



การพัฒนาทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้อง
ของนักศึกษา สาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
Development of Vocal Skills Based on Seth Riggs's Concept to Promote
Singing Ability for Students in the Creative Music Program
Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University

ทรงพล คชเสนี^{1*}, กาสัก เตชะขันหมาก² และสุภัทรา คงเรือง³

Songpon Kochasanee^{1*}, Kasak Tekhanmag² and Supatthara Kongruang³

¹นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

²อาจารย์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

³อาจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

¹Master Student of Curriculum and instruction Rajabhat Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University

²Lecturer from the Faculty of Graduate School Phra Nakhon Si Ayutthaya Rajabhat University

³Lecturer from the Faculty of Education Phra Nakhon Si Ayutthaya Rajabhat University

*Corresponding Author Email: Warit_cmu@hotmail.com

Received: 30 December 2025 Revised: 18 January 2026 Accepted: 20 January 2026

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้อง สำหรับนักศึกษา สาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา 2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษา ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรม และเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 70 และ 3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ เป็นการวิจัยแบบเชิงปริมาณ มีเครื่องมือการวิจัย ประกอบด้วย ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์, แบบประเมินความสามารถทางการขับร้องมีความและแบบสอบถามความพึงพอใจ โดยมีกลุ่มเป้าหมาย คือ จำนวน 5 คน คือ นักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยาที่มาจากการเลือกแบบเจาะจง แล้วนำข้อมูลที่รวบรวมได้จากเครื่องมือการวิจัยมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติ ประกอบด้วย ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีค็อกซ์-ไชน์เร็กซ์เทสต์ แบบนอนพาราเมตริก ผลการวิจัยพบว่า 1) ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ ประกอบด้วย แนวคิดและหลักการวัตถุประสงค์ เนื้อหา ขั้นตอนการสอน/กิจกรรม การจัดบรรยากาศ การประเมินผล 2) ความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาหลังใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 18.60$, S.D. = 0.55) สูงกว่าคะแนนก่อนการใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 10.60$, S.D. = 1.95) และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) ความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อชุดกิจกรรมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.91$, S.D. = 0.11)



ดังนั้นชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ สามารถนำมาใช้พัฒนาความสามารถทางการขับร้องได้ มีลักษณะสำคัญ ได้แก่ (1) สามารถนำมาวิเคราะห์ปัญหาและวิธีการใช้เสียงของผู้เรียนเป็นรายบุคคล (2) มีแบบฝึกหัดทักษะการวอร์มเสียงช่วยแก้ปัญหาได้อย่างชัดเจน (3) ช่วยขยายช่วงเสียงให้กว้างขึ้น สามารถร้องเสียงสูงและต่ำได้มากขึ้น (4) ช่วยให้เข้าใจกลไกการทำงานของเสียงตามสรีรศาสตร์ของแต่ละบุคคล

คำสำคัญ: เซธ ริกส์, ทักษะการใช้เสียง, ความสามารถทางการขับร้อง

Abstract

This research consists purposes were 1. to develop a set of vocal technique training activities based on Seth Riggs' concept in order to enhance singing performance abilities of students in the Creative Music Program at Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University 2. to compare the singing performance abilities of students before and after the implementation of the activity-based vocal training program and to examine whether their posttest performance meets the 70 percent achievement criterion and 3. to investigate students' satisfaction with the vocal technique training activities based on Seth Riggs' concept. This study employed a quantitative research design. The research instruments consisted of a vocal technique training activity package based on Seth Riggs' concept, a singing performance ability assessment and a student satisfaction questionnaire. The target group comprised five students from the Creative Music Program at Phranakhon Si Ayutthaya Rajabhat University, selected through purposive sampling. Data collected from the research instruments were analyzed using descriptive statistics, including percentages, means and standard deviations. In addition, inferential statistical analysis was conducted using the Wilcoxon signed-rank test, a nonparametric statistical method. The results of the study indicated that 1) The vocal technique training activity package based on Seth Riggs' concept consisted of the following components: conceptual framework and principles, objectives, instructional content, teaching procedures and learning activities, learning atmosphere management and assessment methods 2) The students' singing performance ability after participating in the activity package ($\bar{x} = 18.60$, S.D. = 0.55) was higher than their performance prior to the implementation of the package ($\bar{x} = 10.60$, S.D. = 1.95), with a statistically significant difference at the .05 level and 3) Students' satisfaction with the vocal technique training activity package was rated at the highest level ($\bar{x} = 4.91$, S.D. = 0.11). Therefore, the vocal technique training activities based on Seth Riggs' concept were effective in enhancing students' singing performance abilities. The key features of the activity package include (1) its ability to analyze individual learners' vocal problems and vocal usage techniques (2) the inclusion of systematic vocal warm-up exercises that clearly address vocal difficulties (3) its effectiveness in expanding vocal range, enabling students to sing both higher and lower pitches

and (4) its emphasis on understanding vocal mechanisms in accordance with individual physiological characteristics.

Keywords: Seth Riggs, Voice Skills, Singing Ability

บทนำ

การขับร้องถือเป็นเครื่องดนตรีธรรมชาติที่อยู่ในตัวของมนุษย์ การใช้เสียงมนุษย์ในเชิงดนตรี โดยเสียงมนุษย์สามารถสร้างระดับเสียงสูง ต่ำตามแนวทำนองของบทเพลง ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงระดับเสียงอย่างเป็นระบบ (Ekici, M, 2022, p.14–15) การขับร้องเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่ต้องอาศัยองค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ควบคู่กับทักษะเชิงศิลปะในการควบคุมเสียง (Rosenberg, M. D, 2025, p.172–173) โดยการฝึกฝนอย่างถูกต้องบนพื้นฐานความเข้าใจสรีรวิทยาของระบบการออกเสียงมีความสำคัญต่อการใช้งานเสียงอย่างปลอดภัย ทั้งนี้ การใช้เสียงที่ไม่เหมาะสมอาจก่อให้เกิดความเสียหายต่อเยื่อและเส้นเสียง ส่งผลให้คุณภาพเสียงลดลงและเพิ่มความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บของระบบการออกเสียง (Ulaghanathan et al., 2024, p.2–5) ดังนั้น การเรียนการสอนด้านการขับร้องจึงมุ่งเน้นการพัฒนาทักษะการผลิตเสียงและการควบคุมร่างกายควบคู่กับการใช้เสียงอย่างปลอดภัยและมีคุณภาพ เพื่อให้ผู้ร้องสามารถถ่ายทอดอารมณ์ของบทเพลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Asawadejmetakul, P., Premananda, W., and Thewtong, D, 2025, p.4–10)

การขับร้อง คือ การสร้างเสียงดนตรีจากเสียงมนุษย์ร่วมกับถ้อยคำ โดยอาศัยระบบระดับเสียงและจังหวะ ซึ่งต้องพัฒนาเทคนิคพื้นฐาน ได้แก่ การวางท่าทาง การควบคุมลมหายใจ และการเปล่งเสียงอย่างเหมาะสม เพื่อเสริมคุณภาพเสียงและป้องกันการบาดเจ็บจากการใช้เสียง การพัฒนาทักษะการขับร้องในระดับอาชีพจำเป็นต้องอาศัยความสามารถพื้นฐานควบคู่กับการเรียนรู้จากผู้เชี่ยวชาญและการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง (สลิทิพย์ สุวรรณณี, 2564 น.35-38)

การจัดการเรียนการสอนด้านการขับร้องในปัจจุบันมีความหลากหลายตามแนวคิดของหลักสูตรและความเชี่ยวชาญของผู้สอน โดยมุ่งพัฒนาทักษะการผลิตเสียง อันประกอบด้วย การควบคุมลมหายใจ การเปล่งเสียงตามระดับเสียง การใช้เสียงอย่างมีคุณภาพ และการถ่ายทอดอารมณ์ของบทเพลง อย่างไรก็ตาม ในบริบทของนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา พบว่าการจัดการเรียนการสอนยังคงเน้นรูปแบบดั้งเดิม ส่งผลให้พัฒนาการด้านการขับร้องและคุณภาพการใช้เสียงยังไม่สอดคล้องกับบริบทการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบัน นอกจากนี้ การพัฒนาวิชาการด้านดนตรียังเป็นส่วนหนึ่งของนโยบายการศึกษาของชาติ ส่งผลให้สถาบันอุดมศึกษามีบทบาทในการจัดการเรียนการสอน วิจัย สร้างสรรค์นวัตกรรม และเผยแพร่องค์ความรู้ทางดนตรี เพื่อสนับสนุนการพัฒนาชุมชน สังคม และประเทศตามพระราชบัญญัติการอุดมศึกษา พ.ศ. 2562 (กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม, 2562)

เซธ ริกส์ (Seth Riggs) เป็นครูสอนร้องเพลงชาวอเมริกัน ผู้พัฒนาเทคนิคการร้อง Speech Level Singing จากประสบการณ์การสอนและการทำงานร่วมกับศิลปินระดับโลกจำนวนมาก เป็นระบบการฝึกเสียงที่ช่วยลดความตึงเครียดของการออกเสียง โดยเน้นการใช้เสียงอย่างเป็นธรรมชาติและสมดุล ซึ่งเหมาะสมต่อการพัฒนาคุณภาพเสียงและความยั่งยืนในการขับร้อง (Song, Y., and Hyun-Tai, K, 2023, pp.257–259) แนวคิดดังกล่าวมุ่งเน้นการใช้เสียงอย่างถูกต้องตามธรรมชาติ การแก้ไขปัญหาการใช้เสียง และการสร้างพื้นฐานการร้องที่มีประสิทธิภาพ โดยให้ความสำคัญกับลำดับขั้นของการฝึกมากกว่าการยึดติดกับ

คำสั่งหรือแนวคิดเชิงเทคนิคที่เข้าใจยาก เซธ ริคส์ เสนอว่าพรสวรรค์เป็นเพียงส่วนหนึ่งของความสำเร็จ ขณะที่การฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอภายใต้หลักสูตรที่เหมาะสมและมีความเข้าใจที่ถูกต้อง จะช่วยพัฒนาศักยภาพ เพิ่มพูนทักษะ และสร้างเอกลักษณ์ทางการร้องในระดับมืออาชีพได้ (Krurudj, 2024) แนวคิดของเซธ ริคส์ มีประสิทธิภาพในการพัฒนาการใช้เสียงและการขับร้องอย่างถูกวิธี โดยมุ่งเน้นการหลีกเลี่ยงการบังคับกล้ามเนื้อสายเสียงหรือการใช้เสียงผิดธรรมชาติ เช่น การตะโกน การเค้นเสียง หรือการเลียนแบบต้นฉบับโดยไม่คำนึงถึงลักษณะเสียงเฉพาะบุคคล ซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาเสียงแหบ เสียงแตก และนำไปสู่การอักเสบหรือการเกิดปมที่เส้นเสียง (vocal nodules) ในระยะยาว (พัชเชษฐ์ สื่อรุ่งเรือง, 2567, น.3)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดของ เซธ ริคส์ มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาความสามารถด้านการขับร้องของนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา เพื่อนำมาช่วยแก้ปัญหา นักศึกษาในการร้องเพลง รวมทั้งช่วยพัฒนาเสียงร้องให้แข็งแรงและยืดหยุ่น เหมาะกับการฝึกฝนระยะยาวโดยไม่ทำร้ายเส้นเสียง อีกทั้งยังทำให้การใช้เสียงสั้นไหลต่อเนื่องระหว่างช่วงเสียงต่ำ กลาง และสูง ควบคุมลมได้ดี และรักษาคุณภาพเสียงสม่ำเสมอเหมือนขณะพูดตามปกติ ทำให้สามารถร้องเพลงได้นานโดยไม่ล้าเสียงหรือเกิดอาการเสียงแตกง่าย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้อง สำหรับนักศึกษา สาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์ และเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 70
3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์

การบทวนวรรณกรรม

การบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องสำหรับงานวิจัยเรื่องนี้เป็นารรวบรวมและวิเคราะห์องค์ความรู้ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้อง สำหรับนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา ซึ่งสามารถแบ่งเป็นหัวข้อการบทวนวรรณกรรมได้ ดังนี้

1. แนวคิดการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์

แนวคิดและวิธีการของเซธ ริคส์ มุ่งพัฒนาการใช้เสียงอย่างถูกต้องตามธรรมชาติ โดยให้ความสำคัญกับการสร้างพื้นฐานการทำงานของสายเสียงเป็นลำดับแรก แทนการยึดติดกับคำสั่งหรือแนวคิดเชิงนามธรรมที่ผู้เรียนเข้าใจยาก เช่น การแบ่งเสียงหรือการฟังพาราสวรรค์เป็นหลัก ริคส์เน้นให้ผู้เรียนเข้าใจกลไกการเกิดเสียง การปรับการทำงานของสายเสียงบริเวณจุดเชื่อมต่อของเสียง (Passaggio) และการคงตำแหน่งกล่องเสียงให้มั่นคง เพื่อขยายช่วงเสียงและลดปัญหาการร้องเพี้ยน (Gürel, S., and Şakalar, A, 2025, p.104-105)

2. แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการขับร้อง

ราชบัณฑิตยสถาน (2525 น.773-801) ได้กล่าวถึงความสามารถ หมายถึง คุณสมบัติที่เหมาะสมในการปฏิบัติกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง ซึ่งมีความหมายเช่นเดียวกับความสามารถในภาษาไทย ได้แก่ สมรรถภาพ หรือสมรรถนะ เป็นต้นความสามารถในการทำงานหรือทักษะในการทำงาน เป็นองค์ประกอบที่สำคัญสำหรับการประสบความสำเร็จในอาชีพ การมีทักษะการทำงานที่ดีช่วยให้บุคคลสามารถรับมือกับภาระงานที่มีความซับซ้อนและหลากหลาย ความสามารถนี้รวมถึงการใช้เครื่องมือและเทคโนโลยีการทำงานภายใต้ความกดดัน การบริหารเวลา และการคิดสร้างสรรค์ การพัฒนาความสามารถนี้มักมาจากการฝึกฝนอย่างต่อเนื่องและการทำงานในสภาพแวดล้อมที่ท้าทาย (Sternberg, 2004, p.61-94)

Silas, S., Müllensiefen, D., and Kopiez, R. (2023, p.4358) อธิบายว่า ความสามารถทางการขับร้อง (Singing ability) เป็นองค์ประกอบของการร้องเพลงที่ประกอบด้วยหลายมิติ เช่น ความถูกต้องของระดับเสียงและการจัดการโครงสร้างเมโลดี้ ซึ่งสามารถวัดและประเมินได้ผ่าน Singing Ability- Assessment ในกรอบทฤษฎี Item Response Theory

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ นักศึกษาศาสนาวัฒนธรรมสร้างสรรค์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา จำนวน 5 คน ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568

2. เครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ ประกอบด้วย

2.1 ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของ เซธ ริคส์ มีแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 10 แผน รวม 40 ชั่วโมง ได้แก่ 1) การใช้เสียง 2) การควบคุมลม 3) การเปล่งเสียงตามลำดับเสียง 4) การขยายช่วงเสียง 5) การกังวานของเสียง 6) การเกิดลูกคอขณะเปล่งเสียง 7) เทคนิคการใช้เสียง 8) แนวทางการพัฒนาเทคนิคการใช้เสียง 9) การวิเคราะห์และการแก้ปัญหาของเสียง 10) การถ่ายทอดอารมณ์ตามบทเพลง ผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรม ไปให้ผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมเชิงเนื้อหา จำนวน 5 ท่าน ได้แก่ (1) ด้านดนตรี (2) ดนตรีศึกษาและการขับร้อง (3) ด้านหลักสูตรการสอน (4) ด้านประถมศึกษา (5) ด้านการสอนหลักสูตร SLS (Speech Level Singing Technique) มีค่าความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.49$, S.D. = 0.07) ผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมนำร่อง (Try out) กับกลุ่มทดลองที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมายจริง จำนวน 4 คน เพื่อหาข้อบกพร่อง ข้อแก้ไข ข้อเสนอแนะให้ชุดกิจกรรมมีความถูกต้อง และสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

2.2 แบบประเมินความสามารถทางการขับร้อง ผู้วิจัยได้ออกแบบแบบประเมินตามแนวคิดของเซธ ริคส์ ที่มี 5 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) การใช้เสียง 2) การควบคุมลม 3) การเปล่งเสียงตามระดับเสียง 4) การใช้เสียงอย่างมีคุณภาพ 5) การถ่ายทอดอารมณ์ตามบทเพลง ผู้วิจัยประเมินความสามารถทางการขับร้อง ไปนำเสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหา ผลปรากฏว่าความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.56$, S.D. = 1.82)

2.3 แบบสอบถามความพึงพอใจ ประกอบด้วย 1) ด้านเนื้อหา 2) ด้านกิจกรรมการเรียนรู้ 3) ด้านสื่อการเรียนรู้ 4) ด้านการวัดและประเมินผล 5) ด้านการพัฒนาทักษะ 6) ด้านประโยชน์ เสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหาโดยหาค่าความสอดคล้องของวัตถุประสงก์กับข้อความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.60$, S.D. = 0.10)

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) นำแบบประเมินความสามารถทางการขับร้อง ไปประเมินกับนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา 5 คน ก่อนการใช้ชุดกิจกรรม (Pre test) 2) จัดการเรียนรู้ตามชุดกิจกรรม เป็นเวลา 5 สัปดาห์ จำนวน 10 แผน แผนละ 4 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 40 ชั่วโมง เป็นต้น 3) นำแบบประเมินความสามารถทางการขับร้อง ไปประเมินกับนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา 5 คน หลังการใช้ชุดกิจกรรม (Post test) และประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อชุดกิจกรรม

4. การวิเคราะห์ข้อมูล เป็นไปตามวัตถุประสงค์วิจัย แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ 1) วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และค่าร้อยละ เปรียบเทียบคะแนนความสามารถทางการขับร้องก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม 2) วิเคราะห์ความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อชุดกิจกรรม โดยใช้แบบประเมินตามเกณฑ์การให้คะแนนของลิเคิร์ต (Likert) ทั้งหมด 6 ด้าน

5. สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมสถิติสำเร็จรูป SPSS ประกอบด้วย ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และการเปรียบเทียบข้อมูลระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่จับคู่กัน ด้วยเทคนิควิลคอกซันไซน์เรย์ก์เทสต์ (Wilcoxon Signed Rank Test) แบบนอนพารามेटริก (Non-parametric)

ผลการวิจัย

การวิจัยนี้ ผู้วิจัยสามารถจำแนกผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. การพัฒนาชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา ประกอบด้วย แนวคิดและหลักการ วัตถุประสงค์ เนื้อหา ขั้นตอนการสอน/กิจกรรม การจัดบรรยากาศ การประเมินผล และแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 10 แผน ได้แก่ การใช้เสียง การควบคุมลม การเปล่งเสียงตามลำดับเสียง การขยายช่วงเสียง การกังวานของเสียง การเกิดลูกคอขณะเปล่งเสียง เทคนิคการใช้เสียง แนวทางการพัฒนาเทคนิคการใช้เสียง การวิเคราะห์และการแก้ปัญหาของเสียง การถ่ายทอดอารมณ์ตามบทเพลง

และผลการวิเคราะห์ความสามารถทางการขับร้อง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถทางการขับร้อง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์

ลำดับ นักศึกษา	คะแนนก่อน การจัดการเรียนรู้		คะแนนหลัง การจัดการเรียนรู้		ผลต่าง	
	คะแนน (20)	คะแนนร้อยละ (100)	คะแนน (20)	คะแนนร้อยละ (100)	คะแนน (20)	คะแนนร้อยละ (100)
1	10	50.00	18	90.00	8	40.00
2	13	70.00	19	95.00	5	25.00

3	12	60.00	19	95.00	7	35.00
4	10	50.00	19	95.00	9	45.00
5	8	40.00	18	90.00	11	55.00
$\bar{x}$	10.60	54.00	18.60	93.00	8.00	40.00
S.D.	1.95	11.40	0.55	2.74	2.24	11.18

จากตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความสามารถทางการขับร้อง ในการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ มีคะแนนก่อนใช้ชุดกิจกรรมร้อยละ 54.00 ($\bar{x}$ = 10.60, S.D. = 1.95) คะแนนหลังใช้ชุดกิจกรรมร้อยละ 93.00 ($\bar{x}$ = 18.60, S.D. = 0.55)

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถทางการขับร้อง 5 ด้าน ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์

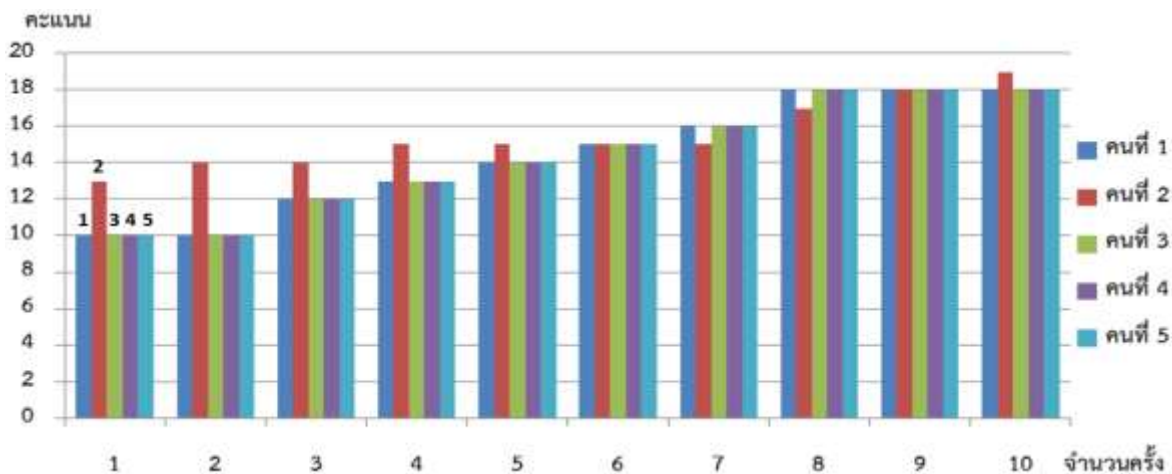
ความสามารถทางการขับร้อง 5 ด้าน	ลำดับนักศึกษา คะแนนก่อนการจัดการ เรียนรู้ (20 คะแนน)					ลำดับนักศึกษา คะแนนหลังการจัดการ เรียนรู้ (20 คะแนน)				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. ด้านการใช้เสียง	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4
2. ด้านการควบคุมลม	1	2	2	1	1	3	4	4	4	3
3. ด้านการเปล่งเสียง ร้องตามระดับเสียง	2	2	2	2	1	4	4	4	4	4
4. ด้านการใช้เสียงอย่างมีคุณภาพ	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3
5. ด้านการถ่ายทอดอารมณ์ตามบทเพลง	2	3	2	2	2	4	4	4	4	4
รวม	10	13	12	10	8	18	19	19	19	18

จากตารางที่ 2 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถทางการขับร้อง 5 ด้าน ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของ เซธ ริกส์ พบว่า ด้านการใช้เสียง ด้านการเปล่งเสียงร้องตามระดับเสียง และด้านการถ่ายทอดอารมณ์ตามบทเพลง มีคะแนนรวมสูงที่สุดเท่ากัน แสดงให้เห็นว่านักศึกษามีพัฒนาการเด่นชัดในทักษะการขับร้องพื้นฐานและ การแสดงออกทางอารมณ์ รองลงมา คือ ด้านการควบคุมลม ซึ่งแม้จะมีพัฒนาการเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน แต่ยังคงอาศัยการฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ขณะที่ด้านการใช้เสียงอย่างมีคุณภาพ มีคะแนนรวมต่ำที่สุด สะท้อนว่าทักษะด้านคุณภาพเสียงเป็นทักษะขั้นสูงที่ต้องใช้ระยะเวลาและประสบการณ์ในการพัฒนา

ตารางที่ 3 ผลเปรียบเทียบคะแนนความสามารถทางการขับร้อง โดยใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของ เซธ ริกส์ หลังการใช้ชุดกิจกรรม

คะแนน	จำนวนนักศึกษา	คะแนนเต็ม	คะแนนเฉลี่ย ($\bar{x}$)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	Z	Sig.
ก่อนการจัดการเรียนรู้	5	20	10.60	1.95	-2.02	.043
หลังการจัดการเรียนรู้	5	20	18.60	0.55		

จากตารางที่ 3 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความสามารถทางการขับร้อง โดยใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ ของนักศึกษาหลังการใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x}$ = 18.60, S.D. = 0.55) สูงกว่าค่าคะแนนก่อนการใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x}$ = 10.60, S.D. = 1.95) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



แผนภาพที่ 1 กราฟแสดงความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาสาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์รายสัปดาห์

จากแผนภาพกราฟที่ 1 พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความสามารถทางการขับร้องเพิ่มขึ้นในสัปดาห์ที่ 3-4 บางส่วนคงที่ในสัปดาห์ที่ 6 และนักศึกษาทุกคนมีพัฒนาการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องตั้งแต่สัปดาห์ที่ 7 จนถึงสิ้นสุดการใช้ชุดกิจกรรม แสดงว่านักศึกษามีความเข้าใจกลไกการผลิตเสียงและการควบคุมลมหายใจดีขึ้น ส่งผลให้การใช้เสียงมีความถูกต้องและเป็นธรรมชาติมากขึ้น แม้ระยะแรกจะพบปัญหาด้านเทคนิคและความมั่นใจ แต่การฝึกอย่างต่อเนื่องช่วยพัฒนาคุณภาพเสียงและความสามารถในการถ่ายทอดอารมณ์ตามบทเพลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. การเปรียบเทียบความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษา ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ และเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 70

ผลการวิจัยพบว่า การเปรียบเทียบความสามารถทางการขับร้อง หลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริกส์ ของนักศึกษาเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 70 ผู้วิจัยสามารถจำแนกผลตามตารางที่ 3 ดังนี้

ตารางที่ 4 สรุปผลความสามารถทางการขับร้องหลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียง ตามแนวคิดของ เซธ ริคส์ ของนักศึกษา สาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ เทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 70

จำนวนนักศึกษา (คน)	คะแนนเกณฑ์	คะแนนหลัง จัดการเรียนรู้ คะแนนร้อยละ (100)	คะแนน เฉลี่ย $\bar{x}$	ส่วน เบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	Z	Sig.
5	14	93.00	18.60	0.55	.82	.510

จากตารางที่ 4 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความสามารถทางการขับร้องหลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์ ของนักศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ $\bar{x} = 18.60$, S.D. = 0.5) สูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 70

3. ศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์

ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษา ต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์ ผู้วิจัยสามารถจำแนกผลตามตารางที่ 4 ดังนี้

ตารางที่ 5 จำแนกการวิเคราะห์รายข้อเกี่ยวกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซธ ริคส์

การวิเคราะห์รายข้อ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความ คิดเห็น	ลำดับที่
1. ด้านเนื้อหา				
1.1 ลักษณะชุดกิจกรรมมีความน่าสนใจ	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
1.2 ลักษณะชุดกิจกรรมมีความเหมาะสมกับผู้เรียน	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
1.3 การใช้ขนาดตัวอักษรในชุดกิจกรรมมีขนาดที่เหมาะสมกับผู้เรียน	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
1.4 ชุดกิจกรรมสามารถดึงดูดความสนใจของผู้เรียนได้ดี	4.80	0.45	มากที่สุด	2
รวม	4.90	0.26	มากที่สุด	4
2. ด้านกิจกรรมการเรียนรู้				
2.1 ชุดกิจกรรมมีจุดประสงค์ของการใช้ที่ชัดเจน	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
2.2 ชุดกิจกรรมมีขั้นตอนการปฏิบัติกิจกรรมที่เข้าใจง่าย	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
2.3 ชุดกิจกรรมมีการอธิบายการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ชัดเจนเป็นลำดับขั้นตอน	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
2.4 ชุดกิจกรรมมีใบความรู้ ตัวอย่าง และกิจกรรมในการฝึกทักษะที่สมบูรณ์	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
รวม	4.95	0.22	มากที่สุด	3

3. ด้านสื่อการเรียนรู้				
3.1 ใช้สื่อการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ที่เหมาะสมตรงตามจุดประสงค์การเรียนรู้	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
3.2 สื่อเทคโนโลยีและมัลติมีเดียมีความน่าสนใจและหลากหลาย	4.60	0.55	มากที่สุด	(3)
3.3 ความเหมาะสมของอุปกรณ์ที่ใช้ในห้องเรียน/ห้องปฏิบัติการ	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
3.4 นักศึกษาได้รับความรู้จากสื่อและแหล่งเรียนรู้ที่ได้จัดขึ้น	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
รวม	4.75	0.05	มากที่สุด	5
4. ด้านการวัดและประเมินผล				
4.1 การวัดและประเมินผลมีความครอบคลุมตามวัตถุประสงค์	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
4.2 เกณฑ์ที่ใช้ในการวัดและประเมินผลมีความชัดเจน	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
4.3 การวัดและประเมินผลเน้นการประเมินตามสภาพจริง	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
4.4 การวัดและประเมินผลมีแบบบันทึกผลเชิงประจักษ์สามารถแสดงผลความก้าวหน้าของนักศึกษาได้	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
รวม	4.90	0.26	มากที่สุด	4
5. ด้านการพัฒนาทักษะ				
5.1 รู้สึกดีที่ได้เข้าร่วมการทดลองการพัฒนาทักษะการใช้เสียงฯ	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
5.2 ได้ศึกษาเทคนิคใหม่ ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการขับร้องมากขึ้น	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
5.3 ทำให้มีความกระตือรือร้นในการพัฒนาตนเอง	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
5.4 มีประสบการณ์ทางด้านการใช้เสียงมากขึ้น จากที่ไม่เคยมีความรู้เรื่องเทคนิคการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ มาก่อน	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
5.5 เสริมสร้างความมั่นใจให้กับตนเองทางด้านการขับร้องและกล้าแสดงออกมากขึ้น	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
5.6 รู้สึกผ่อนคลายสงบ ใจเย็นและลดการตึงเครียดระหว่างการร้องเพลง จากก่อนการทดลองมากขึ้น	4.80	0.45	มากที่สุด	(2)
5.7 เปลี่ยนวิธีการร้องเพลงแบบดั้งเดิม ได้แลกเปลี่ยนแนวทางในการร้องเพลง	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
รวม	4.97	0.17	มากที่สุด	2
6. ด้านประโยชน์				
6.1 การเพิ่มประสิทธิภาพในการสื่อสารด้วยเสียง	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
6.2 การปรับเปลี่ยนเสียงให้เหมาะสมกับตัวผู้เรียน	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)

6.3 การควบคุมอารมณ์และน้ำเสียนมีประสิทธิภาพมากขึ้น	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
6.4 การสร้างความมั่นใจ ลดความตึงเครียดหรือความกังวลในการขับร้องต่อหน้าผู้ฟัง	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
6.5 การนำทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ มาประยุกต์ใช้ในการร้องเพลง	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
6.6 ผลลัพธ์หรือประโยชน์ที่เห็นได้ชัดหลังจากนำไปใช้จริง	5.00	0.00	มากที่สุด	(1)
รวม	5.00	0.00	มากที่สุด	1
ความคิดเห็นโดยรวม	4.91	0.11	มากที่สุด	-

จากตารางที่ 5 พบว่า ผลการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจ พบว่า โดยภาพรวมนักศึกษามีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.91$, S.D. = 0.11) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านประโยชน์นักศึกษา มีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 5.00$, S.D. = 0.00) เป็นลำดับที่หนึ่ง รองลงมาได้แก่ ด้านการพัฒนาทักษะ ($\bar{x} = 4.97$, S.D. = 0.17) และด้านสื่อการเรียนรู้ ($\bar{x} = 4.75$, S.D. = 0.05) มีความพึงพอใจมากที่สุดเป็นลำดับสุดท้าย

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้ผู้วิจัยสามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้อง สำหรับนักศึกษา สาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา พบว่า ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ เพื่อส่งเสริมความสามารถทางการขับร้อง สำหรับนักศึกษา สาขาวิชาดนตรีสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา ประกอบด้วย 1) แนวคิดและหลักการ 2) วัตถุประสงค์ 3) เนื้อหา 4) ขั้นตอนการสอน/กิจกรรม 5) การจัดบรรยากาศ 6) การประเมินผล มีแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 10 แผน รวม 40 ชั่วโมง

2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ และเทียบกับเกณฑ์ร้อยละ 70 พบว่า ความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาก่อน พบว่า หลังใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 18.60$, S.D. 0.55) สูงกว่าคะแนนก่อนการใช้ชุดกิจกรรม ($\bar{x} = 10.60$, S.D. 1.95) และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 70 มีค่าเฉลี่ยร้อยละ 93

3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ พบว่า ความพึงพอใจของนักศึกษ ต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ พบว่า ความพึงพอใจที่มีต่อชุดกิจกรรมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.91$, S.D. = 0.11)

การอภิปรายผล

การวิจัยนี้ ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. การใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ ทำให้นักศึกษาทางการขับร้องสูงกว่าก่อนใช้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยหลังเรียน ($\bar{x}$ = 18.80, S.D. = 0.55) สะท้อนให้เห็นว่าชุดกิจกรรมดังกล่าวมีประสิทธิภาพในการพัฒนาทักษะการขับร้อง โดยเน้นการลงมือปฏิบัติจริง การเรียนรู้ด้วยตนเอง และการฝึกอย่างเป็นระบบร่วมกับการให้ข้อเสนอแนะอย่างต่อเนื่อง ซึ่งช่วยเสริมสร้างทั้งทักษะทางเทคนิค แรงจูงใจ และความมั่นใจของผู้เรียน ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ สุธาสิณี ถิระพันธ์ และณรงศรีชัชวรมิตรไมตรี (2564) ที่พบว่าการจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับผู้เรียนรายบุคคลและมีการประเมินอย่างเป็นระบบ ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ด้านการขับร้องหลังเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ของ Piaget, J. (1972) and Vygotsky, L. (1978) ที่เน้นการสร้างองค์ความรู้จากประสบการณ์ตรง นอกจากนี้ สอดคล้องกับ Rooney, T.J. (2025) ที่ชี้ว่าเมื่อเปรียบเทียบกับวิธีการสอนขับร้องแบบดั้งเดิมที่เน้นการเลียนแบบโดยไม่คำนึงถึงลักษณะเสียงเฉพาะบุคคล แนวคิดของเซอร์ ริคส์ จึงส่งเสริมการใช้เสียงอย่างปลอดภัย มีประสิทธิภาพ และเหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละคน อีกทั้งยังส่งเสริมการใช้เสียงอย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพมากกว่า

2. ความสามารถทางการขับร้องของนักศึกษาหลังการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ มีค่าเฉลี่ยร้อยละ 93 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 70 อย่างชัดเจน สนับสนุนสมมุติฐานการวิจัยว่าแนวทางการจัดกิจกรรม การเรียนรู้ดังกล่าวสามารถพัฒนาทักษะการขับร้องของผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยช่วยให้ผู้เรียนใช้เสียงได้อย่างถูกต้อง และมีผลการประเมินในระดับที่ดีขึ้น ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Burwell, K. (2018) ที่ระบุว่าผู้เรียนมีทัศนคติเชิงบวกต่อการเรียนขับร้องด้วยเทคนิค Speech Level Singing ซึ่งเน้นการวอร์มเสียงและการฝึกใช้เสียงอย่างเป็นระบบ รวมทั้งบทบาทของผู้สอนในการวิเคราะห์และอธิบายเนื้อหาอย่างเหมาะสม อีกทั้งยังสอดคล้องกับชนกันท์ อริยา และพรพรรณ แก่นอำพรพันธ์ (2567) ที่ชี้ให้เห็นว่าผู้เรียนต้องการการเรียนรู้แบบลงมือปฏิบัติจริง และการวอร์มเสียงอย่างมีหลักการ ตลอดจนสอดคล้องกับแนวคิดด้านการฝึกขับร้องของ Miller, R. (1996) and McKinney, J. C. (2005) ที่ยืนยันว่าการวอร์มเสียงอย่างเป็นระบบช่วยลดความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บของเส้นเสียงและส่งเสริมการพัฒนาทักษะการขับร้องอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ Gürel, S., and Şakalar, A. (2025) and Summersgill et al. (2023) จากมุมมองวิทยาศาสตร์เสียง การเค้นเสียงมักเกิดเมื่อการประสานระหว่างการหายใจกับการสั่นของเส้นเสียงไม่เหมาะสม ทำให้กล้ามเนื้อรอบกล่องเสียงเกิดการเกร็งและแรงกดบนเส้นเสียงเพิ่มขึ้น งานวิจัยพบว่าเทคนิค Speech Level Singing ส่งเสริมการประสานกลไกเสียงอย่างสมดุลและเป็นธรรมชาติ จึงช่วยลดแรงกด และความเครียด เมื่อเปรียบเทียบกับวิธีดั้งเดิมและการฝึกกลัมนี้อย่างเหมาะสมมีผลต่อการผลิตเสียงที่มีประสิทธิภาพและไม่เค้นเสียง

3. ความพึงพอใจของนักศึกษา ต่อการใช้ชุดกิจกรรมทักษะการใช้เสียงตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ ในระดับมากทุกด้าน โดยผู้วิจัยนำผลมาอภิปราย ดังนี้

3.1 ด้านประโยชน์ พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจอยู่ในระดับสูงสุด โดยรับรู้ถึงพัฒนาการด้านการใช้เสียง การปรับเสียงให้เหมาะสมกับลักษณะเฉพาะของตน การควบคุมอารมณ์และน้ำเสียง ส่งผลให้เกิดความมั่นใจ กล้าแสดงออก ลดความตึงเครียด และความวิตกกังวลในการขับร้องต่อหน้าผู้ฟัง รวมทั้งสามารถนำทักษะไปใช้ได้จริงอย่างเป็นธรรมชาติ สอดคล้องกับสุธาสิณี ถิระ



พันธ์ และณรงค์รัช วรรณไตร (2564) พบว่า การจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนรายบุคคลทำให้ผู้เรียนมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด อีกทั้งสอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ของ Piaget, J. (1972) and Vygotsky, L. (1978) ที่เน้นการสร้างองค์ความรู้จากประสบการณ์ตรง รวมถึงงานวิจัยของ Hattie, J., and Timperley, H. (2007) ที่ชี้ว่าการเรียนรู้จากประสบการณ์ช่วยเสริมความเข้าใจและความมั่นใจในการใช้ทักษะ และ Kenny, D. T. (2011) ที่ระบุว่า การฝึกฝนอย่างเป็นระบบช่วยลดความวิตกกังวลในการแสดงและเพิ่มความมั่นใจของผู้เรียน

3.2 ด้านการพัฒนาทักษะ พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจในระดับรองลงมา โดยผู้เรียนรับรู้ว่าการได้เรียนรู้เทคนิคการขับร้องใหม่ ๆ ที่เป็นระบบช่วยเสริมจากความรู้เดิม กระตุ้นความกระตือรือร้นในการพัฒนาตนเองและฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยังช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกผ่อนคลาย ลดความตึงเครียด และมีสมาธิระหว่างการร้องเพลงมากขึ้น สอดคล้องกับ Sundberg, J. (2001) ที่ระบุว่าแนวคิด Speech Level Singing ของเชอร์ ริคส์ ส่งเสริมการควบคุมการใช้เสียงอย่างเป็นธรรมชาติ ลดความเกร็งของกล้ามเนื้อ และสอดคล้องกับ Burwell, K. (2018) and Miller, R. (1996) ที่ชี้ว่าการฝึกขับร้องโดยไม่ก่อให้เกิดความตึงเครียดช่วยพัฒนาคุณภาพเสียงและเอื้อให้ผู้เรียนสามารถนำทักษะไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพในบริบทการขับร้องที่หลากหลาย

3.3 ผลการวิจัยด้านสื่อการเรียนรู้พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด โดยเห็นว่าชุดกิจกรรมมีวัตถุประสงค์ชัดเจน ขั้นตอนการปฏิบัติเข้าใจง่าย และมีการจัดลำดับการเรียนรู้ที่เป็นระบบ ช่วยให้สามารถติดตามและปฏิบัติตามกิจกรรมได้อย่างราบรื่น อีกทั้งสื่อการเรียนรู้ภายในชุดกิจกรรม เช่น ใบความรู้ ตัวอย่าง และกิจกรรมฝึกทักษะ มีความครบถ้วน ส่งเสริมความมั่นใจและทัศนคติเชิงบวกต่อการเรียนรู้ สอดคล้องกับแนวคิดการออกแบบการเรียนการสอนของ Gagné, R. M., Briggs, L. J., and Wager, W. W (2005) ที่เน้นการกำหนดวัตถุประสงค์และโครงสร้างการเรียนรู้อย่างชัดเจน รวมถึงแนวคิดการจัดการเรียนการสอนอย่างมีโครงสร้างที่จัดลำดับเนื้อหาจากง่ายไปยาก และสอดคล้องกับ Bruner, J. S. (1966) ที่ชี้ว่าการใช้สื่อและการจัดการเรียนรู้แบบเป็นขั้นตอนช่วยส่งเสริมการค้นพบความรู้ด้วยตนเอง เพิ่มแรงจูงใจ และสร้างความมั่นใจให้ผู้เรียน

ข้อค้นพบ หรือองค์ความรู้ใหม่

งานวิจัยนี้สะท้อนให้เห็นถึงผลเชิงบวกของการประยุกต์ใช้เทคนิคการฝึกเสียงร้องที่มีความร่วมสมัยและสร้างสรรค์ต่อทั้งประสิทธิภาพการขับร้องและสุขภาพเสียงของนักร้อง โดยเฉพาะเทคนิค Speech Level Singing (SLS) ซึ่งให้ความสำคัญกับการใช้เสียงอย่างเป็นธรรมชาติ ลดความตึงเครียดของกล้ามเนื้อที่เกี่ยวข้องกับการเปล่งเสียง และส่งเสริมการทำงานของระบบเสียงให้สอดคล้องกับหลักสรีรวิทยา ส่งผลให้นักร้องสามารถควบคุมเสียงได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีคุณภาพเสียงที่มั่นคง และลดความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บของสายเสียงในระยะยาว อีกทั้งเทคนิค SLS ยังแสดงให้เห็นถึงศักยภาพในการเป็นแนวทางทางเลือกที่สนับสนุนการพัฒนาทักษะการขับร้องอย่างยั่งยืน และการมีสุขภาวะเสียงที่ดี ทั้งในบริบทการเรียนการสอน และการฝึกฝนเชิงวิชาชีพซึ่งสามารถนำไปต่อยอดสู่การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้เทคนิคดังกล่าวกับแนวดนตรี และกลุ่มผู้เรียนที่หลากหลายในอนาคต



ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

- 1.1 ผู้ดำเนินการใช้ชุดกิจกรรมควรมีพื้นฐานด้านดนตรีและการขับร้อง มีความเข้าใจในการจัดการเรียนรู้ และผ่านการอบรมแนวคิดของเซอร์ ริคส์ ก่อนนำไปใช้
- 1.2 สามารถปรับระยะเวลาและความเข้มข้นของกิจกรรมให้เหมาะสมกับความสามารถ และความต้องการของผู้เรียนรายบุคคล
- 1.3 ควรเลือกและปรับรูปแบบการวอร์มเสียงตามพยางค์และโน้ตที่กำหนด โดยคำนึงถึงปัญหาและข้อจำกัดของผู้เรียนเป็นสำคัญ
- 1.4 กิจกรรมการแสดงผลงานสามารถปรับให้สอดคล้องกับระดับความสามารถของผู้เรียน โดยยังคงแนวคิดการพัฒนาการใช้เสียงตามแนวทางของเซอร์ ริคส์
- 1.5 ชุดกิจกรรมสามารถประยุกต์ใช้ได้ทั้งก่อนและระหว่างการเรียนรู้หรือการอบรม เพื่อส่งเสริมการพัฒนาทักษะการขับร้องอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

- 2.1 ควรมีการศึกษา การพัฒนาทักษะการใช้เสียงด้านอื่นตามแนวคิดของเซอร์ ริคส์ เพื่อพัฒนาความสามารถทางการใช้เสียง
- 2.2 ควรมีการศึกษาข้อมูลเชิงลึกในแต่ละด้าน ได้แก่ การใช้เสียง การควบคุมลม การเปล่งเสียงตามระดับเสียง การใช้เสียงอย่างมีคุณภาพ การถ่ายทอดอารมณ์ตามบทเพลง
- 2.3 ควรมีการศึกษาทักษะการใช้เสียงกับกลุ่มตัวอย่างอื่น และมีการศึกษาในระยะยาว

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม. (2562). พระราชบัญญัติการอุดมศึกษา พ.ศ. 2562. สืบค้นเมื่อ 5 ตุลาคม 2567, จาก <https://www.mhesi.go.th/index.php/all-legal/74-act/2150-2562.html>
- ชนกันท์ อริยา และพรพรรณ แก่นอำพรพันธ์. (2566). การพัฒนาทักษะการขับร้องเทคนิคการปรับเสียงช่วงเปลี่ยนระยะเสียง (passaggio) ในวัยรุ่น. *วารสารดนตรีบ้านสมเด็จเจ้า*, 5(1), 51–68.
- พัชเชษฐ์ สือรุ่งเรือง (2566). *The Professional by Kru Rodj*. ครูโกโวคอลสตูดิโอ. กรุงเทพมหานคร.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.
- สุรลีนี ถิระพันธ์ และณรงศ์รัชช วรรณมิตร (2564). รูปแบบการสอนขับร้องตะวันตกของสถาบันอุดมศึกษา ในประเทศไทย. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม*, 15(1), 239
- สลิลทิพย์ สุวรรณมณี. (2564). *การศึกษาเทคนิคและวิธีการฝึกซ้อมขับร้องเพลงสากลของพริมาภากรโรจน์ชิน*. (งานวิจัยวิทยาลัยการดนตรี). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา: กรุงเทพมหานคร.
- Asawadejmetakul, P., Premananda, W., and Thewtong, D. (2025). Doctoral creative research on innovation vocal method by Puntwitt. *Rangsit Music Journal*, 20(2), 1–18.



- Bruner, J. S. (1966). *Toward a theory of instruction*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Burwell, K. (2018). Coaching and feedback in the exercise periods of advanced studio voice lessons. *Revista Orfeu*, 3(1), 11–35.
- Ekici, M. (2022). *The human voice as a natural musical instrument in music education*. *Journal of Education and Training Studies*, 10(3), 12–20.
- Gürel, S., and Şakalar, A. (2025). Evaluation of Vocal Health, Voice Control and Sustainability in Voice Training Using the Speech Level Singing Method. *Yegah Musicology Journal*, 8(1), 104–125.
- Gagné, R. M., Briggs, L. J., and Wager, W. W. (2005). *Principles of instructional design*. (5thed.). Belmont, CA: Wadsworth.
- Hattie, J., and Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81–112.
- McKinney, J. C. (1994). *The diagnosis and correction of vocal faults*. Nashville: Genevox Music Group.
- Kenny, D. T. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Krurdj. (2024). *Speech Level Singing Technique*. Retrieved 10 October 2024, from http://www.digitalschool.club/digitalschool/art/music2_1/lesson3/item1.3.php
- Miller, R. (1996). *The structure of singing: System and art in vocal technique*. New York, NY: Schirmer Books.
- Piaget, J. (1972). *The psychology of the child*. New York, NY: Basic Books.
- Rooney, T.J. (2025). *The Understanding of Contemporary Vocal Pedagogy and the Teaching Methods of Internationally Acclaimed Vocal Coaches*. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*.
- Rosenberg, M. D. (2025). Kinesiology and voice: Exploring the bridges and gaps between voice training theory and physiological application. *Journal of Singing*, 82(2), 171–185.
- Song, Y., and Hyun-Tai, K. (2566). A study of two types of vocalization methods: Speech Level Singing (SLS) and Complete Vocal Technique (CVT). *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 24(1), 255–261.
- Sundberg, J. (2001). *The Science of the Singing Voice*. Northern Illinois University Press.
- Summersgill, I., Nguyen, G., Grey, C., Norouz-Knutsen, L., Merkel-Walsh, R., Katzenmeir, C., Rafii, B., & Zaghi, S. (2023). Muscle Tension Dysphonia in Singers and Professional Speakers with Ankyloglossia: Impact of Treatment with Lingual Frenuloplasty and Orofacial Myofunctional Therapy. *International Journal of Orofacial Myology and Myofunctional Therapy*, 49(1), 1-8.



- Silas, S., Müllensiefen, D., and Kopiez, R. (2023). Singing Ability Assessment: Development and validation of a singing test based on item response theory and a general open-source software environment for singing data. *Behavior Research Methods*, 56, 4358–4384
- Ulaghanathan, N., Sundaresan, S., and Savitha, V. H. (2024). Perceptions and practices of vocal warm-up exercises among voice users: Implications for vocal fold protection. *e-CACD Journal*, 2024, 1–12.
- Vygotsky, L. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.