

การพัฒนาหนังสือภาพเพื่อประชาสัมพันธ์วัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย Development of a photo book to promote Lanna food culture in Chiang Rai province.

◆ นายกฤตภณ สุกุณา นางสาวกษิรา ภิวังค์กุล² และนางสาวขวัญฤทัย ครองยุติ³
Mr. Krittaphon Sakuna Miss Kasira Phiwongkul and Miss Khwanruethai Krongyut

¹ นักศึกษาศาขารกราฟิกดีไซน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
Student of Graphic design department, Chiang Rai Rajabhat University
e-mail : 621768025@crru.ac.th

² อาจารย์โปรแกรมกราฟิกดีไซน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
Lecturer of Graphic design, Chiang Rai Rajabhat University

³ อาจารย์โปรแกรมการท่องเที่ยว มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
Lecturer of Tourism, Chiang Rai Rajabhat University

Abstract

Research on " The development of a picture book to publicize Lanna food culture in Chiang Rai Province" has the objectives of 1.) Study Lanna food culture in Chiang Rai Province. 2.) To create a Lanna food photography book in Chiang Rai Province 3.) To evaluate the Lanna food photography book in Chiang Rai Province by collecting data by searching for information from secondary sources. Satisfaction questionnaire of tourists and general public with Lanna Chiang Rai food photography book 100 people. Data were analyzed using descriptive statistics, including mean and standard deviation.

The results of the study revealed that 1.) There were 8 food items that showed Lanna identity, consisting of Northern style curried noodle soup with chicken , Rice noodles with spicy pork sauce , Hangle curry, Northern mixed curry, Spicy minced pork salad, Jackfruit Curry, Chicken Salad with Herbs, and Northern Thai beef curry, and divided into 3 categories: historical food Cultural food and traditional festival food 2.) The result of the creation of the photobook has been used in photography all 7 principles of Lanna food, consisting of triangles, unity, nine intersections, diagonals, diagonals and triangles., zigzag, picture frame. 3.) The results of the evaluation of the Lanna Food Culture Photography Book in Chiang Rai Province revealed that tourists and general public in Chiang Rai Province Satisfied with the design of the Chiang Rai Lanna food culture picture book. Book design and content are easy to understand. The mean is at the highest level (X) = 4.48 SD value = 0.09 The photo shows the composition easy to understand. The mean is at the highest level (X) = 4.56 SD = 0.10

Keywords : Photobook , Lanna food

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง การพัฒนาหนังสือภาพเพื่อประชาสัมพันธ์วัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงรายนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย 2) เพื่อพัฒนาหนังสือภาพถ่ายอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย 3) ประเมินความพึงพอใจที่มีต่อหนังสือภาพถ่ายอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสืบค้นข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องรวมถึงการสัมภาษณ์ประชาชนชาวบ้านที่มีความรู้ด้านภูมิปัญญาอาหารล้านนา เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้างและแบบประเมินความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวและบุคคลทั่วไปที่มีต่อหนังสือภาพถ่ายอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย จำนวน 100 คน ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษาพบว่า 1) อาหารที่แสดงอัตลักษณ์ความเป็นล้านนามีทั้งหมด 8 เมนู ประกอบด้วย ข้าวซอย ขนมจีนน้ำเงี้ยว แกงฮังเล แกงโฮะ ลาบเหินือ แกงขนุน ยำจิ้นไก่ แกงอ่อมเนื้อและแบ่งออกเป็น 3 หมวดหมู่ คือ อาหารทางประวัติศาสตร์ อาหารทางวัฒนธรรม และอาหารทางประเพณีเทศกาล 2) ผลการสร้างสรรค์หนังสือภาพได้นำหลักการถ่ายภาพมาใช้ในการถ่ายภาพอาหารล้านนาทั้งหมด 7 หลักการประกอบด้วย สามเหลี่ยม, เอกภาพ, จุดตัดเก๋าก้อง, เส้นทแยงมุม, เส้นทแยงมุมและสามเหลี่ยม, ชิกแซก, กรอบภาพ และ 3) ผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อหนังสือภาพถ่ายอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย พบว่านักท่องเที่ยวและบุคคลทั่วไปในจังหวัดเชียงราย มีความพึงพอใจในการออกแบบหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาเชียงราย ด้านการออกแบบหนังสือและเนื้อหาเข้าใจง่าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$) = 4.48 ค่า S.D. = 0.09 ด้านภาพถ่ายแสดงการจัดวางองค์ประกอบได้อย่างเข้าใจง่าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}$) = 4.56 ค่า S.D. = 0.10

คำสำคัญ : หนังสือภาพ , อาหารล้านนา

บทนำ

อาหารล้านนาเป็นวัฒนธรรมอาหารที่ควรอนุรักษ์ เนื่องจากอาหารพื้นบ้านของแต่ละท้องถิ่นจะมีเอกลักษณ์ตามแบบฉบับของวัฒนธรรม อาหารเหล่านี้ได้รับการปรุงแต่งและถ่ายทอดสูตรอาหารแบบรุ่นสู่รุ่น ตำรับอาหารพื้นบ้านจึงเป็นความผสมผสานที่ลงตัวของรสชาติของอาหาร ปริมาณผัก เนื้อสัตว์ และเครื่องปรุง มีเสน่ห์ของความเป็นไทยในตัวเอง มีรสชาติกลมกล่อมและหลากหลายรสชาติในอาหารชนิดเดียวกัน อาหารพื้นบ้านไทยยังแสดงออกถึงภูมิปัญญาหลักแหลมของบรรพบุรุษไทย ที่คิดค้นปรุงแต่งให้เป็นอาหารแห่งความมีคุณค่าทางโภชนาการเป็นอาหารแห่งสุขภาพโดยแท้จริง นอกจากนี้อาหารล้านนายังเป็นการพัฒนาเชิงเศรษฐกิจสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นอีกหนึ่งนโยบายภายใต้โครงการไทยเข้มแข็งของรัฐบาล ที่มีเป้าหมายเพื่อให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางอุตสาหกรรมสร้างสรรค์ในภูมิภาคอาเซียน (Creative industrial Hub of ASEAN) และเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจของอุตสาหกรรมสร้างสรรค์ โดยเศรษฐกิจสร้างสรรค์ของไทยเน้นการปรับประยุกต์วัฒนธรรมภูมิปัญญาดั้งเดิม ผสมผสานเข้ากับเทคโนโลยีสมัยใหม่ซึ่งทำให้ก้าวสู่ระบบเศรษฐกิจสร้างสรรค์ได้ดังนี้ คือ มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม มีเอกลักษณ์

เฉพาะตัว มีประวัติศาสตร์ มรดกทางวัฒนธรรมที่สืบทอดกันมา มีความประณีตละเอียดอ่อน ในการสร้างสรรค์ผลงานที่ดี มีฝีมือสามารถแข่งขันในระดับโลก มีภูมิปัญญาท้องถิ่นอยู่เป็นจำนวนมาก กระจายอยู่ทั่วประเทศ พร้อมทั้งจะได้รับการรักษา สืบทอด และพัฒนา (อรอนงค์ ทองมี, 2558)

ภาพถ่าย เป็นสื่อสำคัญในการถ่ายทอดความรู้ ข่าวสาร แนวความคิดและความรู้สึกไปยังบุคคลอื่น ทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันได้ แม้ว่าจะเป็นบุคคลต่างชาติต่างภาษา ทั้งนี้เพราะภาพถือเป็น ภาษาสากล และยังเป็นสื่อสร้างสรรค์ความงดงามจนเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า ภาพถ่ายเป็นศิลปะอีกแขนงหนึ่ง (เยวานารถ พันธุ์เพ็ง , 2560) ส่วนหนังสือภาพเป็นหนังสือที่นำเสนอภาพประกอบมากกว่า เนื้อหาสาระเรื่องราว โดยรูปแบบจะมีตัวอักษรน้อย มีภาพประกอบขนาดใหญ่ โดยภาพประกอบเหล่านั้น จะทำหน้าที่เป็นผู้เล่าเรื่องแทน ตัวอักษร บางครั้งอาจจะไม่มีตัวอักษรบอกเล่าเรื่องราวเลยก็ได้ (นิยดา หวังวิวัฒน์ศิลป์, 2551)

นอกจากนี้อาหารล้านนา ยังเป็นการพัฒนาเชิงเศรษฐกิจสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นอีกหนึ่งนโยบาย ภายใต้โครงการไทยเข้มแข็งของรัฐบาล ที่มีเป้าหมาย เพื่อให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางอุตสาหกรรมสร้างสรรค์ใน ภูมิภาคอาเซียน (Creative Industrial Hub Of ASEAN) และเพื่อเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจของ อุตสาหกรรมสร้างสรรค์ โดยเศรษฐกิจสร้างสรรค์ของไทย เน้นการปรับ ประยุกต์วัฒนธรรมภูมิปัญญา ดั้งเดิม ผสมผสานเข้ากับเทคโนโลยีสมัยใหม่ ซึ่งทำให้ก้าวสู่ระบบเศรษฐกิจสร้างสรรค์ได้ดังนี้ คือ มีความ หลากหลายทาง วัฒนธรรม มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว มีประวัติศาสตร์ มรดกทางวัฒนธรรมที่ สืบทอดกันมา มี ความประณีต ละเอียดอ่อนในการสร้างสรรค์ผลงานที่ดีมีฝีมือ สามารถแข่งขันในระดับโลก มีภูมิปัญญา ท้องถิ่นอยู่เป็นจำนวนมาก กระจาย อยู่ทั่วประเทศ พร้อมทั้งจะได้รับการรักษา สืบทอด และพัฒนาอาหาร ล้านนา แต่ส่วนใหญ่มีปัญหา คือ มีความนิยมลดลง เนื่องจากมีวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ เข้ามาในสังคมไทย (อรอนงค์ ทองมี, 2558) จากกระแสการไหลบ่าของวัฒนธรรมข้ามชาติ ดังที่มักปรากฏให้เห็นอยู่ใน ปัจจุบัน การถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารล้านนา คนในครอบครัวจึง มีส่วนสำคัญในการถ่ายทอดวัฒนธรรม อาหารให้แก่สมาชิกในครอบครัวของตนเอง เพื่อรักษา สืบทอด วัฒนธรรมอาหารล้านนาอีกทางหนึ่ง นอกจากนี้ยัง ทำให้สมาชิกในชุมชนมีความรู้เท่าทัน การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของภาวะโลกที่ส่งผลกระทบ ต่อ คนในท้องถิ่นอีกด้วย ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้จะดำรงอยู่หรือ สูญหายไปหรือไม่ ขึ้นอยู่กับครอบครัวและชุมชน รวมไปถึงคนในรุ่นต่อ ๆ มาด้วย (ประหยัด สายวิเชียร, 2538) ผู้วิจัยได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของ วัฒนธรรมอาหารล้านนาจึงได้เป็นที่มาของการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาหนังสือภาพเพื่อประชาสัมพันธ์ วัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย ในครั้งนี้เพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้านอาหารล้านนาซึ่งเป็นภูมิ ปัญญาอันทรงคุณค่าของชาวล้านนา อีกทั้งยังช่วยสืบสานภูมิปัญญาดั้งเดิม ซึ่งเป็นรากเหง้าของตนเองให้ คงไว้ซึ่งความยั่งยืนแห่งความเป็นเอกลักษณ์ของชาวล้านนาสืบไป

วัตถุประสงค์

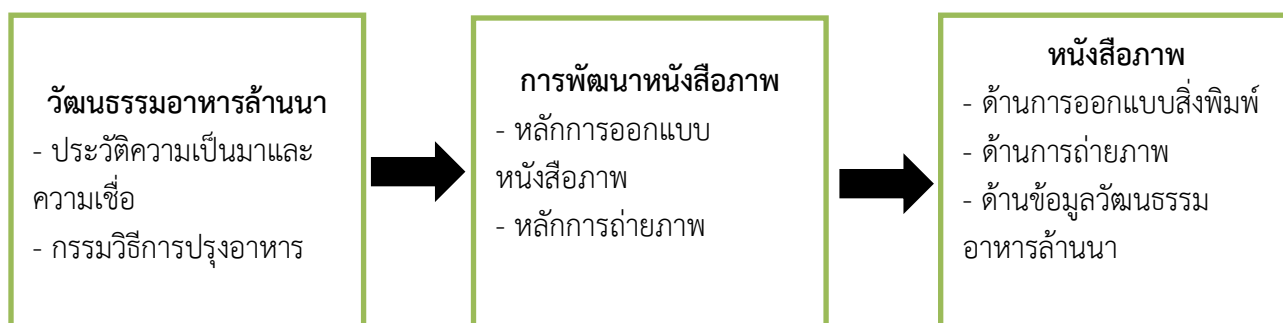
1. เพื่อศึกษาวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย
2. เพื่อพัฒนาหนังสือภาพอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย
3. เพื่อประเมินการรับรู้และเข้าใจต่อหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย

ขอบเขตการวิจัย

1. ด้านเนื้อหา: ศึกษาวัฒนธรรมอาหารล้านนา จังหวัดเชียงราย

2. ด้านประชากร: นักท่องเที่ยวและบุคคลทั่วไปในจังหวัดเชียงราย, ประชาชนชุมชนด้านวัฒนธรรมล้านนา
3. ด้านระยะเวลา: มีนาคม 2566 – กรกฎาคม 2566

กรอบแนวคิด



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

นิยามศัพท์

หนังสือภาพ หมายถึง หนังสือภาพถ่ายที่มีภาพมากกว่าตัวอักษร ที่สามารถแสดงให้ผู้อ่านสามารถเข้าใจเรื่องราวโดยไม่ต้องอ่านคำบรรยาย

อาหารล้านนา หมายถึง รายการอาหาร จำนวน 8 รายการ ประกอบด้วย ข้าวซอย ขนมจีนน้ำเงี้ยว แกงฮังเล ลาบเหินือ แกงโฮะ แกงขนุน ยำจิ้นไก่ แกงอ่อมเหินือ

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดเกี่ยวกับอาหารล้านนา

ผู้วิจัยได้ศึกษาองค์ความรู้ด้านอาหารล้านนา เพื่อกำหนดขอบเขตในการเล่าเรื่องในหนังสือภาพอาหารล้านนา โดย ทศนีย์ อารมณกุล และสุภาพ ฉัตรภรณ์ (2557) กล่าวถึงการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารล้านนาของชุมชนในท้องถิ่นไว้ว่า กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารล้านนามี 3 ลักษณะสรุปได้ดังนี้ 1) การถ่ายทอดทางวัฒนธรรม แบ่งออกเป็นวัฒนธรรมครัวเรือน โดยลักษณะการถ่ายทอดสู่บุตรหลาน ญาติ หรือคนใกล้ชิดเป็นบุคคลในครอบครัว จะมีลักษณะทั้งการปฏิบัติให้ดูและการให้ลองปฏิบัติจริง ส่วนวัฒนธรรมสังคมเป็นการถ่ายทอดผ่านพิธีกรรมที่เป็นการทำหรือการปฏิบัติที่สืบต่อกันมา บางอย่างมีคำอธิบายที่ชัดเจน บางอย่างก็ไม่มีคำตอบที่แน่นอนว่า แต่เป็นเพราะผลที่ได้รับจากการสืบทอดเป็นสิ่งที่ 2) การถ่ายทอดทางค่านิยมและความเชื่อ จะถ่ายทอดโดยเกิดจากความศรัทธาของชาวล้านนา ผ่านพิธีกรรมและศาสนา เช่น พิธีบวงสรวง พิธีไหว้ผีปู่ย่า พิธีไหว้ผีเสื้อบ้าน ผีอารักษ์ พิธีแก้บน พิธีบายศรีสู่ขวัญ ซึ่งกรรมวิธีต่างๆ ล้วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการผลิตอาหาร นอกจากนี้จะสอนผ่านภาษาและวรรณกรรมในรูปแบบของตำนาน นอกจากนี้ยังพบว่า การสั่งสอนของชาวล้านนาในอดีตมีการสั่งสอนหรือถ่ายทอดโดยใช้ อาหารเป็นสื่อ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงนิสัยของคนล้านนาว่า เป็นคนที่ถนอมน้ำใจ รักษา

ไมตรีของแขกผู้มาเยือน โดยใช้นัยแห่งชื่อ อาหารบอกกล่าวแทนคำพูด เช่น “แกงบ่าหนูน ก้น ตัง” หนูน เป็นผลไม้ที่มียาง ฉะนั้นคนที่นั่งนาน เหมือนมียางติดก้น หรือ “แกงหยวก” ซึ่งพ้องกับคำว่า สวก แสดงให้เห็นว่า พ่อแม่ หรือผู้ปกครอง บ้านนี้ดูแล และ “แกงบ่าฟัก” พ้องเสียงกับว่า รัก หมายถึงการ บอกใบ้ให้รู้ว่า มีไมตรีตอบ เป็นต้น และสอนผ่านกิจกรรมทางสังคมซึ่งถือเป็นการเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างคนในชุมชน เช่น งานบุญ หรืองานประเพณีต่างๆ 3) การถ่ายทอดทางประวัติศาสตร์ อาหารทางประวัติศาสตร์ของชาวล้านนา ได้แก่ แกงฮังเลรับอิทธิพลจากพม่าข้าวซอยรับ อิทธิพลจากจีนฮ่อ และน้ำเงี้ยวรับอิทธิพลจากไทใหญ่

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับหลักการออกแบบสิ่งพิมพ์เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาหนังสือภาพอาหารล้านนาในหลักการออกแบบ การวางรูปแบบ เทคนิคและขั้นตอนการออกแบบช่วยให้สื่อสิ่งพิมพ์ดูสวยงามและช่วยดึงดูดความสนใจ อีกทั้งยังสามารถสร้างการรับรู้และจดจำของผู้อ่านได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยมีหลักการดังนี้

โสรชัย นันทวิบูลย์ (2545) อธิบายถึงหลักการออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์ คือ การนำองค์ประกอบมูลฐานมาจัดหรือรวบรวมเข้าด้วยกันอย่างมีระบบในงานออกแบบ ไม่ว่าจะเป็นตัวอักษร ภาพ หรือพื้นที่ว่าง ๆ เพื่อให้การออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์ เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการโดยมีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1) หลักความสมดุล (balance) หมายถึง การกำหนดและการจัดวางองค์ประกอบใหม่ให้มีน้ำหนักและขนาดสัดส่วนที่เท่า ๆ กันทั้งสองข้าง งานออกแบบหากขาดความสมดุล อาจทำให้เกิดความรู้สึกไม่มั่นคงได้

2) ความมีเอกภาพ (unity) หมายถึง การจัดวางองค์ประกอบให้มีการรวมตัวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ไม่แตกแยกกระจัดกระจาย

3) การเน้นจุดเด่น เน้นจุดความสนใจ (emphasis) หมายถึง การสร้างจุดแห่งความสนใจให้เกิดขึ้นในงานออกแบบ โดยการกำหนดบริเวณใดบริเวณหนึ่ง ในภาพที่เหมาะสม ให้มีลักษณะพิเศษกว่าบริเวณอื่นเพื่อให้ดึงดูดความสนใจ

4) ความมีสัดส่วน (proportion) หมายถึง การจัดวางองค์ประกอบโดยคำนึงถึงความสัมพันธ์ของขนาด รูปร่างขององค์ประกอบ เช่น ตัวอักษร รูปภาพ และความสัมพันธ์ระหว่างด้านกว้างและยาวของสิ่งพิมพ์

5) จังหวะ (rhythm) ได้แก่ การวางองค์ประกอบมาหลักฐานทางศิลปะให้มีระยะตำแหน่งขององค์ประกอบเป็นช่องว่าง ๆ ก่อให้เกิดความรู้สึกเคลื่อนไหวต่อเนื่องและความมีชีวิตทาง

6) ความเรียบง่าย (simplicity) การวางองค์ประกอบในการจัดภาพควรเน้นที่ความเรียบง่าย ไม่รกรุงรัง หลักความเรียบง่ายของการออกแบบในสื่อสิ่งพิมพ์เพื่อให้ง่ายต่อการรับรู้การออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์มีความสำคัญต่องานโฆษณาและประชาสัมพันธ์ปัจจุบัน

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการถ่ายภาพ

การถ่ายภาพให้ได้ภาพที่ตรงตามความต้องการ มีคุณค่า ดึงดูดความสนใจ นอกจากจะต้องทำความเข้าใจการใช้กล้องถ่ายภาพแล้ว หลักการจัดองค์ประกอบภาพก็เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ภาพมีคุณค่าและดึงดูดความสนใจ ผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการจัดองค์ประกอบภาพ 7 หลักการโดย ธีญลักษณ์ ศุภพลธร (2564) ได้สรุปหลักการจัดองค์ประกอบภาพ ไว้ดังนี้

1) ชิกแซก เป็นการจัดวางองค์ประกอบโดยใช้เส้นนำสายตาผู้ชมตามจุดต่าง ๆ และวางจุดเด่นไว้

ตรงกลางภาพ ซึ่งการจัดองค์ประกอบนี้จะช่วยให้ภาพดูโดดเด่น น่าสนใจ เป็นระเบียบ ไม่อึดอัด

2) สามเหลี่ยม เป็นการจัดองค์ประกอบภาพโดยการจัดวางวัตถุต่างๆไว้ตามจุดให้เกิดเป็นรูปสามเหลี่ยม ซึ่งการจัดองค์ประกอบนี้สามเหลี่ยมจะทำหน้าที่เป็นเส้นนำสายตาของผู้ชมไปมุมใดมุมหนึ่งของรูปสามเหลี่ยมอีกทั้งยังสามารถเน้นให้ตัวแบบโดดเด่นขึ้นได้

3) เส้นทแยงมุม เป็นการจัดองค์ประกอบไปตามเส้นทแยง ซึ่งการจัดองค์ประกอบแบบนี้ทำให้ภาพดูมีมิติ สร้างความลึกในภาพ

4) เอกภาพ เป็นการจัดวางตัวแบบไว้ตรงกลางเฟรม เพื่อให้ภาพดูน่าสนใจและสร้าง ความสมดุลกันในภาพ

5) กฎสามส่วน เป็นการจัดภาพให้ดูมีชีวิตชีวา ไม่จืดชืด ซึ่งการจัดภาพโดยใช้เส้นตรง 4 เส้นตัดกันในแนวตั้งและแนวนอน จะเกิดจุดตัด 4 จุด หรือแบ่งเป็น 3 ส่วน ทั้งแนวตั้งและแนวนอน การวางจุดสนใจของภาพจะเลือกวางใกล้ ๆ หรือ ตรงจุด 4 จุดนี้ทำให้ภาพดูเด่น ไม่อึดอัด ไม่แน่น หรือหลวมจนเกินไป

6) เส้นทแยงมุมและสามเหลี่ยม เป็นการจัดวางองค์ประกอบไปตามเส้นแนวทแยงและตัดด้วยสามเหลี่ยมโดยการวางจุดเด่นไว้กึ่งกลางภาพและกระจายวัตถุต่าง ๆ ไปตามจุดต่าง ๆ ให้เป็นสามเหลี่ยมซึ่งสามเหลี่ยมจะทำหน้าที่นำสายตาไปตามจุดที่วางวัตถุไว้สำหรับการจัดองค์ประกอบแบบนี้จะทำให้ภาพดูมีความน่าสนใจ สร้างความลึกในภาพและภาพมีมิติมากขึ้น

7) กรอบภาพ เป็นการนำเอาวัตถุต่างๆ ที่ดูเหมือนกรอบมาใส่ เพื่อให้ภาพดูมีจุดเด่นมากกว่าเดิมและยังสามารถช่วยลดพื้นที่ว่าง ได้มากยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาหนังสือภาพอาหารล้านนาในจังหวัดเชียงรายโดยมีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภูมิปัญญาอาหารล้านนา
- 2) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ปราชญ์ชาวบ้านในด้านอาหารล้านนาที่เกี่ยวข้องกับประเพณีและวัฒนธรรม
- 3) วิเคราะห์จัดหมวดหมู่อาหารที่แสดงถึงอัตลักษณ์ของล้านนา
- 4) การออกแบบหนังสือภาพถ่ายอาหารล้านนา พร้อมให้ข้อมูลด้านประเพณี วัฒนธรรมและเทศกาลที่สำคัญ
- 5) การประเมินความพึงพอใจในการออกแบบหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาเชียงราย

เครื่องมือวิจัย

- 1) แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้างสำหรับปราชญ์ชาวบ้านที่มีความรู้ด้านอาหารล้านนา จำนวน 3 คน โดยมีเกณฑ์คัดเลือกคือเป็นผู้ที่มีภูมิลำเนาอาศัยอยู่ในพื้นที่ไม่น้อยกว่า 30 ปีเพื่อให้ได้ทราบถึงวัฒนธรรมอาหารล้านนาที่สืบทอดต่อกันมาผ่านบรรพบุรุษ

2) แบบประเมินความพึงพอใจในการออกแบบหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาเชียงราย สำหรับนักท่องเที่ยวและบุคคลทั่วไป จำนวน 100 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

3) กล้องถ่ายภาพและชุดไฟสตูดิโอสำหรับถ่ายภาพอาหาร

วิเคราะห์ข้อมูล

เชิงปริมาณด้วยมูลค่าร้อยละค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ด้านข้อมูลนำเสนอในรูปแบบบรรยาย

สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาวัฒนธรรมอาหารล้านนา จังหวัดเชียงราย

จากการศึกษาที่มาและความสำคัญของอาหารล้านนาสามารถสรุปแบ่งออกเป็นหมวดหมู่ ดังนี้

- 1) อาหารที่มีความสำคัญทางประวัติศาสตร์ล้านนา ได้แก่ ข้าวซอย ขนมจีนน้ำเงี้ยว และแกงฮังเล
- 2) อาหารที่มีความสำคัญทางวัฒนธรรมภูมิปัญญาอาหารล้านนา ได้แก่ ลาบ แกงฮังเล และ 3) อาหารที่มีความสำคัญทางประเพณีและเทศกาล ได้แก่ แกงขนุน ยำจิ้นไก่ และแกงอ่อม จึงได้รับการคัดเลือกให้เป็น 8 เมนูอาหารล้านนาที่ผู้วิจัยนำมาสร้างสรรค์ภาพถ่ายเพื่อเผยแพร่ข้อมูลให้เป็นที่รู้จักผ่านหนังสือภาพ ดังนี้

1) ข้าวซอย เป็นอาหารพื้นบ้านทางภาคเหนือ มีลักษณะคล้ายเส้นบะหมี่ในน้ำแกงกะหรี่ เชื่อกันว่าเป้นวัฒนธรรมอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากการทำการค้าขายกับพ่อค้าชาวจีนฮ่อหรือชาวจีนที่นับถือศาสนาอิสลามในช่วง กลางยุคศวรรษที่ 19 ที่เข้ามาค้าขายในดินแดนสิบสองปันนาไปจนถึงญวนนาน ข้าวซอยจีนฮ่อจึงเข้ามาอยู่ในวัฒนธรรมของชาวสิบสองปันนาและได้มีการปรับรสชาติให้เข้ากับคนไทยมากขึ้น ด้วยการใส่กะทิและโรยต้นหอมผักชี รับประทานคู่กับเครื่องเคียงอย่างทอดน้ำมัน มะนาว หอมแดงซอย รวมทั้งผักกาดดอง กลายเป็นข้าวซอยที่รู้จักกันในปัจจุบัน ซึ่งข้าวซอยในแต่ละพื้นที่มีเอกลักษณ์ที่โดดเด่นต่างกัน เนื่องจากใช้พริกแกงและวัตถุดิบที่แตกต่างกันทำให้ข้าวซอยในแต่ละพื้นที่มีเอกลักษณ์เฉพาะ ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ข้าวซอยเป็นอาหารจานเดียวที่กะทิเป็นส่วนประกอบจึงให้พลังงานสูง มีโปรตีนและไขมันจากเนื้อไก่รวมทั้งคาร์โบไฮเดรตจากเส้นบะหมี่และผักชี นอกจากนั้นยังมีกากใย ธาตุเหล็ก และแคลเซียม

กรรมวิธีการปรุงอาหาร โขลกเครื่องแกงรวมกันให้ละเอียด ต้มน้ำกะทิประมาณ 1 ถ้วย พอเดือด ใส่เครื่องแกงผัดจนหอม ใส่ผงกะหรี่ละลายน้ำเล็กน้อย ใส่ไก่ ผัดให้เข้ากัน เติมน้ำเล็กน้อย ใส่น้ำตาลปึก แล้วเติมกะทิ เคี่ยวต่อจนไก่นุ่ม ตั้งกระทะใส่น้ำมันพืช พอร้อนใส่เส้นข้าวซอยที่คลี่ออกจากกันแล้ว ทอดพอเหลืองกรอบ เพื่อทำเส้นกรอบสำหรับโรยหน้า ลวกเส้นข้าวซอยกับน้ำเดือดประมาณ 1 นาที แล้วนำมาลวกในน้ำเย็น จัดเส้นข้าวซอยใส่ถ้วย ราดด้วยน้ำแกงและน่องไก่ เสิร์ฟพร้อมเครื่องเคียง

2) ขนมจีนน้ำเงี้ยว เป็นอาหารของชาวเงี้ยวซึ่งเป็นกลุ่มไทใหญ่ที่อาศัยอยู่ในรัฐฉานประเทศพม่า ต่อมาอพยพหนีการสู้รบ กับรัฐบาลพม่า จึงเข้ามาอาศัยกระจายทั่วไปทุกจังหวัดภาคเหนือปัจจุบันขนมจีนน้ำเงี้ยวนิยมรับประทานคู่กับผักหลากหลายชนิด เช่น ถั่วงอก ยอดกระถิน ต้นหอมผักชี ผักกาดดอง แดงหมู ข้าวก้นจั้น ขนมจีน ชาวล้านนาานิยมมารับประทานเป็นขนมจีนน้ำเงี้ยว น้ำเงี้ยว เป็นน้ำแกงที่รับประทานกับขนมจีนบางสูตรใช้ถั่วเน่า โขลกลงในเครื่องแกงแทนการใส่เต้าเจี้ยว ด้านคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญคือ คาร์โบไฮเดรตจากเส้นขนมจีน เส้นใยโปรตีนจากหมูสับและซีอิ๊วหมูและวิตามินซีจากมะเขือเทศ

กรรมวิธีการปรุงอาหาร ต้มน้ำพองเดือด ใส่ซี่โครงหมูลงต้มจนนุ่มดี โขลกเครื่องแกงรวมกันให้ละเอียด ผัดเครื่องแกงกับน้ำมันจนหอม ใส่เต้าเจี้ยวลงผัด คนให้เข้ากัน ใส่หมูบด ผัดจนหมูสุก ใส่เครื่องแกงที่ผัดแล้วลงในหม้อน้ำต้มซี่โครงหมู ต้มจนเดือด ใส่ดอกจืด ต้มต่อประมาณ 10 นาที ใส่เลือดไก่ที่หั่นแล้ว ตามด้วยมะเขือเทศ ตั้งไฟก่อบประมาณ 5 นาที จึงยกลง เวลารับประทานนำขนมจีนใส่จานราดด้วยน้ำเจียว รับประทานกับเครื่องเคียง

3) แกงฮังเล เป็นอาหารของคนล้านนา คือ การนำเอาแกงเหลืองหลากหลายชนิดมารวมกันแล้วปรุงใหม่อีกครั้ง ซึ่งมีความหมายตรงกับ “แกงโหะ” ของล้านนา ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า “แหวะตาสิน” ในภาษาพม่า มีความหมายตรงกับ “แกงฮังเล” ในขณะที่ “ฮินเล” ในภาษาพม่ามีความหมายตรงกัน “แกงโหะ” ในความหมายของคน ล้านนา อย่างไรก็ตามความเป็นมาของ “แกงฮังเล” ในภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยหรือ อาณาจักรล้านนา ด้านคุณค่าทางโภชนาการ การรับประทานแกงฮังเลได้ทั้งพลังงานจากเนื้อหมู มันหมูช่วยให้ความอบอุ่นเหมาะกับสภาพภูมิอากาศที่หนาวเย็น นอกจากนั้นยังจะได้แคลเซียม ฟอสฟอรัส แบต้าแคโรทีน วิตามินบีสอง วิตามินซี จากส่วนผสมอื่นๆ ด้วย

กรรมวิธีการปรุงอาหาร หั่นเนื้อหมูสันคอและหมูสามชั้นเป็นชิ้น โขลกเครื่องแกงรวมกันให้ละเอียด ผสมเครื่องแกง ผงฮังเล สับปะรด และเนื้อหมู คลุกเคล้าให้เข้ากัน หมักไว้ประมาณ 1 ชั่วโมง นำหมูที่หมักไว้มาตั้งไฟ ใส่ น้ำเล็กน้อย ผัดจนกว่าหมูตึงตัว เคี่ยวต่อ คอยเติมน้ำเรื่อยๆ ใส่ น้ำอ้อยป่น น้ำมะขามเปียก ใส่กระเทียม และขิงซอย คนให้เข้ากัน เคี่ยวต่อ ใส่ถั่วลิสงคั่ว พอเดือดสักพัก ปิดไฟ

4) ลาบเหนือ เป็นอาหารที่ชาวเหนือมักจะทำกินกันในโอกาสพิเศษหรืองานเลี้ยงเทศกาลต่างๆ ซึ่งส่วนประกอบหลักของลาบเหนือก็คือเนื้อหมูสด นำมาสับให้ละเอียดคลุกเคล้ากับเลือดสดและเครื่องในตามหั่นซอย ปรุงด้วยเครื่องปรุงที่ประกอบด้วยพริกแห้งเผา และเครื่องเทศต่างๆ ซึ่งส่วนผสมหลักของลาบเหนือมักกินกับผักสดหลายๆอย่าง โดยลาบเหนือมีเอกลักษณ์เฉพาะก็คือ พริกลาบ หรือ มะแขว่น ซึ่งจะไม่เจอในลาบของทางอีสาน รสชาติของ มะแขว่น คือ มีกลิ่นหอมฉุน มีรสเผ็ดร้อนเล็กน้อย ความเผ็ดชา หอมแรง และหอมนาน เมื่อใช้ปรุงอาหารทำให้เผ็ดและชาลิ้น ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ส่วนประกอบหลักของลาบคือเนื้อสัตว์ ซึ่งทำให้ลาบคั่วเป็นอาหารที่ให้พลังงานและโปรตีนสูง ในขณะเดียวกันมีส่วนประกอบจากเครื่องในสัตว์ซึ่งมีคอเลสเตอรอลสูง จึงไม่เหมาะกับการรับประทานบ่อยๆ พริกลาบซึ่งประกอบจากเครื่องเทศต่าง ๆ มีวิตามินเกลือแร่ เช่น ธาตุเหล็กและแคลเซียม มีฤทธิ์เผ็ดร้อนช่วยขับลมและย่อยอาหารได้ดี

กรรมวิธีการปรุงอาหาร หั่นเนื้อหมูเป็นชิ้นเล็กๆ สับหมู ขณะที่สับให้ใส่เลือดหมูลงสับด้วยทีละน้อย สับต่อจนละเอียดและเข้ากันดี หั่นเครื่องในหมูต้มและหนังหมูต้มเป็นชิ้นบางๆ ผสมเลือดหมู น้ำต้มเครื่องในหมู พริกลาบ คนให้เข้ากัน ใส่หมูสับละเอียดลงคลุกเคล้าให้เข้ากัน ใส่เครื่องในหมูและหนังหมู โรยด้วยผักไผ่ซอยและผักชีต้นหอมซอย

5) แกงโหะ เป็นอาหารที่มีวิธีการทำและวัตถุดิบที่หลากหลาย ขั้นตอนการทำคือ คั่วโหะ ที่นำแกงฮังเลมาช่วยเสริมรสชาติให้เข้มข้นขึ้น อีกทั้งยังช่วยลดขั้นตอนในการทำ เนื่องจากไม่ต้องตำเครื่องแกง และเป็นการลดปริมาณการซื้อวัตถุดิบในการทำเครื่องแกง และวัตถุดิบอื่น ๆ ด้วย ด้านคุณค่าทางโภชนาการ เกล็ดสำคัญที่สำคัญของแกงโหะคือ มีเครื่องปรุงหลายอย่างมารวมกันจึงมีคุณค่าทางโภชนาการที่หลากหลายทั้งวิตามิน แร่ธาตุ จากผักต่าง ๆ รวมทั้งโปรตีน และพลังงานจากวุ้นเส้นและเนื้อสัตว์ ซึ่งวุ้นเส้นช่วยกระตุ้นการทำงานของกระเพาะอาหารและลำไส้

กรรมวิธีการปรุงอาหาร โขลกเครื่องแกงรวมกันให้ละเอียด ผัดเครื่องแกงกับน้ำมันจนหอม ใส่ไก่ลงผัด ใส่ผักสุกยาก ตามด้วยหน่อไม้ เติมน้ำเล็กน้อยพอขลุกขลิก ใส่วุ้นเส้น ผงฮังเล ตามด้วยแกง

ฮังเล ผัดให้เข้ากัน ใส่กะทิ แล้วตามด้วยผักสุกง่าย ผัดต่อจนสุก ยกลง

6) แกงขนุน เป็นหนึ่งในอาหารมงคลของชาวเหนือ เพราะชื่อขนุน หรือบ่าหนุน นิยมแกงกินในพิธีแต่งงาน เพื่อเป็นเคล็ดให้คู่แต่งงานนั้นมีความเกื้อหนุนหนุนเจือซึ่งกันและกัน และในประเพณีพื้นเมืองของล้านนาถือว่าเป็นอาหารที่นิยมหลังวันเถลิงศก (วันพญาวัน) ซึ่งถือว่าเป็นวันขึ้นปีใหม่ของชาวเหนือ โดยมีความเชื่ออยู่ว่าในวันปากปี (วันเริ่มต้นปี) ถ้าได้กินแกงขนุนแล้วจะหนุนนำชีวิตให้ดีขึ้นตลอดทั้งปี ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ขนุนอ่อนเป็นผักที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงทั้งแคลเซียม ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก วิตามินเอ วิตามินบีหนึ่ง วิตามินบีสอง วิตามินซี และมีโปรตีนจาก ชีโครงหมู แกงขนุน เป็นอาหารที่มีสรรพคุณในการบำรุงน้ำนม สมานแผลในกระเพาะ อีกทั้งยังช่วยทำให้ระบบย่อยอาหารทำงานได้ดีขึ้น

กรรมวิธีการปรุงอาหาร โขลกเครื่องแกงรวมกันให้ละเอียด ต้มน้ำเปล่า พอน้ำเดือดละลายเครื่องแกงลงไป ใส่ชีโครงหมู ต้มจนหมูนุ่ม ใส่ขนุน ต้มให้ขนุนนิ่ม ใส่มะเขือเทศ ชะอมและใบชะพลู คนให้เข้ากัน พอผักสุก ปิดไฟ

7) ยำจิ้นไก่ ถือเป็นอาหารขึ้นดิชนิดหนึ่ง ซึ่งหลังจากที่มีการทำพิธีเลี้ยงผีด้วยไก่ต้มแล้ว มักจะนำไก่ต้มมายำเสมอ บ้างนำพริกดิบหรือเครื่องปรุงรส มาปรุงยำจิ้นไก่ได้เลย เป็นอาหารประเภทยำ ที่นำเอาส่วนผสมวัตถุดิบที่สุกแล้ว ลงไปผสมกับเครื่องปรุง ด้านคุณค่าทางโภชนาการส่วนประกอบหลักคือ เนื้อไก่ต้มสุกถือเป็นอาหารที่ให้พลังงานและโปรตีนสูง ส่วนเครื่องแกงที่นำมาประกอบนั้นเป็นสมุนไพร มีสรรพคุณทางยาและมีสารต้านอนุมูลอิสระที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

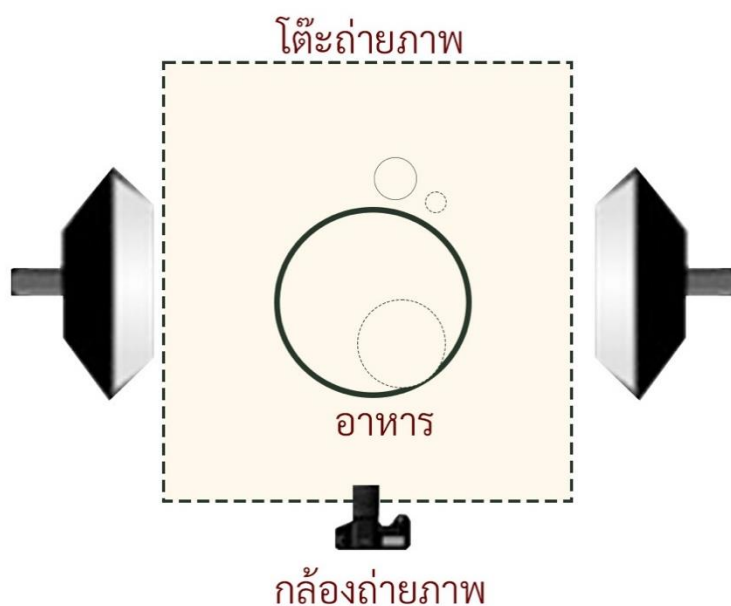
กรรมวิธีการปรุงอาหาร โขลกคิปปลี เม็ดผักชีคั่ว และพริกชี้หนูแห้งคั่ว รวมกันให้ละเอียด เจียวกระเทียมกับน้ำมัน ใส่กะปิและปลาร้า เครื่องแกงลงผัดให้หอม ใส่ไก่ต้มไก่ พอเดือด ใส่หอมแดงซอย ใส่เนื้อไก่ฉีก โรยด้วยผักชีฝรั่ง ผักชีต้นหอม ผักไผ่และสะระแหน่

8) แกงอ่อม นิยมใช้เนื้อวัวและเครื่องในวัว เป็นส่วนผสมหลัก บ้างใช้เนื้อควายและเครื่องในควายเป็นส่วนผสม บ้างใช้แต่เครื่องใน เรียกชื่อตามเนื้อที่นำมาแกง เช่น แกงอ่อมเครื่องในวัว แกงอ่อมเครื่องในหมู แกงอ่อมเครื่องในควาย มีวิธีการแกงเช่นเดียวกับแกงเนื้อสัตว์อื่นๆ แกงอ่อม ถือเป็นอาหารขึ้นดิอย่างหนึ่งของชาวล้านนา นิยมใช้เลี้ยงแขกในเทศกาลงานเลี้ยงต่างๆ ซึ่งแกงอ่อมของทางภาคเหนือนั้นจะมีเอกลักษณ์อย่างเด่นชัด คือ จะมีผักและสมุนไพรจากป่า จึงได้พริกแกงที่มีแต่สมุนไพรนานาชนิด

กรรมวิธีการปรุงอาหาร หั่นเศษเนื้อวัวให้เป็นชิ้นเล็ก ๆ พอตีคำ ต้มหม้อใส่น้ำสะอาดให้เดือด ใส่พริกดิบลงไป คนให้ละลายเข้ากัน ใส่เนื้อวัวลงไป รอให้เดือด ใส่เลือดวัวสด ชีพเหล้า และมะละกอดิบ ต้มไฟกลางไปเรื่อยๆ จนเนื้อเริ่มนุ่ม ปรุงรสด้วย เกลือ น้ำปลา ผงชูรส และผงปรุงรส ชิม ปรุงเพิ่มได้ตามชอบ เมื่อเนื้อนุ่มได้ที่แล้ว ใส่ใบมะกรูดและผักไผ่ คนให้เข้ากัน ตักใส่ภาชนะ พร้อมเสิร์ฟ

ตอนที่ 2 ผลการพัฒนาหนังสือภาพอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย

ผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการถ่ายภาพ การจัดวางองค์ประกอบในภาพ พัฒนาหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาด้วยการใช้หลักการถ่ายภาพและหลักการจัดองค์ประกอบ ได้แก่ กฎสามเหลี่ยม เส้นทแยงมุม จุดตัดเก้าช่อง เส้นทแยงมุมและสามเหลี่ยม ชิกแซก และกรอบภาพ รวมถึงหลักการเล่าเรื่องในภาพ การเลือกใช้อากหลัง การจัดแสงไฟสตูดิโอเพื่อแสดงรายละเอียดของอาหาร จากนั้นทำการพัฒนาหนังสือภาพถ่ายอาหารล้านนาโดยกำหนดให้วางตำแหน่งไฟไว้ทางซ้ายและทางขวาของตัวแบบดังแสดงในภาพที่ 2



ภาพที่ 2 ตำแหน่งการการจัดวางไฟ อาหารและกล้องถ่ายภาพ

การจัดวางองค์ประกอบภาพไปตามเส้นแนวทแยง เป็นการวางให้ให้จุดสนใจอยู่ในแนวทแยงเพื่อนำสายตาของผู้ชม สร้างความลึกในภาพและยังทำให้ภาพดูมีมิติขึ้น การจัดวางองค์ประกอบไปตามเส้นแนวทแยงเพื่อสร้างความลึกในภาพและยังทำให้ภาพดูมีมิติขึ้นอีกด้วย และยังเล่าเรื่องราวความเป็นล้านนาด้วยการใช้อุปกรณ์ประกอบฉากที่มาจากภูมิปัญญาชาวบ้าน เช่น ใบตอง เครื่องจักสานและเครื่องปั้นดินเผา วัตถุดิบในการปรุงอาหารเพื่อสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตการรับประทานอาหารพื้นบ้านล้านนา ดังภาพที่ 3



ภาพที่ 3 การจัดองค์ประกอบภาพแบบทแยงมุม

การจัดวางองค์ประกอบโดยลากเส้นทแยงมุม 1 เส้นเพื่อแบ่งสี่เหลี่ยมออกเป็นสองส่วน แล้วลากเส้นจากมุมซ้ายและขวามาตั้งฉากกับเส้นทแยงมุม ไปตามเส้นทแยงเพื่อสร้างมิติให้กับภาพและยังมีการตัดกันเป็นสามเหลี่ยมเพื่อให้ภาพดูน่าสนใจมากยิ่งขึ้น อีกทั้งยังมีการเล่าเรื่องราวในภาพที่สื่อให้เห็นถึงเครื่องเคียงของแกงฮังเลล้านนาที่เสิร์ฟคู่กับข้าวสวยร้อนๆ และชาสมุนไพรหอมๆ เพื่อให้เข้ากันอย่างลงตัว แสดงความเป็น

ล้านนาด้วยการใช้อุปกรณ์ประกอบฉากที่มาจากภูมิปัญญาชาวบ้านและยังมีพืชผักจากการทำการเกษตรของชาวบ้านเพื่อสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตและความอุดมสมบูรณ์และคุณประโยชน์ของอาหารล้านนา ดังภาพที่ 4



ภาพที่ 4 การจัดองค์ประกอบภาพแบบเส้นทแยงมุมและสามเหลี่ยม

การวางจุดสนใจให้อยู่ตรงกลางภาพและยังมีการสร้างเรื่องราวให้กับภาพถ่ายด้วยการนำวัตถุดิบที่ใส่ลงไปในแกงخنรวมไปถึงหอมแดงที่กินคู่กับแกงخن เสริฟคู่ข้าวเหนียวร้อนๆ ซึ่งภาพนี้สื่อความเป็นล้านนาด้วยการนำภาชนะจักสานมาเป็นอุปกรณ์ประกอบฉาก และใช้ฉากไม้ให้เข้ากับความเป็นพื้นบ้านล้านนา เน้นสีสันในภาพด้วยมะเขือเทศและผักเพื่อให้มีจุดสนใจและดึงดูดสายตาผู้ชมได้มากขึ้น ดังภาพที่ 5



ภาพที่ 5 การจัดองค์ประกอบภาพแบบสมมาตร

การวางจุดสนใจไว้ตรงจุดตัดทั้ง 4 จุด ซึ่งกฎนี้ทำให้ภาพดูโดดเด่น ไม่อึดอัด ไม่แน่น หรือโล่งจนเกินไป และภาพนี้สื่อให้เห็นถึงลาบหมูคั่วที่ต้องกินคู่ข้าวเหนียวร้อน ๆ บวกกับเครื่องเคียงคือผักและแคบหมู โดยวางตำแหน่งของตะกร้าผักไว้ด้านหลังของอาหารเพื่อเน้นให้อาหารดูโดดเด่นขึ้น เพิ่มความลึกให้ภาพและตัดกับสีของฉากหลัง อีกทั้งยังสื่อถึงความเป็นล้านนาด้วยการใช้ภาชนะจักสานมาซึ่งเป็นภูมิปัญญาของชาวล้านนา มาเป็นอุปกรณ์ประกอบฉากและใช้ฉากไม้ให้เข้ากับความเป็นพื้นบ้านล้านนา ดังภาพที่ 6



ภาพที่ 6 การจัดองค์ประกอบภาพแบบจุดตัด 9 ช่อง

การวางองค์ประกอบตามเส้นนำสายตาและเห็นความลึกของภาพช่วยให้ภาพมีมิติ มีความสวยงามมากขึ้นและยังสามารถนำสายตาของผู้ชมจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งได้ ภาพนี้สื่อให้เห็นถึงวัตถุดิบในการประกอบอาหารและการรับประทานอาหาร ดังภาพที่ 7

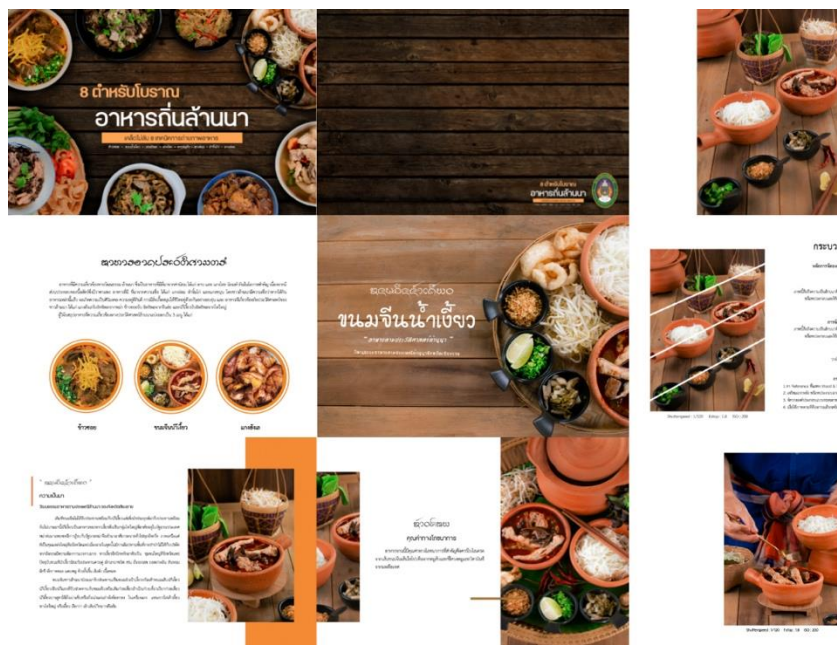


ภาพที่ 7 แสดงการจัดองค์ประกอบภาพแบบซิกแซก

การวางจุดสนใจไว้ตรงกลางภาพแล้วเพิ่มกรอบภาพให้เป็นฉากหน้าของภาพทำให้ภาพที่อยู่ภายในกรอบน่าสนใจ อีกทั้งภาพนี้ยังสื่อให้เห็นถึงอาหารล้านนา นั่นก็คือแกงอ่อมเนื้อเสิร์ฟคู่กับข้าวเหนียวร้อน ๆ ซึ่งภาพนี้สื่อถึงความเป็นล้านนาด้วยการนำหม้อดินเผากับภาชนะจักสานมาเป็นอุปกรณ์ประกอบฉาก อีกทั้งยังมีวัตถุดิบที่มาจากการทำอาชีพเกษตรกรรมของชาวล้านนาอีกด้วย ส่วนการเลือกใช้ฉากนั้นได้ใช้ฉากไม้ให้เข้ากับความเป็นพื้นบ้านล้านนา



ภาพที่ 8 แสดงการจัดองค์ประกอบภาพแบบกรอบภาพ



ภาพที่ 9 การจัดวางหน้า (Layout) ในหนังสือภาพถ่ายวัฒนธรรมอาหารล้านนา

ตอนที่ 3 ผลการประเมินการรับรู้และเข้าใจต่อหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย

ผู้วิจัยทำการประเมินประสิทธิภาพหนังสือภาพถ่ายวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงรายโดยให้นักท่องเที่ยวและประชาชนชาวบ้านในจังหวัดเชียงรายจำนวน 100 คน ประเมินการรับรู้และเข้าใจต่อหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย ผลการศึกษาดังนี้

ตารางที่ 1 ผลประเมินการรับรู้และเข้าใจต่อหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย ด้านการ

รายการ	$\bar{x}$	S.D	แปลผล
1. เอกลักษณะทางวัฒนธรรม	4.47	0.68	มาก
2. ความเป็นมาและประวัติศาสตร์	4.30	0.79	มาก
3. ข้อมูลมีความเข้าใจง่าย	4.67	0.61	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยรวม	4.47	0.09	มาก

ออกแบบหนังสือภาพ

จากตารางที่ 1 นักท่องเที่ยวและประชาชนชาวบ้านมีการรับรู้และเข้าใจต่อหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย ในด้านการออกแบบหนังสือ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.67$) , (S.D. = 0.61) รองลงมาคือ เอกลักษณะทางวัฒนธรรม ($\bar{x} = 4.47$), (S.D. = 0.68) ความเป็นมาและประวัติศาสตร์ ($\bar{x} = 4.30$) , (S.D. = 0.79) แปลผลความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทุกด้าน

ตารางที่ 2 ผลประเมินการรับรู้และเข้าใจต่อหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย ด้านการถ่ายภาพ

รายการ	$\bar{x}$	S.D	แปลผล
1. ความสวยงามของภาพ	4.67	0.71	มากที่สุด
2. ความน่าดึงดูดใจต่อภาพถ่าย	4.50	0.86	มากที่สุด
3. การสื่อความหมายของการถ่ายภาพ	4.50	0.73	มากที่สุด
4. การจัดองค์ประกอบ	4.57	0.63	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยรวม	4.56	0.10	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 นักท่องเที่ยวและประชาชนชาวบ้านมีการรับรู้และเข้าใจต่อหนังสือภาพวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงรายด้านการออกแบบหนังสือ ในประเด็นความสวยงามของภาพอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.67$) , (S.D. = 0.71) รองลงมาคือการจัดองค์ประกอบภาพ ($\bar{x} = 4.57$), (S.D. = 0.63) ความน่าดึงดูดใจต่อภาพถ่าย ($\bar{x} = 4.50$) , (S.D. = 0.86) การสื่อความหมายของการถ่ายภาพ ($\bar{x} = 4.50$), (S.D. = 0.73) แปลผลความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน

ข้อสังเกตที่พบในผลการประเมินความพึงพอใจโดยนักท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงรายและประชาชนชุมชนพบว่า การออกแบบหนังสือแสดงถึงเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมอาหารล้านและข้อมูลมีความเข้าใจง่ายมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.48$) , (S.D. = 0.09) ทั้งนี้ในด้านการถ่ายภาพและการจัดองค์ประกอบความสวยงามการเล่าเรื่องราวมียค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.56$) , (S.D. = 0.10) นักท่องเที่ยวในจังหวัด

เชียงรายเมื่อได้ทดลองเรียนถ่ายภาพด้วยหนังสือภาพถ่ายวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงรายแล้วมีความเข้าใจสะท้อนให้เห็นคุณค่าในด้านอาหารล้านนาและความรู้สึกรู้สีกผ่านภาพถ่ายและตระหนักถึงความสำคัญของการจัดองค์ประกอบภาพถ่ายที่ต้องมีทั้งความสวยงามและการสื่อความหมายประกอบกันอย่างลงตัว

อภิปรายผล

จากการพัฒนาสังคมในช่วงตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา กระแสวัฒนธรรมจากภายนอกได้เข้ามามีบทบาทต่อวิถีชีวิตของชาวล้านนาเป็นอย่างมาก ซึ่งกระแสการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและวัฒนธรรมของชาวล้านนาอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในปัจจุบันต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากมายไม่ว่าจะเป็นปัญหาสิ่งแวดล้อม ปัญหาคนในท้องถิ่นขาดจิตสำนึกที่ดีของความเป็นพลเมือง รวมไปถึงปัญหา การละทิ้งรากเหง้าและภูมิปัญญาเดิมซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น (ดวงจันทร์, อาภาวัชรุตม์, 2543) ผลจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้วิถีการคิด การกระทำรวมถึงวิถีการดำรงชีวิตของชาวล้านนาเปลี่ยนไปจากเดิม ซึ่งเป็นการสูญเสียความเป็นเอกลักษณ์ของ “ความเป็นล้านนา” (ศรีเลา เกษพรหม, 2551) จากผลการศึกษาข้อมูลด้านวัฒนธรรมอาหารล้านนา เพื่อคัดเลือกเมนูอาหารมาพัฒนาหนังสือภาพเพื่อประชาสัมพันธ์วัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงราย พบว่า กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารล้านนาจังหวัดเชียงรายมี 3 ลักษณะ ดังนี้ คือ 1) การถ่ายทอดทางวัฒนธรรม 2) การถ่ายทอดทางค่านิยมและความเชื่อ และ 3) การถ่ายทอดทางประวัติศาสตร์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ทศนีย์ อารมณเกลี้ยงและสุภาพ ฉัตรภรณ์, 2557) ที่กล่าวว่า “อาหารล้านนา” เป็นเอกลักษณ์ด้านหนึ่งของชาวล้านนา ที่มีคุณค่าต่อการศึกษาและทำความเข้าใจ เพราะเป็นคุณค่าทางปัญญาที่สะท้อนให้เห็นถึงความซับซ้อนทางสังคมและวัฒนธรรมของภูมิปัญญา ที่เกิดจากความรู้ ความเข้าใจธรรมชาติ และเป็นองค์ความรู้ที่เกิดจากวิถีการใช้ชีวิตจริงอย่างได้ผล มาเป็นเวลานานนับร้อยๆ ปี และยังสอดคล้องกับสิริวรรณ มโนบุรุษยเลิศ, 2547) ที่ศึกษาเรื่องการออกแบบภาพประกอบที่แสดงเอกลักษณ์วัฒนธรรมท้องถิ่นเชียงใหม่ โดยแบ่งหมวดหมู่ออกเป็น ภูมิศาสตร์ สถาปัตยกรรม วิถีชีวิต อาหาร เทศกาล งานประเพณี ศิลปหัตถกรรมเช่นเดียวกับผลของการศึกษาวัฒนธรรมอาหารล้านนาจังหวัดเชียงรายในงานวิจัยนี้

ด้านมุมมองที่ใช้ในการถ่ายภาพมีผลต่อการรับรู้ของผู้ชม ซึ่งในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ทำการกำหนดรูปแบบมุมมอง โดยแบ่ง ออกเป็น มุมบน (Top eye view) มุมกด (Bird's eye view) หมายถึง การจัดตำแหน่งของกล้องให้อยู่เหนือระนาบกึ่งกลางของวัตถุ แล้วบิดกล้องทำมุมกดลงเพื่อถ่ายภาพวัตถุ และมุมระดับสายตา (Eye - level view) หมายถึง การวางตำแหน่งของกล้องทำมุมขนานไปกับระดับพื้น (วิโรจน์ เจริญวัชรมงคล และ เอกนถุน บางท่าไม้, 2558) โดยแต่ละมุมมองจะให้ภาพที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับแนวคิดในการนำเสนอภาพ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธัญลักษณ์ ศุภพลธร (2564) เรื่องการออกแบบคู่มือแนะนำเทคนิคจัดองค์ประกอบภาพถ่ายผลิตภัณฑ์สินค้าชุมชน OTOP เพื่อส่งเสริมการตลาด ประชาสัมพันธ์ที่สรุปเทคนิคการถ่ายภาพประเภทอาหารโดยแบ่งออกเป็น 5 รูปแบบในการจัดวางองค์ประกอบภาพ ได้แก่ 1) กรอบภาพ 2) จุดตัด 9 ช่อง 3) ซิกแซก 4) ทแยงมุม 5) กึ่งกลาง โดยมีผู้เชี่ยวชาญด้านการถ่ายภาพช่วยคัดกรองภาพแล้วนำมาออกแบบคู่มือแนะนำเทคนิคการจัดองค์ประกอบภาพ

ผลการวิจัยพบว่า ด้านการออกแบบหนังสือภาพให้มีข้อมูลเข้าใจง่ายและเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมอยู่ในระดับมากส่วนด้านการถ่ายภาพ การจัดองค์ประกอบและการสื่อความหมายของภาพถ่ายอยู่ในระดับ

มาก สอดคล้องกับอนุชา กลมเกลี้ยงและคณะ (2565) ในงานวิจัยเรื่องการออกแบบกราฟิกและภาพประกอบเพื่อการสื่อสารทางวัฒนธรรมการท่องเที่ยวจังหวัดอ่างทอง พบว่าผลการวิจัย สามารถพัฒนาต่อยอดให้มีรูปแบบที่ง่ายและหลากหลายเพิ่มขึ้น เพื่อใช้ประกอบการสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ บรรจุภัณฑ์ให้เกิดเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ของชุมชน โดยใช้รูปแบบตัวอักษร และพื้นหลัง เพื่อให้เกิดการถ่ายทอดความรู้สึก การจดจำ ด้วยเทคนิควิธีการต่างๆ ในมิติเชิงวัฒนธรรม อย่างร่วมสมัยและนำไปใช้ต่อยอดได้จริง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ด้านเทคนิคการถ่ายภาพ ผู้ประกอบการร้านอาหารและผู้สนใจศึกษาด้านการถ่ายภาพอาหารระดับเริ่มต้น หรือต้องการสร้างภาพลักษณ์ในธุรกิจอาหาร สามารถนำหลักการจัดองค์ประกอบภาพในงานวิจัยนี้ไปใช้และฝึกปฏิบัติการถ่ายภาพสร้างสรรค์ตามได้อย่างง่าย
2. ด้านการถ่ายทอดเรื่องราวความเป็นมาของวัฒนธรรมอาหารล้านนา สามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการเล่าเรื่อง นำเสนอข้อมูลในแต่ละประเด็นต่างๆ ได้อย่างครอบคลุม

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาการจัดแสงในหลากหลายรูปแบบเพื่อเปรียบเทียบผลการถ่ายภาพและอารมณ์ของภาพที่เหมาะสม
2. เลือกใช้ฉากหลังในภาพถ่ายจากเรื่องราวทางวัฒนธรรมที่หลากหลายบริบท เพื่อให้ภาพถ่ายสามารถสะท้อนอัตลักษณ์ความเป็นล้านนามากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- Anucha Klomklaen. (2022). **A Graphic Design and Illustration for cultural communication tourism in Ang-Thong Province**. Journal of Liberal Art. 4 (1), Rajamangala University of Technology Phra Nakhon. (85-96). retrieved from : <https://so09.tci-thaijo.org/index.php/PMR/article/download/2049/1066>
- Niyada Wangwiwatsilp. (2008). **The instant illustration kit for handmade picture book for 3-5 years old children**. Master's degree thesis. Department of Communication Design, Silpakorn University. Retrieved from http://www.thapra.lib.su.ac.th/thesis/showthesis_th.asp?id=0000001932
- Onanong Thongmee. (2015). **The Cultural of Lanna food : The Develop to Creativ Economy**. Academic Arts, Research and Creative Arts Journal Rajamangala Thanyaburi 2 (1), 25-54. Retrieved from <https://research.rmutt.ac.th/2015/06/29/>
- Patcharee Tangtrakul et al. (2014). **Value creation of local Thai food to support northern tourism (research report)**. Bangkok: Food Product Research and Development Institute. Kasetsart University.

- Prayat Saiwichian. (1995). **Lanna Food**. Chiang Mai: Klang Wiang Printing.
- Samerporn Sangwasi. (2006). **Thai food in four regions**. Bangkok: Health & Cuisine. Special Area Development Administration for Sustainable Tourism Administration. (Public Organization)
- Siriwan Manoburachailert. (2004). **Illustration Designs that reflect unique characteristic of Chiang mai folk culture**. Master of fine arts department of Visual Communication Design Graduate School , Silpakorn University. Retrieved from http://www.thapra.lib.su.ac.th/thesis/showthesis_th.asp?id=0000001644
- Tassanee Aromklang and Suphap Chatraporn. (2014). **The path of inheriting Lanna food wisdom to sustainability**. Kasetsart Journal L: Social Sciences. 35 (2), 189-205. Retrieved from http://kasetsartjournal.ku.ac.th/kuj_files/2014/A1409121055543906.pdf
- Tunyaluk Supaphonthorn. (2021). **Designing of handbook suggesting OTOP photo-shooting component technique for promoting advertisement and publication**. The 6th National Research Conference on Art, Architecture, and Creative Works. (591-602)
- Wiroj Chiarawatcharamonkol and Eknarin Bangthamai. (2015). **Composition for Photography**. Nonthaburi : IDC.
- Yaowanat Panpeng. (2017). **Visual communication and photography**. retrieved from : <https://www.chonburi.spu.ac.th/comm/admin/knowledge/A523one.pdf>.



ชื่อ - นามสกุล : นาย กฤตภณ สุขณา
วุฒิการศึกษา : ปริญญาตรี
ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง : นักศึกษาสาขากราฟิกดีไซน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย



ชื่อ ลักษณะ - นามสกุล : นางสาวกษิรา ภิวงศ์กูร
วุฒิการศึกษา : ระดับปริญญาเอก
ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง : อาจารย์โปรแกรมกราฟิกดีไซน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย



ชื่อ - นามสกุล : นางสาววันฤทัย ครองยุดิ
วุฒิการศึกษา : ระดับปริญญาเอก
ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง : อาจารย์โปรแกรมการท่องเที่ยว มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย