

ทฤษฎีจิตวิทยาสู่การพัฒนาสื่ออินโฟกราฟิก
เสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง
Psychological Theories for Development of Infographic Media
to Enhance Life Skills on Violence Prevention

นววิช นวชีวินมัย *

Nawawit Navachewinmai *

Email : nawawit54@gmail.com

วันที่รับบทความ	24 สิงหาคม 2565
วันที่แก้ไขบทความ	7 กันยายน 2565
วันที่ตอบรับบทความ	30 กันยายน 2565

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอทฤษฎีจิตวิทยาสู่การพัฒนาสื่ออินโฟกราฟิกเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ซึ่งผู้เขียนได้นำเสนอนิยามสื่ออินโฟกราฟิก หลักการออกแบบและพัฒนาสื่ออินโฟกราฟิก อีกทั้งผู้เขียนยังนำเสนอสื่ออินโฟกราฟิกที่เกี่ยวข้องทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ตลอดจนทฤษฎีจิตวิทยาที่ประยุกต์ใช้กับสื่ออินโฟกราฟิกเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง

คำสำคัญ: อินโฟกราฟิก / ทักษะชีวิต / การป้องกันการใช้ความรุนแรง

Abstract

This article aims to present psychological theories for development of infographic media to enhance life skills on violence prevention. The author presented definition of infographic media, the infographic development concept and the content of infographic media that concern with life skills on violence prevention. In addition, the author presented psychological theories which were integrated in infographic media to enhance life skills on violence prevention.

Keywords: Infographic Media / Life Skills / Violence Prevention

* อาจารย์ประจำ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

* Lecturer, Nakhon Pathom Rajabhat University

บทนำ

ความรุนแรงเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นอย่างต่อเนื่อง โดยข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตในปี พ.ศ. 2561 ในประเด็นการช่มเหงรังแก จากโครงการติดตามสภาวะการณ์เด็กและเยาวชนเป็นรายจังหวัด ระบุสถิติว่า มีเด็กวัยรุ่นที่ถูกกระทำความรุนแรงมากกว่า 6 แสนรายต่อปี อีกทั้งเมื่อสืบค้นข้อมูลย้อนหลังไปในปี พ.ศ. 2553 ยังพบอีกว่ามีสถิติเยาวชนเคยถูกกระทำการช่มเหงรังแก ทำร้ายด้วยความรุนแรง เท่ากับ ร้อยละ 43 (เบญจพร ตันตสุติ, 2562) ซึ่งจะเห็นได้ว่าปัญหาที่วัยรุ่นตกเป็นเหยื่อถูกกระทำความรุนแรงนั้นเกิดขึ้นเป็นจำนวนมากอีกทั้งยังเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เมื่อกล่าวถึงความรุนแรง มีการให้คำจำกัดความว่าเป็นการแสดงพฤติกรรมที่ล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลซึ่งมนุษย์ทุกคนพึงมี อีกทั้งยังเป็นกระทำที่ทำให้บุคคลได้รับความเจ็บปวดไม่สบายทั้งร่างกายและจิตใจโดยเจตนาและเกิดขึ้นต่อเนื่อง ซึ่งความรุนแรงนั้น ปรากฏได้ทั้งการแสดงออกทางร่างกายในรูปแบบการทำร้ายร่างกาย การทะเลาะวิวาท ต่อยตี รวมถึงปรากฏได้ในการกระทำต่อจิตใจ ทั้งความคิด อารมณ์ ความรู้สึก อีกทั้งยังเกิดได้ผ่านการแสดงพฤติกรรมรุนแรงทางวาจาที่ปรากฏ ทั้งการพูดเยาะเย้ย ดูหมิ่น ช่มชู้ คุกคาม ฯลฯ มุ่งร้ายให้ผู้อื่นเสียหายทางจิตใจ รู้สึกหวาดระแวงไม่ปลอดภัย (ศรีธัญญา อิชิตะ, 2553)

จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นว่าความรุนแรงเกิดขึ้นได้ทุกบริบทการใช้ชีวิต ดังนั้น การพิจารณาถึงแนวทางการช่วยเหลือวัยรุ่นผู้ถูกกระทำความรุนแรง จึงควรดำเนินการในเชิงของการป้องกันและส่งเสริมพัฒนาทักษะที่พึงประสงค์ จะพบว่าการพัฒนาทักษะชีวิตที่เสมือนภูมิคุ้มกันให้วัยรุ่นสามารถป้องกันและรับมือกับความรุนแรงที่จะเข้ากระทบกับชีวิตของตนเองไม่ว่าจะรูปแบบใด ไม่ว่าจะเกิดในช่วงเวลาใดจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง แต่เมื่อมองถึงบริบทของการพัฒนานั้น ก็จำเป็นจะต้องมีสื่อหรือตัวกลางที่จะนำพาความรู้และประสบการณ์ของทักษะชีวิตไปสู่วัยรุ่น ซึ่งเมื่อพิจารณาวัยรุ่นในยุคนี้ก็จะเห็นได้ว่า สื่อสมัยใหม่อย่างสื่ออินโฟกราฟิกถือเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของวัยรุ่นอย่างมาก (นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล, 2558) ซึ่งถือเป็นสื่อที่สอดคล้องกับสมอง และรูปแบบการเรียนรู้ของเด็กวัยรุ่นในยุคนี้เป็นอย่างยิ่ง ด้วยการนำเสนอ ที่สามารถสื่อสารข้อมูลที่ยุ่งยากซับซ้อนได้อย่างเป็นลำดับขั้นตอนชัดเจน เอื้อต่อการเข้าใจ มีลักษณะที่เร้าความสนใจเป็นอย่างยิ่ง สามารถออกแบบจัดทำเป็นเรื่องราวได้ชัดเจน สามารถเชิญชวนวัยรุ่นหรือผู้รับสื่อให้เข้ามาสนใจเนื้อหาได้ อีกทั้งยังสามารถตอบสนองวัยรุ่นที่มีความหลากหลายทั้งประเด็นของระดับเชาวน์ปัญญา และ แรงจูงใจ จึงทำให้เป็นสื่อที่มีประสิทธิภาพอย่างยิ่งในการถ่ายทอดเนื้อหาของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงได้อย่างเหมาะสม

นิยามของอินโฟกราฟิก (Infographic)

อินโฟกราฟิก (Infographic) มาจากคำว่า “Information Graphic” ซึ่งหมายถึง การนำข้อมูล หรือสารสนเทศที่มีรายละเอียด มาออกเพื่อการนำเสนอให้เข้าใจต่อความเข้าใจในเวลาทีรวดเร็ว (Lamb and Johnson, 2014) โดยนำเสนอด้วยการออกแบบ จัดสรร จัดวางองค์ประกอบข้อมูลให้เป็นภาพ กราฟิก สัญลักษณ์หรือตัวอักษร มาประกอบกันในกระบวนการออกแบบ เพื่อให้ได้กราฟิกที่ออกมามีความน่าสนใจ ดึงดูดให้ผู้รับสารเกิดแรงจูงใจที่จะรับข้อมูล ตลอดจนผู้รับสารสามารถเข้าใจข้อมูลที่นำเสนอได้โดยง่าย แม้ว่าข้อมูลนั้นจะซับซ้อนก็ตาม (จรงค์ เทศนา, 2560)

ลักษณะรูปแบบของอินโฟกราฟิก สามารถจำแนกเป็นรูปแบบต่าง ๆ (วิไลภรณ์ ศรีไพศาล, 2559) ได้ดังต่อไปนี้

1. แบบภาพนิ่ง (Static Infographics) เป็นรูปแบบที่ถูกจัดทำออกแบบแล้วเผยแพร่ในลักษณะเป็นกราฟิกที่ชัดเจนไม่สามารถแก้ไขปรับปรุงเนื้อหาได้สะดวกนัก แต่ถือเป็นวิธีการที่สะดวกต่อการเผยแพร่ข้อมูล รวมถึงสะดวกต่อการแชร์ข้อมูลทั้งในระบบออนไลน์และการส่งข้อมูลในรูปแบบเอกสาร เช่น แผนพับ โปสเตอร์ หนังสือภาพ หรือเป็นส่วนหนึ่งในบทความในนิตยสาร หรือหนังสือพิมพ์ ภาพกราฟิกประกอบข่าวโทรทัศน์ รวมถึงการนำไปใช้ประกอบบทความในเว็บไซต์ การส่งต่อใน Social Media เช่น LINE, Facebook, Instagram

2. แบบมีปฏิสัมพันธ์ (Interactive Infographics) เหมาะกับการบรรยายข้อมูลที่มีปริมาณมากและซับซ้อน ผู้รับสื่อสามารถมีส่วนร่วมในการตอบโต้ ต่อยอดเนื้อหาที่ถ่ายทอดผ่านสื่อตลอดการรับข้อมูลเชิงลึกเพิ่มเติมได้ตลอด ซึ่งเป็นสื่อที่ผู้สร้างสามารถเปลี่ยนแปลงเนื้อหาหรือปรับปรุงข้อมูลให้เป็นปัจจุบันได้

3. แบบภาพเคลื่อนไหว (Motion Infographics) เป็นการสร้างภาพกราฟิกให้มีการเคลื่อนไหวได้ในหลายมิติ เป็นการสร้างภาพเคลื่อนไหวให้กราฟิก และใช้การพากย์เสียงบรรยายประกอบ ซึ่งช่วยดึงดูดให้ผู้ชมได้รับข้อมูลที่กระชับ จัดเรียงเป็นขั้นตอนง่ายต่อการเข้าใจ อีกทั้งยังสามารถมีแสงสีเสียงภาพเคลื่อนไหวที่ช่วยเร่งเร้า จูงใจความรู้สึกให้ผู้รับสื่อมีความสนใจ ตลอดจนมีส่วนร่วมได้มากกว่าแบบภาพนิ่งและแบบมีปฏิสัมพันธ์ได้ตอบ

เมื่อก้าวถึงบริบทของการใช้สื่ออินโฟกราฟิกเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นนั้น ผู้เขียนมองว่าควรใช้สื่ออินโฟกราฟิกแบบภาพเคลื่อนไหว (Motion Infographics) เพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะของวัยรุ่นในยุคปัจจุบันที่เรียกว่า เด็กยุคดิจิทัล (Digital Generation) ที่มีธรรมชาติการรับรู้ซึ่งคุ้นเคยกับเทคโนโลยีดิจิทัล โดยมีการอธิบายว่าสมองของเด็กในยุคดังกล่าว จะมีลีลาการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับสื่อ ที่ต้องมีความรวดเร็วเคลื่อนไหวเร้าความสนใจ ต้องมีความกระชับ ไม่เยิ่นเย้อ มีการจัดเรียงที่ชัดเจนเป็นขั้นตอน มีแสงสีเสียงที่ดึงดูดใจ ในลักษณะของภาพเคลื่อนไหว รวมถึงขึ้นข้อสื่อที่เป็นรูปธรรมและมีความเป็นพลวัต (นวลจันทร์ จุฑาภักติกุล, 2558) จึงสามารถกล่าวได้ว่าการเลือกใช้อินโฟกราฟิกแบบภาพเคลื่อนไหว ถือว่าเป็นสื่อที่สอดคล้องกับการเรียนรู้ของสมองและรูปแบบการเรียนรู้วัยรุ่นยุคปัจจุบัน ด้วยการนำเสนอที่สามารถสื่อสารข้อมูลที่แม้จะยุ่งยากซับซ้อน แต่กลับสามารถนำเสนอได้อย่างเป็นลำดับขั้นตอนชัดเจน เอื้อต่อการเข้าใจ มีลักษณะที่เร้าความสนใจเป็นอย่างยิ่ง สามารถออกแบบจัดทำเป็นเรื่องราวได้ชัดเจน สามารถเชิญชวนผู้รับชมสื่อให้เข้ามาสนใจเนื้อหาได้ สามารถตอบสนองผู้เรียนมีความหลากหลายทั้งประเด็นของระดับเขาวนปัญญา และ แรงจูงใจ จึงทำให้เป็นสื่อที่มีประสิทธิภาพอย่างยิ่ง อีกทั้งการสื่อสารด้วยอินโฟกราฟิก สามารถดำเนินการรับชมสื่อผ่านการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่มีหน้าจอแสดงผลสามารถเล่นภาพเคลื่อนไหวและรับส่งข้อมูลผ่านทางอินเทอร์เน็ตได้ เช่น คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ ฯลฯ ซึ่งถือว่าเป็นอุปกรณ์ที่สอดคล้องกับลักษณะของวัยรุ่นและสถานการณ์การใช้อินเทอร์เน็ตและอุปกรณ์ดิจิทัลที่แพร่หลายมากขึ้นในยุคปัจจุบันเป็นอย่างยิ่ง

เนื้อหาสาระ

หลักการออกแบบและพัฒนาสื่ออินโฟกราฟิก

วิไลภรณ์ ศรีไพศาล (2559) กล่าวว่า กระบวนการการออกแบบและพัฒนาอินโฟกราฟิก ดังนี้

1. วิเคราะห์เนื้อหา (Analysis) ค้นหา สืบหาและรวบรวมข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาจับใจความของเนื้อหา และย่อเนื้อหาให้กระชับ แยกประเภทของข้อมูลให้เป็นหมวดหมู่เพื่อง่ายต่อการจัดลำดับใจความสำคัญพิจารณาข้อมูลที่มีอยู่ว่าจะนำเสนอสร้างเรื่องราวให้เข้าใจง่าย ตลอดจนต้องตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลก่อนนำมาออกแบบ อีกทั้งผู้พัฒนายังต้องคำนึงความน่าสนใจของเรื่องราวที่จะถูกถ่ายทอดด้วย (จรงค์ เทศนา, 2555)

2. ออกแบบ (Design) ต้องมีรูปแบบ แบบแผนโครงสร้าง และความสวยงาม โดยออกแบบให้เข้าใจง่าย ใช้งานง่าย และใช้ได้จริง โดยต้องพิจารณาวิธีการเล่าเรื่องหรือรูปแบบการนำเสนอวางแผนการเล่าเรื่องว่าจะเริ่มต้นอย่างไร จัดลำดับความสำคัญโดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น ส่วน ๆ แต่ละส่วนมีประเด็นหลักและประเด็นรอง (เนื้อหา) และจะลงท้ายอย่างไร (บทสรุป) ผู้ออกแบบต้องมีทักษะในการเล่าเรื่องให้กระชับ มีความสามารถในการเลือกใช้ถ้อยคำที่สั้นแต่มีความหมายครบถ้วน และโดนใจผู้อ่าน

3. ดำเนินการ (Implement) เปลี่ยนข้อความที่เป็นภาพ สร้างและจัดเรียงกราฟิกซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ เช่น เส้น กล้อง ลูกศร สัญลักษณ์ กราฟ แผนภูมิ แผนภาพ แผนที่ ฯลฯ ให้สื่อความหมายตามที่ออกแบบไว้ ในขั้นตอนนี้จะต้องมีทักษะในการใช้องค์ประกอบศิลป์ เพื่อดึงดูดความสนใจให้มีความน่าสนใจ

4. ตรวจสอบ (Testing) ว่ากราฟิกมีความถูกต้องตรงกับข้อมูลหรือไม่

5. ประเมินผล (Evaluation) ว่าสามารถสื่อสารได้ตรงตามวัตถุประสงค์หรือไม่ หากยังไม่สามารถสื่อความหมายตามต้องการได้ ให้วิเคราะห์อีกครั้ง แล้วปรับปรุงวิธีการเล่าเรื่องหรือรูปแบบการนำเสนอ รวมทั้งปรับปรุงกราฟิกหรือสร้างชิ้นงานใหม่ สุดท้ายคือทดสอบและประเมินผลดำเนินการเช่นนี้เรื่อยไปจนกว่าชิ้นงานที่สร้างขึ้นจะบรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการ จึงนำไปเผยแพร่ในสื่อต่าง ๆ ต่อไป

สื่ออินโฟกราฟิกที่เกี่ยวข้องทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง



ภาพที่ 1 ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกที่ยกตัวอย่างความรุนแรงในวัยรุ่น

อินโฟกราฟิกแบบภาพเคลื่อนไหว นั้น เป็นสื่อที่สามารถสื่อสารข้อมูลให้มีความชัดเจน ควบคู่กับภาพกราฟิก สีที่สวยงาม อีกทั้งยังนำเสนอข้อมูลและตัวละครที่เคลื่อนไหว พร้อมเสียงประกอบที่ช่วยจูงใจให้วัยรุ่นเกิดการเรียนรู้ ซึ่งในการพัฒนาสื่ออินโฟกราฟิกผู้พัฒนาสื่อ มีความจำเป็นต้องศึกษาและวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อให้เกิดความเข้าใจในบริบทของทักษะชีวิต

เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ด้วยลักษณะของวัยรุ่นในปัจจุบันจะพบว่าการนำเสนอด้วยอินโฟกราฟิกจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ทั้งในเรื่องของความน่าสนใจ การจัดเรียงเนื้อหาที่ง่ายต่อความเข้าใจ ตอบสนองลีลาการเรียนรู้ทั้งภาพ เสียง ตัวอักษร ตลอดจนสิ่งเหล่านี้ยังเอื้อให้เกิดการจดจำที่ดีอีกด้วย จากภาพที่ 1 จะเห็นว่าลักษณะการนำเสนอของอินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวมีการนำเสนอที่มุ่งเน้นประเด็นทั้งหมด 3 ประเด็น

1. ความน่าสนใจ (Appeal) เร้าความรู้สึก การดึงดูดผู้ชม การสร้างแรงจูงใจให้อยากที่จะรับชมสื่อ หรือแม้กระทั่งการกระตุ้นให้ผู้รับสื่อมีส่วนร่วมทั้งความคิด อารมณ์ หรือแม้กระทั่งพฤติกรรม

2. ความเข้าใจ (Comprehension) โดยการใช้การสื่อสารด้วยการให้ข้อมูลที่ชัดเจน กระชับ เป็นประเด็น แล้วตามด้วยการอธิบายขยายเสียงด้วยเสียง มีการจัดเรียงข้อมูลที่เรียงลำดับให้ง่ายต่อการแยกแยะได้อย่างชัดเจน อีกทั้งจากประเด็นทั้งเรื่องของสี เสียง การจัดเรียงเนื้อหา ความน่าสนใจ

3. การจดจำของสมองมนุษย์ (Retention) ที่เมื่อได้เรียนรู้อะไรก็ตามจะมีการจัดเก็บข้อมูลเป็นรหัส (Encoding) ก่อนจัดเก็บไว้ในความทรงจำระยะยาว (Storage) และเมื่อจะเรียกคืนข้อมูลกลับมาใช้ (Retrieve) จะต้องอาศัยคำใบ้ (Cues) ที่ตรงกับรหัสที่บันทึกลงไปเพื่อเรียกคืนข้อมูล ซึ่งภาพจากสื่อ หรือ ข้อความที่ได้มีการสรุปเป็นประเด็นเป็นคำที่มีความกระชับจะง่ายต่อการเป็นคำใบ้ให้วัยรุ่นในการจดจำและเรียกคืนข้อมูลจากการรับข้อมูลผ่านสื่ออินโฟกราฟิก

เนื้อหาและการออกแบบของสื่ออินโฟกราฟิกทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง

ในการพัฒนาสื่ออินโฟกราฟิกมีความจำเป็นต้องศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลเนื้อหาของประเด็นที่ต้องการนำเสนอให้ชัดเจนถูกต้องก่อนในเบื้องต้น จนกระทั่งนำไปสู่การออกแบบข้อมูลเนื้อหา รวมถึงการเขียนสตอรี่บอร์ดอินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวเพื่อนำเสนอเรื่องราว ซึ่งถือเป็นขั้นตอนการร่างภาพอินโฟกราฟิกแต่ละภาพมาเรียงให้เห็นความต่อเนื่อง ถูกต้อง เหมาะสม ง่ายต่อการเข้าใจในการสื่อความข้อมูล สื่อสารเรื่องราวที่ต้องการได้ก่อนผลิตสื่ออินโฟกราฟิก โดยข้อมูลนั้นได้จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง การใช้วิธีการเครื่องมือศึกษาข้อมูลจากผู้ที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่ต้องการพัฒนาหรือผู้ที่เชี่ยวชาญมีองค์ความรู้และประสบการณ์ในเรื่องนั้นจริง ๆ ซึ่งจากประเด็นดังกล่าวผู้เขียนขอเสนอข้อมูลที่มาจากการศึกษาและวิเคราะห์เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง หมายถึง ความสามารถในการรับมือและจัดการกับความรุนแรงเกิดขึ้นกับตนเองในฐานะของผู้ถูกระทำความรุนแรง (Violence Victim) ได้รับความเจ็บปวดทั้งทางร่างกาย จิตใจ โดยแสดงถึงความสามารถในการจัดการแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่ตนเองถูกระทำความรุนแรง ก้าวร้าว คุกคาม ข่มเหงรังแก ทั้งทางการกระทำ ทางวาจา ตลอดจนการกีดกันการทำลายสิทธิมนุษยชนของวัยรุ่น ซึ่งทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงนั้น ประกอบด้วย 1) การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด 2) การรับรู้คุณค่าของตนเอง 3) การแก้ปัญหา และ 4) การปฏิเสธและสร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2560)

จากข้อมูลข้างต้นจะพบว่าการถ่ายทอดความรู้ของทักษะชีวิตทั้ง 4 องค์ประกอบ ให้กับวัยรุ่นได้มีความเข้าใจสามารถนำไปใช้ได้ต้องอาศัยการนำเสนอถ่ายทอดด้วยสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหว แต่ก็ด้วยลักษณะธรรมชาติของการพัฒนาทักษะชีวิต ซึ่งเป็นทักษะความสามารถการรับชมเพียงอย่างเดียวอาจไม่เพียงพอต่อการให้วัยรุ่นเกิดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงได้ ดังนั้น เนื้อหาของสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวต้องมีการนำเสนอขั้นตอนการฝึก ตลอดจนนำเสนอสถานการณ์โจทย์การฝึกให้ผู้รับสื่อได้ฝึกการป้องกันการใช้ความรุนแรง เพื่อการประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ทฤษฎีจิตวิทยาที่ประยุกต์ใช้กับสื่ออินโฟกราฟิกเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง

การวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อนำไปสู่การออกแบบสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวที่จะนำไปสู่การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น จำเป็นต้องมีการประยุกต์เลือกใช้แนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาที่จะนำมาเป็นตัวกำหนดทิศทาง (based on) การดำเนินเนื้อหาของสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหว ให้กับกระบวนการพัฒนาตามองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่ได้กล่าวมาข้างต้น ผู้เขียนจึงขอนำเสนอทฤษฎีทางจิตวิทยาที่มีความเกี่ยวข้องกับเนื้อหาของสื่ออินโฟกราฟิกเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง โดยผู้เขียนจำแนกตามองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับฝึกหายใจและผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด

เทคนิคการหายใจลึก ๆ (Deep Breaths) ตามหลักการเทคนิคบูรณาการเพื่อการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นเทคนิคที่มุ่งเน้นให้วัยรุ่นได้ความรู้และฝึกสติอยู่กับปัจจุบัน โดยอาศัยการกำหนดลมหายใจเข้าออกลึก ๆ ซึ่งจะช่วยให้ลดระดับความเครียดด้วยเช่นกัน ซึ่งถือเป็นปัจจัยแรกที่พึงกระทำเมื่อเจอปัญหาความรุนแรง คือ ต้องตั้งสติ ลดระดับอารมณ์ทางลบเพื่อเตรียมรับมือปัญหา โดยในการนำเสนอของสื่ออินโฟกราฟิกสามารถนำเสนอภาพเคลื่อนไหว ที่มีเสียงบรรยายพร้อมตัวอักษรอธิบายขยายความ เป็นขั้นตอนกระบวนการชัดเจน ซึ่งในการกำหนดเนื้อหาและออกแบบสื่อ จะนำเสนอเนื้อหาตามวิธีการ (Thomson, R. 2016) ดังนี้



ภาพที่ 2 ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกนำเสนอขั้นตอนการผ่อนคลายความเครียด

- (1) ให้วัยรุ่นยืนขึ้นอยู่ในท่าทางที่สบายไม่ตึงเกินไป ไม่หย่อนเกินไป ไม่เกร็ง
- (2) ให้วัยรุ่นหายใจเข้าออกผ่านทางจมูก โดยหายใจเข้าท้องพอง หายใจออกท้องยุบ และ (3) ให้วัยรุ่นค่อย ๆ หายใจเข้า โดยหายใจเข้าภายในเวลา 3 วินาที และกลั้นลมหายใจไว้ ภายในเวลา 3 วินาที และค่อย ๆ ปล่อยออกภายในเวลา 3 วินาที

จากภาพที่ 2 จะเห็นว่าเนื้อหาของแนวคิดเทคนิคการหายใจ เพื่อช่วยในการ



ภาพที่ 3 ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกนำเสนอขั้นตอนการผ่อนคลายความเครียด (ต่อ)

พร้อมทั้งส่งเสริมให้วัยรุ่นฝึกทำไปพร้อมกับการรับสื่อได้ด้วย จากภาพที่ 3 จะเห็นการเคลื่อนไหวของตัวละครที่นำขั้นตอนการปฏิบัติได้อย่างเป็นขั้นตอนพร้อมทั้งเสียงและคำบรรยายจากการนำเสนอด้วยสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหว

ตั้งสติและผ่อนคลายความเครียดจะช่วยให้คนได้ผ่อนคลายทางกายเพื่อนำอากาศเข้าสู่ร่างกายเลี้ยงสมองได้อย่างเหมาะสม อีกทั้งส่งผลต่อจิตใจในเรื่องของสติและผ่อนคลายอารมณ์ทางด้านลบ ซึ่งประเด็นเหล่านี้ การใช้สื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวเป็นสื่อในการนำเสนอจะช่วยนำเสนอภาพและเสียงที่น่าสนใจแก่วัยรุ่น พร้อมทั้งสามารถให้ความรู้ที่กระจ่างได้อย่างกระชับ

2. ทฤษฎีการบำบัดความหมายของชีวิตกับการรับรู้คุณค่าของตนเอง

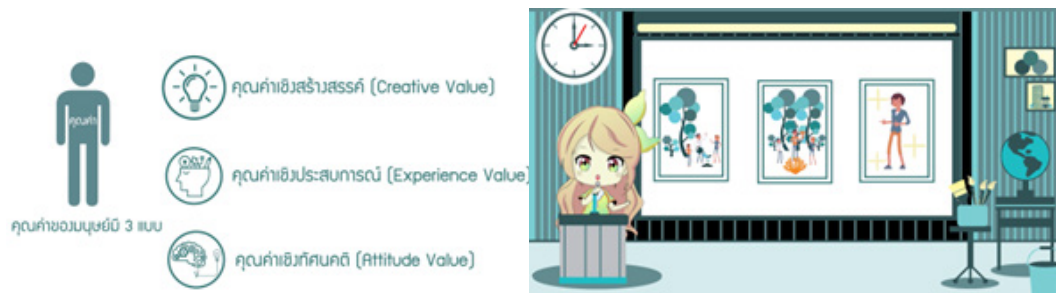
การถูกกระทำความรุนแรงอย่างต่อเนื่อง หลายครั้งผู้ถูกกระทำจะรับรู้คุณค่าในตัวเองต่ำลง ซึ่งจะกลายเป็นปัญหาทางสุขภาพจิตตามมาได้ ดังนั้น เนื้อหาของสื่ออินโฟกราฟิกจึงควรมีการบูรณาการทฤษฎีการบำบัดความหมายของชีวิต (Logo Therapy) ที่มุ่งเน้นให้ความรู้และฝึกให้ผู้รับชมได้มีแนวทางในการหาคุณค่าและความหมายของชีวิตตนเอง ผ่านสำรวจจากประสบการณ์ที่เคยกระทำ หรือ ใช้ความคิดพิจารณาเพื่อให้ทราบคุณค่าของตนเองซึ่งจะสามารถนำไปสู่การมีความหมายของชีวิต (อรัญญา ตัญคำภีร์, 2559) ได้แก่

1) คุณค่าเชิงสร้างสรรค์ (Creative Value) ที่รู้ได้จากการทำกิจกรรม ทำกิจวัตร ทำงานต่าง ๆ ด้วยความตั้งใจ อุตสาหะ หรือ การทำกิจกรรม สร้างผลงานหรือทำผลงานให้ปรากฏเป็นรูปธรรม โดยกิจกรรมหรือผลงานเหล่านี้ ต้องทำด้วยความกระตือรือร้น ทำให้ดีขึ้นกว่าเดิม และ ต้องเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อน เช่น เป็นนักกีฬาฟุตบอล, เป็นลูกหลานที่ช่วยเหลืองานผู้ปกครอง

2) คุณค่าเชิงประสบการณ์ (Experience Value) ที่สามารถรับรู้ได้จากประสบการณ์ที่ตนเองเคยกระทำแล้วมีความสุข รวมถึงเป็นประสบการณ์ที่มีความสุขที่เคยกระทำร่วมกับเพื่อน มิตรสหาย คนในครอบครัว คนรัก โดยเป็นกิจกรรมที่ทำแล้วไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนหรือผิดศีลธรรม เช่น กิจกรรมอาสาที่เคยร่วมกันทำแล้วได้ช่วยเหลือผู้อื่นร่วมกันตั้งแคมป์เที่ยวธรรมชาติ หรือ ร่วมกันฟังเพลงในงานคอนเสิร์ต ฯลฯ

3) คุณค่าเชิงทัศนคติ (Attitude Value) ที่สามารถรับรู้ได้จากการปรับความคิดเห็นของตนเอง ต่อสถานการณ์ที่เป็นปัญหา หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยการเปลี่ยนให้เป็นมุมมองที่สร้างสรรค์ เช่น แม้ว่าจะเจอคนทำไม่ดีกับเรา แต่ก็ถือเป็นประสบการณ์ชีวิต ที่ได้รู้จักนิสัยคน รวมถึงกรณีที่มีคนมาด่าว่าเรา แต่เราก็เลือกมองสิ่งตนเองมีอยู่อย่างสร้างสรรค์ในเชิงที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง เช่น การระบุถึงลักษณะ บุคลิกภาพ นิสัย รูปร่าง หน้าตา ส่วนใดส่วนหนึ่งที่ถือเป็นข้อดีของตนเอง

ซึ่งในการนำเสนอผ่านสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวนอกจากจะให้ข้อมูลและยกตัวอย่างของเนื้อหาคุณค่าของมนุษย์ทั้งสามข้อเพื่อให้วัยรุ่นเกิดความเข้าใจที่ชัดเจนขึ้นแล้ว ยังสามารถนำเสนอโจทย์ให้วัยรุ่นได้ฝึกสำรวจตนเองในการหาค่าคุณค่าของตนเองผ่านการให้โจทย์คำสั่งหรือชิ้นงานในการให้วัยรุ่น วาดภาพกิจกรรมที่ตนเองทำได้ดี กิจกรรมที่ตนเองทำแล้วมีความสุข หรือใช้ฝึกการมองตนเองในเชิงบวกได้อีกด้วย



ภาพที่ 4 (ซ้าย) ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกนำเสนอเนื้อหาของคุณค่าของมนุษย์ทั้ง 3 รูปแบบ และ ภาพที่ 5 (ขวา) ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกนำเสนอการมอบหมายโจทย์การสำรวจคุณค่าของตนเอง

จากภาพที่ 5 จะเห็นถึงการนำเสนอเนื้อหาของสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวสามารถใช้ในการมอบหมายโจทย์ให้วัยรุ่นผู้รับชมสื่อได้ทำการฝึกสำรวจคุณค่าของตนเองผ่านการ วาดภาพกิจกรรมที่ทำแล้วเป็นประโยชน์ กิจกรรมที่ทำแล้วมีความสุขร่วมกับผู้อื่น และการมองตนเองในเชิงบวก ซึ่งอาจมีการให้วาดในเวลาที่กำหนดก็ได้ด้วยเช่นกัน

3. ทฤษฎีการบำบัดความคิดและพฤติกรรมกับการแก้ปัญหา

เมื่อเกิดปัญหาความรุนแรงขึ้นกับตนเอง สิ่งที่ยุ่ควรจะต้องมีความรู้และทักษะ คือ การแก้ปัญหาให้ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งในการนำเสนอข้อมูลของสื่ออินโฟกราฟิกจะอิงเนื้อหาจากทฤษฎีการบำบัดความคิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavioral Therapy) ซึ่งเป็นแนวคิดให้ความรู้ให้แนวทาง ตลอดจนให้วัยรุ่นฝึกแก้ปัญหาโดยมุ่งเน้นที่ใช้ความคิด ซึ่งมุ่งเน้นว่าความคิดและพฤติกรรมของบุคคลมีความเกี่ยวข้องกัน ด้วยมุ่งเน้นกระบวนการและวิธีการแก้ปัญหาที่เป็นวิทยาศาสตร์ ในลักษณะที่ให้แนวทางการแก้ปัญหว่า ให้วัยรุ่นที่เจอระบุปัญหาให้ได้ก่อนว่าอะไรที่ทำให้ตนเองมีความทุกข์ แล้วจึงตั้งสมมติฐานในการแก้ปัญหาหรือการพัฒนาตนเอง รวมถึงการคิดหาแนวทางแก้ปัญหาโดยต้องคิดจากการอาศัยหลักการ เหตุและผล ข้อมูลข้อเท็จจริง หาหลักฐานที่มีแหล่งอ้างอิงสนับสนุนที่เหมาะสม พร้อมทั้งพิจารณาผลที่ตามมาจากการกระทำ และนำไปสู่การวางแผนแนวทางการแก้ปัญหา ซึ่งแนวทางก็ควรเป็นแนวทางที่เฉพาะ (Specific) สามารถวัดประเมินได้ (Measurable) สอดคล้องกับความเป็นจริง (Realistic) และสร้างสรรค์ (Achievable) (Corey, 2016) มีรายละเอียดของเทคนิคที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

A-B-C Framework เป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจความรู้สึก ความคิด เหตุการณ์ และพฤติกรรมของตนเอง โดยประกอบด้วยรายละเอียด คือ

1) A (Activating Events) คือ เหตุการณ์ที่ทำให้ตนเองเป็นทุกข์ นำมาซึ่งปัญหา
 2) C (Consequences) คือ ผลรวมของอารมณ์และพฤติกรรม ที่จะมีผลต่อการตอบสนองของบุคคล ซึ่งอาจเกิดได้ทั้งแง่ดีและไม่ดีก็ได้ A (เหตุการณ์ที่เป็นตัวกระตุ้น) ไม่ใช่สาเหตุ (cause) C (ข้อสรุปของอารมณ์) ในทางกลับกัน

3) B (Beliefs) คือ ความคิด ความเชื่อของบุคคลแต่ละคนที่มีต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (A) ซึ่งความคิด ความเชื่อจะนำไปสู่การเกิด ผลลัพธ์ทางอารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ (C) รวมถึงจะนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมตอบสนองปฏิกิริยาในทิศทางต่าง ๆ

แนวคิดนี้มุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนที่ความคิดความเชื่อ เนื่องจากความเชื่อเกี่ยวกับการปฏิเสธหรือความล้มเหลว (At point B) ซึ่งอาจนำมาสู่สาเหตุของความสะเทือนใจ ความเป็นทุกข์ (At point C) – ซึ่งความล้มเหลวของบุคคลไม่ใช่เพราะเขาเหล่านั้นเจอเหตุการณ์ที่เลวร้าย หรือความล้มเหลวส่วนบุคคล (At point A) เนื่องด้วยธรรมชาติบางครั้งมนุษย์ก็ไม่อาจควบคุมสถานการณ์ เหตุการณ์ความเลวร้ายได้ตลอด มีความเชื่อว่ามนุษย์เรานั้นมีหน้าที่สร้างการตอบสนอง/ ปฏิกิริยาของอารมณ์และการรบกวนด้วยตัวเราเอง และแสดงต่อบุคคลอื่นถึงการเปลี่ยนแปลงความเชื่อไว้ เหตุผลที่อย่างตรง “เหตุ” ของบทสรุปการรบกวนทางอารมณ์ นี่คือหัวใจของการบำบัดแบบเน้นเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

