

# บทที่ 1

## บทนำ



### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา (Background and Rational)

ปัจจุบันภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างเป็นสิ่งที่น่าสนใจเพิ่มมากขึ้น เพราะภาพลักษณ์เป็นสิ่งที่บุคคลภายนอกเห็น และอาจจะประเมินคุณค่าของบุคคลนั้นด้วย ภาพลักษณ์มีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดช่วงชีวิตของบุคคลตามการเจริญเติบโตหรือพัฒนาการของชีวิตและสิ่งแวดล้อมรอบข้าง โดยสามารถสร้างขึ้นมาใหม่จากการรับรู้และประสบการณ์ใหม่ที่ได้รับ ในช่วงวัยรุ่นการเจริญเติบโตทั้งทางขนาดของร่างกาย ส่วนสูงและน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นและ การเปลี่ยนแปลงที่แสดงลักษณะเฉพาะของแต่ละเพศอย่างเห็นได้ชัดเจน ก่อให้เกิดความสนใจ และ รับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ของร่างกายแตกต่างกัน [1] โดยเฉพาะในวัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงของรูปร่างและน้ำหนักอย่างมาก นอกจากนี้ความมั่นใจในตนเองของวัยรุ่นยังมีความเกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพโดยตรงกับความพึงพอใจ หรือไม่พอใจกับรูปร่างลักษณะภายนอกที่ปรากฏของตนเองอีกด้วย [2]

ทฤษฎีพัฒนาการ ของ Erik H. Erikson กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการพัฒนาเอกลักษณ์ของตนซึ่งหากพัฒนาได้ไม่ดีก็จะเกิดความสับสนในเอกลักษณ์ของตน ( Identity Vs Role Confusion ) [3] วัยรุ่นอายุ 13-21 ปี เป็นระยะที่เด็กเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยรุ่นจึงมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมอย่างมาก ประเด็นสำคัญอย่างหนึ่งของพัฒนาการระยะวัยรุ่นคือ การพัฒนาอัตลักษณ์ ( Identity ) ที่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคมประสบการณ์จากพัฒนาการในระยะที่ผ่านมาและประสบการณ์ที่หลากหลายอย่างเหมาะสมในปัจจุบัน ทั้งประสบการณ์จากกลุ่มเพื่อน ครู อาจารย์ พ่อแม่ และบุคคลทั่วไป และการมีบุคคลที่ยึดเป็นแบบอย่างจะช่วยให้วัยรุ่นแก้ไข Identity Crisis และมีการพัฒนาอัตลักษณ์ ( Identity ) ที่มั่นคงได้ รวมทั้งมีการพัฒนา Virtue ในเรื่อง Fidelity คือความรู้สึกจงรักภักดีต่อปรัชญาชีวิต อุดมคติ ค่านิยมของสังคมและวัฒนธรรมหากพัฒนาการในระยะนี้ล้มเหลวจะเกิดความสับสนในบทบาทและความสำคัญของตนเองในสังคม ( Role Confusion ) ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ขาดความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม และอาจมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ หรือเกร อัมพาต

วัยรุ่น หรือ Adolescence มาจากภาษาละตินว่า Adolescere ซึ่งหมายถึง การก้าวสู่วุฒิภาวะ วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในทุกๆด้าน ทั้งทางร่างกาย สติปัญญา บุคลิกภาพและสังคม [4] วัยรุ่นถือเป็นช่วงต่อของพัฒนาการจากวัยเด็ก ไปสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยแห่งการสร้างสมการรับรู้ ความคิด ความเชื่อต่างๆ ที่เขาได้รับมาจากภายนอก เพื่อมาหล่อหลอมบุคลิกภาพให้มีเอกลักษณ์แห่งตน [5] วัยรุ่นมักจะมีปัญหาในการปรับตัว การพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง การแสวงหาเอกลักษณ์แห่งตน วัยรุ่นเป็นระยะที่วิกฤติของการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตน วัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการพัฒนาขั้นนี้ จะเป็นผู้ใหญ่ที่รู้จักตนเองและมีบุคลิกภาพที่ดี [6] หาก

ในช่วงชีวิตวัยรุ่นได้รับประสบการณ์ที่ไม่ดี ต้องพบกับปัญหานานัปการ จะมีผลให้วัยรุ่นสับสนและปรับตัวในสังคมลำบาก ส่วนวัยรุ่นที่มีประสบการณ์ที่ดีจะสามารถปรับตัวในสังคมได้ มีอารมณ์มั่นคง มีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง พร้อมทั้งเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในวันข้างหน้า [7] สิ่งที่มีผลโดยตรงกับการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนและเป็นสิ่งที่วัยรุ่นทุกคนมี แต่จะมากหรือน้อยต่างกันคือความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง การยอมรับและเห็นคุณค่าของตน ซึ่งปลูกฝังและสร้างเสริมโดยการได้รับความรักและการยอมรับจากบิดามารดา และบุคคลรอบข้าง ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองมักจะเปลี่ยนแปลงเพิ่มสูงขึ้นหรือลดต่ำลงในช่วงวัยรุ่นนี้เอง [8]

Self-esteem หรือความรู้สึกนับถือในควมมีคุณค่าของตนเองเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาทางจิตใจที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคลซึ่งได้รับความสนใจมากในระยะไม่นานมานี้ การพัฒนา Self-esteem เกี่ยวข้องกับการยอมรับจากบุคคลอื่น ความสามารถของตนเองและการให้คุณค่ากับตนเอง โดยการเปรียบเทียบกับมาตรฐานของตนเองและสังคม

วัยรุ่นเป็นวัยที่ Self-Esteem ขึ้นอยู่กับค่านิยม ความสัมพันธ์และการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนและบุคคลอื่นในสังคมมากกว่าพ่อแม่ รูปลักษณะภายนอกมีอิทธิพลต่อ Self-Esteem มากที่สุดในวัยนี้ แต่ความสำเร็จในการค้นหาอัตลักษณ์ การมีสิ่งยึดเหนี่ยวในการกำหนดคุณค่า ซึ่งรวมทั้งการมีบุคคลที่ยึดเป็นแบบอย่าง การพัฒนาทักษะด้านต่างๆที่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคมและช่วยการตั้งเป้าหมาย อย่างสอดคล้องกับความสามารถของตนช่วยให้วัยรุ่นมี Self-Esteem ที่มั่นคงต่อไปในอนาคตได้

คนที่ Self-Esteem ต่ำหรือพฤติกรรมป้องกัน (Defensive) คนกลุ่มนี้มักจะต้องการพิสูจน์ตัวเองหรือวิจารณ์คนอื่น ใช้คนอื่นเพื่อผลประโยชน์ของตนเอง บางคนอาจจะหยิ่งหรือดูถูกผู้อื่น มักจะไม่มีความมั่นใจในตนเองจะมีคุณค่าหรือความสามารถหรือการยอมรับ ทำให้คนกลุ่มนี้ ไม่กล้าที่จะทำอะไร เนื่องจากกลัวความล้มเหลว คนกลุ่มนี้มักจะวิจารณ์คนอื่นมากกว่าที่จะกระทำด้วยตัวเองและยังพบอีกว่าคนกลุ่มนี้มักจะชอบความรุนแรง ดิศสุรา ยาเสพติด มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัย

คนที่ Self-Esteem จะต้องมีความสมดุลของความต้องการผลสำเร็จหรืออำนาจและความรู้จักคุณค่า ความมีเกียรติ และชื่อเสียง ซึ่งอาจจะหมายถึง จิตใต้สำนึกและพฤติกรรมนั่นเอง จิตใต้สำนึกของคนที่มี Self-Esteem จะต้องรู้จักบาปบุญคุณโทษ รู้สิ่งใดดีสิ่งใดไม่ดี ความชื่อเสียง ความมีเกียรติ ส่วนพฤติกรรมของ Self-Esteem มีความสามารถที่จะคิดแก้ปัญหา เชื่อมมั่นในความคิด และความสามารถของตัวเอง สามารถเลือกวิธีการตัดสินใจที่ถูกต้อง หากสูญเสียความสมดุลก็จะทำให้เกิดปัญหา เช่น หากจิตใต้สำนึกไม่แข็งแรงหรือ สมบูรณ์พอที่จะทำให้คนเกิดพฤติกรรมเชื่อมั่นตัวเองมากเกินไป หยิ่งโศก ดูถูกผู้อื่น หากแต่มีแต่จิตใต้สำนึกที่ดี แต่ไม่มีความมุ่งมั่นที่จะประสบผลสำเร็จ ชีวิตก็อาจจะไม่ถึงเป้าหมาย ดังนั้นบุคคลที่ชอบพูดถึงแต่ตัวเอง อวดดี ดูถูกผู้อื่น คนพาล

ชอบเอาเปรียบคนอื่น คนที่กล่าวโทษคนอื่น ไม่ถือว่ามี Self-Esteem คนที่มี Self-Esteem มักจะประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้

- มองโลกในแง่ดีเสมอ มองวิกฤตให้เป็นโอกาส เมื่อมีผิดต้องมีสว่าง มีร้ายต้องมีดี ขาวคู่กับดำ
- ประเมินตัวเราให้มีคุณค่าอยู่เสมอ
- เชื่อมั่นในความสามารถตัวเอง
- มองว่าเราเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตและเราสามารถเปลี่ยนแปลงตามที่เราต้องการ

ผู้ที่ไม่รู้คุณค่าตัวเอง ไม่มีความมั่นใจจะไม่มีความหวัง ไม่มีพลังในการต่อสู้ในที่สุดจะเป็นคนที่ซึมเศร้า คนส่วนมากมักมองว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีปัญหา มาก แม้แต่ผู้ที่ทำงานทางด้านสุขภาพจิตก็เชื่อว่าวัยรุ่น เป็นบุคคลที่ไม่มีความสุข มีภาพลักษณ์ของตนที่ไม่ดี มีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับพ่อแม่ และมีปัญหาทางด้านอารมณ์ [9] ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Shirley Hartlage และคณะ ที่ศึกษาความคิดเห็นของผู้ที่ทำงานทางด้านสุขภาพจิตที่มีต่อวัยรุ่นปกติ เปรียบเทียบกับการมองภาพลักษณ์ของตนของวัยรุ่น พบว่า ผู้ที่ทำงานทางด้านนี้มีรูปแบบของความคิดที่เกี่ยวกับวัยรุ่นปกติ ไปในทางสอดคล้องกับทฤษฎีที่กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความปั่นป่วน คือมองว่าเป็นวัยที่มีความสับสนในเรื่องทางเพศ และมองว่า ครอบครัวที่มีลูกวัยรุ่นจะมีความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ขัดแย้งกัน แต่ผลของการศึกษาชี้ให้เห็นว่า การรับรู้ของผู้ที่ทำงานทางด้านสุขภาพจิตต่อวัยรุ่นปกติ นั้นคล้ายกับการพรรณนาถึงตนเองของวัยรุ่นที่มีอาการป่วยทางจิต มากกว่าการพรรณนาถึงตนเองของวัยรุ่นปกติ [10] และในทำนองเดียวกัน Offer , Marohn และ Ostrov ศึกษาเปรียบเทียบภาพลักษณ์แห่งตนระหว่างวัยรุ่นปกติ วัยรุ่นที่กระทำผิดกฎหมายและวัยรุ่นที่มีปัญหาทางอารมณ์พบว่าวัยรุ่นที่กระทำผิดกฎหมายและวัยรุ่นที่มีปัญหาทางอารมณ์ มีภาพลักษณ์แห่งตนในทางลบมากกว่าวัยรุ่นปกติ

สังคมไทยในปัจจุบันกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม ตามกระแสความเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากผลกระทบของวิวัฒนาการด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ ที่เอื้อต่อการส่งผ่านข้อมูลข่าวสารและการซึมซับความคิด ค่านิยม ตลอดจนการ เลียนแบบพฤติกรรมซึ่งกันและกันจากอารยธรรม ต่างๆ ได้รวดเร็วยิ่งขึ้น แม้ว่าการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ จะมีผลต่อวิถีชีวิตของคนในสังคมไทยได้ทุกไว้และทุกเพศ แต่วัยรุ่นเป็นกลุ่มที่มีการตอบสนองและได้รับอิทธิพลจากการเปลี่ยนแปลงนี้ได้ชัดเจนที่สุด

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงเลือกกลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งเป็นในช่วงของวัยรุ่นตอนกลาง มีอายุระหว่าง 15-17 ปี เป็นช่วงของระยะวัยรุ่น คือ ระยะเวลาจากเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ ในช่วงนี้มีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆมากมาย ทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมไปถึงอารมณ์ด้วย พัฒนาการในช่วงของวัยรุ่นมีการพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นพัฒนาการทางความคิด

อ่าน พัฒนาการทางอารมณ์และจริยธรรม พัฒนาการทางสังคมและเพศ ซึ่งทำให้วัยรุ่นต้องมีการปรับตัวกับสังคมรอบตัวเช่น ครอบครัว เพื่อน ครู รวมไปถึงสภาพสังคมด้วย [11] ประกอบกับสภาพของสังคมปัจจุบันที่มีการรับเอาวัฒนธรรมทางตะวันตกเข้ามาใช้อย่างแพร่หลายซึ่งปัจจุบันนี้ในประเทศไทยยังมีผู้ศึกษาทางด้านภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างที่มีความสัมพันธ์กับความรู้สึภาคภูมิใจในตนเองไม่มากนัก ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา โดยวิจัยในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกลุ่มดังกล่าวข้างต้น

ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความสนใจทางด้าน ภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างที่มีความสัมพันธ์กับความรู้สึภาคภูมิใจในตนเองค่อนข้างมาก เพื่อประโยชน์ในการเข้าใจปัญหา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร และช่วยให้เขามีภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างที่มีความสัมพันธ์ กับ ความรู้สึภาคภูมิใจในตนเองไปในทางบวก พร้อมทั้งป้องกันปัญหาทั้งกายและจิตใจที่เกิดมาจากการมีพฤติกรรมไม่พึงพอใจในตนเองหรือการมองภาพลักษณ์ตนเองไปในทางลบ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญสำหรับทุกคนในการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบความสำเร็จในอนาคต และเป็นทรัพยากรที่สำคัญของชาติต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย ( Objectives)

1. เพื่อศึกษาภาพลักษณ์ด้านรูปร่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายว่าเป็นอย่างไรและมีปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้อง
2. เพื่อศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายว่าเป็นอย่างไรและมีปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้อง
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาพลักษณ์ด้านรูปร่างกับความรู้สึภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายว่ามีความสัมพันธ์กันหรือไม่ อย่างไร

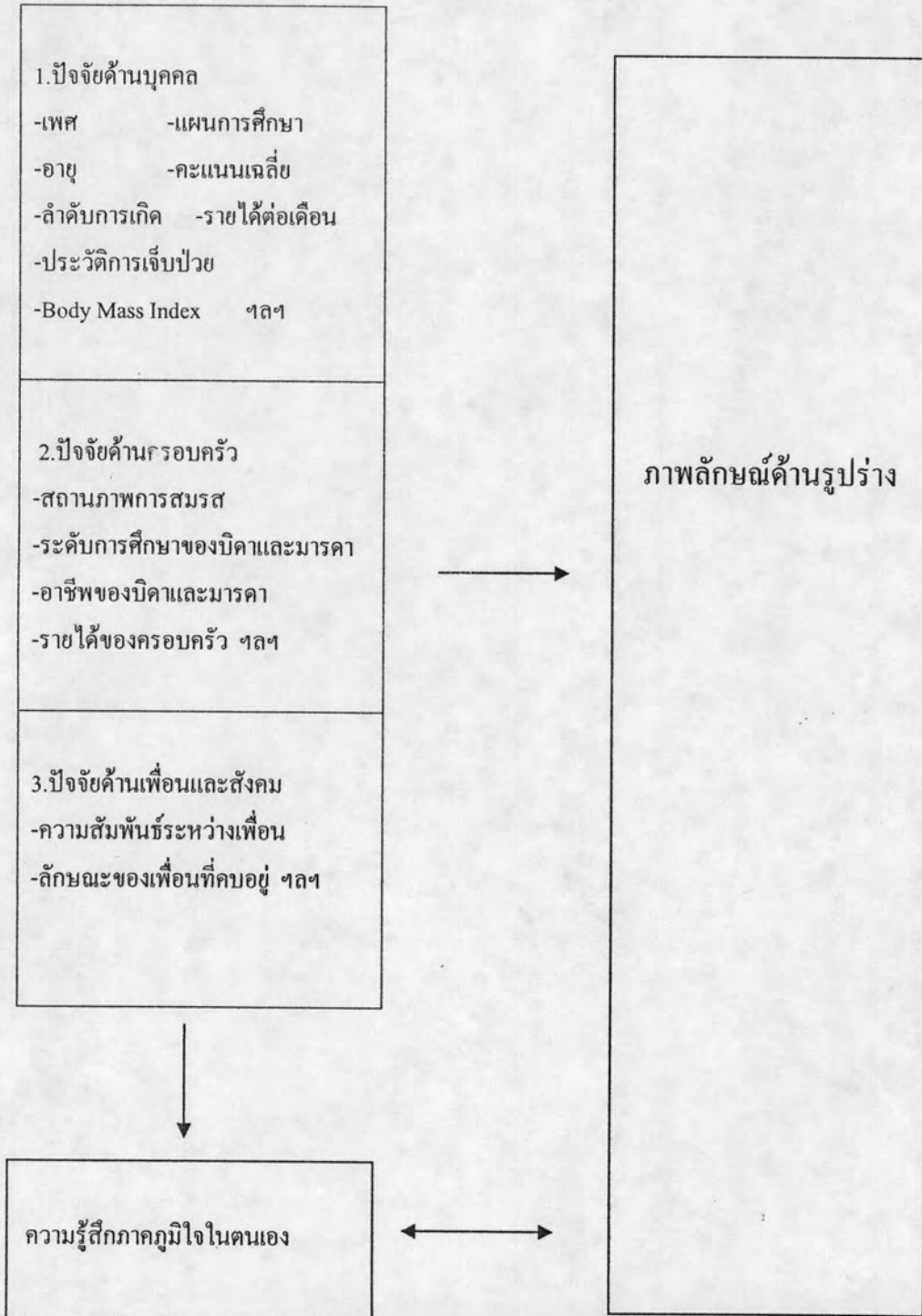
#### ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงภาพลักษณ์ด้านรูปร่าง และความความสัมพันธ์กับความรู้สึภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ชั้นปีที่ 4 ชั้นปีที่ 5 ชั้นปีที่ 6 ประจำปีการศึกษา 2549 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่สุ่มเลือกโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Cluster Sampling)

กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



### ข้อตกลงเบื้องต้น ( Assumptions )

- 1.ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร
- 2.ในการศึกษาครั้งนี้ นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างสามารถปฏิเสธการเข้าร่วมได้โดยไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาหรือคะแนนสอบ

### ข้อจำกัดของการวิจัย (Limitation)

เนื่องจากกลุ่มประชากรที่ศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาเฉพาะในกลุ่มนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร จึงอาจจะไม่สามารถเป็นตัวแทนของนักเรียนมัธยมศึกษาอื่นที่ไม่ได้สังกัดกรมสามัญศึกษา เช่น โรงเรียนเอกชน โรงเรียนอาชีวศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดอื่นๆได้

ในส่วนរបแบบสอบถามเรื่อง น้้าหนัก ส่วนสูงและความคิดที่สมาชิกในครอบครัวมีน้ำหนักเกิน เป็นข้อมูลจากที่เด็กตอบและคิดเอง ไม่เป็นมาตรฐานเดียวกัน

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย ( Operation Definition )

**Body Image** เป็นภาพลักษณ์แห่งตนในด้านกายภาพ เป็นการรับรู้เกี่ยวกับร่างกายและการทำหน้าที่ของร่างกายตน

**Self-Esteem** ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง เป็นการตัดสินใจคุณค่าของตนเอง แต่จะแสดงออกมาในรูปของทัศนคติที่ตนคนนั้นมีต่อตนเอง ซึ่งสิ่งนี้เป็นผลมาจากที่บุคคลได้มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมในที่นี้ใช้แบบประเมินความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง โดย Coopersmith [12] ฉบับที่ใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (Self-Esteem Inventory:CSEI) ซึ่งได้รับการพัฒนาโดย สุใจ ตั้งตรงสวัสดิ์ [13]และบุปผา อยู่ยี่ด [14]

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย ( Expected Benefit and Application )

1.ทำให้ทราบถึงลักษณะของภาพลักษณ์ด้านรูปร่าง มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกภาคภูมิใจในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร

2.เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาภาพลักษณ์ด้านรูปร่าง มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองให้สูงขึ้นและป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิต

3. เพื่อใช้ผลการวิจัยครั้งนี้เป็นแนวทาง ในการแก้ปัญหาทางสังคม และ วัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อสภาพลักษณะ ด้านรูปร่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร

#### วิธีดำเนินการวิจัย ( Research Design )

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา ( Descriptive Study ) ศึกษา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross - sectional) เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพลักษณะด้านรูปร่างและความสัมพันธ์กับความรูสึกภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการศึกษา

#### คำถามในการวิจัย (Research Question )

1. สภาพลักษณะด้านรูปร่างของนักเรียนมัธยมปลายเป็นอย่างไร และมีปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้อง
2. ความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมปลายเป็นอย่างไร และมีปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้อง
3. สภาพลักษณะด้านรูปร่างและความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมปลายมีความสัมพันธ์กันอย่างไร

#### ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีการดำเนินงานดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัว จากภาควิชา จิตเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อเสนอเรื่อง ขออนุมัติในการเข้าเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ติดต่อโรงเรียนในกรุงเทพมหานครที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างทั้งหมดและ ขอความร่วมมือจากผู้บริหารของโรงเรียนแต่ละแห่ง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
3. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในชั้นเรียน โดยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามวัดรูปร่างของตนเองและ แบบสอบถาม Coopersmith Self-Esteem Inventory: CSEI
4. นำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ต่อไป