หน้ากากและร่างกายกับการพัฒนาทักษะการแสดงออกทางร่างกายสำหรับนักแสดงในละครตลกจำอวด กรณีศึกษาบทบาท เบอร์นาร์ด จากเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง ของ มาร์ค คาโมเล็ตติ

Mask Techniques and Bodily Eloquence for Actors' physical Development in Farce – A Case Study of Bernard's Role in Marc Camoletti's Boeing-Boeing

รัชชานน วงศ์โกมล* ดังกมล ณ ป้อมเพชร**
Rusharnon Whongkomonl* Dangkamon Na Pomberjra**
Corresponding Author Email: rusharnon@gmail.com heisacat@yahoo.com

วันที่รับบทความ 19 เมษายน 2568
วันที่แก้ไขบทความ 18 มิถุนายน 2568
วันที่ตอบรับบทความ 15 กันยายน 2568

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้วิเคราะห์การประยุกต์ใช้แบบฝึกหัดการแสดงด้วยหน้ากาก — หน้ากากนูทรัล (Neutral Mask) หน้ากากตัวละคร (Character Mask) และ คอมเมเดีย เดลลาร์เต (Commedia dell'Arte)—เพื่อพัฒนาและฝึกฝนทักษะการแสดงตลกจำอวดของนักแสดง กรณีศึกษาบทบาทของเบอร์นาร์ดจากเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง (Boeing-Boeing) ของ มาร์ค คาโมเลตติ (Marc Camoletti) โดยศึกษาความสัมพันธ์โรแมนติกอันซับซ้อนของเบอร์นาร์ดและการเปลี่ยนแปลงอารมณ์อย่างรวดเร็วจากความสงบสู่ความวุ่นวายอันเนื่องมาจากความล้มเหลวในการจัดการกับคู่หมั้นสามคน

* นิสิตปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาศิลปการละคร คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
* Master's degree student in the Department of Dramatic Art, Faculty of Arts, Chulalongkorn University.
** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
** Assistant Professor, Department of Dramatic Arts, Faculty of Arts, Chulalongkorn University.

ซึ่งส่งผลต่อการแสดงออกทางกายภาพอย่างเห็นได้ชัด กระบวนการฝึกฝนเทคนิคการแสดงหน้ากากของฌาคส์ เลอคอก เริ่มต้นด้วยการฝึกฝนหน้ากากนูทรัล เพื่อให้นักแสดงสามารถวิเคราะห์พฤติกรรมตนเอง จากนั้นจึงฝึกฝนกับหน้ากากตัวละคร เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงของตัวละคร ต่อเนื่องด้วยการฝึกฝนหน้ากากตัวละครคอมเมเดีย เดลลาร์เต โดยเฉพาะ ซานนี (Zanni), อิล กัปปิตาโน (Il Capitano) และ อาร์เลคคีโน (Arlecchino) ผลจากการฝึกแบบฝึกหัดหน้ากากข้างต้น ผู้วิจัยพบว่า ตนเองในฐานะนักแสดงมีพัฒนาการในการใช้ร่างกายเพื่อการแสดงที่ดีขึ้นจากเดิม ทั้งด้านความยืดหยุ่น ความคล่องตัวในการควบคุมท่าทาง และจังหวะการเคลื่อนไหวที่ไหลลื่น และทำให้การแสดงเป็นเบอร์นาร์ด ในละครตลกจำอวดเรื่องนี้ มีจังหวะและสร้างอารมณ์ขันได้อย่างมีประสิทธิผลยิ่งขึ้น

คำสำคัญ : แบบฝึกหัดหน้ากาก, การแสดงละครตลกประเภทจำอวด, โบอิ้ง-โบอิ้ง, หน้ากากนูทรัล, หน้ากากตัวละคร, คอมเมเดีย เดลลาร์เต, การแสดง

Abstract

This research examines adaptations of mask techniques for acting—neutral mask, character mask, and Commedia dell'Arte—to enhance actors' physical skills and cultivate the physicality of farce within a case study of Bernard in Marc Camoletti's Boeing-Boeing, Through his complex romantic relationships, upon the failure of his plan to manage his three fiancée stewardesses, he transforms quickly from a perceived state of calm to a chaotic situation, which has a severe physical effect. According to Jacques Lecoq's mask training techniques, the actor should be trained primarily in neutral masks, developing the ability to observe their own behavior, then progressively in character masks, developing their ability to analyze a role's dynamics, then continuously in specific Commedia dell'Arte character masks, focusing on Zanni, Il Capitano, and Arlecchino (Harlequin). Through the mask exercise training, the researcher, as an actor, has observed improved bodily control for performance, including increased flexibility, agility in posture control, and fluidity of movement. As a result, the portrayal of Bernard in the comedic performance showed enhanced comedic timing and more effective humour.

Keywords : Mask techniques, Farce Performance, Boeing-Boeing, Neutral Mask, Character Mask, Commedia dell'Arte, Acting

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

จากประสบการณ์การแสดงบทบาทเดิม ๆ ซ้ำ ๆ ของผู้วิจัย เช่น บทบาทคนใจดี ผู้ชายอบอุ่น สุภาพ มีเมตตา ทำให้ผู้วิจัยพบว่ามีข้อจำกัดในการใช้ทักษะทางกายภาพและมักแสดงออกตามบุคลิกภาพที่คุ้นเคย ส่งผลให้ขาดความมั่นใจในการสื่อสารผ่านทางร่างกาย ดังนั้น หากได้รับบทบาทที่แตกต่าง เช่น บทตัวละครที่มีบุคลิกกระฉับกระเฉง เฉลียวฉลาด คล่องแคล่ว หรือเจ้าชู้ รวมถึงบทตลกที่ต้องใช้จังหวะและพลังงานสูง ผู้วิจัยจำเป็นต้องพิจารณาวิธีการฝึกฝนเพิ่มเติมเพื่อให้สามารถถ่ายทอดบทบาทเหล่านั้นได้อย่างสมบทบาท จากการพิจารณาความท้าทายในการวิจัย จึงเลือกตัวละคร เบอนาร์ด (Bernard) จากบทละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง ของ มาร์ค คาโมเล็ตติ (Marc Camoletti) เป็นกรณีศึกษา เนื่องจากบทบาทดังกล่าวจำเป็นต้องสื่อสารผ่านการแสดงออกทางกายภาพอย่างชัดเจนและเป็นจังหวะ ซึ่งแตกต่างจากประสบการณ์การแสดงบทบาทอื่น ๆ ของผู้วิจัย รวมถึงแตกต่างจากบุคลิกภาพและนิสัยส่วนตัวของผู้วิจัยอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในแง่มุมของความรัก ลักษณะนิสัย และบุคลิกภาพ ยิ่งไปกว่านั้น บทละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง เป็นละครตลกประเภทจำอวด เหตุการณ์ต่าง ๆ ในเรื่องล้วนเกิดขึ้นในห้องชุดของเบอนาร์ด จึงเหมาะสมที่จะใช้เป็นกรณีศึกษาเพื่อพัฒนาการฝึกฝนการใช้ร่างกายในการแสดง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้จังหวะที่คมคายในการสร้างความขบขัน เพื่อให้มุกตลกออกมาอย่างเป็นธรรมชาติ ดังคำกล่าวของคริสโตเฟอร์ ออลเซิน (Christopher Olsen) ที่ว่า “In comedy, timing is everything. It’s about knowing when to pause, when to emphasize, and when to let the punchline hit.” (Olsen, 1999, น. 34)

ผู้วิจัยเลือกแปลบทละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง ของ มาร์ค คาโมเล็ตติ เนื่องจากเล็งเห็นประโยชน์ของการฝึกฝนบทบาทสมมุติควบคู่กับแบบฝึกหัดหน้ากาก การประยุกต์ใช้บทละครเรื่องนี้ในการฝึกฝนนักแสดงด้านการใช้ร่างกายจะช่วยให้สามารถสำรวจการเคลื่อนไหวและท่าทางอันเกิดจากแรงกระตุ้นภายในของตัวละครได้อย่างลึกซึ้ง ซึ่งจะนำไปสู่มุมมองและแง่มุมใหม่ ๆ ในการแสดงบทบาทที่แตกต่างจากประสบการณ์เดิมของผู้วิจัย และส่งเสริมประสิทธิภาพการใช้ร่างกายในการแสดงให้ดียิ่งขึ้น แบบฝึกหัดที่ผู้วิจัยเห็นว่าส่งเสริมการพัฒนาการใช้ร่างกายและสอดคล้องกับกรณีศึกษา คือ แบบฝึกหัดเทคนิคการใช้หน้ากาก (Mask Techniques) เพื่อแก้ไขปัญหาการใช้ร่างกายในการแสดงซึ่งเป็นอุปสรรคของนักแสดง โดยแบบฝึกหัดที่เลือกมา ได้แก่ (1) หน้ากากนูทรัล (Neutral Mask) ของ ฌาคส์ เลอค็อก (Jacques Lecoq) แบบฝึกหัดนี้ช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเดิมของผู้วิจัย และพัฒนาบุคลิกภาพของตัวละครเบอร์นาร์ดผ่านการฝึกฝนร่างกายอย่างอิสระ โดยเน้นการสังเกตการเปลี่ยนแปลงของภาษากายที่แตกต่างจากพฤติกรรมเดิมของผู้วิจัย (2) หน้ากากตัวละคร (Character Mask) แบบฝึกหัดนี้มุ่งพัฒนาการใช้ร่างกายเพื่อการแสดงออกและการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยอาศัยการวิเคราะห์บุคลิกภาพของเบอร์นาร์ด ซึ่งเป็นการสำรวจจิตใจของชายหนุ่มที่มีเสน่ห์ ชอบวางแผน และปรับตัวได้ดีภายใต้สถานการณ์ที่ไม่คาดคิด ผู้วิจัยอาจใช้หน้ากากที่สื่อถึง “นักจัดการที่แสนเนียน” และ “นักจัดการที่สับสนวุ่นวาย” เพื่อพัฒนาการใช้ร่างกายให้สอดคล้องกับความขัดแย้งภายในตัวละคร และ (3) คอมเมเดีย เดลลาร์เต (Commedia Dell’Arte) เพื่อเสริมสร้างการแสดงออกทางภาษากายให้ชัดเจนและหลากหลายยิ่ง

ขึ้น โดยใช้หน้ากากที่สื่อถึงตัวละคร เช่น อินามอราโต (คนรัก) และซานนี (ชายหนุ่มเจ้าเล่ห์) เพื่อพัฒนาการแสดงออกทางร่างกายให้เป็นธรรมชาติและคล่องแคล่วมากขึ้น

การฝึกฝนทักษะการแสดงโดยใช้แบบฝึกหัดหน้ากากดังกล่าว จะช่วยพัฒนาศักยภาพของผู้วิจัยในการใช้ร่างกายและเทคนิคการแสดงหน้ากากเพื่อแสดงละครตลกประเภทจำอวด เสริมสร้างความเข้าใจและเชื่อมโยงกับตัวละครที่ผู้วิจัยขาดประสบการณ์ และสามารถถ่ายทอดความตลกได้อย่างเป็นธรรมชาติ งานวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกับผู้วิจัยหรือผู้สนใจการแสดงละครต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาและพัฒนาทักษะการใช้ร่างกายในการแสดงด้วยการฝึกฝนเทคนิคหน้ากากเพื่อแสดงละครตลกประเภทจำอวด

ข้อสันนิษฐานงานวิจัย

การฝึกฝนการแสดงผ่านหน้ากากประเภทนูทรัล หน้ากากตัวละคร และคอมเมเดีย เดลลาร์เตจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและความหลากหลายในการใช้ร่างกายของผู้วิจัย แก้ไขปัญหาการแสดงท่าทางซ้ำซากจำเจด้วยแบบฝึกหัดเฉพาะเจาะจง และเสริมสร้างความเข้าใจเชิงลึกต่อตัวละครที่ไม่คุ้นเคย ทำให้สามารถแสดงบทบาทเบอร์นาร์ดในละครตลกประเภทจำอวดได้อย่างเป็นธรรมชาติ

ขอบเขตงานวิจัย

งานวิจัยนี้ศึกษาและวิเคราะห์บทบาทของนักแสดงผ่านการประยุกต์ใช้แบบฝึกหัดหน้ากากที่คัดเลือกอย่างเหมาะสม ตลอดกระบวนการ ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งประกอบด้วย 1) กลุ่มผู้ชมทั่วไปจำนวน 450 คน จากแบบสอบถามหลังจบการแสดงทั้งหมด 3 รอบการแสดง 2) กลุ่มผู้ร่วมสร้างสรรค์การแสดงจำนวน 6 คน ได้แก่ ผู้กำกับการแสดง 1 คน และนักแสดงร่วมทั้งหมด 5 คน 3)ผู้ทรงคุณวุฒิทางการฝึกการแสดงด้วยเทคนิคหน้ากาก 1 คน เพื่อวิเคราะห์ความคิดเห็น ความรู้สึก และมุมมอง ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการวิเคราะห์ผลงานวิจัย รวมถึงผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพจากตนเองด้วยวิธีการไตร่ตรอง การจดบันทึก และการบันทึกวีดิทัศน์เพื่อสะท้อนผลการวิจัย

ทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแบบฝึกหัดหน้ากาก

1. ต้นกำเนิดของการใช้หน้ากากในการแสดง

(The historical use of masks in theatrical performances)

หน้ากากละครมีประวัติศาสตร์อันยาวนานโดยจุดเริ่มต้นที่ชัดเจนปรากฏในยุคกรีกโบราณประมาณ 535 ปีก่อนคริสตกาล เธสพิส (Thespis) เป็นนักแสดงคนแรกผู้ริเริ่มใช้หน้ากากในการ

แสดง ทำให้หน้ากากมีบทบาทสำคัญในละครกรีกเพราะช่วยให้นักแสดงชายรับบทบาทหลากหลาย ขยายเสียงและสามารถแสดงอารมณ์ให้ผู้ชมในโรงละครกลางแจ้งเห็นได้ชัดเจน (Vervain, 2012) ในศตวรรษที่ 16 ยุคเรเนสซองส์อิตาลีเกิดละคร “คอมเมเดีย เดลลาร์เต” ที่ใช้หน้ากากตัวละครต้นแบบ (Stock Characters) เพื่อการแสดงแบบด้นสด โดยในภาษาอิตาเลียน “มัสเกรา” (Maschera) ไม่เพียงแค่หมายถึงหน้ากากเท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึงบุคลิกภาพ น้ำเสียง และลักษณะการเคลื่อนไหวของตัวละครเช่นกัน ในละครตะวันตกสมัยใหม่ ฌาคส์ โคโป นำหน้ากากกลับมาใช้เป็นเครื่องมือฝึกนักแสดง เขาพัฒนาเป็น “หน้ากากเงียบ” (Le masque noble) และต่อมาฌาคส์ เลอค็อก พัฒนาเป็น “หน้ากากนูทรัล” หน้ากากนี้เป็นหน้ากากที่ธรรมดา เรียบง่าย ไร้การตกแต่ง สื่อให้เห็นถึงสภาวะที่เป็นกลาง เลอค็อกอธิบายว่า หน้ากากนูทรัลเป็นหน้ากากที่มีลักษณะสมดุลว่างเปล่า ทำให้ช่วยนักแสดงลดทอนพฤติกรรมที่คุ้นเคย กลับมาตระหนักรู้ถึงอารมณ์ภายในและภายนอก กระตุ้นการแสดงออกทางร่างกาย และค้นหาวิธีแสดงออกแบบใหม่ สร้าง “สภาวะจิตสำนึกคู่ขนาน” (Dual-consciousness) และ (Lecoq, 2000, น. 38) สภาวะนี้ช่วยให้นักแสดงค้นพบบุคลิกภาพของตนเองและตัวละครอย่างลึกซึ้งมากขึ้น เป็นเครื่องมือที่ช่วยพัฒนาทักษะการแสดงได้อีกเครื่องมือหนึ่ง ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นว่าเทคนิคหน้ากากนี้สามารถประยุกต์ใช้ในการพัฒนาทักษะการแสดงละครตลกประเภทจำอวด เช่นในบทบาทเบอร์นาร์ด จากเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง ของมาร์ค คาโมเล็ตติได้ ผู้วิจัยนำแบบฝึกหัดบางส่วนที่เกี่ยวข้องในการฝึกหน้ากากการแสดงส่วนใหญ่มาจากหนังสือ เดอะ มูฟวิ่ง บอดี้ (The Moving Body) เธียเตอร์ อ็อฟ มูฟเมนต์ แอนด์ เจสเจอร์ (Theatre of Movement and Gesture) มาส์ก อิมโพรไวส์เซชั่น ฟอร์ แอคเตอร์ เทรนนิ่ง แอนด์ เพอร์ฟอร์มานส์: เดอะ คอมเพลลิ่ง อิมเมจ (Mask Improvisation for Actor Training and Performance: The Compelling Image) คอมเมเดีย เดลลาร์เต: แอน แอคเตอร์ส แฮนด์บุ๊ค (Commedia dell’Arte: An Actor’s Handbook) และฌาคส์ เลอค็อก (Jacques Lecoq) มาใช้ในการวิจัย

2. แบบฝึกหัดเตรียมความพร้อมก่อนการฝึกหน้ากาก
(Preparatory exercises before mask training)

โคโปและเลอค็อกให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมทางร่างกายและจิตใจก่อนการฝึกใช้หน้ากากสำหรับการแสดง โดยแบบฝึกหัดเตรียมความพร้อมของทั้งสองคนมุ่งเน้นไปที่การสร้างสภาวะการตระหนักรู้ของร่างกายที่เพิ่มขึ้นและการสร้างความเป็นกลางของร่างกายและจิตใจของนักแสดง โดยขั้นตอนในการเตรียมตัวหลักก่อนการฝึกฝนหน้ากากที่ผู้วิจัยเลือกมาใช้ฝึกฝนบางส่วน ได้แก่

2.1 แบบฝึกหัดการยืนที่สภาวะศูนย์ (Standing Zero) แบบฝึกหัดนี้มุ่งเน้นการฝึกฝนนักแสดงให้เข้าถึงสภาวะที่ปราศจากการแสดงออกส่วนตัว เริ่มจากการสร้างความว่างเปล่าทางกายและใจ โดยอาศัยหลักการ “ความเป็นกลาง” (Neutrality) คือสภาวะที่ทั้งร่างกายและจิตใจของนักแสดงอยู่ในสภาวะที่นิ่ง มั่นคง ไร้การปรุงแต่งทั้งอารมณ์ความรู้สึกและท่าทางการแสดงออก เลอค็อกมุ่งเน้นให้นักแสดงค้นหา “สภาวะศูนย์หรือสภาวะที่เป็นกลาง” ของร่างกายด้วยการยืนในท่าที่สมดุล ปราศจากอาการเกร็งหรือหย่อนมากเกินไป โดยเรียกสภาวะนี้ว่า สภาวะเริ่ม

ต้น (la position de départ) (Murray, 2003, น. 76)

2.2 แบบฝึกหัดจัดระเบียบร่างกายกับกำแพง (Wall Alignment) แบบฝึกหัดนี้มุ่งเน้นให้นักแสดงฝึกสำรวจกายวิภาคของตนเอง โดยค้นหาแนวกระดูกสันหลังที่ถูกต้องตามธรรมชาติ และปรับสมดุลของร่างกายให้กลับมาสู่สภาวะที่เป็นกลางของร่างกาย ด้วยการยืนชิดกำแพงและตระหนักรู้ถึงอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เอลเดรดจ์ได้อธิบายไว้ว่า “การฝึกนี้ช่วยให้นักแสดงตระหนักถึงความไม่สมดุลหรือการเอียงของร่างกายอันเกิดจากพฤติกรรมประจำวัน” (Eldredge, 1996, น. 89)

2.3 แบบฝึกหัดเดินอย่างเป็นกลาง (Neutrality Walk) แบบฝึกหัดเดินอย่างเป็นกลางเน้นการเดินที่ปราศจากลักษณะเฉพาะตัว หรือที่เรียกว่า การเดินอย่างเป็นกลาง ช่วยให้นักแสดงค้นพบการเคลื่อนไหวที่เป็นธรรมชาติ กลับมาตระหนักรู้ถึงร่างกายในการเคลื่อนไหวอย่างช้า ๆ เลอค็อกกล่าวว่า “การเดินอย่างเป็นกลางช่วยให้นักแสดงละทิ้งรูปแบบการเคลื่อนไหวส่วนตัวและค้นพบการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพสูงสุดโดยใช้พลังงานน้อยที่สุด” (Lecoq, 2000, น. 49)

2.4 แบบฝึกหัดแยกการเคลื่อนไหว 20 ส่วน (20-Points Isolation) แบบฝึกหัดแยกการเคลื่อนไหว 20 ส่วน เพื่อให้เข้าใจและตระหนักรู้ถึงอวัยวะส่วนต่าง ๆ ตามลำดับ รับรู้สภาวะที่เปลี่ยนไปของร่างกาย เพื่อให้นักแสดงสามารถควบคุมร่างกายได้อย่างละเอียดมากขึ้นและพัฒนาการเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น เลอค็อกอธิบายว่า “การควบคุมส่วนต่าง ๆ ของร่างกายอย่างแม่นยำเป็นทักษะพื้นฐานสำหรับนักแสดงหน้ากาก เพราะหน้ากากต้องการการเคลื่อนไหวที่ชัดเจนและเฉพาะเจาะจง” (Lecoq, 2000, น 71)

2.5 แบบฝึกหัดการเคลื่อนไหวลูกคลื่นและลูกคลื่นย้อนกลับ (Undulation and Inverse Undulation) แบบฝึกหัดพื้นฐานของเลอค็อกสำหรับการพัฒนาความสามารถในการเคลื่อนไหวของนักแสดง โดยให้นักแสดงเคลื่อนไหวแบบลูกคลื่นและลูกคลื่นย้อนกลับ เริ่มจากการเคลื่อนไหวลูกคลื่น นักแสดงเคลื่อนไหวจากกระดูกก้นกบและเคลื่อนไปตามแนวกระดูกสันหลังจนถึงศีรษะ หรือการเคลื่อนไหวลูกคลื่อนย้อนกลับ นักแสดงเคลื่อนไหวจากศีรษะลงไปสู่กระดูกก้นกบ (Lecoq, 2000, น. 73-74)

2.6 แบบฝึกหัดการเบ่งบานและการหดตัว (Éclosion & Contraction) แบบฝึกหัดนี้เพื่อฝึกให้เข้าใจวิธีการที่พลังงานในร่างกายสามารถเพิ่มขึ้นและลดลงจากจุดศูนย์กลางของร่างกาย โดยเริ่มต้นจากแบบฝึกหัดการเบ่งบาน นักแสดงเริ่มต้นในตำแหน่งงอตัว จากนั้นค่อย ๆ เปิดตัวและมีอออกเหมือนการเกิดใหม่ เป็นการเคลื่อนไหวของการเปิดออก การเบ่งบาน การเติบโต เคลื่อนไหวจากภายในสู่ภายนอก จากศูนย์กลางของร่างกายไปสู่พื้นที่รอบ ๆ และฝึกกลับกันด้วยแบบฝึกหัดการหดตัว โดยเป็นการเคลื่อนไหวจากภายนอกสู่ภายใน จากพื้นที่รอบตัวเข้าสู่ศูนย์กลางของร่างกาย เป็นการหดตัวเข้า การปิดตัว การเก็บตัว นักแสดงเริ่มต้นจากการเปิดร่างกายอย่างเต็มที่และค่อย ๆ หดตัวเข้าหาศูนย์กลางของร่างกาย (Lecoq, 2000, น. 77-78)

2.7 แบบฝึกหัดสภาวะทั้ง 9 (The Nine Attitudes) แบบฝึกหัดนี้เป็นท่าทางพื้นฐานของเลอค็อกในการฝึกการเคลื่อนไหวเพื่อการแสดง ท่าทางทั้ง 9 สำรวจความสัมพันธ์ระหว่างร่างกาย พื้นที่ และการแสดงออก ท่าทางเหล่านี้เป็นตัวแทนของท่าทางต้นแบบที่นักแสดงสามารถ

นำไปใช้เพื่อสร้างตัวละครหรือแสดงอารมณ์ต่าง ๆ (Lecoq, 2000, น. 71-82) (1) ซามูไร (The samurai) - ท่ายืนเตรียมพร้อม เท้าวางกว้าง ลำตัวตั้งตรง แสดงถึงพลังและความพร้อม (2) โต๊ะ (The table) - ท่าทางที่มีลักษณะเป็นแนวราบ สมดุล แขนสองข้างกลางระนาบขนานพื้น แสดงถึงความสมดุลและพร้อมรองรับ (3) แกรนด์อาร์เลควิน 1 (The grand Harlequin no. 1) – ท่าเอียงไปข้างหน้า ถ่ายน้ำหนักลงที่เท้าหลัง ลำตัวโน้มไปข้างหน้า แสดงถึงความซุกซนและเจ้าเล่ห์ (4) การแสร้งไปข้างหน้า (The forward feint) – ถ่ายน้ำหนักไปข้างหน้า ท่าที่แสดงถึงแรงขับเคลื่อนไปข้างหน้าอย่างมีตั้งใจ (5) การเปิดสะโพก (The hip opening) – เปลี่ยนทิศทางขาที่ไม่ได้ถ่ายน้ำหนักไปในทิศทางตรงกันข้ามเพื่อเปิดสะโพก (6) การเปิดสะโพกตรงข้าม (The mirror hip opening) – เปลี่ยนถ่ายน้ำหนักจากอีกด้านหนึ่งสู่อีกด้านหนึ่ง ในท่าที่เหมือนกันแต่อยู่ในฝั่งตรงกันข้ามเหมือนกระจก สร้างความสมดุลและความสมมาตร (7) การแสร้งม้วนไปข้างหน้า (The rolling forward feint) - ท่าทางที่แสดงถึงการเคลื่อนไหวไปข้างหน้าอย่างต่อเนื่อง ดันมือทั้งสองข้างไปด้านหลัง เป็นท่าเดียวกันกับแสร้งไปข้างหน้าในทิศทางตรงกันข้าม (8) แกรนด์อาร์เลควิน 2 (The grand Harlequin no. 2) – อีกหนึ่งรูปแบบของท่าอาร์เลควิน 1 ที่มีมุมต่างกัน โดยถ่ายน้ำหนักไปทางด้านหลัง และ (9) โต๊ะ (The table) – ก้มตัวลง เปิดแขนทั้งสองข้างกลับมาที่ท่า โต๊ะ และเริ่มต้นใหม่จากท่าซามูไร

2.8 แบบฝึกหัดโมลีโน (Molino) แบบฝึกหัดการหมุนร่างกายที่เลอค็อกพัฒนาจากการสังเกตกังหันลม ในภาษาอิตาเลียน โมลิโน หมายความว่า กังหันลม เป็นแบบฝึกหัดที่ช่วยพัฒนาความตระหนักรู้ในร่างกายในการการแสดงออกความไวต่อความสัมพันธ์ของร่างกายที่ทำงานร่วมกัน โดยให้นักแสดงแกว่งแขวนทั้งสองข้างอย่างผ่อนคลาย และเริ่มหมุนมือหนึ่งข้างขึ้นมาผ่านหน้า ชูขึ้นและทิ้งลงในลักษณะที่ต่อเนื่องกันไปเหมือนกังหันลม โดยให้แขนอีกข้างยังคงแกว่งอยู่ เมอเรย์กล่าวว่า “เหมือนการโอนถ่ายพลังงานจากส่วนหนึ่งไปยังอีกส่วนหนึ่ง” (Murray, 2004, น. 81)

3. หน้ากากนูทรัล (Neutral Mask)

หน้ากากนูทรัล เป็นแนวคิดการใช้หน้ากากที่เลอค็อกพัฒนาจากแนวคิดของโคโป โคโปเชื่อว่าหน้ากากเงียบของเขาสามารถช่วยให้นักแสดงบรรลุสภาวะของความเป็นกลางและเปิดโอกาสให้นักแสดงเข้าถึงตัวละครโดยปราศจากความคิดที่มีอยู่ก่อนได้ เลอค็อกจึงพัฒนาแนวคิดนี้กลายมาเป็นหน้ากากนูทรัล เขาอธิบายว่า “หน้ากากนูทรัลช่วยให้นักแสดงได้สัมผัสกับสภาวะความสงบที่เป็นจุดเริ่มต้นก่อนการกระทำ” (Lecoq, 2000, น. 36) การใช้หน้ากากนี้ทำให้นักแสดงสามารถละทิ้งนิสัยส่วนตัวและการเคลื่อนไหวที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง เพื่อให้สามารถค้นพบวิธีการแสดงออกที่เป็นกลางมากขึ้น โดยเลอค็อกกล่าวว่า “หน้ากากนี้เป็นเครื่องมือที่ใช้เพื่อเสริมสร้างความตระหนักรู้ทางร่างกายและเข้าใจตัวตนของนักแสดง การสวมหน้ากากช่วยลดทอนการแสดงออกทางสีหน้า ทำให้นักแสดงต้องพึ่งพาภาษากายเพื่อถ่ายทอดอารมณ์และเล่าเรื่องราว เทคนิคนี้มีประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับละครตลกประเภทจำอวด ซึ่งการแสดงออกทางร่างกายเป็นกุญแจสำคัญ” (Oliva, 2016) โดยแบบฝึกหัดหน้ากากนูทรัลที่สำคัญที่ผู้วิจัยเลือกมาฝึกปฏิบัติมีดังนี้

3.1 แบบฝึกหัดการตื่น (Waking Up) เลอค็อกพัฒนาแบบฝึกหัดการตื่นของหน้ากากนูทรัล (Le réveil du masque neutre) โดยให้นักแสดงสวมหน้ากากนอนราบกับพื้นและค่อย ๆ ตื่นขึ้นเสมือนเป็นครั้งแรกในชีวิตเหมือนวันแรกบนโลก ให้นักแสดงใช้เวลาสำรวจร่างกาย พื้นที่โดยรอบ และยืนขึ้น (Lecoq, 2000, น. 42)

3.2 แบบฝึกหัด 4 ธาตุ (The 4 Elements) แบบฝึกหัดนี้นักแสดงสวมหน้ากากนูทรัลและสำรวจธาตุต่าง ๆ ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ผ่านการเคลื่อนไหว ค้นหาว่าในแต่ละธาตุลักษณะการใช้ร่างกายเพื่อเคลื่อนไหวเป็นอย่างไร เลอค็อกอธิบายว่า “การแสดงหน้ากากนูทรัลกับธาตุทำให้เราเข้าใจสิ่งที่อยู่เหนือการแสดงละคร สู่แก่นของการเคลื่อนไหว” (Lecoq, 2000, น. 44)

3.3 แบบฝึกหัดเดินในพื้นที่ (Walking in Space) แบบฝึกหัดเดินในพื้นที่ เริ่มต้นจากการให้นักแสดงสวมหน้ากากนูทรัลเดินในพื้นที่ต่าง ๆ เช่น ทะเลทราย ป่า ภูเขา โดยเน้นการเคลื่อนไหวที่เรียบง่ายและเป็นสากล (Universal) ไร้การปรุงแต่งบุคลิกภาพ ไร้สภาวะทางอารมณ์ และจดจ่ออยู่กับปัจจุบันและการรับรู้ถึงพื้นที่โดยรอบ เลอค็อกกล่าวว่า “หน้ากากนูทรัลช่วยให้เราค้นพบพื้นที่ด้วยความบริสุทธิ์” (Lecoq, Carasso, & Lallias, 2001, น. 38)

3.4 แบบฝึกหัดการเดินทาง (The Journey) เลอค็อกพัฒนาแบบฝึกหัดการเดินทาง หรือ (Le voyage) โดยให้นักแสดงสวมหน้ากากนูทรัลและผ่านประสบการณ์การเดินทางที่มีทั้งการพบเจอสิ่งต่าง ๆ บรรยากาศต่าง ๆ และความท้าทาย เพื่อพัฒนาความสามารถในการเล่าเรื่องผ่านร่างกาย (Lecoq, 2000, น. 46)

3.5 แบบฝึกหัดเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ (Identification with Nature) เลอค็อกให้นักแสดงสวมหน้ากากนูทรัลและพยายามเป็นส่วนหนึ่งกับธรรมชาติ เช่น ต้นไม้ น้ำ หรือสัตว์ โดยไม่ใช่การเลียนแบบภายนอกเท่านั้น แต่เป็นการเข้าใจถึงแก่นของสิ่งเหล่านั้น โดยเขาอธิบายว่า “การเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติไม่ใช่การเลียนแบบ แต่เป็นการค้นหาพลวัตของสิ่งต่าง ๆ” (Lecoq, 2000, น. 47)

4 หน้ากากตัวละคร (Character Mask)

หน้ากากตัวละครเป็นหน้ากากที่มีการสร้างลักษณะจำเพาะของตัวหน้ากาก มีบุคลิกและรูปแบบที่แตกต่างกันอย่างชัดเจน จึงแตกต่างจากหน้ากากนูทรัล โดยเน้นการฝึกค้นหาลักษณะบุคลิกภาพและต้นแบบ (Archetypes) ที่โดดเด่นของหน้ากาก ทำให้นักแสดงมีโอกาสได้สำรวจลักษณะทางกายภาพของหน้ากากตัวละคร และสามารถเปลี่ยนข้อจำกัดในการแสดงออกผ่านใบหน้าเป็นการสื่อสารและถ่ายทอดผ่านทางร่างกาย เนื่องจากลักษณะบุคลิกภาพถูกกำหนดด้วยรูปแบบของหน้ากากนั้น ๆ เลอค็อกกล่าวว่า “หน้ากากตัวละครกระตุ้นนักแสดงให้ค้นหาการแสดงออกทางร่างกายที่ชัดเจนและเฉพาะเจาะจง เมื่อไม่สามารถใช้การแสดงออกทางสีหน้าได้ นักแสดงจึงต้องสื่อสารผ่านการเคลื่อนไหวของร่างกายทั้งหมด” (Lecoq, 2000, น. 57) ในละครตลกจำอวดมักต้องการให้นักแสดงแสดงท่าทางที่เกินจริง หน้ากากตัวละครจึงเป็นอีกเครื่องมือหนึ่งที่สามารถขยายการเคลื่อนไหวของนักแสดงได้ ทำให้นักแสดงแสดงออกได้โดดเด่นมากขึ้น โดยแบบฝึกหัดหน้ากากตัวละครที่สำคัญที่ผู้วิจัยเลือกมาฝึกปฏิบัติมีดังนี้

4.1 แบบฝึกหัดวิเคราะห์หน้ากาก (Mask Observation and Analysis) แบบฝึกหัดเบื้องต้นที่เน้นการสังเกตและวิเคราะห์หน้ากากอย่างละเอียด ก่อนที่จะสวมใส่และแสดง นักแสดงมองหน้ากากโดยใช้ระยะเวลาประมาณหนึ่ง เพื่อสังเกตลักษณะของหน้ากากอย่างละเอียดในทุกมิติ จากนั้นลองวิเคราะห์ลักษณะนิสัย การเคลื่อนไหวของหน้ากากตัวละคร เพื่อให้เข้าใจจิตวิญญาณของหน้ากากก่อนการสวมใส่ เลอค็อกเชื่อว่าการสังเกตที่ละเอียดจะช่วยให้นักแสดงเข้าถึงแก่นของตัวละครได้ (Lecoq, 2000, น. 57)

4.2 แบบฝึกหัดกลายเข้าสู่หน้ากาก (Mask Transformation) แบบฝึกหัดนี้เน้นกระบวนการเปลี่ยนแปลงร่างกายและจิตใจเพื่อ “กลายเป็น” หน้ากาก โดยหลังจากทำแบบฝึกหัดวิเคราะห์หน้ากากให้นักแสดงสวมหน้ากากตัวละครอย่างช้า ๆ ในสภาวะที่สงบ จากนั้นเริ่มต้นเคลื่อนไหวโดยให้หน้ากากเป็นเครื่องมือที่กระตุ้นการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ที่ไม่ได้เกิดจากตัวของนักแสดง แบบฝึกหัดนี้ต้องการให้นักแสดงละทิ้งความเป็นตัวเอง และปล่อยให้หน้ากากเป็นผู้นำในการเคลื่อนไหว เลอค็อกอธิบายว่า “หน้ากากไม่ยอมรับการเคลื่อนไหวใด ๆ ที่ไม่สอดคล้องกับมัน” (Lecoq, 2000, น. 55-56)

4.3 แบบฝึกหัดตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม (Environmental Response) แบบฝึกหัดนี้เน้นการตอบสนองของตัวละครหน้ากากต่อสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่าง ๆ นักแสดงสวมหน้ากากและอยู่ในบทบาทอย่างสมบูรณ์ ผู้ฝึกสร้างสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น การเปลี่ยนอุณหภูมิ สภาพอากาศ หรือสถานที่ โดยนักแสดงต้องตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในฐานะตัวละครหน้ากาก โดยสามารถพบกับตัวละครหน้ากากอื่น ๆ ที่ร่วมฝึกด้วยกันและมีปฏิสัมพันธ์ได้ เพื่อพัฒนาความสามารถในการแสดงปฏิกิริยาที่แท้จริงและมีชีวิตชีวาในขณะที่ยังคงอยู่ในบทบาทของหน้ากาก

4.4 แบบฝึกหัดหน้ากากขั้วตรงข้าม (The Paradox of Mask : Counter Mask) แบบฝึกหัดนี้สำรวจความขัดแย้งและความซับซ้อนภายในหน้ากากตัวละคร เมื่อนักแสดงวิเคราะห์ลักษณะที่เด่นชัดของหน้ากากตัวละครแล้ว หลังจากทำแบบฝึกหัดก่อนหน้าให้ลองแสดงในลักษณะที่ตรงข้ามกับหน้ากาก เช่น หากหน้ากากดูเศร้า ให้เคลื่อนไหวอย่างมีความสุข หรือหากหน้ากากดูโกรธ ให้เคลื่อนไหวอย่างอ่อนโยน และนักแสดงสำรวจความตึงเครียดที่เกิดขึ้นระหว่างการแสดงออกของหน้ากากและการเคลื่อนไหวของร่างกาย เพื่อสร้างความซับซ้อนและมิติที่ลึกซึ้งให้กับตัวละคร คัลเลอรี่อธิบายว่า “ความขัดแย้งระหว่างที่หน้ากากแสดงออกและสิ่งที่ร่างกายทำ สร้างพลวัตที่น่าสนใจอย่างยิ่ง” (Callery, 2002, น. 89)

5. หน้ากากคอมเมเดีย เดลลาร์เต (Commedia dell’Arte)

คอมเมเดีย เดลลาร์เตเป็นรูปแบบการละครดั้งเดิมของอิตาลี เน้นการใช้หน้ากากและการแสดงออกทางกายภาพอย่างมาก เน้นรูปแบบการแสดงละครที่มีลักษณะเฉพาะคือการด้นสด (Improvisation) โดยใช้โครงเรื่องที่วางไว้อย่างคร่าว ๆ และใช้หน้ากากตัวละครต้นแบบ (Stock Characters) ที่มีลักษณะนิสัยและการแสดงออกที่ชัดเจน (Rudlin, 2010, น. 23) เพื่อให้คนดูได้เห็นการแสดงออกและบุคลิกภาพของตัวละครได้อย่างชัดเจน ตัวละครเอกของคอมมีเดียเดลลาร์

เต เช่น อาร์เลคคิโนและโคลอมบินา เป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางจากหน้ากากอันโดดเด่นและการเคลื่อนไหวที่เกินจริง ทำให้คอมเมเดีย เดลลาร์เตได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายไปทั่วยุโรป ทั้งนี้หน้ากากคอมเมเดีย เดลลาร์เตยังมีทั้งรูปแบบที่เต็มหน้า (Full Mask) และครึ่งหน้า (Half Mask) เพื่อให้นักแสดงได้ฝึกค้นหาไม่เพียงแค่ลักษณะการแสดงออกทางร่างกายแต่ยังสามารถค้นหาเสียงของตัวละครได้เช่นกัน ลักษณะของหน้ากากตัวละครต้นแบบยังบ่งบอกถึงเอกลักษณ์และความเชื่อมโยงกับสัตว์ต่าง ๆ ด้วย ตัวอย่างเช่น อาร์เลคคิโนซึ่งเป็นการผสมผสานระหว่างแมวและลิง บางครั้งเรียกว่า “อาร์เลคคิโน-กัตโต” หรือฮาร์เลควินแมว นักแสดงที่สวมหน้ากากนี้จำเป็นต้องแสดงทักษะการกระโดดและการเคลื่อนไหวที่คล่องแคล่วอย่างสูง ทั้งแขนและขาในขณะเคลื่อนไหวบนเวที “อาร์เลคคิโนแสดงคุณลักษณะของสัตว์หลายชนิด โดยเฉพาะแมวบ้านและลิง ความคล่องแคล่วของแมวผสมกับความซุกซนของลิงถูกแสดงออกผ่านการเคลื่อนไหวที่แสดงโดยนักแสดง ตัวละครนี้ต้องการความคล่องตัวอย่างมาก” (Eldredge, 1996, น. 112) โดยแบบฝึกหัดคอมเมเดีย เดลลาร์เตที่ผู้วิจัยเลือกมาฝึกปฏิบัติบางส่วน ได้แก่

5.1 แบบฝึกหัดสำรวจหน้ากากตัวละครต้นแบบ (Stock Character Embobdiment) เลอค็อกนำคอมเมเดีย เดลลาร์เต มาเป็นส่วนสำคัญในการฝึกของเขา โดยให้นักแสดงศึกษาตัวละครต้นแบบ เช่น ปันตาโลเน (Pantalone), อาร์เลคคีโน (Arlecchino), อิล ด็อตโตเร (Il Dottore) เป็นการฝึกสำรวจและวิเคราะห์หน้ากากตัวละครต้นแบบ เช่นเดียวกับการฝึกวิเคราะห์หน้ากากตัวละคร เพื่อให้นักแสดงเข้าใจถึงบุคลิกภาพลักษณะนิสัยของตัวละครต้นแบบ รวมถึงการเคลื่อนไหวของตัวละครและจุดศูนย์กลางที่แตกต่างกันของตัวละครต้นแบบแต่ละตัว เลอค็อกกล่าวว่า “ตัวละครในคอมเมเดีย เดลลาร์เตมีรูปแบบที่ชัดเจน แต่ละตัวละครมีลักษณะเฉพาะทางร่างกายและนิสัย” (Lecoq, 2000, น.120)

5.2 แบบฝึกหัดเชื่อมโยงกับหน้ากาก (Mask Connection) แบบฝึกหัดนี้มีความคล้ายคลึงกับแบบฝึกหัดกลายสู่หน้ากากของการฝึกหน้ากากตัวละคร โดยหลังจากสำรวจหน้ากากตัวละครต้นแบบเรียบร้อยแล้ว นักแสดงสวมใส่และใช้เวลาค้นหาและเข้าใจตัวละครต้นแบบที่ตนเองสวมใส่ เพื่อให้นักแสดงเคลื่อนไหวและแสดงออกโดยให้หน้ากากตัวละครต้นแบบเป็นเครื่องมือชี้นำ เลอค็อกเน้นความสัมพันธ์ระหว่างหน้ากากคอมเมเดีย เดลลาร์เตกับร่างกายของนักแสดงมาก เขากล่าวว่า “หน้ากากครึ่งหน้าของคอมเมเดีย เดลลาร์เตมีความเฉพาะเจาะจงมาก ร่างกายต้องตอบสนองในแบบที่หน้ากากเรียกร้อง” (Lecoq, Carasso, & Lallias, 2001, น. 92)

5.3 แบบฝึกหัดด้นสดด้วยเรื่องสมมติ (Improvisation with Scenerios – Canovacci) เลอค็อกพัฒนาการด้นสดแบบโครงเรื่องคร่าว ๆ (Canovacci) ตามแบบฉบับคอมเมเดีย เดลลาร์เตมาเป็นแบบฝึกหัดด้นสดด้วยเรื่องสมมติ โดยให้นักแสดงสร้างสถานการณ์จากโครงเรื่องพื้นฐาน เช่น การแต่งงาน การหลอกลวง (Lecoq, 2000, น. 127) มาใช้ในการแสดงแบบด้นสด ทำให้นักแสดงได้ค้นหารายละเอียดที่เฉพาะเจาะจงของตัวละครต้นแบบในมิติต่าง ๆ ที่คาดไม่ถึง

6 ละครตลกประเภทจำอวด (Farce)

ละครตลกจำอวดเป็นการแสดงที่เน้นอารมณ์ขันจากเรื่องราวที่เกินจริงและการเคลื่อนไหว

ร่างกายที่มากกว่าปกติ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่นักแสดงต้องมีทักษะการใช้ร่างกายอย่างเชี่ยวชาญ เพื่อถ่ายทอดเรื่องราวน่าขันที่เกินจริงอย่างไร้เหตุผลและใช้พลังงานในการแสดงที่ทรงพลัง ช่วยเสริมสร้างอารมณ์ขันให้แก่ผู้ชมโดยใช้ร่างกายเคลื่อนไหวในระดับต่าง ๆ ร่วมกับการบริหารการใช้พื้นที่เวทีอย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งอาศัยการจัดการการใช้จังหวะและระยะเวลาในการส่งมุกและรับมุกซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของละครประเภทนี้ ละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง เป็นละครประเภทตลกจำอวด โดยบทบาทของเบอร์นาร์ด มีความท้าทายเป็นพิเศษ เนื่องจากต้องผสมผสานทั้งจังหวะทางการแสดงตลก ความคล่องแคล่วทางร่างกาย และความสามารถในการสื่อสารอารมณ์ผ่านการเคลื่อนไหวที่เกินจริง

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยทางศิลปการละคร โดยการเก็บข้อมูลงานวิจัยจากการศึกษาและวิเคราะห์บทบาทของนักแสดงผ่านการประยุกต์ใช้แบบฝึกหัดหน้ากากที่คัดเลือกอย่างเหมาะสมตลอดกระบวนการ ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพจากตนเองด้วยวิธีการประเมินพัฒนาการด้านการแสดงของตนเองจาก การจดบันทึก และการบันทึกวีดิทัศน์เพื่อสะท้อนผลการวิจัย ข้อมูลเชิงคุณภาพจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งประกอบด้วยกลุ่มผู้ชมทั่วไปที่รับชมจำนวน 342 คนจากการรับชมการแสดงทั้งหมด 3 รอบ กลุ่มผู้ร่วมสร้างสรรค์การแสดง 6 คน และผู้ทรงคุณวุฒิทางการฝึกการแสดงด้วยเทคนิคหน้ากาก 1 คน เพื่อวิเคราะห์ความคิดเห็น ความรู้สึก และมุมมอง ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการวิเคราะห์ผลงานวิจัย โดยมีวิธีการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

1. ดำเนินการศึกษาและวิเคราะห์ทฤษฎีและแบบฝึกหัดการฝึกการแสดงด้วยเทคนิคหน้ากาก โดยอาศัยงานวิจัย เอกสาร หนังสือ บทความ และสื่อต่าง ๆ ทั้งออนไลน์และสิ่งพิมพ์ รวมถึงการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อสังเคราะห์แนวทางการฝึกฝน ครอบคลุมการใช้หน้ากากนูทรัล หน้ากากตัวละคร และคอมเมเดีย เดลลาร์เต

2. วิเคราะห์และตีความบทละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง ศึกษาบริบทและเนื้อหาที่เกี่ยวข้องจากเอกสารวิชาการ บทความ สื่อสิ่งพิมพ์ และสื่อออนไลน์ เช่น ยูทูบ (YouTube) และ พินเทอเรส (Pinterest)

3. ฝึกซ้อมการแสดงร่วมกับผู้กำกับการแสดงและนักแสดงร่วม โดยใช้แบบฝึกหัดที่คัดเลือก กำหนดทิศทางการเคลื่อนไหวในแต่ละฉากร่วมกับนักแสดง และบันทึกภาพการแสดงเพื่อประเมินและพัฒนาการแสดง

4. นำเสนอผลงานการแสดง ณ ศูนย์ศิลปการละครสดใส พันธุมโกมล ระหว่างวันที่ 4-6 เมษายน พ.ศ. 2568 จำนวน 3 รอบ โดยมีผู้ชมประมาณ 140 คนต่อรอบ

5. ประเมินผลการแสดงจากบันทึกวีดีโอ แบบสอบถามออนไลน์ผ่านกูเกิลฟอร์ม (Google Form) จากผู้ชมที่ทำแบบสอบถามทั้งหมด 342 คน และข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์ผู้ร่วมสร้างสรรค์ 6 คน และผู้ทรงคุณวุฒิด้านการฝึกการแสดงละครหน้ากาก 1 คน

6. สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล พร้อมข้อเสนอแนะ และจัดทำวิทยานิพนธ์เป็นรูปเล่ม

กระบวนการวิจัย

1. วิเคราะห์บทละครและตัวละครจากเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง

วิเคราะห์บทละครบทละคร บทละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง ประพันธ์โดย มาร์ค คาโมเล็ตติ นักเขียนบทละครชาวฝรั่งเศส ถูกเขียนขึ้นในช่วงเวลาของการเปลี่ยนแปลงทางสังคมครั้งใหญ่ในปารีส ช่วงทศวรรษ 1960 ซึ่งเป็นช่วงเวลาแห่งการปฏิวัติทางเพศและการเปลี่ยนแปลงบทบาททางเพศ สะท้อนเรื่องราวการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับมุมมองความรักและการแต่งงานในยุคนั้น ทำให้บทละครประสบความสำเร็จและเป็นที่วิพากษ์วิจารย์อย่างมากในยุคนั้น และเกิดเป็นบทละครภาคต่อชื่อว่า ดอนท์ เดรส ฟอร์ ดินเนอร์ (Don't Dress For Dinner) บทละครเรื่องนี้เป็นละครประเภทตลกจำอวด (Farce) โดยอาศัยการใช้จังหวะในการแสดงเพื่อสร้างความขบขันเพื่อสื่อสารเรื่องราวที่เกินคาดร่วมกับการใช้พลังงานของนักแสดงของร่างกายและการเคลื่อนไหวที่เกินจริง ละครเวทีเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง แบ่งโครงเรื่องออกเป็น 3 องก์ โดยมีแก่นเรื่องหลัก (Theme) เกี่ยวกับการไม่ซื่อสัตย์ การหลอกลวง และการปกปิดความจริง และมีสาระสำคัญของเรื่อง (Message) เน้นถึงการหลอกลวงผู้อื่นและตนเองอันเนื่องมาจากความไม่จริงใจ รวมถึงความเขลาที่เกิดจากความมั่นใจในความฉลาดของตัวละคร สะท้อนให้เห็นถึงมุมมองต่าง ๆ ของสังคม ทั้งด้านตลกขบขันและความจริงของชีวิต (Drama)

จากการศึกษาบทละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง เผยให้เห็นความสัมพันธ์อันซับซ้อนจากเรื่องราวอันแสนยุ่งเหยิงของสถาปนิกหนุ่มรูปงามนามว่า เบอร์นาร์ด ผู้มีคู่หมั้นหลายคนซึ่งล้วนเป็นพนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน ในเหตุการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นภายในห้องชุดหรูของเขาใจกลางกรุงปารีส แผนการจัดตารางเวลาอันแยบยลของเบอร์นาร์ดต้องพังทลายลงเมื่อคู่หมั้นทุกคนถูกโยกย้ายไปปฏิบัติหน้าที่บนเครื่องบินโบอิ้ง ยิ่งไปกว่านั้น การมาเยือนของโรเบิร์ต เพื่อนสนิทของเขา ยิ่งทำให้สถานการณ์ตึงเครียดและวุ่นวายขึ้นอย่างไม่คาดคิด แม้แต่เบิร์ธผู้ดูแลของเบอร์นาร์ด ก็ไม่สามารถคลี่คลายความยุ่งยากอลหม่านนี้ได้

1.1 วิเคราะห์ตัวละครเบอร์นาร์ด - เบอร์นาร์ดคือตัวละครหลักของเรื่อง เป็นตัวละครที่มีเสน่ห์ดึงดูด มั่นใจในความสามารถและความเชี่ยวชาญด้านการออกแบบ ทั้งในฐานะสถาปนิกและการออกแบบรูปแบบความสัมพันธ์แบบหมู่ (Polygamy) แต่ขาดความรับผิดชอบและจริยธรรม แม้จะถ่ายทอดเรื่องราวออกมาในรูปแบบละครตลกจำอวด แต่พฤติกรรมของเบอร์นาร์ดสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงของค่านิยมทางสังคมเกี่ยวกับความรักและการแต่งงาน และยังให้แง่คิดเกี่ยวกับความซื่อสัตย์และการหลอกลวงในความสัมพันธ์กับผู้รับชม

ภายหลังจากการวิเคราะห์บทละครและตัวละครที่ใช้เป็นกรณีศึกษาเสร็จสิ้น ผู้วิจัยได้ปรึกษากับผู้กำกับการแสดงและทีมนักแสดงเพื่อหาข้อสรุปที่สอดคล้องกันสำหรับการสร้างภูมิหลังของตัวละครในลำดับต่อไป และเพื่อวางแผนการฝึกอบรมเทคนิคการแสดงหน้ากากร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ ควบคู่ไปกับการซ้อมการแสดงกับนักแสดงทุกท่าน

1.2 การซ้อมการแสดงโดยใช้เทคนิคหน้ากาก ก่อนดำเนินการวิจัยในหัวข้อนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกการแสดงด้วยหน้ากากเพื่อนำเสนอในรายวิชาทฤษฎีการแสดง และเข้ารับการอบรมเทคนิคการแสดงหน้ากากระยะสั้นกับ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณ์ขวัญ พลจันทร์ และอาจารย์นิกร แซ่ตั้งซึ่งเป็นสัมมนาพิเศษของภาควิชาศิลปการละคร คณะอักษรศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย การอบรมดังกล่าวกระตุ้นความสนใจของผู้วิจัยเกี่ยวกับการใช้หน้ากากเพื่อพัฒนาการแสดง โดยเฉพาะการใช้ร่างกายในบทบาทที่ไม่คุ้นเคย หลักการสอนของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณ์ขวัญและอาจารย์นิกร มีการประยุกต์ใช้แบบฝึกหัดด้วยวิธีการของโคโปและเลอค็อก ผู้วิจัยจึงนำแบบฝึกหัดจากการสัมมนาไปค้นคว้าเพิ่มเติมและรวบรวมแบบฝึกหัดที่มีความเกี่ยวข้องกับหัวข้อที่ผู้วิจัยศึกษาและมีประโยชน์ต่อการพัฒนาทักษะการใช้ร่างกายเพื่อการแสดงตลกจำอวด กรณีศึกษา เบอร์นาร์ด เพื่อใช้ในกระบวนการซ้อมการแสดงของตนเอง

1. ช่วงพัฒนาความพร้อมของร่างกายก่อนการฝึกหน้ากาก

ช่วงเริ่มต้นของการฝึกซ้อมผู้วิจัยมุ่งเน้นเกี่ยวกับการตระหนักรู้และการเข้าใจกายภาพของตนเอง การเริ่มต้นฝึกจากการหายใจ รับรู้ถึงปัจจุบันขณะ และเริ่มทำ แบบฝึกหัดการยืนที่สภาวะศูนย์ ทำให้ผู้วิจัยมีสภาวะจิตใจที่นิ่ง มั่นคง และการอยู่กับปัจจุบัน โดยไร้การปรุงแต่งทั้งอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากความเหนื่อย หรือเรื่องราวที่ผู้วิจัยพบเจอก่อนหน้าการฝึกและส่งผลต่อการควบคุมร่างกายผ่านการแสดงออกอีกด้วย และเมื่อทำ แบบฝึกหัดจัดระเบียบร่างกายกับกำแพงและแบบฝึกหัดแยกการเคลื่อนไหว 20 ส่วน ทำให้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ร่างกายตนเองอย่างละเอียดถี่ถ้วน เข้าใจถึงจุดปวดเมื่อยเมื่อควบคุมอย่างเข้มงวด โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาการปวดและการเกร็งที่บริเวณหลัง และอีกแบบฝึกหัดหนึ่งที่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.วรรณ์ขวัญให้ความสำคัญอย่างมากคือ แบบฝึกหัดเดินอย่างเป็นกลาง แบบฝึกหัดนี้แม้ดูเรียบง่าย แต่จำเป็นต้องฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ในช่วงเริ่มต้นผู้วิจัยมักมีอาการสั่นของกล้ามเนื้อขา แต่เมื่อฝึกสักระยะหนึ่งแบบฝึกหัดนี้ช่วยให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้พฤติกรรมที่คุ้นเคยซึ่งขัดกับบุคลิกภาพของตัวละครเบอร์นาร์ด เช่น พฤติกรรมการห่อไหล่ การก้มหน้า การหนีบข้อศอก ซึ่งตัวละครเบอร์นาร์ดที่ผู้วิจัยสำรวจร่วมกับผู้กำกับการแสดง ต้องมีบุคลิกภาพสง่าผ่าเผย มั่นใจ อกผายหลังตรง ศีรษะตั้งตรง แบบฝึกหัดการปรับสมดุลร่างกายจึงเป็นกระบวนการสำคัญอย่างมากในการพัฒนาทักษะการใช้ร่างกายให้ได้ประสิทธิภาพมากขึ้น รวมถึงแบบฝึกหัดของเลอค็อกที่คุณนิกรเน้นย้ำให้ผู้วิจัยปฏิบัติในช่วงการเตรียมความพร้อมของร่างกาย คือ แบบฝึกหัดการเคลื่อนไหวลูกคลื่นและลูกคลื่นย้อนกลับ แบบฝึกหัดการเบ่งบานและการหดตัว แบบฝึกหัดสภาวะทั้ง 9 และแบบฝึกหัดโมลิโนช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกายของผู้วิจัย จากการสำรวจแนวกระดูกก้นกบและเคลื่อนไปตามแนวกระดูกสันหลังจนถึงศีรษะ ประกอบกับการรักษาพลังงานภายในร่างกายและการประยุกต์ใช้ร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพควบคู่ไปกับการใช้พื้นที่โดยรอบ ผู้วิจัยค้นพบว่าตนเองไม่ค่อยมีพลัง เหนื่อยง่าย ซึ่งเป็นข้อบกพร่องที่ส่งผลต่อการใช้ร่างกายในการแสดงตลกจำอวดอย่างมาก แบบฝึกหัดเตรียมความพร้อมร่างกายจึงจำเป็นอย่างยิ่งในการฝึกร่างกายให้คุ้นเคยก่อนการใช้หน้ากากทุกครั้งในการซ้อม

2. ช่วงการฝึกหน้ากากนูทรัล

ก่อนที่นักแสดงจะสามารถทำความเข้าใจบทบาทได้อย่างลึกซึ้ง ควรเริ่มจากการทำความเข้าใจตนเองเสียก่อน ซึ่งแบบฝึกหัดหน้ากากนูทรัลจะช่วยให้นักแสดงสงบและตระหนักรู้ถึงความสมดุล พร้อมใช้ร่างกายตอบสนองต่อการกระตุ้นของหน้ากากได้อย่างเหมาะสม เริ่มจากแบบฝึกหัดการตื่น ช่วยผู้วิจัยปรับสมดุลร่างกายและจิตใจ และประยุกต์ใช้ร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพหลังจากเตรียมความพร้อม เพื่อทำงานร่วมกับหน้ากากได้อย่างลงตัว

ต่อจากนั้นจึงได้เริ่มสำรวจการเคลื่อนไหวที่ไม่คุ้นเคย หรือค้นพบรูปแบบการเคลื่อนไหวใหม่ ๆ ที่ผู้วิจัยไม่เคยใช้ในชีวิตประจำวัน จากแบบฝึกหัดแบบฝึกหัด 4 ธาตุ นอกจากนี้ยังเป็นโอกาสให้เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างผู้วิจัยกับตัวละครเบอร์นาร์ดหลังจากทำแบบฝึกหัดเสร็จสิ้นแล้วว่าลักษณะการเคลื่อนไหวที่ได้ลองสำรวจทั้ง 4 ธาตุนั้น ธาตุดินและน้ำมีความใกล้เคียงกับผู้วิจัยมากกว่า เนื่องจากขณะสำรวจระหว่างทำแบบฝึกหัด ผู้วิจัยรู้สึกผ่อนคลายกว่า ส่วนธาตุลมและไฟมีความใกล้เคียงกับบุคลิกภาพที่ร้อนแรง ไวต่อการแก้ปัญหา และมีพลังงานมากเช่นเดียวกับแบบฝึกหัดเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ แบบฝึกหัดเดินในพื้นที่และแบบฝึกหัดการเดินทาง เริ่มต้นจากการให้นักแสดงสวมหน้ากากนูทรัลเดินในพื้นที่ต่าง ๆ เช่น ทะเลทราย ป่า ภูเขา โดยเน้นการเคลื่อนไหวที่เรียบง่าย ผ่านประสบการณ์การเดินทางที่มีทั้งการพบเจอสิ่งต่าง ๆ บรรยากาศต่าง ๆ เช่น เดินบนสถานีรถไฟฟ้าหรือตลาด ทำให้ผู้วิจัยได้ค้นหาการตอบสนองที่มาจากร่างกาย โดยหลีกเลี่ยงการแสดงออกเฉพาะตัวของตนเองเพิ่มขึ้น ยิ่งไปกว่านั้น ขณะสวมใส่หน้ากากอยู่การแสดงออกทางสีหน้าจึงถูกปิดกันอย่างสิ้นเชิง และถูกบังคับให้ต้องสื่อสารผ่านทางร่างกายทางเดียว ซึ่งทำให้ผู้วิจัยเริ่มกล้าแสดงออกด้วยการใช้ร่างกายสื่อสารมากยิ่งขึ้น

3. ช่วงการฝึกหน้ากากตัวละคร

หลังจากได้เรียนรู้และเข้าใจร่างกายของตนเองเพิ่มขึ้นแล้ว แบบฝึกหัดหน้ากากลำดับถัดมาที่ผู้วิจัยมีโอกาสได้ใช้ฝึกคือหน้ากากตัวละคร โดยแบบฝึกหัดหน้ากากตัวละครทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยเริ่มเข้าสู้กระบวนการสำรวจตัวละครเบอร์นาร์ดโดยใช้หน้ากากตัวละครรูปแบบต่าง ๆ เป็นเครื่องมือ ในทุกๆครั้งของการเริ่มใช้หน้ากากตัวละคน แบบฝึกหัดแรกที่ต้องทำคือ แบบฝึกหัดวิเคราะห์หน้ากาก เพื่อฝึกฝนความเข้าใจลักษณะและอัตลักษณ์ วิเคราะห์นิสัยใจคอของหน้ากากแต่ละชิ้นก่อนสวมใส่ และเตรียมพร้อมสำหรับแบบฝึกหัดกลายเข้าสู่หน้ากากในลำดับต่อไป โดยทั่วไปแล้วผู้วิจัยมักเลือกหน้ากากที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตัวละครเบอร์นาร์ดเพื่อศึกษาการแสดงออกของตัวละครและนำมาประยุกต์ใช้ในการแสดง หน้ากากที่ใช้ในการทดลองฝึกฝนนั้นมักมีลักษณะสง่างามลึกลับน่าค้นหา และเจ้าเล่ห์ซึ่งระหว่างการทำแบบฝึกหัดด้นสดหรือแบบฝึกหัดตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม ทำให้ผู้วิจัยพบว่าตนเองยังคงใช้ท่าทางที่คุ้นชินในชีวิตประจำวันขณะทำแบบฝึกหัด ทั้งจากการสังเกตของผู้ฝึกสอนและผู้ร่วมฝึก นอกจากนี้ยังพบว่าแม้เป็นหน้ากากตัวละครใบเดียวกันแต่ผู้สวมใส่ต่างคนก็แสดงออกถึงบุคลิกที่แตกต่างกันได้เช่นกัน

อีกหนึ่งแบบฝึกหัดที่ส่งเสริมการวิเคราะห์ตัวละครเบอร์นาร์ดคือ การใช้แบบฝึกหัดหน้ากากขั้วตรงข้าม ช่วยให้ผู้วิจัยเข้าใจมิติของตัวละครได้ดียิ่งขึ้น ตัวอย่างเช่น หน้ากากที่มีลักษณะมั่นใจสง่าผ่าเผยอาจเผยให้เห็นถึงการแสดงออกที่ดูขี้ขลาดหรือมีความกลัวที่ซ่อนอยู่ หรือหน้ากากตัวละครที่มีลักษณะเหมือนคนขี้อาย อาจสามารถทำให้แสดงออกถึงความภูมิใจในตนเองออกมาได้เช่นกัน วิธีการนี้จึงช่วยให้ผู้วิจัยค้นพบการแสดงออกใหม่ ๆ หลีกเลี่ยงการใช้ภาษากายที่เป็นตัวตนของผู้วิจัยและเข้าใจตัวละครเบอร์นาร์ดได้อย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น นอกเหนือจากวิธีการวิเคราะห์ตัวละครแบบเดิม ๆ ที่เคยทำมาก่อนหน้านี้

4. ช่วงการฝึกคอมเมเดีย เดลลาร์เต

การฝึกฝนคอมเมเดีย เดลลาร์เต เป็นวิธีที่มีประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาจังหวะการแสดง

ละครตลกและการแสดงออกทางกายภาพ เพื่อให้สามารถเข้าใจและแสดงเป็นตัวละครได้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น เนื่องจากการหาหน้ากากตัวละครต้นแบบในประเทศไทยค่อนข้างยาก ผู้วิจัยจึงได้มีโอกาสเรียนรู้และฝึกฝนหน้ากากตัวละครต้นแบบจากการสัมมนาโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณ์ขวัญ ในเวลาอันจำกัด และได้ฝึกปฏิบัติในรายวิชาการแสดงภาคปฏิบัติ (Acting Practice) โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดังกมล ณ ป้อมเพชร เริ่มต้นจากการศึกษาตัวละครต้นแบบในคอมเมเดีย เดลลาร์เต และเลือกตัวละครที่ผู้วิจัยเล็งเห็นว่าสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตัวละครเบอร์นาร์ดได้ ได้แก่ อาร์เลคคีโน ซานนี และอีนาโมราโต โดยประดิษฐ์หน้ากากขึ้นมาเองจากวัสดุที่หาซื้อได้ง่าย โดยใช้แบบฝึกหัดสำรวจหน้ากากตัวละครต้นแบบ แบบฝึกหัดเชื่อมโยงกับหน้ากาก และแบบฝึกหัดด้นสดด้วยเรื่องสมมติ จากการฝึกการด้นสดด้วยโครงเรื่องคร่าว ๆ ผู้วิจัยเลือกใช้สถานการณ์ที่ปรากฏในเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง มาใช้ในการช่วยสำรวจความรู้สึกของตัวละครและค้นหาการแสดงออกที่ใช้พลังและร่างกายมากกว่าการแสดงออกในชีวิตประจำวัน หลังจากฝึกปฏิบัติแบบฝึกหัดต่างๆในการฝึกอบรมแต่ละครั้ง ผู้วิจัยยังค้นพบว่า จังหวะการหยุดและการแสดงออกทางร่างกายเพื่อสร้างมุกตลกเป็นสิ่งที่ยากมากและสำคัญมากสำหรับการฝึกคอมเมเดีย เดลลาร์เต ซึ่งนอกเหนือจากการเข้าใจตัวละคร รู้จักใช้ร่างกายในการพัฒนาการแสดงออกแล้ว การพัฒนาจังหวะการเล่นมุกตลกก็เป็นหัวข้อสำคัญที่ผู้วัจัยยังต้องพัฒนาต่อไป

ในส่วนของการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างหน้ากากเต็มใบหน้าและหน้ากากครึ่งหน้าเพื่อพัฒนาการวิจัยนั้น หน้ากากต้นแบบแบบเต็มใบหน้าเน้นการพัฒนาการใช้จังหวะและท่าทางที่ทรงพลังและครอบคลุมพื้นที่มากขึ้น ส่วนหน้ากากต้นแบบแบบครึ่งหน้าจะช่วยเสริมการค้นหาลักษณะเสียงของตัวละครโดยใช้การออกเสียงที่ไม่ใช่ภาษาพูดทั่วไป (Gibberish) เทคนิคนี้ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถถล้าสื่อสารอารมณ์และความรู้สึกผ่านท่าทาง น้ำเสียง และการเคลื่อนไหวได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดังกมล ยังนำแบบฝึกหัดที่ช่วยพัฒนาการการใช้ร่างกายที่ขยายใหญ่ขึ้นสำหรับการแสดงลำครตลกจำอวด โดยใช้แบบฝึกหัดการแสดงแบบเกินจริง (Exaggeration Exercise) แบบฝึกหัดการแสดงลักษณะสัตว์ (Animal Embodiment) มาใช้ฝึกโดยการแสดงออกแบบเกินจริงเป็นหัวใจสำคัญของคอมเมเดีย เดลลาร์เต กิจกรรมนี้เน้นการฝึกฝนการเคลื่อนไหวร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ ที่ไม่ได้ใช้งานบ่อยในชีวิตประจำวัน โดยร่วมกันฝึกฝนในห้องเรียน แบบฝึกหัดนี้จะแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการการแสดงออกที่เพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดการฝึกฝนร่วมกัน แบบฝึกหัดการแสดงลักษณะสัตว์ เมื่อประกอบกับบุคลิกภาพของหน้ากากตัวละครต้นแบบช่วยขยายมิติบุคลิกภาพตัวละครได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตัวอย่างเช่น อาร์เลคคีโนมีบุคลิกภาพคล้ายลิง ขณะปฏิบัติแบบฝึกหัด ผู้วิจัยได้สะท้อนสถานการณ์ที่เบอร์นาร์ดเผชิญกับเหตุการณ์ไม่คาดฝันและเริ่มจัดการสถานการณ์เหล่านั้นไม่ได้ในเรื่อง

5. ช่วงการซ้อมการแสดงร่วมกับนักแสดงร่วมและผู้กำกับการแสดง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการฝึกฝนการแสดงควบคู่ไปกับการฝึกฝนทักษะการแสดงโดยใช้หน้ากาก โดยเน้นการฝึกฝนทักษะการใช้หน้ากากเป็นพิเศษในช่วงเวลาที่แยกต่างหาก ส่วนในช่วงเวลาซ้อมการแสดงร่วมกับนักแสดงท่านอื่น ผู้วิจัยได้เตรียมความพร้อมด้วยการฝึกฝนแบบฝึกหัดก่อนการซ้อม และรักษาสภาพร่างกายให้ใกล้เคียงกับสภาวะที่สวมหน้ากากอยู่ตลอดระยะเวลาการซ้อมการ

แสดงกับนักแสดงท่านอื่น เนื่องจากผู้วิจัยใช้หน้ากากเป็นเพียงเครื่องมือในกระบวนการซ้อมเท่านั้น สำหรับการแสดงจริงผู้วิจัยไม่ได้สวมใส่หน้ากากขณะแสดง การรักษาสภาวะร่างกายในขณะสวมหน้ากากจึงเป็นเรื่องสำคัญมากสำหรับผู้วิจัย

สำหรับการซ้อมการแสดงมีระยะเวลาประมาณ 3 เดือนตั้งแต่เดือนมกราคม-มีนาคม โดยในช่วงการซ้อมช่วงแรกผู้วิจัยยังคงมีความกังวลและความไม่มั่นใจในการแสดงออก โดยผู้วิจัยวิเคราะห์ว่าเหตุผลอาจเกิดจากไม่ได้ใส่หน้ากากเหมือนช่วงการฝึกแบบฝึกหัดหน้ากาก จนผ่านการซ้อมควบคู่กันในระยะหนึ่งจึงสามารถแก้ไขปัญหานี้ได้มากขึ้น รวมถึงผู้กำกับการแสดงนำแบบฝึกหัดสำหรับฝึกการแสดงที่ประยุกต์จากแบบฝึกหัดหน้ากากมาใช้ฝึกโดยไม่ใส่หน้ากากเพื่อพัฒนาตัวละครมากขึ้น เช่นแบบฝึกหัดสัตว์ แบบฝึกหัดด้นสด และแบบฝึกหัดส่งบอล ทำให้ช่วยผู้วิจัยในการรักษาพลังงานและเพิ่มมวลพลังงานในการแสดง และผ่อนคลายในการกล้าใช้ร่างกายมากขึ้นเทียบเท่ากับตอนสวมหน้ากากประเภทต่าง ๆ ในการทำแบบฝึกหัด และกระตุ้นความรู้สึกของตัวละครเบอร์ดนาร์ดในสถานการณ์ในฉากนั้นๆได้ดีขึ้น จากการซ้อมผู้วิจัยยังพบปัญหาเรื่องการแสดงออกทางกายภาพและการเคลื่อนไหวของนักแสดงยังไม่สอดคล้องกับบุคลิกภาพของเบอร์นาร์ด แต่กลับแสดงออกใกล้เคียงกับบุคลิกภาพของโรเบิร์ตมากกว่า จึงจำเป็นต้องเน้นการฝึกฝนแบบฝึกหัดหน้ากากตัวละครและคอมเมเดีย เดลลาร์เตเพิ่มเติมก่อนการซ้อมมากขึ้น เพื่อให้การแสดงเข้าถึงคาแรกเตอร์ของเบอร์นาร์ดได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และเพิ่มการทำแบบฝึกหัดหน้ากากร่วมกันกับการบันทึกวีดีโอระหว่างการทำแบบฝึกหัด เพื่อนำมาเปรียบเทียบการแสดงออกของผู้วิจัยในขณะใส่หน้ากากและในขณะซ้อมร่วมกับนักแสดงร่วม จากการเปรียบเทียบค้นพบว่า การแสดงออกทางร่างกายของผู้วิจัยขณะสวมหน้ากากแสดงลักษณะบุคลิกภาพของเบอร์นาร์ดได้ชัดเจนกว่าขณะซ้อมร่วมกับนักแสดงร่วมโดยไม่สวมหน้ากาก ผู้วิจัยจึงพยายามรักษาสภาวะของร่างกายในขณะที่สวมหน้ากากและจดจำความรู้สึกต่าง ๆ ที่ได้รับการกระตุ้นการแสดงออกผ่านร่างกายจากการฝึกหน้ากาก มาประยุกต์ใช้เมื่อถอดหน้ากากซ้อมละครกับนักแสดงร่วม เพื่อให้มีความคงที่อย่างมีประสิทธิภาพเท่ากัน ไม่ว่าจะสวมหรือไม่สวมหน้ากาก

4. การนำเสนอผลงานวิจัยผ่านการจัดแสดง

หลังจากผู้วิจัยฝึกซ้อมการแสดงควบคู่กับการทำแบบฝึกหัดหน้ากาก ผู้วิจัยนำเสนอผลจากการวิจัยโดยจัดแสดงละครเวทีเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง ทั้งหมด 3 รอบการแสดง ในวันที่ 4 และ 5 เมษายน พ.ศ. 2568 เวลา 19:00 น. และวันที่ 6 เมษายน พ.ศ. 2568 เวลา 15:00 น. ก่อนเริ่มการวิจัย ผู้วิจัยได้เตรียมความพร้อมด้วยแบบฝึกหัดเพื่อสร้างความสงบและรับรู้จิตใจและร่างกาย ซึ่งช่วยลดความกังวลและความตื่นเต้น พร้อมทั้งใช้หน้ากากกาย ฟวอคส์ หรือ กวีโด ฟวอคส์ (Guy Fawkes) เป็นเครื่องมือในการเข้าถึงบทบาทตัวละครเบอร์นาร์ด โดยไม่ได้อ้างอิงถึงประวัติของหน้ากาก แต่รูปลักษณ์ของหน้ากากช่วยให้ผู้วิจัยสามารถเข้าถึงมิติต่างๆ ของตัวละครได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในในระหว่างองก์ต่าง ๆ ผู้วิจัยสวมหน้ากากนี้เพื่อเตรียมความพร้อมทางกายภาพก่อนการแสดง หลังการแสดงรอบแรก ผู้วิจัยพบว่าสามารถเข้าถึงบทบาทได้ดีกว่าช่วงซ้อมสามเดือนที่ผ่านมา ทั้งจากการวิเคราะห์ตนเองและข้อเสนอแนะจากผู้กำกับและนักแสดงร่วม อย่างไรก็ตามผู้วิจัยยังคงมีความ

กังวลและความตึงเครียดซึ่งส่งผลต่อการสร้างมุกตลกในการแสดงตลกจำอวด ทำให้ไม่สามารถสร้างความขบขันจากผู้ชมได้มากนัก ในการแสดงรอบที่สอง ผู้วิจัยได้เตรียมการสร้างภาวะจิตใจและร่างกายที่สงบ เพื่อลดความกังวลและเพิ่มความผ่อนคลาย นอกจากนี้ ยังเน้นสร้างบรรยากาศสนุกสนานและสร้างพลังงานที่ดีระหว่างนักแสดงร่วมก่อนการแสดง ทำให้การแสดงรอบนี้ได้รับการตอบรับที่ดีจากผู้ชม โดยมีเสียงหัวเราะตลอดการแสดง 3 ชั่วโมง ส่งผลให้ตัวผู้วิจัยสามารถลดความกังวล เพลิดเพลินกับการแสดง และเชื่อว่าเป็นตัวละครเบอร์นาร์ดและอยู่กับสถานการณ์ในแต่ละฉากได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น รวมถึงการใช้ร่างกายที่คล่องตัวและมีพลังส่งออกไปได้อย่างทั่วถึงมากกว่าที่ผ่านมา ผู้วิจัยพบว่าพลังงานจากตนเอง จากนักแสดงร่วมทุกคน และจากผู้ชมการแสดงมีผลต่อประสิทธิภาพของการแสดงของตัวผู้วิจัยไม่มากก็น้อย เนื่องจากผู้วิจัยยังคงใช้หน้ากากกวีโดเป็นเครื่องมือในการเข้าถึงตัวละครก่อนการขึ้นแสดง

สำหรับการแสดงรอบสุดท้ายผู้วิจัยสามารถรักษาสมดุลและรวบรวมนำจุดที่มีประสิทธิภาพของทั้งสองรอบก่อนหน้ามาใช้ เบื้องต้นคือการสร้างความผ่อนคลายและละทิ้งความวิตกกังวลทุกอย่างที่มีเพื่อให้ตนเองพร้อมสำหรับการเข้าสู่ตัวละครเบอร์นาร์ดและรักษาสภาวะของตัวละครให้พร้อมสำหรับการขึ้นแสดง รวมถึงการสร้างพลังงานที่มากขึ้นในฐานะตัวละครเบอร์นาร์ด ตัวละครในละครประเภทตลกจำอวดและใช้ร่างกายอย่างขยายใหญ่ ใช้พื้นที่ทั่วถึงตลอดการแสดง จากการจัดแสดงสามรอบทั้งหมด ผู้วิจัยค้นพบว่าการแสดงในรอบสุดท้ายผู้วิจัยรู้สึกเชื่อว่าเป็นตัวละครเบอร์นาร์ดมากที่สุด แม้ว่าในรอบสุดท้ายพลังงานของผู้ชมอาจไม่ได้ตอบสนองด้วยการหัวเราะตลอดทั้งเรื่องเหมือนในรอบที่สอง

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยรวบรวมข้อคิดเห็นจากแบบสอบถามของผู้ชมโดยการตอบแบบสอบถามผ่านกูเกิลฟอร์ม โดยมีผู้ร่วมตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น 342 คน และสัมภาษณ์ผู้ร่วมสร้างสรรค์การแสดงและผู้เชี่ยวชาญด้านการฝึกการแสดงด้วยหน้ากากเพิ่มเติมอีก 7 คน จากการวิเคราะห์ พบว่าผู้ชมร้อยละ 58.2 ประทับใจในบุคลิกภาพและการแสดงของตัวละครเบอร์นาร์ด มองว่าเป็นตัวละครชายที่มีเสน่ห์ เจ้าชู้ และวางแผนการได้อย่างรอบคอบ และผู้ชมร้อยละ 57.9 ให้ความเห็นว่าการเคลื่อนไหวและการควบคุมร่างกายของผู้วิจัยเป็นธรรมชาติ ผู้ชมร้อยละ 66.7 ให้ความเห็นว่าการรับส่งมุกตลกและจังหวะการแสดงของผู้วิจัยสามารถสร้างความตลกได้อย่างเหมาะสมกับเรื่อง แสดงออกถึงความสนุกสนานและสามารถสร้างความบันเทิงได้ พร้อมทั้งร่วมเอาใจช่วยตัวละครในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ อย่างไรก็ตาม ผู้ชมบางส่วนยังมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการควบคุมพลังงานในการแสดงซึ่งอาจจะยังไม่สมดุลกับนักแสดงท่านอื่น และจังหวะการแสดงตลกที่ควรได้รับการปรับปรุงให้ดีขึ้น ส่วนการใช้ร่างกายในการแสดงนั้น ผู้ชมส่วนใหญ่ชื่นชมว่าแสดงได้อย่างใหญ่แต่เป็นธรรมชาติ หรืออาจจะใช้พื้นที่ในการเคลื่อนไหวมากเกินไปเล็กน้อย ทั้งนี้ทีมงานสร้างสรรค์และผู้เชี่ยวชาญด้านการฝึกการแสดงด้วยหน้ากาก ให้ความเห็นว่าผู้วิจัยมีพัฒนาการด้านการใช้ร่างกายอย่างเห็นได้ชัดตั้งแต่เริ่มต้นการซ้อม และสามารถถ่ายทอดตัวละครเบอร์นาร์ดได้อย่างน่าเชื่อถือ แม้ว่าบุคลิกภาพ ท่าทาง และมุมมองชีวิตจะแตกต่างจากตัวผู้วิจัยอย่างสิ้นเชิงก็ตาม จากการนำเสนอผลงานวิจัยผ่านการแสดงทั้งสามรอบ ผู้วิจัยพบว่าการฝึกหน้ากากในทุก ๆ แบบฝึกหัดที่ทดลองใช้ สามารถเป็นเครื่อง

มือที่ช่วย สร้างสภาวะที่พร้อมสำหรับการเข้าสู้ตัวละคร พัฒนาตัวละครเบอร์นาร์ด เนื่องจากแบบฝึกหัดหน้ากากช่วยพัฒนาการแสดงออกทางร่างกายของผู้วิจัยได้จริง ๆ ทั้งการใช้ท่าทางการเคลื่อนไหวใหม่ ๆ ที่ไม่เหมือนกับตัวตนของผู้วิจัย การแสดงออกที่ขยายใหญ่ที่เป็นลักษณะการแสดงออกในการแสดงตลกประเภทจำอวด และสร้างความเชื่อในการแสดงในบทบาทเบอร์นาร์ดออกมาได้ดีขึ้น

อภิปรายผล

การประยุกต์ใช้แบบฝึกหัดหน้ากากทั้งสามประเภทนี้ ช่วยแก้ไขปัญหาการแสดงท่าทางซ้ำซากจำเจ ซึ่งเป็นข้อจำกัดส่วนตัวของผู้วิจัย ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถเข้าถึงแก่นของตัวละครผ่านการทำงานกับร่างกายโดยไม่พึ่งพาเพียงการวิเคราะห์ทางความคิด ทำให้สามารถแสดงบทบาทเบอร์นาร์ดได้อย่างเป็นธรรมชาติและมีความน่าเชื่อถือมากขึ้น โดยแต่ละประเภทของหน้ากากจะส่งเสริมทักษะที่แตกต่างกัน ดังนี้

หน้ากากนูทรัล การฝึกฝนโดยใช้หน้ากากนูทรัลช่วยให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้และเข้าใจลักษณะการเคลื่อนไหวพื้นฐานของร่างกายตนเองมากขึ้น ลดทอนท่าทางเฉพาะตัวที่ไม่จำเป็นหรือเคยชินในชีวิตประจำวันออกไปเพื่อการแสดงที่สมบทบาทมากขึ้น นอกจากนี้ยังช่วยให้มีสมาธิและสร้างความสงบทางจิตใจเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการแสดงได้อย่างเต็มที่

หน้ากากตัวละคร การใช้หน้ากากตัวละครช่วยให้ผู้วิจัยค้นพบลักษณะและบุคลิกภาพเฉพาะของเบอร์นาร์ดได้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยเฉพาะการแสดงออกถึงความเจ้าชู้ ความมั่นใจที่เกินจริง หรือแม้แต่ความหวาดกลัวที่ซ่อนอยู่ภายใน ทำให้สามารถสร้างสถานการณ์ตลกในบทบาทเบอร์นาร์ดได้อย่างเป็นธรรมชาติมากขึ้น โดยเฉพาะในฉากที่ต้องแสดงความสับสนและความกังวลเมื่อต้องรับมือกับคู่หมั้นหลายคนพร้อมกัน ทำให้การแสดงจำอวดมีมิติและความลึกซึ้งมากขึ้น และช่วยพัฒนาจังหวะการแสดงตลกของผู้วิจัยมีประสิทธิภาพสูงขึ้น นอกจากนี้หน้ากากตัวละครยังช่วยแก้ไขปัญหาการแสดงท่าทางซ้ำซากจำเจที่มักเกิดขึ้นกับนักแสดงตลก ผ่านการพัฒนาคลังท่าทาง (Physical Vocabulary) ที่หลากหลายและซับซ้อนมากขึ้น การฝึกฝนกับหน้ากากตัวละครที่แตกต่างกันยังช่วยให้ผู้วิจัยค้นพบวิธีการแสดงออกทางร่างกายแบบใหม่ที่ไม่เคยใช้มาก่อน แก้ปัญหาการติดอยู่กับรูปแบบการแสดงออกแบบเดิมๆ

หน้ากากคอมเมเดีย เดลลาร์เต การฝึกฝนการแสดงโดยใช้หน้ากากคอมเมเดีย เดลลาร์เต โดยเฉพาะหน้ากากอาร์เลคคีโน ช่วยพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวที่เกินจริง (Exaggerate) และการสร้างสถานการณ์ตลกได้ดีขึ้น ทำให้ผู้วิจัยสามารถปรับตัวและตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ไม่คาดคิดได้อย่างรวดเร็วและคล่องแคล่วมากขึ้น อีกทั้ง

ยังช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและความหลากหลายในการใช้ร่างกายของผู้วิจัย โดยเฉพาะการพัฒนาความสามารถในการควบคุมและจัดการพลังงานร่างกาย (Energy Management) ที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ในเรื่อง ช่วยให้สามารถปรับเปลี่ยนระดับความเข้มข้นของการแสดงได้อย่างเหมาะสม ตั้งแต่ฉากที่ต้องการความละเอียดอ่อนไปจนถึงฉากที่ต้องใช้พลังอย่างมากในการถ่ายทอดเรื่องราว

สรุปผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าแบบฝึกหัดการแสดงโดยใช้หน้ากากเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาทักษะการแสดงของนักแสดง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการสร้างตัวละครที่แตกต่างจากบุคลิกภาพของนักแสดง การนำแบบฝึกหัดดังกล่าวมาประยุกต์ใช้จะช่วยให้นักแสดงสามารถเข้าถึงและถ่ายทอดบทบาทได้อย่างลึกซึ้ง น่าเชื่อถือ มีมิติ และเป็นธรรมชาติมากยิ่งขึ้น สรุปผลการวิจัย จากการวิจัยพบว่าการฝึกหน้ากากละครเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยสร้างสภาวะพร้อมสำหรับการเข้าสู่ตัวละครเบอร์นาร์ด โดยพัฒนาการแสดงออกทางร่างกายของผู้วิจัยได้อย่างเป็นรูปธรรม ทั้งในด้านการใช้ท่าทางและการเคลื่อนไหวที่แตกต่างไปจากตัวตนปกติ อีกทั้งยังช่วยส่งเสริมการแสดงออกแบบขยายใหญ่ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของการแสดงตลกประเภทจำอวด หน้ากากละครทำหน้าที่เป็นสื่อชี้นำทางการแสดงออกทางร่างกาย ขยายการเคลื่อนไหวให้โดดเด่นและเป็นกลไกสำคัญในการค้นหาภาษากายในมิติใหม่ ส่งผลให้ผู้วิจัยพัฒนาทักษะทางร่างกายที่หลากหลายมากขึ้น นอกจากนี้หน้ากากยังช่วยสร้างตัวละครเบอร์นาร์ดให้มีลักษณะเกินจริงและน่าขบขัน ซึ่งถือเป็นหัวใจสำคัญของการแสดงตลกจำอวด เสริมสร้างความเชื่อในการแสดงบทบาทได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยค้นพบว่าแม้ไม่ได้สวมหน้ากากในระหว่างการนำเสนอทั้งสามครั้ง แต่แบบฝึกหัดหน้ากากของเลอค็อกและโคโปที่ใช้ในการฝึกฝน สามารถพัฒนาการใช้ร่างกายของผู้วิจัยได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยสามารถสรุปผลได้ว่าแบบฝึกหัดหน้ากาก (1) สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในขั้นตอนการตีความตัวละคร ช่วยในการค้นหาบุคลิกภาพและรูปแบบการเคลื่อนไหวที่เหมาะสมกับตัวละคร (2) เป็นเครื่องมือสำคัญในการกระตุ้นการเรียนรู้ภาษากายที่ไม่คุ้นเคย - ช่วยให้นักแสดงสามารถพัฒนาท่าทางและการเคลื่อนไหวที่แตกต่างจากตัวตนปกติ และ (3) ช่วยพัฒนาการถ่ายทอดอารมณ์ผ่านทางร่างกาย - ทำให้การแสดงออกทางร่างกายมีประสิทธิภาพและน่าเชื่อถือมากขึ้น

การวิจัยนี้ยังพบว่าแบบฝึกหัดหน้ากากแต่ละประเภทมีประโยชน์ในการพัฒนาทักษะที่แตกต่างกัน ทั้งหน้ากากนูทรัล หน้ากากตัวละคร และหน้ากากคอมเมเดีย เดลลาร์เต โดยการผสมผสานการฝึกฝนทั้งสามรูปแบบช่วยให้ผู้วิจัยสามารถพัฒนาทักษะการแสดงได้อย่างรอบด้าน และสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาการแสดงบทบาทเบอร์นาร์ดได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

1. แบบฝึกหัดการฝึกฝนการแสดงด้วยหน้ากากตามแนวคิดของเลอค็อกและโคโป เป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสูงในการพัฒนาทักษะการใช้ร่างกายของนักแสดง อย่างไรก็ตามจำเป็นต้องใช้เวลาฝึกฝนอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด นอกจากนี้ แบบฝึกหัดดัง

กล่าวไม่เพียงแต่เหมาะสำหรับการฝึกฝนการแสดงละครตลกประเภทจำอวดเท่านั้น แต่ยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการแสดงประเภทอื่นได้อีกด้วย

2. การเตรียมความพร้อมทางกายและใจมีความสำคัญยิ่งต่อการฝึกซ้อมและการแสดงละคร รวมถึงการฝึกใช้หน้ากาก การวางแผนตารางเวลาส่วนตัวควบคู่กับการดูแลสุขภาพและการจัดการความเหนื่อยล้า (Fatigue Management) พร้อมทั้งการบริหารจัดการความเครียดต่าง ๆ เช่น ความกดดัน ความเครียด และความกังวล มีความจำเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากส่งผลโดยตรงต่อสมรรถภาพทางกายและจิตใจในการฝึกซ้อมแบบฝึกหัดหน้ากากและการฝึกซ้อมการแสดง รวมถึงจังหวะและการรับส่งกับนักแสดงร่วมด้วย

ข้อจำกัดของงานวิจัย

1. ระยะเวลาในการฝึกฝนแบบฝึกหัดหน้ากากและกระบวนการซ้อมอาจมีข้อจำกัด ซึ่งอาจส่งผลต่อระดับการพัฒนาทักษะที่สามารถทำได้ หากมีระยะเวลาในการฝึกฝนที่ยาวนานกว่านี้ อาจสังเกตเห็นการพัฒนาทักษะที่ลึกซึ้งและยั่งยืนมากขึ้นในตัวนักแสดง

2. งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาเฉพาะกรณีโดยมุ่งเน้นที่การพัฒนาทักษะการแสดงออกทางร่างกายของนักแสดงเพียงหนึ่งคนในบทบาทเบอร์นาร์ดจากละครเรื่อง โบอิ้ง-โบอิ้ง เท่านั้น แม้ว่าการศึกษาเฉพาะกรณีจะช่วยให้สามารถเจาะลึกและทำความเข้าใจกระบวนการได้อย่างละเอียด แต่ผลการศึกษาที่ได้อาจไม่สามารถนำไปสรุปอ้างอิง เพื่อใช้กับนักแสดงคนอื่น ๆ หรือบทบาทอื่น ๆ ได้ในวงกว้าง จำเป็นต้องมีการศึกษาเพิ่มเติมในกลุ่มตัวอย่างที่ใหญ่ขึ้นหรือหลากหลายกว่านี้เพื่อยืนยันประสิทธิผลของแบบฝึกหัดหน้ากาก

3. การพัฒนาการใช้ร่างกายในการแสดงตลกจำอวดอาจได้รับผลกระทบจากปัจจัยเฉพาะบุคคลของผู้วิจัย เช่น พื้นฐานความรู้ ประสบการณ์ ความพร้อมด้านร่างกาย ซึ่งมีความแตกต่างกันในแต่ละราย อาจส่งผลให้การพัฒนาของนักแสดงแต่ละคนแตกต่างกัน แม้จะใช้แบบฝึกหัดเดียวกัน

4. เนื่องจากงานวิจัยนี้ไม่ได้กำหนดกลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกฝนด้วยวิธีการอื่น เช่น การฝึกการแสดงตลกจำอวดโดยไม่ใช้หน้ากาก เพื่อใช้เป็นกลุ่มเปรียบเทียบผลลัพธ์ จึงไม่สามารถสรุปได้อย่างแน่ชัดว่าแบบฝึกหัดการใช้หน้ากากมีประสิทธิภาพเหนือกว่าวิธีการฝึกฝนอื่น ๆ หรือไม่

ข้อเสนอแนะของงานวิจัยในอนาคต

1. ควรมีการดำเนินการวิจัยเชิงเปรียบเทียบเพิ่มเติมในอนาคต เพื่อศึกษาความแตกต่างและประโยชน์เฉพาะของหน้ากากแต่ละประเภทอย่างละเอียดถี่ถ้วน เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่ชัดเจนว่าหน้ากากแต่ละแบบส่งเสริมทักษะด้านใดเป็นพิเศษ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับบทบาทหรือลักษณะการแสดงประเภทใดได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

2. ควรมีการศึกษาในระยะยาวเพื่อติดตามผลกระทบของการฝึกหน้ากากที่มีต่อนักแสดงในอาชีพ รวมถึงการคงอยู่ของทักษะที่พัฒนาขึ้น และการปรับตัวในการแสดงบทบาทที่หลากหลายตลอดช่วงชีวิตการทำงานของนักแสดง

บรรณานุกรม

ภาษาต่างประเทศ

Camoletti M. (2013). *Boeing-Boeing. (B. Cross & F. Evans, Trans.).* Samuel French, Inc.

Eldredge, S. A. (1996). *Mask improvisation for actor training & performance: The compelling image.* Northwestern University Press.

Olsen, C. (Ed.). (2016). *Acting comedy.* Routledge. ISBN 9781138891418

Rudlin, J. (2010). *Commedia dell'Arte: An actor's handbook*. Routledge. ISBN 9780415047708

Shaw, C. (2014). *Masked to unmasked: The value of mask work in actor training* [Master's thesis, The California State University].

ระบบออนไลน์

Callery, D. (2002). *Through the body: A practical guide to physical theatre*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315059785

Callery, D. (2003). The Moving Body (Le Corps poétique): Teaching Creative Theatre by Jacques Lecoq, with Jean-Gabriel Carasso and Jean-Claude Lallias, trans. David Bradby. *London: Methuen, 2000.* 169 p. ISBN 0-413-7719-4. New The atre Quarterly, 19(1), 96–96. https://doi.org/10.1017/S0266464X02300095

Lecoq, J. (2006). *Theatre of movement and gesture.* (J. Anderson, D. Bradby, L. Kernaghan, & D. MCCAW, Trans.; 1st ed.). Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203007464

Murray, S. (2004). *Jacques Lecoq*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203380482

Oliva, G. (2016). *Education to Theatricality and Neutral Mask: Psycho-Pedagogical Approach.* Creative Education, 07(11), 1656–1675. http://dx.doi.org/10.4236/ce.2016.711169

Vervain, C., & Wiles, D. (2001). The Masks of Greek Tragedy as Point of Departure for Modern Performance. *New Theatre Quarterly, 17*(3), 254–272. http://dx.doi.org/10.1017/S0266464X00014767

Wright, J. (2013). *The Masks of Jacques Lecoq.* In Jacques Lecoq and the British theatre (pp. 71–84). Routledge. ISBN 9781315014944