

การประชุมวิชาการ งานวิจัยและงานสร้างสรรค์ ทางนิเทศศาสตร์ ครั้งที่ ๘

คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม
และเครือข่ายนิเทศศาสตร์ “ยินดีต้อนรับ”
อาจารย์ นักวิชาการ นิสิต นักศึกษา
สู่การประชุมวิชาการงานวิจัยและงาน
สร้างสรรค์ทางนิเทศศาสตร์ครั้งที่ ๘

“ขอขอบพระคุณ”

ผู้ทรงคุณวุฒิอภิปรายงานวิจัย

- รองศาสตราจารย์ รจิตลักษณ์ แสงอุไร
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ขวัญเรือน กิตติวัฒน์
- รองศาสตราจารย์ อวยพร พานิช
- รองศาสตราจารย์ ถิรนนท์ อนวัชศิริวงศ์
- รองศาสตราจารย์ เมตตา วิวัฒนานุกูล
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา มีศิลปวิทย์
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศศิพรรณ บิลมานิษฐ์
- รองศาสตราจารย์ ดร.กุลธิดา ธรรมวิวัฒน์
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รัดนา ทิมเมือง
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมเกียรติ รุ่งเรืองวิริยะ
- คุณจักรพันธ์ ฐ สงขลา
- คุณนิธิวัฒน์ ธารา



The Proceedings of the 8th Academic Conference
on Communication Research and Creative Works

วันศุกร์ที่ ๑๓ กรกฎาคม ๒๕๖๑

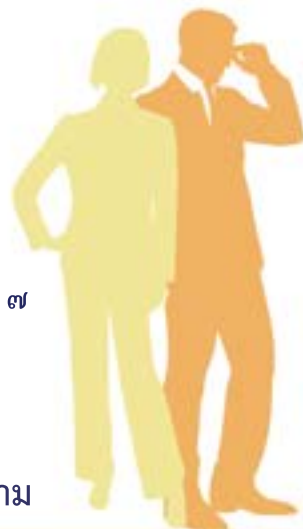
เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๖.๓๐ น.

สถานที่

- ห้องประชุมมิลลิเนียม ชั้น ๑๙
- ห้องอดิทยารักษ์ ชั้น ๑๙

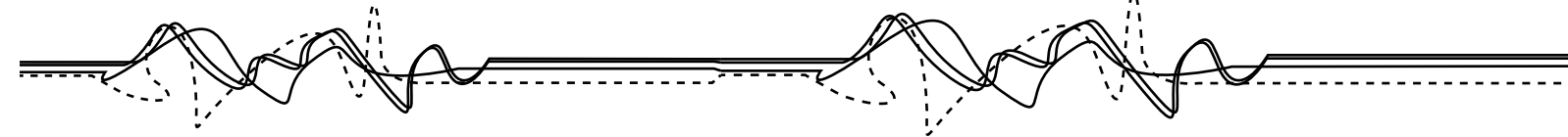
- ห้องประชุมคณะนิเทศศาสตร์ ชั้น ๗
- ห้อง ๑๙-๗๐๒/๑ ชั้น ๗
- ห้อง ๑๙-๗๐๒/๒ ชั้น ๗

อาคารเฉลิมพระเกียรติ ๑๙ มหาวิทยาลัยสยาม



การผลิตสื่อด้านสุขภาพเพื่อสร้างความเข้าใจในระบบ การเผาผลาญของร่างกายก่อนการลดน้ำหนัก และการลดน้ำหนักแบบ Low carb Hi Fat หรือ Ketogenic Diet ในรูปแบบของสื่อภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ

The 2D Motion Graphics Production of the Body
Metabolic System of loss Low carb Hi Fat or Ketogenic Diet



ลิขสิทธิ์ ทีวีสุข* หทัยภัทร รัตนมงคลพร ** และ นิชมน เกิดศรีเล็ก **

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบาย การผลิตงานสร้างสรรค์ ภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ เรื่อง ระบบการเผาผลาญของร่างกายก่อนการลดน้ำหนัก และการลดน้ำหนัก คีโตเจนิค ไดเอท เก็บข้อมูลโดย การศึกษาเอกสาร ทางแพทย์ และ ประสบการณ์จากการทดลองลดน้ำหนัก เป็นเวลา 140 วัน ใช้แนวคิดเรื่อง สัญญะ, รหัสการรู้ตน, การสร้างภาพแทน ความหมาย, ปฏิสัมพันธ์, และ การใช้สีเพื่อผลิตงานสร้างสรรค์ดังกล่าว เพื่อเผยแพร่ผลงานสร้างสรรค์ ผ่านทาง YouTube และ Facebook ของ Tigernoy Tv

Abstract

The objective of this article is to describe the production of 2D Motion Graphics about metabolic system before being on diet and Ketogenic diet losing weight method. The data were collected from medical documents and the author's direct experience in Ketogenic diet losing weight. The concepts of Sign, Cartoon code, Representation, Biological Symbiosis and Colors were applied to produce this creative work, and distributed the work in Youtube, Facebook of TigerNoy Tv Channel

แรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงาน

ผู้เขียนมีความสนใจในการลดน้ำหนัก จึงได้ค้นหาข้อมูลจาก บทความ เนื้อหาจากผู้เผยแพร่ข้อมูลจาก ประสบการณ์ในสื่อออนไลน์ ทำให้ผู้เขียนได้พบเจอกับการลดน้ำหนักในแบบอื่นๆ นอกเหนือจากการควบคุมอาหารแบบ นับหน่วยพลังงาน (Calories) หรือ เรียกกันสั้นๆว่า “การลดแบบนับแคล” ซึ่งมีการลดน้ำหนักแบบ Low carb Hi Fat หรือ Ketogenic Diet, Paleolithic Diet, Carnivorous Diet และ intermittent fasting ซึ่งทุกวิธีสามารถลดน้ำหนักได้เช่นเดียวกันทั้งสิ้น ทุกวิธีการลดน้ำหนักแบบที่กล่าวมามีอย่างหนึ่งที่เหมือนกันก็คือ การตัดแป้ง และ น้ำตาล อีกทั้งผู้เขียนได้ทดลองลดน้ำหนักมาแล้วทุกวิธี จึงทำให้ผู้เขียนมีแรงบันดาลใจในการทำผลงานสร้างสรรค์ ภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ ชูต้นขึ้นมาเพื่อให้ผู้ที่กำลังต้องการลดน้ำหนักได้เข้าใจก่อนที่จะทำการลดน้ำหนัก

* อาจารย์ประจำคณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

**นักศึกษาคณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ผู้เขียนมีความตั้งใจที่จะทำทั้งหมด 5 ชิ้นงาน แต่ในบทความนี้จะมีเพียง 1 ชิ้นงาน คือ การผลิตสื่อด้านสุขภาพเพื่อสร้างความเข้าใจในระบบการเผาผลาญของร่างกายก่อนการลดน้ำหนัก และ การลดน้ำหนักแบบ Low carb Hi Fat หรือ Ketogenic Diet ในรูปแบบของภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ เพื่อสื่อสารกับผู้ที่ต้องการลดน้ำหนักได้เข้าใจว่าตนเองเหมาะสม หรือ ชอบในการลดน้ำหนักแบบนี้หรือไม่ และ ผู้เขียนจะเผยแพร่คลิปนี้ทางสื่อออนไลน์ Youtube, Facebook ของช่อง TigerNoy Tv ซึ่งเป็นช่องทางเผยแพร่ สื่อการสอนของผู้เขียนเองอยู่แล้ว โดยการผลิตสื่อนี้ผู้เขียนจะร่วมผลิตกับนักศึกษาภาควิชาสื่อดิจิทัล คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม จำนวน 1 คน ช่วยในการสร้างสรรค์ผลงานโดยใช้แนวคิดของการใช้สัญลักษณ์ (Sign) การสร้างภาพแทนความหมาย (Representation) เพื่อมาตีความหมายใหม่จากบทความทางวิชาการด้านสุขภาพ การใช้สี (Color) เพื่อให้ภาพดูน่าสนใจมากขึ้น และ ตรงกลุ่มเป้าหมาย (Target Group) การใช้รหัสของการ์ตูน (Cartoon Code) การสร้างงานแอนิเมชัน (Animation) เพื่อสร้างความหมายให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น

การลดน้ำหนักแบบ Low carb Hi Fat หรือ Ketogenic Diet คือ การทานอาหารประเภทไขมันสูง แต่ตัดการทานอาหารประเภทแป้ง น้ำตาล ซึ่งการทานอาหารแบบนี้เคยใช้รักษาโรค ลมชัก ใน Epilepsy digest ประจำเดือน เมษายน - มิถุนายน ปี 2009 “โดยหลักการสำคัญของ ketogenic diet คือ การปรับสัดส่วนของอาหารให้เป็น อาหาร high fat และ restricted carbohydrate โดยจำกัดให้ protein และ calories เพียงพอสำหรับการเจริญเติบโตตามวัยของผู้ป่วย ซึ่งผลจากการทานอาหาร high fat และ low carbohydrate จะทำให้ร่างกายได้รับ glucose ไม่เพียงพอ และใช้ไขมันทดแทน จึงเกิดภาวะ ketosis ขึ้นเช่นเดียวกับการอดอาหาร” และในข้อสรุปของบทความดังกล่าว ของ น.พ.กฤษณชัย ขมโท เขียนไว้ดังนี้ “การรักษาโรคลมชักโดย non - pharmacological , non - surgical treatment เป็นอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับ refractory epilepsy ในปัจจุบัน มีเพียง ketogenic diet และ vagal nerve stimulation เท่านั้นที่ได้รับการยืนยันผลการรักษา ส่วนการ รักษาแบบอื่นยังต้องการการศึกษาเพิ่มเติมต่อไป” ดังนั้น Ketogenic Diet คือ การลดน้ำหนักด้วยการเน้นกิน

อาหารที่มีไขมัน และโปรตีนสูงนั้น จะช่วยให้ร่างกายเผาผลาญไขมันส่วนเกินได้เร็วขึ้น Keto Diet สามารถช่วยให้ร่างกายตอบสนองต่ออินซูลิน (Insulin Sensitivity) ได้ดีขึ้นถึง 75% นั้นหมายความว่า 75% ของอาหารที่เรากินเข้าไปถูกเผาผลาญเป็นพลังงานเพื่อใช้ในร่างกายทันที

วัตถุประสงค์

- (1) เพื่อศึกษาแนวทางการเทคนิคภาพเคลื่อนไหวสร้างความเข้าใจในการผลิตสื่อสุขภาพในรูปแบบของสื่อภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ
- (2) เพื่อให้ผู้ที่ต้องการลดน้ำหนักได้ เข้าใจการลดน้ำหนักก่อนการปฏิบัติจริง
- (3) เพื่อเป็นการผลิตและเผยแพร่ผลงานวิชาการสู่สาธารณะในรูปแบบของผลงานสร้างสรรค์

ขอบเขตในการสร้างสรรค์

- (1) บทความนี้เป็นบทความวิชาการอธิบายกระบวนการผลิตผลงานสร้างสรรค์ประเภทสื่อภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ
- (2) บทความนี้จะนำเสนอเกี่ยวกับการผลิตสื่อด้านสุขภาพเพื่อสร้างความเข้าใจในระบบการเผาผลาญของร่างกาย ก่อนการลดน้ำหนัก และ การลดน้ำหนักแบบ Low carb Hi Fat หรือ Ketogenic Diet จำนวน 1 ผลงาน โดย เผยแพร่ทางสื่อออนไลน์

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเรื่องสัญลักษณ์ (Sign) เนื่องจากการ์ตูนที่ใช้ชิ้นเป็นเหมือนภาพแทนในการสื่อสารและยังใช้เนื้อเรื่องเพื่อที่จะเล่าเรื่องราว การใช้เส้นที่มาประกอบสร้างเพื่อแสดงอารมณ์หรือการแสดงออกกับกิริยาที่สื่อความหมาย ซึ่งนับเป็นกระบวนการสื่อความหมายให้เข้าใจ ดังนั้นผู้เขียนจึงนำแนวคิดดังกล่าวเข้ามาร่วมในการศึกษา โดยทั้งนี้ผู้เขียนจะนำแนวคิดของ 2 นักคิดด้านสัญลักษณ์ ได้แก่ Ferdinand de Saussure, Charles S. Peirce มาคิดวิเคราะห์ในการสื่อสารสร้างภาพประกอบ

ตามแนวคิดของ Saussure ผู้เขียนจะศึกษาสัญลักษณ์ ประกอบขึ้นมาจาก 2 ส่วนคือ ตัวหมาย (Signifier) และตัวหมายถึง (Signified) ที่สามารถรับรู้ผ่านประสาทสัมผัส (อายตนะทั้ง 5) จนเกิดความหมาย อันปรากฏในคำเรขาคณิตหรือร้อยที่ถูกกำหนด และ

บริบท (Context) ที่ทำให้รู้ลักษณะที่ต่างกัน ตามแนวคิดของ Peirce ที่แบ่งสัญลักษณ์ออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ (1) รูปเหมือน (Icon) (2) ดัชนี (Index) และ (3) สัญลักษณ์ (Symbols)

แนวคิดมายาคติ (Mythologies) ของ Roland Barthes ศึกษาการเกิดของความหมายของสัญลักษณ์อยู่ด้วยกัน 2 ระดับได้แก่ 1) ความหมายตรง (Denotation) และ 2) ความหมายแฝง (Connotation)

แนวคิดเกี่ยวกับรหัสของการ์ตูน (Cartoon Code) การ์ตูนมีวิธีการแสดงออกที่แสดงความเป็นส่วนตัวของนักเขียนการ์ตูน เพราะต้องสร้างสรรค์รายละเอียดต่างๆขึ้นมาเองจากจินตนาการคล้ายงานฝีมือ นักเขียนการ์ตูนเป็นเสมือนตัวเชื่อมโยงที่อ่อนโยน ระหว่างส่วนที่จริงจังของมนุษย์กับความเปราะบางที่เก็บซ่อนอยู่ภายในส่วนใหญ่มักจะนึกถึงงานศิลปะลายเส้น (Graphic Art) การสร้างแบบของตัวการ์ตูนขึ้นมาเป็นสัญลักษณ์ตลอดจนความเข้าใจเกี่ยวกับอิทธิพลของการ์ตูน ขึ้นอยู่กับการพิจารณาอย่างละเอียดและความซาบซึ้งเข้าใจในรหัสนี้ของการ์ตูน ว่ามันคืออะไร ทำงานอย่างไรและทำไมรหัสนี้ของการ์ตูนนั้นซับซ้อนแต่ก็มีตรรกะเหตุผลรองรับ ซึ่งประกอบไปด้วยวิธีการที่นักวาดการ์ตูนได้สร้างสรรค์สัญลักษณ์เฉพาะขึ้นชุดหนึ่งในการทำให้เกิดโลกที่เหมือนจริงขึ้น (Make-believe world) ซึ่งเป็นโลกที่ทุกสิ่งเป็นจริงได้ตามแต่ละจินตนาการ เป็นโลกที่ยังรากลึกถึงสู่การรับรู้ความทรงจำในกระบวนการสื่อสาร

แนวคิดเรื่องปฏิสัมพันธ์ในสาขาชีววิทยา ซึ่งมีอยู่ด้วยกันสามรูปแบบเพื่ออธิบายการอยู่ร่วมกันในการสร้าง ความหมายในการสื่อสาร ทั้งนี้ รูปแบบปฏิสัมพันธ์ทางชีววิทยาทั้งสามรูปแบบมีดังนี้

- (1) ปฏิสัมพันธ์แบบพึ่งพา (mutualism) เป็นการอยู่ร่วมกันที่ทั้งสองฝ่ายได้ ประโยชน์ร่วมกันและแยกจากกันไม่ได้ จะเกิดผลเสียจึงเป็นสถานการณ์ที่ผูกมัดติดอยู่กันตลอดไป
- (2) ปฏิสัมพันธ์แบบเกื้อกูลกัน (commensalism) เป็นการอยู่ร่วมกันที่ฝ่ายหนึ่งได้ประโยชน์ อีกฝ่ายหนึ่งก็ไม่เสียประโยชน์ ดังนั้นถ้าฝ่ายได้ประโยชน์แยกจากไปก็จะเกิด ผลเสียจากฝ่ายที่ได้ประโยชน์เอง
- (3) ปฏิสัมพันธ์แบบปรสิต (parasitism) เป็นการอยู่ร่วมกันของผู้ที่มาเกาะติด อาศัยอยู่ (parasite) กับตัวผู้ให้อาศัย (host) ผู้ที่มาเกาะอยู่จะได้ประโยชน์ แต่

ถ้าแยก ออกไปก็จะเสียประโยชน์และอาจเจริญเลวลงหรือเสียประโยชน์ แต่ถ้าไม่มีผู้มาเกาะติดอยู่ ก็จะไม่ได้และไม่เสียประโยชน์ โดยแนวคิดเรื่องปฏิสัมพันธ์นี้เกี่ยวข้องกับการ สร้างสรรค์งานในรูปแบบงานผสมผสานองค์ประกอบที่แตกต่าง (hybrid) นั้นเอง

วิธีดำเนินการสร้างสรรค์

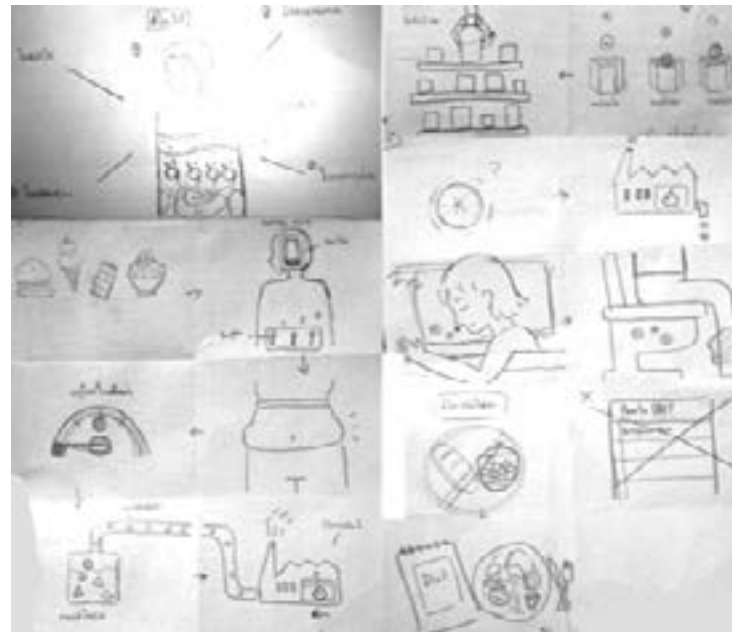
ผลงานสร้างสรรค์ชิ้นนี้เป็นผลงานในรูปแบบของภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ (Motion Graphic) โดยที่ผู้เขียนจะศึกษาข้อมูลจากบทความต่างๆ จากสื่อออนไลน์ งานวิจัย ในด้านสุขภาพ รวมถึงจากประสบการณ์ที่ผู้เขียนได้ศึกษา และ ปฏิบัติการลดน้ำหนักในแบบ Low carb Hi Fat หรือ Ketogenic Diet แล้วนำมาตีความใหม่ด้วยการเปลี่ยนตัวหนังสือ ภาพต่างๆ ทางกายภาพให้กลายเป็นภาพแบบการ์ตูน เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายนั้นมีความสนใจ ในส่วนของเนื้อหาผู้เขียนก็พยายามใช้คำศัพท์ทางการแพทย์ให้น้อย หรือ อธิบายให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น

ขั้นตอนกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน

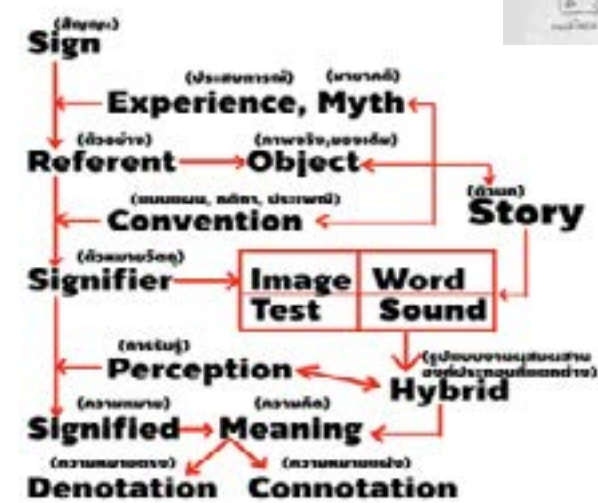
ขั้นตอนการสร้างการพัฒนาโมชันกราฟิก ตามหลัก 3P ซึ่งจะแบ่งกระบวนการพัฒนางาน เป็น 3 ขั้นตอน (นิพนธ์ คุณารักษ์. 2557) ดังนี้

- (1) Pre-Production (ขั้นตอนการเตรียมการผลิต)
 - 1.1 การเก็บข้อมูลจากบทความต่างๆ ด้านสุขภาพ จากต่างประเทศ และ ในประเทศ จากประสบการณ์ที่ได้ปฏิบัติจริงมาเป็นระยะเวลา มาเป็นเวลา 4 เดือน 21 วัน พบว่ามีการใช้รูปแบบของการทานอาหารแบบ คีโตเจนิค ไดเอท หลายสิบปีที่ผ่านมา มีการทดลองทางวิทยาศาสตร์มากมายที่สนับสนุนผลของคีโตเจนิคที่นอกเหนือจากรักชาลมชักและลดความอ้วน แต่ยังมีผลดีในโรคอื่นๆ ด้วย (European Journal of Clinical Nutrition (2013) 789 – 796) อย่างที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นว่า ผู้เขียนนั้นใช้ประสบการณ์จริงในการปฏิบัติ ก็มีผลว่าเป็นจริงตามข้อมูลที่ได้ค้นคว้ามา มีระดับน้ำตาลในเลือดลดลง มีไขมันสะสมลดลง และ ระบบการเผาผลาญนั้นดีขึ้นตามลำดับ
 - 1.2 นำข้อมูล ประสพการณ์ แรงบันดาลใจ และ แนวคิดต่าง ๆ มาวิเคราะห์แล้วสังเคราะห์ออกมาเพื่อ การสร้าง

บท ผู้เขียนได้จัดระเบียบความสำคัญของข้อมูลต่างๆ ที่ได้นั้นความา โดยเริ่มจากการอธิบายการทำงานของระบบเผาผลาญของร่างกายก่อน ว่าการเผาผลาญในร่างกายนั้นทำงานอย่างไร และ ความแตกต่างของกระบวนการของร่างกายหลังจากที่ทานอาหาร คีโตเจนิค ไปแล้วจะมีผลอย่างไร ซึ่งข้อมูลเหล่านั้นนั้นจะผิดไม่ได้เพราะเป็นสื่อทางด้านการแพทย์ ผู้เขียนจึงต้องเน้นรายละเอียดของข้อมูลเป็นอย่างมาก และนำแนวคิดเรื่องสัญลักษณ์ (Sign) ของทั้งสามนักคิดมาประกอบกันได้ดัง ภาพที่ 1



ภาพที่ 2 Story board



ภาพที่ 1 แนวความคิด และ กระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน

(2) Production (ขั้นตอนการผลิต)

2.1 พัฒนาบท การพากษ์เสียง การหาเสียงประกอบ ให้เหมาะสมกับรูปแบบของผลงาน ในขั้นตอนนี้ผู้เขียนได้ใช้เป็นเสียงผู้หญิง กลุ่มเป้าหมาย ดนตรีประกอบผู้เขียนจะใช้ดนตรีที่ฟังสบาย จาก youtube audiolibrary ที่สามารถดาวโหลดใช้ได้ฟรีสำหรับผู้ที่ต้องการทำคลิปวิดีโอออนไลน์ ที่เรียกกันว่า ยูทูบเบอร์ (Youtuber)

2.2 แนวทางในการออกแบบ และด้านการออกแบบ Story board โดยในขั้นนี้ตั้งแต่คำนี้ถึง การปูพื้นฐาน แนวคิด ขั้นตอนการเขียนบท การผลิตสื่อภาพเคลื่อนไหวครอบคลุมทั้งกระบวนการ การสร้างความเข้าใจใน บทบาทหน้าที่ของทีมงาน การวางแผนการผลิต การวางโครงเรื่องและแก่นเรื่องที่ชัดเจน การลำดับเรื่องราวที่ เข้าใจง่าย การใช้ Story board ในการวางแผนซึ่งช่วยในเรื่องเนื้อหาตรงประเด็น ประหยัดเวลา

และลดข้อผิดพลาดได้ดี และควรเสริมหรือเติม ประเด็นเทคนิคในช่วงตัดแต่ง ผลการวิจัยยังสอดคล้อง ธรรมนูญกสุจริต รัฐและคณะ, (2558) ดังตัวอย่าง Story board ภาพที่ 2

2.3.สร้างภาพร่าง มุมภาพ และ การจัดการองค์ประกอบต่างๆ ในการทำงาน ในขั้นตอนนี้จะใช้การคิดสร้างสรรค์จากร่างกายของมนุษย์ ที่มีความซับซ้อนของกลไก ผู้เขียนจึงได้ทำการสร้างภาพแทนความหมายขึ้น (Represent) โดยการวาดภาพระบบการเผาผลาญของร่างกายเป็นโรงงาน เพราะร่างกายเราเผาผลาญเสร็จก็จะนำออกจากทางหายใจ และการขับถ่าย ซึ่งระบุอยู่ในแผนภาพที่ 3 และ 4

2.4 นำภาพร่างมาลงโปรแกรม เพื่อลงเส้นจริง และ ลงสี ด้วยโปรแกรม Adobe Photoshop การใช้สีผู้เขียนใช้สีที่สดใสเพื่อความสดใส เพื่อให้ภาพดูดึงดูดสายตาเกินไป ดังแผนภาพที่ 5

2.5 การเตรียมและทดสอบเสียง
2.6 การนำส่วนประกอบทั้งหมดมาประกอบกัน ได้แก่ การตัดต่อภาพ และ เสียง



แผนภาพที่ 5 ภาพที่ลงสีเพื่อใช้งานจริง

(3) Post-Production (ขั้นตอนหลังการผลิต)

- 3.1 ตรวจสอบผลงานที่เสร็จสมบูรณ์
- 3.2 นำกระบวนการสร้างและเผยแพร่ผลงานมาเขียนเป็นบทความวิชาการเพื่อเผยแพร่สู่สาธารณะ และ สื่อออนไลน์
- 3.3 นำมาพัฒนาเป็นงานวิจัยต่อไป

ข้อสรุปในการสร้างสรรค์ สื่อภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ การเผาผลาญของร่างกายก่อนการลดน้ำหนัก และ การลดน้ำหนักแบบ Low carb Hi Fat หรือ Ketogenic Diet

(1) การสร้างสรรค์มีกระบวนการการพัฒนาผลงานทั้งหมด 3 ขั้นตอนดังนี้ ตามหลัก 3P ซึ่งจะแบ่งกระบวนการพัฒนางาน เป็น 3 ขั้นตอน (นิพนธ์ คุณารักษ์. 2557) ดังนี้

• Pre-Production (ขั้นตอนการเตรียมการผลิต)

• Production (ขั้นตอนการผลิต) นำภาพตาม ที่ออกแบบไว้ นำมาประกอบเข้าเป็นเรื่องราว การกำหนดหลักการเคลื่อนไหวของตัวละคร การเตรียมและทดสอบเสียง การนำส่วนประกอบทั้งหมดมาประกอบกัน ได้แก่ การตัดต่อภาพ และ เสียง

◀ แผนภาพที่ 3 ภาพโรงงานร่างกาย : หลักการได้จัดทำให้เป็นโรงงาน (Icon) การหายใจผู้เขียนเปรียบเป็นปล่องควันของโรงงาน การขับถ่าย คือ ท่อน้ำทิ้ง

◀ แผนภาพที่ 4 อินซูลินเปรียบเหมือนสวิตช์ที่เปิดคอยส่งสัญญาณไปยังเซลล์ ระบบการทำงานของ อินซูลินผู้เขียนสร้างให้เป็นรูปสวิตช์มนุษย์ เพื่อใช้ในการ เปิด และ ปิด การส่งสัญญาณไปยังเซลล์



• Post-Production (ขั้นตอนหลังการผลิต) ตรวจสอบผลงานที่เสร็จสมบูรณ์ นำกระบวนการสร้างและเผยแพร่ผลงานมา เขียนเป็นบทความวิชาการเพื่อเผยแพร่สู่สาธารณะ และ สื่อออนไลน์

(2) ได้พัฒนากระบวนการสื่อสารโดยใช้การศึกษาและสร้างสรรค์ผลงานสื่อด้านสุขภาพ ที่มีเนื้อหาส่วนมากเป็นบทความหรือเว็บไซต์ต่างๆ การพัฒนาในด้านการใช้โปรแกรม ด้านวิชาชีพ และการสร้างสรรค์ผลงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม

(3) สร้างสรรค์งานในรูปแบบงานผสมผสานองค์ประกอบที่แตกต่างกัน (hybrid) ภาพกราฟิก ตัวอักษร เสียงประกอบ ผสมผสานกันอย่างเหมาะสม โดยต้องศึกษากระบวนการ เข้าใจในแนวทางเป็นอย่างดี สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่าย

ข้อเสนอแนะสำหรับการสร้างสรรค์ สื่อภาพเคลื่อนไหว 2 มิติ ด้านสุขภาพ สิ่งที่เราทำได้คือการศึกษาค้นคว้าข้อมูลที่ต้องการจากแหล่งข้อมูลเชื่อถือได้ การสร้างภาพที่เข้าใจยากให้เข้าใจง่ายขึ้น โดยใช้หลักแนวคิดของสัญญาณ เข้าใจตัวสื่อเป็นอย่างดีก่อนที่จะจัดทำ และที่สำคัญต้องสื่อสารออกมาให้กลุ่มเป้าหมายนั้นเข้าใจได้ง่าย จึงถือเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ สร้างสรรค์จะต้องคำนึงถึงเป็นอย่างยิ่ง

บรรณานุกรม

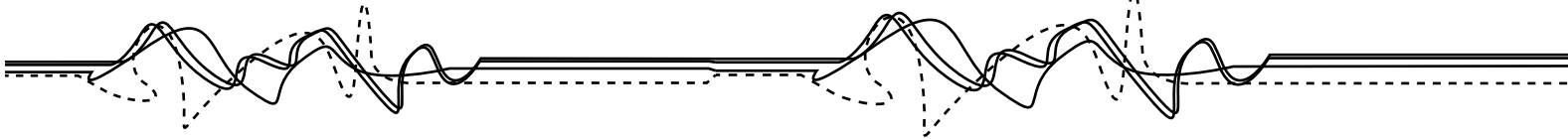
ภาษาไทย
น.พ. กฤษณชัย ชมโท. Non - pharmacological , non - surgical treatment for epilepsy Epilepsy digest สมาคมโรคลมชักแห่งประเทศไทย, ประจำเดือน เมษายน - มิถุนายน 2552.
ชัยยศ อิชฎฐ์วรพันธุ์, วารสารอาษา.สุรางค์ จันทวานิช, ทฤษฎีสังคมวิทยา, สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551, ประสพโชค นวพันธ์พิพัฒน์. “การใช้รหัสที่ปรากฏในงานของนักเขียนการ์ตูนไทย.” วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิตภาควิชาการสื่อสารมวลชน บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540
ศิริชัย ศิริกายะ. (2558). ข้อเสนอแนะประเด็นการสื่อสารเพื่องานวิจัยนิเทศศาสตร์ ตามแนวคิด “ปฏิปักษ์สัมพันธ์” (Symbiosis) ในยุคดิจิทัล. วารสารนิเทศ สยามปริทัศน์ 16: 7-11.

ภาษาอังกฤษ
A Paoli, A Rubini, JS Volek and KA Grimaldi. Beyond weight loss: a review of the therapeutic uses of very-low-carbohydrate (ketogenic) diets. European Journal of Clinical Nutrition (2013)
Blair , P. Cartoon Animation . HongKong : Walter Foster , 1994
Dynamics. The Regents of the University of California, 1954,1974
Fiske , J.Introduction to Communication.London :Methunen , 1993.
Randall P. Harrison,1981 : 57-60

สื่อออนไลน์
ALICE PARK. For more, visit TIME Health. August 29, 2017 สืบค้นจาก <http://time.com/4919448/low-fat-v-low-carb-diets/>
J Diabetes Sci Technol. 2009 Nov; 3(6): 1229–1232. สืบค้นจาก https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2787021/#__sec2title
Kimberly P. Kinzig, Mary Ann Honors, and Sara L. Hargrave. Insulin Sensitivity and Glucose Tolerance Are Altered by Maintenance on a Ketogenic Diet. Endocrinology, Volume 151, Issue 7, 1 July 2010, Pages 3105–3114, <https://doi.org/10.1210/en.2010-0175>

การสร้างสรรค์จิตรกรรมดิจิทัลชุด “วัดเซนโซจิ 2018”

Digital Painting Series “Sensoji Temple 2018”



สุริยะ ฉายะเจริญ *

บทคัดย่อ

บทความนี้เป็น การอธิบายการสร้างสรรคจิตรกรรมดิจิทัลชุด “วัดเซนโซจิ 2018” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาระบวนการสร้างสรรค์จิตรกรรมดิจิทัลอันนำไปสู่การปฏิบัติการผลิตจิตรกรรมดิจิทัล และเพื่ออธิบายกระบวนการปฏิบัติการสร้างสรรค์ผลงานอย่างเป็นขั้นตอน ผลงานสร้างสรรค์ในชุดนี้ได้รับแรงบันดาลใจจากวัดเซนโซจิ โดยผู้เขียนได้วิเคราะห์ออกมาเป็นแนวความคิดการสร้างสรรคที่สื่อถึงการบูรณาการระหว่างพื้นที่ทางจิตวิญญาณกับพื้นที่ท่องเที่ยวในสังคมร่วมสมัยของญี่ปุ่นที่โดดเด่น รูปแบบของผลงานเป็นภาพภูมิทัศน์ที่ประกอบไปด้วยสถาปัตยกรรม สิ่งก่อสร้าง และภาพคน โดยใช้แอปพลิเคชันออโต้เดสก์ สเก็ชต์ ในไอแพด เป็นเครื่องมือในการสร้างสรรค์ ผลงานที่สำเร็จมีจำนวน 3 ภาพ โดยได้อรรถาธิบาย 6 ประการ ได้แก่ (1) จิตรกรรมดิจิทัลชุดนี้สามารถสื่อถึงวัดเซนโซจิ ในบริบทของพื้นที่ทางจิตวิญญาณท่ามกลางโลกวัตถุนิยม (2) ขั้นตอนการสร้างสรรคจิตรกรรมดิจิทัลด้วยไอแพดสามารถทำได้ง่ายและไม่จำกัดสถานที่ (3) การใช้ไอแพดผลิตงานจิตรกรรมดิจิทัลทำได้เร็วและสะดวกเหมาะสำหรับการผลิตเพื่อเผยแพร่ในสื่อสังคมออนไลน์ (4) ผลงานที่สำเร็จสามารถนำไปสู่กระบวนการผลิตซ้ำในสื่อต่างๆ ได้ง่าย และ (5) สามารถประยุกต์ใช้การสร้างสรรคจิตรกรรมดิจิทัลด้วยไอแพดได้ทั้งงานด้านศิลปกรรมและงานทางด้านประยุกต์ศิลป์ได้

คำสำคัญ: การสร้างสรรค์ / จิตรกรรมดิจิทัล / วัดเซนโซจิ

Abstract

This article describes the creation of digital painting in “Sensoji Temple 2018”. The purpose is to study the creative process of digital painting, leading to the production of digital painting and to describe the process of creative work in step. The creative work in this series was inspired by Sensoji Temple. The author analyzes the concept of creativity, which communicates the integration between spiritual space and the tourist space in contemporary Japanese society. The work is landscape-based, featuring buildings, architectures, and human imagery. Using the Autodesk Sketchbook Application in iPad is a creative tool. The work is completed in 3 images with 6 knowledge: (1) this digital paintings can convey the Sensoji Temple in the context of a spiritual space amid materialistic worlds. (2) The process of creating digital painting with the iPad is simple and unlimited. (3) Using iPads to produce digital artwork is fast and easy to produce for publishing in social media. (4) Successful completion can lead to easy reproduction in various media and (5) applied digital painting by iPad, both in the field of fine arts and applied art.

Keyword: creativity, digital painting, Sensoji Temple

* อาจารย์ประจำคณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม