วิจัยจึงแก้ไขโดยการพูดคุยไปเรื่อยๆในขณะที่ถ่ายภาพ และไม่ให้สัญญาณในการถ่ายภาพ เพื่อความเป็นธรรมชาติของตัวแบบมากที่สุด ซึ่งวิธีการนี้สามารถช่วยดึงความเป็นธรรมชาติของตัวแบบออกมาได้ดีทีเดียว

3. ขั้นตอนการทำรูปเล่มภาพถ่ายโพโต้บูค

หลังจากที่ผู้วิจัยได้ถ่ายภาพผู้สูงอายุต้นแบบจนครบแล้ว ผู้วิจัยจึงได้นำภาพทั้งหมดมาปรับแต่งแสง สี ซึ่งผู้วิจัยได้ถ่ายภาพผู้สูงอายุต้นแบบมาเป็นชนิดไฟล์ RAW ซึ่งทำให้ผู้วิจัยสามารถตกแต่งภาพเพิ่มเติมได้มีประสิทธิภาพมากกว่าไฟล์ภาพชนิด JPEG และหลังจากที่ผู้วิจัยได้ปรับแต่ง

แสงสีของภาพถ่ายแล้ว ผู้วิจัยจึงได้คัดเลือกข้อความหรือคำพูดที่ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์บุคคลต้นแบบ และคัดเลือกข้อความเพื่อนำมาจัดเรียงเป็นรูปเล่มโฟโต้บุ๊ก โดยได้จัดทำรูปเล่มโฟโต้บุ๊กเป็น 2 แบบด้วยกัน คือ แบบรวมเรื่องราว ขนาด 8x8 นิ้ว ปกอ่อน จำนวน 5 เล่ม และแบบแยกเรื่องราว ขนาด 12x12 นิ้ว ปกอ่อน จำนวน 1 เล่ม ต่อ 1 เรื่องราว

4. ขั้นตอนการเผยแพร่ สอบถามความคิดเห็นจากผู้รับชม และสอบถามความคิดเห็นจากผู้สูงอายุต้นแบบและบุคคลใกล้ชิด

หลังจากผู้วิจัยได้จัดทำโฟโต้บุ๊กตามที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยจึงได้เผยแพร่ผลงานโดยการจัดนิทรรศการแสดงผลงานภาพถ่ายและโฟโต้บุ๊ก ซึ่งผลงานของผู้วิจัยได้จัดแสดงในฐานะส่วนหนึ่งของงาน “สื่อสุนทรีย์เพื่อสุขภาวะผู้สูงอายุ” ในโครงการวิจัยเรื่องการสร้างสรรค์การสื่อสารเชิงสุนทรีย์เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โครงการยุทธศาสตร์การวิจัยเชิงลึก กองทุนรัชดาภิเษกสมโภช คลัสเตอร์สังคมผู้สูงอายุ ในวันอังคารที่ 23 กุมภาพันธ์ 2559 ณ ห้องประชุม ดร.เทียม โชควัฒนา คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อสำรวจและแจกแบบสอบถามต่อผู้สูงอายุที่ได้เข้าชมนิทรรศการ เพื่อวัดผลต่อการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยผู้วิจัยได้มีการพิมพ์ภาพเพิ่มเติมเป็นโปสเตอร์ขนาดใหญ่ เพื่อการรับชมที่สะดวกขึ้นเพิ่มเติมจากโฟโต้บุ๊กเพียงอย่างเดียวอีกด้วย หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงได้นำผลงานภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กกลับไปให้ผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดได้รับชมพร้อมทั้งสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับผลงานที่ผู้วิจัยได้จัดทำด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อที่ 2 : เพื่อศึกษาทัศนคติของผู้ชมที่มีต่อภาพถ่ายโฟโต้บู๊ค

จากการแจกแบบสอบถามผู้สูงอายุที่ได้รับชมผลงานและนิทรรศการภาพถ่ายจำนวน 50 ท่านนั้น สามารถสรุปได้เป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไป

จากผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 50 ท่าน สรุปได้ว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีช่วงอายุ ระหว่าง 70-79 ปี มากที่สุด มีถิ่นกำเนิดดั้งเดิมอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสและมีบุตร โดยปัจจุบันยังอาศัยอยู่กับครอบครัวและมีรายได้มาจากลูกหลาน ด้านการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ในระดับประถม และสุดท้าย ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีโรคประจำตัวที่ต้องคอยพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ

ส่วนที่ 2 : ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้สึกต่อภาพถ่ายโฟโต้บู๊คของผู้ตอบแบบสอบถาม

จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น 50 ท่านพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คิดว่าผลงานภาพถ่ายโฟโต้บู๊คของผู้วิจัยสามารถเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้ตอบแบบสอบถามมองเห็นคุณค่าในตนเองได้ โดยให้เหตุผลว่า ผู้สูงอายุต้นแบบที่ได้รับชมนั้นอยู่ในช่วงวัยเดียวกัน แต่ก็ยังสามารถมีชีวิตที่มีความสุขตามสภาพความสูงอายุได้ ผู้ตอบแบบสอบถามจึงเห็นว่าผู้ตอบแบบสอบถามเองก็น่าจะสามารถมีชีวิตที่มีความสุขตามแบบผู้สูงอายุต้นแบบได้ ด้วยเหตุนี้เองจึงทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่รู้สึกว่าการถ่ายภาพโฟโต้บู๊คที่ผู้ตอบแบบสอบถามได้รับชมสามารถสร้างความรู้สึกอยากดำเนินชีวิตให้มีคุณค่าต่อไปได้ นอกจากนี้ จากการสอบถามความคิดเห็นถึงตัวเล่มโฟโต้บู๊คในส่วนของภาพถ่ายและข้อความพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เห็นว่า ภาพถ่าย เป็นสิ่งที่สามารถสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองได้มากที่สุด ซึ่งส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่า ภาพถ่ายที่ใช้นำมาทำตัวเล่มโฟโต้บู๊คนั้นมีความสวยงามคมชัด และการจัดภาพถ่ายในขนาดใหญ่ ทำให้ภาพถ่ายมีการดึงดูดได้มากกว่าข้อความ และสุดท้ายผู้ตอบแบบสอบถามคิดว่าภาพถ่ายโฟโต้บู๊คทั้ง 5 เรื่องราว สามารถให้กำลังใจได้ใกล้เคียงกันทุกเรื่องราว ซึ่งทำให้เห็นว่ากระบวนการสร้างสรรค์ภาพถ่ายโฟโต้บู๊คนี้สามารถควบคุมเนื้อหาที่ผู้วิจัย

ต้องการสื่อไว้ได้ และผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านเห็นว่าภาพถ่ายโฟโต้บู๊คเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุนั้นมีประโยชน์ และช่วยกระตุ้นการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้นำผลงานโฟโต้บู๊คที่ผู้วิจัยได้จัดทำกลับไปให้ผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดได้ชมและได้สอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับผลงานที่ผู้วิจัยได้จัดทำด้วย โดยสรุปแล้วผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดได้ให้ความเห็นว่า ตัวภาพถ่ายโฟโต้บู๊คมีความสวยงาม ประณีต เมื่อรับชมแล้วรู้สึกมีความสุข ในส่วนเนื้อหานั้นสามารถทำให้ผู้สูงอายุต้นแบบและผู้ใกล้ชิดรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และในผู้สูงอายุต้นแบบได้ และคิดว่าภาพถ่ายโฟโต้บู๊คของผู้วิจัยมีประโยชน์ สามารถช่วยส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี และผลงานยังช่วยให้เป็นแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าต่อไปได้อีกด้วย



อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยชิ้นนี้ เป็นการศึกษาผลของภาพถ่ายโพโตบู๊คและรูปแบบของโพโตบู๊คที่เหมาะสมต่อการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยผู้วิจัยพบว่า

หลักการเลือกผู้สูงอายุต้นแบบ

จากเกณฑ์การเลือกผู้สูงอายุต้นแบบที่ผู้วิจัยได้ใช้ในการเลือกผู้สูงอายุต้นแบบซึ่งมีดังนี้ 1.เป็นผู้มีอายุ 60 ปีขึ้นไป 2.เป็นผู้มองอดีตไปในทางบวก กล่าวคือรู้สึกเป็นสุขเมื่อนึกถึงเรื่องต่างๆ ที่ประสบในอดีต 3.เป็นผู้มีคุณธรรม เสียสละ 4.เป็นผู้มีปัญหา มีวุฒิภาวะ สงบ 5.เป็นบุคคลที่ได้สั่งสมประสบการณ์ ความรู้ เพื่อถ่ายทอดแก่คนรุ่นหลัง 6.เป็นผู้ปรารถนาที่จะประสบความสำเร็จ คือ เกิดความปิติ ซึ่งเป็นเป้าหมายใหม่และยอมรับกับความตาย 8.เป็นผู้มีความสุขเบิกบานเมื่อได้ให้คำปรึกษาผู้อื่น 9.เป็นผู้ที่ยินดีและอนุญาตให้ข้อมูลและถ่ายภาพได้ และจากการตอบแบบสอบถามของผู้รับชม ซึ่งเป็นผู้สูงอายุ พบว่ามีผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามรู้สึกชอบเรื่องราวทั้ง 5 เรื่องราวในระดับใกล้เคียงกัน แต่เรื่องราวความรักของลุงประหยัดและป้าจรรย์นั้น มีผู้เลือกมากที่สุด สะท้อนให้เห็นได้ว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังต้องการความรักและความเอาใจใส่จากคนรอบข้างเสมอ และอยากมีคนที่รักคอยอยู่เคียงข้างไปตลอด คอยให้กำลังใจ คอยปรึกษา คอยอยู่เป็นเพื่อนยามแก่เฒ่า ในยามที่ร่างกายโรยรา ก็ยังมีกำลังใจจากคนที่รักเสมอ นี่คือนิสัยที่ผู้สูงอายุต้องการจะบอกกับคนรุ่นหลังให้หันมาให้ความรักและความสนใจต่อท่าน เหมือนดังที่ลูกหลานเคยต้องการความรักจากท่านในสมัยวัยเยาว์ และท่านก็มอบให้เสมอมาโดยไม่มีข้อแม้ และรองลงมาคือเรื่องราวของลุงศิริ กับเรื่องของชีวิตพอเพียง เรื่องราวเรียบง่ายแบบชาวบ้าน อาจจะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเข้าถึงได้ง่าย เหมือนกำลังมองชีวิตของตนเอง ชีวิตที่อยู่กับชนบท มีต้นไม้ให้ชื่นชม มีความเป็นอยู่ที่สมถะเรียบง่ายแต่ก็สามารถมีความสุขได้กับสิ่งที่รัก สื่อให้เห็นถึงความต้องการความสงบในชีวิตบั้นปลาย ซึ่งทั้งสองเรื่องราวที่มีผู้เลือกตอบมากที่สุดนั้นแสดงให้เห็นว่า บุคคลต้นแบบที่สมควรเลือกเพื่อนำเสนอควรเป็นบุคคลชาวบ้านธรรมดาที่ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ ที่เป็นผู้มีเกณฑ์การเห็นคุณค่าในตนเองในด้านการที่มีชีวิตและลูกหลานที่ดี มีความรู้ความสามารถที่เผยแพร่สู่คนรุ่นหลังได้ ซึ่งเหมือนกำลังมองชีวิตความเป็นอยู่ของตนเองที่เป็นแค่คนธรรมดา ไม่ได้เป็นบุคคลที่มีชื่อเสียงเหมือนบุคคลต้นแบบอีกสามท่านนั่นเอง

หลักการถ่ายภาพ

ผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์การถ่ายภาพสองแบบด้วยกันคือ การถ่ายภาพแบบไม่เป็นทางการ ถ่ายแบบไม่ต้องจัดแบบ ภาพที่ได้จะดูเป็นธรรมชาติจริงๆ กับแบบที่สองคือ การถ่ายภาพแบบเป็นทางการ โดยจากการได้เข้าไปถ่ายภาพผู้สูงอายุต้นแบบทั้ง 6 ท่านนั้น ผู้วิจัยพบว่า ควรใช้วิธีการถ่ายภาพแบบเป็นทางการ โดยการจัดแบบให้ถ่ายตามที่ผู้ถ่ายต้องการเหมาะสมกว่า เนื่องจากการถ่ายตามที่ผู้ถ่ายเป็นคนจัดตัวแบบนั้นประหยัดเวลาในการถ่ายภาพ และผู้ถ่ายสามารถกำหนดขอบเขตหรือความต้องการให้ภาพถ่ายออกมาในรูปแบบที่ต้องการได้ดีกว่า แต่การถ่ายภาพแบบเป็นทางการนั้นอาจทำให้ตัวแบบเขินอาย จนภาพที่ได้ออกมาไม่เป็นธรรมชาติ ซึ่งตัวแบบในที่นี้คือผู้สูงอายุทั้งสิ้น ซึ่งท่านเหล่านั้นอาจไม่คุ้นชินกับการจัดทำทางเพื่อถ่ายภาพ ทำให้เกิดอาการเขินอาย และเกร็งฝืนธรรมชาติ ซึ่งผู้วิจัยได้แก้ไขโดยการชวนตัวแบบคุยตลอดเวลา โดยที่ตาของผู้วิจัยจะอยู่ที่ตัวกล้องตลอด พอได้จังหวะที่ผู้วิจัยชวนตัวแบบคุย ก็จะทำให้มีบางจังหวะที่ตัวแบบผ่อนคลายทำท่าทางที่ธรรมชาติออกมา การพูดคุยสื่อสารถือเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับการเป็นช่างภาพ เนื่องจากการพูดคุยหรือการหยอกล้อตัวแบบนั้นจะทำให้ตัวแบบคุ้นชินกับช่างภาพ เมื่อตัวแบบคุ้นกับช่างภาพแล้ว อาการเขินอายก็จะลดน้อยลง ซึ่งวิธีนี้ทำให้ภาพที่ออกมาดูธรรมชาติมากขึ้น

หลักการสร้างสรรค์โฟโต้บุ๊ก

หลักการสร้างสรรค์โฟโต้บุ๊ก ผู้วิจัยได้ใช้หลักการออกแบบและจัดองค์ประกอบในสื่อสิ่งพิมพ์เพื่อนำมาใช้ในการสร้างสรรค์โฟโต้บุ๊กในงานชิ้นนี้ เช่น การมีเอกภาพซึ่งเป็นการจัดวางองค์ประกอบทั้งหมดของรูปแบบตั้งแต่ข้อความ ภาพ สัญลักษณ์และอื่นๆ เพื่อให้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดผลต่อผู้อ่านหรือผู้ชมไปในทางเดียวกัน การจัดวางองค์ประกอบภาพให้มีเอกภาพทำได้โดยการใช้จำนวนแบบตัวอักษรที่ไม่มากเกินไปในหนึ่งหน้า การจัดวางองค์ประกอบโดยคำนึงถึงความมีสัดส่วน โดยควรคำนึงถึงสัดส่วนที่เหมาะสมของขนาดตัวอักษรและภาพประกอบในแต่ละหน้า การจัดวางองค์ประกอบโดยการเน้นจุดสนใจ เป็นการจัดวางให้จุดสนใจ จุดสำคัญ หรือจุดเด่นของรูปดูเด่นชัดขึ้น ดูแตกต่างจากสีพื้นและส่วนประกอบอื่นๆ เพื่อเพิ่มความน่าสนใจ และเร้าความรู้สึกของผู้ชม การจัดวางองค์ประกอบโดยการใช้กรอบหรือภาพพื้นที่เป็นลวดลาย เป็นการเสริมแต่งความน่าสนใจ ความงาม และความเด่น หรือสร้างอารมณ์ให้เกิดกับภาพ หรือข้อความ ซึ่งภาพที่เลือกใช้

จำเป็นต้องเข้ากับความหมายและลักษณะของเนื้อหาด้วย โดยในส่วนของรูปถ่ายที่ใช้ในการจัดทำโฟโต้บุ๊กนั้น ผู้วิจัยเห็นควรว่า สมควรที่จะเป็นภาพถ่ายที่ทำให้อารมณ์ดี ไม่ทำให้อารมณ์หม่นหมอง เพราะจะยิ่งลดทอนกำลังใจที่ผู้สูงอายุควรมีมากขึ้นให้ลดน้อยลง ภาพที่ให้ความรู้สึกสดใสมีชีวิตชีวา จะทำให้ผู้พบเห็นรู้สึกสดชื่น ซึ่งน่าจะทำให้ผู้ชมรู้สึกมีกำลังใจในชีวิตได้ แต่หากเป็นภาพที่ให้อารมณ์หม่นหมอง กลุ่มเป้าหมายควรจะเปลี่ยนเป็นกลุ่มคนรุ่นหลังเพื่อส่งเสริมให้คนรุ่นหลังหันมาสนใจและใส่ใจผู้สูงอายุให้มากขึ้น เพราะภาพแบบอารมณ์หม่นหมอง ส่งผลให้ผู้พบเห็นเกิดความสงสารได้ แต่ด้วยงานวิจัยชิ้นนี้ไม่ได้ทำการเปรียบเทียบภาพถ่ายทั้งสองแบบ ทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถตอบได้อย่างชัดเจนว่าอารมณ์ภาพแบบไหนถึงจะเหมาะกับงานแบบใดมากที่สุด แต่สำหรับงานวิจัยชิ้นนี้ ภาพถ่ายแบบอารมณ์สดใสคือภาพที่มีประสิทธิภาพและเหมาะกับงานวิจัยชิ้นนี้มากที่สุด

ในส่วนของตัวรูปเล่มของโฟโต้บุ๊ก จากผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่พบว่า ภาพถ่ายยังเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดการมองเห็นคุณค่าในตนเองได้มากที่สุด แต่ผู้วิจัยคิดว่าไม่ควรที่จะมีเพียงภาพถ่ายอย่างเดียว เพราะการมีข้อความบอกเล่านั้นสามารถช่วยให้เข้าใจได้ดีขึ้น และขนาดของตัวเล่มและขนาดอักษรก็ไม่ควรจะเล็กเกินไป ตามที่ผู้วิจัยได้สรุปในก่อนหน้านี้ เนื่องจากผู้ชมส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุซึ่งมีปัญหาเรื่องเกี่ยวกับสายตา และหากขนาดของตัวเล่มและตัวอักษรเล็กเกินไปนั้นจะส่งผลต่อการสนใจที่จะรับชมได้ เนื่องจากผู้สูงอายุจะมีความรู้สึกว่ายาก ทำให้ไม่ยอมอ่านไปโดยปริยาย ซึ่งสิ่งนี้เป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะหากเราไม่สามารถกระตุ้นให้ผู้สูงอายุสนใจในงานได้ นั่นก็เท่ากับว่างานของเราไร้ค่าและเปล่าประโยชน์นั่นเอง ซึ่งหลังจากผู้ตอบแบบสอบถามได้รับชมภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กของผู้วิจัยแล้วนั้น แสดงให้เห็นว่าตัวภาพถ่ายโฟโต้บุ๊กสามารถสร้างแรงบันดาลใจให้ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าในตนเองได้มากขึ้น และช่วยให้ผู้สูงอายุมีแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตอยู่ต่อไปอย่างมีคุณค่าได้มากขึ้นด้วย

รายการอ้างอิง

- กนกรัตน์ ยศไกร. (2550). การถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร. กรุงเทพฯ: ทริปเพิ้ล เอ็ดดูเคชั่น.
- ขวัญฤทัย อิมสมโภช. (2549). ผลของศิลปะเพื่อการบำบัดต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- คานธีชา บุญยาว. (2554). การออกแบบกิจกรรมศิลปะเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- จิตติมา วุฒิอิน. (2549). การประเมินความต้องการของผู้สูงอายุ กรณีศึกษาผู้สูงอายุ ตำบลเวียง อำเภอเวียงป่าเป้า จังหวัดเชียงราย. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, เลย.
- จินตนา ถ้ำแก้ว. (2555). การออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์เพื่อการศึกษา. ปทุมธานี: สกายบุ๊กส์.
- เจษฎา โชคดำรงสุข. (2557). กรมสุขภาพจิตแนะวิธี"สร้างสุข"ให้กับผู้สูงอายุ.
- ณัฐกร สงคราม. (2551). การถ่ายภาพ เทคนิคและการนำไปใช้เพื่อการสื่อสาร. กรุงเทพฯ: ทริปเพิ้ล เอ็ดดูเคชั่น.
- ธีรศักดิ์ ดุลย์ประภา. (2552). การสร้างสื่อประสม เรื่อง การจัดองค์ประกอบของภาพถ่าย. มหาวิทยาลัยราชภัฏ เชียงราย, เชียงราย.
- นภัสนันท์ ลินสุ. (2550). การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ประภัสสร วงษ์ศรี, ณ. ส., พนิดา โยวะผุย,. การเสริมสร้างคุณค่าผู้สูงอายุ.
- ประวีณา พระสาทพร. (2550). โครงการออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์เพื่อประชาสัมพันธ์. มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม, กรุงเทพมหานคร.
- พวงทอง ไกรพิบูลย์. (2557). นิยามเกี่ยวกับผู้สูงอายุ.
<http://haamor.com/th/%E0%B8%9C%E0%B8%B9%E0%B9%89%E0%B8%AA%E0%B8%B9%E0%B8%87%E0%B8%AD%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%B8/>
- วัชรารศ เพ็ญศศิธร. (2551). การใช้หลักการจูงใจในภาพถ่ายสำหรับมูลนิธิเพื่อเด็ก. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. (2557). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทยพ.ศ.2556.
- สรสมร นาคะสิงห์. (2542). การพัฒนาชุดฝึกอบรมเรื่องการถ่ายภาพบุคคลในสตูดิโอ. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, กรุงเทพมหานคร.
- สุคนธ์ พรหมรักษา. (2544). ผลของกิจกรรมกลุ่มต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ติดยาบ้า. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพมหานคร.
- สุวดี เบญจวงศ์. (2541). ผู้สูงอายุ คนแก่ ปละคนชรา : มิติทางสังคมและวัฒนธรรม. มนุษยสังคมสาร, 54-60.

โสภณ และ สมศรี ผลประพตติ. (2551). บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตรายวิชา "การถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร". Retrieved from
อนุสรณ์ เอื้อประเสริฐ. (2547). การสร้างบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนแบบมัลติมีเดียวิชาการถ่ายภาพเพื่อการสื่อสาร เรื่อง หลักการถ่ายภาพและอุปกรณ์ถ่ายภาพ. (ปริญญาานิพนธ์), มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, เลย.





ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบสอบถาม

นิทรรศการโฟโต้บู๊คเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน () หรือเติมข้อความในช่องว่างตามความเป็นจริง

1. อายุ _____ ปี
2. เพศ () ชาย () หญิง
3. ถิ่นกำเนิด _____
4. ศาสนา _____
5. สถานภาพสมรส () โสด () สมรส () เสียชีวิต () แยกกันอยู่ () หย่าร้าง
() อื่นๆ _____ (โปรดระบุ)
6. จำนวนบุตร _____ คน
7. ระดับการศึกษาสูงสุด _____
8. ที่มาของรายได้ในปัจจุบัน _____
พอใช้จ่ายในแต่ละเดือน () ใช่ () ไม่ใช่
9. ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ _____
10. โรคประจำตัว () ไม่มี () มี _____ (โปรดระบุ)

ส่วนที่ 2 แบบวัดความรู้สึกเกี่ยวกับภาพถ่าย

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อความตามความเห็นและความรู้สึกของท่านต่อภาพถ่ายที่ได้รับชม

1. จากผลงานโฟโต้บูคที่ได้รับชม สามารถเป็นแรงบันดาลใจให้ท่านมองเห็นคุณค่าในตนเองได้หรือไม่

2. จากผลงานโฟโต้บูคที่ได้รับชม ทำให้ท่านมีความรู้สึกอยากดำเนินชีวิตให้มีคุณค่าต่อไปได้หรือไม่

3. จากผลงานโฟโต้บูคที่ได้รับชม ท่านเห็นว่าสิ่งใดสามารถทำให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเองได้มากกว่ากัน ระหว่างภาพถ่ายหรือข้อความประกอบ

4. จากผลงานโฟโต้บู๊คที่ได้รับชม ท่านเห็นว่าเรื่องราวใดที่สามารถกระตุ้นให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเองได้มากที่สุด



ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวนัฏฉณ์ภูษิต จูเปีย เกิดเมื่อวันที่ 28 กันยายน พ.ศ.2530 จังหวัดลำปาง สำเร็จ การศึกษาระดับมัธยมศึกษาที่ โรงเรียนสตรีรัตนบุรี ปีการศึกษา 2548 และสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีที่วิทยาลัยนวัตกรรมการสื่อสารสังคม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สาขาการผลิต ภาพยนตร์และสื่อดิจิตอล ปีการศึกษา 2553 มีความสนใจทางด้าน การถ่ายภาพตั้งแต่สมัยเรียน มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จึงศึกษาต่อหลักสูตรนิเทศศาสตรมหาบัณฑิต คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในกลุ่มวิชาการสื่อสารเชิงสุนทรีย์และบันเทิงคดี ปัจจุบันทำงานเป็นช่างภาพอิสระและรับถ่ายภาพในงานพิธีต่างๆ

