



การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้า
ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19

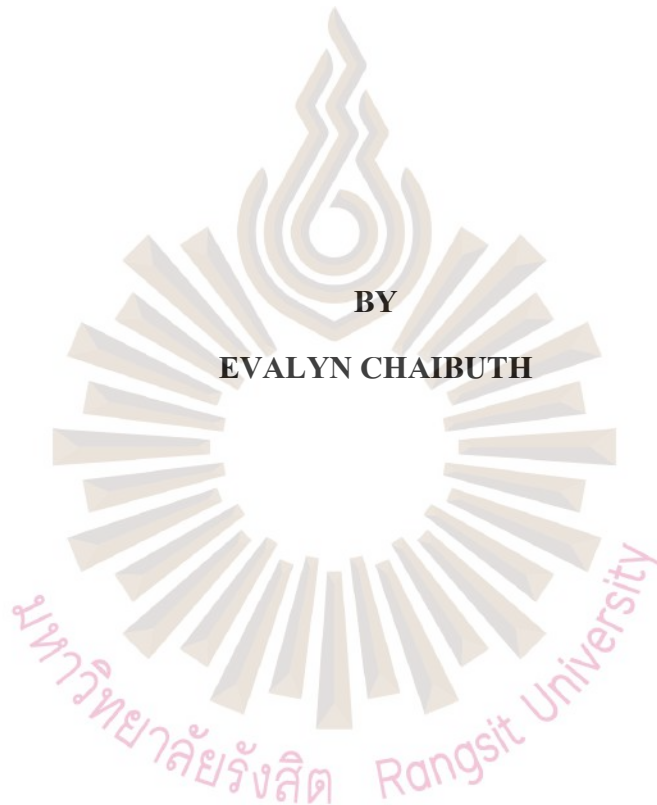


วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ต
คณะดิจิทัลอาร์ต

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรังสิต
ปีการศึกษา 2566



**THE DESIGNING OF 3D ANIMATION TO ENHANCE UNDERSTANDING
FOR INDIVIDUALS EXPERIENCING DEPRESSION IN EARLY
ADULTHOOD AMIDST THE COVID-19 PANDEMIC CONTEXT**



BY

EVALYN CHAIBUTH

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENTS FOR
THE DEGREE OF MASTER OF FINE ARTS IN COMPUTER ART
FACULTY OF DIGITAL ART**

**GRADUATE SCHOOL, RANGSIT UNIVERSITY
ACADEMIC YEAR 2023**

วิทยานิพนธ์เรื่อง

การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้า
ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19

โดย

เอวารินทร์ ไชยบุตร

ได้รับการพิจารณาให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ต

มหาวิทยาลัยรังสิต

ปีการศึกษา 2566

ศ.กมล เผ่าสวัสดิ์
ประธานกรรมการสอบ

ศ.วัฒน์ จูฑะวิภาต
กรรมการ

รศ. ดร.วราณพร ชูจิตารมย์
กรรมการและอาจารย์ที่ปรึกษา

บัณฑิตวิทยาลัยรับรองแล้ว

(ศ. ดร. สৌจิตต์ เพ็ชรประสาน)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

17 มิถุนายน 2567

Thesis entitled

**THE DESIGNING OF 3D ANIMATION TO ENHANCE UNDERSTANDING FOR
INDIVIDUALS EXPERIENCING DEPRESSION IN EARLY ADULthood
AMIDST THE COVID-19 PANDEMIC CONTEXT**

by

EVALYN CHAIBUTH

was submitted in partial fulfillment of the requirements
for the degree of Master of Fine Arts in Computer Art

Rangsit University
Academic Year 2023

Prof. Kamol Phaosavasdi
Examination Committee Chairperson

Prof. Wattana Chudhavigata
Member

Assoc. Prof. Wannaporn Chujitarom, Ph.D.
Member and Advisor

Approved by Graduate School

(Prof. Suejit Pechprasarn, Ph.D.)

Dean of Graduate School

June 17, 2024

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สามารถดำเนินการจนประสบความสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เนื่องจากได้รับความอนุเคราะห์และสนับสนุนเป็นอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.วรรณพร ชูจิตารมย์ อาจารย์ที่ปรึกษา และ รองศาสตราจารย์ ชัยพร พานิชรุทติวงศ์ ผู้อำนวยการหลักสูตรที่ให้ความช่วยเหลือแนะนำและให้คำปรึกษาในการสร้างวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นอย่างดีตลอดระยะเวลาการศึกษาวิจัย

ขอขอบคุณ อาจารย์ลออ สิงห์ โชติสุขแพทย์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา และหัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ พร้อมทั้งข้อคิดที่เป็นประโยชน์ และเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณคณาจารย์ทุกท่านในหลักสูตรศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ตที่สั่งสมให้ผู้วิจัยมีความรู้และประสบการณ์ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอขอบคุณนักศึกษาเพื่อนร่วมรุ่นทุกคนที่อำนวยความสะดวก ให้คำแนะนำ แบ่งปันความรู้และช่วยเหลือในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณครอบครัวที่คอยสนับสนุน ให้ความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ และความพยายามแก่ผู้วิจัย

ความสำเร็จในครั้งนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในงานวิจัยจนสำเร็จไปได้ด้วยดีทั้งบุคคลที่ได้กล่าวมาและยังไม่ได้กล่าวถึง หากมีสิ่งใดบกพร่องผู้วิจัยขอน้อมรับไว้และขออภัยไว้ ณ โอกาสนี้

เอวารินทร์ ไชยบุตร

ผู้วิจัย

- 6507915 : เอวารินทร์ ไชยบุตร
 ชื่อวิทยานิพนธ์ : การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับ
 ภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของ
 โรคโควิด-19
 หลักสูตร : ศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ต
 อาจารย์ที่ปรึกษา : รศ.ดร.วรรณพร ชูจิตารมย์

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีจุดประสงค์เพื่อการศึกษาการออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ โดยนำเสนอภาวะซึมเศร้าในช่วงสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 ในรูปแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจต่อผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าในเหตุการณ์โรคระบาดโควิด-19 ซึ่งจากการศึกษาเป็นปัญหาที่เจอในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ที่เป็นกลุ่มอายุที่มีการฆ่าตัวตายสูงสุดในสถานการณ์โรคโควิด-19 และเนื่องจากภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาสุขภาพจิตอย่างหนึ่งที่เป็นปัญหาอย่างมากในสังคมไทยเพราะมักจะถูกเข้าใจผิดและมองว่าเป็นอารมณ์ซึมเศร้า ทำให้เป็นปัญหาสุขภาพจิตที่ได้รับการแก้ไขจำนวนไม่มากนัก การเข้าใจเรื่องโรคซึมเศร้านั้นจึงสำคัญ เนื่องจากมีผลต่อการรักษาโรค โดยเนื้อหาแอนิเมชันนี้จะเป็นการผสมองค์ประกอบเนื้อหาเกี่ยวกับ ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหา สาเหตุสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อปัญหาที่ยากต่อการฟื้นฟูสุขภาพจิต ปัจจัยเงื่อนไขที่มีอิทธิพล อาการข้อสำรวจการวินิจฉัยโรคซึมเศร้าจากเกณฑ์ทางการแพทย์ มีเนื้อหาความยาวทั้งหมดประมาณ 7 นาที มีขั้นตอนการศึกษาเริ่มต้นด้วยการศึกษาหาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง จากนั้นศึกษาขั้นตอนการดำเนินการผลิตแอนิเมชัน โดยใช้ซอฟต์แวร์โปรแกรมเบเลนเดอร์ (Blender) และปรึกษาผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาเพื่อความถูกต้องและเหมาะสมต่อการเผยแพร่ แล้วจึงนำข้อมูลทั้งหมดมาประกอบการสร้างสื่อแอนิเมชัน 3 มิติ เผยแพร่ทางสื่อออนไลน์ให้กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นบุคคลทั่วไป จำนวน 30 คนรับชม จากนั้นทำประเมินผ่านแบบสอบถามออนไลน์ พบว่าผลการประเมินการออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมให้เข้าใจผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงานต่อสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 มีคะแนนด้านเนื้อเรื่อง ประโยชน์และด้านเทคนิคอยู่ในเกณฑ์ที่ดีมาก

(วิทยานิพนธ์มีจำนวนทั้งสิ้น 82 หน้า)

คำสำคัญ: แอนิเมชัน 3 มิติ, โรคซึมเศร้า, เหตุการณ์โรคระบาด, โรคโควิด-19

ลายมือชื่อนักศึกษา ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา

6507915 : Evalyn Chaibuth
 Thesis Title : The Design of 3D Animation to Enhance Understanding for Individuals Experiencing Depression in Early Adulthood amidst the COVID-19 Pandemic Context
 Program : Master of Fine Arts Program in Computer Art, Faculty of Digital Art
 Thesis Advisor : Assoc. Prof. Wannaporn Chujitarom, Ph.D.

Abstract

This research aims to study the design of 3D animation presenting depression during the COVID-19 pandemic to promote understanding among individuals experiencing depression in this context. Depression is a significant issue among young adults, who are the age group with the highest suicide rates during the COVID-19 pandemic. Moreover, depression is a prevalent mental health problem in Thai society because it is often misunderstood as mere sadness, resulting in inadequate treatment. Understanding depression is crucial for effective treatment. This animation blends content related to depression during the COVID-19 pandemic, highlighting its causes, impacts, challenges in recovery, influential factors, diagnostic criteria, and it lasts approximately 7 minutes. The study begins with data collection, followed by animation production using Blender software, and consultation with psychology experts for accuracy and appropriateness. The animation was then distributed online to a sample group of 30 general individuals for viewing and subsequently evaluated through an online questionnaire. The results indicate that the designed 3D animation effectively enhances understanding of depression among young adults amidst the COVID-19 pandemic, scoring highly in content, utility, and technical aspects.

(Total 82 pages)

Keywords : 3D Animation, Depression, Pandemic, COVID-19

Student's Signature Thesis Advisor's Signature.....

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ช
สารบัญรูป	ซ
บทที่ 1	
บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย	7
1.3 คำถามการวิจัย / สมมติฐานการวิจัย	7
1.4 กรอบแนวคิดการวิจัย	8
1.5 นิยามศัพท์	8
บทที่ 2	
ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
2.1 แอนิเมชัน 3 มิติ	9
2.2 ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสังคม	14
2.3 แนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยา	16
2.4 ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19	17
2.5 ปัญหาของช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงานในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19	19
2.6 กรณีศึกษา จากละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลาสต์ออฟอัส (The Last of Us) โดย Craig Mazin และ Neil Druckmann ทางสื่อสังคมออนไลน์ เอชบีโอ (HBO)	20
2.7 กรณีศึกษา จากสื่อวิดีโอเรื่อง แต่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น โดยสำนักข่าว THE STANDARD ทางสื่อสังคมออนไลน์ ยูทูป (YouTube)	21

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.8 กรณีศึกษา จากสื่อวิดีโอเรื่อง DMH Animation / Depression [โรคซึมเศร้า] โดย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ทางสื่อสังคมออนไลน์ ยูทูป (YouTube)	22
2.9 กรณีศึกษา จากสื่อวิดีโอต่างประเทศเรื่อง This Is How Depression Feels โดย Psych2Go ทางสื่อสังคมออนไลน์ ยูทูป (YouTube)	22
2.10 กรณีศึกษา จากเกมสมมติบทบาท ฟินอลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV) โดย บริษัทสแควร์เอนิกซ์ (Square Enix) ทางเครื่องเล่นเกมเพลย์สเตชัน 4 , เอกซ์บอกซ์ วัน, ไมโครซอฟท์ วินโดวส์ และ สตาเดีย	23
2.11 กรณีศึกษา จากเกมสมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) โดย CD Projekt ทางเครื่องเล่นเกมเพลย์สเตชัน 4 , เอกซ์บอกซ์ วัน, ไมโครซอฟท์ วินโดวส์ และ สตาเดีย	24
บทที่ 3	
ระเบียบวิธีการวิจัย	26
3.1 ศึกษาข้อมูลและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	26
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย	27
3.3 ขั้นตอนเตรียมการผลิต (Pre-Production)	27
3.4 ขั้นตอนการผลิต (Production)	39
3.5 ขั้นตอนหลังการผลิต (Post-Production)	43
3.6 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	46
3.7 การเก็บรวบรวมข้อมูล	46
3.8 การวิเคราะห์ข้อมูล	49

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4	
ผลการวิจัย	50
4.1 ผลงานการออกแบบแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away	50
4.2 ผลจากการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ	59
4.3 ผลจากการสำรวจจากแบบสอบถาม	59
บทที่ 5	
สรุปผลและข้อเสนอแนะ	63
5.1 สรุปผลการวิจัย	63
5.2 ข้อเสนอแนะการวิจัย	65
บรรณานุกรม	67
ภาคผนวก	70
ภาคผนวก ก	72
เอกสารรับรองเนื้อหาแอนิเมชันและหนังสือตอบรับการเป็น ผู้ทรงคุณวุฒิ	
ภาคผนวก ข	74
ตัวอย่างแบบสอบถามออนไลน์	
ประวัติผู้วิจัย	82



สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั่วไป	46
3.2	แบบสอบถามเกี่ยวกับการออกแบบผลงานแอนิเมชัน	47
3.3	แบบสอบถามเกี่ยวกับเนื้อหาผลงานแอนิเมชัน	48
3.4	แสดงเกณฑ์ค่าเฉลี่ยคะแนนที่ใช้ในการแปลผล	49
3.5	แสดงเกณฑ์ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ใช้ในการแปลผล	49
4.1	ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away	51
4.2	ข้อมูลทั่วไปจากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง	60
4.3	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านการออกแบบจากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง	60
4.4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านเนื้อหาแอนิเมชันจากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง	61

สารบัญรูป

รูปที่		หน้า
1.1	กรอบแนวคิด	8
2.1	การสร้างภาพเคลื่อนไหว	10
2.2	รูปแบบบรรยากาศ จากละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลัสต์ออฟอัส (The Last of Us)	20
2.3	แสดงภาพจากเรื่องแค่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น	21
2.4	แสดงภาพจากสื่อวิดีโอเรื่อง DMH Animation / Depression [โรคซึมเศร้า]	22
2.5	แสดงภาพจากสื่อวิดีโอต่างประเทศเรื่อง This Is How Depression Feels	23
2.6	แสดงภาพจากจากเกมสมมติบทบาท ฟินอลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV)	24
2.7	แสดงภาพจากจากเกมสมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077)	23
3.1	ภาพร่างแรกการออกแบบตัวละครหลัก	30
3.2	ภาพร่างคอนเซ็ปต์ออกแบบตัวละครหลัก	31
3.3	ภาพคอนเซ็ปต์ออกแบบตัวละครหลัก โดยใช้ปัญญาประดิษฐ์	31
3.4	ภาพคอนเซ็ปต์ออกแบบตัวละครย่อย	32
3.5	บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 1	32
3.6	บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 2	33
3.7	บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 3	34
3.8	บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 4	35
3.9	บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 5	36
3.10	บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 6	37
3.11	บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 7	38
3.12	การออกแบบลัทธิศาสตร์โดยรวม	39
3.13	โมเดลตัวละคร	40
3.14	รายละเอียดพื้นผิวโมเดลตัวละคร	40

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่		หน้า
3.15	การสร้างกระดูกและตัวควบคุมโมเดลตัวละคร	41
3.16	การทำสตอรี่บอร์ดแบบเคลื่อนไหว	42
3.17	การสร้าง Animation	42
3.18	การจัดแสง	43
3.19	การRender	44
3.20	การรวบรวมภาพ	44
3.21	การใส่เสียงประกอบ	45
4.1	แสดงภาพสมบูรณ์โดยรวมในผลงานแอนิเมชัน	50



บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปี ค.ศ.2020 เหตุการณ์โรคระบาดโควิด-19 เป็นสาเหตุของปัญหามากมายหลายด้านทั้งทางตรงและทางอ้อม เป็นจุดเริ่มต้นของปัญหา ซึ่งปัญหาสุขภาพจิตอย่างหนึ่งที่เป็นปัญหาอย่างมากในสังคมไทยคือภาวะซึมเศร้า เพราะเป็นปัญหาที่มักถูกเข้าใจผิดว่าเป็นอารมณ์ซึมเศร้าและได้รับการแก้ไขไม่มากนัก จากการศึกษาพบว่าอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าขึ้นมากที่สุดในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19 มีในช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงาน กลุ่มอายุ 15-34 ปีหรือเรียกอีกอย่างว่าช่วงวัยผู้ใหญ่ในตอนต้น (Hfocus, 2023)

ภาวะซึมเศร้า เป็นปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นได้ทั่วไปทุกช่วงวัย โดยเฉพาะช่วงวัยผู้ใหญ่ในตอนต้นที่กำลังเข้าสู่การเริ่มทำงาน ซึ่งในช่วงวัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงหลายด้านเช่น ระบบวิธีการคิดโครงสร้างและการทำงานของสมอง และการพัฒนาความสัมพันธ์กับคนอื่นนอกครอบครัว ในวัยนี้เป็นช่วงเวลาที่จะค้นพบตนเอง มีความสามารถในการพึ่งพาตนเอง แต่การเผชิญกับสถานการณ์โรคโควิด-19 ได้ส่งผลทำให้ไม่สามารถใช้ชีวิตตามปกติได้ (ตฤณา จำปาวัลย์, 2560)

ความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับโรคซึมเศร้านั้นสามารถพบได้บ่อย โดยทั่วไปคนมักจะเชื่อว่าโรคนี้เกิดจากความผิดหวังหรือการได้รับความกระทบทางจิตใจเท่านั้น และเข้าใจว่าเป็นเพียงอารมณ์ความรู้สึกปกติธรรมดาอย่างหนึ่ง (มาโนช หล่อตระกูล, 2565) ซึ่งในความเป็นจริงภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยา โรคซึมเศร้าเป็นโรคที่เกิดจากภาวะไม่สมดุลของสารสื่อประสาททั้ง 3 ชนิด ในสมอง นั่นก็คือ ซีโรโตนิน นอร์เอปิเนฟริน และโดปามีน สารสื่อประสาทเหล่านี้มีบทบาทในการควบคุมอารมณ์ การนอนหลับ และพฤติกรรมทั้งหมดของบุคคล (โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ, 2560) การเป็นโรคซึมเศร้าจึงไม่ได้หมายความว่า ผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าจะเป็นคนอ่อนแอ เป็นคนที่คิดมาก หรือเป็นคนไม่สู้ปัญหา แต่เป็นโรคที่ส่งผลต่อพฤติกรรมร่วมกับอาการทางร่างกาย ซึ่งปัจจุบันแนวคิดเกี่ยวกับสาเหตุของโรคซึมเศร้านั้น เชื่อกันว่าเกี่ยวข้องกับหลายปัจจัย ทั้งจากด้านกรรมพันธุ์ พัฒนาการของจิตใจ รวมถึงปัจจัยทางชีวภาพ เป็นต้น (มาโนช หล่อตระกูล, 2565)

การเข้าใจเรื่องโรคซึมเศร้านี้สำคัญเพราะมีผลต่อการรักษาของโรคซึมเศร้า จาก การประเมินสุขภาพจิตของคนไทยจากกรมสุขภาพจิตพบว่า ผู้ที่เข้ารับการคัดกรองสุขภาพมี ความเสี่ยงด้านสุขภาพจิตที่สูงขึ้นในสถานการณ์การแพร่ระบาด (กรมสุขภาพจิต, 2564) โดยจาก การศึกษางานวิจัยที่ได้รับการดำเนินการในหลายประเทศ เช่น สหราชอาณาจักร ญี่ปุ่น อิตาลี และ สวีเดน ได้กล่าวเกี่ยวกับการเพิ่มขึ้นของปัญหาสุขภาพจิตในช่วงการปิดเมือง (Lockdown) หรือการ กักตัวมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของบุคคล การวิเคราะห์ข้อมูลจากหลายประเทศแสดงให้เห็นว่า บุคคลที่ถูกกักตัวมักพบว่ามีอาการผิดปกติทางจิตเพิ่มขึ้น เช่น ความวุ่นวายทางอารมณ์ ความกลัว วิดกกังวลใจ ซึมเศร้า โมโหง่าย นอนไม่หลับ และภาวะป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง เป็นต้น (บุญธิดา เสงี่ยมเนตร, 2564) โดยการพัฒนาทักษะการจัดการกับภาวะซึมเศร้าจึงเป็นสิ่งสำคัญ สำหรับการดูแลสุขภาพจิตในช่วงเวลานี้ การให้การสนับสนุนทางจิตใจและการให้บริการด้าน สุขภาพจิตจึงเป็นสิ่งสำคัญเพื่อลดผลกระทบทางจิตใจที่อาจเกิดขึ้น เป็นส่วนหนึ่งของการรักษาโรค ซึมเศร้าที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งส่วนใหญ่แล้วนั้นจะประกอบไปด้วยการจัดการทางสุขภาพจิต และการ ใช้ยาเพื่อการปรับปรุงสารสื่อประสาทในสมอง ซึ่งเป็นเครื่องมือที่สำคัญในกระบวนการนี้ การรักษา จึงควรอย่างยิ่งที่จะได้รับคำปรึกษาจากแพทย์หรือจิตแพทย์ที่มีประสบการณ์

สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 นี้ ได้แก่: 1.ความไม่แน่นอนเกี่ยวกับอนาคต เนื่องจากการระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อทุก ด้านของชีวิต ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา ทำให้ผู้คนรู้สึกไม่มั่นคงและกังวลเกี่ยวกับ อนาคต 2.ความเครียดจากมาตรการควบคุมโรคโควิด-19 เช่น การกักตัว การเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) และการจำกัดการเดินทางหรือการปิดเมือง (Lockdown) ทำให้ผู้คนรู้สึกเหงา โดดเดี่ยว เบื่อหน่าย และเครียด 3.การสูญเสียงานหรือรายได้ เนื่องจากผลกระทบทางเศรษฐกิจจาก โรคโควิด-19 (Hfocus, 2023)

ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 ผลกระทบที่น่าสนใจ คือ ช่วง วัยผู้ใหญ่ตอนต้น หรือบุคคลที่มีอายุระหว่าง 15-34 ปี มีอาการของโรคซึมเศร้าเพิ่มขึ้นอย่างโดดเด่น ในสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 สาเหตุเกิดจากหลายอย่าง เช่น การหางานทำไม่ได้ รู้สึก เหงา โดดเดี่ยว การที่ไม่สามารถทำกิจกรรมที่เคยชอบ การที่ไม่ได้เจอกลุ่มเพื่อน ต้องปรับวิถีการใช้ ชีวิตที่แตกต่างจากเดิม ความเครียดต่อการกลัวติดเชื้อโรคระบาด สภาพเศรษฐกิจที่ตกต่ำ เป็นต้น ทั้งหมดส่งผลต่อโรคซึมเศร้า จากการป้องกันหรือลดการแพร่ระบาดของเชื้อด้วยวิธีการหลายแบบ เช่น การใส่หน้ากาก การแยกอยู่ห่าง นโยบายและแนวทางการป้องกันเหล่านี้ส่งผลกระทบลหลายด้าน

เช่น ทำให้ต้องทำงานหรือเรียนอยู่ที่บ้าน ทำให้ขาดการพบปะเจอหน้าคนอื่น ไม่ได้ทำกิจกรรมนอกบ้าน อย่างเช่นการไปเทศกาลต่าง ๆ หรือกิจกรรมอื่น ๆ ที่ทำเป็นประจำ การมีรายได้ลดลงหรือต้องออกจากงาน หางานไม่ได้ เศรษฐกิจไม่ดี (ปราณี ปวีณชนา, 2564) โดยกรมสุขภาพจิตระบุไว้ว่า สาเหตุสำคัญที่การระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อระบบแรงจูงใจให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตซึ่งมี 4 สาเหตุสำคัญไว้ดังนี้ 1. โรคที่เกิดขึ้นอย่างฉับพลันและการแพร่ระบาดอย่างรวดเร็ว 2. คนทุกกลุ่มทั่วโลกจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตใหม่ 3. ขาดการทำกิจกรรมพบปะสังสรรค์ และ 4. เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจ ปัญหาทางการเงินในระดับครอบครัวและระดับประเทศ ซึ่งการศึกษาพบว่า ระยะแรกของการระบาด ประชาชนจะมีความเครียดสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด แล้วลดลงทีละน้อย แม้ยังอยู่ในช่วงการระบาด หมายความว่าสุขภาพจิตคนเรามีความยืดหยุ่น และฟื้นตัวกลับสู่สภาวะเดิมได้ หรือนักจิตวิทยาเรียกว่า ระบบภูมิคุ้มกันด้านจิตวิทยา (Psychological Immune System) ซึ่งเป็นความสามารถในกระบวนการคิดที่ทำให้เกิดการฟื้นฟูสุขภาพจิต ถึงแม้จะกำลังตกอยู่ในสถานการณ์ลำบาก แต่ถึงอย่างนั้นก็ต้องเข้าใจว่า เมื่อระยะเวลาในการระบาดเกิดขึ้นยาวนานเกือบ 2 ปี ทำให้เกิดปัญหาที่ยากต่อการฟื้นฟู ซึ่งมี 3 ข้อ ได้แก่ 1. เกิดความรู้สึกเจ็บปวดที่ดำเนินต่อเนื่องยาวนานเกินไป 2. มีการสูญเสียคนรัก สมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนฝูง 3. ปัญหาด้านการเงินที่รุนแรงมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต, 2564)

เมื่อก้าวถึงปัญหาด้านการเงินของการระบาดในสถานการณ์โควิด-19 ได้มีผลกระทบต่อตลาดแรงงานทั่วโลก ซึ่งส่งผลกระทบต่อทั้งการจ้างงาน รายได้ และสภาพเศรษฐกิจทั่วไป การจ้างงานในภาพรวมมีแนวโน้มลดลงทั่วโลกอย่างเห็นได้ชัด เนื่องจากมาตรการการปิดเมือง การจำกัดการเดินทางและกิจกรรมทางเศรษฐกิจเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด-19 โดยที่ตลาดแรงงานประเทศไทยได้รับผลกระทบจากการระบาดของโรคโควิด-19 อย่างชัดเจนในไตรมาสที่ 2 ของปี 2563 จากจำนวนผู้ว่างงานในเดือนกรกฎาคม ปรับตัวเพิ่มสูงถึงร้อยละ 2 หรือ 7.45 แสนคน เมื่อเทียบกับช่วงเวลาเดียวกันในปีก่อนหน้า ซึ่งจากทั้ง 3 กลุ่ม ภาคเกษตร ภาคการผลิต ภาคบริการ แรงงานภาคบริการ และโดยเฉพาะในกลุ่มธุรกิจการท่องเที่ยวเป็นกลุ่มที่ได้รับผลกระทบเป็นวงกว้างมากที่สุด เช่น บริการที่พักแรม ร้านอาหาร ขนส่งสาธารณะ เป็นต้น (กิริยา กุลกลการ, อนันต์ ภาวสุทธิ ไพสิฐ, และศุทธาภา นพวิญญวงศ์, 2563)

ในปี ค.ศ.2023 จากการศึกษางานวิจัยจากวารสารการแพทย์เดอะแลนเซต (The Lancet) จากต่างประเทศซึ่งเป็นวารสารการแพทย์ที่ได้รับการยอมรับในระดับสากลได้รายงานว่ามีผู้ป่วยโรคโควิดกำเริบเพิ่มขึ้นถึง 76 ล้านราย และผู้ป่วยโรคซึมเศร้าเพิ่มขึ้นถึง 53 ล้านราย มีการเพิ่มขึ้นของโรคโควิดกำเริบถึงร้อยละ 26 และโรคซึมเศร้าถึงร้อยละ 28 โดยส่วนมากผู้หญิงได้รับผลกระทบมากกว่าผู้ชายในการระบาดของโรคโควิด (Lancet, 2021)

จากการศึกษารายงานภาวะสังคมไทย ในข้อมูลของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้ระบุว่า โรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายจากปัญหาสุขภาพจิตมีอัตราเพิ่มขึ้น จำนวนผู้ป่วยโรคซึมเศร้าในปี ค.ศ.2020 เพิ่มขึ้นเป็น 355,537 คน และในปี ค.ศ.2021 เพิ่มขึ้นเป็น 358,267 คน และอัตราการฆ่าตัวตายในปี ค.ศ.2021 อยู่ที่ 7.38 รายต่อประชากรแสนคน เพิ่มขึ้นจากช่วงปี ค.ศ.2004 - 2020 ที่อยู่ในระดับ 5 - 6 รายต่อประชากรแสนคน (Lancet, 2021) ข้อมูลนี้เป็นสัญญาณเตือนถึงปัญหาสุขภาพจิตที่มีการเพิ่มขึ้นในสังคม และประเทศไทยการต้องการการดูแลและสนับสนุนเพิ่มเติมในทางที่เหมาะสม และเนื่องจากอัตราการฆ่าตัวตายที่สำเร็จในประเทศไทยมีแนวโน้มที่สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เกินค่าเป้าหมายของกรมสุขภาพจิต ซึ่งข้อมูลจากระบบรายงานการเฝ้าระวังฆ่าตัวตายกรณีฆ่าตัวตายสำเร็จ (รง 506 S) ระบุว่า การวิเคราะห์เปรียบเทียบอัตราพยายามฆ่าตัวตายเฉพาะกลุ่มอายุพบว่ากลุ่มช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงานมีอัตราพยายามฆ่าตัวตายสูงกว่า ถึง 224.34 ต่อแสนประชากร และการฆ่าตัวตายส่วนใหญ่พบได้ในผู้หญิงที่ร้อยละ 73.2 ก่อนลงมือพยายามฆ่าตัวตายพบสัญญาณเตือนเพียง ร้อยละ 11.6 (ศูนย์เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์, 2566)

ผลจากการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลและการติดตามการฆ่าตัวตายในคนไทยพบว่า มีปัจจัยหลายปัจจัยที่มีอิทธิพลในกระบวนการฆ่าตัวตาย และการฆ่าตัวตายของบุคคลในแต่ละครั้งนั้น จะเกิดขึ้นเมื่อมีเงื่อนไขครบ 5 เงื่อนไขสำคัญ ได้แก่: 1.บุคคลนั้นต้องมีปัจจัยเสี่ยง (Risk Factors) ที่นำไปฆ่าตัวตายได้มากกว่าคนทั่วไป 2.มีสิ่งกระตุ้น (Trigger) หรือ ปัจจัยกระตุ้น (Precipitating Factors) ให้คิดและกระทำฆ่าตัวตาย 3.เข้าถึงวัสดุอุปกรณ์และสถานที่ที่ใช้ฆ่าตัวตายได้ง่าย 4.การเฝ้าระวังป้องกันล้มเหลว และ 5.บุคคลนั้นมีปัจจัยปกป้อง (Protective Factors) ที่อ่อนแอ (ศูนย์เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์, 2566) ซึ่งการทราบเงื่อนไขเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยในการพัฒนาและดำเนินการบางอย่างที่สามารถลดการเกิดการฆ่าตัวตายในสังคมได้

การหาแนวทางการช่วยเหลือ และการสังเกตตัวเองหรือคนรอบข้างเพื่อวิเคราะห์ เพื่อเป้าหมายในการรักษาโรคซึมเศร้าที่จะนำไปสู่การฆ่าตัวตายในสังคม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของเกณฑ์ทางการแพทย์ที่แพทย์ใช้ในการวินิจฉัยโรคซึมเศร้า สามารถทำได้โดยสังเกตจากอาการข้อสำรวจ 9 ข้อต่อไปนี้เป็นที่: 1.มีการเปลี่ยนแปลงทางความคิด มักมีความคิดด้านลบ รู้สึกสิ้นหวัง รู้สึกเศร้า เบื่อ ท้อแท้ หรือหงุดหงิดอย่างต่อเนื่อง 2.มีการเปลี่ยนแปลงทางการเรียนรู้หรือการทำงาน เลิกสนใจสิ่งที่เคยชอบมาก หรือไม่อยากทำสิ่งที่เคยชอบทำ ไม่สนใจสิ่งแวดล้อม 3.พฤติกรรมการกินเปลี่ยนไป กินมากไป กินน้อยไป จนทำให้น้ำหนักขึ้น หรือลงผิดปกติ 4.จากที่เคยหลับง่ายก็หลับยากขึ้น หรือไม่ก็นอนมากเกินไป 5.มีอาการกระวนกระวาย โกรธง่าย หรือเฉื่อยชาที่แสดงออกให้เห็นชัด 6.รู้สึกหมดเรี่ยวแรง ไม่มีพลัง ไม่อยากลุกขึ้นมาทำอะไรเลย 7.รู้สึกไร้ค่า หรือรู้สึกผิด โทษตัวเองในทุกเรื่อง 8. ไม่มีสมาธิในการทำสิ่งต่าง ๆ มีปัญหาเรื่องการคิด หรือตัดสินใจ 9.คิดถึงความตาย หรืออยากตาย หรืออยากฆ่าตัวตาย ซึ่งหากมีอาการตามเกณฑ์ดังกล่าว 5 ข้อขึ้นไป โดยต้องมีข้อ 1. หรือข้อ 2. หรือทั้งสองข้อรวมกันอยู่ด้วย หากอาการ 5 ใน 9 ข้อดังกล่าวเป็นยาวนานติดต่อกันเกินกว่า 2 สัปดาห์ ควรปรึกษาจิตแพทย์เพื่อวินิจฉัยและหาแนวทางการรักษา (โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ, 2560)

แอนิเมชัน 3 มิติ (3D Animation) เป็นภาพเคลื่อนไหวที่มองเห็นแบบ 3 มิติ โดยเห็นทั้งความสูง ความกว้างและความลึก (วิจิตา แอนิเมชัน, 2564) สามารถนำมาเป็นเครื่องมือนำเสนอที่ทำให้สามารถเข้าถึงได้ง่ายมากขึ้น ด้วยการนำเสนอรวมถึงความสวยงามในรูปแบบของภาพ 3 มิติ กับเนื้อหาที่มีความสำคัญเพื่อเพิ่มให้มีความน่าสนใจและเข้าถึงง่ายมากขึ้น รวมถึงช่วยในการอธิบายเรื่องที่ค่อนข้างซับซ้อน หรือยากที่จะเข้าใจให้กลายเป็นเรื่องง่ายขึ้นอย่างการให้ข้อมูลทางการแพทย์ จิตวิทยาเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า โดยการใช้ภาพที่เคลื่อนไหวภาพ สี และแสงเงาที่สื่ออารมณ์เพื่อเพิ่มความเชื่อมโยง ซึ่งการสร้างตัวละครที่เรียบง่ายทำให้สามารถช่วยให้ผู้ชมเข้าถึงได้ง่าย ซึ่งเป็นการสะท้อนประเด็นที่ต้องการสื่อถึงในความเป็นจริงได้ เนื่องจากแอนิเมชันเป็นเครื่องมือที่ทำให้ผู้ชมสนใจมากกว่าการอ่านหนังสือ การบอกเล่าเรื่องราวผ่านทางตัวละครสมมติจะช่วยนำเสนอเรื่องราวที่ชัดเจนมากขึ้น

ในปัจจุบันภาษาอังกฤษได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตของคนไทย และคนทั่วโลกในทุกวันนี้ สื่อสารกันด้วยภาษาอังกฤษเป็นสากล ไม่ว่าจะเป็นการติดต่อสื่อสาร การใช้อินเทอร์เน็ต รายการทีวี หรือภาพยนตร์ การเขียน โปรแกรมคอมพิวเตอร์ หนังสือคู่มือทางด้านวิชาการ เป็นต้น ซึ่งภาษาอังกฤษได้เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันอย่างมากในปัจจุบัน การออกแบบแอนิเมชันที่ใช้

ภาษาอังกฤษเป็นหลัก จึงช่วยให้แอนิเมชันสามารถเข้าถึงได้ทั่วโลกโดยไม่จำกัดอยู่แค่ในประเทศ โดยการเผยแพร่ผลงานทางอินเทอร์เน็ตสามารถทำได้โดยรวดเร็วภายในไม่กี่นาทีหลังจากการสร้างเสร็จสมบูรณ์ จึงเป็นทางเลือกที่ดีสำหรับการกระจายผลงานให้กับผู้ชม รวมถึงจำกัดการเข้าถึงให้เพียงบางกลุ่มเท่านั้น เนื่องจากเนื้อหาของแอนิเมชันเป็นการสื่อสารผลงานเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจถึงสุขภาพจิต เพื่อส่งเสริมการให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสม เนื้อหาจึงอาจมีความรุนแรงทางกายหรือจิตใจโดยไม่สามารถหลีกเลี่ยง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อจิตใจสำหรับผู้รับชมบางคนได้ ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นต้องมีการจำกัดอายุในการเข้าถึงเนื้อหากฎหมายเกี่ยวกับภาพยนตร์และสื่อทั่วไปให้มีอายุอยู่ที่ 18 ปีขึ้นไปเท่านั้น จากมาตรฐานการเตือนเนื้อหาบางประเภท (Trigger Warnings) เป็นการช่วยป้องกันสภาพจิตใจ (Patta.pond, 2021) ซึ่งการแบ่งปันผลงาน หรือการเผยแพร่ผลงานทางอินเทอร์เน็ตการใช้ภาษาอังกฤษเป็นหลักจึงช่วยเพิ่มโอกาสการแสดงผลงานให้กับชุมชนสากลถึงแม้จะถูกจำกัดในเรื่องของอายุ และสามารถมองว่าเป็นการช่วยในการพัฒนาทักษะในการใช้ภาษาอังกฤษของคนในประเทศได้อีกด้วย ซึ่งการใช้ภาษาอังกฤษเป็นภาษาหลักในการสร้างแอนิเมชันเพื่อมีข้อได้เปรียบในเรื่องของความราบรื่นและความสะดวกสบายในการสื่อสารกับเครื่องมือและแพลตฟอร์มต่าง ๆ ที่รองรับการทำงานด้วยภาษาอังกฤษ

จากการศึกษาความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ผู้วิจัยได้เลือกที่จะออกแบบงานในรูปแบบแอนิเมชัน 3 มิติเป็นสื่อหลักที่จะสร้างขึ้นเพื่อถ่ายทอดแนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยาในสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งเป็นปัญหาที่เจอในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นในสถานการณ์โรคโควิด-19 ที่เป็นกลุ่มอายุที่มีการฆ่าตัวตายสูงสุดจากการศึกษา โดยถ่ายทอดสาเหตุและความรู้แก่บุคคลทั่วไป เนื้อหาเป็นการสื่อสารผลงานเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจถึงสุขภาพจิต เพื่อส่งเสริมการให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสม เนื้อหาจึงอาจมีความรุนแรงทางกายหรือจิตใจโดยไม่สามารถหลีกเลี่ยง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อจิตใจสำหรับผู้รับชมบางคนได้ ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นต้องมีการจำกัดอายุในการเข้าถึงเนื้อหากฎหมายเกี่ยวกับภาพยนตร์และสื่อทั่วไป จากมาตรฐานการเตือนเนื้อหาบางประเภท (Trigger Warnings) เป็นการช่วยป้องกันสภาพจิตใจ ทั้งนี้การทำแอนิเมชันเรื่องนี้ได้ใช้เครื่องมือการสร้างโปรแกรมและแพลตฟอร์มต่าง ๆ ทั้งหมดที่รองรับการทำงานด้วยภาษาอังกฤษ จึงใช้ภาษาอังกฤษเป็นหลักเพื่อความราบรื่นของผลงาน เนื้อหาของแอนิเมชันทั้งหมดมีองค์ประกอบเกร็ดเนื้อหาที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับ 1.ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 2.สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 3.สาเหตุสำคัญที่การระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อที่รุนแรงจนก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต 4.ปัญหาที่ยากต่อการฟื้นฟูสุขภาพจิตในสถานการณ์แพร่ระบาด

โรคโควิด-19 5.ปัจจัยเงื่อนไขที่มีอิทธิพลในกระบวนการฆ่าตัวตาย 6.อาการข้อสำรวจ การวินิจฉัยโรคซึมเศร้า 9 ข้อจากเกณฑ์ทางการแพทย์ และเพื่อความถูกต้องและเหมาะสมต่อการเผยแพร่เนื้อหาทั้งหมดจะได้รับการปรึกษาจากอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญจิตแพทย์จากสาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช ซึ่งการออกแบบแอนิเมชันนี้นำเสนอผลงานโดยมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้รับชมตระหนักได้ว่าสุขภาพจิตเป็นเรื่องสำคัญอย่างหนึ่ง ที่สมควรได้รับการดูแลหรือการช่วยเหลือที่เหมาะสม และตระหนักถึงผลกระทบที่ตามมาของสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่เพิ่มขึ้นมากจนเป็นตัวเลขที่สังคมควรเข้าใจ รับรู้ สังเกต และให้ความช่วยเหลือผู้คนรอบข้างเพิ่มมากขึ้น ผู้วิจัยจึงอยากที่จะทำการส่งเสริมความเข้าใจหัวข้อสุขภาพจิต เพื่อให้ผู้รับชมรับรู้ต่อประเด็นปัญหาในด้านนี้ โดยหวังว่าผู้รับชมได้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาสุขภาพจิตได้มากขึ้น

1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาการทำแอนิเมชัน 3 มิติ เสริมสร้างความเข้าใจบุคคลที่ประสบภาวะซึมเศร้า ในการระบาดของโรคโควิด-19

1.2.2 เพื่อออกแบบและสร้างสรรค์แอนิเมชัน 3 มิติ ที่สามารถส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19

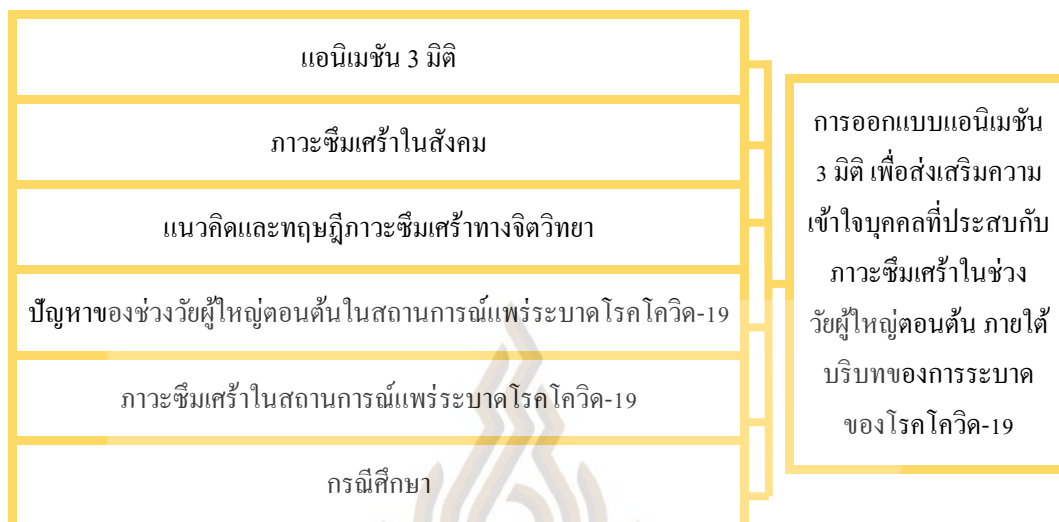
1.3 คำถามการวิจัย

1.3.1 การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ จะสามารถส่งเสริมให้บุคคลทั่วไปมีเข้าใจต่อผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นต่อสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 ได้หรือไม่

1.3.2 การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ จะสามารถทำให้ผู้คนตระหนักถึงการเกิดปัญหาสุขภาพจิตที่เพิ่มขึ้นมากจากผลกระทบที่ตามมาของการระบาดของโรคโควิด-19 หรือไม่

1.3.3 การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ จะสามารถเป็นสื่อถ่ายทอดความรู้แนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยาที่ถูกต้องให้แก่บุคคลทั่วไปให้รับรู้ เพื่อสังเกตและให้ความช่วยเหลือผู้คนรอบข้างที่มีภาวะซึมเศร้าได้มากขึ้นหรือไม่

1.4 กรอบแนวคิดการวิจัย



รูปที่ 1.1 กรอบแนวคิด

1.5 นิยามศัพท์

แอนิเมชัน 3 มิติ หมายถึง รูปแบบของภาพเคลื่อนไหวที่สร้างขึ้น โดยใช้เทคโนโลยี 3 มิติ เพื่อให้ภาพมีลักษณะสามมิติ ซึ่งคือ ความสูง ความกว้าง และความลึก

โรคโควิด-19 หมายถึง โรคติดต่อ ซึ่งเกิดจากไวรัสโคโรนาเป็นไวรัสในวงศ์ใหญ่ที่เป็นสาเหตุของโรคทั้งในสัตว์และคน ในคนนั้น ไวรัสโคโรนาหลายสายพันธุ์ทำให้เกิดโรคระบบทางเดินหายใจตั้งแต่โรคหวัดธรรมดาจนถึงโรคที่มีอาการรุนแรง

การเตือนเนื้อหาบางประเภท (Trigger Warnings) หมายถึง การเตือนล่วงหน้าของเนื้อหาจากสื่อบางประเภท ซึ่งมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้บริโภคข้อมูลรู้ว่าเนื้อหาอาจมีความรุนแรงหรือไม่เหมาะสมกับบุคคลบางราย ซึ่งเป็นประโยชน์หรือสัญลักษณ์ที่ถูกลำมาใช้เพื่อเตือนผู้อ่านหรือผู้ชมถึงเนื้อหาที่อาจมีความรุนแรง

ช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น หมายถึง บุคคลที่มีอายุระหว่าง 15-34 ปี ซึ่งในวิจัยฉบับนี้จำกัดความว่าช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นเพื่อความกระชับของบทความ

บทที่ 2

ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 แอนิเมชัน 3 มิติ

2.1.1 ความหมายของแอนิเมชัน 3 มิติ

แอนิเมชัน 3 มิติ คือ กระบวนการที่ใช้คอมพิวเตอร์ในการนำวัตถุดิจิทัลมาสร้างขึ้นมาให้มีลักษณะเคลื่อนไหวและเป็นจริงมีชีวิตขึ้น โดยการสร้างภาพลวงตาบนหน้าจอ 2 มิติ เพื่อให้เห็นว่าวัตถุนั้นกำลังเคลื่อนที่ผ่านพื้นที่ 3 มิติ โดยการสร้างภาพลวงตาบนหน้าจอ 2 มิติ มีจุดประสงค์เลียนแบบหลักการของโลก 3 มิติ หรือโลกความเป็นจริงที่สามารถมองเห็นวัตถุได้ทุกด้าน แบบ 360 องศา (The Upwork Team, 2021) เป็นภาพเคลื่อนไหวที่มองเห็นแบบ 3 มิติ ได้แก่เห็นทั้งความสูง ความกว้างและความลึก ทำให้เกิดความสมจริงมากกว่าภาพ 2 มิติ (วิธิตา แอนิเมชัน, 2564)

แอนิเมชัน หมายถึง การสร้างภาพเคลื่อนไหวโดยการฉายภาพนิ่งหลาย ๆ ภาพต่อเนื่องกันด้วยความเร็วสูง โดยหลักการแล้วไม่ว่าจะสร้างภาพ หรือเฟรมด้วยวิธีใดก็ตาม เมื่อนำภาพดังกล่าวมาฉายต่อกันด้วยความเร็ว ตั้งแต่ 16 เฟรมต่อวินาทีขึ้นไป เราจะเห็นเหมือนว่า ภาพดังกล่าวเคลื่อนไหวได้ต่อเนื่องกัน (Mario Kewdang, 2018)

2.1.2 การประยุกต์ใช้แอนิเมชัน 3 มิติ

แอนิเมชัน 3 มิติ ส่วนใหญ่จะเห็นได้ในการ์ตูนแอนิเมชัน ทางทีวีหรือภาพยนตร์และสื่อโฆษณา ในปัจจุบันมีการนำแอนิเมชัน 3 มิติ (3D Animation) มาประยุกต์ใช้กับธุรกิจหลากหลายประเภทมากขึ้น เช่น การนำไปประยุกต์เข้ากับอุตสาหกรรมการผลิต การก่อสร้าง การเขียนแบบ การออกแบบ และงานด้านการนำเสนอ (Presentation) เช่น นำเสนอรูปแบบการจัดงานแสดงสินค้า การนำเสนอโครงการบ้านจัดสรร การนำเสนอผลิตภัณฑ์ตัวอย่าง หรือ การนำแอนิเมชัน 3 มิติมาประยุกต์กับการผลิตเกมส์ 3 มิติ เป็นต้น ซึ่งเป็นสื่อทางเลือกที่เข้าถึงได้ง่ายและน่าสนใจ สามารถประยุกต์ใช้ได้หลายลักษณะได้ (วิธิตา แอนิเมชัน, 2564)

2.1.3 ความเป็นมาของแอนิเมชัน 3 มิติ

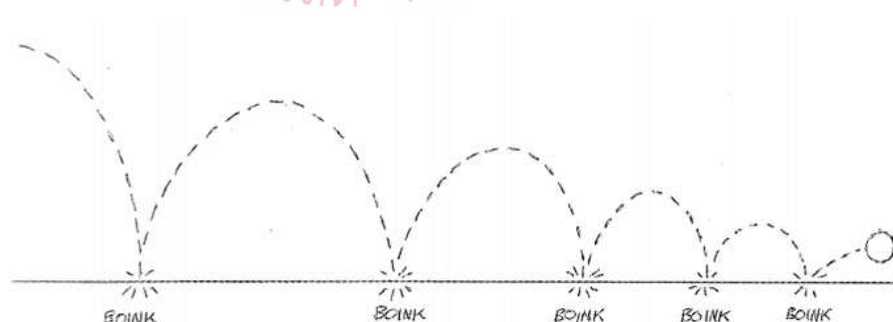
คำว่า ‘แอนิเมชัน’ มีที่มาจากคำกรีก ‘แอนิเม’ (Anima) และภาษาฝรั่งเศส ‘แอนิเม’ (Anime) ซึ่งมีความหมายว่า ทำให้มีชีวิต แอนิเมชัน หรือ ภาพเคลื่อนไหว หรือ ภาพการ์ตูนที่เคลื่อนไหวได้ คือการนำภาพนิ่งหลาย ๆ ภาพมาฉายต่อเนื่องกันด้วยความเร็วสูง ทำให้เกิดภาพลวงตาของการเคลื่อนไหวออกมา โดยปกติความเร็วของภาพเคลื่อนไหวจะฉายด้วยความเร็วที่ต่างกันขึ้นอยู่กับชนิดของการแสดงผล (วิธิตา แอนิเมชัน, 2564)

2.1.4 หลักพื้นฐานสำหรับการสร้างแอนิเมชัน

การสร้างแอนิเมชันมีหลักพื้นฐาน 12 ข้อ (12 Principles of Animation) ดังนี้

2.1.4.1 เวลา (Timing and Spacing)

เป็นความต่อเนื่องของภาพที่จะทำให้คนดูเข้าใจเหตุการณ์ และระยะเวลาที่เป็นจุดสำคัญในการดำเนินเรื่องเวลาความต่อเนื่อง (Mario Kewdang, 2018) การเคลื่อนไหวทุกอย่างมีระยะเวลาหรือความเร็วของตัวเอง อย่างเช่น การหยิบจับ เป็นต้น ระยะเวลาของการหยิบจับของขึ้นมาดูธรรมดา กับ การหยิบของแบบฉวยต้องต่างกันแน่นอน หรือการก้าวเดิน การก้าวแต่ละก้าว ด้วยความเร็วที่ต่างกันย่อมให้ความรู้สึกที่ต่างกัน ซึ่งในการสร้างภาพเคลื่อนไหว (Animate) เราจำเป็นต้องรู้ระยะเวลาของแต่ละท่าทางว่าใช้เวลากี่วินาที หรือ กี่เฟรม ซึ่งเรื่องนี้จะรู้ได้ด้วยการหมั่นสังเกต และอาจจะใช้อุปกรณ์เสริม (ทรูปลูกปัญญา, 2564)



รูปที่ 2.1 การสร้างภาพเคลื่อนไหว

ที่มา: Mario Kewdang, 2018

2.1.4.2 การหดตัว-การยืดตัว (Squash and Stretch)

หลักการนี้จะพูดถึงการเปลี่ยนแปลงมวลของวัตถุ (Object) ซึ่งในอนิเมชันนั้นไม่ได้หมายความว่า จะเปลี่ยนกับของแข็งไม่ได้ เราสามารถใช้หลักการการหดตัว (Squash) และการยืดตัว (Stretch) กับของแข็งได้ โดยการเปลี่ยนท่า (Pose) และการแสดง (Acting) ก็ได้ แต่ใจความสำคัญของการใส่ Squash และ Stretch ให้กับแอนิเมชันนั้นคือให้ “แค่รู้สึกแต่อย่าให้เห็น” เพื่อผลต่องานที่ต้องการให้เห็นการกระทำ (Action) หรือการเคลื่อนไหวในช่วงระยะเวลาหนึ่ง

2.1.4.3 ท่าทางการแสดง (Staging)

กระบวนการต่าง ๆ ที่ใช้เพื่อให้ผู้ชมเข้าใจและเกิดความสนใจในเรื่องราวที่กำลังเป็นการแสดง มันอาจหมายถึงการจัดวางตามสถานที่, การเคลื่อนไหวและพฤติกรรม การใช้แสงและเสียง หรือแม้กระทั่งการใช้วัสดุเครื่องประดับต่าง ๆ ในการสร้างบรรยากาศและรายละเอียดที่มีผลต่อการเข้าใจของผู้ชมในเรื่อง

2.1.4.4 ท่าเตรียม (Anticipation)

การคาดการณ์หรือคาดเดาเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เป็นการเตรียมตัวและแสดงให้เห็นว่าสิ่งนั้น ๆ กำลังจะทำอะไร เคลื่อนไหวอย่างไร หรือเคลื่อนไหวไปทิศทางไหน การตั้งท่าจะทำให้ผู้ชมสามารถคาดการณ์การเคลื่อนไหวอะไรต่อจากนี้

2.1.4.5 การตามหลังและการแสดงซ้อนทับ (Follow Through and Overlapping Action)

การตามหลัง คือการสร้างการเคลื่อนไหวที่สมบูรณ์แบบโดยให้วัตถุหรือตัวละครยังคงเคลื่อนไหวหลังจากที่การเคลื่อนไหวหลักได้สิ้นสุดลง ตัวอย่างเช่น เมื่อตัวละครกระโดดแล้วตกลงบนพื้น อาจมีการแสดงถึงการเคลื่อนไหวที่ตัวละครยังคงเกร็งหรือเคลื่อนไหวอย่างเบาบางเพื่อแสดงถึงการหยุดลงอย่างเรียบร้อย

การแสดงซ้อนทับ เป็นการทำให้การเคลื่อนไหวของส่วนต่าง ๆ ของตัวละครหรือวัตถุมีการเคลื่อนไหวแยกกันในเวลาที่แตกต่างกัน ตัวอย่าง เช่น เมื่อตัวละครเคลื่อนไหวไปทางซ้าย มืออาจเคลื่อนไหวไปทางขวา หรือผมอาจเคลื่อนไหวก่อนอื่น เพื่อแสดงถึงการเคลื่อนไหวที่ไม่เป็นเชิงเส้นตรงของส่วนต่าง ๆ ของตัวละครหรือวัตถุในเวลาเดียวกัน

2.1.4.6 การเคลื่อนที่เป็นเส้นโค้ง (Arcs)

การเคลื่อนที่เป็นเส้นโค้ง หมายถึงการเคลื่อนที่ของวัตถุหรือตัวละครที่เกิดขึ้นตามเส้นโค้งหรือรูปร่างโค้งโดยส่วนใหญ่จะเป็นเส้นโค้งที่ต่อเนื่อง โดยมักจะสร้างขึ้นจากการเคลื่อนที่แบบธรรมชาติของวัตถุหรือตัวละคร ช่วยให้การเคลื่อนที่ดูสมจริงและมีชีวิตชีวามากขึ้น

2.1.4.7 การกระทำที่เกินจริง (Exaggeration)

การเพิ่มความชัดเจนหรือความเป็นจริงของการกระทำ เช่น ท่าโพส การแสดงออกของท่าทาง การแสดงอารมณ์ที่เหนือจริง การเพิ่มขนาดของวัตถุหรือตัวละครให้ใหญ่ขึ้นหรือเล็กลง เพิ่มความเร็วในการเคลื่อนที่ การเพิ่มสีสันทัน

2.1.4.8 อัตราเร็วและอัตราเร่ง (Ease In and Out)

ในกฎของฟิสิกส์ เมื่อโยนลูกบอลขึ้นไปในอากาศ จังหวะแรกที่ปล่อยลูกบอลไปมีอัตราเร็วสูงสุด ซึ่งลูกบอลยังไม่ขึ้นตำแหน่งสูงสุด ลูกบอลจะค่อย ๆ ลดความเร็ว จนเหลืออัตราเร็วเป็นศูนย์ ซึ่งก็คือ ลูกบอลอยู่สูงสุด จากนั้นลูกบอลก็จะตกลงมา โดยแรงโน้มถ่วง จะเห็นได้ว่าช่วงจังหวะที่ลูกบอลวิ่งขึ้นไปบนอากาศ แต่ละวินาทีที่ผ่านไป จะวิ่งไปในระยะทางที่ไม่เท่ากัน หรือถ้าให้ใกล้ตัวหน่อย ก็สังเกตแขนของคนเดินไปมา จังหวะที่แขนเคลื่อนที่ไปข้างหน้าสุด หรือข้างหลังสุด แขนจะเคลื่อนที่ช้าลง เรื่องของ อัตราเร็วและอัตราเร่งจะช่วยอย่างมากในเรื่องของการบอกน้ำหนักของส่วนต่าง ๆ หรือเรื่องของแรงเหวี่ยง (ทรูปลูกปัญญา, 2564)

2.1.4.9 การกระทำรอง (Secondary Action)

คือส่วนที่แสดงเข้าไปเสริมการแสดงหลัก เพื่อให้งานดูมีชีวิตแต่การเล่าเรื่องต้องไม่เปลี่ยนไป เป็นการกระทำที่เกิดขึ้นพร้อมกับการกระทำหลักในฉาก แต่มักจะไม่ได้เป็นเหตุผลหลักหรือเป้าหมายในฉาก การกระทำรองมักเป็นการสร้างความเชื่อมโยงเพิ่มเติมระหว่างตัวละครหรือวัตถุกับสถานการณ์หรือบรรยากาศในฉาก

2.1.4.10 ลักษณะบุคลิก (Personality)

การสร้างบุคลิกและนิสัย สร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวละครหรือลักษณะเฉพาะที่แตกต่างกันของบุคคลหรือตัวละคร ซึ่งส่วนหนึ่งของลักษณะบุคลิกเกี่ยวข้องกับทางจิตใจและพฤติกรรมที่เป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลหรือตัวคนั้น

2.1.4.11 การเคลื่อนไหวแบบตรงไปข้างหน้า และแบบโพสต์ต่อโพสต์ (Straight Ahead and Pose to Pose)

การเคลื่อนไหวแบบตรงไปข้างหน้า คือการสร้างการเคลื่อนไหวโดยการวาดภาพต่อไปจากภาพก่อนหน้าโดยไม่มีการวาดเฟรมช่วงกลาง ซึ่งหมายถึงการสร้างภาพทุกเฟรมตามลำดับ โดยไม่มีการวาดเฟรมช่วงกลาง

การเคลื่อนไหวแบบโพสต์ต่อโพสต์ คือการสร้างการเคลื่อนไหวโดยกำหนดเฟรมคีย์ (Keyframes) หรือภาพเฟรมที่สำคัญก่อนแล้วจึงสร้างเฟรมช่วงกลาง (In-Between Frames) เพื่อระบุการเคลื่อนไหวระหว่างเฟรมคีย์

2.1.4.12 เส้นห้ของตัวละคร (Appeal)

เส้นห้ของตัวละคร คุณลักษณะที่ทำให้ผู้ชมรู้สึกถึงความสนใจ มีความน่าดึงดูดในด้านใด ๆ หรือ สิ่งต่าง ๆ

2.1.5 เทคนิคกรีนสกรีน (Green Screen)

การใช้เทคนิคกรีนสกรีน (Green Screen) หรือเรียกว่าโครมาคีย์ (Chroma Key) เป็นเทคนิคในการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ในการลบพื้นหลังกรีนสกรีนนั้นออกและแทนที่ด้วยภาพหรือวิดีโออื่น ๆ ที่ต้องการ (Charles Yeager & Steven Bernstein, 2022)

2.1.6 เทคนิคฟิสิกส์ซิมูเลชัน (Simulation)

ซิมูเลชัน คือ การจำลองการกระทำของวัตถุหรือสถานการณ์ที่สมจริง ในที่นี้หมายถึงเทคนิคฟิสิกส์ในโปรแกรมเบรนเดอร์ (Blender) การจำลองการเคลื่อนไหวของวัตถุช่วยให้สามารถสร้างฉากที่สมจริงได้มากขึ้นในหลาย ๆ ส่วน เช่น การไหลของน้ำ ฝน ฟ้า เป็นต้น ประกอบไปด้วยการจำลองเคลื่อนที่ของของเหลว การจำลองความเข้มข้นของควัน การจำลองการกระทำของฟ้า การจำลองการกระทำของเส้นผม การจำลองกระทำของวัตถุ เช่น การตกลง การล้ม หรือการชนกันระหว่างวัตถุ การจำลองเหล่านี้ช่วยให้สามารถสร้างภาพเคลื่อนไหวที่มีความสมจริงและน่าสนใจขึ้น และเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการสร้างฉากที่มีความสมจริง (Laurie Jones, 2021)

2.2 ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสังคม

จากการศึกษาข้อมูลจากรายงานภาวะสังคมไทยที่ถูกเผยแพร่โดยสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สรุปได้ว่า โรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายจากปัญหาสุขภาพจิตมีอัตราการเพิ่มขึ้นในประเทศไทย โดยข้อมูลจากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขระบุว่าจำนวนผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ในปี พ.ศ.2564 มีอยู่ทั้งหมด 358,267 คน และอัตราการฆ่าตัวตายในปีเดียวกันอยู่ที่ 7.38 รายต่อประชากรแสนคน ซึ่งมีการเพิ่มขึ้นจากที่เคยมีในช่วงปี พ.ศ.2547 - พ.ศ.2563 ที่อยู่ในระดับ 5 - 6 รายต่อประชากรแสนคน (Hfocus, 2023)

เป็นที่น่าสังเกตว่ากลุ่มอายุที่มีการฆ่าตัวตายสูงสุดคือกลุ่มอายุ 15 - 34 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงานตอนต้น โดยมีปัจจัยหลัก คือ ปัญหาเรื่องความสัมพันธ์กับคนใกล้ชิดหรือคนในครอบครัว ในสถานที่ทำงาน หรือในโรงเรียน รวมทั้งภาวะป่วยกายหรือใจเรื้อรัง การใช้สุราและสารเสพติด และภาวะเครียดจากผลกระทบทางเศรษฐกิจ (Hfocus, 2023)

ข้อมูลจากสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ในปี พ.ศ.2564 มีจำนวน 120,510 สาย ระบุถึงสาเหตุหลักของการโทรปรึกษาสาเหตุ 3 อันดับแรกในการโทรปรึกษา คือ เครียดวิตกกังวลร้อยละ 52 ผู้ป่วยจิตเวชเดิมร้อยละ 38 และผู้มีความคิดฆ่าตัวตายร้อยละ 21 ขณะที่การประเมินสุขภาพจิตของกรมสุขภาพจิต มีผู้ตอบแบบประเมิน 1.4 ล้านคน โดยพบภาวะเสี่ยงซึมเศร้ามากที่สุด รองลงมาเป็นเครียดสูง และเสี่ยงฆ่าตัวตาย (Hfocus, 2023)

อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จของประเทศไทยสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องและเกินกว่าค่าเป้าหมายวิสัยทัศน์กรมสุขภาพจิต ในระยะ 3 ปีของในระหว่างปี พ.ศ. 2563 - พ.ศ.2565 ซึ่งกำหนดอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จไม่เกิน 6.3 ต่อแสนคน ล่าสุดปี พ.ศ 2564 อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จยังเพิ่มสูงขึ้นเป็น 7.38 ต่อแสนคน (กรมสุขภาพจิต, 2564) โดยปัจจัยของการฆ่าตัวตาย จากการติดตามวิเคราะห์ข้อมูลและสังเกตการฆ่าตัวตายในคนไทยพบว่า การฆ่าตัวตายในบุคคลแต่ละครั้งนั้นจะเกิดขึ้นเมื่อมีครบ 5 เงื่อนไขสำคัญ ได้แก่ 1.บุคคลนั้นต้องมีปัจจัยเสี่ยง (Risk Factors) ที่นำไปฆ่าตัวตายได้มากกว่าคนทั่วไป 2.มีสิ่งกระตุ้น (Trigger) หรือ ปัจจัยกระตุ้น (Precipitating Factors) ให้คิดและกระทำฆ่าตัวตาย 3.เข้าถึงวัสดุอุปกรณ์และสถานที่ที่ใช้ฆ่าตัวตายได้ง่าย 4.การเฝ้าระวังป้องกันล้มเหลว และ 5.บุคคลนั้นมีปัจจัยปกป้อง (Protective Factors) ที่อ่อนแอ (ศูนย์เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์, 2566)

โรคซึมเศร้าเกิดจากความผิดปกติของสมองในส่วนที่มีผลกระทบต่อความคิด อารมณ์ ความรู้สึก พฤติกรรม รวมถึงสุขภาพทางกาย โรคนี้สามารถกระทบต่อชีวิตประจำวันของผู้ป่วย ได้มาก เมื่อพูดถึงโรคซึมเศร้า ส่วนมากผู้คนมักจะเชื่อว่าเป็นเพียงอาการ หรือสภาพจิตใจที่เปลี่ยนไป จึงคิดว่าโรคซึมเศร้าเกิดจากความผิดหวัง หรือการได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจและ บางครั้งอาจมองว่าสามารถรักษาหรือแก้ไขได้ด้วยการให้กำลังใจเท่านั้น ในความเป็นจริงโรค ซึมเศร้าเกิดจากความไม่สมดุลของสารสื่อประสาท 3 ชนิด คือ ซีโรโตนิน นอร์เอปิเนเฟริน และ โดปามีน จึงจำเป็นต้องได้รับการรักษาจากจิตแพทย์ เนื่องจากการบำบัดจะต้องทำอย่างถูกวิธี และ บางครั้งอาจต้องใช้ยาในการรักษาไปด้วย (โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ, 2560) การเข้าใจถึง รากฐานของโรคซึมเศร้านี้ช่วยให้คนทั่วไปเข้าใจว่ามันไม่ใช่เพียงแค่ความผิดหวัง หรือการกระทบ ทางจิตใจ แต่มีพื้นฐานทางสารสื่อประสาทที่มีผลกระทบทั้งทางจิตและทางกาย การได้รับความ ช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญทางจิตเวช เช่น จิตแพทย์ นักจิตวิทยา หรือนักบำบัดจิตอาจเป็นส่วนสำคัญ ในการรักษาโรคนี้

การสังเกตตัวเองหรือคนรอบข้างที่เข้าข่ายโรคซึมเศร้าเป็นสิ่งสำคัญเพื่อการรับรู้และการ ช่วยเสริมสร้างสุขภาพจิตในท่าที่ร่างกายและจิตใจของบุคคลนั้น โดยสามารถสังเกตจากข้อสำรวจ 9 ข้อ ด้วยเกณฑ์ที่แพทย์ใช้ในการวินิจฉัยโรคซึมเศร้า ได้แก่ 1.มีการเปลี่ยนแปลงทางความคิด มักมีความคิดด้านลบ รู้สึกสิ้นหวัง รู้สึกเศร้า เมื่อ ท้อแท้ หรือหงุดหงิดอย่างต่อเนื่อง 2.มีการ เปลี่ยนแปลงทางการเรียนรู้หรือการทำงาน เลิกสนใจสิ่งที่เคยชอบมาก ๆ หรือไม่อยากทำสิ่งที่เคย ชอบทำ ไม่สนใจสิ่งแวดล้อม 3.พฤติกรรมการกินเปลี่ยนไป กินมากไป กินน้อยไป จนทำให้น้ำหนัก ขึ้น หรือลงผิดปกติ 4.จากที่เคยหลับง่ายก็หลับยากขึ้น หรือไม่ก็นอนมากเกินไป 5.มีอาการ กระวนกระวาย โกรธง่าย หรือเฉื่อยชาที่แสดงออกให้เห็นชัด 6.รู้สึกหมดเรี่ยวแรง ไม่มีพลัง ไม่อยาก ลุกขึ้นมาทำอะไรเลย 7.รู้สึกไร้ค่า หรือรู้สึกผิด โทษตัวเองในทุก ๆ เรื่อง 8. ไม่มีสมาธิในการทำสิ่ง ต่าง ๆ มีปัญหาเรื่องการคิด หรือตัดสินใจ 9.คิดถึงความตาย หรืออยากตาย หรืออยากฆ่าตัวตาย บ่อย ๆ ซึ่งหากมีอาการ 5 ข้อขึ้นไป โดยต้องมีข้อ 1. หรือข้อ 2. หรือทั้งคู่ร่วมกันอยู่ด้วย หากอาการ 5 ใน 9 ข้อดังกล่าวเป็นยาวนานติดต่อกันเกินกว่า 2 สัปดาห์ ก็เข้าข่ายเสี่ยง ควรปรึกษาจิตแพทย์ เพื่อ วิเคราะห์ และหาแนวทางแก้ไขหรือรักษาต่อไป (โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ, 2560)

ข้อมูลจากระบบรายงานการเฝ้าระวังฆ่าตัวตายกรณีฆ่าตัวตายสำเร็จ (รง 506 S) แสดงให้ เห็นถึงความแตกต่างในอัตราพยายามฆ่าตัวตายระหว่างกลุ่มอายุ โดยพบว่ากลุ่มวัยรุ่นหรือนักศึกษา มีอัตราพยายามฆ่าตัวตายสูงที่สุดที่ 224.34 ต่อแสนประชากร ในขณะที่กลุ่มวัยทำงานมีอัตราที่ต่ำลง

อยู่ที่ 45.24 ต่อแสนประชากร ส่วนใหญ่ของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายเป็นผู้หญิงร้อยละ 73.2 และนักเรียนนักศึกษาร้อยละ 44.6 (ศูนย์เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์, 2566)

วิธีการที่พบว่าถูกใช้มักเป็นการกินยาเกินขนาดร้อยละ 59.5 โดยทำให้เห็นถึงความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นในการละเมิดยาหรือสารพิษ รองลงมาคือการใช้ของมีคมร้อยละ 9.3 และการผูกคอ ร้อยละ 8.5 นอกจากนี้ พบว่าร้อยละ 11.6 ของผู้พยายามฆ่าตัวตายได้มีสัญญาณเตือนก่อนที่จะกระทำการ (ศูนย์เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์, 2566)

จากการศึกษาวิจัยจากต่างประเทศของวารสารเดอะแลนเซต (The Lancet) ซึ่งเป็นวารสารการแพทย์ที่ได้รับการยอมรับในระดับสากล พบว่ามีผู้ป่วยโรคซึมเศร้าเพิ่มขึ้นถึง 53 ล้านราย ซึ่งแสดงถึงการเพิ่มขึ้นของโรคซึมเศร้า 28% โดยทั่วไปแล้วผู้หญิงได้รับผลกระทบมากกว่าผู้ชายในการระบาดของโรคโควิด การปิดโรงเรียนและวิทยาลัยทำให้การเรียนการสอนเปลี่ยนไปเป็นรูปแบบออนไลน์ ซึ่งมีผลต่อปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน ทำให้มีปัญหาหลายอย่างที่เกิดขึ้นจากการเรียนออนไลน์ และมีผลกระทบต่อสุขภาพจิต ทำให้มีความเครียดเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ การดูแลและควมรับผิดชอบภายในบ้านมักจะเป็นหน้าที่หลักของฝ่ายหญิง ซึ่งมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้หญิงที่ต้องรับผิดชอบมากขึ้นในบ้าน สร้างความเครียดและมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตอย่างรุนแรง (Lancet, 2021)

2.3 แนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยา

ภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาสุขภาพจิตที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ทุกช่วงวัย ภาวะซึมเศร้าหมายถึง ภาวะจิตใจที่ผิดปกติที่แสดงออกถึงความผิดปกติของอารมณ์ เช่น อารมณ์เศร้าหดหู่ ท้อแท้ หมดหวัง มองโลกในแง่ร้าย รู้สึกตนเองไม่มีคุณค่า มีความรู้สึกผิด ต่ำหนีดตนเอง ไม่มีความสุข ภาวะซึมเศร้าหากมีระดับรุนแรงขึ้นและไม่ได้รับการดูแลรักษา จะส่งผลให้บุคคลนั้นเป็นโรคซึมเศร้าได้ในที่สุด ซึ่งโรคซึมเศร้าเป็นโรคทางจิตเวช เป็นความผิดปกติของจิตใจ หากบุคคลที่มีภาวะซึมเศร้ารุนแรงหรือเป็นโรคซึมเศร้านี้ไม่ได้รับการดูแลรักษาอาจส่งผลเสียต่อการดำรงชีวิตและนำไปสู่การฆ่าตัวตายในที่สุด (ตฤติลา จำปาวัลย์, 2560)

เมื่อพูดถึงภาวะซึมเศร้า มักมีแนวคิดว่าเป็นเรื่องของอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ความผิดหวังหรือการสูญเสียที่มากมาย บางครั้งก็ถือว่าเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของทุกคน และมักถูกเข้าใจผิดมองว่าเป็นเพียงอารมณ์ทั่วไปที่มีกันในชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตามในบางครั้ง ถ้าอารมณ์เศร้าที่เกิดขึ้นนั้นเป็นอยู่นาน โดยไม่มีทีท่าว่าจะดีขึ้น หรือเป็นรุนแรง มีอาการเสริมเพิ่มขึ้น สามารถเป็น “โรค” ซึ่งเป็นความผิดปกติทางการแพทย์ จำเป็นต้องได้รับการดูแลรักษา ต่างจากภาวะอารมณ์เศร้าตามปกติธรรมดาที่ถ้าเหตุการณ์คลี่คลายลง หรือมีคนเข้าใจเห็นใจ อารมณ์เศร้านี้ก็อาจหายได้ ผู้ที่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้านอกจากมีอาการเสริมร่วมกับอาการเสริมแล้ว การทำงานหรือการประกอบกิจวัตรประจำวันก็แย่ลง จนถูกเพ่งเล็ง เรียกว่าตัวโรค ทำให้การประกอบกิจวัตรประจำวันบกพร่องลง หากจะเปรียบกับโรคทางร่างกายก็สามารถทำได้ ดังนั้น การเป็นโรคซึมเศร้าไม่ได้หมายความว่า ผู้ที่เป็นเป็นคนอ่อนแอ คิดมาก หรือเป็นคนไม่สู้ปัญหา เอาแต่ท้อแท้ แต่ที่เขาเป็นนั้นเป็นเพราะตัวโรค กล่าวได้ว่าถ้าได้รับการรักษาที่ถูกต้องเหมาะสม โรคก็จะทุเลาลง เขาก็จะกลับมาเป็นผู้ที่จิตใจแจ่มใส พร้อมจะทำกิจวัตรได้ดังเดิม ผู้ที่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้าจะมีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมค่อนข้างมาก การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญจะเป็นในด้านอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด มีพฤติกรรมร่วมกับอาการทางร่างกาย ปัจจุบันแนวคิดเกี่ยวกับสาเหตุของโรคซึมเศร้านั้น เชื่อกันว่าสัมพันธ์กับหลายปัจจัย ทั้งจากด้านกรรมพันธุ์ การพลัดพรากจากพ่อแม่ในวัยเด็ก การพัฒนาการของจิตใจ รวมถึงปัจจัยทางชีวภาพ เช่น การเปลี่ยนแปลงของระดับสารเคมีในสมองบางตัว เป็นต้น (มาโนช หล่อตระกูล, 2565)

2.4 ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19

ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ทุกเรื่องที่เป็นผลกระทบจากโควิด-19 ทำให้เกิดความเครียด ซึ่งส่งผลเสียต่อสุขภาพจิตอย่างมาก บางคนที่มีการเจ็บป่วยทางจิตใจอยู่แล้วก็มีผลกระทบโดยมีอาการป่วยรุนแรงขึ้น หรือคนปกติเมื่อต้องทนกับความกดดันเป็นระยะเวลาหนึ่งจะป่วยเป็นโรคทางจิตเวชตามมาได้ มีงานวิจัยจากหลายประเทศที่ศึกษาเรื่องผลกระทบจากโรคโควิดที่มีความสัมพันธ์กับการเจ็บป่วยทางด้านจิตใจ ผลลัพธ์ที่น่าสนใจ คือ ช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น หรืออายุ 18-25 ปี มีอาการของโรคซึมเศร้าเพิ่มขึ้นมากในการระบาดของโควิด สาเหตุที่เพิ่มขึ้นนั้นมีหลายปัจจัย เช่น หางานทำไม่ได้ ความรู้สึกโดดเดี่ยว เคว้ง ไม่สามารถทำกิจกรรมที่เคยชอบ ไม่ได้เจอกลุ่มเพื่อน ทุกคนต้องปรับวิถีการใช้ชีวิตที่แตกต่างจากเดิมมาก เพื่อป้องกันหรือลดการแพร่ระบาดของเชื้อด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การใส่หน้ากาก ล้างมือบ่อย ๆ การแยกอยู่ห่าง นโยบายเหล่านี้ส่งผลกระทบลหลายด้านและทำให้มีการสูญเสียเกิดขึ้น เช่น ต้องทำงานหรือ

เรียนอยู่ที่บ้าน ขาดการพบปะเจอหน้าคนอื่น ไม่ได้ทำสิ่งที่ควรจะได้ทำ อย่างประเพณี เทศกาล กิจกรรมที่ทำเป็นประจำ มีรายได้ลดลงหรือต้องออกจากงาน หางานไม่ได้ เศรษฐกิจไม่ดี (ปรานี ปวีณนา, 2564)

มาตรการปิดเมืองและการกักตัวที่นำมาเพื่อลดการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ได้มีผลกระทบทางจิตวิทยาที่สำคัญ โดยทั้งในช่วงก่อนสถานการณ์แพร่ระบาดและในช่วงที่เกิดสถานการณ์แพร่ระบาดมีการพบว่าผู้ที่โดนกักตัวมักมีอาการผิดปกติทางจิตเพิ่มขึ้น เช่น ความวุ่นวายทางอารมณ์ ความกลัว วิดกกังวลใจ ซึมเศร้า โมโหง่าย นอนไม่หลับ และมีภาวะป่วยทางจิตจากเหตุการณ์รุนแรง งานวิจัยจากหลายประเทศที่ได้ทำการปิดเมือง เช่น สหราชอาณาจักร ญี่ปุ่น อิตาลี และสวีเดน ก็พบปัญหาสุขภาพจิตเพิ่มมากขึ้นในช่วงการปิดเมือง ผู้คนมีอาการวิตกกังวล ซึมเศร้า มีความคิดจะฆ่าตัวตาย หรือการใช้สารเสพติดมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเปราะบาง และคนหนุ่มสาว ซึ่งจากข้อมูลการประเมินสุขภาพจิตของคนไทยโดยกรมสุขภาพจิตในช่วงที่มีการแพร่ระบาดพบว่า อัตราความเสี่ยงด้านสุขภาพจิตของผู้ที่เข้ารับการคัดกรองมีความสอดคล้องกับภาพสถานการณ์ในต่างประเทศ (บุญธิดา เสงี่ยมเนตร, 2564)

สาเหตุสำคัญที่การระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อรุนแรงจนก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต ไชมอน เฟรเซอร์ (Simon Fraser) ประธานด้านสุขภาพจิตและสุขภาพในช่วงการระบาดของโควิด-19 ในประเทศแคนาดาของวารสารเดอะแลนเซต (The Lancet) อธิบายถึง 4 สาเหตุสำคัญไว้ดังนี้ 1.การอนุมัติของโรคที่เกิดขึ้นอย่างฉับพลันและการแพร่ระบาดอย่างรวดเร็ว 2.คนทุกกลุ่มทั่วโลกจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตใหม่ทั้งหมด 3.ขาดการทำกิจกรรมพบปะสังสรรค์กันเหมือนเคย และ 4.เกิดความสูญเสียทั้งทางเศรษฐกิจ ก่อปัญหาทางการเงินในระดับครอบครัวและระดับประเทศ ซึ่งการศึกษางานวิจัยเกือบ 1,000 ฉบับจากกลุ่มตัวอย่างนับแสนคนจากเกือบ 100 ประเทศทั่วโลกครอบคลุมหัวข้อวิจัยเกี่ยวกับ โรควิดกกังวล ซึมเศร้า การฆ่าตัวตาย และความพึงพอใจในการใช้ชีวิต พบว่าระยะแรกของการระบาด ประชาชนจะมีความเครียดสูงซึ่งเห็นได้ชัด แล้วค่อย ๆ ลดลงแม้ยังอยู่ในช่วงการระบาด นั่นคือคนเรามีความยืดหยุ่นและฟื้นตัวกลับสู่สภาวะเดิมได้หรือนักจิตวิทยาเรียกว่า ระบบภูมิคุ้มกันด้านจิตวิทยา (Psychological Immune System) ซึ่งเป็นความสามารถในกระบวนการคิดที่จะนำพาเราไปสู่ทางออก แม้ขณะตกอยู่ในสถานการณ์ลำบาก แต่ก็ต้องยอมรับว่าเมื่อระยะเวลาในการระบาดเกิดขึ้นยาวนานเกือบ 2 ปี ทำให้เกิดปัญหาแบบ “ซึมลึก” ใน 3 ข้อหลัก ๆ ได้แก่ 1.เกิดความรู้สึกเจ็บปวดที่ดำเนินต่อเนื่องยาวนาน 2.มีการสูญเสียคนรัก

สมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนฝูง 3.ปัญหาด้านการเงินที่ทวีความรุนแรงมากขึ้น (กรมสุขภาพจิต, 2564)

2.5 ปัญหาของช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงานในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19

ผลกระทบของโควิด-19 ต่อการจ้างงานมีความเห็นได้ชัดเจนทั่วโลก โดยมีแนวโน้มของการลดลงของการจ้างงานทั้งในภาคการผลิตและภาคบริการนี้เป็นผลจากมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่รวมถึงการจำกัดการเดินทางและกิจกรรมทางเศรษฐกิจเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด-19 ในส่วนทางด้านประเทศไทย โดยขณะที่ตลาดแรงงานเริ่มได้รับผลกระทบจากการระบาดของโควิด-19 อย่างชัดเจนในไตรมาสที่ 2 ของปี 2563 จากจำนวนผู้ว่างงานในเดือนกรกฎาคม มีการปรับตัวเพิ่มขึ้นสูงถึงร้อยละ 2 หรือประมาณ 7.45 แสนคน เมื่อเทียบกับช่วงเวลาเดียวกันในปีก่อน แรงงานภาคบริการเป็นกลุ่มที่ได้รับผลกระทบมากที่สุด จากทั้ง 3 กลุ่มภาคเกษตร ภาคการผลิต และภาคบริการ โดยเฉพาะในกลุ่มธุรกิจ การท่องเที่ยว เช่น บริการพักรม ร้านอาหารขนส่งสาธารณะ เป็นต้น (กิริยา กุลกลการ, อนันต์ ภาวสุทธิไพศิฐ และศุทธภา นพวิญญวงษ์, 2563)

จากการศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าในสังคม แนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยา ปัญหาของช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดและทฤษฎีทั้งหมดมาสร้างสรรค์เป็นสื่อแอนิเมชัน 3 มิติที่เป็นสื่อช่วยให้เกิดความน่าสนใจเพื่อเป็น เป็นสื่อในการถ่ายทอดแนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยาช่วยส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจต่อผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า เนื่องจากสถิติที่มากขึ้นจากการระบาดของโรคโควิด-19 เพื่อให้ผู้รับชมได้ตระหนักถึงปัญหาภาวะซึมเศร้าที่รับการแก้ไขน้อยในสังคม ให้มีการช่วยเหลือผู้ที่มีภาวะซึมเศร้ามากขึ้น ผ่านการเรียบเรียงการสังเกตอาการทางจิตด้วยเกณฑ์ที่แพทย์ใช้ในการวินิจฉัยโรคซึมเศร้ารวมถึงเงื่อนไขสำคัญในปัจจัยของการฆ่าตัวตาย

2.6 กรณีศึกษา จากละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลาสต์ออฟอุส (The Last of Us) โดย Craig Mazin และ Neil Druckmann ทางสื่อสังคมออนไลน์ เอชบีโอ (HBO)

จากการศึกษาละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลาสต์ออฟอุส (The Last of Us) โดย Craig Mazin และ Neil Druckmann ทางสื่อสังคมออนไลน์ เอชบีโอ (HBO) เรื่องย่อของ เดอะลาสต์ออฟอุส (The Last of Us) เกี่ยวกับหลังวันสิ้นโลกของอเมริกา 20 ปีต่อมา หลังจากเกิดการระบาดใหญ่ของเชื้อราจากการกลายพันธุ์ของเชื้อราในสกุล ถังเช่า (Cordyceps) ซึ่งเกิดการระบาดไปทั่วโลก โจเอล ชายผู้รอดชีวิตที่มีจิตใจด้านชา ได้รับว่าจ้างให้พาตัวเอลลี เด็กหญิงวัย 14 ปี ออกจากเขตกักกันโรคที่มีการควบคุม (Craig Pearson, 2023) ซึ่งละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลาสต์ออฟอุส มีการนำเสนอเรื่องราวในสถานการณ์ที่มีความคล้ายคลึงกับสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 แสดงให้เห็นถึงการกักกันเชื้อโรคและบรรยากาศในรูปแบบของเชื้อโรคที่แพร่กระจาย สื่ออารมณ์ถ่ายทอดออกมาได้อย่างน่าสนใจ สามารถนำรูปแบบบรรยากาศมาปรับใช้กับการระบาดของโรคโควิด-19 ในส่วนของบรรยากาศ จาก พื้นหลัง แสงโดยรวม เสียงประกอบ รูปแบบการเริ่มต้นของการนำเสนอเรื่อง โดยการใช้การเดินโตของเชื้อที่สามารถนำมาปรับใช้ได้



รูปที่ 2.2 รูปแบบบรรยากาศ จากละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลาสต์ออฟอุส (The Last of Us)

ที่มา: Paul, 2023

2.7 กรณีศึกษา จากสื่อวิดีโอเรื่อง แด่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น โดยสำนักข่าวเดอะ สแตนดาร์ด (The Standard) ทางสื่อสังคมออนไลน์ ยูทูป (YouTube)

จากการศึกษาสื่อวิดีโอเรื่อง แด่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น โดยสำนักข่าวเดอะ สแตนดาร์ด (The Standard) ได้นำเสนอเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมอาสาสมัครในช่วงวิกฤติของโรคโควิด-19 ที่มุ่งเสนอความช่วยเหลือแก่ผู้ป่วยโควิด-19 ในชุมชน ได้มีการเล่าเรื่องราวของอาสาสมัครคนหนึ่งที่ได้พบประสบการณ์ความสูญเสียและความเศร้าใจ ในเนื้อหานี้มีการพูดถึงการสูญเสียคนรักที่เป็นความทรงจำในใจของอาสาสมัคร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสะท้อนและเตือนให้คนรับรู้ ให้คำแนะนำ และเน้นความไม่ประมาทในสังคม (The Standard, 2022) ผลลัพธ์จากสื่อนี้ช่วยให้เห็นภาพรวมของสถานการณ์โควิด-19 โดยสรุปจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เนื่องจากมีรูปแบบการเล่าเรื่องที่สามารถนำมาปรับใช้เป็นกรณีศึกษาด้านรูปแบบการเล่าเรื่อง มีรูปแบบนำเสนอข้อมูลและรายงานเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นการเผยแพร่ข้อมูลในสังคม



รูปที่ 2.3 แสดงภาพจากเรื่องแแต่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น

ที่มา: The Standard, 2022

2.8 กรณีศึกษา จากสื่อวิดีโอเรื่อง DMH Animation / Depression [โรคซึมเศร้า] โดย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ทางสื่อสังคมออนไลน์ ยูทูป (YouTube)

จากการศึกษาสื่อวิดีโอเรื่อง DMH Animation / Depression [โรคซึมเศร้า] โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ภาพยนตร์แอนิเมชัน 2 มิติ นำเสนอปัญหาด้านสุขภาพจิต อาการที่พบได้บ่อย ปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหา การดูแลรักษาเบื้องต้น และการป้องกันปัญหาในระยะยาว (กรมสุขภาพจิต, 2564) โดยมีการสื่อสารบรรยายที่เข้าใจง่าย ทันสมัย สามารถนำมาใช้เป็นกรณีศึกษาได้ในเรื่องของ รูปแบบการบรรยายข้อมูลสุขภาพจิตให้ชัดเจน เข้าใจง่าย และตรงประเด็น โดยนำมาปรับใช้เป็นรูปแบบ 3 มิติที่เป็นเนื้อเรื่องมากขึ้น และอยู่ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค



รูปที่ 2.4 แสดงภาพจากสื่อวิดีโอเรื่อง DMH Animation / Depression [โรคซึมเศร้า]

ที่มา: กรมสุขภาพจิต, 2564

2.9 กรณีศึกษา จากสื่อวิดีโอต่างประเทศเรื่อง This Is How Depression Feels โดย Psych2Go ทางสื่อสังคมออนไลน์ ยูทูป (YouTube)

จากการศึกษาสื่อวิดีโอต่างประเทศเรื่อง This Is How Depression Feels โดย Psych2Go เป็นแอนิเมชัน 2 มิติ ต่างประเทศที่บรรยายในรูปแบบภาษาอังกฤษ ซึ่งมีการนำเสนอรูปแบบการอธิบายที่เป็นสากล (Psych2Go, 2022) สามารถนำมาปรับใช้ในส่วนของการใช้ภาษาและรูปแบบการ

อธิบายด้วยภาษาอังกฤษเพื่อเป็นสื่อแอนิเมชัน 3 มิติที่เป็นสากลมากยิ่งขึ้น รวมถึงการอธิบายโดยใช้คำบรรยายข้อความประกอบเพื่อใช้ขยายความได้ดี แต่นำมาปรับใช้ในรูปแบบการแบ่งปันเรื่องราวของตัวละครในการแพร่ระบาดโควิดมากกว่าการอธิบายเรื่องโรค



รูปที่ 2.5 แสดงภาพจากสื่อวิดีโอต่างประเทศเรื่อง This Is How Depression Feels

ที่มา: Psych2Go, 2022

2.10 กรณีศึกษา จากเกมสมมติบทบาท ไลน์อลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV) โดยบริษัทสแควร์เอนิกซ์ (Square Enix) ทางเครื่องเล่นเกมเพลย์สเตชัน 4 , เอกซ์บอกซ์ วัน, ไมโครซอฟท์ วินโดวส์ และ สตาเดีย

จากการศึกษาเกมสมมติบทบาท ไลน์อลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV) โดยบริษัทสแควร์เอนิกซ์ (Square Enix) เป็นเกม 3 มิติ ประเภทหนึ่งที่มีผู้เล่นสมมุติบทบาทเป็นตัวละครหนึ่งในเกม โดยเล่นตามกฎกติกาของเกมผ่านการป้อนคำสั่งและเลือกเงื่อนไขที่เกมกำหนดมา โดยผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะแตกต่างกัน ตามเงื่อนไขที่เลือก โดยเป็นเกมที่มีเนื้อเรื่องกล่าวถึงราชาอาณาจักรลูซิส ดินแดนครอบครองคริสตัลสุดท้ายที่เป็นชุมพลังอำนาจของโลก ไลน์อลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV) มียอดขายถึง 5 ล้านชุด (เฉพาะแบบดิจิทัลนอกญี่ปุ่น) ในวันแรกที่วางจำหน่าย มีภาพกราฟิกที่มีความละเอียดสูงถึงสมจริง (Semi Realistic) ช่วยเสริมให้โลกของเกมดูสมจริงและมีชีวิตชีวา ตัวละครในเกมมีการออกแบบอย่างละเอียด มีการสร้างลวดลายที่สวยงามและมีน้ำหนักในการเคลื่อนไหวที่เป็น

เอกลักษณ์ เกมมีการออกแบบโลกและพื้นที่ที่มีความหลากหลายและสวยงาม มีท้องทะเล ทุ่งเขา และเมืองที่มีการสร้างแสงและเงาที่สมจริง (Square Enix, 2018) สามารถนำมาปรับใช้ในส่วนของการออกแบบตัวละคร ในสื่อแอนิเมชัน 3 มิติให้มีคุณภาพสูงหรือเทียบเท่า



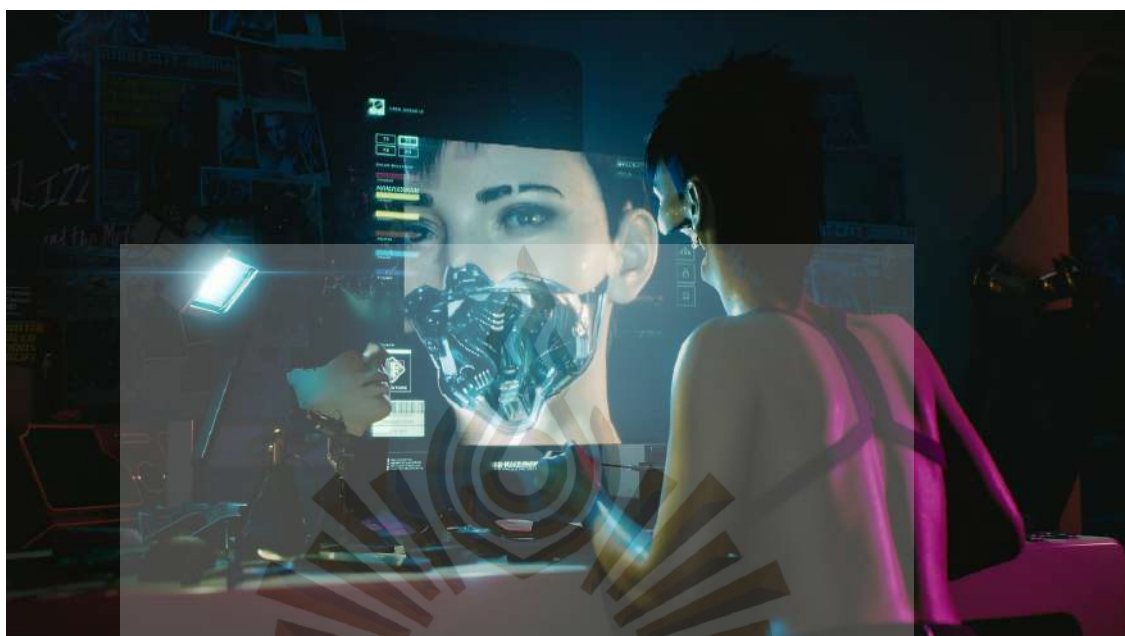
รูปที่ 2.6 แสดงภาพจากจากเกมสมมติบทบาท ฟินอลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV)

ที่มา: Andrew Reiner, 2016

2.11 กรณีศึกษา จากเกมสมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) โดย CD Projekt ทางเครื่องเล่นเกมเพลย์สเตชัน 4 , เอกซ์บอกซ์ วัน, ไมโครซอฟท์ วินโดวส์ และ สตาเดีย

จากการศึกษาเกมสมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) โดย CD Projekt เป็นเกม 3 มิติ เป็นวิดีโอเกมแนวเล่นตามบทบาท โดยตัวเกมเป็นรูปแบบเกมโอเพ่นเวิลด์ (Open World) ที่มีทกภูมิภาคที่แตกต่างกันในมุมมองบุคคลที่หนึ่ง ตัวเกมได้รับคำชมจากนักวิจารณ์ในเรื่องของการเล่าเรื่อง ฉาก และกราฟิก เป็นเกมที่เน้นในกราฟิกที่มีคุณภาพสูงและเป็นที่ยอมรับในวงการเกม เสนอบรรยากาศในโลกที่เต็มไปด้วยแสงสว่างและเงาในเมืองใหญ่ มีการใช้สีและแสงอย่างมีความสำคัญเพื่อสร้างบรรยากาศและประสบการณ์ที่หลากหลายให้กับผู้เล่น สี่ถูกใช้ในการแสดงอารมณ์และสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในเกม สีสนที่หลากหลายในเกมช่วยสร้างความหลากหลาย เช่นสีหมหรือองค์ประกอบอื่น ๆ (อิสรากรณ์ ผู้กฤตยาคามิ, 2565) และสามารถช่วยในการสร้างความตื่นเต้นหรือความกลัวให้กับผู้เล่นได้ และการใช้แสงในเกมช่วยเน้นเส้นทางของเรื่องราวและ

จุดสำคัญในฉาก แสงสว่างสามารถใช้เพื่อชักจูงสิ่งที่ต้องการให้ผู้เล่นสนใจ ซึ่งเป็นจุดที่สามารถนำมาปรับใช้ในส่วนของการกราฟิก เอกลักษณ์การจัดสีและแสงเงาภาพ ในสื่อแอนิเมชัน 3 มิติ



รูปที่ 2.7 แสดงภาพจากจากเกมสมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077)

ที่มา: Sony Interactive Entertainment, 2024

จากการศึกษาผลงาน ละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลาสต์ออฟอุส (The Last of Us) สื่อวิดีโอเรื่อง แด่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น สื่อวิดีโอเรื่อง DMH Animation / Depression [โรคซึมเศร้า] สื่อวิดีโอต่างประเทศเรื่อง This Is How Depression Feels เกมสมมติบทบาท ฟินอลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV) และเกมสมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) ผู้วิจัยจึงสนใจนำเอาเทคนิคบรรยากาศ ฉาก พื้นหลัง แสงโดยรวม เสียงประกอบ รูปแบบการเริ่มต้นของการนำเสนอเรื่องโดยใช้การเติบโตของเชื้อ รูปแบบนำเสนอข้อมูลและรายงานเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นการเผยแพร่ข้อมูลที่สำคัญในสังคม รูปแบบการบรรยายข้อมูลสุขภาพจิตให้ชัดเจน และรูปแบบการอธิบายที่เป็นสากลมาเป็นรูปแบบแนวทางปรับใช้กับ แอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง Stay Away เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19 โดยนำเสนอในรูปแบบข้อมูลและรายงานเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นสื่อในการถ่ายทอดปัญหาทางด้านสุขภาพจิต โดยหวังว่าผู้รับชมได้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาสุขภาพจิตได้มากขึ้นผ่านการเป็นแอนิเมชัน 3 มิติ

บทที่ 3

ระเบียบวิธีการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19” มีระเบียบวิธีการวิจัยดังนี้

- 3.1 ศึกษาข้อมูลและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 3.2 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย
- 3.3 ขั้นตอนเตรียมการผลิต (Pre-Production)
- 3.4 ขั้นตอนการผลิต (Production)
- 3.5 ขั้นตอนหลังการผลิต (Post-Production)
- 3.6 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.7 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.8 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 ศึกษาข้อมูลและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยเรื่อง “การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19” มีการศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ การศึกษาเกี่ยวกับแอนิเมชัน 3 มิติ การศึกษาเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าโดยละเอียด การศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยา การศึกษาเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 การศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบของโควิด-19 ต่อการจ้างงาน และกรณีศึกษาที่เกี่ยวข้องจากละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลอสต์ออฟอัส (The Last of Us) เกมสมมติบทบาท ฟินอลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV) และ เกมสมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) จึงนำข้อมูลมาดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

3.2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แอนิเมชัน 3 มิติและแบบประเมิน ซึ่งขั้นตอนในการออกแบบและสร้างสรรค์แอนิเมชันที่เป็นเครื่องมือในการวิจัยนี้สามารถแบ่งได้เป็น 3 ขั้นตอนหลักเช่นเดียวกับการสร้างสรรค์สื่อภาพยนตร์แอนิเมชันทั่วไป ได้แก่ ขั้นตอนเตรียมการผลิต (Pre-Production) ขั้นตอนการผลิต (Production) และขั้นตอนหลังการผลิต (Post-Production)

3.2.2 เครื่องมือที่ใช้ในสร้างแอนิเมชัน 3 มิติ

เครื่องมือที่ใช้ในสร้างแอนิเมชัน 3 มิติ โดยหลักแล้วใช้โปรแกรมเบลนเดอร์ (Blender) ในการสร้างภาพสามมิติทำแอนิเมชัน เนื่องจากเป็น โปรแกรมสร้างภาพ 3 มิติที่ใช้เวลาในการประมวลผลภาพน้อยกว่าโปรแกรมสร้างภาพ 3 มิติอื่น ๆ ทำให้สามารถควบคุมเวลาในการผลิตแอนิเมชันให้เหมาะสมและสอดคล้องกับระยะเวลาทำวิจัย และใช้โปรแกรมอื่น ๆ ร่วมด้วยในการสร้างผลงาน

3.3 ขั้นตอนเตรียมการผลิต (Pre-Production)

3.3.1 การสร้างแก่นของเรื่อง

งานวิจัยเรื่อง “การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19” นี้มีแก่นของเรื่องคือ ภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ต่อสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 โดยเล่าเรื่องผ่านตัวละครที่เป็นบุคคลธรรมดาในช่วงวัยที่เป็นรอยต่อระหว่างการศึกษาคู่การทำงานและอยู่ในช่วงเวลาที่เหตุการณ์โรคโควิด-19ระบาด ส่งผลให้ตัวละครหลักเกิดภาวะซึมเศร้า ซึ่งเนื้อหาทั้งหมดมีองค์ประกอบเกร็ดเนื้อหาตามที่ได้ศึกษามาข้างต้นดังนี้

- 1) ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19
- 2) สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19
- 3) สาเหตุสำคัญที่การระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อที่รุนแรงจนก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต
- 4) ปัญหาที่ยากต่อการฟื้นฟูสุขภาพจิตในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19
- 5) ปัจจัยเงื่อนไขที่มีอิทธิพลในกระบวนการฆ่าตัวตาย
- 6) อาการข้อสำรวจการวินิจฉัยโรคซึมเศร้า 9 ข้อจากเกณฑ์ทางการแพทย์

โดยองค์ประกอบเกร็ดเนื้อหาสอดแทรกอยู่ในทุกส่วนของเนื้อหาแอนิเมชันในรูปแบบต่าง ๆ ในบทภาพยนตร์แอนิเมชันสั้น เรื่อง Stay Away โดยเนื้อหาทั้งหมดจะได้รับการปรึกษาจากอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญจิตแพทย์จากสาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชเพื่อความถูกต้องและเหมาะสม

3.3.2 การเขียนบทภาพยนตร์แอนิเมชันสั้น เรื่อง Stay Away

บทภาพยนตร์แอนิเมชันสั้น เรื่อง Stay Away มีเนื้อหาออกแบบเพื่อส่งเสริมความเข้าใจซึ่งประกอบไปด้วยอาการผิดปกติของอารมณ์ ซึ่งส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม โรคซึมเศร้าเป็นภาวะอารมณ์เศร้าหมองที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งในที่นี้ผู้จัดทำได้เรียบเรียงอยู่ในรูปแบบ (ภาวะผิดปกติ) เพื่อง่ายต่อการเข้าใจในเนื้อเรื่อง โดยบทภาพยนตร์แอนิเมชันสั้น เรื่อง Stay Away มีดังนี้

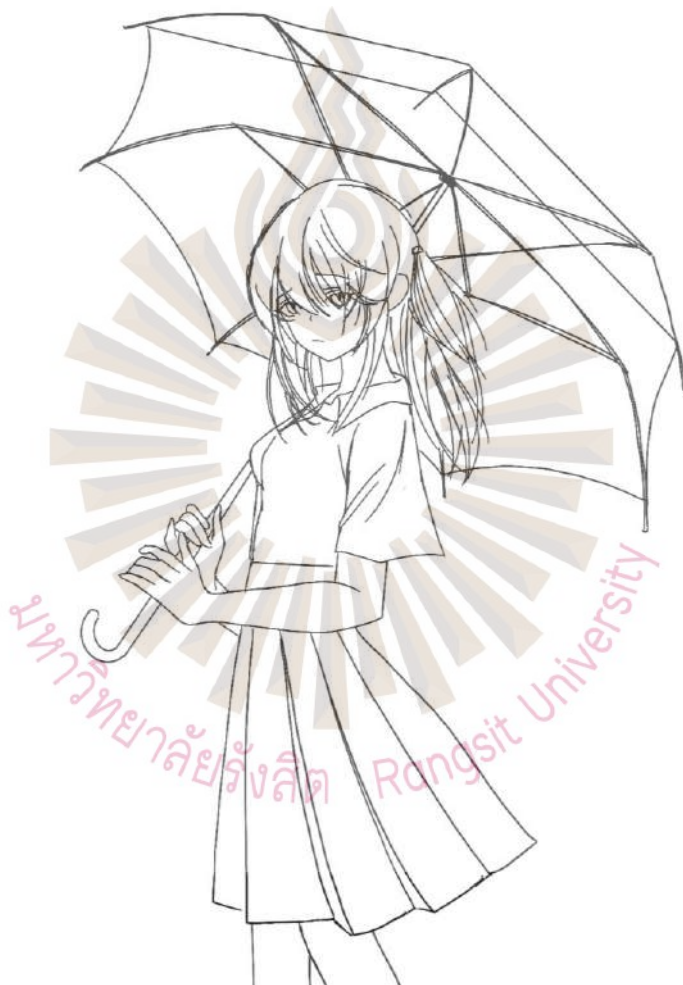
กลางดึกคืนหนึ่ง “แอน” หญิงสาวคนหนึ่งตื่นขึ้นมากลางดึกจากเสียงโทรศัพท์มือถือ เธอจ้วเจียตื่นขึ้นมาว่ามือถือที่ดับเสียงไป (ความห่างเหินอ้างว้าง) เธอยกมือถือขึ้นมาดู ข้อความของพี่สาวของเธอขึ้นมาบอกว่า แม่ของเธอป่วยหนัก กำลังไปที่โรงพยาบาล เธอโทรกลับแต่ไม่มีใครรับสายของเธอเพราะทุกคนกำลังยุ่งกับการนำตัวคุณแม่ส่งโรงพยาบาล พี่สาวของเธอได้ส่งข้อความให้เธอขอรื้อกลับบ้านให้เร็วที่สุด แต่เธอเลือกที่จะปฏิเสธ เนื่องจากเธอกำลังอยู่ในช่วงเวลาสำคัญของการจบการศึกษา (ความเสียใจของการตัดสินใจที่ผิดพลาด) หลังจากตื่นขึ้นกลางดึกความกังวลทำให้เธอนอนไม่หลับ (การนอนไม่หลับ) ลุกขึ้นมาทำงานที่ค้างไว้ (สภาพแวดล้อม) เธออดทนทำงานสุดท้ายของปี (ความเบื่อหน่าย) และมีความเหนื่อยล้าสะสมเธอมีความเป็นห่วงทางบ้านและเสียสมาธิในการทำงาน (ความเหนื่อยล้าสะสม ความอ่อนล้า ความวิตกกังวล)

เวลาผ่านไปถึงในตอนเช้าของวันสุดท้ายที่เธอต้องนำเสนองาน โพรเจกต์สุดท้ายของเธอ เธอมีอาการเหนื่อยง่าย เธอไปถึงมหาวิทยาลัยและรอการนำเสนอของเธออย่างเงียบ ๆ (เหนื่อยง่าย หรือไม่ค่อยมีแรง การไม่เข้าสังคม มีปัญหาด้านความสัมพันธ์) ในตอนนั้นที่เธอกำลังรอพี่สาวของเธอ ก็มีเหตุผลต้องติดต่อเธออย่างทันทีโดยไม่ได้ใครตรง ทำให้เกิดความผิดพลาดครั้งใหญ่ การที่พี่สาวแจ้งข่าวร้ายให้เธอในจังหวะเวลานั้น ทำให้เธอรู้สึกเหมือนเวลาโดยรอบหยุดลง ทุกอย่างที่เกิดขึ้นส่งผลให้งาน โพรเจกต์สุดท้ายของเธอล้มเหลว เธอได้รับการประเมินที่น้อยที่สุด (ความผิดพลาดในอดีต ไม่มีสมาธิ ทำอะไรช้าลง ไม่สามารถคิดหรือตัดสินใจ) แอนเดินเหม่อลอย เพื่อหาช่องทางกลับบ้านแต่ทุกอย่างเงียบสงัด พนักงานที่ดูแลสถานีขนส่งปิดหน้าต่างใส่หน้าเธอ และไล่เธอกลับบ้านเนื่องจากการเกิดโรคระบาดประเทศกำลังมีมาตรการปิดเมือง (Lockdown) เธอเสียใจมากและกลับไปที่พักเสียวรพพยาบาลที่ลอดผ่านหน้าต่างหลายคันทำให้เธอเครียดและวิตกกังวลมากขึ้น เธอมองรูปครอบครัวและนั่งร้องไห้อย่างโดดเดี่ยว (ความรู้สึกผิด ความอ่อนไหว ความโดดเดี่ยว ผลกระทบ)

หลายวันผ่านไปสุขภาพจิตของเธออยู่ในขั้นวิกฤต (เบื่ออาหาร คิดถึงเรื่องความตาย) พี่สาวของเธอไม่สามารถติดต่อเธอได้จึงส่งข้อความมาบ่อยครั้ง (หมดความสนใจหรือความสุขในการทำกิจกรรม การตีตัวออกห่าง) ทั้งเป็นห่วงเธอ รวมถึงเรื่องพ่อของเธอติดโรคระบาดเพราะดูแลแม่ของเธอก่อนจากไป (ความเครียด) ถึงแม้ว่าพี่สาวของเธอก็ไม่ได้รับรู้ว่าน้องสาวได้มีอาการทางจิตอยู่ในขั้นวิกฤต ความไม่รู้ของพี่สาวทำให้เธอปรึกษาเรื่องเงินกับน้องสาวที่ไม่สามารถช่วยเหลืออะไรได้ในตอนนี้เพราะการจบการศึกษาของน้องสาว มีคุณสมบัติไม่เพียงพอที่จะสามารถสมัครทำงานสถานการณ์โควิด-19 ที่มีการแข่งขันสูงได้ (ความเครียดสูง ความกดดัน ไม่มี ความเข้าใจจากคนรอบข้าง ปัญหาด้านการเงิน ความสิ้นหวัง) การขอร้องของพี่สาวเธอจุดชนวนให้เธอคิดว่าตนเองเป็นภาระความกดดันทั้งหมดทำให้เธอรู้สึกไร้ค่า เธอคิดถึงการตายของเธอ อาจช่วยลดภาระลงไปได้ และตัดสินใจวางแผนฆ่าตัวตาย (รู้สึกไร้ค่า รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง มีความคิดอยากตาย คิดทำร้ายตัวเอง) ซึ่งในทางที่สุดเธอก็ได้ตัดสินใจฆ่าตัวตาย แต่มีบุคคลหนึ่งได้ยื่นมือมาช่วยเหลือเธอเอาไว้ (ซึ่งไม่ได้กำหนดว่าเป็นใคร เพื่อข้อคิดที่ว่า ไม่ว่าคุณเป็นใคร ก็สามารถช่วยใครสักคนหนึ่งได้)

3.3.3 การออกแบบตัวละครและฉาก

การออกแบบตัวละครหญิงวัยรุ่นตอนปลายเข้าสู่วัยทำงานช่วงวัยประมาณ 15-34 ปี ในชุดนักศึกษาหญิงมหาวิทยาลัยรัฐบาลในประเทศไทยโดยทั่วไป การถือร่มเป็นคอนเซป (Concept) ที่หมายถึงการป้องกัน ในที่นี้คือการปกป้องจิตใจ



รูปที่ 3.1 ภาพร่างแรกการออกแบบตัวละครหลัก

ออกแบบตัวละครที่ดูมีความบอบบางทั้งร่างกายและจิตใจ ไม่เด็กหรือแก่จนเกินไป เพื่อให้สอดคล้องกับเนื้อเรื่อง



รูปที่ 3.2 ภาพร่างคอนเซ็ปต์ออกแบบตัวละครหลัก

ออกแบบให้ตัวละครมีสัญชาติไทย-อังกฤษ สื่อด้วยการใช้สี ผสมสีดำ และดวงตาสีฟ้า เพื่อให้สอดคล้องกับภาษาที่ใช้ในแอนิเมชัน



รูปที่ 3.3 ภาพคอนเซ็ปต์ออกแบบตัวละครหลักโดยใช้ปัญญาประดิษฐ์

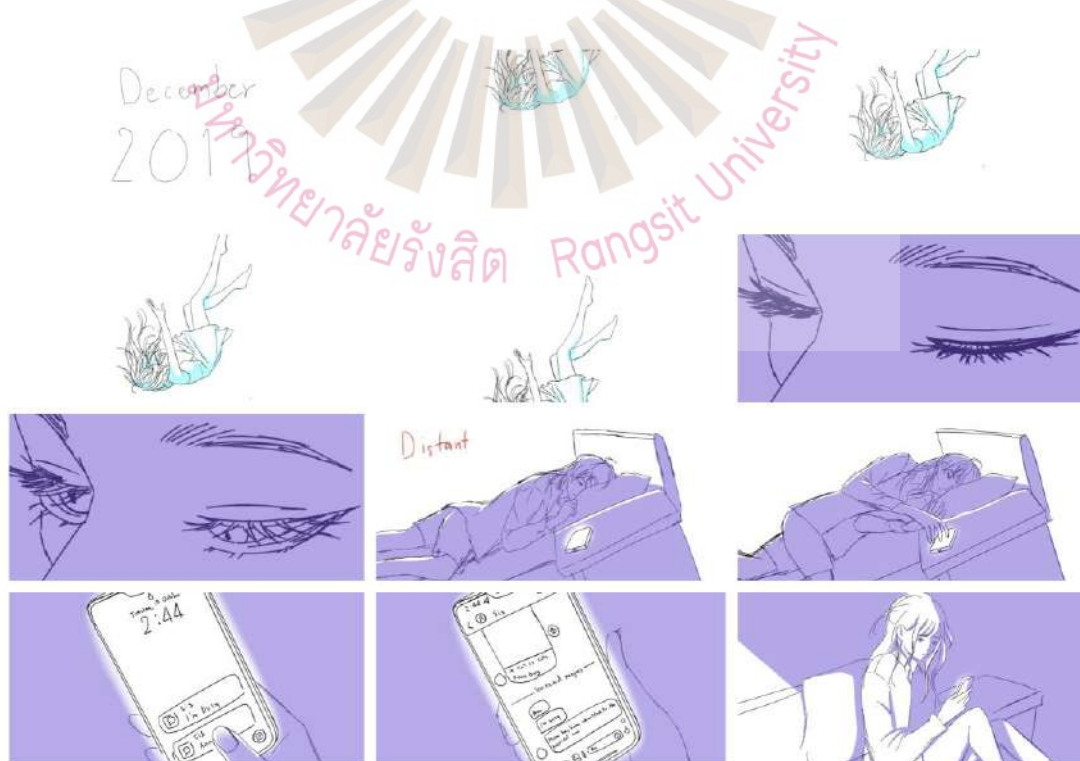
การออกแบบให้ตัวละครอื่น ๆ ที่เป็นส่วนน้อยภายในฉาก ให้มีการแสดงความเป็นตัวของตัวเองด้วยการใช้สีผม และเครื่องแต่งกายที่มีสีสันทัดกับตัวละครหลักที่มีเพียงสีขาว-ดำ ที่ดูมีดมนและดูเศร้าหมอง ซึ่งการออกแบบตัวประกอบให้มีสีสันทอดถึงเป็นตัวละครที่ไม่ได้สื่อถึงภาวะซึมเศร้า



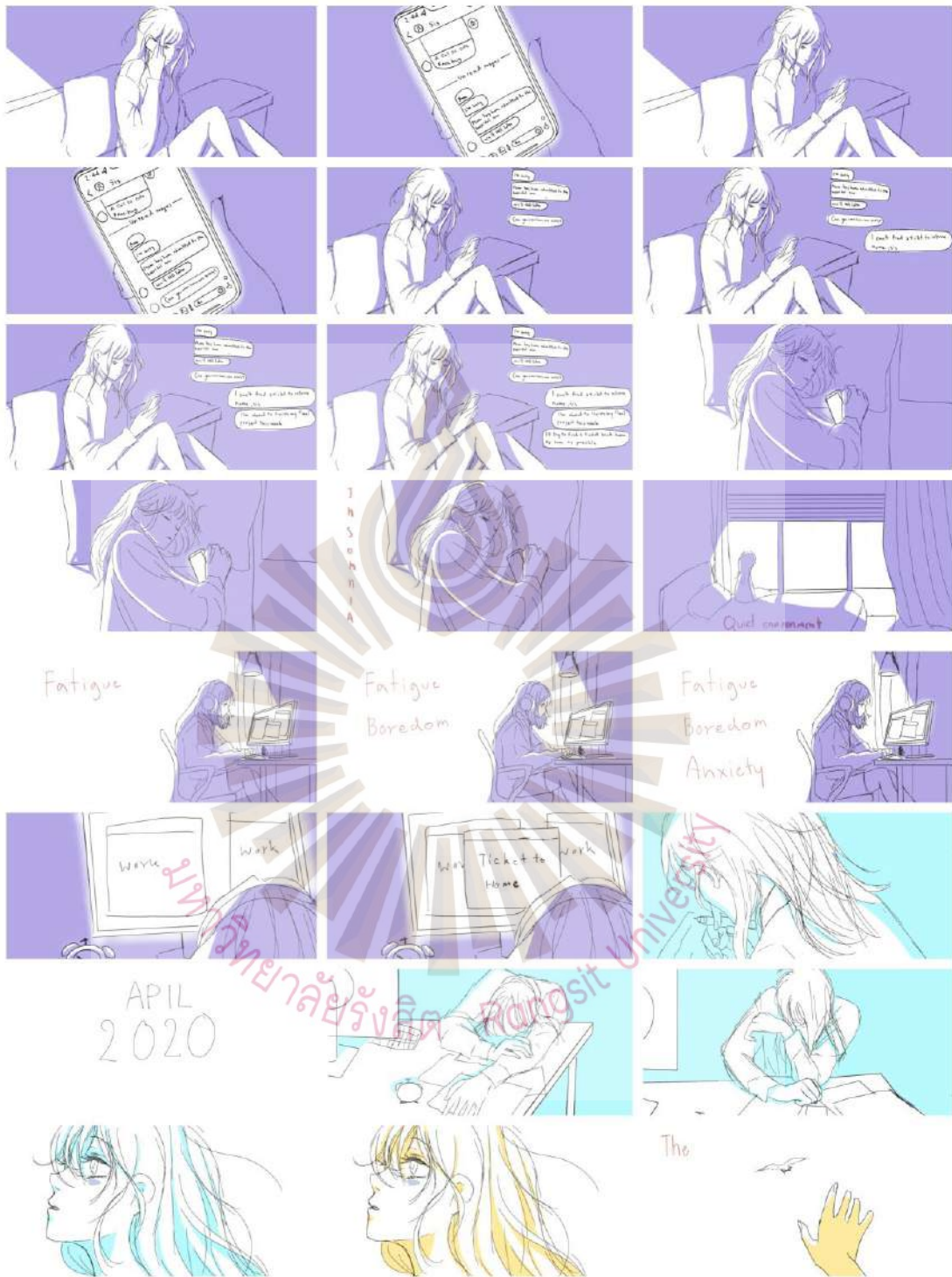
รูปที่ 3.4 ภาพคอนเซปออกแบบตัวละครย่อย

3.3.4 การออกแบบบทภาพ (Storyboard)

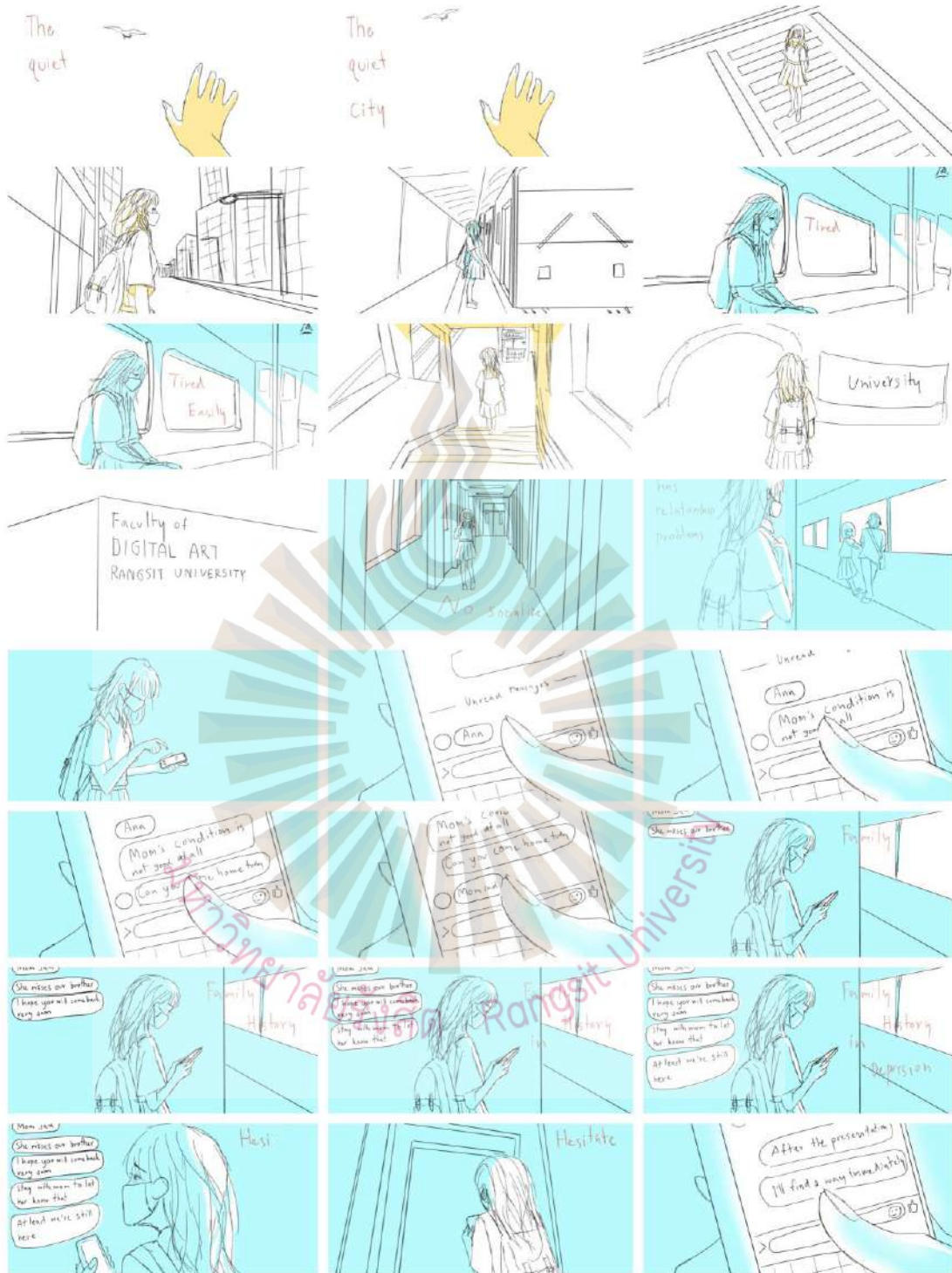
การออกแบบบทภาพหรือ Storyboard เป็นกระบวนการสำคัญในการสร้างเรื่องราวช่วยให้สามารถจัดทำสื่อด้วยการแบ่งแยกฉากต่าง ๆ ของเรื่องราวได้โดยละเอียด เป็นการจัดการเรียบเรียง ช่วยให้เข้าใจและเห็นภาพทั้งหมดของเรื่องราว กำหนดลำดับของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเพื่อความสะดวกในการทำงาน



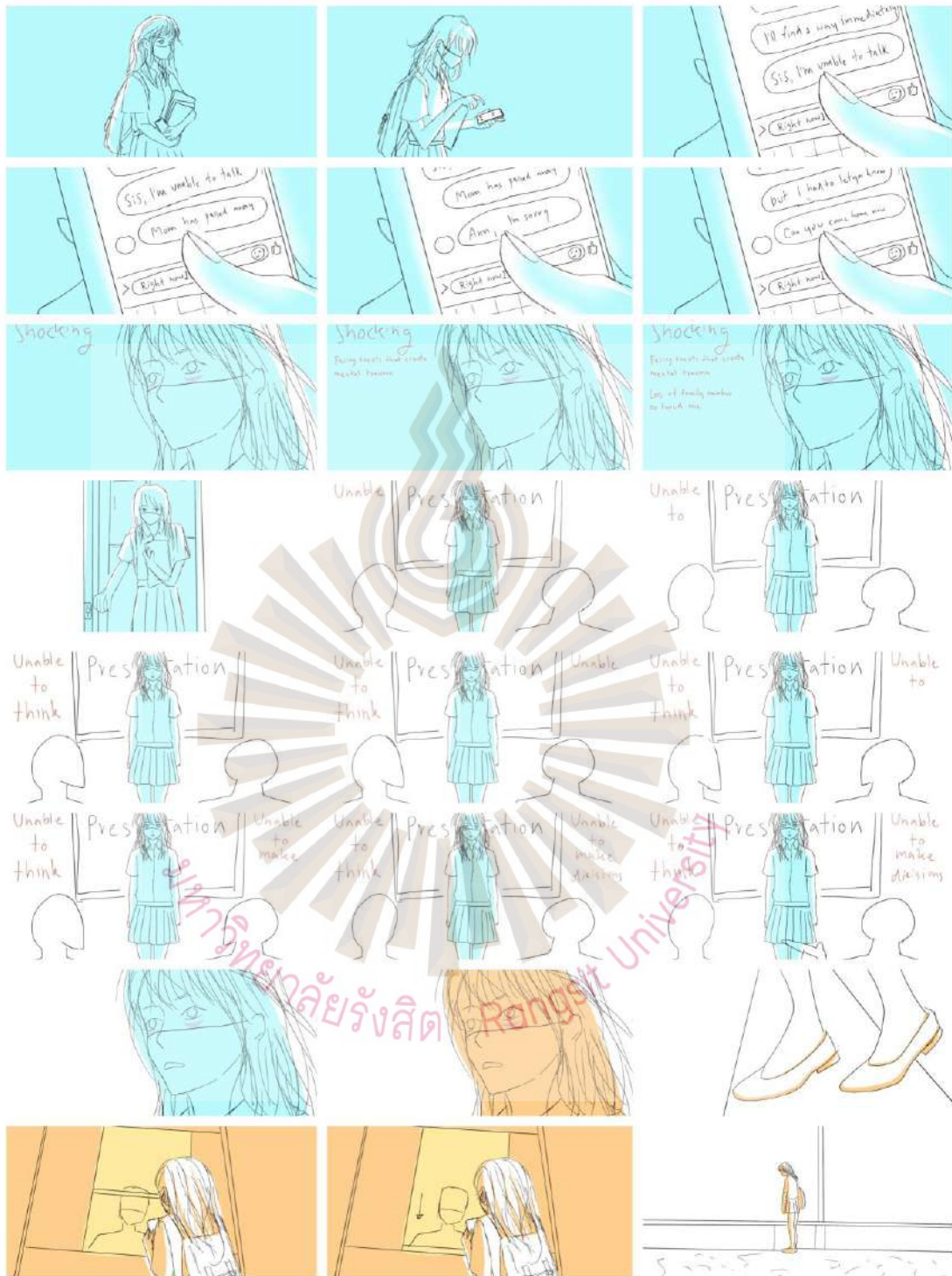
รูปที่ 3.5 บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 1



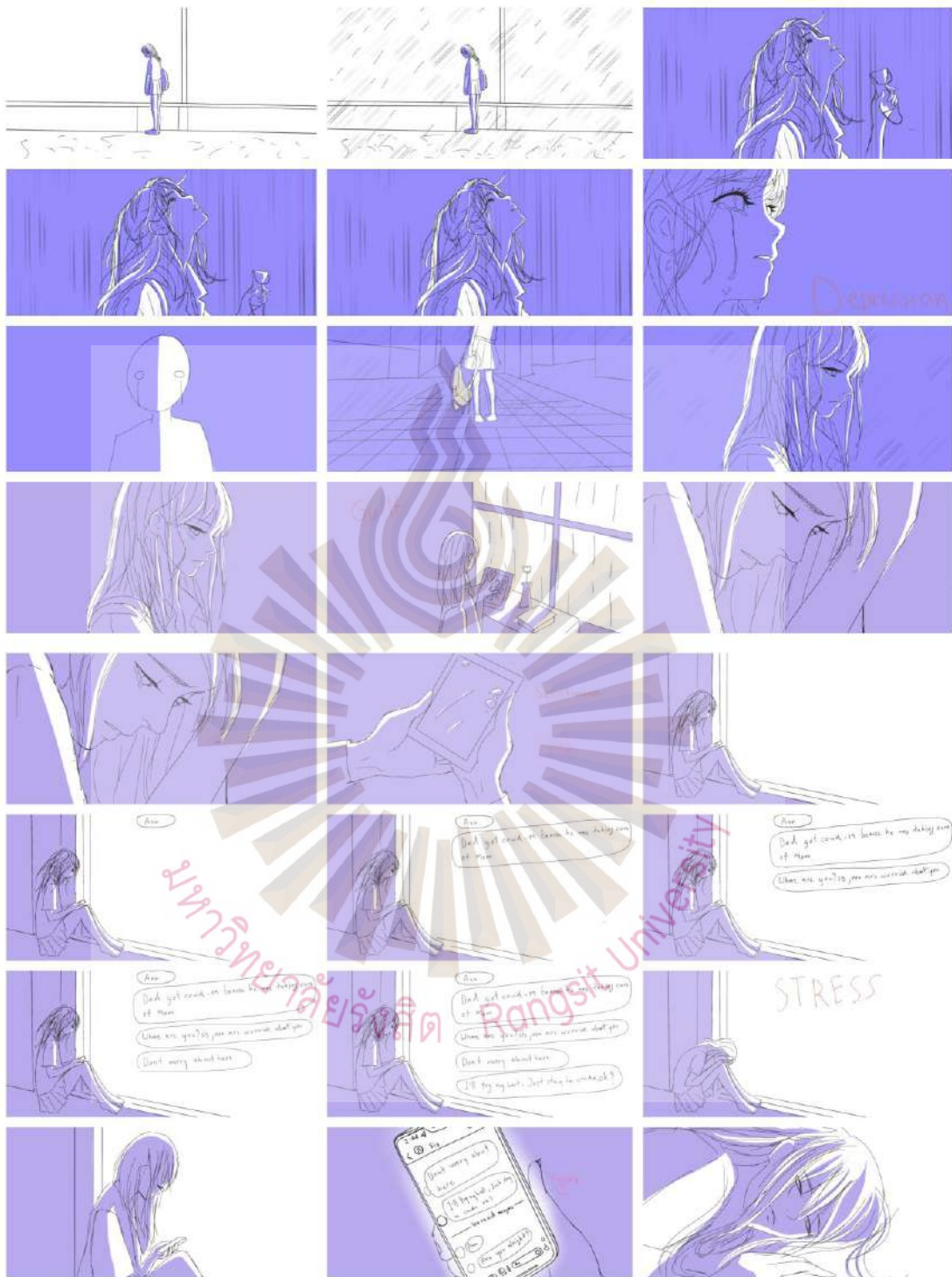
รูปที่ 3.6 บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 2



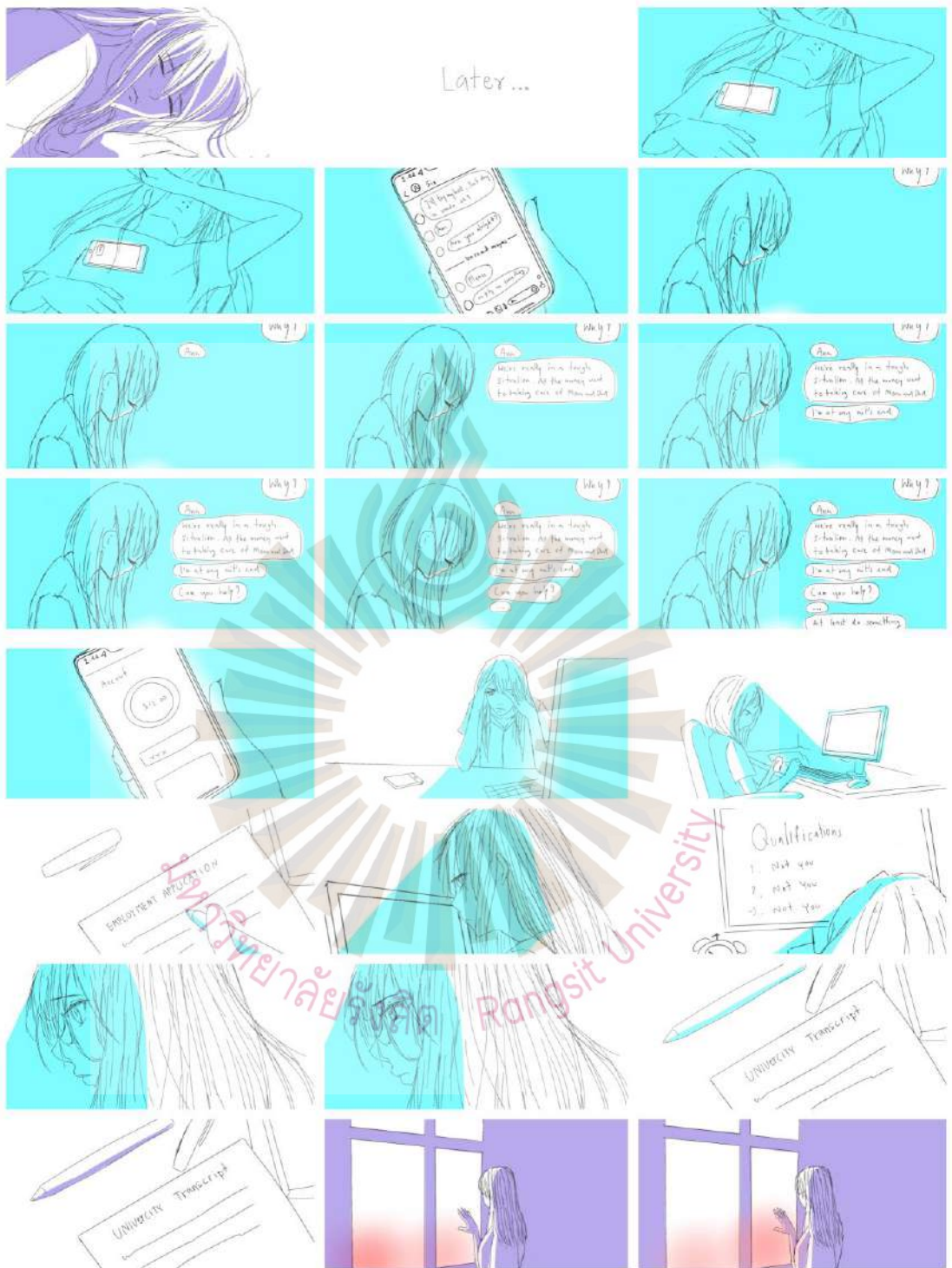
รูปที่ 3.7 บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 3



รูปที่ 3.8 บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 4



รูปที่ 3.9 บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 5



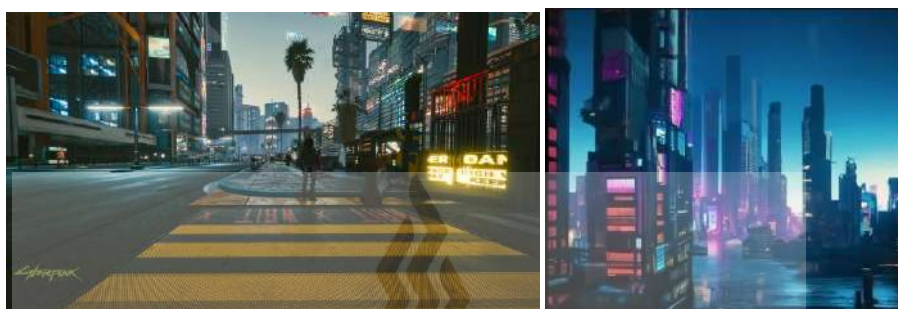
รูปที่ 3.10 บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 6



รูปที่ 3.11 บทภาพ (Storyboard) ภาพที่ 7

3.3.5 การออกแบบแนวทางศิลปะ

การออกแบบลักษณะสีโดยรวม (Mood & Tone) ได้นำมาปรับใช้มาจากกรณีศึกษาเกม สมมติบทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) โดย CD Projekt



รูปที่ 3.12 การออกแบบลักษณะสีโดยรวม

3.4 ขั้นตอนการผลิต (Production)

3.4.1 การสร้างตัวละครและฉาก 3 มิติ

การสร้างโมเดลสามมิติขึ้นมาโดยเริ่มจากการนำเอาตัวละครที่ได้ออกแบบไว้แล้วใน ขั้นตอนก่อนการผลิต มาสร้างภาพอ้างอิงสามมิติ (Turn Table) เพื่อขึ้น โมเดลตัวละครตามแบบ

3.4.1.1 การขึ้นโมเดลตัวละครและฉาก

หลังจากที่ขึ้น โมเดล การในการปรับ โครงสร้างของโมเดล (Retopology) โมเดลตัวละครให้มีจำนวนโพลีกอน(Polygon) ให้น้อยลงและทำให้การพับของโมเดลขยับได้อย่างราบรื่นเป็นการจัดเรียงโพลีกอนหรือเส้นที่ต่อเข้าหากันใหม่เพื่อปรับโครงสร้างของโมเดลใหม่ให้เหมาะสมสำหรับ ขั้นตอนการเคลื่อนไหว ลดจำนวนโพลีกอนที่ไม่จำเป็นมีประสิทธิภาพในการขยับของตัวโมเดล



รูปที่ 3.13 โมเดลตัวละคร

3.4.1.2 การสร้างพื้นผิวให้โมเดล (Texture)

การจัดระนาบของ UV (UV Unwrapping) เป็นกระบวนการที่ใช้ในงานกราฟิกคอมพิวเตอร์และสร้างสี่เหลี่ยม 3 มิติ เพื่อแปลงพื้นผิวของวัตถุจากพื้นที่สามมิติให้เป็นพื้นที่สองมิติที่เรียกว่า “แมพ UV” หรือ “UV Map” เพื่อใช้ในการแก้ไขและนำเข้ารายละเอียดแบบระดับพื้นผิว เช่น การวาดเส้นขอบหรือใส่สีให้กับโมเดล

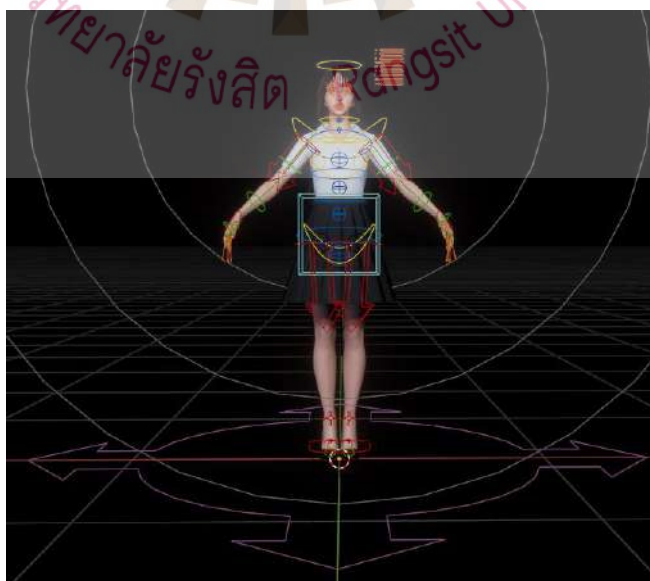


รูปที่ 3.14 รายละเอียดพื้นผิวโมเดลตัวละคร

ขั้นตอนสำคัญของการสร้างภาพพื้นผิว (Texture) ให้กับโมเดลสามมิติการสร้างคุณลักษณะคือ เซดเดอร์ (Shader) และ เมทีเรียล (Material) เพื่อกำหนดสีและส่วนประกอบอื่น ๆ ของวัตถุในส่วนต่าง ๆ ที่ต้องการแสดงสีส้มและรายละเอียด และใช้คุณลักษณะเพิ่มให้กับอนุภาคการใช้เครื่องมือสร้างอนุภาค (Particle) ใช้ในการสร้างเอฟเฟกต์เช่น ฝนของตัวละคร ฝน หยกน้ำ

3.4.1.3 การสร้างกระดูกและตัวควบคุม (Rigging)

การเคลื่อนไหวของตัวละครในแอนิเมชัน โดยทั่วไปแล้วจะถูกควบคุมผ่านชุดควบคุมชุดหนึ่งที่ตั้งสร้างขึ้นมาควบคุมส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตัวละคร ในการสร้างชุดควบคุมนี้ประกอบด้วยขั้นตอนพื้นฐานสำคัญคือ การใส่กระดูก (Joint) โดยการสร้างกระดูกให้กับตัวละครนั้นจึงอ้างอิงจากความเป็นจริง ของลักษณะทางกายภาพของร่างกาย (Anatomy) ของตัวละครนั้น ๆ ชุดกระดูกที่สร้างขึ้นมาจะเปรียบได้กับการจัดเรียงกระดูกตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย หน้าที่หลักของกระดูกที่สร้างขึ้นมาจึงเป็นการสร้างจุดหมุน (Pivot) ตามส่วนต่าง ๆ ของอวัยวะเช่น ข้อศอก หัวเข่า เป็นต้น ในการแอนิเมทจะควบคุมการเคลื่อนไหวผ่าน เส้นควบคุม (Controller) ที่สร้างขึ้นมาไม่นิยมแอนิเมทที่กระดูกโดยตรง เพื่อความสะดวกในการควบคุมขั้นตอนนี้จึงเป็นการปรับแต่ง (Setup) ให้สามารถควบคุมส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตัวละครได้โดยง่าย หลังการสร้างกระดูกและส่วนควบคุมแล้ว จะต้องทำการสร้างให้เกิดการเชื่อมต่อระหว่างชุดกระดูกที่สร้างขึ้นมากับโมเดลโพลีกอนของตัวละคร จากนั้นระบายค่าน้ำหนักของผิวหนัง (Paint Skin Weight) ที่กระดูกบริเวณนั้นควบคุม เพื่อกำหนดขอบเขตการขยับของเส้นควบคุม

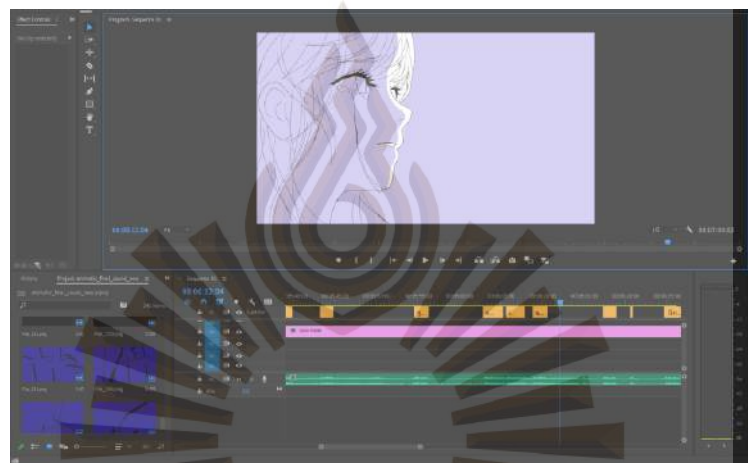


รูปที่ 3.15 การสร้างกระดูกและตัวควบคุม โมเดลตัวละคร

3.4.2 การสร้างการเคลื่อนไหว

3.4.2.1 การทำสตอรี่บอร์ดแบบเคลื่อนไหว (Animatic)

การทำสตอรี่บอร์ดแบบเคลื่อนไหว หรือ Animatic ใช้กำหนดระยะเวลาโดยคร่าวของแอนิเมชัน เพื่อกำหนดการเคลื่อนไหวนั้นเหมาะสมกับช่วงเวลา (Timing) รวมทั้งการทดสอบมุมมองกล้อง และจัดองค์ประกอบของภาพ



รูปที่ 3.16 การทำสตอรี่บอร์ดแบบเคลื่อนไหว

3.4.2.2 การสร้างการเคลื่อนไหว (Animation)

เป็นการสร้างการเคลื่อนไหวให้กับตัวละครให้มีการแสดงออกถึงการเคลื่อนไหวตามบทที่วางไว้ รวมถึงการเคลื่อนไหวกล้อง และอุปกรณ์ประกอบฉากนั้น ๆ



รูปที่ 3.17 การสร้าง Animation

3.4.2.3 การจัดแสง (Lighting)

จัดแสงให้กับบรรยากาศและตัวละคร เพื่อเพิ่มการถ่ายทอดอารมณ์และความรู้สึกให้แก่ผู้ชม



รูปที่ 3.18 การจัดแสง

3.5 ขั้นตอนหลังการผลิต (Post-Production)

ขั้นตอนหลังการผลิตเป็นการจัดการกับภาพที่ผ่านการการประมวลผลภาพ (Rendering) จากขั้นตอนการผลิตที่ผ่านมาให้ภาพมีความสมบูรณ์และสวยงามมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นตัวละคร ฉาก และอุปกรณ์ประกอบฉากต่าง ๆ และทำการรวบรวมภาพ (Composite) ปรับแต่งภาพเคลื่อนไหว ตรวจสอบจังหวะ มุมกล้อง และความถี่ โทลให้เหมาะสม และประกอบเสียง เป็นขั้นตอนสุดท้ายในการทำแอนิเมชัน

3.5.1 การประมวลผลภาพ (Rendering)

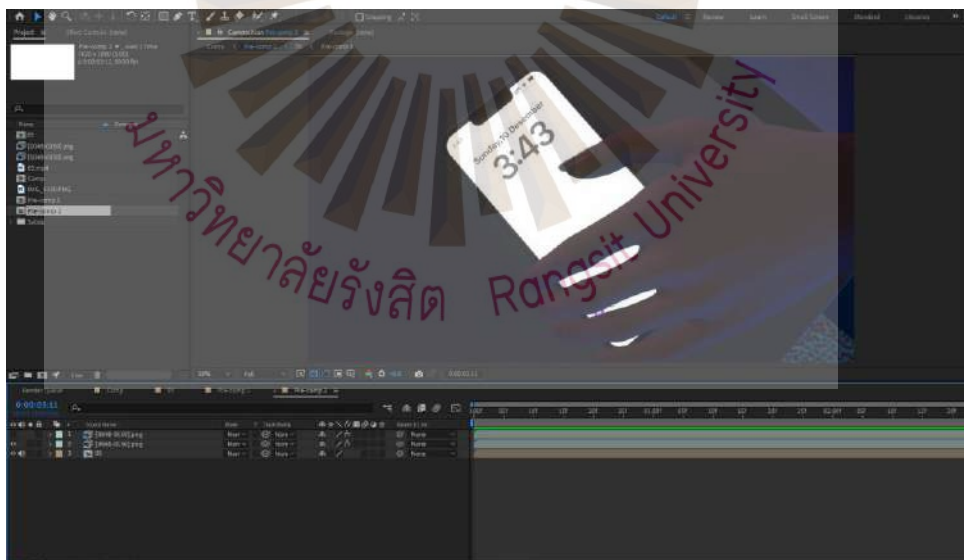
การประมวลผลภาพหนึ่งออกมาเป็นสกุลไฟล์ PNG Sequence เพื่อนำไปใส่ในกระบวนการซ้อนภาพในโปรแกรม Adobe After Effects ด้วยความละเอียด กว้าง 1920 พิกเซล สูง 1080 พิกเซล (High Definition 1920*1080 Pixels)



รูปที่ 3.19 การRender

3.5.2 การรวบรวมภาพ (Composite)

กระบวนการซ้อนภาพด้วยโปรแกรม Adobe After Effects ใช้ในการประกอบภาพทั้งหมดเข้าด้วยกัน



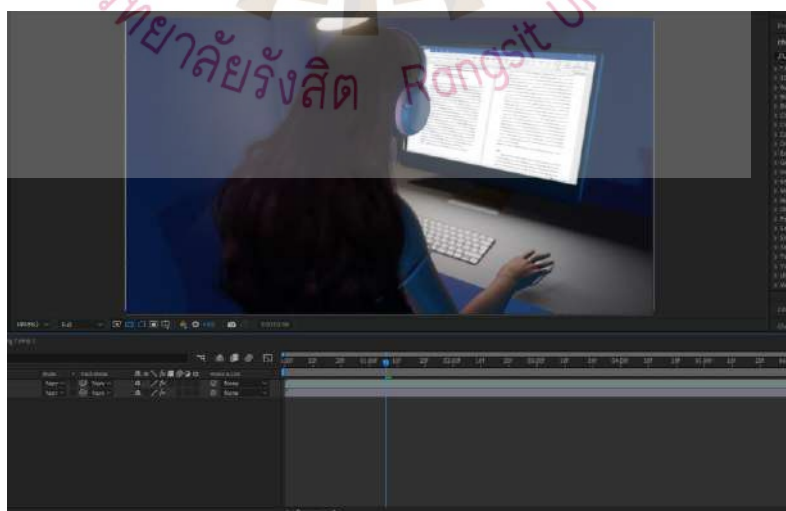
รูปที่ 3.20 การรวบรวมภาพ

3.5.3 การใส่เสียงประกอบ (Edit and Sound)

การใส่เสียงประกอบ (Audio Overlay) คือกระบวนการที่ใช้เพื่อเพิ่มเสียงเข้าไปในวิดีโอหรือสื่อต่าง ๆ เพื่อเพิ่มความน่าสนใจ สร้างบรรยากาศ หรือให้ข้อมูลเพิ่มเติมให้กับผู้ชม การใส่เสียงประกอบสามารถทำได้โดยใช้โปรแกรมตัดต่อวิดีโอ (Video Editing Software) เช่น Adobe Premiere Pro และ Adobe After Effects ที่มีฟังก์ชันใส่เสียงประกอบกัน โดยนำเสียงที่มีอยู่เข้าไปในโปรแกรมแล้วปรับแต่งตำแหน่ง ความยาว หรือปรับระดับเสียงตามต้องการ ต่อมาจึงสามารถบันทึกหรือส่งออกวิดีโอที่มีเสียงประกอบแล้วไปใช้งานต่อไป

การใช้ปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence - AI) ในการพากย์เสียงเป็นหนึ่งในการประยุกต์ใช้ที่น่าสนใจของเทคโนโลยี AI ในปัจจุบัน มีหลายวิธีที่ AI ถูกนำมาใช้ในการสร้างพากย์เสียงได้ ซึ่งแอนิเมชันเรื่อง Stay Away เป็นรูปแบบของการเล่าเรื่อง จึงสามารถประยุกต์ใช้ได้กับการพากย์เสียงที่ไม่จำเป็นต้องใส่ความรู้สึกและการแสดงในน้ำเสียง การใช้ปัญญาประดิษฐ์ในการพากย์เสียงจึงสามารถประกอบกับแอนิเมชันเรื่องนี้ได้อย่างไม่ติดขัด

การใส่เสียงประกอบต่าง ๆ ให้สอดคล้องกับภาพ โดยใช้โปรแกรม Adobe After Effects และ Adobe Premier Pro เพื่อให้แอนิเมชันสมบูรณ์ จากนั้นจึงประมวลผลแอนิเมชันและบันทึกไฟล์แอนิเมชันที่สมบูรณ์เพื่อใช้สำหรับใช้เผยแพร่ต่อไป



รูปที่ 3.21 การใส่เสียงประกอบ

3.6 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่เลือกใช้เพื่อทำแบบประเมินของงานวิจัยเรื่อง “การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19” คือกลุ่มบุคคลทั่วไป และจำกัดการเข้าชมให้คนทั่วไปที่อายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไปเท่านั้น โดยประเมินจากการให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินด้วยกูเกิลฟอร์ม (Google Form) บนแพลตฟอร์มออนไลน์จำนวน 30 คน

3.7 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่รับชม “ภาพยนตร์แอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง Stay Away” ความยาว 7 นาที และแบบสอบถามผ่านทางรูปแบบดิจิทัลด้วยกูเกิลฟอร์ม (Google Form) โดยแบบสอบถามได้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือส่วนข้อมูลทั่วไปของผู้ทำแบบประเมิน และส่วนความคิดเห็นเกี่ยวกับแอนิเมชัน ซึ่งแบ่งออกเป็น 9 ข้อ โดยแบบประเมินได้แบ่งเป็นข้อละ 5 คะแนน ตามแบบมาตรวัดเจตคติแบบลิเคิร์ต 5 สเกล (Likert Rating 5 Scales) โดยมีข้อคำถาม ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3.1 แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป	
คำถาม	ตัวเลือกคำตอบ
เพศ	ชาย
	หญิง
	เพศทางเลือก
อายุ	18 – 35 ปี
	36 – 59 ปี
	อายุ 60 ปีขึ้นไป
เป็นผู้มีความสนใจในงานแอนิเมชันหรือไม่	ใช่
	ไม่ใช่
เป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับการผลิตและออกแบบแอนิเมชันหรือไม่	ใช่
	ไม่ใช่

ตารางที่ 3.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการออกแบบผลงานแอนิเมชัน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการออกแบบผลงานแอนิเมชัน					
คำถาม	คะแนน				
	ดีมาก (5)	ดี (4)	ปานกลาง (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
การออกแบบตัวละครมีความสวยงามเหมาะสมกับเนื้อหา					
การออกแบบฉากและอุปกรณ์ประกอบมีความสวยงามเหมาะสมกับเนื้อหา					
การออกแบบแสงมีความสวยงาม					
การออกแบบลำดับภาพมีความเข้าใจง่าย					
การออกแบบเสียงดนตรีและเสียงประกอบมีความเหมาะสม					

ตารางที่ 3.3 แบบสอบถามเกี่ยวกับเนื้อหาผลงานแอนิเมชัน

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับเนื้อหาผลงานแอนิเมชัน					
คำถาม	คะแนน				
	ดีมาก (5)	ดี (4)	ปานกลาง (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
ความเข้าใจเนื้อเรื่องโดยรวม					
เนื้อหาสามารถส่งเสริมให้บุคคลทั่วไปมีเข้าใจต่อผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นต่อสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19					
เนื้อหาสามารถทำให้ผู้คนตระหนักถึงการเกิดปัญหาสุขภาพจิตที่เพิ่มขึ้นมาจากผลกระทบที่ตามมาของการระบาดของโรคโควิด-19					
เนื้อหาสามารถเป็นสื่อถ่ายทอดความรู้แนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยาที่ถูกต้องให้แก่บุคคลทั่วไปให้รับรู้เพื่อสังเกตและให้ความช่วยเหลือผู้คนรอบข้างที่มีภาวะซึมเศร้าได้มากขึ้น					

3.8 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ผลคุณภาพแอนิเมชันด้วยแบบสอบถามกลุ่มตัวอย่าง 30 คน นำผลคะแนนในแต่ละด้านจากแบบประเมินมาคำนวณหาค่าเฉลี่ย โดยมีเกณฑ์คะแนนการประเมินดังนี้

ตารางที่ 3.4 แสดงเกณฑ์ค่าเฉลี่ยคะแนนที่ใช้ในการแปลผล

ค่าเฉลี่ยคะแนน	เกณฑ์การประเมิน
4.50 – 5.00	ดีมาก
3.50 – 4.49	ดี
2.50 – 3.49	ปานกลาง
1.50 – 2.49	พอใช้
1.00 – 1.49	ควรปรับปรุง

ตารางที่ 3.5 แสดงเกณฑ์ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ใช้ในการแปลผล

ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	การแปลผล
< 1.75	แตกต่างกันน้อย*
1.25 - 1.75	แตกต่างกันค่อนข้างมาก
> 1.75	แตกต่างกันมาก

หมายเหตุ *ใช้ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่แปลผลได้ เป็นเกณฑ์บ่งชี้ว่าคะแนนจากกลุ่มตัวอย่างชุดนั้นมีความน่าเชื่อถือ หากมีความแตกต่างของคะแนนน้อย

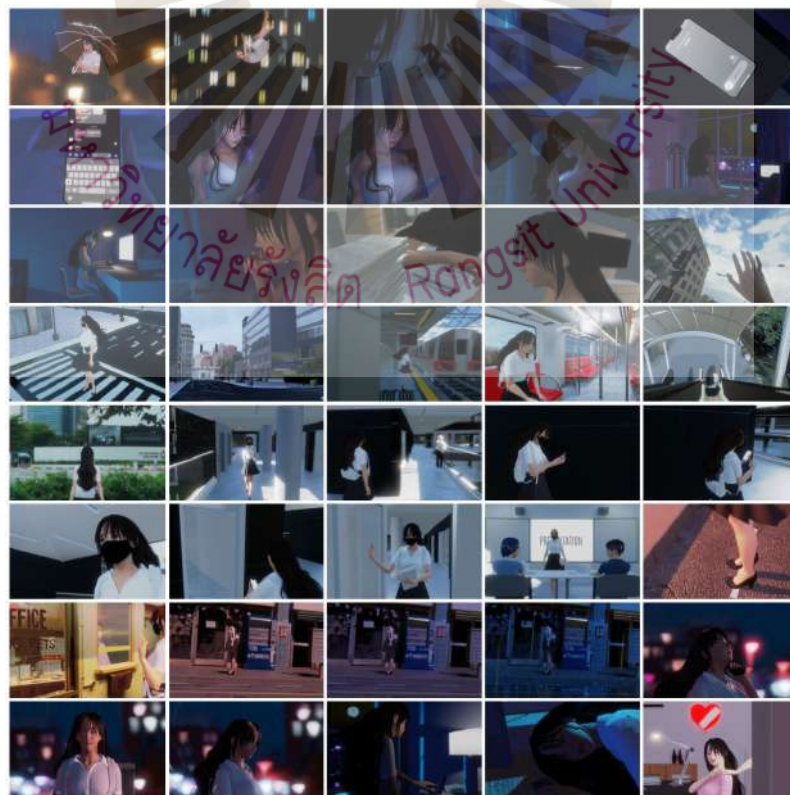
บทที่ 4

ผลการวิจัย

4.1 ผลงานการออกแบบแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away





4.1.1 ภาพจากแอนิเมชัน

ผลงานแอนิเมชัน 3 มิติเรื่องสั้นความยาวประมาณ 7 นาที เรื่อง Stay Away ภายในผลงาน ได้มีการศึกษารูปแบบการใช้สีและแสงในกรณีศึกษาที่เกี่ยวข้องจากละครโทรทัศน์เรื่อง เดอะลอสต์ ออฟอีส (The Last of Us) เกมสมมติบทบาท ฟินอลแฟนตาซี 15(Final Fantasy XV) และเกมสมมติ บทบาท ไชเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) นำมาประยุกต์ใช้ เพื่อสร้าง Mood and Tone ให้กับ ผลงาน โดยประมวลภาพลำดับเหตุการณ์ได้ดังตารางที่ 4.1

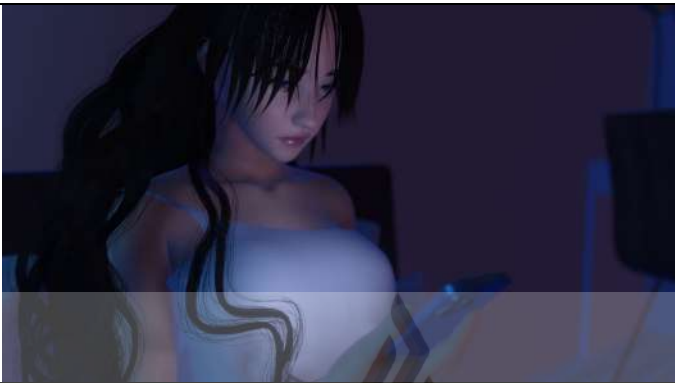





รูปที่ 4.1 แสดงภาพสมบูรณ์โดยรวมในผลงานแอนิเมชัน


ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
1		ภาพเปิดเรื่องเล่า
2		ภาพฝัน – เป็นการเล่าถึงพื้นฐานของตัวละครที่มีความเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้าสูง
3		การตื่นขึ้นมากลางดึก
4		สายเข้ามือถือที่แสดงภาพครอบครัวและภาพรวมของบรรยากาศความอ้างว้าง


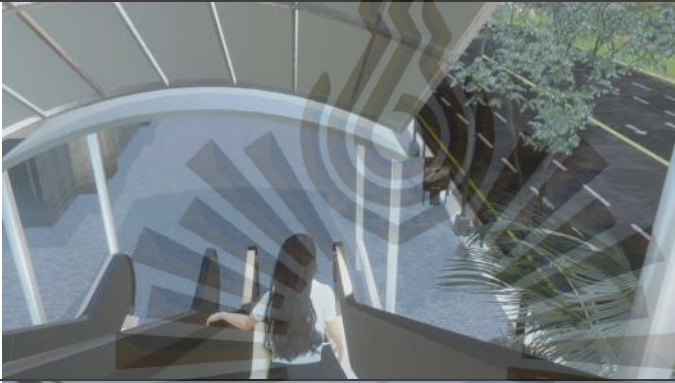


ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
5		ยกมือถือขึ้นมาดู สายที่ไม่ได้รับและ ข้อความของพี่สาว แสดงถึงความห่างเหิน
6		การนอนไม่หลับ เนื่องจาก ความวิตกกังวล
7		ฉากแสดงถึง สภาพแวดล้อม บรรยากาศ
8		ฉากทำงานแสดง ความเบื่อหน่าย ความเหนื่อยล้าสะสม และความอ่อนล้า

ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
9		จากทำงานตลอดคืน
10		จากทำงานจนเช้า
11		มือบั้งแสงอาทิตย์มีความหมายว่าเวลาเช้าและนกที่บินหนีสื่อว่าเมืองมีผู้คนน้อยจนสัตว์เข้ามาอาศัย
12		จากรถไฟที่มีผู้คนใช้บริการน้อยจนโล่งในช่วงการระบาด





ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
13		อาการเหนื่อยง่าย
14		สิ้นสุดการเดินทาง
15		ภาพบรรยากาศของอาคารในมหาวิทยาลัย
16		การไม่เข้าสังคม มีปัญหาด้าน ความสัมพันธ์


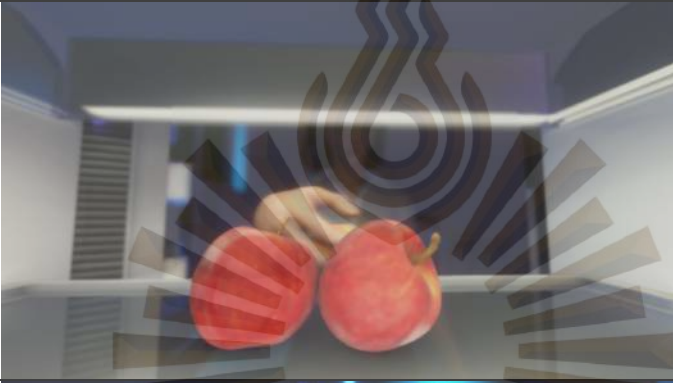

ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
17		<p>ไม่มีสมาธิ ทำอะไรช้าลง ไม่สามารถคิด หรือตัดสินใจ</p>
18		<p>มาตรการปิดเมือง (Lockdown)</p>
19		<p>ความอ่อนไหว</p>
20		<p>ความรู้สึกลึบผิด</p>

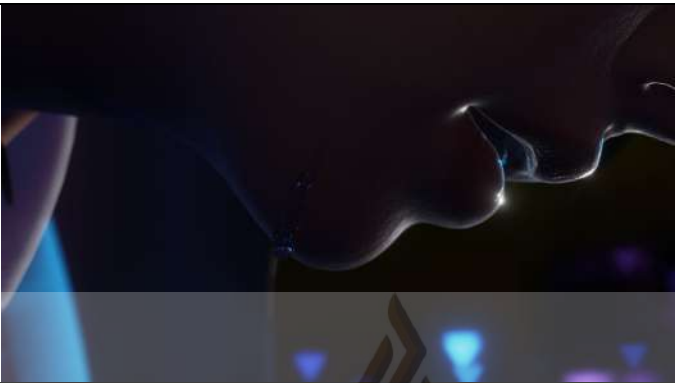



ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
21		<p>หมดความสนใจ หรือความสุข ในการทำกิจกรรม</p>
22		<p>การตีตัวออกห่าง ความเครียด</p>
23		<p>ปัญหาด้านการเงิน</p>
24		<p>วิตกกังวล</p>

ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
25		ความสิ้นหวัง
26		เบื่ออาหาร
27		ความกดดัน
28		คิดถึงเรื่องความตาย

ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
29		คิดทำร้ายตัวเอง
30		ความคิดอยากตาย
31		มีบุคคลหนึ่ง ได้ยื่นมือ เข้ามาช่วยเหลือ
32		ซึ่งไม่ได้กำหนด ว่าเป็นใคร เพื่อข้อคิดที่ว่า ไม่ว่าคุณเป็นใคร ก็สามารถช่วยเหลือ ใครสักคนหนึ่งได้

ตารางที่ 4.1 ประมวลภาพลำดับเหตุการณ์จากแอนิเมชัน เรื่อง Stay Away (ต่อ)

ลำดับ	ตัวอย่างภาพ	เหตุการณ์
33		คอมพิวเตอร์ตกแต่งห้อง รูปหัวใจที่มีพลาสติก หมายถึง การรักษาทาง จิตใจ

4.2 ผลจากการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ

จากการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา อาจารย์ลลอ สิงห์ โชติสุขแพทย์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา และหัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ ได้ให้คำปรึกษากับเนื้อเรื่องที่จะนำเสนอในแอนิเมชันว่า แอนิเมชันนี้มีความน่าสนใจอย่างมาก สามารถเข้าใจได้ง่าย ตัวหนังสือมีลักษณะที่ทันสมัยและสวยงามเหมาะสมกับอารมณ์ของเนื้อเรื่องและบรรยากาศ สามารถช่วยให้เนื้อหาเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายวัยรุ่นในยุคปัจจุบันได้อย่างแน่นอน รวมถึงแอนิเมชันมีเนื้อหาที่สมบูรณ์มาก การบรรยายเข้าใจง่าย เสียงพากย์น่าฟัง การสรุปและนำเสนอข้อมูลสถิติทำได้ดี ไม่มีข้อเสนอแนะใด ๆ ที่ต้องแก้ไข อยากให้งานนี้ได้รับการเผยแพร่โดยเร็วเพื่อเพิ่มประโยชน์ให้กับผู้ป่วยและครอบครัวทั้งในกลุ่มป่วย (ลลอ สิงห์ โชติสุขแพทย์, การสื่อสารส่วนบุคคล, 15 เมษายน 2567)

4.3 ผลจากการสำรวจจากแบบสอบถาม

จากแบบสอบถามแอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง Stay Away โดยสอบถามบุคคลทั่วไป ที่มีอายุ 18 ปี ขึ้นไป เพื่อวิเคราะห์การประเมินหลังรับชมแอนิเมชัน จำนวน 30 คน สามารถสรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 4.2 ข้อมูลทั่วไปจากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง

คำถาม	ตัวเลือกตอบ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	13	43.33
	หญิง	17	56.67
	เพศทางเลือก	0	0
อายุ	18-35 ปี	22	73.33
	36-59 ปี	7	23.33
	60 ปี ขึ้นไป	0	0
เป็นผู้มีความสนใจในงานแอนิเมชันหรือไม่	ใช่	29	96.67
	ไม่ใช่	1	3.33
เป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับการผลิตและออกแบบแอนิเมชันหรือไม่	ใช่	15	50
	ไม่ใช่	15	50

ตารางที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านการออกแบบจากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง

คำถาม	คะแนนค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล*
ด้านการออกแบบ			
การออกแบบตัวละครมีความสวยงามเหมาะสมกับเนื้อหา	4.70	0.47	ดีมาก
การออกแบบฉากและอุปกรณ์ประกอบมีความสวยงามเหมาะสมกับเนื้อหา	4.80	0.41	ดีมาก
การออกแบบแสงมีความสวยงาม	4.63	0.49	ดีมาก
การออกแบบลำดับภาพมีความเข้าใจง่าย	4.73	0.52	ดีมาก
การออกแบบเสียงดนตรีและเสียงประกอบมีความเหมาะสม	4.73	0.45	ดีมาก

ตารางที่ 4.4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้านเนื้อหาแอนิเมชันจากการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง

คำถาม	คะแนนค่าเฉลี่ย	S.D.	แปลผล*
ด้านเนื้อหาแอนิเมชัน			
ความเข้าใจเนื้อเรื่องโดยรวม	4.73	0.45	ดีมาก
เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีภาวะซึมเศร้ามากขึ้น	4.80	0.41	ดีมาก
เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19มากขึ้น	4.73	0.45	ดีมาก
เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีอายุ 15-34 ปี หรือช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงาน ที่ได้ประสบสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19มากขึ้น	4.77	0.43	ดีมาก

หมายเหตุ* เกณฑ์การแปลผลจากค่าเฉลี่ยคะแนน

4.50 - 5.00	หมายถึง ดีมาก
3.50 - 4.49	หมายถึง ดี
2.50 - 3.49	หมายถึง ปานกลาง
1.50 - 2.49	หมายถึง พอใช้
1.00 - 1.49	หมายถึง ควรปรับปรุง

จากตารางที่ 4.3 และ 4.4 สามารถสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่าแอนิเมชันที่ได้รับชมนั้นมีการออกแบบ ตัวละครมีความสวยงามอยู่ในเกณฑ์ดีมาก จากและอุปกรณ์ประกอบฉากมีความสวยงามอยู่ในเกณฑ์ดีมาก แสงมีความสวยงามอยู่ในเกณฑ์ดีมาก การออกแบบลำดับภาพมีความเข้าใจง่ายอยู่ในเกณฑ์ดีมาก การออกแบบเสียงดนตรีและเสียงประกอบมีความเหมาะสมอยู่ในเกณฑ์ดีมาก การออกแบบด้านเนื้อหา ผู้ชมเข้าใจเนื้อเรื่องโดยภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีภาวะซึมเศร้ามากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีประสบการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 มากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีอายุ 15-34 ปี หรือช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงาน ที่ได้ประสบสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 มากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก โดยมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทั้งหมดต่ำกว่า 1.75 แปลว่าข้อมูลชุดนี้มีการแตกต่างกัน้อยทำให้คะแนนจากแบบประเมินนี้มีความน่าเชื่อถือ

หมายเหตุ* เกณฑ์ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

< 1.75	แตกต่างกัน้อย*
1.25 - 1.75	แตกต่างค่อนข้างมาก
> 1.75	แตกต่างมาก



บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สรุปได้ว่า

5.1.1 ด้านเนื้อหา

อาจารย์ล่อ ลิง โขติสุขแพทย์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา และหัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ ได้ให้คำปรึกษากับเนื้อเรื่องที่จะนำเสนอในแอนิเมชันว่า แอนิเมชันนี้มีความน่าสนใจอย่างมาก สามารถเข้าใจได้ง่าย ตัวหนังสือมีลักษณะที่ทันสมัยและสวยงาม สามารถช่วยให้เนื้อหาเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายวัยรุ่นในยุคปัจจุบันได้อย่างแน่นอน รวมถึงแอนิเมชันมีเนื้อหาที่สมบูรณ์มาก การบรรยายเข้าใจง่าย เสียงพากย์น่าฟัง การสรุปและนำเสนอข้อมูลสถิติทำได้ดี ไม่มีข้อเสนอแนะใด ๆ ที่ต้องแก้ไข อยากให้งานนี้ได้รับการเผยแพร่โดยเร็วเพื่อเพิ่มประโยชน์ให้กับผู้ป่วยและครอบครัวทั้งในกลุ่มป่วย (ล่อ ลิง โขติสุขแพทย์, การสื่อสารส่วนบุคคล, 15 เมษายน 2567)

จากการวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามแอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง Stay Away มีผลลัพธ์ด้านเนื้อหาจากการสำรวจด้วยแบบสอบถามภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีภาวะซึมเศร้ามากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีประสบการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 มากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีอายุ 15-34 ปี หรือช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงาน ที่ได้ประสบการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 มากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

การเพิ่มสัญลักษณ์ที่สามารถสื่อความได้ในจุดต่าง ๆ ทำให้การเล่าเรื่องสามารถทำให้เข้าใจได้ดีขึ้นส่งเสริมการสื่อสาร การดำเนินเรื่องค่อนข้างรวดเร็วเนื่องจากเนื้อหาของแอนิเมชันมีความซับซ้อนเกินกว่าจะจำกัดให้ทำเป็นภาพยนตร์สั้น ด้วยการจำกัดของเวลาในการทำงานและเนื้อหา

สวนทางกัน ทำให้สำหรับผู้รับชมทั่วไปแอนิเมชันอาจมีความรู้สึกว่ายาวเกินไป แต่ทางด้านผู้มีความรู้เนื้อหาจะมีความรู้สึกว่ายาวเกินไป

รูปแบบการแบ่งปันเรื่องราวของตัวละคร จากการศึกษากรณีศึกษา จากสื่อวิดีโอเรื่อง แด่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น โดยสำนักข่าวเดอะ สแตนดาร์ด (The Standard) และสื่อวิดีโอต่างประเทศเรื่อง This Is How Depression Feels โดย Psych2Go เป็นเทคนิคการเล่าเรื่องที่ช่วยให้ประหยัดเวลาและค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมในการทำการพากย์เสียง จึงเป็นรูปแบบการเล่าเรื่องที่มีประโยชน์ต่อผลงานแอนิเมชันขนาดเล็ก

5.1.2 ด้านการออกแบบ

การออกแบบ ตัวละครมีความสวยงามอยู่ในเกณฑ์ดีมาก ฉากและอุปกรณ์ประกอบฉากมีความสวยงามอยู่ในเกณฑ์ดีมาก แสงมีความสวยงามอยู่ในเกณฑ์ดีมาก การออกแบบลำดับภาพมีความเข้าใจง่ายอยู่ในเกณฑ์ดีมาก การออกแบบเสียงดนตรีและเสียงประกอบมีความเหมาะสมอยู่ในเกณฑ์ดีมาก

การใช้เทคนิคกรีนสกรีน (Green Screen) หรือเรียกว่าโครมาคีย์ (Chroma Key) ทำให้ง่ายต่อการตัดเอาส่วนที่ไม่ต้องการออกจากวิดีโอหรือภาพเพื่อแทรกภาพหรือวัตถุอื่นเข้าไปในฉากนั้น ๆ ได้ง่ายขึ้นมาก ช่วยให้ผลงานแต่ละฉากเสร็จเร็วขึ้น

การใช้เทคนิคพิกัดใน โปรแกรมเบลนเดอร์ (Blender) การจำลองการเคลื่อนไหวของวัตถุช่วยให้สามารถสร้างฉากที่สมจริงได้มากขึ้นในหลายๆส่วน เช่น การไหลของน้ำ ฝน ฟ้า เป็นต้น และเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการสร้างภาพเคลื่อนไหวขยับได้โดยที่ไม่จำเป็นต้องกำหนดค่าเพิ่มเติม ช่วยให้ผลงานแต่ละฉากเสร็จเร็วขึ้นและประหยัดเวลาในการทำงาน

การนำเทคนิคสีและแสงเกมจากกรณีศึกษาสมาคมดิวทบาท ไซเบอร์พังก์ 2077 (Cyberpunk 2077) โดย CD Projekt ช่วยให้การใช้สีมีทิศทางที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้นช่วยเน้นเส้นทางของเรื่องราวและจุดสำคัญในฉาก

การนำเทคนิคการออกแบบตัวละครจากกรณีศึกษาเกมสมมติบทบาท ฟินอลแฟนตาซี 15 (Final Fantasy XV) โดยบริษัทสแควร์เอนิกซ์ (Square Enix) มีภาพกราฟิกที่มีความละเอียดสูงกึ่งสมจริง (Semi Realistic) ทำให้ดูเป็นแอนิเมชันแต่มีความสมจริงของแสงเงาทำให้ภาพรวมดูสวยงามจริงจัง

5.1.3 ด้านการวางแผนการทำงาน

ผู้วิจัยเลือกใช้โปรแกรมเบลนเดอร์ (Blender) ในการสร้างภาพเคลื่อนไหวเนื่องจากเป็นโปรแกรมสร้างภาพ 3 มิติที่ใช้เวลาในการประมวลผลภาพน้อยกว่าโปรแกรมสร้างภาพ 3 มิติอื่น ๆ ทำให้สามารถใช้เวลาในการผลิตแอนิเมชันน้อยลงและสามารถนำเวลาไปใช้ในการทำงานด้านอื่น ๆ ได้มากขึ้น

5.2 ข้อเสนอแนะการวิจัย

จากการศึกษาการออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19

5.2.1 ด้านเทคนิค

การเริ่มต้นศึกษาเทคนิคการใช้งานโปรแกรมเบลนเดอร์ (Blender) ใหม่ในช่วงเวลาเดียวกับช่วงเวลาเริ่มต้น โพรเจกต์ทำให้เสียเวลาไปกับการเริ่มต้นศึกษาสิ่งใหม่เนื่องจากการทำงานไม่ราบรื่นติดปัญหาเล็กน้อยแต่ใช้เวลาแก้ไขนานขึ้น ถึงแม้ว่าการใช้โปรแกรมเบลนเดอร์ในการเรนเดอร์จะสะดวกกว่าโปรแกรมออดิเอสก์ มายา (Autodesk Maya) ที่สามารถใช้ได้คล่อง รวมถึงการมีองค์ประกอบอื่น ๆ ที่ช่วยให้งานราบรื่นกว่า เช่น เทคนิคการสอนการใช้งานที่มีมากกว่า หน้าจอการทำงานที่สะดวกกว่า และเครื่องมืออำนวยความสะดวกในการทำงานที่ดีกว่า รวมถึงเป็นโปรแกรมที่ใช้งานได้ทั่วไปมากกว่า เป็นต้น แต่ที่การเริ่มต้นศึกษาเครื่องมือใหม่จึงทำให้เกิดการเสียเวลา และใช้ระยะเวลาในการทำงานจริงไปมาก ด้านการเคลื่อนไหวแอนิเมชัน จังหวะการเคลื่อนไหวแอนิเมชัน และการเปลี่ยนผ่านแต่ละซีน หากมีเวลามากเพียงพอสามารถนำงานวิจัยนี้ไปพัฒนาต่อยอดทางด้านเทคนิคให้ดีขึ้นกว่าที่เป็นได้ แต่โดยรวมแล้วผู้วิจัยสามารถควบคุมเวลาในการผลิตแอนิเมชันให้เหมาะสมและสอดคล้องกับระยะเวลาทำวิจัยได้ดี

5.2.2 ด้านเนื้อหา ระยะเวลาและการวางแผน

เนื้อหาของแอนิเมชันมีความซับซ้อนเกินกว่าจะจำกัดให้ทำเป็นภาพยนตร์สั้น ด้วยการจำกัดของเวลาในการทำงานและเนื้อหาสวนทางกัน ทำให้สำหรับผู้รับชมทั่วไปแอนิเมชันอาจมีความรู้สึกลำบากเกินไป แต่ทางด้านผู้มีความรู้เนื้อหาจะมีความรู้สึกลำบากเกินไป ซึ่งโดยรวมผู้จัดทำได้ทำการวางแผนให้ทุกอย่างมีจุดร่วมกันตรงกลางจึงได้ผลลัพธ์เป็นแอนิเมชันความยาวประมาณ 7 นาที



บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต. (2564). *เครียด ซึมเศร้า หดหู่ ปัญหาทางใจยุคโควิดระบาด*. สืบค้นจาก <https://dmh.go.th/news/view.asp?id=2409>
- กิริยา กุลกลการ, อนันต์ ภาวสุทธิไพจิฐ, และศุทธธาดา นพวิญญวงษ์. (2563). *รายงานการวิจัยเรื่องผลกระทบของ COVID-19 ต่อการส่งเสริมการมีงานทำ*. กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ตฤณา จำปาวัลย์. (2560). แนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยา. *วารสารพุทธจิตวิทยา*, 2(2), 1-11.
- ทรูปลูกปัญญา. (2564). *หลักการพื้นฐาน 12 ข้อของการทำ Animation*. สืบค้นจาก <https://www.trueplookpanya.com/learning/detail/7993>
- บุญธิดา เสี่ยงมนตร. (2564). *วิกฤติเศรษฐกิจ วิกฤติคน ส่องปัญหาสุขภาพจิตประเทศไทยในช่วงวิกฤติโควิด-19 ผ่านมุมมองของนักเศรษฐศาสตร์*. สืบค้นจาก <https://www.pier.or.th/abridged/2021/08/>
- ปรานี ปวีณชนา. (2564). *ดูแลใจอย่างไรเมื่อเราเป็นเด็กจบใหม่ในยุคโควิด*. สืบค้นจาก https://www.manarom.com/blog/graduate_student_mental_health_during_pandemic.html
- มาโนช หล่อตระกูล. (2565). *โรคซึมเศร้าโดยละเอียด*. สืบค้นจาก <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramamental/generalknowledge/general/09042014-1017>
- โรงพยาบาลพริ้นซ์ สุวรรณภูมิ. (2560). *โรคซึมเศร้า ยุค COVID ใกล้เคียงกว่าที่คิด*. สืบค้นจาก <https://www.princsuvarnabhumi.com/articles/content-depression-covid>
- วิธิตา แอนิเมชั่น. (2564). *ANIMATION แอนิเมชัน คืออะไร*. สืบค้นจาก <https://vithita.com/animation101/>
- ศูนย์เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์. (2566). *ปัญหาการฆ่าตัวตายในคนไทย ปี 2565*. สืบค้น 5 พฤศจิกายน 2566, จาก <https://suicide.dmh.go.th/news/files/สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัญหาการฆ่าตัวตายv2.1.pdf>
- อิสรากรณ์ ผู้กฤตยาภามี. (2565). *Cyberpunk: Edgerunners มนุษย์ จักรกล และความหมายของชีวิต*. สืบค้นจาก <https://themomentum.co/screenandsound-cyberpunk/>

บรรณานุกรม(ต่อ)

- Charles Yeager & Steven Bernstein. (2022). *บลูสกรีนกับกรีนสกรีน*. Retrieved from https://www.adobe.com/th_th/creativecloud/video/discover/blue-screen-vs-green-screen.html
- Craig Pearson. (2023). *ทุกสิ่งที่เราทราบเกี่ยวกับ The Last of Us Part 1*. Retrieved September 19, 2023, from <https://store.epicgames.com/th/news/everything-we-know-about-the-last-of-us-part-1>
- Hfocus. (2023). *ภาวะสังคมไทย 2565 ป่วยซึมเศร้าพุ่งสูง แนวโน้มวัยรุ่น-วัยทำงานฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้น*. Retrieved from <https://www.hfocus.org/content/2023/03/27358>
- Lancet. (2021). *Covid-19 pandemic causes steep rise in anxiety, depression cases*. Retrieved September 19, 2023, from <https://www.livemint.com/news/india/covid19-pandemic-causes-steep-rise-in-anxiety-depression-cases-lancet-11633747853630.html>
- Laurie Jones. (2021). *Getting Started With Blender: An Introduction to Physics*. Retrieved from <https://www.makeuseof.com/blender-introduction-to-physics/>
- Mario Kewdang. (2018). *12 ข้อที่ช่วยให้ Animation 2D ของคุณมีความน่าสนใจมากยิ่งขึ้น*. Retrieved from <https://medium.com/artisan-digital-agency/12-ข้อที่ช่วยให้-animation-2d-ของคุณมีความน่าสนใจมากยิ่งขึ้น-bfcf26b79e20>
- Patta.pond. (2021). *คอนเทนต์แบบไหนที่ต้องติด Trigger warning สักนิด ก่อนคิดจะโพสต์*. Retrieved from <https://www.mangozero.com/trigger-warning-content/#:~:text=เนื้อหาแบบไหนที่ควรติด%20Trigger%20Warnings&text=การล่วงละเมิดเด็ก%20%2F%20การ,หรือการตายของสัตว์>
- Psych2Go. (2022). *This Is How Depression Feels*. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=Ii53BtHLnGk>
- Square Enix. (2018). *What is FINAL FANTASY XV*. Retrieved from <https://finalfantasyxv.square-enix-games.com/en/overview>
- The Standard. (2022). *แต่โควิด-19 ก่อนกลายเป็นโรคประจำถิ่น*. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=X4_vshZrKhs&t=26s
- The Upwork Team. (2021). *What Is 3D Animation? Types, Processes, and Uses*. Retrieved from <https://www.upwork.com/resources/what-is-3d-animation>

บรรณานุกรม(ต่อ)

Williams R. (2009). *The animator's survival kit: A manual of methods, principles and formulas for classical, computer, games, stop motion and internet animators*. London: Faber and Faber.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองเนื้อหาแอนิเมชันและหนังสือตอบรับการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ




เอกสารรับรองเนื้อหาแอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง 'Stay Away'

ใบรับรองเอกสาร

วันที่ 21 / 11 / 2566

ข้าพเจ้า อาจารย์ล่อ สิงห์โชติสุขแพทย์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา และหัวหน้าสาขาวิชา
การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ ผู้เชี่ยวชาญ
การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต ขอรับรองว่าเนื้อหาในบทภาพยนตร์แอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง Stay Away
จัดทำโดย นางสาวเอวารินทร์ ไชยบุตร สามารถส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าภายใต้
บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19 ได้


(ลงชื่อ)  ผู้รับรอง

(อาจารย์ล่อ สิงห์โชติสุขแพทย์)

(ลงชื่อ)  ผู้ถูกรับรอง

(นางสาวเอวารินทร์ ไชยบุตร)

เอกสารหนังสือตอบรับการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการพัฒนาแอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง 'Stay Away'



ที่ อว ๐๖๑๘ พยศ/๐๐๐๓ (๖๗)

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์
 ๘๓ หมู่ ๑๑ ถนนสระบุรี – หล่มสัก
 ต.สะเดียง อ.เมืองเพชรบูรณ์
 จังหวัดเพชรบูรณ์ ๖๗๐๐๐

๑๒ มกราคม ๒๕๖๗

เรื่อง ตอบรับการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการพัฒนาวิทยานิพนธ์


เรียน คณะบดีคณะดิจิทัลอาร์ต มหาวิทยาลัยรังสิต

ตามหนังสือคณะดิจิทัลอาร์ต มหาวิทยาลัยรังสิต ที่ ตจอ.๓๔๐๐ ลงวันที่ ๔ มกราคม ๒๕๖๗ ได้ขอเชิญอาจารย์ลลอ สิงห์โชติสุขแพทย์ บุคลากรในสังกัดคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการให้ข้อมูล ที่ใช้ในการพัฒนาวิทยานิพนธ์ของ นางสาวเอวารินทร์ ไชยบุตร นักศึกษาหลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ต คณะคณะดิจิทัลอาร์ต มหาวิทยาลัยรังสิต เรื่อง การออกแบบแอนิเมชัน ๓ มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-๑๙ นั้น

เพื่อให้การพัฒนาวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาภายในหลักสูตร ฯ บรรลุตามวัตถุประสงค์ในการนี้ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ จึงขอตอบรับการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการพัฒนาวิทยานิพนธ์ คือ อาจารย์ลลอ สิงห์โชติสุขแพทย์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัชยา บุรเดานินท์)
 คณะบดีคณะพยาบาลศาสตร์
 มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์

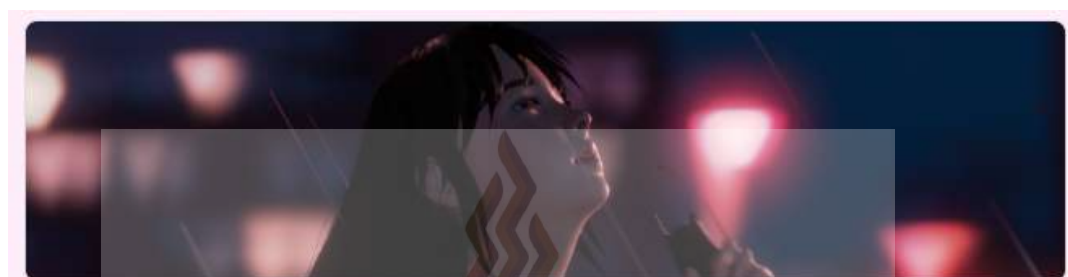
คณะพยาบาลศาสตร์ โทร: ๐๕๖ ๗๑๗๑๐๐ ต่อ ๘๖๑๐
 Email : nurse.pcru.ac.th
 อาจารย์ลลอ สิงห์โชติสุขแพทย์ ๐๘๑ - ๘๔๔๔๐๘๓

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างแบบสอบถามออนไลน์

มหาวิทยาลัยรังสิต Rangsit University

แบบสอบถามความเห็นประกอบการศึกษาการวิจัยเรื่อง 'การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19' สำหรับผู้รับชมภาพยนตร์แอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง 'Stay Away' สร้างจากเว็บไซต์ Google Form



แบบสอบถามความเห็นประกอบการศึกษาการวิจัยเรื่อง 'การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19' สำหรับผู้รับชมภาพยนตร์แอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง 'Stay Away'

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ในการประกอบการศึกษางานวิจัยและเป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ ในหลักสูตรศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ต คณะดิจิทัลอาร์ต มหาวิทยาลัยรังสิต

เรื่อง การออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจบุคคลที่ประสบกับภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ภายใต้บริบทของการระบาดของโรคโควิด-19

การออกแบบแอนิเมชันนี้นำเสนอผลงานเพื่อให้ผู้คนตระหนักได้ว่าสุขภาพจิตเป็นเรื่องสำคัญอย่างหนึ่ง ที่สมควรได้รับการดูแลหรือการช่วยเหลือที่เหมาะสม และตระหนักถึงผลกระทบที่ตามมาของ การปิดเมือง(lockdown) การเว้นระยะห่างเพื่อป้องกันระบาดของโรค(distancing) รวมถึงระยะเวลาในการระบาดที่ยาวนาน ส่งผลทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่เพิ่มขึ้นมากจนเป็นตัวเลขที่สังคมควรตระหนักและให้ความช่วยเหลือผู้คนรอบข้างเพิ่มมากขึ้น

งานออกแบบแอนิเมชันเรื่องนี้เป็นสื่อในการถ่ายทอดแนวคิดและทฤษฎีภาวะซึมเศร้าทางจิตวิทยา ช่วยส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจต่อผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งเป็นปัญหาของช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงานหรือช่วงอายุ 15-34 ปี ในสถานการณ์โรคโควิด-19 ที่เป็นกลุ่มอายุที่มีการฆ่าตัวตายสูงสุด เพื่อถ่ายทอดสาเหตุและความรู้แก่บุคคลทั่วไปแต่เนื่องจากกฎหมายเกี่ยวกับภาพยนตร์และสื่อทั่วไป จำเป็นต้องมีการจำกัดอายุในการเข้าถึงเนื้อหากฎหมายเกี่ยวกับ แอนิเมชันให้จำกัดการเข้าถึงอยู่ที่อายุ 18 ปีขึ้นไปเท่านั้น เนื่องจากมีเนื้อหาที่ถูกจัดอยู่ในประเภทของความจริงทางจิตใจซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อจิตใจสำหรับบางคนได้

ผู้วิจัยจึงอยากที่จะทำการส่งเสริมหัวข้อสุขภาพจิต เพื่อให้ผู้คนเกิดความสนใจในด้านนี้ โดยใช้แอนิเมชันเป็นสื่อในการถ่ายทอด โดยหวังว่าผู้รับชมได้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาสุขภาพจิตได้มากขึ้น

เนื้อหาทั้งหมดมีองค์ประกอบเกร็ดเนื้อหาเกี่ยวกับ

1. ปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19
 2. สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาภาวะซึมเศร้าในสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19
 3. สาเหตุสำคัญที่การระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อที่รุนแรงจนก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต
 4. ปัญหาที่ยากต่อการฟื้นฟูสุขภาพจิตในสถานการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19
 5. ปัจจัยเงื่อนไขที่มีอิทธิพลในกระบวนการฆ่าตัวตาย
 6. อาการข้อสำรวจการวินิจฉัยโรคซึมเศร้า 9 ข้อจากเกณฑ์ทางการแพทย์
- โดยเนื้อหาทั้งหมดจะได้รับการปรึกษาจากอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญจิตแพทย์จากสาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชเพื่อความถูกต้องและเหมาะสมต่อการเผยแพร่

-----*-----

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่รับชม “ภาพยนตร์แอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง Stay Away”

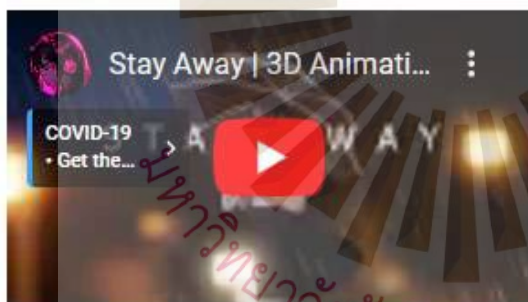
แบบสอบถามจะ แบ่งออกเป็น 2 ส่วนดังนี้

- ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
- ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการออกแบบผลงานแอนิเมชัน

ภาพตัวอย่างจากแอนิเมชัน Stay Away



Animation | Stay Away



มหาวิทยาลัยรังสิต Rangsit University

Section 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

- รับชมภาพยนตร์ก่อนทำแบบสอบถาม -

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้รับชมภาพยนตร์แอนิเมชัน 3 มิติ เรื่อง 'Stay Away'

เพศ *

- ชาย
- หญิง
- เพศทางเลือก

อายุ *

- 18 - 35 ปี
- 36 - 59 ปี
- 60 ปีขึ้นไป

ท่านเป็นผู้มีความสนใจในงานแอนิเมชันหรือไม่ *

- ใช่
- ไม่ใช่

ท่านเป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับการผลิตและออกแบบแอนิเมชันหรือไม่ *

- ใช่
- ไม่ใช่

Back

Next

Clear form

Section 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการออกแบบผลงานแอนิเมชัน

- ตอบคำถามโดยเลือกหมายเลขที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน -

5 หมายถึง ดีมาก

4 หมายถึง ดี

3 หมายถึง ปานกลาง

2 หมายถึง พอใช้

1 หมายถึง ปรับปรุง

การประเมินด้านการออกแบบผลงานแอนิเมชัน

การออกแบบตัวละครมีความสวยงามเหมาะสมกับเนื้อหา *

	1	2	3	4	5	
ปรับปรุง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ดีมาก

การออกแบบฉากและอุปกรณ์ประกอบมีความสวยงามเหมาะสมกับเนื้อหา *

	1	2	3	4	5	
ปรับปรุง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ดีมาก

การออกแบบแสงมีความสวยงาม *

	1	2	3	4	5	
ปรับปรุง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ดีมาก

การออกแบบลำดับภาพมีความเข้าใจง่าย *

	1	2	3	4	5	
ปรับปรุง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ดีมาก

การออกแบบเสียงดนตรีและเสียงประกอบมีความเหมาะสม *

	1	2	3	4	5	
ปรับปรุง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ดีมาก

การประเมินด้านเนื้อหาแอนิเมชัน

ความเข้าใจเนื้อเรื่องโดยรวม *

	1	2	3	4	5	
ปรับปรุง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ดีมาก

เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีภาวะซึมเศร้ามากขึ้น *

	1	2	3	4	5	
ปรับปรุง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ดีมาก

เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีประสบการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 มากขึ้น *

1 2 3 4 5

ปรับปรุง ดีมาก

เนื้อหาสามารถส่งเสริมความเข้าใจผู้ที่มีอายุ 15-34 ปี หรือช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงาน ที่ได้ ประสบการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 มากขึ้น *

1 2 3 4 5

ปรับปรุง ดีมาก

ขอขอบคุณ

ขอขอบคุณทุกท่านสำหรับการให้ความร่วมมือให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการศึกษาการวิจัยเรื่อง 'การ ออกแบบแอนิเมชัน 3 มิติ เพื่อส่งเสริมให้เข้าใจผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าในช่วงวัยเข้าสู่การเริ่มทำงานต่อ สถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19'

Back

Submit

Clear form

มหาวิทยาลัยรังสิต Rangsit University

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	เอวารินทร์ ไชยบุตร
วัน เดือน ปีเกิด	9 พฤษภาคม 2541
สถานที่เกิด	จังหวัดลำพูน ประเทศไทย
ประวัติการศึกษา	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีมีเดีย, 2564 มหาวิทยาลัยรังสิต ปริญญาศิลปมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์อาร์ต, 2566
ที่อยู่ปัจจุบัน	88 หมู่ที่ 3 ต.ท่าผา อ.แม่แจ่ม จ.เชียงใหม่ 50270