หลังจาก A, B, และ C ตามมาด้วย D (การโต้แย้ง) D รวมรวบวิธีที่จะช่วยให้บุคคลท้าทายความเชื่อไว้เหตุผลของตนเอง มี 3 ส่วนในเรื่องของการโต้แย้งนี้: ตรวจจับ อภิปราย และการเห็นความแตกต่าง บุคคลจะได้เรียนรู้ความแตกต่างของความเชื่อ ทั้งความเชื่อที่นำมาซึ่งอารมณ์และพฤติกรรมที่สร้างสรรค์ รวมถึงความเชื่อที่ไร้เหตุผล (การเอาชนะตัวเอง) ที่มาจากความเชื่อมีเหตุผล (การช่วยเหลือตัวเอง) เมื่อใดก็ตามที่พวกเขาสามารถตรวจจับความเชื่อไร้เหตุผล ถึงสิ่งที่ควรจะได้ “ควรทำ (should)” และ “ต้องทำ (musts)” “การมองโลกในแง่ร้าย (awfulizing)” และ “ตนเองรู้สึกด้อยค่า (self-downing)” ให้บุคคลได้โต้แย้งอภิปรายความเชื่อที่ผิดปกติโดยตามหลักเหตุผล หลักฐาน และในทางปฏิบัติที่ตนต้องถามบุคคล ให้ความคิดความเชื่อของบุคคลถูกปรับเปลี่ยนจากลักษณะที่ไร้เหตุผล

การจัดการกับความเชื่อ ความคิดที่ไร้เหตุผล บุคคลต้องได้รับการฝึกให้มีสติระวัง ความคิดชั่ววูบ (Automatic Thoughts) ที่มักจะเข้ามาเมื่อเจอเหตุการณ์ร้าย เช่น ถูกเพื่อนทุกคนมองเป็นสายตาเดียวกัน แล้วเกิดความคิดชั่วขณะนั้นว่าเพื่อนทั้งหมดเกลียดตนเอง ฯลฯ ซึ่งหลายครั้งผู้เจอความคิดชั่วขณะแบบนี้ อาจปล่อยความคิดความเชื่อของตนเองให้ไหลไปตามความคิดชั่ววูบ ประจุแต่งความคิดให้ยิ่งเลวร้ายขึ้นไปเรื่อย ๆ จนนำไปสู่อารมณ์ความรู้สึกในแง่ลบ จนอาจนำไปสู่การกระทำพฤติกรรมที่ไม่สร้างสรรค์ได้ ดังนั้นบุคคลควรมีวิธีการในการเตือนสติตนเอง ด้วยการใช้วิธีการที่เรียกว่า โซคราติค ไดออล็อก (Socratic Dialogue) ที่เป็นวิธีการในการฝึกให้บุคคลไม่คล้อยไปตามความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล (Negative Thoughts) ที่ใช้ลักษณะของการถามเพื่อกระตุ้นความคิดและสติของบุคคล ซึ่งคำถามควรมีลักษณะ (Corey, 2016) ได้แก่

- 1) ช่วยให้บุคคลได้ระบุแก่นปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างชัดเจน
- 2) ช่วยให้บุคคลตระหนักถึงความคิด ความเชื่อ ณ ขณะนั้นของตนเองได้อย่างชัดเจน
- 3) ช่วยให้บุคคลทดสอบและหาหลักฐานอ้างอิงพิสูจน์ นัยของเหตุการณ์ที่เป็นต้นเหตุทำให้บุคคลนั้นไม่สบายใจ
- 4) ช่วยให้บุคคลคิดพิจารณาเหตุการณ์หรือผลที่มีโอกาสจะตามมาจากการที่ตนเองมีความคิดความเชื่อต่อเหตุการณ์เช่นนั้น ตัวอย่างของคำถามที่ควรให้บุคคลต้องตอบเตือนตนเองเมื่อเกิดความคิดชั่ววูบที่ไม่เหมาะสม บุคคลอาจถามตนเองว่า เช่น “เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงหรือไม่ ไหนละหลักฐานพิสูจน์?”



ภาพที่ 6 ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกนำเสนอการแก้ปัญหาตามทฤษฎีการบำบัดความคิดและพฤติกรรม

จากหลักการข้างต้นจะเห็นได้ว่าสามารถนำแนวคิดดังกล่าว สามารถนำเสนอให้เกิดความกระชับ ง่ายต่อการเข้าใจ จำแนกเป็นประเด็นและนำเสนอเป็นขั้นตอนได้ด้วยการนำเสนอด้วยสื่ออินโฟกราฟิก ดังภาพที่ 6

จากภาพที่ 6 จะเห็นว่ามีมีการถ่ายทอดเนื้อหาของแนวคิดการบำบัดความคิดและพฤติกรรมที่ระบุว่าการแก้ปัญหา ความไม่สบายใจของวัยรุ่นจะเริ่มต้นจากการระบุให้ได้ว่า “ปัญหาที่ทำให้เราทุกข์ใจคืออะไร?” ซึ่งจะเห็นได้ว่าสื่ออินโฟกราฟิกสามารถนำเสนอข้อความเหล่านี้ เพื่อเป็นโจทย์กระตุ้นให้วัยรุ่นผู้รับชมสื่อได้ฝึกการคิดแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอนผ่านการตั้งคำถาม โดยการตั้งคำถามที่เหมาะสมจะกระตุ้นให้ผู้ถูกถามได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ของตนเอง

4. ทฤษฎีการบำบัดความหมายของชีวิตกับการปฏิสัมพันธ์และสร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม

การที่วัยรุ่นต้องเผชิญกับความรุนแรงที่จะเข้ามากระทบกับตนเอง ไม่ว่าจะทางร่างกายและทางจิตใจ หลายครั้งถ้าวัยรุ่นคนนั้นมีเพื่อน มิตรที่ดี หรือ มีเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม โดยกลุ่มเหล่านี้จะช่วยสนับสนุนทางจิตใจและร่างกาย ช่วยเป็นเกราะคุ้มกันเมื่อต้องเจอความรุนแรง ช่วยสนับสนุนในการเผชิญปัญหาทั้งทางร่างกายและจิตใจ ดังนั้น วัยรุ่นจึงควรมีความรู้ในการสร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม โดยสามารถนำคุณค่าของตนเองมาพัฒนาต่อยอดเป็นกิจกรรมที่ทำแล้วประสบความสำเร็จหรือทำแล้วมีความสุข ซึ่งจะช่วยในการสร้างมิตรภาพแหล่งสนับสนุนจากเพื่อนๆ ที่ทำกิจกรรมเดียวกับตนเอง เช่น วัยรุ่นคนหนึ่งจากที่ไม่มีเพื่อนเลย ซึ่งรู้ว่าตนเองชอบถ่ายภาพ ฝึกถ่ายภาพไปเรื่อย ๆ ต่อมาตัดสินใจเข้าชมรมถ่ายภาพ ออกทริปถ่ายภาพ โพสต์ผลงานภาพถ่ายในกลุ่มสังคมออนไลน์ ก็ทำให้มีกลุ่มเพื่อนมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งเหล่านี้สามารถนำเสนอแนวทางดังกล่าวได้ผ่านสื่ออินโฟกราฟิก ดังภาพ 7

จากภาพที่ 7 จะเห็นได้ว่า การเรียนรู้แนวทางการสร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม สามารถใช้สื่ออินโฟกราฟิกในการมอบหมายโจทย์ให้ทำงานเป็นกลุ่มในหมู่เพื่อน นักเรียน หรือในครอบครัว เพื่อเรียนรู้ผ่านวิดีโออินโฟกราฟิกที่เป็นกรณีตัวอย่างให้เรียนรู้ตามจุดประสงค์ที่ผู้พัฒนาสื่อตั้งไว้ด้วยเช่นกัน อีกทั้งยังส่งเสริมให้เกิดการระดมความคิดกันเป็นหมู่คณะอีกด้วย



ภาพที่ 7 ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกนำเสนอการเรียนรู้แนวทางการสร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม

จากภาพที่ 8 ผู้พัฒนาสื่อสามารถจัดทำอินโฟกราฟิกที่นำเสนอเรื่องราว ที่เป็นกรณีตัวอย่างที่ถ่ายทอดวิถีชีวิตของวัยรุ่นคนหนึ่งที่ยังรักษาคุณค่าที่สร้างสรรค์ของตนเองมาสร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม เช่น การวาดภาพได้เก่งก็ทำให้โด่งดังและมีเพื่อนสนับสนุนมากมาย ซึ่งสามารถนำเสนอให้ผู้รับชมได้เรียนรู้จากเรื่องราวที่ถ่ายทอดได้อีกด้วย



ภาพที่ 8 ตัวอย่างการออกแบบอินโฟกราฟิกนำเสนอกรณีตัวอย่างการนำคุณค่าของตนเองมาสร้างเครือข่ายสนับสนุนทางสังคม

บทสรุป

การเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพเหมาะสมกับวัยรุ่นนั้น การนำเสนอผ่านสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหว (Motion Infographic) ถือเป็นการนำเสนอที่เหมาะสมกับลักษณะธรรมชาติการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายวัยรุ่นเป็นอย่างยิ่ง ด้วยเป็นสื่อที่มีความมีความกระชับ มีการจัดเรียงที่ชัดเจนเป็นลำดับ สามารถให้รายละเอียดที่เป็นขั้นตอนได้อย่างชัดเจน มีการนำเสนอข้อมูลเรื่องราวในรูปแบบที่มีทั้งภาพเคลื่อนไหว มีเสียง มีคำบรรยาย มีสีสันสวยงามชัดเจน รวมถึงมีความเป็นรูปธรรมและมีความเป็นพลวัตสามารถปฏิสัมพันธ์ตอบโต้หรือฝึกปฏิบัติจากคำสั่งมอบหมายของสื่อได้ ซึ่งในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น จำเป็นต้องมีการประยุกต์เลือกใช้แนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาที่จะนำมาเป็นตัวกำหนดทิศทาง (based on) การดำเนินเนื้อหาของสื่ออินโฟกราฟิกแบบเคลื่อนไหวให้กับกระบวนการพัฒนาตามองค์ประกอบของทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงได้ดำเนินการพัฒนาอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

บทความวิชาการนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัย เรื่อง การพัฒนากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรง ซึ่งได้รับทุนสนับสนุน การวิจัยจากงบประมาณด้านวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรมผ่านกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์วิจัยและนวัตกรรม ปีงบประมาณ

พ.ศ. 2564 และได้รับอนุมัติจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยได้รับใบรับรองเลขที่ 014/2564 ผลที่ได้จากการศึกษาและสังเคราะห์ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีจากงานวิจัยดังกล่าวจะถูกนำไปใช้ ในการพัฒนาสื่อโมชันอินโฟกราฟิกในชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันใช้ความรุนแรงของเด็กวัยรุ่นต่อไป

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล. (2558). เด็กยุคดิจิทัล. สารานุกรมศึกษาศาสตร์, 50 (ก.ค. 2558), 79- 83.

เบญจพร ตันตสุติ. (2562). *เมื่อลูกถูกแกล้ง*. กรุงเทพฯ: พราว โพเอท.

วิไลภรณ์ ศรีไพศาล. (2559). *หนังสือทำเรื่องยากให้เป็นเรื่องง่ายด้วย Infographics*. กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย.

ศรัณญา อิชิตะ. (2553). *การศึกษาพฤติกรรมการความรุนแรงของนักเรียนวัยรุ่น*. ปรินญา นิพนธ์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน องค์การยูนิเซฟ และมูลนิธิไรท์ ทู เพลย์. (2560). *ทักษะชีวิต*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.

อรุณญา ตุ่มคำภีร์. (2559). *จิตบำบัดแนวความหมายในชีวิต (พิมพ์ครั้งที่ 4)*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

Corey, Gerald. (2016). *Theory and Practice of Group Counseling* (9th ed.). Boston: Cengage Learning.

Thomson, R. A. (2016). *Counseling Techniques Improving Relationships with Others, Ourselves, Our Families, and Our Environment*. New York: Routledge.

ระบบออนไลน์

จรงค์ เทศนา. (2560). *อินโฟกราฟิก*. เข้าถึงได้จาก http://www.krujongrak.com/infographics/infographics_information.pdf

Lamb and Johnsons. (2014). *Infographics*. Retrieved from <https://scholarworks.iupui.edu/handle/1805/8589/>