

ผู้แสดงในศิลปะการแสดง:
 ภาษากาย อารมณ์ ความเชื่อ

ดร.กุลชัย กุลตวนิช

การเป็นผู้แสดงที่ดีควรมีอะไร
 ตอบตามความคิดของนักศึกษา?

“การแสดงที่ดีจะต้องมี
ความเชื่อ อารมณ์ และภาษากาย”

1

“ความเชื่อ”
หน้าที่หลักของผู้แสดง



1. ศึกษาข้อมูลของ**ตัวละคร** เช่น บุคลิกลักษณะ นิสัย กริยาท่าทาง อารมณ์ของตัวละคร
2. ใช้**จินตนาการ**ของตนเองโดยสมมติว่าเป็นตัวละครตัวนั้น
3. เชื่อว่า**ทุกอย่างเป็นเรื่องจริง** “ก่อนจะทำให้คนอื่นเชื่อ เราต้องเชื่อตนเองเสียก่อน”
4. ทำสมาธิ และ**สร้างอารมณ์ร่วม**
5. แสดงออกมาอย่างสุดกำลังด้วยความมุ่งมั่นที่แรงกล้า หากเป็นการแสดงร่วม จะต้อง**ส่งผ่านความรู้สึก**ของตัวละครไปยังอีกฝ่ายจนสามารถรับรู้ได้

2

“อารมณ์”

หัวใจหลักของการแสดง

“กิจกรรม”

อารมณ์ที่หลากหลาย

ให้นักศึกษาตอบชื่อของอารมณ์มาโดยไม่ซ้ำกันให้ได้มากที่สุด

2. อารมณ์พื้นฐาน



อารมณ์พื้นฐาน	หน้าที่	จุดมุ่งหมายของพฤติกรรม
กลัว	ปกป้อง	การกระทำต่างๆเพื่อหลีกเลี่ยงอันตรายหรือความเสียหาย
โกรธ	ทำลาย	การกระทำต่างๆเพื่อขจัดอุปสรรคที่ขัดขวางความต้องการและความพึงพอใจ
รื่นเริง	ความร่วมมือ	การกระทำต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการได้รับผลประโยชน์จากสิ่งเร้ารอบๆตัว
รังเกียจ	ปฏิเสธ	การกระทำที่ขจัดสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดความสบายที่ได้กินเข้าไป เช่น การขับถ่าย ซึ่งพฤติกรรมเช่นนี้เกี่ยวข้องกับความรู้สึกรังเกียจ ขยะแขยง ดูถูกไม่เป็นมิตร

อารมณ์พื้นฐาน	หน้าที่	จุดมุ่งหมายของพฤติกรรม
ยอมรับ	แพร่พันธุ์ / ดำรงอยู่	การกระทำต่าง ๆ เพื่อวัตถุประสงค์ในการดำรงเผ่าพันธุ์
เศร้า	รักษาความรู้สึกสูญเสีย	การกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียกร้องบุคคลหรือสิ่งที่สูญเสียไปกลับคืนมา เช่น ร้องไห้ มีสีหน้าเศร้า
ประหลาดใจ	การปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมใหม่	ปฏิกิริยาโต้ตอบกับเหตุการณ์หรือสิ่งใหม่ๆที่ไม่คุ้นเคย เช่น เสียงดัง สัตว์ประหลาด เปลี่ยนที่อยู่ใหม่
คาดหวัง (อยากรู้อยากเห็น)	การสำรวจ ค้นหา	การกระทำต่าง ๆ เพื่อให้พบกับสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างออกไป เช่น อยากรู้จักเพื่อนบ้านใหม่

“กิจกรรม” กลุ่มก้อนของอารมณ์

จากอารมณ์ที่เคยได้ตอบมา ให้นักศึกษาจัดเข้ากลุ่มอารมณ์พื้นฐาน

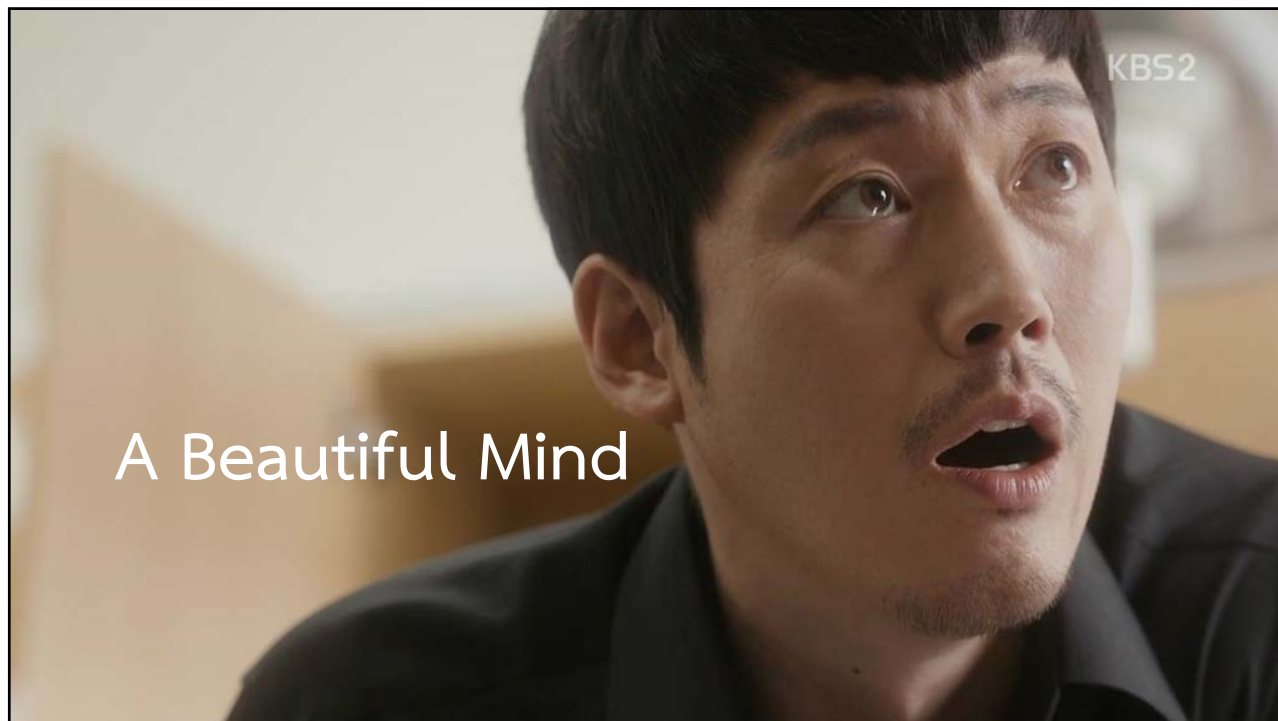
อารมณ์พื้นฐาน	กลัว	โกรธ
รื่นเริง	รังเกียจ	ยอมรับ
เศร้า	ประหลาดใจ	คาดหวัง (อยากรู้ อยากเห็น)

3

“ภาษากาย”

จอฉายภาพแห่งห้วงอารมณ์

รู้จักภาษากายหรือไม่? มันคืออะไร?



3. ภาษากาย

“เป็นการแสดงออกเพื่อสื่อถึงอารมณ์ของผู้แสดงผ่านทางร่างกาย”

ประกอบด้วยการแสดงออกผ่านทางส่วนต่าง ๆ ดังนี้

- สีหน้า
- ดวงตา
- ร่างกายท่อนบน
- มือและแขน
- ร่างกายท่อนล่าง

“ร่างกายของคนเรา...โกหกไม่ได้”

1.1 สีหน้า

ประตูปานแรกของการสื่อสาร

“การยิ้มแย้มอยู่เสมอบอกได้ว่าเป็นคนมีความสุข มองโลกในแง่ดี เข้าถึงได้ง่าย”



Image retrieved from: http://indianapublicmedia.org/amomentofscience/files/2014/11/amos_221_mood1-940x626.jpg

“ใบหน้าที่ของมนุษย์สามารถแสดงความรู้สึกได้
แตกต่างกันมากถึง 20,000 แบบ”

“กิจกรรม” สีหน้าบอกอารมณ์

ให้นักศึกษาแสดงสีหน้าตามอารมณ์ที่กำหนดให้

การแสดงออกทางใบหน้า
เราสามารถสังเกตได้แค่ 3 มิติ คือ

พอใจ-ไม่พอใจ | ยอมรับ-ปฏิเสธ | ดีใจ-เสียใจ

ที่เหลือต้องอาศัยการใช้ร่างกายส่วนอื่นร่วมด้วย

1.2 ดวงตา

เป็นหน้าต่างของหัวใจ

- “สบตา” แสดงถึงความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงออก (แต่ในบางสถานการณ์แปลว่าก้าวร้าว)
- “หลบตา” แสดงถึงความไม่จริงใจ ไม่กล้าแสดงออก เินอาย
- “กรอกตา” แสดงถึงความไม่ซื่อสัตย์ ความเบื่อหน่าย การหลอกลวง



Image retrieved from: https://edc2.healthtap.com/ht-staging/user_answer/reference_image/38621/large/80613010.jpeg?1406904719

ข้อสังเกต

เวลาถามคำถามใครให้ลองสังเกตการมองเห็นใช้ความคิด....

	คนถนัดขวา	คนถนัดซ้าย
มองไปทางซ้าย	กำลังถูเรื่อง	กำลังทบทวน (บางที่อาจเงยมองข้างบน)
มองไปทางขวา	กำลังทบทวน (บางที่อาจเงยมองข้างบน)	กำลังถูเรื่อง

ป.ล. ควรระวังว่าคนที่เคยเรียนเรื่องนี้จะสามารถแล้งมองได้ ควรใช้ในจังหวะธรรมชาติจริง ๆ

1.3 ร่างกายท่อนบน

บุคลิกภาพคือความประทับใจแรกพบ

- “เอนตัว” แสดงถึง ความผิดหวัง สิ้นหวัง เสียใจ เหนื่อยล้า ตกใจ
- “โค้งตัว” แสดงถึง ความอ่อนน้อม ถ่อมตน
- “แอ่นอก” แสดงถึงค ความมั่นใจ กล้าหาญ
- “ปิดตัว” แสดงถึง ความสนใจ หากบิดไปในทิศทางตรงกันข้ามคู่สนทนาแสดงถึงความไม่สนใจ เชีนอาย



Image retrieved from: <http://us.123rf.com/450wm/cd123/cd1231411/cd123141100016/33133756-sketch-teen-boy-body-language-expressions-shy-timid-unconfident.jpg?ver=6>

1.4 มือและแขน

สัญลักษณ์มือภาษาที่สองของทุกคน

- “กอดอก” แสดงถึง ความไม่พอใจ เบื่อ
- “วางมือ” แสดงถึง การเปิดกว้าง รับฟัง
- “ทิ้งมือ” แสดงถึง ความสบาย ไม่คิดมาก
- “เท้าคาง” แสดงถึง การเบื่อก่อนหน้า ใช้ความคิด
- “ปิดปาก” แสดงถึง การซ่อนความรู้สึก ปิดบัง



Image retrieved from: <http://us.123rf.com/450wm/cd123/cd1231411/cd123141100016/33133756-sketch-teen-boy-body-language-expressions-shy-timid-unconfident.jpg?ver=6>

1.5 ร่างกายท่อนล่าง

ปลายเท้าก็บอกอะไรโดยไม่รู้ตัวนะ

- “หันเท้าออก” แสดงถึง การหลีกเลี่ยง หนี
- “หันเท้าตรง” แสดงถึง การตั้งใจ ให้มีความสำคัญ
- “ยื่นเท้าหา” แสดงถึง ความสนใจ รับฟัง
- “ไขว้ขา” แสดงถึง การปิดกั้น ไม่รับฟัง

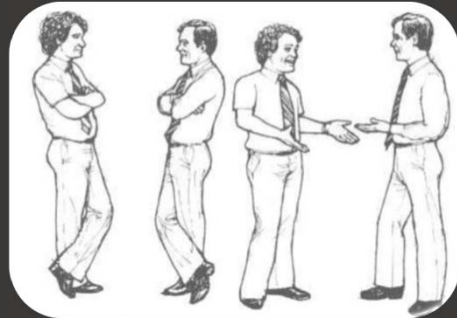


Image retrieved from: <http://www.freegreatpicture.com/gestures-album/hand-gesture-30690>

ข้อสังเกต

“โดยปกติแล้วคนมักจะเลียนแบบท่าทางของคู่สนทนาหรือเป้าหมาย หากมีคนเริ่มทำท่าทางเลียนแบบตัวเราเองเป็นสัญญาณที่บ่งบอกว่าเรากำลังได้รับความชื่นชอบ หรือคู่สนทนามีความสนใจในตัวเรา”



Image retrieved from: https://www.britishcouncil.org/sites/default/files/mimic_empathy_reward_autism_istock_copyright_annebaek.jpg

“กิจกรรม” อารมณ์แปรปรวน

ให้นักศึกษาแสดงอารมณ์ตามที่ได้รับมอบหมาย

“กิจกรรม” ระดับของอารมณ์

ให้นักศึกษาแสดงอารมณ์ตามที่ได้รับมอบหมาย ตั้งแต่ระดับที่ 1 - 5

“กิจกรรม” ภาษาต่างดาว

ให้นักศึกษาจับคู่สนทนาด้วยตัวเลขผ่านการแสดงอารมณ์
แล้วให้เพื่อนตอบว่าเมื่อสักครู่นี้แสดงอะไรไปบ้าง

การบ้าน

ให้นักศึกษาจับกลุ่ม 2-3 คน แล้วดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. กำหนดตัวละครขึ้นมาคนละ 1 ตัว อธิบาย ลักษณะนิสัย และประวัติตัวละครพอสังเขป
2. อัดวิดีโอแนะนำตัวเองโดยสมมติว่าตนเองเป็นตัวละครที่สร้างขึ้น (นำมาส่งอาจารย์ในสัปดาห์หน้า)
3. ร่วมกันเขียนบทสนทนาระหว่างตัวละครขึ้นมา 1 สถานการณ์
4. เตรียมซักซ้อมบทตัวละครเพื่อมาแสดงหน้าชั้นเรียนในสัปดาห์ถัดไป

