

อภินันทนาการ



สำนักหอสมุด

การออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SLEEPWALKING



การศึกษาอิสระ เสนอเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

หลักสูตรปริญญาศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาการออกแบบสื่อวัฒนธรรม

พฤษภาคม 2558

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยนเรศวร

ILLUSTRATION BOOK DESIGN OF SLEEPWALKING



**An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment
of the Requirements for the Bachelor of Fine and Applied Arts
in Innovative Media Design**

May 2015

Copyright 2015 by Naresuan University

อาจารย์ที่ปรึกษาและหัวหน้าภาควิชาศิลปะและการออกแบบ ได้พิจารณาการศึกษา
ค้นคว้าด้วยตนเอง เรื่อง "การออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking" เห็นสมควรรับ
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการออกแบบ
สื่อนวัตกรรม ของมหาวิทยาลัยนเรศวร



(อาจารย์ ลินดา อินทรลักษณ์)

อาจารย์ที่ปรึกษา



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุภรค์ สุวรรณวัจน์)

หัวหน้าภาควิชาศิลปะและการออกแบบ

พฤษภาคม 2558



ประกาศคุณูปการ

การศึกษาอิสระฉบับนี้ จะไม่สามารถสำเร็จลงได้ หากไม่ได้รับความกรุณาอย่างยิ่งจากผู้มีพระคุณหลายท่าน ผู้วิจัยมีความซาบซึ้งเป็นอย่างมากและอยากกล่าวขอขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ลินดา อินทรลักษณ์ เป็นอย่างยิ่งที่คอยดูแลเอาใจใส่ให้ความรู้ด้านการออกแบบและคำแนะนำต่างๆตลอดระยะเวลาการทำศิลปนิพนธ์ ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้นำคำแนะนำเหล่านั้นมาปรับใช้ในการออกแบบจนชิ้นงานออกมาเสร็จสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการทุกท่านที่ช่วยวิจารณ์และติชมผลงานจนทำให้ข้าพเจ้าได้เห็นถึงข้อบกพร่องและได้นำคำวิจารณ์เหล่านั้นมาปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาชิ้นงานให้ดียิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา และทุกคนในครอบครัว ที่เป็นแรงบันดาลใจให้ข้าพเจ้าได้มาเรียนคณะที่ใฝ่ฝัน ได้ทำในสิ่งที่รัก ขอบพระคุณที่ให้กำลังใจและคอยช่วยเป็นแรงผลักดันสนับสนุนการทำงานในทุกๆด้าน ทำให้ข้าพเจ้ามีแรงใจอดทนและไม่ย่อท้อต่อการทำงาน ทำให้การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากการศึกษาค้นคว้าฉบับนี้ คณะผู้ศึกษาค้นคว้าขออุทิศแด่ผู้มีพระคุณทุกๆ ท่าน

มุกตภา ทิพย์อุปถัมภ์

ชื่อเรื่อง	การออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking
ผู้ศึกษาค้นคว้า	มุกตภา ทิพย์อุปถัมภ์
ที่ปรึกษา	ลินดา อินทราลักษณ์
ประเภทสารนิพนธ์	การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ศป.บ. สาขาวิชาการออกแบบสื่อ นวัตกรรม มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2558
คำสำคัญ	หนังสือภาพประกอบ(Illustration Book) ภาพประกอบ(Illustration) โรคเดินละเมอ (SleepWalking)

บทคัดย่อ

การออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking มีจุดประสงค์เพื่อออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอ ทำให้กลุ่มเป้าหมายได้รับความรู้และตระหนักถึงอันตรายของโรค โดยกลุ่มเป้าหมายเป็นเยาวชนอายุ 15 – 24 ปี การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองนี้มุ่งเน้นให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอและให้กลุ่มเป้าหมายได้สนุกสนานไปกับเรื่องราวในหนังสือและยังสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

ผลการศึกษาค้นคว้า สรุปได้ว่า ผู้อ่านให้ความคิดเห็นว่าการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking นั้นมีประสิทธิภาพ คือ ค่าเรทเตอร์ของหนังสือภาพประกอบมีความสวยงามและเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเยาวชนอายุ 15 -24 ปี สีสนของภาพประกอบมีความสดใสสามารถดึงดูดความสนใจเด็กและคนวัยอื่นๆนอกเหนือจากกลุ่มเป้าหมายให้มาเปิดอ่านอีกด้วย

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาของปัญหา.....	1
จุดมุ่งหมายของการศึกษา.....	2
ขอบเขตของงานวิจัย.....	2
ขอบเขตของกลุ่มเป้าหมาย.....	3
ขอบเขตด้านเนื้อหา.....	3
ขอบเขตด้านเวลา.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากงานวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
การออกแบบหนังสือภาพประกอบ.....	6
การเขียนนวนิยายสั้น.....	22
โรคเดินละเมอ.....	42
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	47
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	58
วิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย.....	58
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	59
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
สรุปแนวทางในการออกแบบ.....	64

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิจัย.....	68
แนวคิดในการออกแบบ.....	68
การออกแบบตัวละคร และฉากต่างๆ.....	71
การพัฒนาแบบครั้งที่1.....	71
การพัฒนาแบบครั้งที่2.....	73
การพัฒนาแบบครั้งที่3.....	75
ผลงานชิ้นสุดท้าย.....	77
ขั้นตอนการทำ Post – Production	92
5 บทสรุป.....	95
วัตถุประสงค์.....	95
สรุปผลการวิจัย.....	95
ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงาน.....	96
แนวทางการแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ.....	97
บรรณานุกรม.....	98
ประวัติผู้วิจัย.....	99

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 ตารางที่ 1 แสดงระยะเวลาการทำงาน.....	3
2 ตารางที่ 2 แสดงการวิเคราะห์ข้อมูล.....	66



สารบัญภาพ

ภาพ	หน้า
1 ศึกษาและออกแบบหนังสือนิทานภาพประกอบการเรียนรู้คุณธรรม.....	56
2 ผลงานภาพประกอบของ Pascal Champion.....	
3 ผลงานภาพประกอบของ Jimmy Liao	61
4 ผลงานภาพประกอบเรื่องของ ศศิ วีระเศรษฐกุล.....	62
5 ผลงานภาพประกอบของ มุนิน	63
6 โทนีส์ที่ใช้สำหรับภาพประกอบ.....	65
7 แสดงตัวอย่างการออกแบบคาแรกเตอร์ครั้งที่ 1.....	71
8 แสดงตัวอย่างการออกแบบฉากครั้งที่ 1	72
9 แสดงตัวอย่างการออกแบบคาแรกเตอร์ครั้งที่ 2.....	73
10 แสดงตัวอย่างการออกแบบฉากครั้งที่ 2.....	74
11 แสดงตัวอย่างการออกแบบคาแรกเตอร์ครั้งที่ 3.....	75
12 แสดงตัวอย่างการออกแบบฉากครั้งที่ 3.....	76
13 ปกหน้าและปกหลังของหนังสือ.....	77
14 ไตเติลเรื่อง.....	77
15 ภาพแสดงข้อบทที่ 1-12.....	78
16 ภาพประกอบบทที่ 1	79
17 ภาพประกอบบทที่ 2.....	80
18 ภาพประกอบบทที่ 3.....	81
19 ภาพประกอบบทที่ 4.....	82
20 ภาพประกอบบทที่ 5.....	83
21 ภาพประกอบบทที่ 6.....	84
22 ภาพประกอบบทที่ 7.....	85
23 ภาพประกอบบทที่ 8.....	86

สารบัญภาพ(ต่อ)

ภาพ	หน้า
24 ภาพประกอบบทที่9.....	87
25 ภาพประกอบบทที่10.....	88
26 ภาพประกอบบทที่11.....	89
27 ภาพประกอบบทที่12.....	90
28 หนังสือภาพประกอบที่เสร็จสมบูรณ์.....	91
29 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Photoshop CS6 ในการลงสีพื้นของ ภาพประกอบ.....	92
30 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Photoshop CS6 ในการลงสีรายละเอียดของ ภาพประกอบ.....	92
31 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Photoshop CS6 ในการลงแสงและเงาของ ภาพประกอบ.....	93
32 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Illustrator CS6 ในการจัดวางกริดก่อนใส่ ภาพประกอบ คำบรรยายและกราฟิกอื่นๆ.....	93
33 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Illustrator CS6 ในการจัดวางภาพประกอบ ใส่ คำบรรยายและกราฟิกที่ใช้ออกเลขหน้าของหนังสือ.....	94

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ

การนอนละเมอเป็นปัญหาการนอนอย่างหนึ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้กับคนทุกวัย การนอนละเมอจะเกิดขึ้นในขณะที่เราหลับระยะที่ 1 และ 2 หมายถึงระยะที่หลับตื้น ซึ่งว่าถือเป็นเรื่องปกติ แต่ถ้านอนละเมอแล้วรบกวนการนอนของผู้ละเมอหรือคนข้างเคียงถือว่าผิดปกติ เช่น การละเมอพูด การละเมอกิน และหนึ่งในนั้นคือการเดินละเมอ โรคเดินละเมอเกิดจากกรรมพันธุ์หรือปัญหาทางจิต การเดินละเมอคือการเดินโดยไม่รู้ตัวขณะหลับ ผู้ละเมอจะลืมตาเหมือนคนปกติแต่ไม่ตอบสนองต่อเสียงเรียก เมื่อตื่นจะจำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไม่ได้ โรคนี้ฟังดูอาจเป็นเรื่องปกติสำหรับประเทศไทยและน้อยนักที่จะตระหนักถึงผลเสียของมัน เพราะยังไม่มีกรณีร้ายแรงที่เกิดขึ้นอย่างในต่างประเทศ ยกตัวอย่างข่าวโศกนาฏกรรมการละเมอที่ดังที่สุดในอดีตอย่างเรื่องของ นายเคนเน็ท พาร์กส์ (Kenneth Parks) วัย 23 ปี เรื่องนี้เกิดขึ้นที่โทรอนโต ประเทศแคนาดาในปี 1987 เขากำลังเครียดเรื่องตงงาน และในคืนหนึ่งระหว่างที่เขากำลังนอนหลับ เขาก็ละเมอลุกขึ้นมาขับรถออกไปยังบ้านพ่อแม่ของภรรยาซึ่งอยู่ห่างออกไป 23 กิโลเมตร แล้วใช้มีดแทงแม่ภรรยาของตัวเองที่ปกติรักใคร่กันดีจนถึงแก่ชีวิต หลังจากนั้นเขาก็ขับรถไปโรงพักด้วยสภาพเลือดเกรอะกรังและแผลหะหะที่มีมือ เขาเข้ามาอบตัวแล้วบอกกับตำรวจว่า “ผมไม่แน่ใจว่าผมไปฆ่าใครมารึเปล่า...” กรณีนี้สุดท้ายศาลก็ตัดสินว่าไม่ผิดและไม่ต้องจำคุก ด้วยเหตุผลว่ากระทำไปโดยไม่รู้ตัว นอกจากนี้ยังมีกรณีที่น่ากลัวเกี่ยวกับเรื่องเดินละเมออีกมากมาย จะเห็นได้ว่าโรคเดินละเมอไม่ใช่โรคที่ปกติและไม่ร้ายแรงอย่างที่คิด สาเหตุหนึ่งของการเดินละเมอที่ก่อให้เกิดอาชญากรรมนั้นคือ ปัญหาทางจิต ในสังคมปัจจุบันมีความเครียดเกิดขึ้นจากหลายด้าน ส่งผลเสียต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของคนในปัจจุบันทำให้เกิดอาชญากรรมต่างๆขึ้นบ่อยครั้ง ซึ่งก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้อื่น

ดังนั้นเราควรตระหนักถึงความอันตรายที่จะเกิดขึ้นจากโรค ควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคและสามารถดูแลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยโรคเดินละเมอไปทำอันตรายต่อผู้อื่น จึงได้ออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง Sleep Walking ขึ้นเพื่อให้ผู้อ่านมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรค และสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาดูแลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งได้เลือกสื่อในการนำเสนอเป็น

หนังสือภาพประกอบที่มีการสอดแทรกความรู้เกี่ยวกับโรคเข้าไปในเรื่อง เพื่อเป็นการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่ายโดยเฉพาะเยาวชนอายุ 15 – 24 ปี จากสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่าสถิติการอ่านหนังสือของคนไทยในปี 2556 กลุ่มเยาวชนอายุ 15-24 ปี มีการอ่านหนังสือมากถึงร้อยละ 90.1 รองจากกลุ่มวัยเด็ก และหนังสือที่มีภาพมากกว่าตัวหนังสือจะสามารถดึงดูดความสนใจได้มากกว่าหนังสือที่มีเฉพาะเนื้อหา รวมทั้งลักษณะของภาพประกอบ การใช้โทนสีของภาพ และเนื้อหาที่มีความรุนแรงในระดับหนึ่ง มีความเหมาะสมกับกลุ่มเยาวชนอายุ 15 – 24 ปีได้มากที่สุด

การออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง Sleep Walking จึงมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้อ่านได้รู้จักและได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอที่แฝงเอาไว้ภายในเล่ม และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ให้เกิดประโยชน์คอยดูแลเฝ้าระวังบุตรหลานหรือคนรอบข้างของท่านที่มีอาการนอนละเมอให้ดียิ่งขึ้น แก้ปัญหาการนอนละเมอให้ตรงสาเหตุ เพื่อป้องกันการเกิดอันตรายต่อทั้งตัวของผู้ละเมอเองและต่อคนรอบข้างอีกด้วย

จุดมุ่งหมายของการศึกษา

การวิจัยเรื่องนี้เป็นกรออกแบบหนังสือภาพประกอบ เพื่อให้คนทั่วไปได้รู้จักโรคเดินละเมอ และได้รับความรู้เรื่องโรคเดินละเมอ

1. ศึกษาการออกแบบหนังสือภาพประกอบ เพื่อให้ความรู้
2. ศึกษาถึงสาเหตุ และการรักษาโรคเดินละเมอ เพื่อให้ความรู้สำหรับเยาวชน
3. สร้างสรรค์หนังสือภาพประกอบให้แฝงความรู้เรื่องโรคเดินละเมอ และนำความรู้ที่ได้รับไป

ใช้ให้เกิดประโยชน์

ขอบเขตของงานวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้เป็นกรวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งนักวิจัยในที่นี้หมายถึง นิสิตวิชาเอกสื่อ นวัตกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง Sleep Walking เพื่อให้ความรู้เรื่องโรคเดินละเมอ ซึ่งมีขอบเขตของการวิจัย ดังนี้

1.1 ขอบเขตกลุ่มเป้าหมาย

เยาวชนตั้งแต่อายุ 15 – 24 ปี

1.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

1.2.1 การศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับ โรคเดินละเมอ สาเหตุของโรค อาการ และวิธีการรักษา

1.2.2 การศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับการออกแบบหนังสือภาพประกอบ

1.3 ขอบเขตเวลา

ระยะเวลาการดำเนินงาน

กิจกรรม	สัปดาห์							
	ต.ค. 57	พ.ย. 57	ธ.ค. 57	ม.ค. 57	ก.พ.58	มี.ค. 58	เม.ย.58	พ.ค.57
1.ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	↔							
2.วางโครงเรื่อง		↔						
3.สเก็ตแบบ		↔						
4.ดำเนินการสร้างผลงาน / แสกนแบบลงคอมพิวเตอร์ / ทำภาพประกอบโดยใช้เทคนิคดิจิทัล / ใสคำบรรยาย / จัดหน้ากระดาษ / ดีไซน์				←				→
5.สรุปผลและเขียนรายงาน								↔

ตารางที่ 1 ตารางแสดงระยะเวลาการทำงาน

1.4. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากงานวิจัย

1. ผู้อ่าน ได้รู้จักเรื่องโรคเดินละเมอ
2. ผู้อ่าน ได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอที่สอดแทรกอยู่ภายในเล่ม เข้าถึงใจสาเหตุอาการ และวิธีการรักษาผู้ป่วยโรคเดินละเมอ
3. ผู้อ่านตระหนักถึงอันตรายของโรคเดินละเมอ และสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้

1.5. นิยามศัพท์เฉพาะ

หนังสือภาพประกอบ หมายถึง ภาพประกอบสิ่งพิมพ์ทั้งภาพวาดและภาพถ่ายต่างก็ใช้เพื่อสื่อความหมายเช่นเดียวกับตัวอักษร แต่มีลักษณะพิเศษคือให้รายละเอียดได้มากกว่าและยังสามารถทำให้เห็นภาพได้เหมือนจริง การได้มองเห็นภาพจะทำให้เกิดความเข้าใจได้ทันทีโดยไม่ต้องใช้เวลาตีความหรือทำความเข้าใจ นอกจากนี้ภาพยังถือว่าเป็นภาษาสากล แม้คนไม่รู้อักษรก็สามารถดูรู้เรื่องได้ การใช้ภาพประกอบจึงมีความหมายและสำคัญต่อสิ่งพิมพ์ไม่น้อยไปกว่าตัวพิมพ์

โรคเดินละเมอ (sleep walking, somnambulism) หมายถึง การเดินโดยไม่รู้ตัวที่เกิดขึ้นในขณะที่หลับ มักจะเกิดขึ้นในช่วงแรกๆ ของการหลับ โดยเฉพาะในระยะที่ 3-4 ของการหลับแบบตาไม่กระตุกช่วงแรก และมักจะเกิดขึ้นในเด็ก (ตั้งแต่ 2-3 ขวบ จนถึงวัยรุ่น) มากกว่าผู้ใหญ่ ที่พบบ่อยคือ ขณะที่ยังหลับอยู่ เขาจะมีการเคลื่อนไหวแขนขาหรือร่างกายแล้วจะลุกขึ้นนั่งบนเตียง ลืมตาแป๋วเหมือนตาแก้ว (glassy eyes) ที่มองไม่เห็น (ไม่รับรู้สิ่งที่ไม่ต้องการเห็น) แล้วจะลุกขึ้นยืนและเดินไปอย่างไร้จุดหมายด้วยท่าที่ขึงม่งามหรือเหมือนหุ่นยนต์ เข้าห้องนั้นออกห้องนี้ หรือเดินหนีออกไปจากบ้านโดยไม่ชนประตู โต๊ะ เก้าอี้ หรือสิ่งกีดขวาง ขึ้นลงบันไดได้ (ซึ่งแสดงว่าเขามองเห็นสิ่งที่เขาต้องการจะเห็น ส่วนสิ่งอื่นที่เขาไม่ต้องการจะเห็น เช่น การโบกไม้โบกมือที่หน้าของเขา เขาจะไม่เห็น ดังนั้น เขาจึงอาจหกล้ม หรือเกิดอุบัติเหตุอื่นๆ ได้) โดยทั่วไปเขาจะไม่ตอบสนองต่อเสียงเรียก (ซึ่งคงเป็นเพราะเขาไม่ได้ยิน) แต่มักจะยอมให้จูงมือกลับไปนอนใหม่ได้ เมื่อตื่นขึ้นเขาจะจำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไม่ได้ หรือจำได้อย่างรางเลือนคล้ายกับว่าฝันไป นอกจากการเดินละเมอแล้ว เขาอาจจะถอดเสื้อผ้า หรือแต่งตัวใหม่ หรือถ่ายปัสสาวะอุจจาระไม่เป็นที่เป็นทางโดยไม่รู้ตัวได้ หรืออาจเกิดร่วมกับอาการฝันร้ายหรือฝันผวาได้ อาการที่เกิดขึ้นอาจกินเวลาไม่ถึงนาที หรืออาจยาวนานถึงครึ่งชั่วโมงได้ การลุกขึ้นเดินสะเปะสะปะในเวลากลางคืนของผู้สูงอายุ (คนแก่) ไม่ใช่การเดินละเมอ เพราะไม่ได้เกิดขณะหลับ แต่เกิดจากตื่นแล้วหลง (walking disorientation) มักเกิด

จากโรคสมองเสื่อม (senile dementia) สาเหตุของการเดินละเมออาจเกี่ยวข้องกับกรรมพันธุ์ ปัญหาทางจิตใจ โดยเฉพาะการเก็บกดความไม่พอใจไว้ หรืออื่นๆ

ดิจิตอลเพ้นท์ หมายถึง digital painting คือ การสร้างสรรค์รูปวาดโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ ซึ่งโปรแกรมที่สามารถใช้ได้ก็ ได้แก่ adobe photoshop เป็นต้น ซึ่ง digital painting ก็เป็นที่นิยมอย่างแพร่หลายในการสร้างสรรค์ผลงานการ์ตูน หรือ เกมส์ต่างๆ รวมทั้งโฆษณา และอีกมากมาย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking

1. การออกแบบหนังสือภาพประกอบ
2. การเขียนนวนิยายสั้น
3. โรคเดินละเมอ (SleepWalking)
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. การออกแบบหนังสือภาพประกอบ

การออกแบบ

พฤติกรรมขั้นพื้นฐานของมนุษย์หรือเกือบทุกสิ่งที่เราทำเป็นการออกแบบชนิดหนึ่ง แม้กระทั่ง การเก็บหนังสือ ปลุกต้นไม้ ทำอาหาร เมื่อเราจะทำอะไรโดยมีจุดมุ่งหมาย และจบลงด้วยการมีสิ่งใหม่ๆเกิดขึ้น เพื่อตอบสนองจุดมุ่งหมายนั้น สิ่งนั้นคือ การสร้างสรรค์ เช่น การออกแบบเก้าอี้ เก้าอี้มีการออกแบบที่ดีไม่เพียงแต่จะมีรูปร่างสวยงามน่าพอใจเท่านั้น แต่จะต้องมีความมั่นคง ความสบาย ความปลอดภัย ทนทาน ผลิตได้ในราคาที่เหมาะสม สามารถเก็บและส่งได้โดยสะดวก

การออกแบบมีอยู่ทั่วไป แม้แต่ตามธรรมชาติ ดอกไม้แต่ละดอกจะประกอบด้วยกลีบหลายกลีบที่บอบบาง กลีบสีหนึ่งอยู่ล้อมรอบเกสรอีกสีหนึ่งทำให้เห็นถึงความแตกต่างของสี ของรูปดอก และของใบสีเขียวที่อยู่ด้านล่าง จะเห็นได้ว่าดอกไม้มีการออกแบบอยู่ในตัวของมันเอง และนอกจากนั้น ดอกไม้หนึ่งในหลายดอกก็เป็นส่วนหนึ่งของการออกแบบทั้งหมด ซึ่งทำให้เกิดความพึงพอใจในการมอง เราจะรู้ถึงรูปร่างรูปทรง สี และลักษณะพื้นผิว ซึ่งแต่ละส่วนสมบูรณ์ในตัวเอง อีกทั้งถูกจัดวางอย่างระมัดระวังให้สัมพันธ์กับส่วนอื่นๆที่ช่วยกันสร้างสรรค์ความสวยงามและเหมาะกับสภาพแวดล้อม นอกจากนั้น การออกแบบคือการจัดองค์ประกอบของหลายสิ่งสรรค์ให้มีความสัมพันธ์กันไม่ว่าจะเป็องค์ประกอบที่

คล้ายคลึงกัน หรือแตกต่างกัน นำมาจัดด้วยการใช้สายตา ทำให้มีจุดสนใจ การออกแบบจะปรากฏในรูปแบบ รูปร่าง ซึ่งแตกต่างกันหลายชนิด ถ้าเราสังเกตอย่างถี่ถ้วน เราจะรู้ว่างานศิลปะทั่วไปจะประกอบขึ้นมาได้ต้องอาศัยหลักในการออกแบบเสมอ

ศิลปะนอกจากเป็นการจัดองค์ประกอบและเป็นการสร้างสรรค์สิ่งต่างๆแล้ว ศิลปะยังเป็นผลงานที่เกิดจากการแสดงออกของอารมณ์ ปัญญา ทักษะคิด และทักษะความชำนาญของมนุษย์ ซึ่งสอดคล้องกับวัสดุ และเทคโนโลยีในสมัยปัจจุบัน “การออกแบบคือศิลปะ ศิลปะคือการออกแบบ”

1. ความหมายของภาพประกอบ

คำว่า “ภาพประกอบ” ตรงกับคำว่าภาษาอังกฤษว่า “Illustration” ซึ่งมีผู้ให้คำนิยามของคำว่า “ภาพประกอบ” หรือ “Illustration” ไว้หลายความหมายด้วยกัน ดังนี้

1.1 ภาพประกอบ หมายถึง รูปที่ลงคู่กับเรื่องราวเพื่อให้เห็นเรื่องราวชัดเจนขึ้น (มานิต มานิตเจริญ.2520 : 994)

1.2 ภาพประกอบ หมายถึง ภาพที่วาดขึ้นหรือนำมาแสดงเพื่อประกอบเรื่อง (ราชบัณฑิตยสถาน. 2538 : 619)

1.3 Illustration หมายถึง การแสดงให้เห็น การอธิบาย ประกอบด้วยตัวอย่างหรือภาพ การเขียนภาพประกอบ ภาพประกอบ (สอ เสถบุตร ม.ป.ป. : 360)

Illustration หมายถึง รูปภาพในหนังสือ ฯลฯ การแสดงให้เห็นบางสิ่งบางอย่างด้วยรูปภาพ การยกตัวอย่างภาพ (Hawkins. 1990 : 191)

1.4 Illustration หมายถึง ภาพที่ใช้เพิ่มเติมในหนังสือเพื่ออธิบายเรื่องราวให้ชัดเจนและเพื่อตกแต่งให้สวยงาม มีทั้งชนิดภาพขาวดำและภาพสี (Landau (ed.). 1966 : 213)

คำว่า “ภาพประกอบ” หรือ “Illustration” จึงมีความหมายกว้างมาก อาจเป็นภาพถ่าย ภาพเขียนภาพถ่าย ภาพเทคนิคต่างๆ ที่นำมาประกอบนวนิยาย เรื่องสั้น เรื่องราวสารคดี บทความ นิตยสาร โปสเตอร์ แผ่นพับ ปกแผ่นเสียง แถบบันทึกเสียง แถบบันทึกภาพ และอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานประพันธ์และงานโฆษณาต่างๆ เพื่อขยายความตัวอักษรให้เกิดจินตนาการตามคอลัมน์ (Column) ของเนื้อเรื่อง กล่าวได้

ว่า ภาพประกอบเป็นผลงานซึ่งถูกสร้างขึ้นเพื่อการค้าหรือเพื่อเงื่อนไขทางสังคมหรือเศรษฐกิจ ให้เกิดเป็นภาพประกอบของเนื้อหาวิชาศิลปะ (Fine Art) เมื่อถูกเจาะจงใช้เป็นสื่อตามข้อมูลที่กำหนดเรียกว่า "ภาพประกอบ"

2. จุดหมายในการเขียนภาพประกอบ

2.1 เพื่อทำหน้าที่บรรยายเรื่องในหนังสือและบรรยายเป้าหมาย (Aim) ของสินค้าในงานโฆษณา ให้นำหนังสือและโฆษณาน่าสนใจยิ่งขึ้น

2.2 เพื่อให้ผู้อ่าน ผู้ดูเกิดความสนใจ อยากอ่าน อยากรู้ เกิดความเพลิดเพลิน เกิดจินตนาการ เกิดความคิดสร้างสรรค์ และเกิดคุณธรรมและเจตคติที่ดี

3. หลักศิลปะ (Principles of Art)

หลักการของศิลปะ คือ การนำเอาส่วนประกอบของศิลปะมาประสานเข้าด้วยกัน เพื่อให้ได้ผลงานที่มีเอกภาพและความงามตามต้องการ ซึ่งจะช่วยเสริมคุณค่าทางสุนทรีย์ให้กับงานศิลปะนั้นๆ หลักการศิลปะที่นำมาใช้ในการสร้างสรรค์ภาพประกอบได้แก่

3.1 ความสมดุล (Balance)

ความสมดุลหรือดุลยภาพ คือความสมดุลของส่วนประกอบต่างๆ ในการจัดองค์ประกอบศิลปะ ผลงานที่ขาดความสมดุลนั้นอาจทำให้ดูขัดตา และขาดความสัมพันธ์กัน ตัวอย่างเช่น การจัดองค์ประกอบโดยจัดรูปร่างที่สะดุดตาให้รวมกลุ่มกันอยู่ข้างหนึ่ง อาจทำให้น้ำหนักของภาพเอียง นอกจากนี้ อีกด้านหนึ่งจะมีบริเวณว่างหรือเส้น หรือสีที่น่าสนใจถ่วงดุลเอาไว้ได้ เส้นที่ส่อทิศทางในองศาต่างๆ การจัดวางหรือเลือกตำแหน่งที่ได้ดุลยภาพรวมทั้งความเข้มข้นของสี การจัดแบ่งเนื้อที่เพื่อจัดวางจุดเด่น จุดด้อยเหล่านี้ ล้วนช่วยให้เกิดความสมดุลทั้งสิ้น อย่างไรก็ตามลักษณะความสมดุลมีจำเป็นต้องเป็นลักษณะซ้าย – ขวา เท่ากันตลอดไป อาจจะจัดองค์ประกอบความสมดุลแบบ ว้าย – ขวา ไม่เท่ากันก็ได้ และสมดุลอีกลักษณะหนึ่ง คือ ความสมดุลแบบรัศมีของวงกลม

3.2 การเน้น (Emphasis)

การเน้น คือการนำเอาส่วนประกอบศิลปะมาประกอบเข้าด้วยกัน และเน้นให้เห็นความแตกต่างระหว่างส่วนประกอบเหล่านั้น เพื่อให้เกิดจุดเด่นหรือจุดสนใจ การเน้นกล่าวอีกนัยหนึ่งคือ การสร้างความแตกต่างให้เกิดขึ้นในภาพ เช่น ภาพที่จัดวางให้รูปร่างรูปทรงที่มีขนาดไล่เลี่ยกัน หรือขนาดเท่าๆ กัน เมื่อทำให้เกิดการเน้นภาพ ก็อาจจะสร้างรูปทรงขนาดใหญ่กว่าปกติแทรกขึ้นระหว่างรูปทรงที่มีขนาดเท่าๆ กันนั้น หรือการระบายสีเข้มตัดกับโทนสีส่วนใหญ่เป็นต้น

3.3 ความกลมกลืน (Harmony)

ความกลมกลืน หมายถึง วิธีการนำเอาส่วนประกอบศิลปะมาผสมผสานกันในลักษณะที่คล้ายคลึง สอดคล้อง และเชื่อมโยงทุกส่วนมาเป็นส่วนเดียวกันทั้งภาพ โดยหลีกเลี่ยงการจัดภาพแบบขัดแย้งหรือตัดกัน ตัวอย่างเช่น การจัดวางโครงสีในภาพ โดยใช้สีใกล้เคียงกันในวงจรสี หรือการสร้างภาพที่มีรูปร่างรูปทรงเหมือนๆ กัน

3.4 ความหลากหลาย (Variety)

ความหลากหลายคือ การนำเอาส่วนประกอบของศิลปะมาสร้างภาพ โดยไม่จำเป็นต้องให้เกิดความประสานกลมกลืน แต่กลับทำให้ภาพมีความสลับซับซ้อนในการจัดวาง การสร้างความขัดแย้งขึ้นในภาพด้วยเส้น รูปร่าง รูปทรง สี ขนาด และพื้นผิว เป็นต้น ความหลากหลายนี้ทำให้ภาพเกิดความน่าสนใจชวนให้ติดตาม ค้นหาเรื่องราวและความหมาย

3.5 ความลดหลั่น (Gradation)

ความลดหลั่น หมายถึง ค่าระดับของสีแก่ สีอ่อน ที่ बदหลั่นกันอย่างค่อยเป็นค่อยไป เช่น ระดับสีเทา ที่เข้มจากแก่ไปหาอ่อน หรืออีกลักษณะหนึ่งคือการเกลี่ยสีสองสีที่ระบายอยู่เคียงข้างกัน ซึ่งอาจมีสีต่างกันหรือระดับแก่อ่อนต่างกันให้กลืนเข้าหากัน โดยไม่มีรอยต่อให้เห็นเด่นชัด สีน้ำมันและสีพาสเทลเป็นสีที่สามารถเกลี่ยได้ในลักษณะนี้ แต่สีประเภทสีฝุ่น สีน้ำทึบ และสีประเภทพอลิเมอร์ ไม่สามารถเกลี่ยให้สีกลืนเข้าหากันเช่นนี้ได้ สีน้ำเมื่อระบายสองสีในลักษณะโปร่งใด และใช้สองสีไหลเข้าหากันขณะเปียกก็พอจะนับได้ว่าเป็นการเกลี่ยสีเช่นกัน

3.6 จังหวะ (Rhythm)

จังหวะ คือการซ้ำกันของส่วนประกอบศิลปะ เช่น การซ้ำกันของเส้น รูปร่าง รูปทรง สี ฯลฯ โดยการซ้ำกันนี้มีทิศทางไปในทางเดียวกัน ทำให้เกิดความรู้สึกเคลื่อนไหว เป็นวิธีการที่ศิลปินและนักออกแบบนิยมใช้กัน เมื่อต้องการให้ผลงานรู้สึกมีความเคลื่อนไหว จังหวะในการงานทัศนศิลป์ถ้าเทียบได้ก็คล้ายคลึงกับจังหวะในเสียงดนตรี ที่อาจจะเป็นจังหวะช้า เร็ว หรือจังหวะที่ผสมผสานระหว่างช้า – เร็ว ทำให้เสียงดนตรีมีความไพเราะ

3.7 สัดส่วน (Proportion)

สัดส่วนในหลักการจัดองค์ประกอบศิลป์ หมายถึง ความสัมพันธ์เชิงคณิตศาสตร์ของส่วนต่างๆ ที่มีต่อกันและกัน และมีต่อสัดส่วนโดยรวม ที่จริงแล้วคำนี้มีความหมายเฉพาะความสัมพันธ์เชิงคณิตศาสตร์ และเรขาคณิตของส่วนต่างๆ บนร่างกายมนุษย์ และอัตราส่วนของแต่ละส่วนหรือแต่ละหน่วยที่มีต่อส่วนอื่นๆ หรือส่วนรวมทั้งหมดของรูปทรงหรือมวลทฤษฎีสัดส่วนที่รู้จักกันดีได้แก่ หลักโกลเดนมีน (Golden Mean or Golden Section) ระหว่างยุคฟื้นฟูศิลปวิทยามีหนังสือตำราชื่อ De Divina proportion (ค.ศ. 1509) ซึ่งเขียนโดย ลูคา ปาซิโอลิ และวาดภาพประกอบโดยลีโอนาโด ดา วินชี เรียกสัดส่วนแบบโกลเดนมีนนี้ว่า "สัดส่วนจากเทพเจ้า"

3.8 เอกภาพ (Unity)

เอกภาพ คือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ของเนื้อหาและรูปทรง โดยอาศัยส่วนประกอบของศิลปะที่มาจัดวางประสานสัมพันธ์กัน ความเป็นเอกภาพในงานศิลปะ ช่วยให้งานโดดเด่นมีคุณค่า ซึ่งศิลปินผู้สร้างสรรค์ผลงานจำเป็นต้องศึกษาและทำความเข้าใจในความเป็นเอกภาพ ซึ่งสามารถทำได้หลายวิธีดังนี้

3.8.1 การจัดองค์ประกอบแบบเดี่ยว เป็นการจัดที่มีเรื่องราวรูปทรงเพียงอย่างเดียว การจัดองค์ประกอบจึงมักอยู่กลางภาพ ซึ่งจะเห็นได้ทั่วไป เช่น ภาพประกอบที่เน้นความสำคัญของตัวละคร และนำจัดวางในส่วนกลางภาพให้เห็นเด่นชัด สื่อความหมายได้ทันที

3.8.2 การจัดองค์ประกอบแบบคู่ เป็นการจัดองค์ประกอบของสองสิ่ง ซึ่งอาจจะมีขนาดเท่ากันหรือไม่เท่ากันก็ได้ การจัดองค์ประกอบแบบนี้เพื่อให้เกิดความเป็นเอกภาพ จึงควรจัดวางให้

เหลี่ยมล้ำกัน ซึ่งจะทำให้มีส่วนเด่นและส่วนรองการจัดองค์ประกอบแบบนี้ ช่วยให้ภาพประกอบมีมุมมองที่แตกต่างจากการจัดองค์ประกอบแบบเดี่ยว และยังสามารถทำให้เกิดระยะ หรือความตื้นลึกเกิดขึ้นในภาพได้

3.8.3 การจัดองค์ประกอบแบบกลุ่ม เป็นการจัดองค์ประกอบของหลายๆ สิ่งซึ่งองค์ประกอบเหล่านั้น อาจมีขนาดรูปร่าง รูปทรงที่ต่างกันบ้าง เหมือนกันบ้าง การจัดองค์ประกอบจากสิ่งที่หลากหลายนี้ จะต้องสร้างความสัมพันธ์ของรูปร่าง รูปทรงให้มีความเป็นเอกภาพด้วยเช่นกัน แต่ขณะเดียวกันก็ต้องคำนึงถึงภาพที่ปรากฏต้องแสดงเรื่องราวที่น่าสนใจ แสดงระยะ ซึ่งอาจเกิดจากขนาดหรือการใช้แสงและเงา

ผู้สร้างสรรคงานศิลปะจึงจำเป็นต้องศึกษาและทำความเข้าใจในการจัดภาพให้มีเอกภาพแบบต่างๆ จะช่วยให้ภาพที่สร้างสรรค์ขึ้น ดูน่าสนใจ ไม่น่าเบื่อ

4. หลักศิลปะที่ใช้ในการสร้างสรรค์ภาพประกอบ

งานสร้างภาพประกอบ เป็นงานศิลปะประเภทหนึ่งที่กระบวนการสร้างสรรค์ ต้องอาศัยหลักการและทฤษฎีทางศิลปะ จึงจะทำให้งานสร้างสรรค์ภาพประกอบมีคุณค่า ความงาม ความสะอาด อารมณ์แก่ผู้ดู แม้ว่าจะถ่ายทอดด้วยเทคนิควิธีการใดๆ ก็ตาม

ศิลปินผู้สร้างภาพประกอบ อาจจะเป็นบุคคลที่มีความรู้ ความสนใจในงานศิลปะที่ได้ฝึกทดลองสร้างสรรค์จนเกิดทักษะในการถ่ายทอดความคิดจินตนาการออกมาในตัวตนบุคคลคนเดียวกันอาจจะเป็นทั้งศิลปิน และนักสร้างสรรค์ภาพประกอบหรืออาจจะเป็นเพียงนักสร้างภาพประกอบมีอาชีพก็ได้ อย่างไรก็ตามกระบวนการสร้างสรรค์ในทุกๆ แขนง หลักการและทฤษฎีต่างๆ ที่ใช้ย่อมมีความประสานสัมพันธ์กัน เพียงแต่ว่าการสร้างสรรค์งานในบางประเภท อาจจะเน้นหลักการทฤษฎีบางเรื่องที่จะช่วยส่งเสริมผลงานให้โดดเด่น หลักการและทฤษฎีที่ใช้เป็นพื้นฐานในการสร้างสรรค์ภาพประกอบมีดังนี้

4.1 ส่วนประกอบศิลปะ (Art Elements)

นับว่าเป็นพื้นฐานสำคัญที่นักสร้างสรรค์ภาพประกอบควรจะต้องรู้และเข้าใจเพื่อจะใช้เป็นมาตรฐานในการสร้างสรรค์งาน ได้แก่

4.1.1 เส้น (Line) เส้นเป็นสิ่งที่แสดงระยะทาง และแสดงขอบเขตเมื่อปลายของเส้นที่เราลากมาบรรจบกัน เส้นมีหลายลักษณะและแต่ละลักษณะก็ให้ความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไป เช่น เส้นตรงให้ความรู้สึกมั่นคง แข็งแรง เส้นนอนให้ความรู้สึกสงบ ราบเรียบ แสดงพื้นระนาบ เส้นโค้งให้ความรู้สึกเคลื่อนไหว นุ่มนวล อ่อนหวาน ขณะที่เส้นหยักให้ความรู้สึกรุนแรง เคลื่อนไหวซับซ้อน และเส้นขีดให้ความรู้สึกหมุนเวียน วกวน เป็นต้น นอกจากนี้ เส้นยังสามารถแสดงออกถึงบุคลิกภาพลักษณะความแตกต่างของบุคคลและวัตถุต่างๆ ที่ใช้ การใช้เส้นให้ประสานกลมกลืนกันจะช่วยให้แลดูมีระเบียบ แต่การใช้เส้นให้มีทิศทางขัดแย้งกันจะทำให้เกิดความสับสนและความไม่มีระเบียบ ในทำนองเดียวกัน การใช้เส้นโค้งในงานศิลปะหรือการออกแบบโดยให้ความประสานสัมพันธ์กัน จะช่วยให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ความสงบ และอ่อนโยน

ผู้สร้างงานศิลปะทุกๆ แขนง ต้องสามารถนำเอาลักษณะเด่นของเส้นต่างๆ มาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์งานจะต้องสามารถเลือกใช้เส้นในโอกาสอันเหมาะสมที่จะช่วยส่งเสริมคุณค่าของผลงานทั้งลักษณะวิจิตรศิลป์ และประยุกต์ศิลป์ ดังเช่นการสร้างสรรค์ภาพประกอบวาดเส้น ศิลปินจะต้องมีทักษะการใช้เส้นสร้างสรรค์ เรื่องราว รูปภาพ และก่อให้เกิดพลังในการสื่อสาร

4.1.2 รูปร่างและรูปทรง (Shape and Form) รูปร่างและรูปทรงเป็นสิ่งที่เกิดจากการใช้เส้นในรูปแบบต่างๆ ถ้าหากเพียงลากเส้นให้เกิดขอบเขตของภาพมีแต่ความกว้าง ความยาว เราเรียกรูปที่เกิดขึ้นว่า รูปร่าง แต่เมื่อเพิ่มเติมเส้นให้เกิดเป็นรูปทรงปริมาตร หรือมีความหนาเกิดขึ้น เราเรียกว่า รูปทรง รูปร่างจึงมีลักษณะเป็น 2 มิติ ส่วนรูปทรงเป็น 3 มิติ ศิลปินผู้สร้างสรรค์ภาพประกอบจำเป็นต้องเข้าใจในเรื่องรูปร่างรูปทรง เพื่อจะใช้ในการสื่อความหมายได้ตรงตามเรื่องราว และบรรยากาศของภาพที่จะให้เกิดขึ้น

รูปร่างรูปทรงจะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกได้ ถ้าอยู่ในพื้นที่ ทิศทาง และองศาประกอบแวดล้อมแตกต่างกัน เช่นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า และรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสให้ความรู้สึกคงที่สงบ แต่ถ้าจัดให้รูปร่างนั้นวางเอียงหรือวางตรงมุม ให้ความรู้สึกสมดุล ความสงบก็จะเปลี่ยนไปทันที ในงานศิลปะชิ้นหนึ่งๆ นั้น จะประกอบด้วยรูปร่างรูปทรงที่หลากหลายมาจัดวางเข้าด้วยกันในพื้นที่ ศิลปินจะต้องแก้ปัญหาขนาดและสัดส่วนของรูปร่าง รูปทรงให้เกิดภาพและความรู้สึกตามที่ต้องการ ในงานสร้างสรรค์ภาพประกอบสิ่งปรากฏในกรอบภาพก็จะมีรูปร่างรูปทรงหลากหลาย ต่างขนาดซึ่งเพิ่มความมีชีวิตชีวาของภาพ

4.1.3 พื้นผิว (Texture) หมายถึง ลักษณะความแตกต่างที่ปรากฏบนระนาบหรือบนพื้นผิวใดๆ อาจจะเป็นผิวเรียบ หยาบ มั่น ขรุขระ พื้นผิวถือเป็นส่วนประกอบศิลปะที่สำคัญที่จะช่วยบอกความแตกต่างของวัตถุ บอกถึงบรรยากาศก่อให้เกิดอารมณ์สุนทรีย์แก่ผู้พบเห็น ในงานสร้างสรรค์ภาพประกอบจำนวนมากนิยมให้คุณลักษณะของพื้นผิวนั้นเรื่องราวของภาพให้โดดเด่นน่าสนใจ อาจจะทำขึ้นด้วยการระบายสี การพิมพ์ การวาดเส้น หรือการปะติดด้วยวัสดุต่างๆ

ในผลงานศิลปะนั้น คำว่าพื้นผิว หมายถึง คุณภาพด้านพื้นผิวที่ศิลปินพิจารณาเลือกสรรใช้ในการทำงาน ไม่ว่าจะเป็วิธีการระบายสีหรือการแกะสลัก โดยเลือกที่จะสร้างพื้นผิวให้เรียบ ขรุขระ พื้นผิวธรรมดาหรือแปลกๆ ขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของศิลปิน ดังเช่น จิตรกรภาพเหมือนเลือกใช้ผ้าใบลินินเนื้อหยาบหรือละเอียดก็ขึ้นอยู่กับเขามุ่งจะถ่ายทอดภาพเหมือนชิ้นนั้นในแบบเนียนนุ่มตา หรือป้ายสีลงไปตรงๆ แสดงรอยแปรงเพื่อถ่ายทอดพลัง พวกศิลปินกลุ่มนามธรรมหรือกลุ่มที่ค้นคว้าการหาหนทางใหม่ๆ ก็ต้องแสวงหาพื้นผิวใหม่ๆ ที่ช่วยส่งเสริมการแสดงออกตามแนวคิดใหม่ให้พัฒนารุดหน้าไป

นอกจากนี้จิตรกรอาจหาทางสร้างพื้นผิวโดยการนำวัสดุต่างๆ มาใช้ในการสร้างพื้นผิวแบบพิเศษ เช่น ทRAY ผงหินอ่อน ทรายเม็ดเล็กๆ มาตกแต่งเพิ่มเติมขึ้น นอกเหนือจากการระบายด้วยสีน้ำมัน บางครั้งก็เติมซีเมนต์ลงในเนื้อสีที่ใช้ระบายทำให้เกิดพื้นผิวของภาพแปลกออกไป และเร้าอารมณ์ความรู้สึกจากการสัมผัสทัศนศิลป์นั้น

4.1.4 สี (Color) สีเกิดจากแสงที่ส่องกระทบผิววัตถุ และสะท้อนแสงค่าของสีออกมาสู่สายตา สีที่ปรากฏในวงจรสีธรรมชาติมีมากมายหลายสี ได้แก่ สีแดง สีเหลือง สีฟ้า สีม่วง สีแสด สีดำ ฯลฯ สีต่างๆ เหล่านี้ช่วยให้งานสร้างสรรค์ศิลปะมีความน่าสนใจ และยังบอกเรื่องราวของปรากฏการณ์ วัตถุ ได้ใกล้เคียงความเป็นจริง นักสร้างสรรค์ภาพประกอบต้องมีความรอบรู้เรื่องสีซึ่งมีผู้คิดค้นไว้หลายทฤษฎีประเภทของสี ทั้งนี้เพื่อจะสามารถใช้สีในการสร้างสรรค์งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความหมาย และเสริมสร้างความเข้าใจแก่ผู้ชมภาพ

สำหรับทฤษฎีสีที่ถูกนำมาอ้างอิงในการสร้างสรรค์งานศิลปะ ซึ่งเป็นที่รู้จักคุ้นเคยกันเป็นอย่างดีคือ ทฤษฎีสีของหลุยส์ แพรง (Louis Prang) มิลตัน แบริดลีย์ (Milton Bradley) อาร์เธอร์ โปป (Arther Pope) เฮอริเบิร์ต อี.อีฟส์ (Herbert E.Ives) ซึ่งบุคคลที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ล้วนเป็นนักค้นคว้าด้านศิลปะที่มีชื่อเสียง ส่วนสาระเด่นของทฤษฎีสีของแพรงและคณะที่กล่าวมานี้ แบ่งวงสีออกเป็น 3 กลุ่ม ซึ่งมี

ความแตกต่างกันคือ ทฤษฎีสีบนพื้นฐานของเนื้อสี 3 สี คือ สีแดง สีเหลือง สีนํ้าเงิน เมื่อจับคู่ผสมกันก็จะได้สีใหม่ๆ เพิ่มขึ้น และถ้านำสีพื้นฐานทั้ง 3 สีผสมกันก็จะได้สีดำ หรือสีน้ำตาลเข้ม

ทฤษฎีบนพื้นฐานสีแดง สีเหลือง และสีนํ้าเงิน นับว่าเป็นที่นิยมมากในยุโรป ช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 18 สีแดง เหลือง นํ้าเงิน ในวงสีเรียกว่า สีหลักหรือสีขั้นที่หนึ่ง (Primary Colors) ซึ่งเชื่อกันว่าสีเหล่านี้ไม่สามารถผสมจากสีอื่นได้ แต่เมื่อนำสีคู่ใดคู่หนึ่งของสีหลักผสมกันก็จะได้สีขั้นที่สอง (Secondary Colors) คือสีเหลือง ผสมกับสีนํ้าเงิน เกิดเป็นสีเขียว สีเหลืองผสมสีแดง เกิดเป็นสีส้ม สีแดง ผสมกับสีนํ้าเงินเกิดเป็นสีม่วง และถ้าผสมสีขั้นที่หนึ่งและสอง ซึ่งอยู่ใกล้กันในวงสีก็จะได้สีขั้นที่สาม (Tertiaries) คือ สีเหลืองส้ม ส้มแดง ม่วงแดง ม่วงนํ้าเงิน นํ้าเงินเขียว เขียวเหลือง

อย่างไรก็ตามถ้าพิจารณาถึงความสัมพันธ์ของสีในวงสี เราเรียกว่า ความกลมกลืนของสี (Color Harmony) ซึ่งเป็นการใช้สีตั้งแต่ 2 สีขึ้นไปให้กลมกลืนกันส่วนสีกลมกลืนเอกรงค์ (Monochromatic Harmony) เป็นการใช้สีเพียงสีใดสีหนึ่งซึ่งมีน้ำหนักอ่อนแก่หลายน้ำหนักให้กลมกลืนกัน สีกลมกลืนคล้ายกัน (Analogous Harmony) เกิดจากสีที่อยู่ใกล้เคียงในวงสี เช่นกลุ่มสีส้ม สีเหลืองส้ม และสีเหลืองเป็นต้น สีกลมกลืนสามเส้า (Triad Harmony) เป็นการใช้สี 3 สีจากวงสี โดยเฉพาะอย่างยิ่งสีสามเส้าของสีขั้นที่หนึ่ง สีขั้นที่สอง และสีขั้นที่สาม นำมาใช้ร่วมกันนอกจากนี้ยังมีแนวคิดเกี่ยวกับสีตัดกันและกลมกลืนกันอีกมากมายหลายแนวคิดซึ่งก่อให้เกิดประโยชน์กับนักออกแบบหรือศิลปินตลอดมา

สำหรับคุณสมบัติของสี (Color Property) ทฤษฎีหลายทฤษฎีได้แบ่งคุณสมบัติของสีไว้ 3 ลักษณะคือ สีแท้ (Hue) น้ำหนักสี (Value) และความเข้มของสี (Intensity)

1) สีแท้ คือ สีเด่นหรือสีบริสุทธิ์สีใดสีหนึ่ง ซึ่งยังมีได้ผสมให้เกิดค่าสีต่างออกไป สีแดงแท้ หมายถึงสีแดงบริสุทธิ์ที่ปราศจากสีดำ สีขาว หรือสีอื่นใด และเป็นพื้นฐาน ซึ่งก่อให้เกิดคุณสมบัติอื่นๆ ตามมา

2) น้ำหนักสี น้ำหนักสีคือ สีซึ่งสัมพันธ์กับความเบา –หนัก หรืออ่อน –แก่ (Lightness or Darkness) ของสีใดสีหนึ่ง น้ำหนักสีมีความสัมพันธ์กับระดับสีเทา (Gray Scale) ซึ่งไล่ น้ำหนักจากสีขาวไปสู่สีดำหลายน้ำหนัก อาจเป็น 5, 7 หรือ 9 น้ำหนัก (หรือนับด้วยสิบหรือร้อยน้ำหนักก็ได้) ผู้มีความเชี่ยวชาญในเรื่องสี เช่นนักออกแบบหรือจิตรกร เมื่อเห็นสีแท้สีใดสีหนึ่ง ย่อมมองเห็นน้ำหนักสีของ

สีเหล่านั้นไปพร้อมกัน น้ำหนักสีซึ่งเบาว่าน้ำหนักสีปกติ เรียกว่า สีค่าอ่อน (Tint) สีซึ่งมีน้ำหนักสีหนักกว่าน้ำหนักสีปกติของสีนั้นเรียกว่า สีค่าแก่ (Shade)

3) ความเข้มของสี ความเข้มของสี (Intensity) มีความหมายคล้ายกับค่าสี (Chroma) หรือสภาพอิ่มตัวของสี (Saturation) ซึ่งเป็นสภาพบริสุทธิ์ของสีแต่ละสี เป็นสีที่ไม่มีค่าของสีเทาเจือปน ถ้ามีค่าสีเทาเจือปนอยู่ก็ถือว่าเป็นสีที่มีความเข้มต่ำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งค่าสีเทาหรือสีเทากลาง (Neutral Gray) ที่เกิดจากการผสมกับสีตรงข้ามผสมกับ สีเทา สีขาวหรือสีดำ และสีความเข้มต่ำเหล่านี้เรียกว่า สีคล้ำ (Tone) ซึ่งถ้าหากพิจารณาสีที่ใช้อยู่ในชีวิตประจำวัน เช่น สีน้ำตาล สีน้ำตาลเข้ม สีเนื้อ (Tan) ล้วนเป็นสีที่มีความเข้มต่ำ

ดังนั้นเมื่อศิลปินหรือนักออกแบบสร้างสรรค์งานจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับสี ซึ่งเป็นสื่อในการแสดงออก คุณภาพของสี เช่น คุณภาพดูดซับแสง เช่น สีน้ำมัน และสีอะครีลิค ตลอดจนประสบการณ์เกี่ยวกับสีเหล่านี้เป็นประสบการณ์ที่ต้องเรียนรู้โดยตรง

จิตวิทยาเกี่ยวกับสีก็เป็นเรื่องที่ต้องศึกษาเรียนรู้ โดยเฉพาะศิลปินด้านทัศนศิลป์และประยุกต์ศิลป์ เพราะสีแต่ละสีมีพลังปลูกเร้าการตอบสนองของอารมณ์ออกจากคุณภาพด้านอื่นๆ แล้ว ยังมีอุณหภูมิเชิงจิตวิทยาอยู่ในตัวของมัน เช่น สีแดง สีส้ม สีเหลือง ให้ความรู้สึกอุ่น และสัมพันธ์กับแสงอาทิตย์ หรือไฟ สีน้ำเงินหรือสีเขียว สัมพันธ์กับป่า น้ำ ท้องฟ้า และให้ความรู้สึกเย็น เป็นต้น นักออกแบบและนักสร้างสรรค์ ย่อมต้องเรียนรู้และเข้าใจในเรื่องจิตวิทยาเกี่ยวกับสี ความสัมพันธ์ระหว่างสีกับปฏิกิริยาตอบสนองของมนุษย์ และนำประโยชน์จากการเรียนรู้และประสบการณ์ไปสร้างสรรค์งานศิลปะหรืองานออกแบบ สีจึงเปรียบประดุจองค์ประกอบหลักที่สามารถควบคุมและเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบอื่น ทั้งนี้เพราะสีมีส่วนเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบทุกอย่างที่ประกอบเป็นภาพ และมีอิทธิพลเหนือจิตใจ และก่อให้เกิดความรู้สึกในด้านต่างๆ ได้ การใช้สีอาจใช้สี ๑ เดียวหรือหลายสี สีทุกสีจึงมีความหมายและมีสัญลักษณ์เฉพาะตัว ซึ่งจะทำให้ความรู้สึกทางด้านที่ดีและไม่ดีไปตามลักษณะของสี ซึ่งอาจจะเปลี่ยนแปลงไปตามวัฒนธรรมของแต่ละสังคมด้วย เช่น สีแดง สำหรับชาวตะวันตกเป็นสีแห่งความสุขสมบูรณ์ สัญลักษณ์ของชีวิตและแสดงถึงความปิติยินดี ร่าเริง แต่ในประเทศทางตะวันตก สีแดงกลับมีความหมายไปในทางตรงกันข้ามกับชาวตะวันออก คือ มีความรู้สึกว่าเป็นสีที่แสดงถึงความไม่ปลอดภัย น่ากลัว และมักจะมี ความหมายไปในทำนองก่อความอารมณ์ เป็นต้น ในการสร้างสรรค์งานภาพประกอบศิลปินที่มีความรู้ความเข้าใจเรื่องสีเป็นอย่างดี ย่อมสร้างสรรค์บรรยากาศของภาพวาดได้อย่างสมจริงสมจัง ตอบสนองอารมณ์ของผู้อ่าน

4.1.5 แสงและเงา (Light & Shade) แสงและเงา คือค่าความเข้มของแสง เมื่อแสงกระทบวัตถุ ส่วนที่รับแสงจะมีความสว่าง ส่วนด้านตรงข้ามที่แสงส่องจะเป็นเงาค่าของแสงและเงาช่วยให้การรับรู้ของวัตถุ เกิดมิติ ตื้นลึก ในงานจิตรกรรมแสงและเงาเกิดจากการระบายน้ำหนักอ่อนแก่ของสี ส่วนงานประติมากรรมและสถาปัตยกรรมนั้น ค่าแสงเงาเกิดจากการที่แสงไปกระทบพื้นผิวประติมากรรม หรือสถาปัตยกรรม การสร้างสรรค์ศิลปะในแขนงอื่นๆ ก็เช่นเดียวกัน ก็ต้องคำนึงถึงค่าของแสงและเงาด้วย เช่น การสร้างฉากละคร การสร้างภาพยนตร์ การสร้างศิลปะสมัยใหม่ รวมทั้งการใช้แสงและเงาในงานประยุกต์ศิลป์อื่นๆ แสงและเงามีผลต่อความรู้สึกและการรับรู้ จึงเป็นเรื่องที่ผู้สร้างสรรค์งานศิลปะจำเป็นต้องศึกษาทั้งในด้านความงามในธรรมชาติ และในการสร้างสรรค์งานศิลปะ ปริมาณและชนิดของแสงที่ตกลงกระทบบนวัตถุ จะก่อให้เกิดอารมณ์และความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไป เช่น แสงยามเย็นที่พระอาทิตย์กำลังจะลับขอบฟ้า จะทำให้รู้สึกหม่นหมอง สงบเงียบ แต่แสงยามรุ่งอรุณที่เริ่มทอแสงทองสว่างก็จะทำให้รู้สึกสดชื่น มีพลังแห่งความหวัง

หลักการใช้แสงและเงา แบ่งค่าออกเป็น 6 ค่า ดังนี้

1) แสงสว่างที่สุด (High Light) เป็นส่วนของวัตถุที่กระทบแสงโดยตรงจึงทำให้บริเวณที่มีแสงสว่างที่สุด มีลักษณะมันวาว ในการวาดเส้นแรเงาบริเวณนี้ จะมีน้ำหนักอ่อนที่สุด ซึ่งอาจทำขึ้นได้โดยใช้วิธีลบด้วยยางลบ

2) แสงสว่าง (Light) เป็นส่วนของวัตถุที่ไม่ได้ปะทะแสงโดยตรง แต่อยู่ในพื้นที่ที่ได้รับอิทธิพลจากแสงนั้น ในการแรเงาน้ำหนักบริเวณนี้จะต้องทำให้น้ำหนักอ่อนจาง แต่ก็ยังมีน้ำหนักแก่บริเวณที่เป็นแสงสว่างที่สุดเล็กน้อย

3) เงา (Shadow) เป็นส่วนของวัตถุที่ได้รับอิทธิพลของแสงเพียงเล็กน้อยการแรเงาน้ำหนักนี้จะต้องให้มีน้ำหนักแก่กว่าบริเวณแสงสว่างพอสมควร

4) เงามืด (Core of Shadow) เป็นส่วนของวัตถุที่ไม่มีอิทธิพลของแสงเลย จึงเป็นบริเวณที่จะต้องแร่น้ำหนักเข้มที่สุด ยิ่งกว่าส่วนอื่นๆ ทั้งหมด

5) แสงสะท้อน (Reflected Light) เป็นส่วนของวัตถุที่ไม่ได้กระทบแสงโดยตรง แต่เป็นบริเวณที่กระทบแสงสะท้อนจากวัตถุอื่นที่อยู่ใกล้ ๆ นั้น น้ำหนักบริเวณนี้จะอ่อนกว่าบริเวณเงามืด ค่าของแสงสะท้อนจะให้ความรู้สึกเหมือนจริง และมีอากาศอยู่โดยรอบ

6)เงาตกทอด (Cast Shadow) เป็นบริเวณที่เป็นเงาของวัตถุชิ้นนั้นทอดไปตามพื้นที่รองรับ ซึ่งมีน้ำหนักแก่กว่าบริเวณที่เป็นแสงสะท้อน ขนาดและรูปร่างของเงาตกทอดจะเป็นอย่างไร ย่อมขึ้นอยู่กับรูปร่างของวัตถุ ตำแหน่งและต้นกำเนิดแสงท่ามมกับพื้นระนาบ ประมาณ 45 องศา ใ้ไรก็ตามในการวาดภาพภาพๆ หนึ่งย่อมประกอบด้วยรูปทรงหลากหลายลักษณะพื้นผิวต่างๆ ดังนั้นการแรเงาจะต้องบูรณาการวิธีการเร้าน้ำหนักหลายวิธีด้วยกัน เพื่อความเหมาะสมและความสมบูรณ์ของงาน ส่วนการแรเงาในลักษณะแสงและเงากลมกลืนกัน โดยปกติการเกลี่ยระยะน้ำหนักแสงเงาสามารถแบ่งระยะน้ำหนัก อ่อนแก่ ได้ 7 – 9 ระยะน้ำหนัก นับจากระยะขาวสุดจนถึงเข้มสุด การแรเงาในภาพโดยวิธีการเกลี่ยน้ำหนักให้เกิดความกลมกลืน จึงทำให้ได้ภาพที่ใกล้เคียงกับธรรมชาติมากที่สุด แต่การแรเงาในลักษณะแสงและเงาตัดกัน วิธีดังกล่าวจะแสดงถึงการใช้แสงเงาอย่างเด่นชัด ดังนั้นภาพที่ได้จึงให้แสงจัดเงาเข้ม

งานสร้างภาพประกอบที่รู้จักใช้แสง และเงา จะช่วยให้ภาพดูมีชีวิตชีวา มีบรรยากาศของภาพตามเจตนาของศิลปินผู้สร้างสรรค์ ทั้งนี้เพราะภาพที่สร้างสรรค์ขึ้นมาดูไม่จืดชืด หรือให้เกิดความรู้สึกแบนเรียบจนเกินไป

4.1.6 บริเวณว่าง (Space) คือพื้นที่ปรากฏ และยังรวมไปถึงมิติหรือความตื้นลึกของสิ่งที่ปรากฏในความรู้สึกทางการเห็นในงานทัศนศิลป์ มีบริเวณว่าง 2 มิติ และบริเวณว่างที่เป็นจริงแบบ 3 มิติ ที่สามารถสัมผัสความตื้นลึกได้เช่น บริเวณว่างของประติมากรรม เครื่องปั้นดินเผา สถาปัตยกรรม ส่วนบริเวณว่าง 2 มิติ คือความกว้างและความยาว แต่อาจจะมีมิติที่ 3 ซึ่งเป็นมิติลวงตา ศิลปินที่มีความสามารถจะใช้บริเวณว่างเสริมคุณค่าการสร้างสรรค์ผลงานทัศนศิลป์ ทั้งด้านเนื้อที่ใช้สอยและความงาม

5. ขั้นตอนการสร้างภาพประกอบ

การสร้างภาพประกอบหนังสือและสิ่งพิมพ์ ก่อนอื่นศิลปินผู้สร้างสรรค์ภาพจะต้องทำความเข้าใจถึงประเภทของสิ่งพิมพ์ว่าเป็นสิ่งพิมพ์ประเภทใด เพื่อจะกำหนดลักษณะงานภาพประกอบได้อย่างเหมาะสม ทั้งรูปแบบและเทคนิคการนำเสนอ ขณะเดียวกันก็ต้องคำนึงถึงกระบวนการผลิตภาพประกอบด้วย สำหรับขั้นตอนการสร้างภาพประกอบ มีขั้นตอนดังนี้

5.1 ศึกษาเรื่องราวหรือเนื้อหาของหนังสือ

เป็นขั้นตอนแรกในการสร้างภาพประกอบ ซึ่งศิลปินจะต้องทำความเข้าใจ ในเนื้อหาของหนังสือ ก่อนที่จะลงมือสร้างภาพประกอบ หรือถ้าหากมีโอกาสพบปะกับผู้เขียนก่อน เพื่อขอทราบข้อมูลบางประการเกี่ยวกับจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ของศิลปิน การอ่านเรื่องอย่างละเอียดถี่ถ้วนจะช่วยให้การทำงานของศิลปินง่ายขึ้นเพราะจะเข้าใจเรื่องราวเนื้อหา ทำให้สามารถคัดเลือกเนื้อหาที่นำมาสร้างภาพประกอบขณะเดียวกันการอ่านจะช่วยให้ศิลปินเกิดจินตนาการภาพตามเรื่องราว ซึ่งจะนำไปสู่การสร้างสรรค์ภาพได้อย่างสอดคล้องกับเนื้อเรื่อง และยังจะช่วยให้เกิดความคิดรวบยอด (Concept) ในการเลือกเทคนิคการสร้างสรรค์ภาพไปด้วย เพราะการอ่านงานเขียน นอกจากศิลปินจะสามารถจับประเด็นหรือเรื่องราวได้แล้ว ยังก่อให้เกิดแรงบันดาลใจเกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งจะเป็นตัวชี้ทางเลือกว่าจะใช้เทคนิคการสร้างสรรค์แบบใด โดยเฉพาะการสร้างสรรค์ภาพประกอบหนังสือ นวนิยาย เรื่องสั้น บทความ และภาพประกอบงานวรรณกรรมต่างๆ จำเป็นที่ศิลปินต้องอ่านงานเขียนจนถึงขั้นรับรู้ทางอารมณ์ จะมีผลต่อการสร้างงานภาพประกอบที่มีคุณภาพ ส่วนหนังสือทางวิชาที่ต้องการความถูกต้องตามความเป็นจริง ผู้สร้างภาพประกอบก็ต้องยึดวัตถุประสงค์ของเนื้อหาสาระ นั่นคือต้องถ่ายทอดภาพออกมาให้มีความสมจริงถูกต้องตามขนาด สัดส่วน ตลอดจนสีเส้น

5.2 การเลือกวัสดุสำหรับสร้างสรรค์ภาพประกอบ

วัสดุที่ใช้ในการสร้างสรรค์งานภาพประกอบ มีมากมายหลายชนิด เพื่อสำหรับศิลปินและผู้สร้างสรรค์ได้เลือกใช้ตามความถนัด สอดคล้องกับเทคนิคการสร้างสรรค์ ที่จะสามารถสร้างเรื่องราวและอารมณ์ของภาพประกอบให้เป็นตามเจตนาวัสดุและอุปกรณ์ที่นิยมใช้ในการสร้างภาพประกอบมีดังนี้

5.2.1 ดินสอดำ (Graphite Pencil) ดินสอดำเป็นอุปกรณ์ที่รู้จักและคุ้นเคยเป็นอย่างดี ถือว่าเป็นอุปกรณ์พื้นฐานที่นิยมใช้ในการเขียนหนังสือและวาดภาพ ภาพที่เกิดจากการเขียนด้วยดินสอดำ อาจจะเป็นลักษณะลายเส้นหรือภาพวาดแรเงาลงน้ำหนักอ่อนแก่ ทำให้เกิดความรู้สึกประทับใจแก่ผู้พบเห็นดินสอดำมีหลายเกรด เช่น 6B, 4B, HB, H, EE และดินสอดำเป็นต้น

5.2.2 ดินสอดำคาร์บอน (Carbon Pencil) ดินสอดำคาร์บอน หรือดินสอดำเป็นดินสอดำสำหรับวาดเขียนอีกชนิดหนึ่ง เป็นวัสดุเก่าแก่ที่ใช้เขียนมาตั้งแต่สมัยโบราณมีความเปราะ แต่บางชนิด

เนื้ออ่อน บางชนิดแข็งมากเกินไปไม่เหมาะกับการใช้บนกระดาษบางและอ่อน ซึ่งมีวิธีใช้เช่นเดียวกับดินสอธรรมดาทั่วไป

5.2.3 ถ่านชาร์โคล (Charcoal Pencil) ถ่านชาร์โคลมีขนาดต่างๆ กันตั้งแต่อ่อนจนถึงเข้ม และชนิดที่เป็นแท่งถ่านสีเหลี่ยมที่เรียกกันว่า "คอนเตเกรยอง" ไม้ถ่านมีเนื้อละเอียดแน่นน้ำหนักเบาทำจากต้นงุ่น ซึ่งเผาขึ้นตามกรรมวิธีการผลิตของผู้ทำ ถ่านชาร์โคลมีสภาพคล้ายกิ่งไม้เล็กๆ ลักษณะกลม เนื้ออ่อนนุ่ม เวลาขีดเขียนเป็นสีดำ นอกจากนี้ยังมีถ่านชาร์โคลชนิดอื่นๆ อีก เช่น ชนิดครึ่งวงกลม ชนิดแบบหนา ชนิดแท่งสี่เหลี่ยม เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้ใช้

5.2.4 สีชอล์ก (Chalk Color) สีชอล์กเป็นวัสดุการวาดภาพชนิดหนึ่งที่มีลักษณะเป็นแท่งกลม ขนาดจับสะดวกมือ เวลาขีดเขียนหรือระบายสีให้ความรู้สึกคล่องแคล่ว สามารถใช้เป็นสื่อถ่ายทอดเรื่องราวจินตนาการได้เป็นอย่างดี เหมาะสำหรับการถ่ายทอดในลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ (Expression)

5.2.5 หมึก (Ink) หมึกมีหลายประเภท ทั้งหมึกเขียนหนังสือและหมึกสีสำหรับงานออกแบบ และงานสร้างสรรค์ต่างๆ หมึกสีมีให้เลือกใช้หลายสี นิยมใช้พู่กันระบายเป็นรูปภาพบนกระดาษวาดเขียน นอกจากนี้หมึกยังใช้น้ำช่วยระบายให้เกิดน้ำหนักอ่อนแก่ได้

5.2.6 ปากกา (Pen) ปากกาที่ใช้เขียนภาพ มีทั้งปากกาที่ใช้จุ่มหมึกมีแบบต่างๆ ทั้งนี้เพื่อความสะดวกในการทำงาน เช่น ปากกาแหลม ปากกาดัดเล็ก ปากกาดัดใหญ่ ฯลฯ วิธีใช้จะต้องจุ่มหมึกก่อนแล้วจึงเขียนได้ ส่วนปากกาหมึกซึม สามารถใช้เขียนต่อเนื่องกันไปตลอดจนกระทั่งหมึกหมด ปากกาคีมี่ต่างๆ เป็นเครื่องเขียนสำเร็จรูปเหมาะกับการ สเก็ตซ์ภาพ วาดภาพลายเส้น

5.2.7 สีน้ำ (Water Colors) สีน้ำเป็นสีที่ทำจากวัตถุดิบ เวลาระบายสีใช้น้ำเป็นตัวละลาย คุณสมบัติของสีน้ำโปร่งใส และจะไหลซึมขณะระบาย สามารถใช้พู่กันระบายให้เกิดภาพ และน้ำหนักของแสงเงาได้ สีน้ำมีให้เลือกทั้งแบบบรรจุหลอด และแบบบรรจุตุ้ม มีมากมายหลายสี สะดวกในการทำงานวาดภาพ สีน้ำเป็นสื่อที่ใช้กันมาตลอดยุคกลางในทวีปยุโรป โดยใช้ระบายในหนังสือเลขาวิจิตร แต่จะใช้กันน้อยมากในระหว่างคริสต์ศตวรรษที่ 16, 17 และ 18 นอกเสียจากในผลงานจิตรกรรม จิตรกรสีน้ำของจีนและญี่ปุ่นใช้สีน้ำระบายลงสิ่งทอที่สวยงามมีค่า เช่นผ้าไหมพองๆ กับที่ใช้ระบายลงบนกระดาษเยื่อไม้หรือเยื่อจากต้นข้าว

กลวิธีสร้างสรรค์ภาพสีน้ำโปร่งใสสมัยใหม่นั้น พัฒนารุ่งขึ้นในประเทศอังกฤษระหว่างช่วงปลายของคริสต์ศตวรรษที่ 18 และต้นคริสต์ศตวรรษที่ 19 ในระยะต้นๆ ของช่วงนี้ ภาพสีน้ำจะวาดในลักษณะภาพวาดสีเอกรงค์ สีซีเปีย หรือสีฟ้า ซึ่งใช้ปากกา วาดเส้นควบคู่ไปกับการใช้พู่กันระบายภายหลัง ต่อมากลวิธีที่ระบายสีน้ำแบบอิสระได้รับความนิยมแทนที่กลวิธีนี้ ปัจจุบันนิยมใช้สีน้ำในการระบายบริเวณกว้างๆ มากกว่า

จิตรกรสีน้ำสมัยใหม่มักเป็นจิตรกรชาวอังกฤษและอเมริกันเป็นส่วนใหญ่จิตรกรสีน้ำชาวอเมริกันที่มีชื่อเสียงได้แก่ วินสโลว์ โฮเมอร์ (ค.ศ. 1836 – 1910) จอห์น มาริน (ค.ศ. 1872 – 1953) เอ็ดเวิร์ด ฮอปเปอร์ (ค.ศ. 1882 – 1967) ชาร์ล เดอมูธ (ค.ศ. 1883 – 1935) และชาร์ล เพ็ชฟีลด์ (ค.ศ. 1893 – 1967) (ไมเยอร์, รา,ฟ. 1540 : 991 – 992) และในบรรดาจิตรกรสีน้ำดังกล่าวนี้ หลายคนก็มีผลงานวาดภาพประกอบที่งดงาม เช่น วินสโลว์ โฮเมอร์

5.2.8 สีโปสเตอร์ (Poster Colors) คือสีที่มีคุณสมบัติที่บดแสง ราคาถูกทำจากสีผสม ส่วนประกอบตัวผสมเนื้อที่ละลายน้ำได้ เช่น กาวหรือยางไม้ ขยายในรูปบรรจุขวด เหมาะสมที่จะใช้ในงานระบายที่ง่าย ๆ ไม่ยุ่งยากหรืองานที่ไม่ต้องการผลงานที่ประณีตนัก เช่น การระบายสีในงานทำใบปิด (โปสเตอร์) งานออกแบบที่ระบายสีแบบๆ งานระบายสีของเด็ก บางทีก็เรียกว่าสีสำหรับระบายแผ่นโฆษณา (Show Card)

5.2.9 สีอะครีลิก (Acrylic Colors) เป็นสีสำหรับใช้ในงานศิลปะ มีส่วนผสมของอะครีลิกกับยาง บางชนิดที่พ่นลงผสมกับน้ำ สีอะครีลิกจะไม่เปลี่ยนสีคล้ำลงมีคุณสมบัติแห้งเร็ว ล้างออกได้ง่ายโดยการใช้หัวน้ำมันแร่ หรือน้ำมันสน สีอะครีลิก ผลิตขายในรูปของหลอดภายใต้ชื่อการค้าว่าสีแมกนา (ภาพที่ 4.37)

5.2.10 กระดาษ (Paper) เป็นใยหรือปุยของพืชที่โยงใยสอดประสานกันเป็นแผ่น ใช้เป็นพื้นรองรับควบคู่ไปกับการทำหน้าที่เป็นพื้นระนาบ ให้กับงานวาดเขียน ระบายสีน้ำ สีพาสเทลหรือกลวิธีอื่นๆ ในงานเขียนหรือวาด กระดาษที่ใช้ในงานวิจิตรศิลป์จะทำจากใยของผ้าลินินและฝ้าย กระดาษที่มีคุณภาพต่ำจะทำมาจากใยไม้และส่วนผสมของใยผ้ากับใยไม้ กระดาษที่ใช้สำหรับสีน้ำที่มีคุณภาพต่ำจะทำมาจากใยไม้และส่วนผสมของใยผ้ากับใยไม้ กระดาษที่ใช้สำหรับสีน้ำที่มีคุณภาพดีที่สุด จะทำด้วยมือ (ภาพที่ 4.38)

5.2.11 กระดาษวาดสีพาสเทล (Pastel Paper) กระดาษวาดสีพาสเทลเป็นกระดาษชนิดใดก็ได้ที่มีลักษณะพื้นผิวที่สามารถใช้สีพาสเทลเกาะยึดได้ สีพาสเทลจะเกาะติดกับกระดาษที่ทำมาจากใยผ้า มีด้วยกันหลายชนิด อาจจะมีเนื้อนุ่มหรือเนื้อกระดาษ ผิวเรียบหรือผิวแบบอื่นๆ กระดาษสำหรับใช้กับสีพาสเทลมักมีสีเทา สีน้ำเงิน หรือสีที่ติดทนอื่นๆ ซึ่งมีพื้นของกระดาษมีส่วนในการเสริมคุณค่าของงานจิตรกรรมแต่สีขาวก็ใช้กันอยู่ด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ยังมีกระดาษที่ผลิตสำหรับใช้ในการเขียนสีพาสเทล โดยเฉพาะกระดาษที่เหมาะสมสำหรับใช้ทำงานสีพาสเทลควรเป็นกระดาษที่มีใยกระดาษปรากฏบนพื้นผิว หรือกระดาษที่มีเนื้อหยาบ ส่วนกระดาษที่มีพื้นเรียบเนียนเนื้อละเอียด เหมาะสมสำหรับใช้ในงานประเภทที่ระบายเกลี่ยสีในลักษณะแรเงา

5.2.12 สีพาสเทล (Pastel) สีเทียนซึ่งมีส่วนผสมของเนื้อสีกับส่วนประกอบของตัวผสมเนื้อสีที่เป็นน้ำ เช่น กาวประเภทกาวดิน ในปริมาณพอเพียงจะให้เนื้อสีจับตัวกันเป็นแท่งเท่านั้น นอกจากนั้นแล้วคำนี้ยังใช้เรียกผลงานศิลปะที่ระบายด้วยสีประเภทนี้ สีพาสเทลมีหลายชนิดขึ้นอยู่กับปริมาณของขอล์กที่ผสมอยู่ในเนื้อสีว่ามีมากน้อยต่างกันเพียงไร (ภาพที่ 4.40 – 4.41) จิตรกรใช้วัสดุประเภทขอล์กหรือสีก้อน ในลักษณะนี้มาตั้งแต่ยุคโบราณ (ยุคหิน) แต่กลวิธีในการสร้างผลงานจิตรกรรมสีพาสเทลที่เรารู้จักกันในปัจจุบันนี้ เริ่มเป็นที่นิยมในนครปารีส ช่วงทศวรรษหลัง ค.ศ. 1720 โดยจิตรกรชาวเวนิสชื่อโรซัลบา คาร์ริวา (ค.ศ. 1675 – 1757) ส่วนจิตรกรผู้ยิ่งใหญ่แห่งวงการสีพาสเทล ในคริสต์ศตวรรษที่ 18 ได้แก่ มอริส กอร์แดง เดอ ลาดูร์ (ค.ศ. 1704 – 1788) ฌอง – บัปติสต์ – ซิเมง ชาร์แดง (ค.ศ. 1699 – 1779) และ ฌอง เดเดียน ลีโอดาร์ด (ค.ศ. 1702 – 1789) และในคริสต์ศตวรรษที่ 19 เอ็ดการ์เดอกาส์ (ค.ศ. 1834 – 1917) ก็ได้สร้างผลงานจิตรกรรมสีพาสเทลทั้งดงามไว้เช่นกันและรวมทั้งผลงานวาดภาพประกอบอีกมากมาย

5.3 วิธีการสร้างสรรค์ภาพประกอบ

งานสร้างสรรค์ภาพประกอบ กล่าวได้ว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการออกแบบงานผลิตสื่อสิ่งพิมพ์และหนังสือ สิ่งพิมพ์ที่ขาดภาพประกอบ ย่อมมีผลกระทบที่จะทำให้สิ่งพิมพ์นั้นขาดเสน่ห์ ขาดแรงจูงใจ หรืออาจทำให้การสื่อความหมายไม่บรรลุผลเท่าที่ควร ด้วยเหตุนี้ นักออกแบบจึงให้ความสำคัญเป็นลำดับแรกที่จะกำหนดภาพลักษณ์ของสื่อสิ่งพิมพ์นั้นๆ ทั้งด้านเนื้อหาและเรื่องราวที่จะสะท้อนให้ผู้รับสื่อทราบ โดยเฉพาะภาพประกอบที่ปรากฏในวารสาร นิตยสาร ภาพประกอบบทความหนังสือตำราวิชาการ หนังสืออ่านสำหรับเด็ก ศิลปินหรือผู้สร้างภาพประกอบต้องแสวงหาวิธีสร้างสรรค์ภาพออกมาให้มีพลังใน

การสื่อความหมายตามเนื้อเรื่อง และเหมาะสม สอดคล้องกับประเภทของสิ่งพิมพ์นั้นๆ เทคนิควิธีการสร้างสรรค์จึงเป็นขั้นตอนสำคัญ การสร้างภาพประกอบที่เกิดจากเทคนิคระบายสีน้ำย้อมให้ความรู้สึกของภาพแตกต่างจากเทคนิคการปะติด หรืองานภาพประกอบวาดเส้นย้อมแตกต่างจากงานเจาะกระดาษเป็นรูปภาพ (Pop – up) อย่างไรก็ตาม ไม่ว่าศิลปินจะเลือกใช้เทคนิคการสร้างสรรค์แบบใด จะต้องคำนึงถึงคุณภาพในการสื่อสารของภาพประกอบนั้นๆ

2. การเขียนนวนิยายสั้น

2.1 การแบ่งประเภทของนวนิยาย ไม่ได้มีหลักเกณฑ์ตายตัว ไม่มีทฤษฎีใด ๆ มาบอกว่าใครแบ่งถูกหรือผิด บางคนก็แบ่งได้มากและละเอียดยิบ บางคนก็แบ่งเอาง่าย ๆ คร่าว ๆ ไม่มีใครว่ากันแต่ความสำคัญและจำเป็นของการแบ่งประเภทของนวนิยายเท่าที่เห็นแน่ ๆ ก็คือ มันง่ายต่อการทำตลาดและเหมาะสำหรับนักเขียนใหม่ ที่ควรจรรู้เอาไว้เป็นแนวในการเขียนเท่านั้น แต่ก็อีกแหละ ...เวลานักเขียนเขาเขียนนวนิยายจะไม่มัวมาขีดเส้นแบ่งหรือว่า กำลังเขียนนวนิยายประเภทไหนอยู่ เพราะมันใช้ร่วมกันได้ ดังนั้นการแบ่งในที่นี้จึงขอแบ่งกว้าง ๆ ดังนี้

2.1.1 นวนิยายรัก (Romance fiction) เป็นนวนิยายที่มีเรื่องราวของความรัก ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นแกนกลางของเรื่อง จะเป็นเรื่องที่เน้นอารมณ์ความรู้สึกของตัวละครเป็นสำคัญ นวนิยายประเภทนี้มีมากที่สุดในตลาดนวนิยาย และพล็อตเกี่ยวกับความรักก็จะสอดแทรกเข้าไปอยู่ในนวนิยายเกือบทุกประเภท

2.1.2 นวนิยายลึกลับ (Mystery fiction) จะเน้นไปที่นวนิยายประเภทสืบสวน สอบสวน หรือเป็นนวนิยายนักสืบ

2.1.3 นวนิยายสยองขวัญ (Horror fiction) เป็นนวนิยายที่เสนอเรื่องสยองขวัญ ระทึกขวัญเช่นเรื่องเกี่ยวกับปีศาจ สัตว์ร้ายมหึมา เรื่องผีดิบดูดเลือด แวมไพร์ หรือเรื่องของหญิงสาวบริสุทธิ์นำสงสารตกอยู่ในการขู่เข็ญของคนหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

2.1.4 นวนิยายวิทยาศาสตร์ (Sciences fiction) เป็นนวนิยายที่เอาเรื่องทางวิทยาศาสตร์มาเป็นแกนสำคัญในการสร้างเรื่อง

2.1.5 นวนิยายมหัศจรรย์ (Fantasy fiction) นวนิยายที่เน้นในเรื่องเวทมนตร์ ความเชื่อและศรัทธาอันก่อให้เกิดอภินิหาร เรื่องราวเหนือธรรมชาติ แต่หลัง ๆ มานี้มักจะมีการรวมกันเอาทั้งวิทยาศาสตร์และเวทมนตร์เข้าด้วยกัน กลายเป็นประเภท sciences fantasy ขึ้นมา

2.1.6 นวนิยายแนวกามารมณ์ (Erotica fiction) นวนิยายที่เน้นในเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึก และเขียนถึงฉากกามารมณ์มากเป็นพิเศษในเรื่อง

2.1.7 นวนิยายที่สะท้อนปัญหาสังคม เป็นนวนิยายที่คนแต่งมุ่งแสดงหรือเปิดเผยให้เห็นปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม และสอดแทรกความคิดเห็นของตัวเองลงในเรื่อง โดยผ่านตัวละคร ส่วนทางแก่นนั้นก็แล้วแต่ผู้เขียนเหมือนกันว่าจะเสนอเอาไว้ใหม่ หรือเพียงแค่บอกเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นเท่านั้น ที่เหลือให้คนอ่านคิดเอาเอง

2.2 องค์ประกอบของนวนิยาย

2.2.1 พล็อตเรื่อง โครงเรื่อง

พล็อตหมายถึงชุดของเหตุการณ์ที่ทำให้เรื่องมีความหมายและก่อให้เกิดผลบางอย่าง ในนวนิยายโดยส่วนมากเหตุการณ์มักจะเกิดขึ้นจาก ความขัดแย้ง หรือปัญหาที่ตัวละครสำคัญได้พบ หรือได้รับรู้ ความขัดแย้งนี้อาจจะมากจากสิ่งภายนอกที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เช่นการตาย การได้รับอุบัติเหตุ การถูกโจมตี การมีแม่เลี้ยง ฯลฯ หรือประเด็นความขัดแย้งคือสิ่งที่อยู่ภายในจิตใจตัวละคร เช่นความอิจฉา ริษยา การสูญเสียชื่อเสียง ความทะเยอทะยาน ความโลภ ฯลฯ เมื่อตัวละครได้สร้างทางเลือกและพยายามที่จะแก้ปัญหา สิ่งที่เกิดขึ้นในเรื่องได้ถูกขัดเกลา และพล็อตได้เกิดขึ้น ในนวนิยายบางเรื่อง นักเขียนได้วางโครงสร้างทั้งหมดของพล็อตไปตามลำดับคือเหตุการณ์ที่หนึ่งได้เกิดขึ้น ตามมาด้วยเหตุการณ์ที่สอง สาม และต่อ ๆ ไปตามลำดับ (เกิดเหตุการณ์ a แล้วเกิด b เกิด c เกิด d ตามลำดับ สลับกันไม่ได้) แต่อย่างไรก็ตาม ก็มีนวนิยายหลายเรื่องเหมือนกันที่ถูกเล่าแบบใช้เทคนิคการเล่าเรื่องย้อนหลัง (flashback) ซึ่งเป็นพล็อตเหตุการณ์ที่เกิดในตอนต้น ถูกนำเข้าไปแทรกในเหตุการณ์ปัจจุบันของเรื่อง ในบางมุมของพล็อต ได้ถูกอธิบายไปหลากหลายในแนวการทำงานของเรื่องแต่ง เช่น เรื่องจะเกิดขึ้นเมื่อใดเกิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้น (rising action) เช่น ตัวละครได้พบหรือรับรู้ปัญหาจากชุดของเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่นักเขียนได้พล็อตขึ้น อย่างซับซ้อน (complicate) ที่เพิ่มให้ตัวละครตกอยู่ในปัญหาที่ยุ่ยากลึกกลงไปอีก ความขัดแย้งจะนำไปสู่ จุดไคลแมกซ์ (climax) อันเป็นจุดตัดสินที่จะบอกให้รู้ว่าเรื่องทั้งหมดจะถูกคลี่คลายไปด้วยวิธีใด

และเมื่อความขัดแย้งถูกทำให้หมดไป สิ่งที่เกิดขึ้นหลังไคลแมกซ์ (falling action) ทั้งหมดก็จะนำไปสู่ตอนจบของเรื่อง ไม่ว่าจะเป็นตัวละคร หรือสถานการณ์ เช่นการฆ่าตัวตาย การได้รับสถานภาพใหม่ โครงสร้างเหล่านี้มักจะถูกนำเสนอออกในรูปแบบ โครงสร้างสามส่วน (แม้ว่าเรื่องบางเรื่องไม่เหมาะกับแบบนี้)

การสร้างพล็อตง่าย ๆ

พล็อตโดยมากจะถูกพัฒนาเนื่องมาจากตัวละครอยู่ในสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความขัดแย้ง และความขัดแย้งจะทำให้คนอยู่ในเหตุการณ์ยากลำบากเหมือนหนีเสือปะจระเข้ อยู่ในภาวะกดดัน หรือถูกขู่ขี้ญ่จากศัตรู ต้องมีภาระรับผิดชอบ หรือสูญเสียสิ่งสำคัญไป ในหลาย ๆ เรื่อง ทางเลือกของตัวละครในการแก้ปัญหาจะแตกต่างกันไปตามสิ่งแวดล้อมและภายนอกที่ไม่เหมือนกัน และความรู้สึกนึกคิดของตัวละครเองก็จะเปลี่ยนแปลงภายในตัวเองไปตลอดทั้งเรื่องหลังจากที่ต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งพวกเขาอาจทั้งได้รับ หรือสูญเสีย พวกเขาอาจจะเติบโตทางความคิด หรือเอาชนะจุดอ่อนในตัวเองได้ ให้พล็อตเรื่อง โดยสร้างตัวละครขึ้นมาตัวหนึ่ง แล้วเอาเขาเข้าไปอยู่ในสถานการณ์สักอย่าง เช่น

- แม่บ้านคนหนึ่งอยากออกไปทำงานนอกบ้าน
- เด็กนักเรียน ม.ปลาย ตั้งท้อง ในขณะที่พ่อแม่เชื่อว่าเขากำลังขะมักเขม้นกับการสอบเข้ามหาวิทยาลัย
- ผู้ชายคนหนึ่งต้องตกงานในขณะที่แฟนสาวของเขาถูกเลื่อนขั้น

ให้คิดขึ้นโครงร่างพล็อตขึ้นมา สร้างสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คุณคิดจะให้ตัวละครเลือกทำอะไรจะก่อนขึ้นก่อน อะไรจะตามมา ถ้าเป็นไปได้ ชี้ให้เห็นถึงไคลแมกซ์หรือทางแก้ปัญหาที่จะเกิดในพล็อตบรรยายให้เห็นถึงความเหมาะสมของเหตุการณ์และทางเลือกที่ตัวละครเลือก

2.2.2 ตัวละคร

คือตัวละครในเรื่องแต่ง รวมความไปถึงมนุษยชาติหรือสัตว์ หรืออื่น ๆ ที่ถูกสร้างขึ้นในเรื่อง นักเขียนเรื่องแต่งโดยมาก ยอมรับกันว่า ตัวละครคือกุญแจในการพัฒนาองค์ประกอบต่าง ๆ ในเรื่อง และเป็นส่วนสำคัญในการที่จะเข้าใจเรื่องมากขึ้น ถ้าหากตัวละครถูกชี้ให้เห็นความแตกต่างในแต่ละตัว และทำให้คนอ่านมีความเชื่อถือและสนใจในตัวละคร

16844169

25



1) ตัวละครเอก (protagonist) จะเป็นศูนย์กลางของพล็อตเรื่อง ในการที่ **สำนักหอสมุด**
นักเขียนจะใช้เป็นตัวร้อยเรื่องราวต่าง ๆ เข้าด้วยกันเพื่อแสดงให้เห็นแก่นของเรื่อง **117 ก.ย. 2558**

2) ตัวละครร้าย (antagonist) จะเป็นตัวละครหรือเป็นสิ่งที่ขู่ว่าจะก่อให้เกิดความ
ขัดแย้งกับตัวละครเอก ตัวละครในเรื่องอาจจะเป็นทั้งตัวประกอบอื่นๆ ที่เอาเข้ามาไว้ในเรื่องเพื่อให้เรื่องดู
เหมือนจริง

การสร้างบุคลิกลักษณะของตัวละคร (characterization)

นักเขียนได้ใช้เทคนิคแตกต่างกัน บางคนใช้การบอกเล่าในการบรรยายให้เห็นตรง ๆ
บางคนแสดงให้เห็นจากการกระทำของตัวละครที่ได้ตอบสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับพวกเขาในสถานการณ์ต่าง
ๆ บางคนก็แสดงให้เห็นจากวิธีพูดคุยกับตัวละครตัวอื่น หรือมาจากการคิดในใจของตัวละครเอง หรือการ
กล่าวถึงจากตัวละครตัวอื่น

1) ตัวละครแบบมีมิติ (round character) สร้างขึ้นมาแบบให้มีหลากหลาย
คุณสมบัติและอารมณ์ จุดเด่นจุดด้อย มีความซับซ้อนและต้องเปลี่ยนแปลงไปจากการผ่านเหตุการณ์ต่าง
ในเรื่อง)

2) ตัวละครแบบแบน ๆ (flat character) มักเป็นตัวละครประกอบที่ไม่สำคัญ
บุคลิกไม่ซับซ้อน อาจมีเพียงมิติเดียว

รู้จักกับตัวละครแบบง่าย ๆ

เมื่อตัวละครถูกสร้างในนวนิยาย ความหลากหลายในรายละเอียดต่าง ๆ ของตัวละคร
จะถูกนักเขียนจัดเตรียมไว้เพื่อสร้างความน่าเชื่อถือหรือให้เหมือนกับเป็นคนที่อยู่จริง รายละเอียดของตัว
ละครแบบแบนอาจมีเพียงเรื่องหยาบ ๆ อย่างเรื่องเพศ อายุ อาชีพ หรือเป็นอะไรในครอบครัว ไม่มีอะไรมาก
ไปกว่านี้ ในทางตรงข้าม ตัวละครแบบมีมิติจะถูกพัฒนาอย่างเต็มที่ ไม่เว้นแม้กระทั่งเรื่องเสื้อผ้า ทักษะ
ความฝัน ความหวัง ความกลัว ความชอบ หน้าที่การงาน ความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ฯลฯ ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะ
แสดงให้เห็นคนอ่านรู้ได้ จากการเล่าเรื่อง การพูดคุย การส่งผ่านความคิดของตัวละคร และพฤติกรรมของเขา

การสร้างตัวละคร

ให้เลือกตัวละครขึ้นมาสักตัวกำหนดให้ว่าเขาเป็นคนแบบไหน เช่น ชี้นีเยว ตะกळे โหดร้าย ใจดี ฯลฯ ใส่รายละเอียดเช่น อายุ เพศ อาชีพนิสัยส่วนตัวตั้งแต่เกิด จากบุคลิกลักษณะที่เขาเป็น บรรยายถึงความเป็นไปได้ของปัญหาหรือสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นจากตัวเขาเอง(เช่นมุ่งงาน จนทำให้ขาดเวลาเอาใจใส่ครอบครัว) และอธิบายถึงวิธีที่เขาจะแก้ปัญหา

สร้างกลุ่มปัญหาและสถานการณ์ขึ้นมาสักห้าหกอย่าง แล้วมองดูว่าตัวละครจะทำอย่างไร ให้พิจารณาถึง นิสัยของแต่ละคน ความกลัว ความต้องการ ความหลัง ความฝัน ความมีเหตุผล ความสัมพันธ์ จุดอ่อน จุดแข็ง อดีตของตัวละคร ฯลฯ มาร่วมในการสร้างปัญหาและวิธีแก้ปัญหาของเขา ว่าทำไมจึงเป็นอย่างนี้ และทำไมจึงไม่เป็นอย่างอื่น

ลองใส่ตัวละครตัวอื่น ที่มีบุคลิกลักษณะที่แตกต่างกันไป ลงในปัญหาและสถานการณ์ เดิมที่คุณสร้างคุณ คิดถึงวิธีแก้ปัญหาของเขา แตกต่างกันอย่างไรบนพื้นฐานบุคลิกของตัวละครแต่ละตัว

2.2.3 ฉากเวลาและสถานที่

เป็นเรื่องที่เข้าใจได้ง่ายที่สุด เพราะมันหมายถึง สถานที่ที่เป็นทั้งภูมิทัศน์ภายนอก และการตกแต่งภายใน และเวลา ที่เรื่องได้เกิดขึ้น รวมความไปถึงสภาพภูมิอากาศ ช่วงประวัติศาสตร์ การดำเนินชีวิต หรือเรื่องราวเกี่ยวกับสังคมในช่วงที่ เรื่องได้เกิดขึ้นด้วย เนื่องจากในแต่ละช่วงเวลาและสถานที่ จะมีบุคลิกและเสน่ห์ในตัวของมันเอง (เช่นทะเลทราย ใต้น้ำ ป่าเขา)

Setting ในนวนิยายจะเป็นสิ่งที่มีอยู่จริง หรือสิ่งที่จินตนาการขึ้นเองก็ได้ หรือจะเป็นทั้งสองอย่างรวมกัน (หากเป็นสิ่งที่มีอยู่จริง ข้อมูลที่ใส่ลงไปต้องถูกต้องตามความเป็นจริง)

Setting มีความสำคัญและมีความสัมพันธ์ต่อตัวละคร พล็อตเรื่อง และบรรยากาศในเรื่อง

การเปิดเผยฉากสถานที่และเวลาโดยมากจะเป็นการบรรยายให้เห็นโดยตรงจากคนเขียน แต่ก็มีเหมือนกันที่จะแสดงให้เห็นโดยผ่านการกระทำ การพูด หรือการคิดของตัวละคร

ฝึกสร้าง setting ให้สัมพันธ์กับสิ่งอื่น ๆ ในเรื่อง

ตัวละคร ในเรื่องต้องเกี่ยวพันกับฉากสถานที่และเวลาไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง เพราะฉากสถานที่จะช่วยเปิดให้เห็นถึงบุคลิกของตัวละคร คนที่มาจากต่างสถานที่กันจะมีความแตกต่างกัน มันสามารถขัดเกลาตัวละครได้ คิดถึงตัวละครที่อยู่ในเมืองใหญ่แออัด กับตัวละครที่อยู่ชนบท คนที่อยู่ในคฤหาสน์กับคนที่อยู่ในสลัม คนที่อยู่ในสังคมที่ยึดมั่นในขนบธรรมเนียม กับสังคมที่มุ่งความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี

บรรยากาศในเรื่อง ฉากสถานที่และเวลาจะช่วยสร้างได้มาก จนนวนิยายหลายเรื่องทำให้สถานที่กลายเป็นตัวละครตัวหนึ่งในเรื่องที่สร้างความตื่นเต้น ความกลัว ความลึกลับน่าสะพรึงกลัว

พล็อตเรื่อง เคยมีคำกล่าวที่ว่า ถ้าหากคิดพล็อตไม่ออก ก็ให้เผาบ้าน ระเบิดเขื่อน มีพายุ หรือ หิมะตกหนัก ฯลฯ เสีย แล้วจะมีเหตุการณ์ให้คุณเขียนขึ้นได้เอง (แต่ต้องมีวัตถุประสงค์ในการสร้างมันขึ้นมาด้วยนะ เช่น อยากให้พระเอกนางเอกรู้จักกันเป็นครั้งแรกคุณอาจเริ่มที่ แปลงกุหลาบของนางเอกถูกสุนัขพระเอกขุดทำลาย) ให้เลือกมาสักสถานที่หนึ่ง แล้วอธิบายรายละเอียดสั้น ๆ ว่าเป็นอย่างไร ใส่รายละเอียดเพิ่มเติมที่จะทำให้มันขยายวงกว้างออกไปได้บ้างไหม และบรรยากาศอย่างไรที่จะคุณเลือกให้กับสถานที่ของคุณ (สนุกสนาน น่ากลัว ทุกข์ยาก ลึกลับ น่าสยбайใจ) รายละเอียดแบบไหนบ้างที่จะสร้างความรู้สึกเช่นนั้น

2.2.4 เสียงเล่าเรื่อง มุมมอง

ความหมายง่าย ๆ คือ เสียงเล่าเรื่อง อาจจะมีอยู่ในรูปบุคคลที่หนึ่ง เล่าเรื่องโดยใช้ คำว่า ฉัน ข้าพเจ้า พวกเรา ซึ่งเป็นตัวละครที่เล่าเรื่องที่ตัวเองอยู่ร่วมด้วยให้ฟัง อาจจะเป็นการเล่าเรื่องที่เกี่ยวพันถึงตัวเองโดยตรงซึ่งส่วนมากจะเป็นตัวเอกในเรื่อง เช่น “ ฉัน เดินข้ามถนน ” หรือเป็นการเล่าเรื่องของตัวละครตัวรองที่อยู่ในเรื่องได้เล่าเรื่องเหตุการณ์ที่เขาเห็นให้ฟังก็ได้ เช่น “ ฉันเห็น เธอเดินข้ามถนน ”

บุคคลที่สาม เป็นเสียงเล่าที่เกิดเมื่อคนเล่าไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งในเรื่อง จากตัวอย่าง “ ฉันเดินข้ามถนน ” จะกลายเป็น เธอเดินข้ามถนน หรือ วนิดาเดินข้ามถนน มี ๓ แบบคือ

1) แบบรู้ไปหมดทุกอย่าง เสียงเล่าเรื่องนี้สามารถเกิดขึ้นได้ทุกแห่งและทุกที่ รู้ไปถึงความนึกคิด จิตใจของตัวละคร ได้ทีละหลาย ๆ คน

2) แบบเลือกผ่านตัวละครตัวใดตัวหนึ่งในเรื่อง การเล่าเรื่องจะเล่าในมุมมองของตัวละครที่ถูกเลือก ตัวละครรู้ เห็น คิด อะไร ก็เล่าได้เพียงแค่นั้น การเล่าวิธีนี้จะมีข้อที่มั่วได้ง่ายหากไม่ระวัง คือ อย่าให้ตัวละครของคุณ เล่าถึงความคิดในหัวตัวละครอื่นเด็ดขาด

3) แบบเล่าเฉพาะสิ่งที่เห็นหรือตัวละครแสดงออกภายนอกอย่างชัดเจน เช่น การบอกเล่าถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น บรรยายถึงสถานที่สิ่งแวดล้อม บอกกิริยาที่ตัวละครแสดงออก แต่ไม่สามารถบอกได้ว่าตัวละครคิดอะไร หรือมีอารมณ์ความรู้สึกใด ๆ อยู่

บุคคลที่สอง ไม่เป็นที่นิยมใช้เท่าไรในการแตงนวนิยาย จะเหมือนเป็นการเล่าเรื่องของเราเองให้เราฟัง เช่น คุณเดินไปที่ถนน คุณหยิบเสื้อขึ้นมาใส่ คุณเดินตรงไปห้องเปิดประตู แล้วก็นอนบนเตียง ฯลฯ การเขียนแบบนี้เหมาะกับการปลุกเร้า ชีวชน หรือแนะนำ

การฝึกฝนเรื่อง point of view

ทำได้โดยการอ่านนวนิยาย แล้วเลือกเอามาสักตอน เขียนใหม่ในมุมมองของตัวละครตัวอื่น หรือเลือกใช้ประเภทแต่ละบุคคลแตกต่างกันไป

2.2.5 แก่นเรื่อง ใจความสำคัญของเรื่อง

เป็นความคิดรวบยอดที่เหลือไว้หลังจากที่อ่านจนจบเรื่อง เป็นเสมือนคำตอบของคำถาม “ คุณได้เรียนรู้อะไรจากเรื่องนี้ ” เป็นเรื่องที่น่าสนใจว่า ในเรื่องเดียวกัน คนอ่านอาจจะรับรู้ได้ไม่เหมือนกัน เพราะการตีค่านอกจากจะมาจากการนำเสนอเรื่องของนักเขียนแล้ว ยังขึ้นกับระดับความรู้ การรับรู้และอารมณ์ความรู้สึกของคนอ่านด้วย ซึ่งมันอาจไม่ตรงกับที่นักเขียนต้องการจะนำเสนอก็ได้ และเป็นเรื่องที่คุณอ่านจะเห็นด้วยหรือไม่ก็ได้

ความสำคัญของแก่นเรื่องหรือ ธีม จึงดูเหมือนจะมีความสำคัญสำหรับนักเขียนมากกว่าคนอ่านเสียอีก เพราะหากนักเขียนไม่มีหลักที่เป็นแกนกลางของความคิดของเรื่องที่จะให้เกิดขึ้นแล้ว เรื่องที่จะเล่าก็คงจะสะเปะสะปะ ขาดทิศทาง หรือความเป็นหนึ่งเดียวของเรื่องจนทำให้เรื่องขาดพลังไปได้

อีกคำหนึ่งที่ควรจจะรู้จักเอาไว้ก็คือ คำว่า ปริไมส์ (premise) ซึ่งมีสวนสำคัญในการเขียนเรื่องพอ ๆ กับธีม เพราะมันคือประโยคที่เป็นสมมติฐานอันแสดงออกถึงความคิดของนักเขียนที่มี

ต่อมิมของเรื่อง และบทบาทของตัวละคร รวมถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในเรื่อง จะต้องแสดงหรือเปิดเผยให้เห็นความเป็นจริงอย่างที่นักเขียนตั้งใจเอาไว้ เช่นนักเขียนตั้งสมมติฐานในเรื่องของความรักเอาไว้ว่า “ความรักทำทลายได้แม้ความตาย” ไม่ว่าจะเป็นตัวละคร หรือเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในเรื่อง ต้องสนับสนุนและพิสูจน์ว่า ประโยคนี้เป็นจริงในเรื่องที่นักเขียนแต่งขึ้นเท่านั้น (เราจะไม่รับรองในโลกของความเป็นจริง เพราะสามารถตีค่าได้มากมายจากความคิดเห็นของคนอ่านแต่ละคน)

2.3 จะเริ่มอย่างไร

สำรวจตัวเองให้พร้อม อยากรเป็นนักเขียนที่เขียนได้เสร็จเป็นเล่ม มันอยู่ที่ตัวคุณเองถึง ๑๐๐ เปอร์เซนต์ แต่การจะประสบความสำเร็จหรือไม่จะเป็นปัจจัยภายนอก เราบอกไม่ได้ว่า จะมี บก. หรือคนอ่านชอบเรื่องของเราแค่ไหน แต่ที่แน่ ๆ ถ้าเราเขียนมันไม่เสร็จ มันก็ออกไปให้ใครตัดสินไม่ได้ จงเตรียมตัวให้พร้อมเสียก่อน

หากอยากรเป็นนักเขียน ลองถามตัวเองก่อนเลยว่า ทำไมจึงอยากรเขียน ? คุณมีเหตุผลอะไร คุณเขียนคำตอบลงไปได้ไหม? และไม่ว่าคำตอบจะเป็นอย่างไร ถือว่าถูกต้องทั้งหมด แต่ถามตัวเองต่อด้วยว่า เหตุผลที่คุณมีนั้น มันเป็นแรงบันดาลใจ มีแรงดึงดูดใจมากเพียงพอให้คุณอยากรเป็นนักเขียนจริง ๆ หรือเปล่า ? ถ้าคุณตอบว่า ใช่ ถือว่าคุณผ่าน

คุณมีเวลาที่แน่นอนสำหรับการเขียนไหม? หากไม่มีคุณจะทำมันขึ้นมาได้ไหม? และเมื่อคุณจัดตารางเวลาสำหรับการเขียนได้แล้ว คุณจะทำมันทุกวันอย่างสม่ำเสมอได้ไหม? ไม่สำคัญหรอกว่าคุณจะมีเวลาแต่ละวันเท่าไร สำคัญที่ว่า คุณต้องทำให้ได้อย่างที่คุณตั้งไว้ (ข้อแนะนำอย่างน้อยวันละ ๑-๒ ชั่วโมง ถ้าไม่ได้เลย วันละ ๓๐ นาทีก็ได้)

คุณหาสถานที่ที่มันสะดวกในการเขียนได้ไหม? ไม่จำเป็นจะต้องเป็นที่ใหญ่โต แค่มุมใดมุมหนึ่งในห้อง หรือโต๊ะเล็ก ๆ ในครัวก็ยังได้ ขอเพียงแต่ทำให้คุณมีสมาธิที่จะเขียนได้อย่างจริง ๆ ไม่ถูกขัดจังหวะจากบุคคลอื่น ๆ เท่านั้น

อุปกรณ์ที่คุณควรมีเตรียมให้พร้อม ก็พวกกระดาษ ดินสอ ปากกา เครื่องพิมพ์ดีด และถ้าจะให้ดี ก็ควรจะเป็นคอมพิวเตอร์สักตัว

ตัดสินใจจะเขียนอะไร

คุณมีไอเดียอยู่ในหัวบ้างแล้วยังว่า คุณจะเขียนเกี่ยวกับเรื่องอะไร หรือแนวไหน(ดูจากประเภทของนวนิยาย) และมันมีหลากหลายทางเลือกที่จะเขียน แต่หากยังไม่มีให้ลองพิจารณาจากสิ่งเหล่านี้

เขียนเรื่องที่คุณรู้ เป็นคำแนะนำที่ได้รับบ่อย ๆ สำหรับนักเขียนใหม่ เพราะการเขียนเรื่องที่คุณรู้ มันจะทำให้คุณเริ่มต้นได้ง่าย มีข้อมูลเพียงพอที่จะเขียนทันที

เขียนเรื่องที่คุณไม่รู้ นี่ก็เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ คุณไม่จำเป็นต้องเริ่มเขียนจากสิ่งที่คุณรู้จักก็ได้ ถ้าหากสิ่งที่คุณไม่รู้ มันเป็นสิ่งที่คุณสนใจอยากค้นหาอยากรู้เรื่อง อยากเขียนให้คนอื่น ๆ ได้รู้เหมือนคุณ และเดี๋ยวนี้การค้นหาข้อมูลต่าง ๆ ก็เป็นเรื่องง่าย ไม่ว่าจะป็นในท้องสมุด ร้านขายหนังสือที่เปิดโอกาสให้คนเลือกอ่านจนหน้าใจแล้วค่อยซื้อ และที่สำคัญใน internet (ต้องเก่งภาษาอังกฤษหน่อย)

เขียนในสิ่งที่คุณรัก มันจะเป็นสิ่งที่ออกมาจากใจ มันจะทำให้คุณมีความสุขในการเขียนถึงเขียนในสิ่งที่คุณไม่ชอบ บอกมาเลยทำไมคุณไม่ชอบเพราะอะไร คุณมีไอเดียที่จะเสนอทางออกใหม่? หรือจะปล่อยให้คนอ่านตัดสินใจเอาเอง

เขียนเรื่องที่คุณอยากอ่าน นี่เป็นเหตุผลที่ดีมาก สำหรับนักเขียนใหม่ จะเป็นอะไรก็ได้ ขอให้มันเป็นสิ่งที่คุณอยากอ่าน เวลาคุณเขียนคุณก็มีความสุขไปกับมันด้วย หากไม่รู้ว่เรื่องที่คุณอยากอ่านนั้นมันจะดีไหม? ก็ให้ถามตัวเองว่า อีกสองปีข้างหน้า คุณยังจะอยากอ่านเรื่องแบบนี้ไหม ถ้าใช่ ลงมือเขียนเลยเขียนเรื่องตามตลาด ไปสำรวจตามร้านหนังสือ ว่ามีเรื่องประเภทใดออกมาบ้าง แต่ให้ระวัง ขณะที่คุณสำรวจตลาด กับเวลาที่เขียนออกมาเวลามันต่างกันมากน้อยแค่ไหน ความนิยมอาจเปลี่ยนไปแล้วก็ได้

2.4 จะหาไอเดียมาจากไหน

ปัญหาหนึ่งที่คนอยากเป็นนักเขียน มักจะถามนักเขียนอยู่เสมอว่า หาไอเดียมาจากไหน นักเขียนบางคนถึง ๆ นะไม่รู้จะบอกว่าไง เพราะบางอย่างมันก็แวบขึ้นมาเอง บางอย่างมันก็เกิดจากการสะสม หรือตกผลึกทางความคิดจากการอ่านมาก เห็นมาก สังเกตมาก แต่ที่แน่ ๆ ก็คือ ไอเดียมาจากทั่วทุก

หนทุกแห่งรอบตัวคุณ อย่าไปกะเกณฑ์เอาคำตอบที่ตายตัว การเห็น การคิด การสังเกต การตีความ ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเป็นเรื่องเฉพาะตัวของแต่ละคน ถ้ายังคิดไม่ออกว่าจะหาที่ไหน ก็ลองนี้เลย

2.4.1 หนังสือพิมพ์ มีประโยชน์จริงๆ เลยหนังสือพิมพ์นี้ ไม่ว่าคุณจะต้องการโครงเรื่องก็หาเอาจากที่นี่ได้ต้องการค้นหาตัวละครก็เอาจากที่นี่ได้ ตั้งแต่หน้าแรกจนถึงหน้าสุดท้าย อ่านแล้วพิจารณาให้ดีเถอะไม่ว่าจะเป็นข่าว หรือโฆษณา รวมทั้งรูปภาพด้วย แถมยังได้ข้อมูลที่ทันสมัยอีกต่างหาก (ลองเขียนแต่ง เดิมที่มาของเรื่อง และบทจบชีว่าจะเป็นอย่างไร เมื่อเรื่องที่คุณอ่านคือ หมอฆ่าภรรยาของตนเองตาย พยายามคิดให้แตกต่างไปจากนวนลณี หรือ ศยามล ด้วย)

2.4.2 การ์ดอวยพร เวลาไปเดินที่ห้างก็ลองแวะไปที่แผนกนี้บ้างนะ นอกจากจะเจอการ์ดที่มีรูปภาพต่าง ๆ แล้ว คุณยังจะได้เจอกับถ้อยคำที่น่าสนใจอีกด้วย ในบางขณะที่คุณรู้สึกมันตึบไปกับนิยายรักของคุณไม่รู้จะไปทางไหนต่อ ก็ลองไปเปิดดูถ้อยคำรักซึ้ง ๆ จากการ์ดพวกนี้ได้ แบบตลก ๆ ก็มีนะ

2.4.3 สมุดรายชื่อโทรศัพท์ อย่างมองข้ามมันไปเสียละ เล่มออกโต อย่างน้อยคุณก็หาชื่อให้ตัวละครของคุณได้ในหนังสือพวกนี้ละ

2.4.4 หนังสือคัมภีร์ ของศาสนาต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น พระไตรปิฎก ไบเบิล หรืออัลกุรอ่าน เหล่านี้คือบ่อเกิดของเรื่องราวอันยิ่งใหญ่

2.4.5 หนังสือนิตยสารต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของความสวยความงาม แฟชั่น สุขภาพ ดารา ธุรกิจ แม้กระทั่งประเภท แปลกแต่จริงก็มีเรื่องที่น่าสนใจให้คุณนำมาใช้ประโยชน์ได้ทั้งนั้น

2.4.6 วรรณคดี นิทาน เป็นเรื่องที่ไม่มวันตาย (โดยเฉพาะเรื่องซิลเดอเรลลา) นักเขียนหลายคน ได้ใช้โครงเรื่องของความเก่าก่อนมาใช้ไม่น้อย แถมบางเรื่อง ยังช่วยในการพัฒนาวิธีการเขียนของคุณได้ด้วยนะ ไปอ่านดูเสียบ้าง

2.4.7 รูปภาพ หรือสมุดภาพต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นภาพคน หรือสถานที่ วิถีทัศน์ ใช้เป็นประโยชน์ในการสร้างตัวละคร หรือฉากสถานที่ ได้ทั้งนั้น

2.4.8 เหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน ที่บ้าน บนถนน ที่ทำงาน

2.4.9 โทรทัศน์ วิทยุ ภาพยนตร์

2.4.10 อินเทอร์เน็ต เป็นแหล่งข้อมูลที่ค้นหาเกือบทุกอย่างที่คุณคิดถึงได้จากมัน

2.4.11 ฯลฯ

2.5 จะเริ่มเรื่องจากตรงไหน

ให้เริ่มที่จุดเล็ก ๆ ในหัวใจคุณ จงรู้ไว้เถอะว่า นวนิยายที่คุณได้อ่านออกมาเป็นเล่ม ๆ มันไม่ได้เกิดจากสิ่งใหญ่โตสำเร็จรูป หรือมาเป็นก้อน ๆ หรือก่อนหน้านั้นจุดที่เรียกร่องความสนใจจากคุณ จุดที่ดึงดูดใจคุณให้อยากเขียน หรือบอกเล่ามันออกมา มันอาจจะมาจาก

2.5.1 ประโยคเด็ดวสัน ๆ ที่กินใจคุณเหลือเกิน เช่น “ ผมจะอยู่ได้ยังไงหากปราศจากคุณ ” ลองคิดดูก่อนจะมาเป็นประโยคนี้ และหลังจากพูดประโยคนี้ มันมีเหตุการณ์อะไรที่จะเกิดขึ้นได้บ้าง

2.5.2 สถานที่ที่ดึงดูดใจคุณ ที่คุณเคยไป หรือเคยเห็นภาพ เช่น ทะเลทรายอันเปียกไป ด้วยเสน่ห์และมนตร์ขลังของ ซีครูปงาม

2.5.3 เรื่องราวของใครสักคนที่คุณรู้จัก หรือได้ยินเกี่ยวกับเขา จนคุณอยากให้เขียนถึงในแง่มุมที่คุณพึงพอใจ

2.5.4 ภาพเหตุการณ์สักอย่างที่เห็นแล้วเกิดแรงบันดาลใจขึ้นมา

2.5.5 ข่าวหรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นได้ยินอยู่ทุกวัน

2.5.6 ความคิดเห็นส่วนตัวในเรื่องบางอย่างที่เกิดขึ้น อาจจะเป็นทัศนคติในเรื่องที่ขัดแย้งกันใจสังคม หรือแง่มุมความคิดเกี่ยวกับบางอย่างที่ มันมีมากพอที่จะทำให้คุณอยากจะแสดงให้คนอื่นเห็นว่า มันควรจะเป็นเช่นนี้ แล้วก็เขียนออกมาให้เห็นโดยผ่านตัวละครในเรื่องที่คุณวางแผนให้เป็นไปอย่างที่คุณต้องการ

2.5.7 ฯลฯ

2.6 การสร้างเรื่องใน ๓ วิธี

สำหรับวิธีจะสร้างให้เป็นเรื่องเป็นราวขึ้นมา มักจะอยู่ใน 3 วิธีนี้

2.6.1 สร้างจากหาตัวละครมาแล้วก็เลือกองค์ประกอบหรือสถานการณ์ต่างใส่เข้าไป เพื่อแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของตัวละคร

แนวคิด

1) เลือกให้ได้ว่าจะให้ใครเป็นตัวเอกในเรื่อง จะให้พระเอก หรือนางเอก คิดถึงหนังสือในแนวที่คุณเคยอ่านเพื่อประกอบการพิจารณา คนแบบไหนที่มักจะเป็น " ดารา " ในหนังสือที่คุณชอบ เป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย อายุเท่าไร ? เป็นวัยรุ่นหรือคนแก่

2) บีบคั้นตัวเอกในเรื่องด้วยปัญหา หรือ วิกฤตการณ์ เป็นเหตุการณ์เลวร้ายที่ทำให้การดำเนินชีวิตของตัวเอกต้องล้มครืนไปเลย โศกเศร้าเกี่ยวกับปัญหานี้ก็หาเอาจากรอบ ๆ ตัวคุณ เช่นเพื่อน ครอบครัว ช่าง จินตนาการ เริ่มต้นคิดด้วยคำว่า " จะเกิดอะไรขึ้นถ้า ... " , หรือ " สมมุติว่า ... "

3) สร้างเรื่องเพื่อเป็นเป้าหมายให้ตัวเอก เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นตลอดทั้งเรื่อง เพื่อให้เขาต้องค้นหา และทำเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จ ถ้าทำสำเร็จ สิ่งเลวร้ายอันเป็นผลมาจากปัญหานั้น ๆ ก็จะไม่เกิดขึ้น และชีวิตก็จะกลับมามีความสุข หรือเป็นปกติอีกครั้ง การเตรียมเรื่องเป้าหมายตัวเอกจะต้องอยากได้ หรืออยากเป็นเจ้าของในสิ่งใดสิ่งหนึ่งเช่น คน สิ่งของ หรือข้อมูลสำคัญ หรือเป้าหมายของเขาอาจจะเพื่อปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระจากสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือคนใดคนหนึ่งเช่น ความกลัว ความเจ็บปวด ความเศร้า ความโหดร้าย การขู่เข็ญ ฯลฯ เตรียมเป้าหมายให้กับตัวเอกด้วยคำว่า เขาหรือเธอตัดสินใจที่จะต้อง

4) รวมเอาสิ่งที่เรา สมมุติว่า หรือ จะเกิดอะไรขึ้นถ้า เข้าไปรวมกับเรื่องที่น่าไปสู่เป้าหมายของตัวเอก เช่น จะเกิดอะไรขึ้นถ้าเธอท้องในขณะที่กำลังศึกษาอยู่ และเธอตัดสินใจที่จะเก็บเด็กในท้องเอาไว้ แทนที่จะทำแท้ง

5) เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมีเป้าหมายเพื่อที่จะแสดงให้เห็นพัฒนาการของตัวละครว่าเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรในท้ายที่สุด

2.6.2 สร้างจากสถานการณ์ใด ๆ ที่เลวร้ายส่งผลให้ตัวละครต้องทำอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อจะผ่านพ้นมันไปได้ ขณะเดียวกันเขาก็เรียนรู้ในสิ่งนี้ไปด้วย

แนวคิด

- 1) สร้างสถานการณ์อย่างหนึ่งขึ้นมา ซึ่งมันเลวร้าย หรืออยู่ในภาวะยุ่งเหยิงมาก ๆ มีผลร้ายต่อคนใดคนหนึ่ง หรือเมืองใดเมืองหนึ่ง หรือโลกใดโลกหนึ่ง ฯลฯ
- 2) คัดเลือกตัวละครที่เหมาะสม ที่จะต้องได้รับผลกระทบต่อสถานการณ์นั้น อาจจะเป็นคน ๆ เดียว หรือกลุ่มคนก็ได้ที่พยายามต่อสู้กับสถานการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นอย่างไม่หยุดยั้ง มีเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันเกิดขึ้นกับพวกเขาตลอดทั้งเรื่อง
- 3) เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นต้องเป็นสิ่งสมเหตุสมผล แต่ก็โยนตัวละคร เข้าไปสู่ความ หายนะขึ้นเรื่อย ๆ จนกว่าพวกเขาจะค้นหาวิธีการเอาชนะมันได้ในที่สุด
- 4) วิธีการเอาชนะอาจจะมาจากค้นพบ หรือตีความหมายจากปริศนาเพื่อ ทำลายสิ่งเลวร้าย หรือ ตัวละครสามารถหนีพ้นจากหายนะนั้นได้ เพราะเทคโนโลยี หรือเป็นเพราะพลังใจ อันเข้มแข็งแน่วแน่
- 5) คนอ่านจะมุ่งความสนใจไปที่ จะเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นต่อไป และตัวละคร จะแก้ปัญหาได้อย่างไร ทั้งคนอ่านและตัวละครจะได้เรียนรู้ไปด้วยกัน

2.6.3 สร้างจากพล็อต แล้วหาตัวละครที่เหมาะสมใส่ลงไป

แนวคิด

- 1) สร้างพล็อตขึ้นมา อะไรก็ได้ตามใจ ลำดับเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น อย่างเป็น เหตุเป็นผลเชื่อมโยงกันไป
- 2) หาตัวละครที่เหมาะสม ใส่ลงไป แสดงบทบาทตามที่พล็อตต้องการ
- 3) การสร้างเรื่องด้วยวิธีนี้เหมาะสำหรับเรื่องที่ต้องการให้คนอ่านคล้อยตามใน สิ่งที่น่าเขียนต้องการแสดง ความคิดออกมา หรือต้องการจะสอนเรื่องใดเรื่องหนึ่งแก่คนอ่าน

2.7 ความขัดแย้ง เป้าหมาย และแรงจูงใจ

เพื่อความสนุก เข้มข้น จริงจัง และมีเหตุผล ในเรื่องทุกเรื่อง พล็อตทุกพล็อต ตัวละครทุกตัว ที่สร้างขึ้นไม่อาจจะปราศจากสามอย่างนี้ไม่ได้

2.7.1 ความขัดแย้ง (conflict) คือ ปัญหาหรืออุปสรรค ขัดขวางไม่ให้ ตัวละครเอกของเราเข้าไปถึงเป้าหมายได้ง่าย ๆ เป็นสิ่งที่ตัวละครต้องพบ และต้องขจัดให้หมดไปโดยอาศัยพลังทุ่มเททั้งกายและใจ ไม่ใช่สิ่งที่พุดคุยกันแล้วก็หายไป ความสนุกมันจะอยู่ในตอนนี่ละ ว่าเขาจะอย่างไร เพียงแค่ความขัดแย้งก็สามารถนำไปเป็นพล็อตได้ ที่เห็นบ่อย ๆ ก็อยู่ในเรื่อง

- ความขัดแย้งระหว่างคนกับคน
- ความขัดแย้งระหว่างคนกับธรรมชาติ
- ความขัดแย้งระหว่างคนกับสิ่งที่เขาประดิษฐ์สร้างขึ้น
- ความขัดแย้งระหว่างคนกับตัวเขาเอง
- ความขัดแย้งระหว่างคนกับความเชื่อ สังคม พระเจ้า

2.7.2 เป้าหมาย (goal) เป็นเสมือนอนาคตที่ตัวละครต้องไปให้ถึง เป็นตัวกำหนดทิศทางให้ตัวละครเดินไป ตัวละครทุกตัวที่ปรากฏในเรื่องจะต้องมีเป้าหมายของตัวเอง ไม่สำคัญว่ามันจะเป็นเรื่องเล็กหรือใหญ่มันจะต้องเป็นสิ่งที่ตัวละครต้องการอย่างจริงจัง ในการสร้างตัวละครขึ้นมาโดยเฉพาะตัวละครสำคัญ คุณต้องกำหนดเป้าหมายของเขาให้ได้อย่างชัดเจน

2.7.3 แรงจูงใจ (motivation) เป็นสิ่งที่อยู่เบื้องหลังของพฤติกรรมของตัวละคร เป็นสิ่งที่ทำให้ตัวละครมีเหตุผลที่จะทำบางสิ่งบางอย่างขึ้นมา และเป็นสิ่งที่จะทำให้คนอ่านเข้าใจตัวละครมากขึ้น การสร้างบุคลิกลักษณะของตัวละคร คุณต้องใส่แรงจูงใจให้เขา อย่างเหมาะสม และน่าเชื่อถือ และแรงจูงใจของตัวละครอาจจะมีหลาย ๆ อย่างพร้อมกันได้ในการผลักดันให้เขาทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่รุนแรงออกมา

ลักษณะของพล็อตจากสามสิ่งนี้

ตัวละครจะต้องมีเป้าหมายบางอย่าง ซึ่งมันมาจากแรงจูงใจอันเป็นบางสิ่งในอดีตของตัวละครที่เป็นแรงผลักดันให้เขาต้องการ เป้าหมายนั้นอย่างรุนแรง และความขัดแย้งหรือปัญหาก็อยู่ระหว่างกลางตัวละครกับเป้าหมายนี้ วิธีการที่ตอบโต้กับปัญหา และปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นลูกโซ่เกี่ยวพันสลับกันไปจนปรากฏผลสุดท้ายในที่สุด เป็นพื้นฐานเบื้องต้นของการสร้างพล็อตอย่างง่าย ๆ

2.8 การเขียน 5 อย่างที่ต้องมีในทุกนวนิยายทุกเล่ม

นักเขียนใหม่ มักจะมีปัญหาเสมอกับการเขียนลงไปในหน้ากระดาษ จด ๆ จ้อง อยู่ นั่นแหละ ว่า จะเขียนลงไปอย่างไร จะเขียนยังไงมันจึงจะออกมาดี แต่หากจะแยกแยะการเขียนในนวนิยายทุกเรื่องแล้ว เราจะพบการเขียนอยู่ 5 อย่างด้วยกัน ที่นักเขียนเขียนออกมาได้เป็นเล่ม คือ

2.8.1 เขียนบทสนทนา เป็นการสนทนาของตัวละครได้ตอบซึ่งกันและกันในฉากเหตุการณ์หนึ่ง ๆ

2.8.2 เขียนบรรยายหรือพรรณนา ซึ่งอาจจะเป็นการบรรยายโดยตรง หรือบรรยายในระหว่างเกิดการกระทำขึ้นก็ได้

- บรรยายถึงตัวละครสำคัญ
- บรรยายถึงสถานที่สำคัญ
- ยิ่งสองสิ่งนี้สำคัญมาก ก็ยิ่งต้องบรรยายมาก

2.8.3 เขียนถึงความคิดของตัวละคร

1) ความคิดจากการใช้มุมมองของบุคคลที่ 3 เช่น เธอคิดว่าเธอไม่ควรจะบอกความจริงเรื่องครอบครัวให้เขาฟังเลย

2) ความคิดของบุคคลที่ 1 ในเรื่องที่ใช้มุมมองของบุคคลที่ 3 เช่น มาริสาล้มตัวลงนอนอย่างอ่อนเพลีย ฉันต้องเป็นหัวหน้า ๆ เลย เธอคิด แล้วฉันจะไปสอบพุงนี้ได้อย่างไร

3) การให้ข้อมูลโดยการบอกเล่าในห้วงคิดของตัวละคร เช่น มาลีทุรตตัวนั่งบนเตียงอย่างเหนื่อยอ่อน ฉันไปต่อไม่ไหวแล้ว เธอคิด ตั้งแต่วันชัยเสียชีวิตลงเมื่อสิบปีที่แล้ว เธอต้องทำงานพิเศษเพิ่มมากขึ้น ทั้งทำงานเสริมในตอนกลางคืน แล้วยังรับผ้ามาเย็บอีกในตอนกลางวัน เพื่อที่จะหาเลี้ยงลูก ๆ ถึงเจ็ดคน เธอเหนื่อยล้าเต็มที แล้วตอนนี้มันก็ถึงเวลาแล้วที่เธอต้องตัดสินใจทำตามข้อเสนอของทรงยศที่ต้องการ ...(เล่าไปเรื่อย ๆ)

2.8.4 เขียนบอกเล่าเหตุการณ์ที่กำลังเกิดขึ้น

ทรงยศ เดินออกมาถึงถนนใหญ่ มีรถวิ่งตรงเข้ามา เขาโบกมือ รถคันนั้นชะลอ ความเร็วลงแล้วคนขับก็ยกปิ่นขึ้นเล็งยิงมาที่เขา

2.8.5 เขียนบอกเล่าเพื่อให้อ่าน

ชาญชัยเคยแต่งงานมาแล้วสองครั้ง อดีตภรรยาทั้งสองของเขาเสียชีวิตที่หนองน้ำนี้เหมือนกัน มันเป็นเรื่องที่ผู้คนในหมู่บ้านต่างซุบซิบนินทากันว่า เขาอาจจะเป็นคนฆ่าเสียเอง

การเขียนทั้งห้าอย่างนี้ นักเขียนจะเน้นอะไรมากน้อยก็ขึ้นอยู่กับลีลาการเขียนของแต่ละคน ที่สำคัญคือต้องทำให้มันสมดุลกัน (เท่าที่สังเกตจากการอ่านของตัวเอง ถ้ามีเขียนบอกเล่ามากเกินไปในสิ่งที่ไม่จำเป็นก็มักจะเปิดผ่านไปแต่ไม่เคยละเว้นบทสนทนาเลย) แต่ก็นั่นแหละ มันต้องสมดุลและเหมาะสม เขียนแล้วลองอ่านให้ตัวเองฟัง สังเกตว่าคุณให้น้ำหนักไปไหนส่วนไหนมากเกินไปหรือเปล่า

2.9 Show don't Tell

เป็นวิธีการเขียนลงไปบนหน้ากระดาษ ที่นักเขียนใหม่ถูกแนะนำเสมอว่า ให้แสดงให้เห็น อย่าเพิ่งแต่บอก (show don't tell) มันแตกต่างกันอย่างไรมาดู

วนิดา เดินเร็วขึ้นเพื่อให้พ้นจากซอยที่ทั้งมืดและเงียบด้วยความกลัว ประโยคนี้บอกเราว่าวนิดากลัว นี่คือการ บอกหรือ tell

วนิดา กอดกระเป๋าแน่น หัวใจเธอเต้นเร็ว มองซ้ายขวาแล้วซอยเท้าถีบเพื่อให้พ้นจากซอยที่ทั้งมืดและเงียบโดยเร็ว ประโยค นี้ จะแสดงให้เห็นว่า วนิดากลัว โดยไม่ต้องบอกชื่อความรู้สึก (กลัว) ให้รู้

แต่คนอ่านคาดคะเนได้ว่าเธอกลัวจากการที่ เธอถอดกระเป๋าสั้น หัวใจเต้นเร็ว มองซ้ายขวา ซอยเท้าถี่ยิบ นี่ลักษณะของการแสดงให้เห็นหรือ show

แม้ว่าจะมีคำแนะนำอย่างนี้ ก็ไม่ได้หมายความว่า การเขียนแบบแสดงให้เห็น(show)จะ ดีกว่าการเขียนบอก (tell) เสมอ เพราะมันอยู่ที่วิธีเลือกใช้อย่างเหมาะสมต่างหาก

2.10 เปิดเรื่องอย่างไรให้น่าสนใจ

การเขียนเปิดเรื่องเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเป็นเสมือนการเชิญชวนให้คนอ่านสนใจ เพราะร้อย ทั้งร้อย เวลาคนอ่านเลือกซื้อนวนิยายสักเล่ม จะต้องเปิดอ่านบทแรกของเรื่อง หากนักเขียนสามารถสร้างความสนใจ หรือ สร้างความสงสัยใคร่รู้ให้กับคนอ่าน จนอยากรู้เรื่องต่อไปได้ ก็เท่ากับว่าได้รับความสำเร็จไปก้าวหนึ่งแล้ว มีบางคนถึงกับลงมือเขียนไม่ได้เพราะ 'ไม่รู้จะเขียนอะไรลงไปในตอนแรก ๆ บางคนก็มีอาการผวา หน้ากระดาษเปล่า ๆ จนไม่ได้เริ่มเขียนสักที แต่จะมีวิธีคิดมาก และเห็นว่ามันสำคัญ มากจนเป็นสาเหตุให้คุณไม่สามารถลงมือเขียนได้เสียที ก็ขอบอกว่า ลงมือเขียนลงไปก่อนเถอะ อย่าไปคิด มาก เขียนลงไปให้มันจบให้ได้ เพราะคุณมีเวลาเหลือเฟือ ที่จะกลับมาแก้ไข เปลี่ยนแปลง มันทีหลัง ดีกว่า จะกลัวจนไม่ได้เขียน หากยังติดขัดอยู่ก็ลองอ่านวิธีเขียนเปิดเรื่องของคนอื่นแต่ง แล้วลองปรับใช้ให้เป็นของคุณเองก็แล้วกัน ไม่มีสูตรสำเร็จในการเปิดเรื่องให้น่าสนใจ จะมีก็แต่คำแนะนำง่าย ๆ (แต่ทำได้ยาก) ว่า จง เปิดเรื่องที่จับคนอ่านให้ติดอยู่กับมันให้ได้ สร้างความสนใจ ความสงสัย การคาดคะเน หรือก่อให้เกิด คำถาม จนอยากรู้จะเปิดอ่านหน้าต่อไป

นักเขียนต่างมีวิธีเปิดเรื่องแตกต่างกันไปดังนี้

2.10.1 เปิดเรื่องด้วยคำพูดของตัวละคร

2.10.2 เปิดเรื่องด้วยการพรรณนาจากสถานที่และสิ่งแวดล้อม

2.10.3 เปิดเรื่องด้วยการบรรยายเหตุการณ์

2.10.4 เปิดเรื่องโดยจดหมาย ข้อความ หรือวลี ที่สร้างความสนใจ

2.10.5 เปิดเรื่องโดยพรรณนาถึงตัวละคร

2.10.6 เปิดเรื่องโดยบอกถึงประวัติของตัวละครหรือสถานที่

2.10.7 ฯลฯ

การเขียนเปิดเรื่องไม่ว่าจะเริ่มแบบไหน สิ่งสำคัญคือ อย่าเยิ่นเย้อ บรรยายยืดเยื้อ หรือบอกเล่าถึงความหลังจนน่าเบื่อ ควรจะนำเข้าไปสู่เรื่องราวหรือเข้าถึงตัวละครให้เร็วที่สุด

2.11 การตรวจแก้ไขต้นฉบับ

เมื่อเราเขียนนวนิยายจบแล้ว ใช่ว่าการเขียนหนังสือของเราจะจบลงเพียงแค่นั้น นักเขียนที่ดี มักจะทำการอ่านทบทวนตรวจแก้ผลงานตัวเองจนพอใจแล้วจึงจะนำออกไปสู่สาธารณะ และก็มีบางคน เหมือนกันที่คิดว่า ขั้นตอนนี้มันยากและน่าเบื่อเสียกว่าการเขียนในตอนแรกเป็นไหน ๆ แต่ไม่ว่าอย่างไร นักเขียนใหม่อย่างเราต้องใส่ใจเอาไว้เลยว่า ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนที่สำคัญมาก ๆ และควรทำทุกครั้งที่คุณเขียนต้นฉบับแรกเสร็จ มาเริ่มกัน

2.11.1 วางแผน ก่อนจะทำการตรวจแก้ควรวางแผนไว้เสียก่อนว่าจะตรวจทานเรื่องอะไรในการอ่านแต่ละครั้ง เช่น

1) การตรวจแก้ไขครั้งที่หนึ่ง ดูโครงสร้างความไหลลื่นของเรื่องตั้งแต่ตอนเริ่มต้นจนจบ ตัวละครมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร โครงเรื่องย่อยสัมพันธ์กับโครงเรื่องใหญ่ไหม แต่ละบทมีเบ็ดเกี่ยวให้คนอ่านติดตามหรือเปล่า ฯลฯ

2) การตรวจแก้ไขครั้งที่สอง เพื่อเพิ่มเติมในสิ่งที่ขาดหาย หรือตัดทิ้งในสิ่งที่ไม่จำเป็น

3) การตรวจแก้ไขครั้งที่สาม ดูรายละเอียดไปที่ละอย่าง ทีละบท ภาษาที่เลือกใช้เหมาะสมแล้วหรือยัง แสดงออกถึงความหมายที่ต้องการจะสื่อไหม ใช้คำซ้ำซากหรือเปล่า

4) การตรวจแก้อีกครั้งหลังจากที่แก้ไขไปแล้ว

2.11.2 จัดเตรียม

1) ต้นฉบับ พิมพ์งานเขียนออกมา หากคุณทำมันในคอมพิวเตอร์ การอ่านในกระดาษกับการอ่านจากจอมอนิเตอร์มันแตกต่างกัน แม้จะต้องใช้ต้นทุนมากขึ้น คุณก็ต้องยอม และถ้าหากคุณเขียนมันด้วยลายมือของคุณเอง ก็จงใช้เครื่องพิมพ์ดีด พิมพ์มันออกมา ด้วยวิธีการนี้จะทำให้คุณเห็น

งานของคุณในมุมมองใหม่ ความผิดพลาดจะชัดเจนยิ่งขึ้น ความใกล้ชิดกับผลงานของคุณก็มีมากขึ้น เมื่อคุณสามารถที่ลบ ชีตฆ่า โยงเส้นสายได้ตามใจชอบของคุณและ เพื่อสายตาของคุณเอง อย่าพยายามตรวจแก้ไขในจอมอนิเตอร์เด็ดขาด (ในการพิมพ์ ควรจะมีระยะห่างระหว่างบรรทัดมากกว่าปกติ และส่วนก้นหน้า และหลังให้เหลือพื้นที่กระดาษมากพอที่คุณจะเขียนลงไปได้)

2) ปากกา ควรจะมีปากกาต่างสีที่เขียนได้สีคล่องมือ สักสองสามสี

3) สมุดเล่มเล็ก เพื่อจดเอาไว้ว่า จะต้องเพิ่มเติมอะไร หรือแก้ไขในตอนไหนบ้าง

2.11.3 จัดตารางเวลาในการตรวจแก้ไขว่าจะใช้เวลาเท่าไร กำหนดเวลาแล้วเสร็จด้วย

2.11.4 ขณะที่ทำการตรวจแก้ไขให้แก้งทำเป็นว่าคุณไม่เคยพบเห็นเรื่องนี้มาก่อนเลย (จึงมีข้อแนะนำว่า หลังจากที่เขียนหนังสือจบแล้ว ควรทิ้งมันไว้สัก 2-3 สัปดาห์หรือมากกว่านั้น แล้วจึงเอามาทำการตรวจแก้ไข) อย่าอ่านด้วยความคิดว่าคุณคือคนเขียนเรื่อง แต่อ่านให้เหมือนกับคุณเป็นคนอ่านอื่น ๆ หรือเป็นนักวิจารณ์

2.11.5 อ่านดัง ๆ เพื่อให้ตัวคุณเองได้ยินเสียงด้วย เริ่มอ่านตั้งแต่เริ่มต้น จนจบ พร้อมกับตั้งคำถามไปด้วย เช่น

- ตัวละครที่ปรากฏอยู่ตลอดทั้งเรื่อง ได้หายไปโดยไม่ได้อธิบายหรือเปล่า (ตาย หรือเดินทางไปต่างประเทศ ฯลฯ) เพราะตัวละครไม่ควรจะหายไปจากเรื่องเสียเลย ๆ

- ตัวละครยังคงเหมือนเดิม หรือเปลี่ยนไปจากตอนต้นของเรื่องไหม ถ้าเปลี่ยนได้แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงนั้นหรือเปล่า

- จากเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่มี ได้ช่วยให้เกิดไอเดีย หรือสร้างบทบาทใหม่ ๆ ขึ้นมาเพื่อจะเชื่อมไปยังตอนจบไหม

- คุณพบวัตถุประสงคฺ์ในเรื่องที่คุณต้องการเสนอแล้วหรือยัง (หาแก่นเรื่องของตัวเองเจอไหม)

- จากเหตุการณ์ ในแต่ละบทเหมาะสม และเขียนออกมาได้ดีหรือยัง

- ตัวสะกด ภาษาที่ใช้ เหมาะสมถูกต้องเพียงใด

- ๗๗

2.11.6 ระหว่างที่อ่านคุณสามารถแก้ไขความผิดพลาดเล็ก ๆ น้อยไปได้ด้วย เช่น ตัวสะกด การใช้ภาษา

2.11.7 ทำเครื่องหมายดอกจันหรือขีดที่ตอนที่คุณเห็นว่าควรจะปรับเปลี่ยน และเขียนความคิดที่จะเปลี่ยนเอาไว้ใจสมุดโน้ตด้วย

2.11.8 เมื่ออ่านจบทั้งเรื่องก็ให้เริ่มอ่านใหม่ พร้อมทั้งเพิ่มเติม หรือตัดทิ้งสิ่งที่ต้องการแก้ไขได้ ขั้นตอนนี้อาจทำได้ทำจนกว่าคุณจะอ่านตลอดทั้งเรื่องจบก่อน บางครั้งเรื่องราวก็ผูกโยงสัมพันธ์กัน ทำให้ต้องแก้เป็นทอด ๆ จงมั่นใจว่าคุณต้องการที่จะเพิ่ม หรือตัดตอนใดตอนหนึ่งทิ้งไปจริง แล้วไม่ลืมที่จะไปแก้ผลที่ตามมาตอนหลังด้วย ขอแนะนำว่า ควรจะอ่านซ้ำที่คุณต้องการเพิ่ม หรือตัดทิ้งให้ดีเสียก่อน แล้วจึงแก้ไขทีละบท ๆ

2.11.9 อ่านอีกครั้งหลังจากที่คุณรวมทุกอย่างที่คุณแก้ไขเข้าด้วยกันแล้ว

2.11.10 สิ่งที่คุณตัดทิ้ง หรือไม่ใช่แล้วในหนังสือเล่มนี้ไม่ควรจะทิ้งไปทันที ให้เก็บเข้าแฟ้ม " ตัดทิ้ง " เอาไว้เผื่อใช้เป็นประโยชน์ในเรื่องอื่นได้

2.11.12 ในการตรวจแก้อย่าไปเสียสายหรือกลัวจะเสียเวลาที่จะตัดบางตอน หรือบางบททิ้งไปทั้งหมด นักเขียนบางคนเขียนลงไปเพราะรู้ว่าสิ่งที่เขียน หรืออาจจะรัก หรือสนุกกับตอนนั้น แต่เพราะการเขียน นวนิยายไม่ใช่การเขียนทุกสิ่งทุกอย่างลงไปในหนังสือ แต่เป็นการเขียนสิ่งที่สำคัญที่สุดลงไป ในหนังสือ หากบทไหน ตอนไหน ไม่ได้สอดคล้อง หรือทำให้เรื่องมันสอดคล้องเดินทางไปตามที่วางจุดประสงค์ไว้ ก็ควรทิ้งมันไป เอาไปใส่ในหนังสือเล่มต่อไปของคุณก็ได้

2.11.13 ยิ่งคุณตรวจแก้มากเท่าไรโรงงานของคุณก็จะออกมาดีมากขึ้น (ไม่ใช่ยิ่งแก้ ยิ่งเลอะนะ) สิ่งหนึ่งที่ต้องขอเน้น และทำความเข้าใจเพิ่มเติมก็คือ วิธีการตรวจแก้ หรือเรื่องที่จะแก้ไขนั้น นักเขียนแต่ละคนมีวิธีของตัวเองอาจจะไม่เหมือนใคร ไม่มีคำว่าถูกหรือผิดในการใช้แต่ละวิธี トラบใดที่มันยังทำงานให้คุณได้ผล

3. โรคเดินละเมอ (SleepWalking)

การละเมอ ในทางการแพทย์เรียกอาการกลุ่มนี้ว่า Somnambulism เป็นการนอนที่ผิดปกติ มีการเคลื่อนไหว พฤติกรรม อารมณ์ การตอบรับ การตอบรับขณะหลับ (Parasomnias) การละเมอเกิดขึ้นในช่วงการหลับลึก (Slow wave sleep or SWS) เป็นช่วงที่มีสติสัมปชัญญะต่ำและสามารถทำกิจกรรมที่ทำเป็นปกติในช่วงที่มีสติสมบูรณ์ได้ กิจกรรมเหล่านี้จะเริ่มต้นตั้งแต่การลุกขึ้นจากเตียง เดินเข้าห้องน้ำและทำความสะดวกหรือกิจกรรมที่เป็นอันตราย เช่นการทำอาหาร ขับรถ การแสดงพฤติกรรมรุนแรง การหยิบจับภาพหลอนหรือแม้แต่การฆาตกรรม ถึงแม้ว่าการละเมอจะเป็นการกระทำอะไรที่ง่าย ๆ ซ้ำ ๆ จนในบางครั้งมีรายงานว่ามนุษย์จะแสดงพฤติกรรมที่ซับซ้อนขณะนอนหลับถึงแม้บางครั้งอาจจะไม่ชอบธรรมตามกฎหมายก็ตาม ในปี ค.ศ. 2004 ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับยานอนหลับในประเทศออสเตรเลียออกมาอ้างว่าได้ประสบความสำเร็จในการบำบัดหญิงสาวที่มีอาการนอนละเมอแล้วไปมีเพศสัมพันธ์กับชายแปลกหน้า ต่อมาเดือนธันวาคม ค.ศ. 2008 มีรายงานจากประเทศอังกฤษเกี่ยวกับผู้หญิงคนหนึ่งทีละเมอแล้วส่ง e-mail ไปเชิญเพื่อนๆ มาร่วมรับประทานอาหารเย็นและสังสรรค์กันที่บ้าน คนที่ละเมอจะไม่สามารถจดจำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้หรือจำได้เพียงเล็กน้อย เป็นเพราะว่าในช่วงที่ละเมอจะไม่มีสติที่แท้จริง ถึงแม้ว่าตาจะเปิดแต่การตอบสนองอย่างอื่นมีดมัวและถูกปิด ในการละเมอแต่ละครั้งจะใช้เวลาดั้งแต่ 30 วินาทีถึง 30 นาที

การนอนสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ระยะด้วยกัน การแบ่งออกเป็นระยะอย่างนี้จะเป็นวงจรของการนอนในแต่ละครั้งโดยจะเกี่ยวข้องกับการหลับตื่น (Rapid Eye Movement or REM) และการหลับลึก (Non-Rapid Eye Movement or NREM) การนอนในช่วง NREM ถือว่าเป็นช่วงที่สำคัญมากเพราะมีส่วนสำคัญในการทำให้ภูมิคุ้มกันแข็งแรง เกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร และมีการหลั่งของฮอร์โมนที่เร่งการเจริญเติบโต growth hormone โดยการนอนทั้ง 4 ระยะ จะเริ่มตั้งแต่ระยะที่ 1 ไปจนถึง REM และกลับมา ระยะที่ 1 ใหม่

- Stage 1 (light sleep) ระยะนี้ยังหลับไม่สนิทครึ่งหลับครึ่งตื่น ปลุกง่าย ช่วงนี้อาจจะมีอาการกระตุกของกล้ามเนื้อที่เรียกว่า hypnic myoclonia มักจะตามหลังอาการเหมือนตกที่สูง ระยะนี้ตาจะเคลื่อนไหวช้า

- Stage 2 (True sleep) ระยะนี้ตาจะหยุดเคลื่อนไหวคลื่นไฟฟ้าสมองเป็นแบบ rapid waves เรียก sleep spindles

- Stage 3 (SWS period) ช่วงนี้ คลื่นไฟฟ้าสมองมีลักษณะเป็น Delta wave

- Stage 4 ระยะเวลาเป็นระยะที่หลับสนิทที่สุดคลื่นไฟฟ้าสมองเป็นแบบ delta waves ทั้งหมด
ระยะ 3-4 จะปลุกตื่นยากที่สุด ตาจะไม่เคลื่อนไหว ร่างกายจะไม่เคลื่อนไหว เมื่อปลุกตื่นจะงัวเงีย

การนอนช่วง Rapid eye movement (REM sleep) จะเกิดภายใน 90 นาทีหลังจากนอน ช่วงนี้เมื่อทดสอบคลื่นสมองจะเหมือนคนตื่น ผู้ป่วยจะหายใจเร็ว ชีพจรเร็ว กล้ามเนื้อไม่ขยับ อวัยวะเพศแข็งตัว เมื่อคนตื่นช่วงนี้จะจำความฝันได้ คนเราจะใช้เวลาอนในระยะต่างๆดังนี้ stage 2 50% REM 20% และช่วงอื่นๆ 30% การนอนหลับครบหนึ่งรอบใช้เวลา 90-110 นาที คนปกติต้องการนอนวันละ 8 ชั่วโมงโดยหลับตั้งค่างานตื่นในตอนเช้า คนสูงอายุการหลับจะเปลี่ยนไปโดยหลับกลางวันเพิ่มและตื่นกลางคืน จำนวนชั่วโมงในการนอนหลับแต่ละคนจะไม่เหมือนกันบางคนนอนแค่วันละ 5-6 ชั่วโมงโดยที่ไม่มีอาการง่วงนอน ถ้านอนหลับติดต่อกันจะรู้สึกนอนอึดมากกว่าคนที่หลับเป็นช่วงๆ

การเกิดการละเมออยู่ในช่วง 1/3 ของการนอน (ระหว่าง 5 หุ่ม ถึง 1 นาฬิกา) ในช่วงการหลับลึก คลื่นไฟฟ้าสมองจะมีพลังงานสูงแล้วทำงานร่วมไปด้วย เมื่อระดับคลื่นไฟฟ้าสมองอยู่ในช่วง 20-50% การนอนก็จะเข้าสู่ stage 3 แต่เมื่อคลื่นไฟฟ้าสมองสูงถึง 50% หรือมากกว่าก็จะเข้าสู่ stage 4 ของการนอนหลับ โดยปกติแล้ว การนอนละเมอจะเกิดขึ้นคืนละครั้ง โดยคลื่นไฟฟ้าสมองในมนุษย์จะมีความถี่ระหว่าง 1-4 Hz สามารถตรวจวัดได้ด้วยเครื่อง electroencephalogram ซึ่งคลื่นไฟฟ้าสมองดังกล่าวนี้จะทำงานร่วมกับการหลับลึก (Slow wave sleep) คลื่นไฟฟ้าสมองนี้จะถูกสร้างมาจากสมองส่วน Thalamus ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวกับการหลับการตื่นของสิ่งมีชีวิต

นักวิชาการหลายคนได้ศึกษาสาเหตุของการเกิดการละเมอได้ตั้งทฤษฎีขึ้นมาว่า การพัฒนาการละเมอจะเริ่มจากวัยเด็กมีสาเหตุมาจากการเจริญเติบโตที่คลาดเคลื่อน ในคนที่นอนละเมอจะมีคลื่นไฟฟ้าสมอง (delta wave) ที่สูงมากเมื่อมีอายุ 17 ปี ช่วงระยะเวลานี้จะมาจากการพัฒนาอย่างไม่สมบูรณ์ของระบบประสาทซึ่งเป็นสาเหตุของการนอนละเมอ การนอนละเมอมักจะพบในครอบครัวที่มีสมาชิกนอนละเมอ โดยเด็กจะมีโอกาสนอนละเมอเพิ่มขึ้น 45% ถ้ามีพ่อหรือแม่นอนละเมอและเพิ่มขึ้น 60% ถ้าทั้งสองคนนอนละเมอ อย่างไรก็ตามไม่มีการรายงานว่าการนอนละเมอจะเกิดกับผู้หญิงหรือผู้ชายมากกว่ากัน ดังนั้นปัจจัยการถ่ายทอดทางพันธุกรรมกับการนอนละเมอมีความเกี่ยวข้องกัน และมีผลมาจากปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม เช่น ความเครียด เสียงดัง การดื่มสุรา อากาศไม่บริสุทธิ์ การหมกมิด ความเหนื่อย เป็น

ต้น การใช้ยาที่รักษาอาการจิตเภทและการสะกดจิตก็เป็นสาเหตุของการนอนละเมอได้เช่นกัน ซึ่งปัจจัยทางสิ่งแวดล้อมดังกล่าวนี้จะมีผลต่อช่วงเวลาการหลับลึก (SWS)

ในปัจจุบันมียาบางตัวสามารถรักษาอาการนอนละเมอได้ เช่น Benzodiazepine, tricyclic antidepressants และ clonazepam แต่ต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์ อย่างไรก็ตามสำหรับคนที่นอนละเมอส่วนใหญ่ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญจะแนะนำให้เก็บของอันตรายไว้ในที่ที่ปลอดภัยและล็อคประตูหน้าต่างก่อนนอนเพื่อลดความเสี่ยงในการนอนละเมอไปทำกิจกรรมที่อันตราย รวมไปถึงการมีสุขอนามัยในการนอนที่ดีและงดการอดนอน ในกรณีของเด็ก บางครั้งผู้ปกครองอาจเล่านิทานน่ารักรๆ หรือเปิดเพลงให้เด็กฟังก่อนนอนเพื่อเป็นการผ่อนคลายก็ได้

การนอนละเมอสามารถเกิดการแสดงออกของพฤติกรรมรุนแรง พบว่ามีคดีความหลายคดีเกี่ยวข้องกับอาการนอนละเมอ เช่น การทำร้ายร่างกาย การข่มขืน และการฆาตกรรม การลงโทษบุคคลในกรณีดังกล่าวเป็นที่โต้เถียงกันอย่างมากเพราะว่าบุคคลเหล่านี้ไม่สามารถจดจำการกระทำของตนเองได้ โดยสามารถเข้าใจได้ว่าคนที่นอนละเมอมีความเป็นไปได้ที่จะเกิดความสับสน เกิดความรุนแรงและการข่มขืน มีโอกาสเกิดเหตุการณ์ดังกล่าวเมื่อมีการยี้ระยะเวลาในการละเมอและสภาพแวดล้อมในขณะเวลานั้น มีการนำมาวิเคราะห์ความแตกต่างรวมถึงเงื่อนไขซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับความรุนแรงในขณะหลับ พบว่ามีความเสี่ยงสูงถ้าบุคคลดังกล่าวมีอาการผิดปกติขณะหลับไม่สนิท (RSBD) คนที่ผิดปกติเกี่ยวกับความจำสลับขั้วและคนที่เดินอย่างไม่มีจุดหมาย

ในทางการแพทย์การนอนละเมอถือว่าเป็นลักษณะของโรคทางจิตเวชชนิดหนึ่ง สามารถบำบัดรักษาได้ แต่คนทั่วไปมักจะคิดว่าเป็นเรื่องปกติ ในรายที่อาการละเมอไม่รุนแรงก็ไม่ใช่ไร แต่ในรายที่มีอาการรุนแรงอย่างเช่นกรณีที่เกิดในต่างประเทศ เช่นการละเมอแล้วไปทำร้ายคนอื่น ละเมอแล้วไปมีเพศสัมพันธ์กับคนแปลกหน้า บุคคลเหล่านี้ควรมีการระมัดระวังตัวเองและอยู่ในความดูแลของแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ส่วนบุคคลทั่วไปถึงแม้ว่าจะไม่ได้มีอาการนอนละเมอหรือไม่รุนแรงขนาดนี้ ก็ควรดูแลสุขอนามัยการนอนให้ดี เพราะปัญหาเกี่ยวกับการนอนมีหลายชนิดด้วยกัน เช่น ปัญหาอนไม่หลับ การนอนผวา Jet lag การนอนกั๊กฟัน เป็นต้น เราควรสร้างสุขอนามัยการนอนที่ดี เช่น การนอนให้ตรงเวลา ออกกำลังกาย ไม่กินอาหารก่อนนอน เลี่ยงบุหรี คาเฟอีนและของมีนเมา ดื่มน้ำหรือรับประทานอาหารที่มีองค์ประกอบของกรด อะมิโน Tryptophan จากโปรตีน อย่างธัญพืช หรือเครื่องดื่มน้ำ Whole Grains ก่อน

นอน จะช่วยกระตุ้นให้ร่างกายปล่อยสาร Niacin จากวิตามินบี 5 ทำให้สมองและร่างกายผ่อนคลาย และ
ง่วงนอนง่ายขึ้น เป็นต้น เพื่อที่จะทำให้นอนหลับสบายและไม่มีปัญหาเกี่ยวกับการนอนต่อไป

การเดินละเมอ (sleep walking, somnambulism) คือ การเดินโดยไม่รู้ตัวที่เกิดขึ้นในขณะที่
หลับ มักจะเกิดขึ้นในช่วงแรกๆ ของการหลับ โดยเฉพาะในระยะที่ 3-4 ของการหลับแบบตาไม่กระตุก
ช่วงแรก และมักจะเกิดขึ้นในเด็ก (ตั้งแต่ 2-3 ขวบ จนถึงวัยรุ่น) มากกว่าผู้ใหญ่ ที่พบบ่อยคือ ขณะที่หลับๆ
อยู่ เขาจะมีการเคลื่อนไหวแขนขาหรือร่างกายแล้วจะลุกขึ้นนั่งบนเตียง ลืมตาแป๋วเหมือนตาแก้ว (glassy
eyes) ที่มองไม่เห็น (ไม่รู้รูปร่างที่ไม่ต้องการเห็น) แล้วจะลุกขึ้นยืนและเดินไปอย่างไร้จุดหมายด้วยท่าที่
งุ่มง่ามหรือเหมือนหุ่นยนต์ เข้าห้องนั้นออกห้องนี้ หรือเดินหนีออกไปจากบ้านโดยไม่ชนประตู ใต้โต๊ะ เก้าอี้
หรือสิ่งกีดขวาง ขึ้นลงบันไดได้ (ซึ่งแสดงว่าเขามองเห็นสิ่งที่เขาต้องการจะเห็น ส่วนสิ่งอื่นที่เขาไม่ต้องการ
จะเห็น เช่น การโบกไม้โบกมือที่หน้าของเขา เขาจะไม่เห็น ดังนั้น เขาจึงอาจหกล้ม หรือเกิดอุบัติเหตุอื่นๆ
ได้)

โดยทั่วไปเขาจะไม่ตอบสนองต่อเสียงเรียก (ซึ่งคงเป็นเพราะเขาไม่ได้ยิน) แต่มักจะยอมให้จูง
มือกลับไปนอนใหม่ได้ เมื่อตื่นขึ้นเขาจะจำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไม่ได้ หรือจำได้อย่างรางเลือนคล้ายกับว่าฝัน
ไป นอกจากการเดินละเมอแล้ว เขาอาจจะถอดเสื้อผ้า หรือแต่งตัวใหม่ หรือถ่ายปัสสาวะอุจจาระไม่เป็นที่
เป็นทางโดยไม่รู้ตัวได้ หรืออาจเกิดร่วมกับอาการฝันร้ายหรือฝันผวาได้ อาการที่เกิดขึ้นอาจกินเวลาไม่ถึง
นาที หรืออาจยาวนานถึงครึ่งชั่วโมงได้ การลุกขึ้นเดินสะเปะสะปะในเวลากลางคืนของผู้สูงอายุ (คนแก่)
ไม่ใช่การเดินละเมอ เพราะไม่ได้เกิดขณะหลับ แต่เกิดจากตื่นแล้วหลง (walking disorientation) มักเกิด
จากโรคสมองเสื่อม (senile dementia) สาเหตุของการเดินละเมออาจเกี่ยวข้องกับกรรมพันธุ์ ปัญหาทาง
จิตใจ โดยเฉพาะการเก็บกดความไม่พอใจไว้ หรืออื่นๆ

การรักษา

- หาสาเหตุ ถ้าเกิดจากกรรมพันธุ์ก็ควรใช้การรักษาด้วยยา ถ้าเกิดจากปัญหาทางจิตใจ เช่น
เด็กขาดความอบอุ่นในครอบครัว เด็กถูกรังแกข่มเหง เด็กเกิดความอิจฉาริษยาพี่หรือน้อง หรืออื่นๆ จะต้อง
พยายามแก้ไขสาเหตุ และให้การรักษาในด้านจิตใจ (จิตบำบัด) ด้วย

- การรักษาด้วยยา ใช้ในระยะที่เป็นมาก โดยให้ยาไดอะซีแพม (diazepam ขนาด 2 หรือ 5
มิลลิกรัม) กิน 1-2 เม็ดก่อนนอน จะช่วยลดอาการเดินละเมอได้ ถ้ามีปัญหาทางจิตใจหรือมีการเก็บกด อาจ

ต้องใช้ยาแก้อาการซึมเศร้าช่วย (ดูเรื่องยาเหล่านี้ในคอลัมน์มาเป็นหมอกันเกิด ในหมอชาวบ้าน ฉบับที่ 153)

อย่างไรก็ตาม การเดินละเมอเป็นอาการปกติที่เกิดร่วมกับการหลับได้ ถ้านานๆจะเป็นสักครั้ง และแต่ละครั้งเป็นชั่วคราวเดียว แล้วก็กลับเข้านอนเองได้โดยไม่มีอุบัติเหตุหรืออันตรายอะไรก็ไม่จำเป็นต้องวิตกกังวล เพราะจะหายเองได้เมื่ออายุมากขึ้น แต่อย่าลืมหาสาเหตุทางจิตใจและแก้ไขเสียด้วย มิฉะนั้นคนที่เดินละเมออาจเกิดโรคทางจิต และ/หรือทางกายต่างๆในภายหน้า

Sleep walking (somnambulism) คือการเคลื่อนไหวร่างกายขณะหลับหรือที่เรียกว่าละเมอเดิน มักพบในเด็กและเพศชาย การกระทำของเขาจะมีความหมายกับจิตไร้สำนึก เช่น คนที่ติดแม่ อาจละเมอเดินไปที่เตียงซึ่งแม่กำลังนอนหลับอยู่ พบในโรคจิตเภท และคนที่มีบุคลิกภาพแบบแยกตัว (schizoid)

Schizoid

Schizoid ในโรคประสาทย่ำคิดย่ำทำมีลักษณะคือ ชี้อะแวง เก็บตัว มีแนวโน้มที่แยกตัวเอง มีความรู้สึกไวและอารมณ์เฉยเมย

Schizophrenic psychoses

เป็นกลุ่มโรคจิตที่มีพื้นฐานผิดปกติทางบุคลิกภาพ แนวความคิด หลงผิดในลักษณะ bizarre ประสาทหลอน การแสดงออกของอารมณ์ไม่สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อม แยกตัวเองไม่สนใจผู้อื่น (autism) โดยทั่วไปสติปัญญาดี มักแสดงความประพฤตินลักษณะแปลกมาก (bizarre) ประสาทหลอนทางหูบ่อยๆ อาจมีลักษณะเหม่อลอย ได้ตอบไม่ได้เรื่องราวไม่ตรงคำถาม มีความรู้สึกหลายๆอย่างเกิดขึ้นพร้อมๆกัน (ambivalence) ดี้อ ซึม อาจแสดงอาการของ catatonia ซึมจัดหรือคลั่ง

Hysterical neurosis ชนิด dissociative type

Dissociative trance states หรือ twilight states, dream states, psychogenic stupors เป็นภาวะที่ไม่มีปฏิกิริยาต่อสิ่งแวดล้อม ไม่เคลื่อนไหว ฟุ้งจุดสนใจไปลงในส่วนลึกของร่างกาย อยู่ในทรานส์เป็นชั่วโมงหรือเป็นวัน เกิดทันทีทันใดโดยเฉพาะเมื่อมีภาวะเครียดในระหว่างทรานส์ทำอะไรไม่ได้หรือจำได้เพียงบางส่วน

Dissociated experiences related to sleep

Sleep talking and sleep walking พบมากในเด็ก เกิดระยะสโลว์เวฟวิโดยพูดเป็นวลีเป็นคำ เดินในขณะหลับ ไม่มีจุดหมายอาจเกิดอันตรายได้

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ปัจจุบันยังไม่ค่อยมีการศึกษาเรื่องโรคเดินละเมอมากนัก เพราะข้อมูลหาได้ยาก แต่มีการนำโรคนี้ไปอ้างอิงในด้านอื่นๆมากกว่า เช่น นวนิยาย ภาพยนตร์ มิวสิควีดีโอ เป็นต้น และนอกจากนั้นยังมีข่าวที่เกิดขึ้นจากโรคเดินละเมอในหลายกรณีอีกด้วย จากการศึกษาดังกล่าวจึงสรุปได้ดังนี้

4.1 นวนิยาย

นวนิยายที่อ้างอิงเกี่ยวกับโรคเดินละเมอ ได้แก่

4.1.1 นิยายสืบสวน คินดะอิจิ ตอนที่ 8 "อย่าออกมาเดินตอนกลางคืน" แต่งโดย โยโคมิโซะ เซชิ มีการกล่าวถึงตัวละครในเรื่องที่มีอาการเดินละเมอที่เกิดจากพันธุกรรม และได้ก่อการฆาตกรรมขึ้นในขณะที่เดินละเมอ

4.1.2 นิยายสืบสวน คินดะอิติ ตอนที่ 21 "หญิงผู้ถือพัดจีน" แต่งโดย โยโคมิโซะ เซชิ มีการกล่าวถึงตัวละครในเรื่องว่ามีอาการเดินละเมอที่เกิดจากความเชื่อที่โดนปลูกฝังมาตั้งแต่วัยเด็ก และอาการเดินละเมอจะแสดงออกมาจากจิตใต้สำนึกในชีวิตประจำวัน

4.2 ภาพยนตร์

ภาพยนตร์ที่อ้างอิงเกี่ยวกับโรคเดินละเมอ ได้แก่

4.2.1 The Cabinet of Dr. Caligari โลกวิปริตของ 'คาลิการี' โดย Carl Mayer และ Hans Janowitz (1919) ภาพยนตร์เยอรมันในช่วงทศวรรษที่ 1920 แนวแฟนตาซีสยองขวัญ ซึ่งตั้งใจอุปมาอุปไมยกับเหตุการณ์ของสงครามโลกครั้งที่ 1 โดยตัวละคร Caligari เสมือนเป็นตัวแทนของรัฐบาล ที่คอยสะกดจิตให้ประชาชนคล้อยตามเหมือนคนละเมอเดินแล้วนำพาพวกเขาเข้าสู่สงครามอย่างยินยอม โดยไม่มีท่าทีแห่งการขัดขืนแต่อย่างใด

4.2.2 In My Sleep โดย Allen Wolf. ในปี 2010 มีตัวละครที่เชื่อว่า ตัวเองคือฆาตกรที่ฆ่าเพื่อนสนิทในขณะหลับ ซึ่งภาพยนตร์เรื่องนี้ได้แรงบันดาลใจมาจากเรื่องจริง

4.2.3 A Lizard in a Woman's Skin โดย Lucio Fulci ภาพยนตร์อิตาลี ในปี 1971 เกี่ยวกับผู้หญิงคนหนึ่ง que คิดว่าเธอคือฆาตกรฆ่าเพื่อนบ้านในขณะที่เธอนอนหลับ

4.2.4 The Sleepwalker Killing โดย John Cosgrove ละครโทรทัศน์ของอเมริกา ในปี 1997 เป็นเรื่องราวขณะที่ผู้ชายคนหนึ่งฆ่าพ่อตาและแม่ยายของเขาากลางคืนหนึ่งหลังจากที่เขานอนไปแล้ว

4.2.5 Side Effects โดย Steven Soderberg ภาพยนตร์แนวจิตวิทยา ในปี 2013 ตัวละครหลักของเรื่องมีอาการป่วยทางจิตมีการซึมเศร้า เธอได้เข้ารับรักษาที่จิตแพทย์และแพทย์ได้จัดยาชื่อ ออบลิควา ให้กับเธอซึ่งยานี้มีผลข้างเคียงทำให้เธอมีอาการเดินละเมอลุกขึ้นไปทำสิ่งต่างๆโดยไม่รู้ตัวและพลังมือฆ่าสามีเสียชีวิต

4.3 มิวสิควิดีโอ

มิวสิควิดีโอเพลง I Will Love, So Love You ร้องโดย The Worm ในมิวสิควิดีโอเพลงนี้ นางเอกมีอาการเดินละเมอไปนั่งดูดาวทุกวันและทำให้ได้พบเจอกับพระเอก ทำให้พระเอกตกหลุมรักเธอ โดยตอนท้ายของเพลงพระเอกได้กล่าวว่า "ขอบคุณโรคเดินละเมอที่ทำให้เราได้เดินมาเจอกัน"

4.4 ชาว

ชาวที่มีการอ้างอิงเกี่ยวกับโรคเดินละเมอ ได้แก่

4.4.1 นอนละเมอยุคดิจิทัล ลุกขึ้นมาแก่นาฬิกา โดย ไทยรัฐออนไลน์

เพราะต้องมีชีวิตยุ่งเกี่ยวกับเทคโนโลยีต่างๆ อยู่กันมามากมายหลายอย่าง เลยเป็นที่เปิดเผยออกมาว่า มนุษย์เดี๋ยวนี้พากันนอนละเมอแบบโลดโผนหรือทำในสิ่งที่แปลกประหลาดกันมากขึ้น มูลนิธิสุขภาพจิตของอังกฤษ รายงานว่า ชาวเมืองน้ำชาปัจจุบัน พากันเป็นโรคนอนไม่หลับ หรือโรคผิดปกติของการนอนต่างๆกันระนาว ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 30 ทำให้น่าวิตกว่า อาจเป็นผลร้ายต่อสุขภาพกายและใจได้

แผนกบริการทางการแพทย์โรคประสาทวิทยาและโรคของการนอนเปิดเผยว่า ได้มีคนไข้มาปรับทุกข์ให้ฟังว่า เกิดละเมอลุกขึ้นมาส่งข้อความสั้นทางโทรศัพท์มือถือขึ้นบ่อยๆ ฝ่ายแพทย์ยอมรับว่า เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ เมื่อคำนึงว่า ชาวอังกฤษพก โทรศัพท์มือถือกันอยู่มากถึงร้อยละ 92 และยังมีอีกหลายคนที่เขาไปนอนด้วย “เป็นเรื่องธรรมดาที่คนจะลุกขึ้นมาทำอะไรกำลังหลับ โดยเฉพาะกับสิ่งที่ทำอยู่เป็นประจำตอนกลางวัน มันเป็นเรื่องของการนอนหลับโรคหนึ่งทำในสิ่งที่ไม่รู้ตัวลงไปตอนหลับ”

หมออธิบายให้ฟังว่า มีตั้งแต่เรื่องเล็กน้อยอย่างเช่น นอนหลับทั้งที่ตายังลืมอยู่ ไปจนถึงสิ่งโหดโชน ละเมอขับรถ “หมอเคยเจอคนไข้รายหนึ่ง ชอบละเมอลุกขึ้นมาแก่นาฬิกาเรือนเก่าแก่ของปู่เป็นประจำ” นายแพทย์ยอมรับว่า ยังไม่ค่อยมีความรู้ในเรื่องเหล่านี้ เพราะยังไม่ค่อยมีการทำวิจัยกัน ส่วนใหญ่เป็นเพราะการหาข้อมูลในเรื่องนี้ได้ยาก แต่เชื่อว่าคงจะมีความก้าวหน้าขึ้นบ้างในอนาคตอันใกล้นี้ ด้วยเหตุว่าเดี๋ยวนี้มีอุปกรณ์ใช้เพื่อคอยบันทึกพฤติกรรมของผู้ที่หลับนอนอยู่ที่บ้านได้แล้ว

4.4.2 รู้หรือไม่! ชาวอเมริกัน"เดินละเมอ"เป็นเรื่องปกติมากกว่าที่เราคิด โดย มติชนออนไลน์

ในละครหรือในภาพยนตร์ "การนอนละเมอ"อาจถูกมองว่าเป็นเรื่องตลกหรือขบขัน แต่ปรากฏการณ์ชนิดนี้กลายเป็นพฤติกรรมสามัญทั่วไปที่ชาวอเมริกันส่วนใหญ่ยังอาจจะไม่ทราบ

ผลการศึกษาโดยนักวิทยาศาสตร์จากคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด ในสหรัฐฯ พบว่า ร้อยละ 3.6 ของผู้ใหญ่ชาวอเมริกันมีแนวโน้มที่จะเดินละเมอ ซึ่งสูงกว่าที่เคยมีการเข้าใจกัน ซึ่งอาจเป็นผลสืบเนื่องมาจากอาการที่เกี่ยวข้องกับสภาพจิต อาทิ ภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล โรคย้ำคิดย้ำทำ และอาการผิดปกติขณะนอนหลับอื่น ๆ

วารสารประสาทวิทยาของพิมพ์ผลการศึกษานี้ (15 พ.ค.) โดยศึกษาในผู้ใหญ่ชาวอเมริกัน 19,000 คน อายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป ใน 15 รัฐ โดยใช้คำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการนอนหลับ สุขภาพทั่วไป การรับประทานยา และความผิดปกติทางสมอง โดยผู้ที่มีรายงานว่ามีความผิดปกติการนอนละเมอ จะถูกสอบถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับความถี่ ความยาวนานของการละเมอ ประวัติครอบครัว และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม หรือมีแนวโน้มที่เสี่ยงอันตรายระหว่างการนอน

นอกจากนั้น พบว่าร้อยละ 29 เคยนอนละเมออย่างน้อย 1 ครั้งในชีวิต ขณะที่เกือบ 1 ใน 3 ของร้อยละ 3.6 ที่เคยมีพฤติกรรมเช่นนี้ภายใน 1 ปี กล่าวได้ว่า พวกเขาอนละเมอ 2 ครั้งหรือมากกว่า

ในแต่ละเดือน ทั้งนี้ ประวัติครอบครัวถือเป็นหนึ่งในปัจจัยที่สำคัญ เนื่องจากพบว่า ประมาณร้อยละ 30 ของผู้ที่เคยเดินละเมออย่างน้อย 1 ครั้ง ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา มีสมาชิกในครอบครัวที่เคยมีอาการผิดปกติ

นักวิจัยสอบถามผู้เข้าร่วมการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการนอนหลับ สุขภาพโดยรวม และความผิดปกติในการนอนหลับพบว่า คนบางกลุ่มมักเดินละเมอมากกว่าคนอื่น คนกลุ่มนี้มักมีภาวะหยุดหายใจขณะหลับ นอนไม่หลับ ตื่นสุราหนัก รับประทานยานอนหลับ โดยผู้ที่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า หรือโรคย้ำคิดย้ำทำ มีโอกาสมากกว่าคนปกติถึง 3.5-3.9 เท่าที่จะนอนละเมอ และผู้ที่ใช้กลุ่มยาที่ออกฤทธิ์ในการต้านอาการซึมเศร้า (SSRI) มีโอกาสที่จะเดินละเมอ 2 ครั้งหรือมากกว่าต่อเดือนมากกว่าคนปกติ 3 เท่า นอกจากนี้ ยังพบว่า 1 ใน 3 ของคนนอนละเมอมีคนอื่นในครอบครัวนอนละเมอเช่นกัน

ผลการศึกษาก่อนหน้านี้พบว่า การเดินละเมอมักเกิดขึ้นในวัยเด็กและจะค่อย ๆ หายไปเมื่อโตขึ้น อาการนอนละเมอมีตั้งแต่พุดขณะหลับไปจนถึงลุกขึ้นเดินจากเตียง ซึ่งจะเป็นปัญหาใหญ่หากเดินละเมอลงบันไดหรือเดินละเมอออกจากบ้าน

4.4.3 ผลวิจัยชี้คนไทยป่วยเป็นโรคพาร์กินสันกว่าร้อยละ 74.3 โดย ประชาชาติธุรกิจออนไลน์

ผลวิจัยชี้ชายไทยเสี่ยงเป็นโรคพาร์กินสันหรือโรคสั่นสั่นนิบาตสูง หลังพบผู้ป่วยกว่าร้อยละ 74.3 เสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนทางสมอง เน้นการออกกำลังกายสม่ำเสมอช่วยชะลอความเสี่ยงเป็นโรคพาร์กินสันได้

รศ.นพ.รุ่งโรจน์ พิทยศิริ หัวหน้าศูนย์พาร์กินสัน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ เปิดเผยว่า จากการร่วมวิจัยกับหน่วยประสาทวิทยาของโรงพยาบาลมหาราช นครราชสีมา และ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบผู้ป่วยโรคพาร์กินสันในประเทศไทย ร้อยละ 74.3 เติบโตกับอาการพาร์กินสันตอนกลางคืน ทำให้การนอนหลับผิดปกติ กระทบคุณภาพชีวิตของทั้งผู้ป่วยและผู้ดูแล ซึ่งภาวะพาร์กินสันกลางคืนอาจไม่เป็นที่สังเกตในช่วงเวลาที่ผ่านมา แต่ผลวิจัยที่ค้นพบทำให้ทราบว่าผู้ป่วยอาจเสี่ยงกับการเกิดความเสี่ยง เช่น หกล้ม เป็นภาวะแทรกซ้อนทางสมองอื่นๆ ได้ ซึ่งอาการพาร์กินสันกลางคืน ได้แก่ นอนละเมอ ลุกขึ้นปัสสาวะบ่อยมาก แขนขาเกร็ง กระตุกจนตกเตียง หรือทำร้ายคนที่นอนข้างๆ นอนกรน

ในภาวะหลับลึก จนเกิดการหยุดหายใจ ซึ่งหากผู้ดูแลเข้าใจและพามาปรึกษาแพทย์ จะสามารถลดอาการต่างๆ ได้ด้วยการใช้ยา ทำให้ผู้ป่วยใช้ชีวิตประจำวันได้ดีขึ้น

นพ.รุ่งโรจน์ กล่าวอีกว่า โรคพาร์กินสัน หรือคนทั่วไปเรียกว่าโรคสั่นสั่นนิบาต หมายถึงภาวะไม่สามารถควบคุมการเคลื่อนไหวหรือบังคับไม่ให้สั่นได้ มักพบในผู้ป่วยอายุ 60 ปีขึ้นไป แต่ปัจจุบันพบที่อายุ 35 ปีขึ้นไปก็ได้ สาเหตุเกิดจากภาวะที่สมองขาดสารโดปามีน กรรมพันธุ์มีส่วนร้อยละ 20 และสภาพแวดล้อม เช่น การได้รับสารเคมีบางชนิด รวมถึงการกระทบกระเทือนทางสมอง ก็ส่งผลต่อพาร์กินสันได้เช่นกัน ซึ่งผู้ชายมีแนวโน้มเป็นได้มากกว่าผู้หญิง มักเริ่มต้นจากมาพบแพทย์ในลักษณะคล้ายไหล่ติด และแพทย์ต้องทำการตรวจวัดปริมาณสารโดปามีนในสมอง เพื่อยืนยันการเป็นพาร์กินสัน ซึ่งอาจต้องใช้เวลาหลายเดือน

อย่างไรก็ตาม แพทย์พบว่าการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอมีแนวโน้มช่วยลดความเสี่ยงของอวัยวะทั้งภายนอกและภายใน รวมทั้งระบบประสาทของร่างกายที่อาจมีผลชะลอการเกิดพาร์กินสันได้

4.4.4 ปรากฎการณ์ หลับลอย (Sleep Floating) โดย นิตยสารแปลกทะเลโลก ฉบับที่

572

จนถึงขณะนี้นักวิทยาศาสตร์ก็ยังไม่อาจอธิบายได้อย่างชัดเจน ในกรณีของปรากฏการณ์เหนือธรรมชาติ 2 อย่าง นั่นคือ การละเมอเดิน (Sleep Walking) และ การหลับลอย (Sleep Floating)

จากรายงานทางการแพทย์ ผู้มีอาการเดินละเมอ หรือหลับลอย ส่วนใหญ่ไม่ใช่ผู้ป่วยทางจิต หรือทางร่างกาย พวกเขาเป็นคนปกติ แต่พบว่าช่วงที่เกิดเหตุประหลาดขึ้น คน ๆ นั้นมักอยู่ในภาวะจิตอ่อน หรือ จิตตก นักจิตวิทยาอธิบายว่า เป็นช่วงเวลาที่เราที่มีจิตใจอ่อนแอมากที่สุด ซึ่งอาจเกิดจากความโศกเศร้าเสียใจอย่างมาก ต่อการสูญเสียคนรัก หรือจิตใจถูกกระทบจากความกลัวสุดขีด หรือภาวะร่างกายอ่อนแอมาก

อย่างไรก็ตาม การนอนหลับแล้วละเมอลุกจากเตียงมาทำงานที่เคยทำประจำ เช่น หุงข้าวทำอาหาร เดินไปมาอย่างปราศจากจุดหมายปลายทาง หรือออกไปไร่เพื่อถางหญ้าปลูกต้นไม้ อากาศ

เช่นนี้นักจิตวิทยาพอมีคำอธิบายว่า เกิดจากการทำซ้ำบ่อย ๆ ทำให้สมองรับรู้ได้ว่าครั้งต่อไปก็ต้องทำเช่นนี้ จึงสั่งการให้ร่างกายปฏิบัติโดยอัตโนมัติ

เคยมีคดีเกี่ยวกับการละเมอเดิน ซึ่งเป็นคดีร้ายแรงเกิดขึ้นหลายครั้ง เช่น ลูกขึ้นมาฆ่าคนตายโดยไม่รู้ตัว เหมือนเป็นอีกร่างอีกบุคลิกหนึ่งของคน ๆ นั้น แต่กรณีการหลับลอย คืออาการที่คนลอยร่างขึ้นจากเตียงในขณะที่ตัวเองหลับลึก บางครั้งลอยวนเหนือเตียงไปรอบ ๆ บ้าน หรือลอยหายไป และไปปรากฏตัวอีกสถานที่หนึ่ง พอรู้สึกตัวก็จำไม่ได้ว่าตนเองมาถึงที่นี่ได้อย่างไร

การลอยตัวจากที่นอนได้นั้น เป็นภาวะเกินขีดจำกัดของมนุษย์ที่จะทำได้ หากจะว่าเกิดจากเวทย์มนต์ ก็ไม่น่าเชื่อถือ นักพลังจิตจึงเข้ามาอธิบายปรากฏการณ์หลับลอยว่าเกิดจาก พลังจิตไปกระตุ้นกำลังภายใน และกำลังภายในนั้นเองทำให้มนุษย์ธรรมดาลอยร่างในอากาศได้

หากอ้างอิงถึงความเชื่อของชาวพุทธ จะสามารถอธิบายได้ว่า คนเราประกอบขึ้นด้วยกายหยาบ ซึ่งเป็นที่อยู่ของอวัยวะ 32 ประการ และกายทิพย์ เป็นที่อยู่ของ สิ่งรู้หรือดวงวิญญาณ ทั้งสองส่วนนี้อยู่ด้วยกัน แต่ไม่ค่อยได้ก้าวกายในหน้าที่ของกันและกัน แต่ก็มีบ้างที่บางครั้งกายทิพย์จะกระตุ้นเตือนกายหยาบถึงภัยอันตรายร้ายแรง ที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้ ซึ่งเรารู้จักกันในชื่อ ลางสังหรณ์หรือนักวิทยาศาสตร์ยุคใหม่เรียกว่า เดอะ ซิกเซ็นส์ เช่น บางคนนอนหลับฝันไปว่ามีสัตว์ร้าย สะดุ้งตื่นขึ้นมาพบว่า มีงูกำลังจะจกอยู่พอดี จะเห็นว่าเมื่อเรานอนหลับไม่ได้สติ กายทิพย์ที่ยังรับรู้จะคอยดูแลปกป้องกายหยาบอยู่ และคอยกระตุ้นให้หลีกเลี่ยงอันตรายอันอาจเกิดขึ้น นั่นอาจเป็นสาเหตุให้เกิดปรากฏการณ์ดังกล่าวได้เช่นกัน

อธิบายกันตามหลักวิทยาศาสตร์ กิ่ง ๆ พลังจิต อาจพูดได้ว่า เมื่อร่างกายของเรา นอนหลับ ไม่สามารถรับรู้และควบคุมร่างกายด้วยสติได้ ร่างกายจึงอาจลอยไปตามจิตสำนึกที่อยู่ลึกที่สุด ที่กำลังคร่ำเคร่งอยู่กับงาน หรือจดจ่ออยู่กับอะไรบางอย่าง จึงล่องลอย หรือเดินไปตามสิ่งนั้น

เมื่อเร็ว ๆ นี้ มีทีมงานนักวิทยาศาสตร์คณะหนึ่งจากนครมอนทรีล แคนาดา นำทีมโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านประสาทวิทยา แพทย์เออร์สัน สแตนลีย์ โครงการวิจัยของเขาตั้งชื่อว่า โครงการทดลองหาข้อเท็จจริงกรณีคนลอยร่างจากเตียงนอนได้อย่างไร

ผลการทดลองสร้างความประหลาดใจแก่นักวิทยาศาสตร์ หลังจากที่พบว่าอาสาสมัครลอยร่างจากเตียงนอนแล้วกลับคืนสภาพปกติ ทีมงานวิจัยนำอุปกรณ์ไปตรวจวัดพลังงานแฝง

ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น กำมันตรังสี คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า หรือพลังงานที่สามารถตัดแรงดึงดูดของโลกได้ แต่ไม่พบพลังงานใด ๆ เลย ว่าคนนอนหลับ ๆ ก็ลอยขึ้นเองด้วยพลังอะไรบางอย่างที่ตรวจสอบไม่พบ

การทดลองนี้ นายแพทย์แพทเตอร์สันให้อาสาสมัครที่เป็นนักศึกษาหลักสูตรปริญญาตรีจิตวิทยา จิตเวชคลินิก และจิตวิเคราะห์ จำนวน 50 คน มาอยู่รวมกันในค่ายฝึกแห่งหนึ่งที่มีความสงบเงียบ ร่วมกับบุคคลภายนอกอีก 50 คน อาสาสมัครทุกคนได้รับการฝึกอบรมการควบคุมพลังจิตในร่างกาย จากนั้นนักวิทยาศาสตร์ได้ติดตั้งอุปกรณ์วัดความดันโลหิต การเต้นของชีพจร และการเต้นของหัวใจ ไว้กับตัวนักศึกษาทุกคน ผลการทดลองได้ผลในระดับที่สามารถเก็บข้อมูลได้ถึง 3 ราย ดังนี้

1) เจสสิกา แอล นักศึกษาจากเมืองเพลนฟีลด์ รัฐเวอร์มอนต์ อายุ 23 ปี ผู้เคยมีประสบการณ์นอนหลับอยู่บนเตียง พอรู้สึกตื่นขึ้นมาก็มาอยู่บนต้นไม้หลังบ้านได้แบบไม่ทราบสาเหตุ ซึ่งเจสสิกาให้การว่า ครั้งนั้นก่อนนอนได้กินยานอนหลับ เพราะโคกเศร้าที่ถูกแฟนหนุ่มตัดรักไปมีแฟนใหม่จากการวิเคราะห์เชื่อว่าเจสสิกาไม่ได้หลับละเมอแต่เป็นการหลับลอย เพราะปกติเจสสิกาปีนต้นไม้ไม่ได้และไม่เคยปีน จึงน่าจะลอยไปค้างอยู่บนต้นไม้มากกว่า การทดลองในคืนนั้นพบว่าเธอลอยขึ้นเหนือเตียงแค่สองนิ้ว ค้างอยู่อย่างนั้นสักครู่ แล้วตกวูบลงไป ขณะนั้นความดันโลหิตและชีพจร รวมทั้งการเต้นของหัวใจเป็นปกติทุกอย่าง แต่ในคืนต่อมา เจสสิกาลอยออกนอกหน้าต่างจนที่มงานที่ฝ้าระวางอยู่ต้องจับร่างเอาไว้

2) บัค เอ็ม จากเมือง จากเมืองไบลิงส์ รัฐมอนทาน่า อายุ 45 ปี อาชีพขับรถบรรทุกสินค้า เคยมีประสบการณ์ขับรถเทรลเลอร์แล้วหยุดนอนระหว่างทางบนถนนซูเปอร์ไฮเวย์ เวลา นั้นประมาณเที่ยงคืนเศษ เพื่อนของบัค ซึ่งเป็นไซเฟอร์มือสองพบว่าร่างของบัค ลอยจากตัวรถไปหมุนวนบนถนนไฮเวย์สูงจากพื้นราว 10 ฟุต ครั้งแรกคิดว่าบอลูน เมื่อฉายไฟดูจึงรู้ว่าเป็นร่างของบัครอย เหนือเตียงไซเฟอร์มือสองกล่าวอีกคนหนึ่งซึ่งเป็นคนขับรถเหมือนกัน ชื่อ พอล แจ็คสัน อายุ 52 ปี เขามีประสบการณ์ลอยอยู่ในสวนหลังบ้านของเขาเอง ภรรยาของเขาปลูกสามีโดยการบีบแตรรถยนต์ เพื่อพอลลืมนตาขึ้นก็หล่นตุบลงพื้น แต่ไม่ได้รับบาดเจ็บเพราะสูงจากพื้นแค่ 4 ฟุต บัคและพอล ได้รับเชิญจากคณะวิทยาศาสตร์เข้าร่วมการทดลองทั้งคู่ และปรากฏว่าในระยะเวลา 5 วันที่ผ่านไป ทั้งสองไม่มีอาการหลับลอยหรือเดินละเมอแต่อย่างใด

3) ราเชล โอ ชาวเมืองเคนเวอร์ รัฐโคโลราโด อายุ 41 ปี อาชีพผู้จัดการโครงการสร้างหมู่บ้านจัดสรร ราเชล เสนอตัวเข้าโครงการเอง เพราะคนใกล้ชิดบ่นเสมอว่าเธอชอบละเมอออกมาหาของกินเวลาตี 1 ถึง 2 ผลการทดลองในคืนที่ 3 ทีมงานพบว่า ในช่วงเวลาตี 1 เศษ ร่างของราเชลลอยขึ้นจากเตียงช้า ๆ และลอยไปยังหน้าต่างที่เปิดอยู่ ร่างลอยออกไปนอกโรงนอน จากนั้นก็หมุนคว้างหลายรอบแล้วค่อย ๆ ลอยลงสู่พื้นหญ้าอย่างนุ่มนวล ตลอดเวลาที่ราเชลหลับและลอยนั้นเธออยู่ในอาการหลับลึก และเธอตื่นหลังจากลงพื้นได้ประมาณ 5 นาที วันรุ่งขึ้นราเชลถูกเชิญตัวมาสอบถาม เธอให้การว่าเธอฝันว่าถูกสุรกายตัวใหญ่น่ากลัวไล่ล่า เธอพยายามวิ่งหนีสุดชีวิต และพยายามบังคับร่างให้ลอยเหนือสุรกายนั้น จนสุดท้ายเธอก็ทำสำเร็จ เคิร์ตสามีของราเชล เล่าว่า เขาเคยเห็นราเชลลอยหมุนอยู่ในสวนหลังบ้าน อีกครั้งก็ลอยเหนือเตียงแต่ไม่สูงนัก และราเชลก็เล่าว่าถูกปีศาจร้ายไล่ตามจนต้องหนีเช่นกัน

ทั้งสามกรณี นักวิทยาศาสตร์สรุปว่า อาการหลับลอยไม่สามารถหาคำอธิบายได้ทั้งหมดว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร แต่เชื่อว่ามีพลังบางอย่างทำให้เกิดขึ้น พลังนั้นก็น่าจะเป็นพลังจิต

นอกจากนี้เมื่อเดือนเมษายน ค.ศ.2007 มีรายงานคนหลับลอยในสหรัฐอเมริกา เป็นหญิงวัยกลางคน ผู้เห็นเหตุการณ์ยืนยันว่าหญิงคนดังกล่าวลอยออกมาจากตัวบ้าน ลอยขึ้นฟ้าเหนือหลังคา แล้วหายวับไปราวกับหายตัวได้ รุ่งเช้าหญิงคนดังกล่าวกลับมาเล่าให้สามีฟังว่า ตนเองไปนอนหลับอยู่ที่หน้าโบสถ์ประจำเมืองได้อย่างไรไม่ทราบ

4.4.5 กรณีการเดินละเมอฆ่าในประวัติศาสตร์

การฆ่าที่เกิดจากการเดินละเมอหรือฆาตกรที่เดินละเมอ มีกรณีนี้เกิดขึ้นมากมาย และมักจะเกิดขึ้นกับสมาชิกในครอบครัวของคนเดินละเมอเอง ยกตัวอย่างคดีในประวัติศาสตร์มีดังนี้

1) กรณีของ วิลลิส บอเชียร์

เขาสารภาพว่าได้บีบคอหญิงสาวท้องถื่นในชั่วโมงแรกของวันปีใหม่ปี 1961 โดยอ้างว่าเขากำลังหลับและเพิ่งรับรู้ในสิ่งที่เขาทำเมื่อตื่นขึ้น ในวันต่อมาบอเชียร์ได้จัดการร่างของเขาในเส้นทางเปลี่ยว หลายวันต่อมาวันเขาก็ถูกจับข้อหาเป็นฆาตกร การพิจารณาคดีของเขาในปี 1961 เขาบอกว่าเขาไม่มีความผิดเพราะทุกอย่างเกิดขึ้นในขณะที่เขาหลับ และจากนั้นก็ได้รับการปล่อยตัว

2) กรณีของ เค็นเน็ท พาร์กส์

นายเค็นเน็ท พาร์กส์ (Kenneth Parks) วัย 23 ปี เรื่องนี้เกิดขึ้นที่โทรอนโต ประเทศแคนาดาในปี 1987 เขากำลังเครียดเรื่องตงงาน และในคืนหนึ่งระหว่างที่เขากำลังนอนหลับ เขาก็ละเมอลุกขึ้นมาขับรถออกไปยังบ้านพ่อแม่ของภรรยาซึ่งอยู่ห่างออกไป 23 กิโลเมตร แล้วใช้มีดแทงแม่ภรรยาของตัวเองที่ปกติรักใคร่กันดีจนถึงแก่ชีวิต หลังจากนั้นเขาก็ขับรถไปโรงพักด้วยสภาพเลือดเกรอะกรังและแผลหะหะที่มือ เขาเข้ามาอบตัวแล้วบอกกับตำรวจว่า "ผมไม่แน่ใจว่าผมไปฆ่าใครมารึเปล่า..." กรณีนี้สุดท้ายศาลก็ตัดสินว่าไม่ผิดและไม่ต้องจำคุก ด้วยเหตุผลว่ากระทำไปโดยไม่รู้ตัว

3) กรณีของ สกอต ฟาลาเทอร์

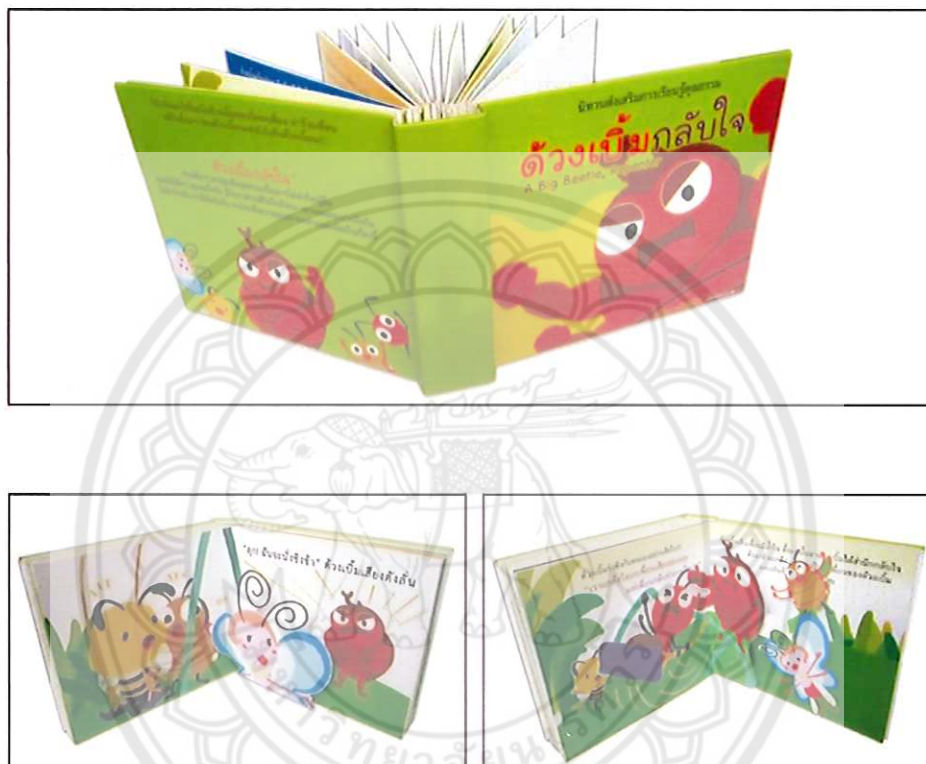
ในปี 1997 สกอต ฟาลาเทอร์ ในฟีนิกซ์ รัฐอริโซนา ถูกกล่าวหาว่าฆ่าภรรยา วัย 20 ปี ยามิล่า ด้วยการแทงเธอ 44 ครั้งในคืนวันที่ 16 มกราคม 1997 จากนั้นผู้เห็นเหตุการณ์บอกว่าเห็น ฟาลาเทอร์จับศีรษะของภรรยาของเขาไว้ได้น้ำ การฟ้องคดีอ้างว่าหลังจากทำการฆ่าสำเร็จ ฟาลาเทอร์เปลี่ยนเสื้อผ้าของเขาและนำอาวุธใส่ไว้ในภาชนะใส่อาหารและนำใส่ในถุงขยะพร้อมรองเท้าและถุงเท้าของเขา ซ่อนในถุงอะไหล่ยางที่หน้ารถของเขา และการซ่อนหลักฐานของเขาทั้งหมดแสดงให้เห็นว่า เขาคือผู้ที่ฆ่าภรรยาของเขา ในเดือนมิถุนายน ปี 1999 ได้มีการฟ้องร้องว่าการกระทำของฟาลาเทอร์ซับซ้อนเกินไปที่จะกระทำการในขณะที่หลับ 4 สัปดาห์ต่อมา สกอต ฟาลาเทอร์ ถูกพบว่ามีความผิด คือ ทำการฆาตกรรม และตัดสินให้จำคุกตลอดชีวิตโดยปราศจากการประหาร

4) กรณีของ เอ็ดเวิร์ด โลว์

วันที่ 30 ตุลาคม ปี 2004 ร่างของ เอ็ดเวิร์ด โลว์ วัย 83 ปี ถูกพบบนถนนในแมนเชสเตอร์ ประเทศอังกฤษ ลูกชายของเขา จูเลส ได้ยอมรับว่าเขาเป็นสาเหตุของการตายของพ่อเขา แต่จำไม่ได้ว่าทำอะไรลงไป เข้าใจการป้องกันตัวโดยอัตโนมัติ และถูกค้นพบว่าเขาไม่มีความผิดเพราะว่าเขาวิกลจริตและถูกกักตัวเอาไว้อยู่ในความดูแลของโรงพยาบาล และถูกปล่อยตัวหลังจากนั้น 10 เดือน

4.4.6 งานวิจัย

งานวิจัยที่เกี่ยวกับโรคเดินละเมอโดยตรงนั้นหาได้ยากอาจเพราะยังไม่มีกรณีร้ายแรงที่เกิดขึ้นในประเทศไทย แต่ยังมีงานวิจัยที่เกี่ยวกับการออกแบบหนังสือภาพประกอบอยู่บ้าง จากการศึกษาดังกล่าวจึงสรุปได้ดังนี้



ภาพที่ 1 ศึกษาและออกแบบหนังสือนิทานภาพประกอบการเรียนรู้คุณธรรม (ปวีณา ศรีวิวัฒน์ อุดมศักดิ์ สารบิตู และจตุรงค์ เลาะห์เพญศรี , 2553)

ศึกษาและออกแบบหนังสือนิทานภาพประกอบการเรียนรู้คุณธรรม มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินคุณภาพประสิทธิภาพหนังสือนิทานภาพประกอบการเรียนรู้คุณธรรม เพื่อเปรียบเทียบการเรียนรู้คุณธรรมก่อนและหลังการใช้หนังสือนิทานภาพประกอบ และเพื่อประเมินความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อหนังสือนิทานภาพประกอบ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กปฐมวัย อายุ 3-5 ปี ของ โรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวน 81 คน เครื่องมือสร้างโดยผู้วิจัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation : S.D.) และ T-test ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพของหนังสือนิทานภาพประกอบการเรียนรู้คุณธรรมพบว่าอยู่ในระดับความ

เหมาะสม มาก ผลการเปรียบเทียบการเรียนรู้คุณธรรมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P=0.05$ และ 3) ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อหนังสือนิทานภาพประกอบอยู่ในระดับดีมาก

จากการศึกษาวิจัยการศึกษาและออกแบบหนังสือนิทานภาพประกอบการเรียนรู้คุณธรรม ได้เรียนรู้เรื่องกระบวนการคิดและกระบวนการทำงานวิจัยเกี่ยวกับการทำหนังสือภาพประกอบอย่างละเอียดถี่ถ้วน



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking ผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมข้อมูลจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นส่วนหนึ่งในการออกแบบ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ความรู้เรื่องโรคเดินละเมอและนำความรู้ที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ซึ่งมีวิธีการดำเนินงานเพื่อให้มีความเข้าใจอย่างเป็นระบบ อันมีเนื้อหาและขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.1 วิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย

3.2 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.4 สรุปแนวทางในการออกแบบ

3.1 วิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายคือ เยาวชน อายุ 15-24 ปี เป็นช่วงวัยตั้งแต่มัธยมศึกษาไปจนถึงมหาวิทยาลัย นับเป็นช่วงวัยรุ่นที่เริ่มรู้ถึงคุณธรรม จริยธรรม และความผิดชอบชั่วดี รู้ว่าสิ่งไหนควรไม่ควร จึงเป็นกลุ่มเป้าหมายที่เหมาะสมกับหนังสือภาพประกอบเล่มนี้ เนื่องจากเนื้อหาภายในเล่มเกี่ยวข้องกับเรื่องความรุนแรง มีความรุนแรงในระดับหนึ่ง ไม่เหมาะสมกับวัยเด็ก และจากสำนักงานสถิติแห่งชาติยังพบว่า กลุ่มเยาวชนอายุ 15-24 ปี มีสถิติการอ่านหนังสือในปี 2556 สูงถึงร้อยละ 90.1 รองจากวัยเด็ก จึงเป็นแนวทางที่ดีที่จะจัดทำสื่อในรูปแบบของหนังสือภาพประกอบ

3.2 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อนำมาเป็นส่วนหนึ่งในการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWaking มีวิธีการตามลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.2.1 วางแผนงาน โดยกำหนดสื่อที่ใช้ในการนำเสนอ รูปแบบการนำเสนอ วัตถุประสงค์ของการออกแบบ และกำหนดกลุ่มเป้าหมาย โดยออกแบบให้มีเนื้อหา รูปแบบนำเสนอ ลักษณะของลายเส้น การใช้สีในงานที่เหมาะสมกับเนื้อเรื่องและเหมาะสำหรับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเยาวชนอายุ 15- 24 ปี

3.2.2 วิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัย เพื่อนำมาเป็นส่วนหนึ่งในการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking โดยศึกษาข้อมูลจากหนังสือที่เกี่ยวกับการออกแบบหนังสือภาพ และหนังสือเกี่ยวกับโรคทางจิตเวช นอกจากนี้ยังสืบค้นข้อมูลในอินเทอร์เน็ต ข่าวสาร งานวิจัย ทั้งในประเทศและต่างประเทศ รวมทั้งภาพยนตร์ นวนิยาย และสื่ออื่น ๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้อง

3.2.3 วิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาการออกแบบหนังสือภาพประกอบจากหนังสือภาพประกอบทั่วไป ศึกษาลักษณะของลายเส้นจากงานภาพประกอบต่างๆ รวมทั้งสีที่เหมาะสมแก่การนำมาใช้ในการออกแบบให้เหมาะสำหรับเนื้อหาของเรื่องและกลุ่มเป้าหมาย เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking

3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.3.1 วิเคราะห์ข้อมูลด้านการออกแบบ

หลักการออกแบบภาพประกอบ

หลักการและทฤษฎีที่ใช้เป็นพื้นฐานในการสร้างสรรค์ภาพประกอบมีดังนี้

ส่วนประกอบศิลปะ (Art Elements)

นับว่าเป็นพื้นฐานสำคัญที่นักสร้างสรรค์ภาพประกอบควรจะต้องรู้และเข้าใจเพื่อจะใช้เป็นมูลฐานในการสร้างสรรค์งาน ได้แก่

1) เส้น (Line) เส้นเป็นสิ่งที่แสดงระยะทาง และแสดงขอบเขตเมื่อปลายของเส้นที่เราลากมาบรรจบกัน เส้นมีหลายลักษณะและแต่ละลักษณะก็ให้ความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไป เส้นยัง

สามารถแสดงออกถึงบุคลิกภาพลักษณะความแตกต่างของบุคคลและวัตถุต่างๆ สามารถนำเอาลักษณะเด่นของเส้นต่างๆ มาใช้ประโยชน์ในการสร้างสรรค์งานจะต้องสามารถเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสมเพื่อก่อให้เกิดพลังในการสื่อสาร

2) รูปร่างและรูปทรง (Shape and Form) รูปร่างและรูปทรงเป็นสิ่งที่เกิดจากการใช้เส้นในรูปแบบต่างๆ ถ้าหากเพียงลากเส้นให้เกิดขอบเขตของภาพมีแต่ความกว้าง ความยาว เราเรียกรูปที่เกิดขึ้นว่า รูปร่าง แต่เมื่อเพิ่มเติมเส้นให้เกิดเป็นรูปทรงปริมาตร หรือมีความหนาเกิดขึ้น เราเรียกว่า รูปทรง รูปร่างจึงมีลักษณะเป็น 2 มิติ ส่วนรูปทรงเป็น 3 มิติ ศิลปินผู้สร้างสรรค์ภาพประกอบจำเป็นต้องเข้าใจในเรื่องรูปร่างรูปทรง เพื่อจะใช้ในการสื่อความหมายได้ตรงตามเรื่องราว และบรรยากาศของภาพที่จะให้เกิดขึ้น

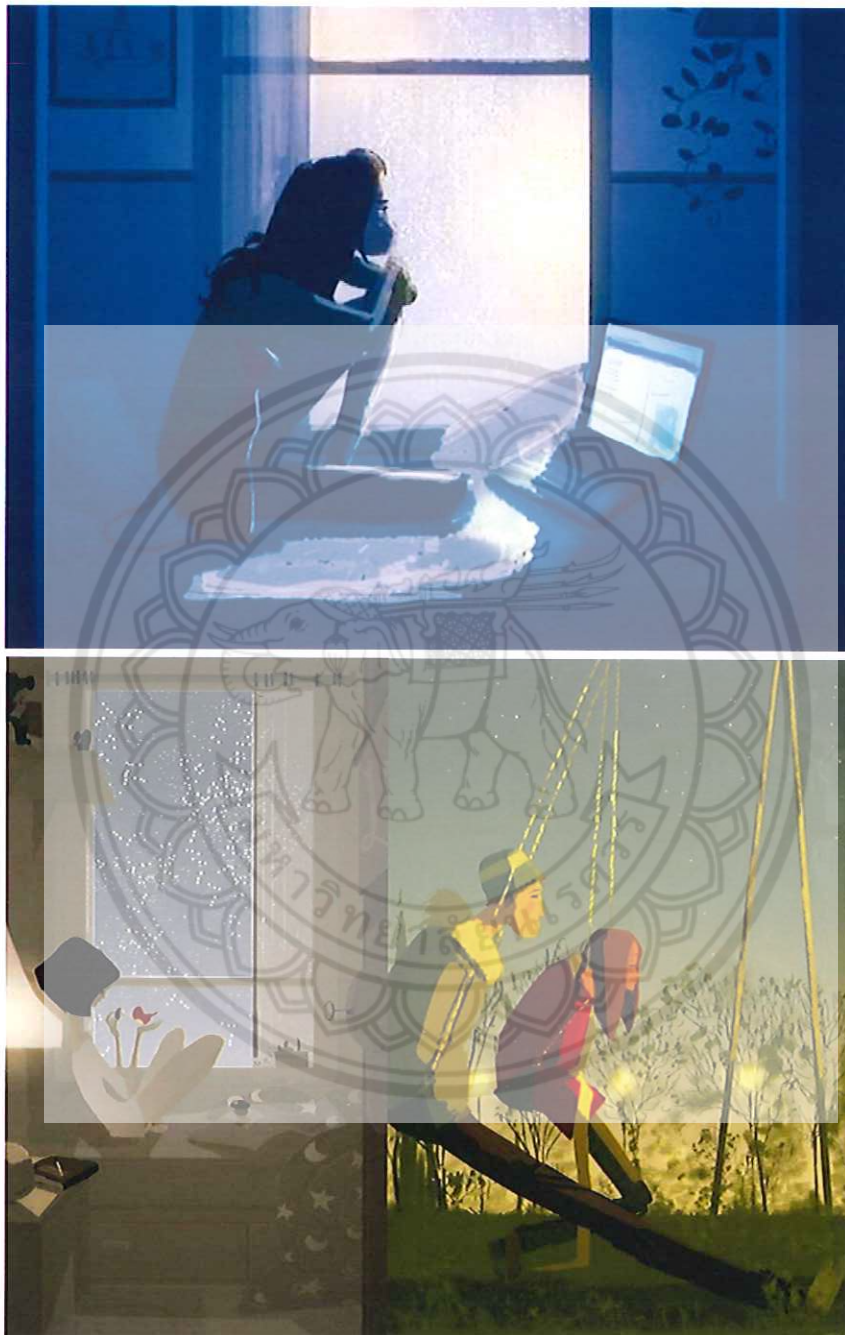
3) พื้นผิว (Texture) หมายถึง ลักษณะความแตกต่างที่ปรากฏบนระนาบหรือบนพื้นผิวใดๆ อาจจะเป็นผิวเรียบ หยาบ มั่น ขรุขระ พื้นผิวถือเป็นส่วนประกอบศิลปะที่สำคัญที่จะช่วยบอกความแตกต่างของวัตถุ บอกถึงบรรยากาศก่อให้เกิดอารมณ์สุนทรีย์แก่ผู้พบเห็น ในงานสร้างสรรค์ภาพประกอบจำนวนมากนิยมให้คุณลักษณะของพื้นผิวนั้นเรื่องราวของภาพให้โดดเด่นน่าสนใจ อาจจะทำขึ้นด้วยการระบายสี การพิมพ์ การวาดเส้น หรือการปะติดด้วยวัสดุต่างๆ

4) สี (Color) สีเกิดจากแสงที่ส่องกระทบผิววัตถุ และสะท้อนแสงค่าของสีออกมาสู่สายตา สีที่ปรากฏในวงจรสีธรรมชาติมีมากมายหลายสี ได้แก่ สีแดง สีเหลือง สีฟ้า สีม่วง สีแสด สีดำ ฯลฯ สีต่างๆ เหล่านี้ช่วยให้งานสร้างสรรค์ศิลปะมีความน่าสนใจ และยังบอกเรื่องราวของปรากฏการณ์ วัตถุ ได้ใกล้เคียงความเป็นจริง นักสร้างสรรค์ภาพประกอบต้องมีความรอบรู้เรื่องสีซึ่งมีผู้คิดค้นไว้หลายทฤษฎีประเภทของสี ทั้งนี้เพื่อจะสามารถใช้สีในการสร้างสรรค์งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความหมาย และเสริมสร้างความเข้าใจแก่ผู้ชมภาพ

5) แสงและเงา (Light & Shade) แสงและเงา คือค่าความเข้มของแสง เมื่อแสงกระทบวัตถุ ส่วนที่รับแสงจะมีความสว่าง ส่วนด้านตรงข้ามที่แสงส่องจะเป็นเงาค่าของแสงและเงาช่วยให้วัตถุเกิดมิติ ตื้นลึก แสงและเงามีผลต่อความรู้สึกและการรับรู้ จึงเป็นเรื่องที่ผู้สร้างสรรค์งานศิลปะจำเป็นต้องศึกษา ทั้งในด้านความงามในธรรมชาติ และในการสร้างสรรค์งานศิลปะ ปริมาณและชนิดของแสงที่ตกลงกระทบบนวัตถุ จะก่อให้เกิดอารมณ์และความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไป

3.3.2 วิเคราะห์ข้อมูลจากกรณีศึกษา

กรณีศึกษาจากผลงานภาพประกอบของ Pascal Campion ได้ข้อสรุปดังนี้



ภาพที่ 2 ผลงานภาพประกอบของ Pascal Campion

การใช้โทนสีที่ใช้มีความหมองหม่นและไม่สดใสมากเกินไป มีความเหมาะสมกับตัวงานที่จะใช้ในการสื่อถึงความเศร้าและเสียบเหงาได้เป็นอย่างดี คาแรกเตอร์มีความเป็นตะวันตก ลักษณะเรียวยาว แขนขายาว ศีรษะโตไม่สมจริง แต่สามารถสื่ออารมณ์ผ่านท่าทางและสีหน้าได้ดี

กรณีศึกษาจากผลงานภาพประกอบของ Jimmy Liao ได้ข้อสรุปดังนี้



ภาพที่ 3 ผลงานภาพประกอบของ Jimmy Liao

มีการใช้โทนสีที่หม่น ไม่สดใส สื่อถึงอารมณ์ความเหงาและดูน่าค้นหา ลักษณะของคาแรกเตอร์รวมถึงฉากให้ความรู้สึกความลึกลับน่าค้นหาและชวนฝัน คาแรกเตอร์ใบหน้าสื่อถึงอารมณ์ที่หม่นหมองได้อย่างดี

กรณีศึกษาจากผลงานหนังสือภาพประกอบของ ศศิ วีระเศรษฐกุล ทั้งหมด 3 เล่มด้วยกัน ได้แก่ Sky of Yesterday , Something Sometime Somewhere Everyday ได้ข้อสรุปดังนี้



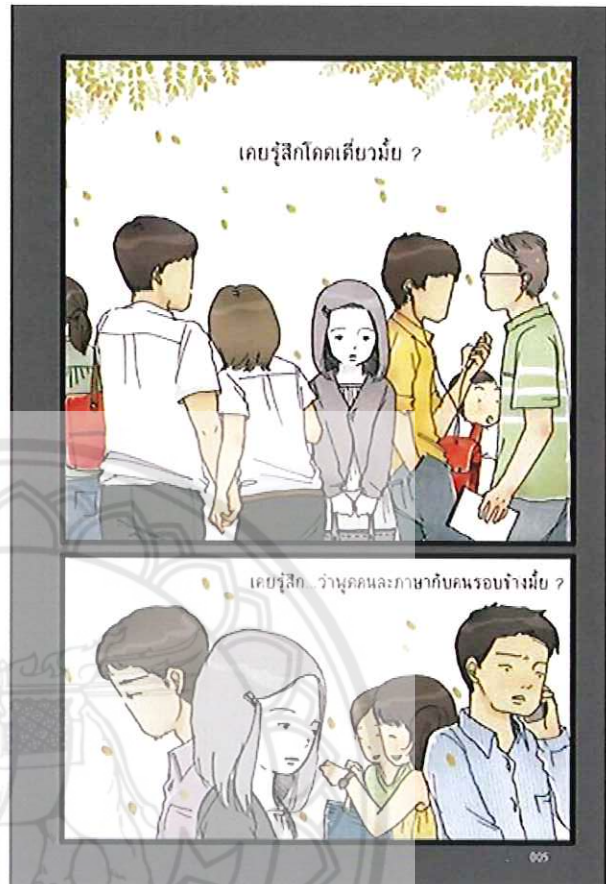
ภาพที่ 4 ผลงานภาพประกอบเรื่องของ ศศิ วีระเศรษฐกุล (Sky of Yesterday,2555 Something Sometime Somewhere Everyday,2554)

ลักษณะของฉากในภาพประกอบใช้สีน้ำและเน้นไปในทางสมจริง มีการวาดภาพมุมกว้างเป็นส่วนใหญ่ ใช้โทนสีอ่อนไปจนถึงโทนสีเทา คาแรกเตอร์มีลายเส้นง่ายๆ ลักษณะอ้วนกลมและสื่อถึงอารมณ์ต่างๆได้ดี มีการจัดหน้ากระดาษทั้งแบบหน้าคู่และหน้าเดี่ยว เน้นภาพมากกว่าตัวหนังสือ

กรณีศึกษาจากผลงานภาพประกอบของ มุนิน ได้ข้อสรุปดังนี้



{ GRAY
SCALE }



ภาพที่ 5 ผลงานภาพประกอบของ มุนิน (Gray Scale,2554)

มีลักษณะเป็นการตุนซ่อน ใช้ตัวละครหลักเป็นสื่อทำให้รู้สึกเหงาและโดดเดี่ยวเข้ากับเนื้อเรื่อง จากโดยรวมจะเน้นเป็นสื่ออ่อนหรือพาสเทล คาแรกเตอร์มีลายเส้นที่ง่ายสบายตา ลักษณะรูปร่างกลมแต่ค่อนข้างออกไปในทางสมจริง วาดหน้าตาสื่ออารมณ์ได้ดี

3.4 สรุปแนวทางในการออกแบบ

รวบรวมข้อมูลจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาใช้ในการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ความรู้เรื่องโรคเดินละเมอและนำความรู้ที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ โดยรวบรวมข้อมูลจากหนังสือที่เกี่ยวกับการออกแบบหนังสือภาพ และหนังสือเกี่ยวกับโรคทางจิตเวช นอกจากนี้ยังสืบค้นข้อมูลในอินเทอร์เน็ต ข่าวสาร งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ รวมทั้งภาพยนตร์ นวนิยาย และสื่ออื่น ๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้อง เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับโรค เช่น อาการของโรค สาเหตุที่ทำให้เกิดโรค และวิธีการรักษา เป็นต้น เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาเป็น

ส่วนหนึ่งในการออกแบบหนังสือภาพประกอบ และจากกรณีศึกษาการทำภาพประกอบได้สรุปแนวทางการนำมาใช้ได้ดังนี้

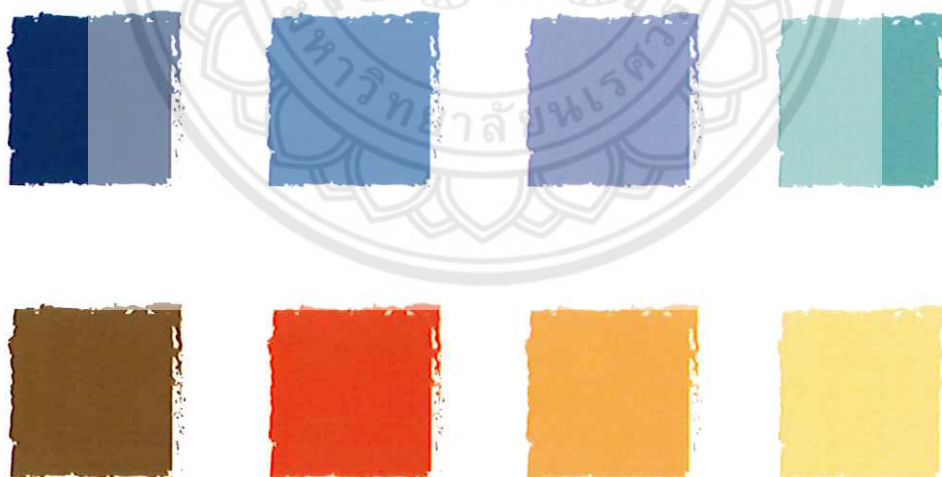
คอนเซป

ความฝัน ความสุข ความทรงจำ

หนังสือภาพประกอบเกี่ยวกับเรื่องราวของหญิงสาวคนหนึ่งที่เป็นโรคเดินละเมอ เธอกักขังตัวเองเอาไว้ด้วยความทรงจำเลวร้ายในอดีต ซึ่งการทลายกำแพงแห่งฝันร้ายนั้นเองที่ทำให้ใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

โทนสี

เน้นสีโทนเย็นเพื่อให้เข้ากับเนื้อเรื่องที่เกี่ยวข้องกับโรคของการนอน และใช้สีโทนร้อนในบางภาพเพื่อให้เกิดความขัดแย้ง และดูไม่น่าเบื่อจนเกินไป



ภาพที่ 6 โทนสีที่ใช้สำหรับภาพประกอบ

เนื้อเรื่อง

ข้อมูลเกี่ยวกับโรคเดินละเมอ ได้นำมาวิเคราะห์และสอดแทรกเข้ามาในเนื้อเรื่องสรุปได้ดังนี้

ข้อมูล	การวิเคราะห์ข้อมูล	เนื้อเรื่อง
การเดินละเมอฆ่า คือการฆ่าใครคนหนึ่งระหว่างที่กำลังเดินละเมอ ในบางกรณี ผู้ที่เดินละเมอมักจะฆ่าสมาชิกในครอบครัวในขณะที่เกิดอาการของโรค มีหลายกรณีที่หายาก ถูกอ้างว่าเป็นการกระทำที่เกิดขึ้นจากอาการเดินละเมอ และผู้ต้องสงสัยมีตั้งใจในการฆ่า ในขณะที่เดินละเมอ ได้มีการบันทึกกรณีการละเมอฆ่า ไว้ทั้งหมด 68 คดีที่มีการรายงานไว้ถึงปี 2005	กรณีต่างๆที่เกิดจากการเดินละเมอฆ่าส่วนใหญ่เกิดขึ้นกับคนในครอบครัว ซึ่งได้นำข้อมูลส่วนนี้มาเกี่ยวข้องกับเนื้อเรื่องในส่วนของปมอดีตในวัยเด็กของตัวละครหลักที่มีการพบเห็นเหตุการณ์ที่แม่เดินละเมอมาฆ่าพ่อเสียชีวิต	บทที่ 11 ที่มีชื่อว่า ความทรงจำ ได้มีการเล่าย้อนไปถึงปมในวัยเด็กของตัวละครหลักที่เป็นโรคเดินละเมอ ใน กลางดึกคืนหนึ่ง เธอได้บังเอิญพบเห็นการตายของพ่อ โดยที่แม่ของเธอเป็นคนฆ่าขณะที่กำลังเดินละเมอ
สาเหตุของอาการนอนละเมอเกิดจากสิ่งกระตุ้นที่อยู่ภายในไม่ว่าจะเป็นระบบประสาทหรือศูนย์ควบคุมการนอนหลับทำงานผิดปกติ รวมไปถึงความเครียด ความวิตกกังวลในระหว่างวันก็มีผลทำให้เกิดความรู้สึกเก็บกดและจิตใต้สำนึกระบายความรู้สึกเหล่านั้นออกมาเป็นพฤติกรรมต่างๆ ในขณะที่เรานอนอยู่ได้นอกจากนี้ก็ยังเกิดได้จากสาเหตุอื่นๆ เช่น กรรมพันธุ์ เป็นต้น	สาเหตุของการเดินละเมอเกิดจาก 2 สาเหตุหลักๆคือ ปัญญาทางจิตและกรรมพันธุ์ ซึ่งตัวละครหลักที่เป็นโรคเดินละเมอนั้นสาเหตุก็เพราะแม่ของเธอมีอาการเดินละเมอทำให้มีการถ่ายทอดทางพันธุกรรม และ ปม ปัญหาครอบครัวที่ประสบพบเจอในวัยเด็กก็ส่งผลกระทบต่อจิตใจของเธอ ทำให้ปัจจุบันตัวละครมีนิสัยเงิบๆ เก็บตัวและกลัวการเข้าสังคม ซึ่งทำให้เธอเป็นคนไม่มีเพื่อน	บทที่ 4 ที่มีชื่อว่า ความฝันสีเทา ได้มีการกล่าวถึงปัญญาครอบครัวในวัยเด็กของตัวละครที่เป็นโรค สิ่งนั้นเองที่ทำให้เธอเริ่มมีปัญหาทางจิต และในบทที่ 11 ก็มีกล่าวไว้ว่าแม่ของเธอก็เป็นโรคเดินละเมอเช่นกัน ปัจจุบันตัวละครจึงเป็นโรคเดินละเมอที่มีสาเหตุเกิดจากปัญหาทางจิตและพันธุกรรม

<p>การนอนละเมอมักเกิดขึ้นในเวลาเดิมของทุกวัน เมื่อพบว่าลูกนอนละเมอ ให้จดวันและเวลาไว้เพื่อนำมาดูว่าเกิดขึ้นกี่ครั้งใน 1 สัปดาห์ ถ้าเป็นบ่อยกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ให้ลองปลุกลูกก่อนเวลาละเมอประมาณ 15 นาที แล้วปล่อยให้ตื่นสัก 5 นาที จากนั้นค่อยให้นอนต่อ ทำอย่างนี้ติดต่อกันประมาณ 7-10 วัน อาการละเมอของลูกจะเริ่มน้อยลง</p>	<p>การเดินละเมอจะเกิดขึ้นในช่วงเวลาเดิมๆของทุกวัน ตัวละครจึงใช้ชีวิตต่างจากคนอื่นด้วยการนอนหลับตอนกลางวันและใช้ชีวิตในตอนกลางเพื่อหลีกเลี่ยงอาการเดินละเมอ เพราะทุกครั้งที่เกิดอาการเดินละเมอ เธอจะฝันร้ายถึงเรื่องราวเลวร้ายในอดีต</p>	<p>บทที่ 1 ที่มีชื่อ การเปลี่ยนแปลง ได้มีการเล่าถึงชีวิตประจำวันของตัวละครที่เป็นโรค เธอใช้ชีวิตตรงข้ามกับคนอื่นด้วยการนอนกลางวันและทำงานในตอนกลางคืน เพื่อหลีกเลี่ยงช่วงเวลาที่จะทำให้เกิดอาการเดินละเมอ</p> <p>บทที่ 8 ที่มีชื่อว่า โรคเดินละเมอ ได้มีการอธิบายอาการของโรคไว้ว่า จะไม่สามารถจดจำในสิ่งที่กระทำระหว่างการละเมอ</p>
<p>การรักษา เริ่มต้นจากการหาสาเหตุ ถ้าเกิดจากกรรมพันธุ์ก็ควรใช้การรักษาด้วยยา ถ้าเกิดจากปัญหาทางจิตใจ เช่น เด็กขาดความอบอุ่นในครอบครัว เด็กถูกรังแกข่มเหง เด็กเกิดความอิจฉาริษยาพี่หรือน้องหรืออื่นๆ จะต้องพยายามแก้ไขสาเหตุ และให้การรักษาในด้านจิตใจ (จิตบำบัด) ด้วย</p>	<p>ตัวละครอีกตัวที่มีบทบาทในเรื่องคือผู้ชายที่พบเห็นการเดินละเมอของตัวละครหลักทุกๆคืน เขาจะมีส่วนช่วยในการบำบัดรักษาทางจิตของตัวละครหลัก คอยพูดคุยและให้คำปรึกษาซึ่งทำให้ตัวละครหลักเปิดใจ และมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น อาการเดินละเมอของเธอจึงลดลงไปด้วย</p>	<p>บทที่ 12 ที่มีชื่อว่า ความสุข ได้มีการแสดงให้เห็นว่าหลังจากที่ตัวละครหลักได้มีการระบายความทุกข์กับตัวละครผู้ชายที่เข้ามาเป็นเพื่อน ทำให้เธอมีอาการดีขึ้นและเปลี่ยนแปลงทัศนคติในการใช้ชีวิต</p>

ตารางที่ 2 แสดงการวิเคราะห์ข้อมูล

บทที่ 4

ผลการวิจัย

จากการออกแบบเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับโรคเดินละเมอที่ได้สืบค้นมาจากทั้งหนังสือและอินเทอร์เน็ต สามารถนำมาทำการวิเคราะห์และทำการออกแบบภาพประกอบให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย โดยมีขั้นตอนการปฏิบัติงาน ดังต่อไปนี้

4.1 แนวคิดในการออกแบบ

4.2 การออกแบบตัวละคร และฉากต่างๆ

4.2.1 การพัฒนาแบบครั้งที่ 1

4.2.2 การพัฒนาแบบครั้งที่ 2

4.2.3 การพัฒนาแบบครั้งที่ 3

4.2.4 ผลงานชิ้นสุดท้าย

4.3 ขั้นตอนการทำ Post – Production

4.1 แนวคิดในการออกแบบ

โรคเดินละเมอเกิดจากกรรมพันธุ์หรือปัญหาทางจิต ซึ่งน้อยคนนักที่จะตระหนักถึงอันตรายของโรคนี้ สาเหตุหนึ่งของการเดินละเมอคือ ปัญหาทางจิต เกิดจากความเครียดที่สะสมในแต่ละวัน โดยเฉพาะในวัยทำงาน ซึ่งส่งผลเสียต่อทั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิต และยังทำให้เกิดอันตรายแก่คนรอบข้าง

จึงได้ออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง Sleep Walking ขึ้นโดยสอดแทรกความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอลงไปในเรื่องที่แต่งขึ้นในรูปแบบของหนังสือภาพ เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเป็นการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเยาวชนอายุ 15 – 24 ปี ได้โดยง่าย

- หนังสือภาพประกอบที่มีความรุนแรงของเนื้อหาเหมาะสำหรับเยาวชนอายุ 15 – 24 ปี
- ภาพประกอบที่มีสีไม่สดใสมากเกินไปเพื่อให้เหมาะสมกับเนื้อเรื่อง และการออกแบบคาแรกเตอร์และฉากที่มีความสมจริง เหมาะสำหรับกลุ่มเป้าหมาย
- หนังสือภาพประกอบสอดแทรกความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอ
- เทคนิคในการสร้างภาพประกอบ Adobe Photoshop และ Adobe Illustrator

ชื่อหนังสือ : SleepWalking

แนวความคิด : เนื่องจากโรคเดินละเมอเป็นโรคที่มีความอันตรายที่คาดไม่ถึงและสาเหตุของโรคยังเกิดจากความเครียดในชีวิตประจำวัน จึงได้ออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง Sleep Walking ขึ้นโดยสอดแทรกความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอลงไปในเรื่องที่แต่งขึ้นในรูปแบบของหนังสือภาพ เพื่อให้เกิดความเข้าใจโดยมีการออกแบบคาแรกเตอร์และฉากที่สมจริงเพื่อให้เหมาะกับเนื้อเรื่องและกลุ่มเป้าหมาย มีความรุนแรงของเนื้อหาที่เหมาะสมสำหรับเยาวชนอายุ 15- 24 ปี

Theme : ความฝัน ความสุข ความทรงจำ

หนังสือภาพประกอบเกี่ยวกับเรื่องราวของหญิงสาวคนหนึ่งที่เป็นโรคเดินละเมอ เธอกักขังตัวเองเอาไว้ด้วยความทรงจำเลวร้ายในอดีต ซึ่งการทลายกำแพงแห่งฝันร้ายนั้นเองที่ทำให้ใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

เนื้อเรื่องย่อ : เป็นเรื่องราวของผู้หญิงคนหนึ่งที่มีฝันถึงความทรงจำเลวร้ายในอดีตจนกลัวที่จะนอนให้ตอนกลางคืน เธอใช้ชีวิตตรงข้ามกับคนอื่นด้วยการทำงานตอนกลางคืนและนอนหลับในตอนกลางวัน จนวันหนึ่งที่เธอต้องใช้ชีวิตแบบคนปกติ เธอเผลอหลับในตอนกลางวันและฝันถึงเรื่องในอดีตอีกครั้ง ทว่าในเช้าวันถัดมาเธอกลับพบว่าตัวเองนอนอยู่บนเตียงตามปกติแต่กลับมีรอยเท้าเป็นอนเต็มพื้นห้อง ซึ่งนั่นทำให้เธอรู้ว่าอาการเดินละเมอได้กลับมาอีกครั้ง แต่ที่แปลกก็คือ กระดาษโน้ตปริศนาจากใครบางคนที่ติดอยู่บนประตูหลังการเดินละเมอในทุกๆคืน มันเล่าถึงเรื่องราวบางอย่างและทำให้เธอต้องตามหาว่าใครคือเจ้าของกระดาษโน้ต

การดำเนินเรื่อง : เนื้อเรื่องมีการแบ่งย่อยออกเป็นทั้งหมด 12 ตอน ดังนี้

บทที่ 1 การเปลี่ยนแปลง

บทที่ 2 โอกาส

บทที่ 3 การเริ่มต้น

บทที่ 4 ความฝันสีเทา

บทที่ 5 รอยเท้า

บทที่ 6 ท้องฟ้าเดียวกัน

บทที่ 7 คนแปลกหน้า

บทที่ 8 โรคเดินละเมอ

บทที่ 9 กระจาดขโมย

บทที่ 10 คนบนดาดฟ้า

บทที่ 11 ความทรงจำ

บทที่ 12 ความสุข

บทที่ 1 - 5

เล่าถึงการเปลี่ยนแปลงในชีวิตของตัวละครหลัก การเปลี่ยนงานทำให้ชีวิตของเธอเปลี่ยนไป ด้วย เธอต้องกลับมาอนตอนกลางคืนตามปกติทำให้อาการของโรคกลับมาอีกครั้ง

บทที่ 6 - 8

เล่าถึงตัวละครผู้ชายที่เข้ามามีบทบาทในการช่วยรักษา เขาเจอผู้หญิงที่เป็นโรคเดินละเมอ ขึ้นไปบนดาดฟ้าทุกคืน ทำให้เขาอยากรู้จักและไปศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรค

บทที่ 9 – 11

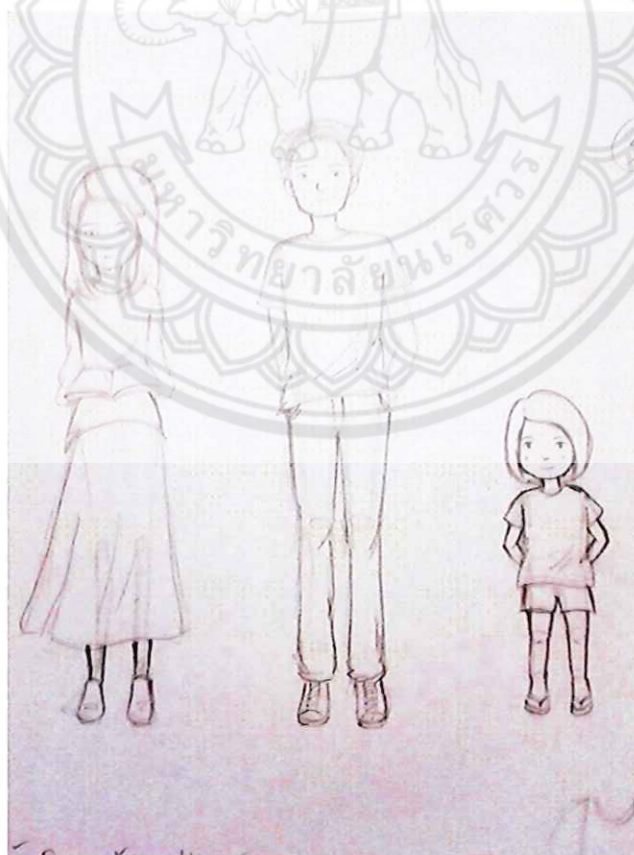
เริ่มเปิดเผยปมในวัยเด็กของตัวละครที่เป็นโรค ความทรงจำเลวร้ายในวัยเด็กส่งผลให้ปัจจุบันเธอมีลักษณะนิสัยที่ต่างจากคนปกติและเป็นสาเหตุที่ทำให้เธอเป็นโรคเดินละเมอ

บทที่ 12

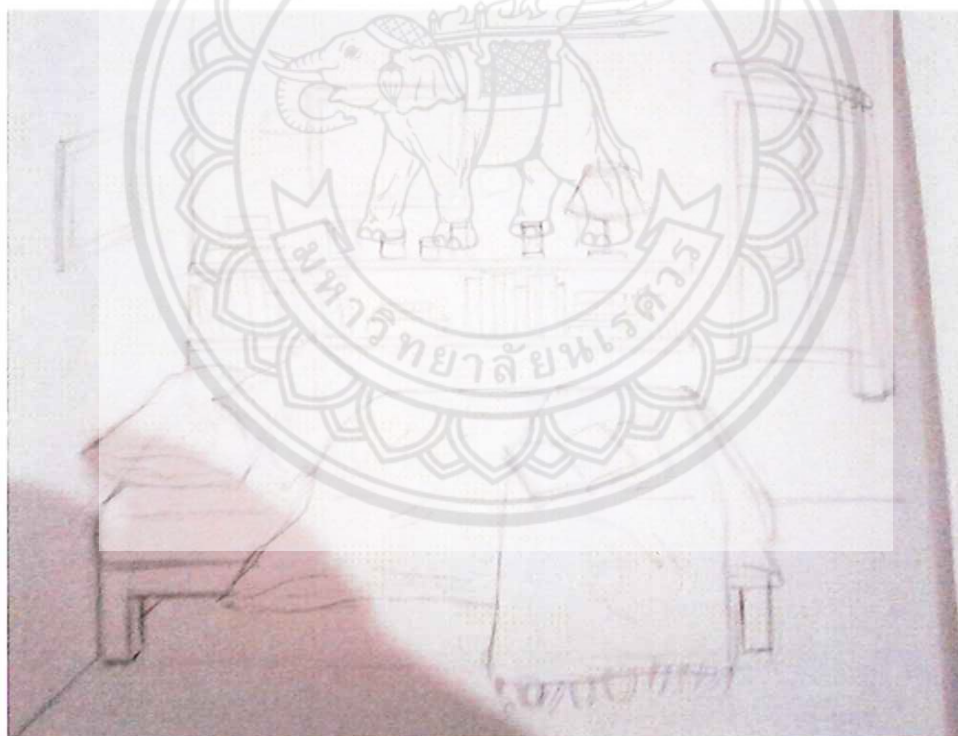
บทสรุปหลักจากที่ตัวละครผู้ชายเข้ามามีบทบาทในการช่วยรักษา ทำให้ชีวิตของผู้หญิงที่เป็นโรคเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต อาการของโรคเดินละเมอจึงทุเลาลงตามไปด้วย

4.2 การออกแบบตัวละคร และฉากต่างๆ

4.2.1 การพัฒนาแบบครั้งที่ 1

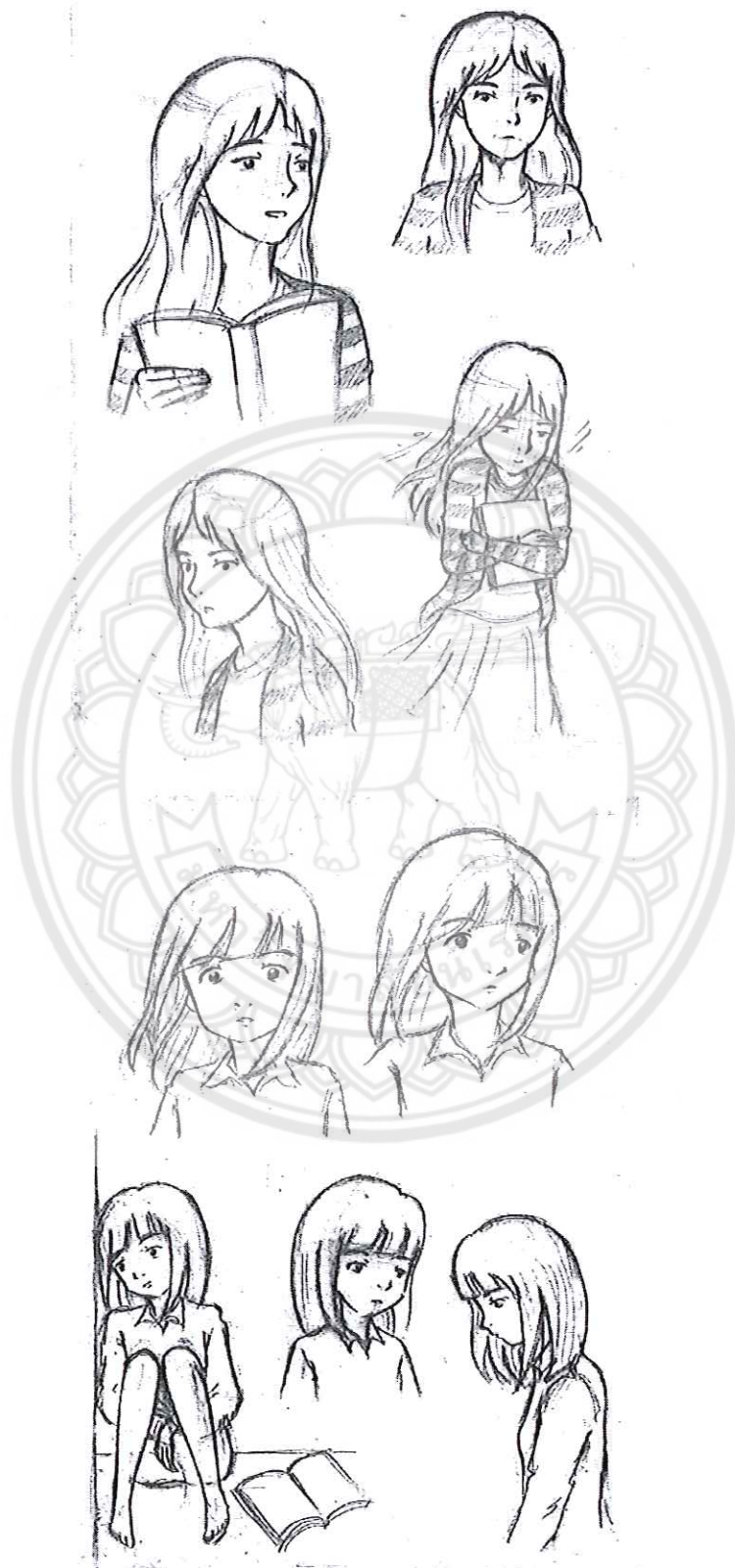


ภาพที่ 7 แสดงตัวอย่างการออกแบบคาแรกเตอร์ครั้งที่ 1

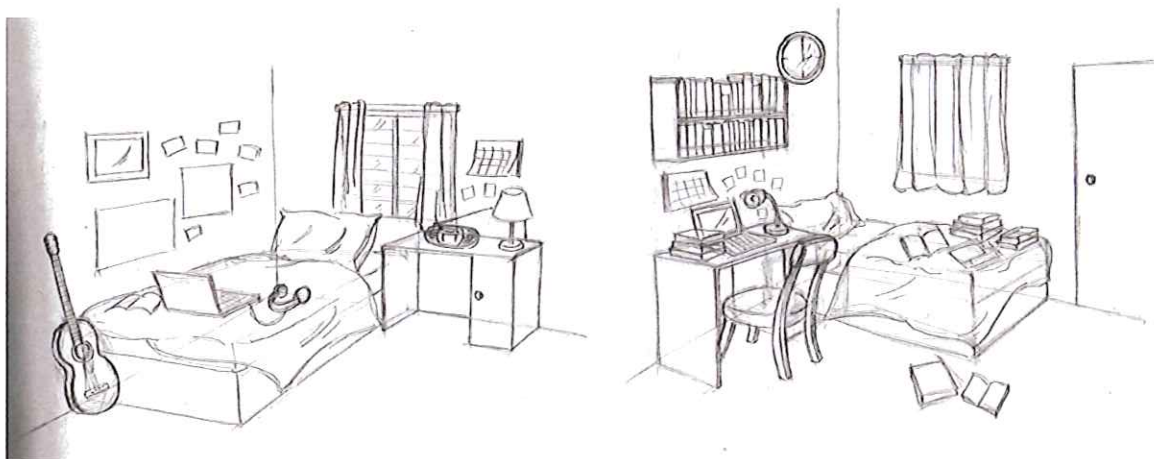


ภาพที่ 8 แสดงตัวอย่างการออกแบบจากครั้งที่ 1

4.2.2 การพัฒนาแบบครั้งที่ 2

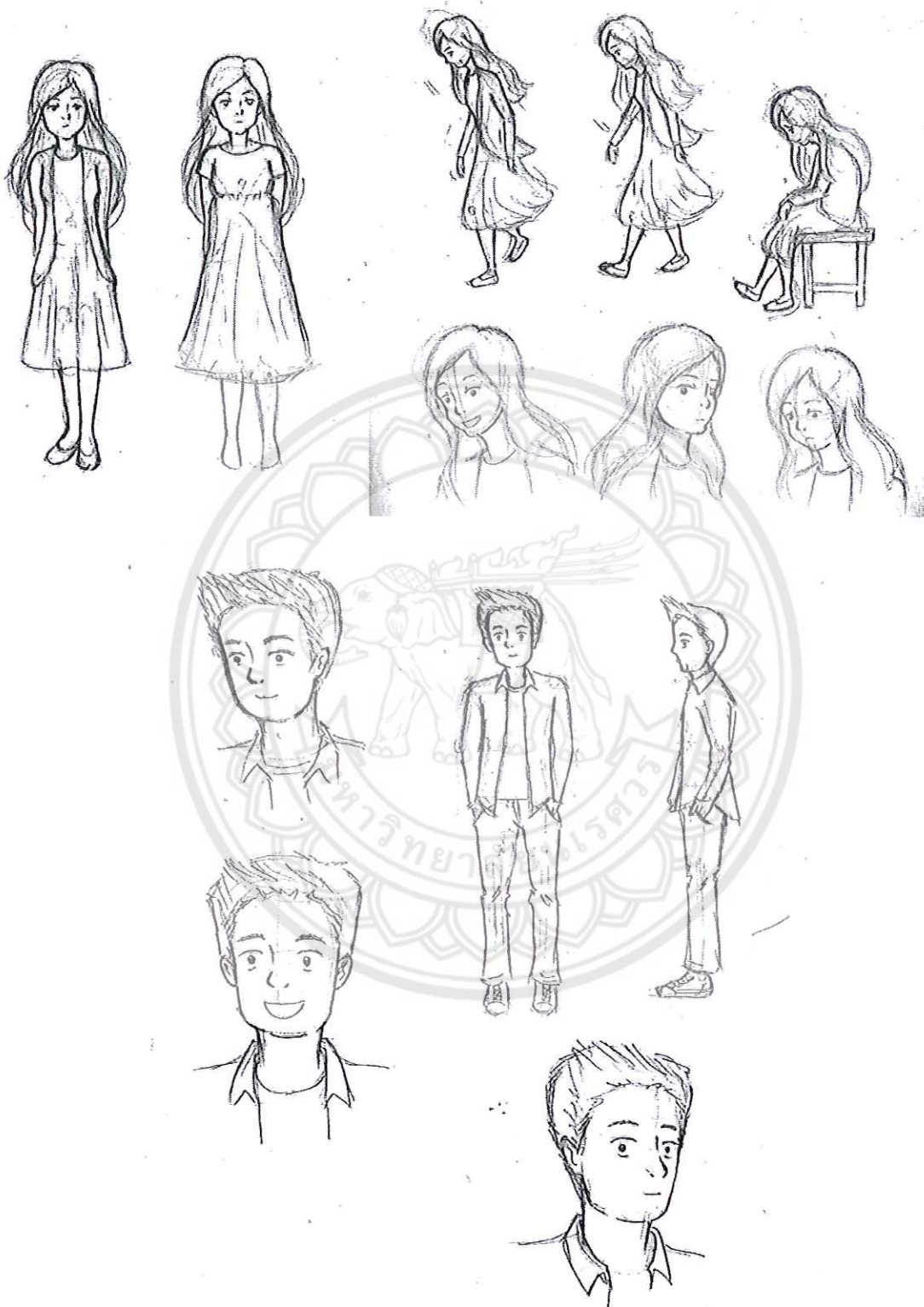


ภาพที่ 9 แสดงตัวอย่างการออกแบบคาแรกเตอร์ครั้งที่ 2

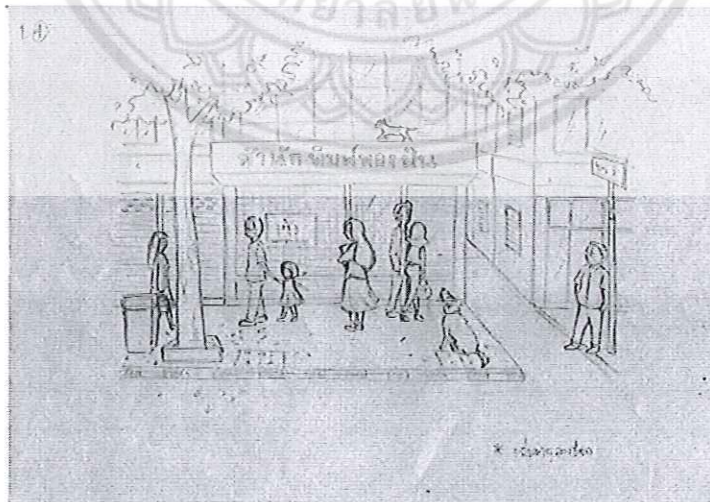
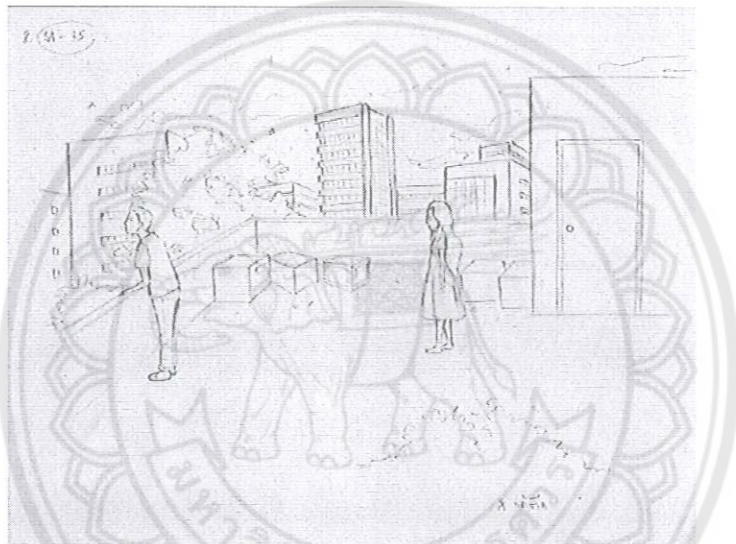
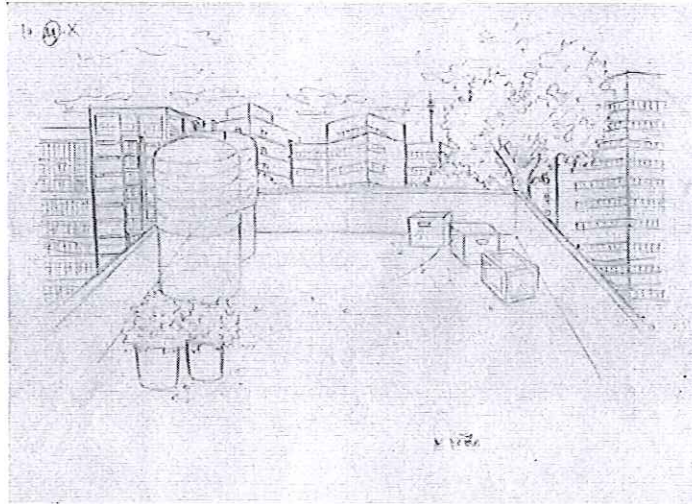


ภาพที่ 10 แสดงตัวอย่างการออกแบบฉากครั้งที่ 2

4.2.3 การพัฒนาแบบครั้งที่ 3



ภาพที่ 11 แสดงตัวอย่างการออกแบบคาแรกเตอร์ครั้งที่ 3



ภาพที่ 12 แสดงตัวอย่างการออกแบบฉากครั้งที่ 3

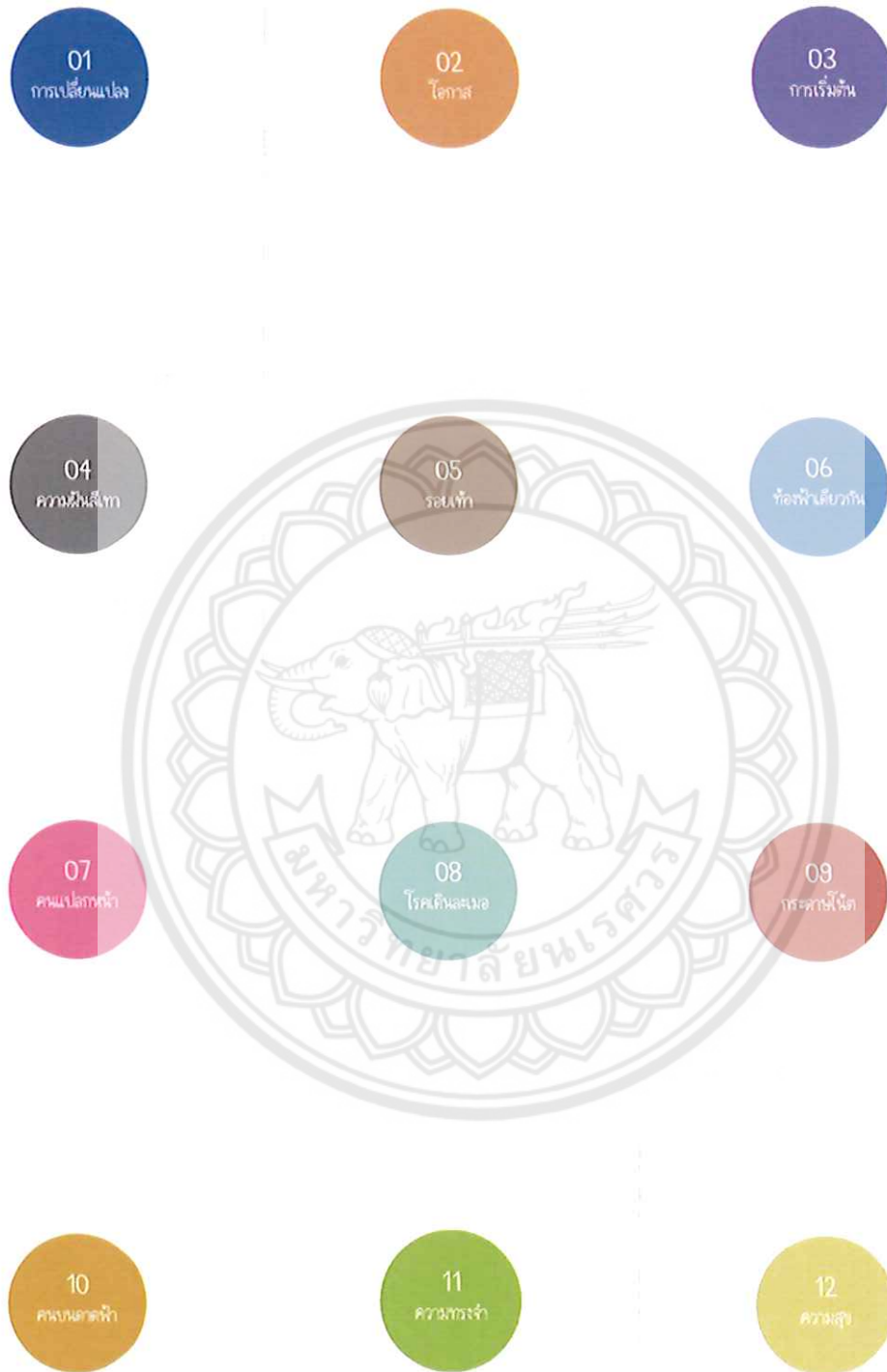
4.2.4 ผลงานชิ้นสุดท้าย



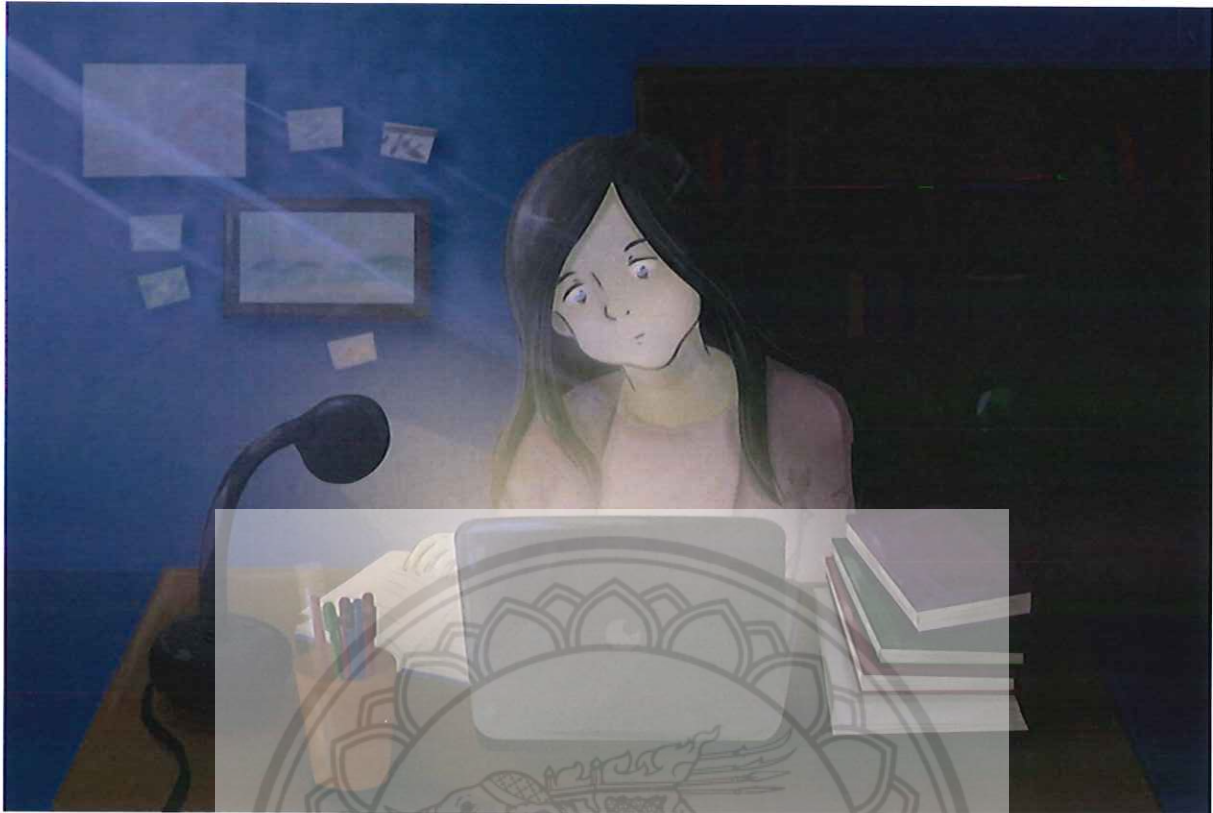
ภาพที่ 13 ปกหน้าและปกหลังของหนังสือ



ภาพที่ 14 ไตเติลเรื่อง



ภาพที่ 15 ภาพแสดงชื่อบทที่ 1-12



ภาพที่ 16 ภาพประกอบบทที่ 1



ภาพที่ 17 ภาพประกอบบทที่ 2



ภาพที่ 18 ภาพประกอบบทที่ 3



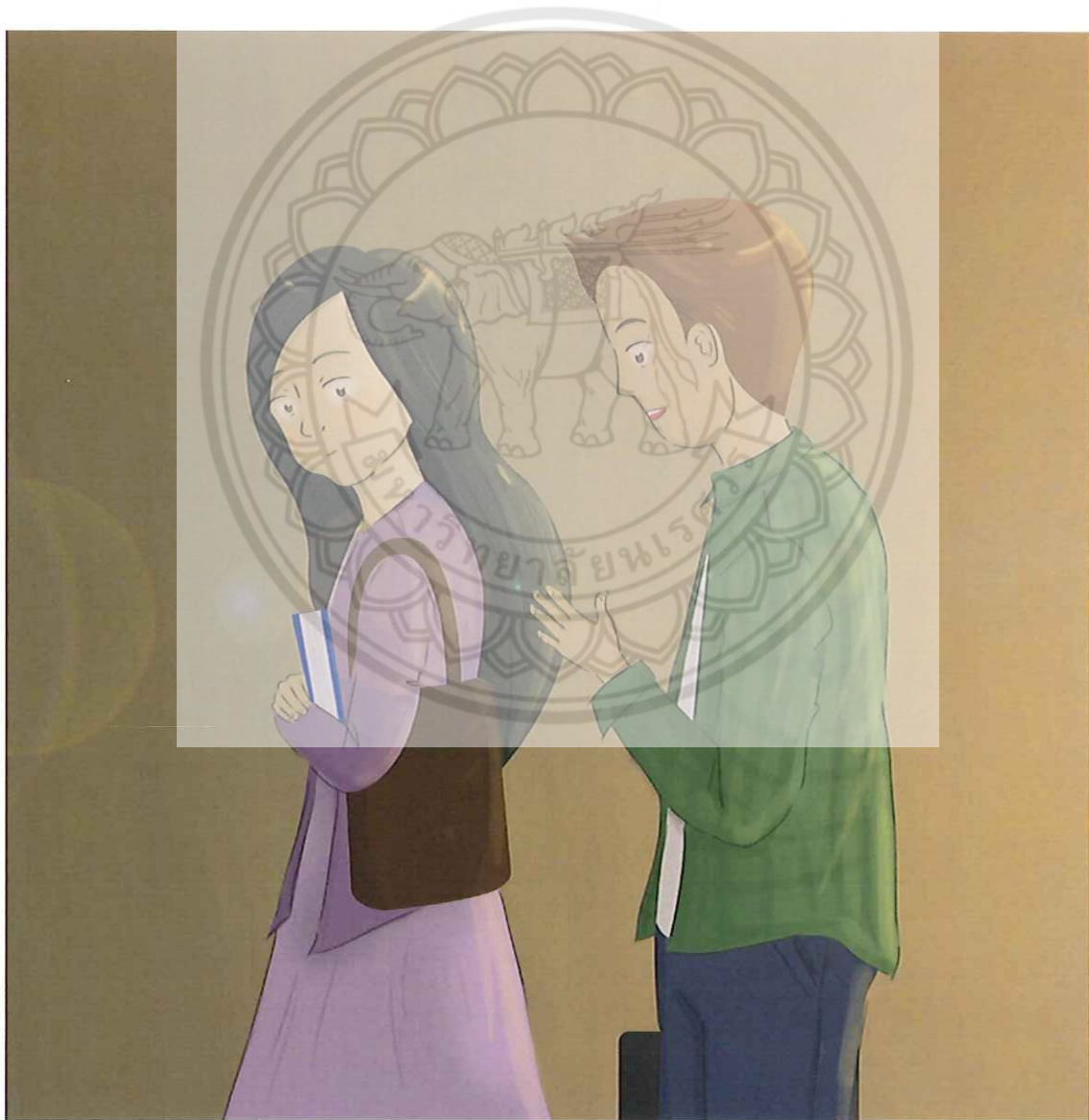
ภาพที่ 19 ภาพประกอบบทที่ 4



ภาพที่ 20 ภาพประกอบบทที่ 5



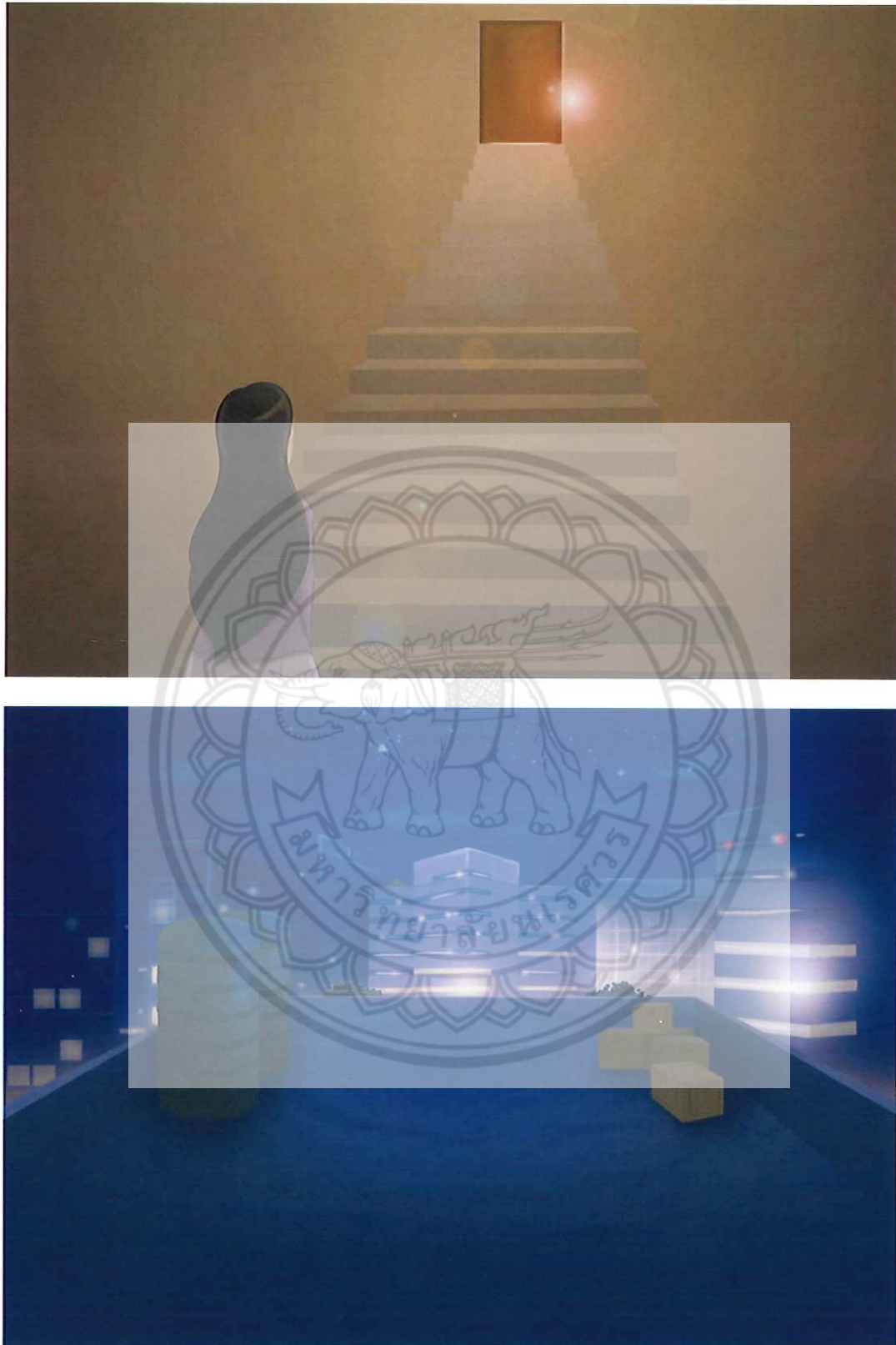
ภาพที่ 21 ภาพประกอบบทที่ 6



ภาพที่ 22 ภาพประกอบบทที่ 7



ภาพที่ 23 ภาพประกอบบทที่ 8



ภาพที่ 25 ภาพประกอบบทที่10



ภาพที่ 26 ภาพประกอบบทที่ 11



ภาพที่ 27 ภาพประกอบบทที่12



ภาพที่ 28 หนังสือภาพประกอบที่เสร็จสมบูรณ์

4.3 ขั้นตอนการทำ Post – Production

ขั้นตอนการรวบรวมภาพประกอบที่ได้ออกแบบทั้งหมดมาลงสีโดยใช้โปรแกรม Adobe Photoshop จัดเรียงรูปภาพและคำบรรยายให้เป็นไปตามการดำเนินเรื่อง โดยใช้โปรแกรม Adobe Illustrator ในการสร้างหนังสือ

4.3.1 การลงสีภาพประกอบ

ใช้โปรแกรม Adobe Photoshop CS6 ในการลงสีภาพประกอบให้ตรงตามคอนเซ็ปของงานที่กำหนดไว้ โดยเน้นสีโทนเย็นเพื่อให้เข้ากับเนื้อเรื่อง



ภาพที่ 29 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Photoshop CS6 ในการลงสีพื้นของภาพประกอบ



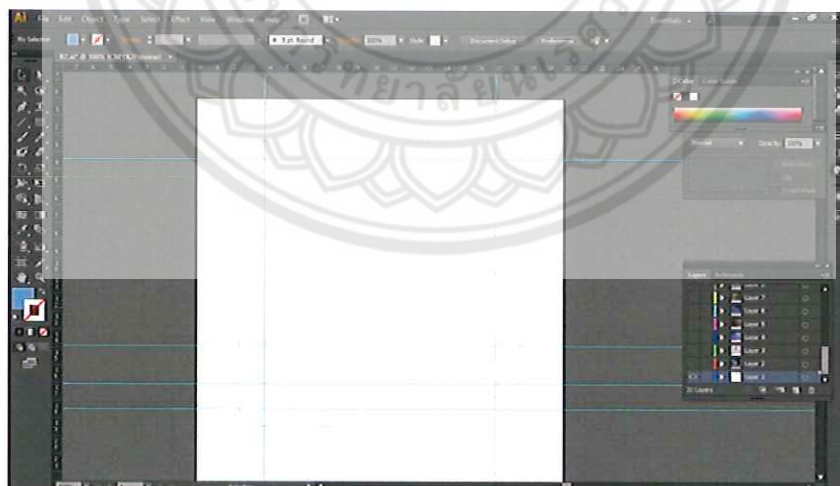
ภาพที่ 30 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Photoshop CS6 ในการลงสีรายละเอียดของภาพประกอบ



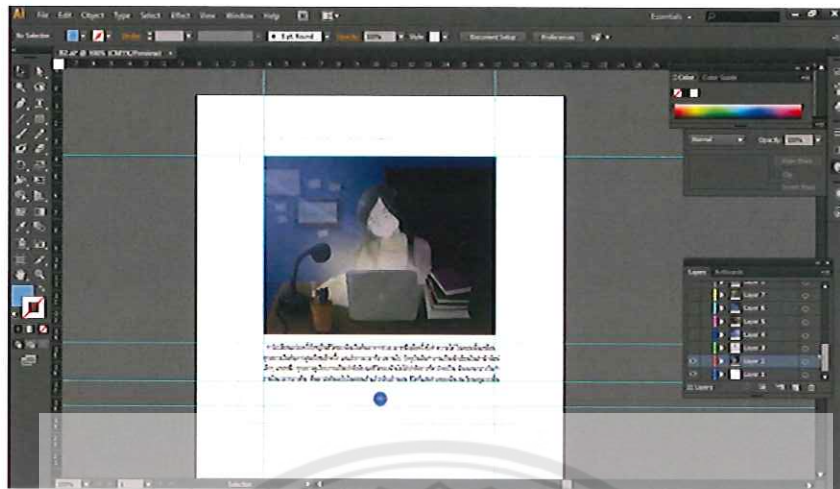
ภาพที่ 31 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Photoshop CS6 ในการลงแสงและเงาของภาพประกอบ

4.3.2 การจัดวางรูปเล่มหนังสือภาพประกอบ

ใช้โปรแกรม Adobe Illustrator CS6 ในการจัดรูปเล่มของหนังสือ โดยนำภาพประกอบทั้งหมดที่ลงสีเสร็จสมบูรณ์มาจัดเรียงและใส่คำบรรยายไปตามการดำเนินเรื่อง จัดวางหน้าหนังสือขนาด 16 x 16 cm ใช้นอาร์ทบอร์ดขนาดเท่ากระดาษ A4 เพื่อให้ง่ายในการจัดพิมพ์รูปเล่ม



ภาพที่ 32 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Illustrator CS6 ในการจัดวางกริดก่อนใส่ภาพประกอบ คำบรรยายและกราฟิกอื่นๆ



ภาพที่ 33 แสดงตัวอย่างโปรแกรม Adobe Illustrator CS6 ในการจัดวางภาพประกอบ ใส่คำบรรยายและกราฟิกที่ใช้บอกเลขหน้าของหนังสือ



บทที่ 5

บทสรุป

การวิจัยเกี่ยวกับการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking ผู้วิจัยได้ข้อสรุปและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับผลงานการออกแบบได้ดังนี้

5.1 วัตถุประสงค์

5.2 สรุปผลการวิจัย

5.3 ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงาน

5.4 แนวทางการแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.1 วัตถุประสงค์

5.1.1 เพื่อศึกษารูปแบบกระบวนการผลิตหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอ

5.1.2 เพื่อออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอ

5.2 สรุปผลการวิจัย

วิจัยที่เกี่ยวกับการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking ได้มีการวางแผนการทำงานอย่างละเอียดและเป็นระบบ โดยเริ่มการคิดหัวข้อวิจัยตั้งแต่เดือนสุดท้ายของภาคเรียนที่ 1 มีการปรับปรุงรูปแบบของคาแรกเตอร์ ฉาก และเนื้อเรื่องให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายจนได้รูปแบบที่น่าพึงพอใจ เหตุผลที่เลือกทำการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง SleepWalking เพราะเนื่องจากการนอนละเมอเป็นปัญหาการนอนอย่างหนึ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้กับคนทุกวัย และยังมีกรณีที่น่ากลัวเกี่ยวกับเรื่องเดินละเมอเกิดขึ้นอีกมากมาย ซึ่งส่งผลเสียต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตทำให้เกิดอาชญากรรมต่างๆขึ้นได้

ดังนั้นการออกแบบหนังสือภาพประกอบเรื่อง Sleep Walking จึงมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้อ่านได้ตระหนักถึงความอันตรายที่จะเกิดขึ้นจากโรคและได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอที่แฝงเอาไว้ภายในเล่ม เพื่อควรมีความรู้ความเข้าใจและนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ให้เกิดประโยชน์ คอยดูแลเฝ้าระวังบุตรหลานหรือคนรอบข้างที่มีอาการนอนละเมอให้ดียิ่งขึ้น เพื่อป้องกันการเกิดอันตรายต่อทั้งตัวของผู้ละเมอเองและต่อคนรอบข้างอีกด้วย

ขั้นตอนการออกแบบตัวละครได้มีการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคจากหนังสือ ภาพยนตร์และอินเทอร์เน็ตแล้วพบว่าโรคนี้เป็นโรคทางจิตเวช จึงได้สร้างตัวละครที่มีปมร้ายแรงในอดีตเพื่อให้ส่งผลกระทบต่อจิตใจและการใช้ชีวิตในปัจจุบัน ตัวละครที่เป็นโรคจึงเป็นผู้หญิงที่นิ่งเงียบ กลัวการเข้าสังคม และไม่มีเพื่อน

ขั้นตอนการออกแบบฉาก ได้แรงบันดาลใจมาจากมิวสิควีดิโอเพลง I will love so love you พระเอกและนางเอกที่เป็นโรคเดินละเมอได้อาศัยอยู่ในหอพักเดียวกัน ฉากในหนังสือจึงอ้างอิงมาจากสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของผู้คนในปัจจุบัน เมืองหลวงอันแสนวุ่นวายที่เต็มไปด้วยดีกรีฟ้า หอพักราคาถูสำหรับมนุษย์เงินเดือนที่มีฐานะปานกลาง

ขั้นตอนและเทคนิคในการสร้างผลงาน ได้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง และได้ปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาที่มีความรู้ในด้านการออกแบบช่วยวิจารณ์และให้คำแนะนำเพื่อการพัฒนาตัวงานให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายจนงานออกมาเสร็จสมบูรณ์

5.3 ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงาน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย มีปัญหาในการออกแบบคาแรกเตอร์และฉากเพื่อให้เหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งต้องมีการวางแผนในการทำงานอย่างละเอียดรอบคอบและเป็นระบบ จึงมีข้อผิดพลาดดังนี้

5.3.1 ปัญหาเกี่ยวกับการออกแบบคาแรกเตอร์และฉาก ลายเส้นของผู้ออกแบบเองมีความไม่เหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมายและไม่เข้ากับเนื้อเรื่อง

5.3.2 ปัญหาเกี่ยวกับการเขียนเนื้อเรื่องในหนังสือ มีเนื้อเรื่องที่ซับซ้อนจนเกินไปสำหรับหนังสือภาพประกอบ ทำให้ยากต่อการเข้าใจ และจุดพีคของเรื่องรวดเร็วจนเกินไป

5.3.3 ปัญหาเกี่ยวกับการพิมพ์ ส่วนของหน้าปกชั้นนอกที่ออกแบบไว้ให้สามารถพับได้มีความไม่จำเป็นและเปลืองงบประมาณ

5.4 แนวทางการแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.4.1 การแก้ไขปัญหาลักษณะการออกแบบคาแรกเตอร์และฉาก

ปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำคำแนะนำมาออกแบบและพัฒนาคาแรกเตอร์อย่างต่อเนื่องจนได้แบบที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ปรับปรุงจากและเพิ่มรายละเอียดให้มีความสมจริงมากขึ้น เพื่อเข้ากับคาแรกเตอร์ที่ออกแบบ

5.4.2 การแก้ไขปัญหาลักษณะการเขียนเนื้อเรื่อง

ได้มีการส่งเนื้อเรื่องให้อาจารย์ที่ปรึกษาอ่านและนำคำแนะนำมาปรับปรุงเนื้อใหม่บางส่วนให้มีความกระชับและเข้าใจง่ายมากขึ้น มีการเพิ่มเนื้อหาตรงส่วนของจุดพีค และสอดแทรกความรู้เกี่ยวกับโรคเดินละเมอลงไปให้เชื่อมโยงกับเนื้อเรื่อง

5.4.3 การแก้ไขปัญหาลักษณะการพิมพ์

นำคำแนะนำจากคณะกรรมการมารับเปลี่ยนหน้าปกของหนังสือในรูปแบบใหม่เพื่อให้ง่ายต่อการพิมพ์ โดยลดทอนส่วนที่ไม่จำเป็นออกไป

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากผู้อ่าน

- ควรเปลี่ยนปกของหนังสือจากปกอ่อนเป็นปกแข็งเพื่อให้มีความคงทนแข็งแรง
- ควรมีหน้าสารบัญและหน้าโปรไฟล์นักเขียนเพิ่มเติม

บรรณานุกรม

- ฟิลิปดา. (2558). 100คำถาม สร้างนักเขียน นวนิยายคุณเขียนได้ด้วยตัวเอง . กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ฟิลิปดา.
- ศ.นพ.สันต์ หัตถ์รัตน์. (1 พฤษภาคม 2555). การตรวจรักษาอาการ "หลับไม่ปกติ" (ตอนที่ 10). สืบค้น เมื่อ 14 สิงหาคม 2557, จาก <http://www.doctor.or.th/article/detail/3132>
- อมอร คชเสนี. (7 พฤศจิกายน 2551). 'ไขปริศนา "นอนละเมอ"'. สืบค้นเมื่อ 14 สิงหาคม 2557, จาก <http://www.manager.co.th/Qol/ViewNews.aspx?NewsID=9510000132164>.
- มติชน. (15 พฤษภาคม พ.ศ. 2555). 'รู้หรือไม่! ชาวอเมริกัน"เดินละเมอ"เป็นเรื่องปกติมากกว่าที่เราคิด. สืบค้น เมื่อ 14 สิงหาคม 2557, จาก http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1337068680
- วิชาการ.คอม. (8 พฤศจิกายน พ.ศ. 2553). การนอนละเมอ กับเรื่องที่บางเรื่องที่ยังไม่รู้. สืบค้น เมื่อ 14 สิงหาคม 2557, จาก <http://www.vcharkarn.com/varticle/41789>
- ไทยรัฐออนไลน์. (20 สิงหาคม พ.ศ. 2556). นอนละเมอยุคดิจิทัล ลุกขึ้นมาแก่นาฬิกา. สืบค้น เมื่อ 14 สิงหาคม 2557, จาก <http://www.thairath.co.th/content/364448>
- ประชาชาติธุรกิจออนไลน์. (7 มีนาคม พ.ศ. 2556). ผลวิจัยชี้คนไทยป่วยเป็นโรคพาร์กินสันกว่าร้อยละ 74.3. สืบค้น เมื่อ 14 สิงหาคม 2557, จาก http://www.prachachat.net/news_detail.php?newsid=1362649413
- ประชาชาติธุรกิจออนไลน์. (18 ตุลาคม พ.ศ. 2553). ปรากฎการณ์ "หลับลอย" (SLEEP FLOATING). สืบค้น เมื่อ 14 สิงหาคม 2557, จาก <http://www.indepencil.com/>
- ปวีณา ศรีวิวัฒน์ อุดมศักดิ์ สารบิตู และจตุรงค์ เลาะห์เพญศรี. (2555). ศึกษาและออกแบบหนังสือ นิทานภาพประกอบการเรียนรู้คุณธรรม. วารสารวิชาการ ศิลปะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร. 3(2), 1-113
- EN.WIKIPEDIA. (8 April 2014). Sleepwalking. Retrieved 15 January 2015, from <http://en.wikipedia.org/wiki/Sleepwalking>
- EN.WIKIPEDIA. (8 December 2014). Homicidal sleepwalking. Retrieved 15 January 2015, from http://en.wikipedia.org/wiki/Homicidal_sleepwalking

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล (ภาษาไทย) : นางสาวมุกตภา ทิพย์อุปถัมภ์

(ภาษาอังกฤษ) : MissMooktapa Tip-auppatam

วัน เดือน ปีเกิด : 5 พฤษภาคม 2536

สถานที่เกิด : อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์

ที่อยู่ปัจจุบัน : 37 หมู่ 3 ตำบลท่าเสา อำเภอเมือง
จังหวัดอุตรดิตถ์ 53000

หน่วยงานที่รับผิดชอบ : ภาควิชาศิลปะและการออกแบบ
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยนเรศวร

E-mail : phonelink555@gmail.com

ประวัติการศึกษา :
พ.ศ. 2554 มัธยมศึกษาปีที่ 6
จากโรงเรียนอุตรดิตถ์ดรุณี
อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์

พ.ศ. 2558 ศป.บ.(ออกแบบสิ่งแวดล้อม)
มหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก