

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาการวิจัย

ปัจจุบันภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างเป็นสิ่งที่คนสนใจเพิ่มมากขึ้น เพราะภาพลักษณ์เป็นสิ่งที่บุคคลภายนอกเห็น และอาจจะประเมินคุณค่าของบุคคลคนนั้นด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้หญิง ซึ่งให้ความสำคัญกับรูปร่างของตนเอง พบว่าผู้หญิงส่วนใหญ่จะไม่พอใจในรูปร่างและน้ำหนักของตนเอง มักจะคิดว่าตนเองอ้วน มีน้ำหนักเกินมาตรฐาน จากการศึกษาความพอใจในรูปร่างของ M.-Y. Shin, C. Kubo⁽¹⁾ พบว่าผู้หญิงมีความพอใจในรูปร่างเพียง 34.5% แต่ไม่พอใจในรูปร่างมีสูงถึง 65.5% และจากรายงานการศึกษาหลายเรื่องในกลุ่มประชากรสตรีวัยรุ่นในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า มากกว่าครึ่งหนึ่งของสตรีวัยรุ่นกำลังหมกมุ่นกับน้ำหนักและกลัวเกี่ยวกับความอ้วนอย่างมาก โดยส่วนใหญ่บอกว่ารู้สึกไม่พอใจกับภาพลักษณ์ของตนเอง⁽²⁾

ข้อมูลดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าสตรีวัยรุ่นเหล่านี้รู้สึกไม่พอใจต่อน้ำหนักและรูปร่างของตนเอง และความรู้สึกไม่พอใจต่อรูปร่างของตนเองยังนำไปสู่วิธีการลดน้ำหนักที่ไม่ถูกต้องอีกด้วย ดังเช่นในปัจจุบันนี้ อาหารลดน้ำหนักหรือคลินิกลดความอ้วนได้มีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นอย่างมาก เป็นเพราะมีจำนวนของคนที่สนใจและกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของตนเองมากขึ้น

สังคมไทยได้สร้างภาพลักษณ์ของผู้หญิงในอุดมคติในเชิงที่ว่า ผู้หญิงควรมีลักษณะอย่างไรจึงจะเป็นที่ดึงดูดใจ การให้ข้อมูลข่าวสารและนำเสนอภาพผู้หญิงที่มีเสน่ห์เข้ามายวนใจด้วยเรือนร่างที่ปกปิดด้วยผ้าน้อยชิ้น เป็นสัญลักษณ์ของผู้หญิงที่เซ็กซี่ น่าพึงปรารถนาและน่าชื่นชม สังคมถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา ผู้หญิงถูกปลูกฝังให้หมกมุ่นอยู่กับเรื่องรูปสมบัติ ด้วยการนำเสนอภาพลักษณ์ของผู้หญิงในรูปแบบต่างๆ เช่น การโฆษณาทางโทรทัศน์ นิตยสาร วารสารแฟชั่น กิจกรรมการประกวดนางงาม เป็นต้น⁽³⁾

จากการวิจัยของ Myers และ Biocca⁽⁴⁾ พบว่า อิทธิพลของรายการโฆษณาทางโทรทัศน์เพียง 30 วินาที เพื่อทำให้เห็นว่าผู้หญิงที่มีรูปร่างผอมบางนั้นน่าชื่นชมเพียงใด มีผลทำให้ผู้หญิงอเมริกันลดน้ำหนักมากเกินไปจนเป็นโรค

ภาพลักษณ์มีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดช่วงชีวิตของบุคคลตามการเจริญเติบโตหรือพัฒนาการของชีวิตและสิ่งแวดล้อมรอบข้าง โดยสามารถสร้างขึ้นใหม่จากการรับรู้และประสบการณ์ใหม่ที่ได้รับ ในช่วงวัยรุ่นการเจริญเติบโตทั้งขนาดของร่างกาย ส่วนสูงและน้ำหนักที่เพิ่มขึ้น และการเปลี่ยนแปลงที่แสดงลักษณะเฉพาะของแต่ละเพศอย่างเห็นได้ชัดเจน ก่อให้เกิดความสนใจและรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ของร่างกายแตกต่างกัน⁽⁵⁾ โดยเฉพาะในสตรีวัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงของรูปร่างและน้ำหนักอย่างมาก นอกจากนี้ความมั่นใจในตนเองของสตรีวัยรุ่นยังมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์โดยตรงกับความพึงพอใจ หรือไม่พอใจกับรูปร่างลักษณะภายนอกที่ปรากฏของตนเองอีกด้วย⁽⁶⁾

ผู้หญิงเกือบทุกช่วงวัยจะมีความสนใจเกี่ยวกับรูปร่างของตนเอง ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายก็เช่นเดียวกัน ซึ่งเป็นช่วงของวัยรุ่นตอนกลาง มีอายุระหว่าง 15-17 ปี เป็นช่วงของระยะวัยรุ่น คือระยะเวลาจากเด็กไปจนถึงผู้ใหญ่ ในช่วงนี้มีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ มากมาย ทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมไปถึงอารมณ์ด้วย พัฒนาการในช่วงของวัยรุ่นนี้มีการพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นพัฒนาการทางความคิดอ่าน พัฒนาการทางอารมณ์และจริยธรรม พัฒนาการทางสังคมและเพศ ซึ่งทำให้วัยรุ่นต้องมีการปรับตัวกับสังคมรอบตัว เช่น ครอบครัว เพื่อน ครู รวมไปถึงสภาพสังคมด้วย⁽⁷⁾ ประกอบกับสภาพของสังคมในปัจจุบันที่มีการรับเอาวัฒนธรรมทางตะวันตกเข้ามาใช้อย่างแพร่หลาย อาจจะได้จากวัฒนธรรมการแต่งตัว ที่สมัยนี้มีการแต่งกายแบบญี่ปุ่นมากยิ่งขึ้น เสื้อผ้าส่วนใหญ่จะเป็นแบบพอดีตัว ซึ่งสามารถที่จะใส่ได้เฉพาะคนที่มีรูปร่างผอมหรือรูปร่างเล็กเท่านั้น คนอ้วนหรือคนที่มีรูปร่างใหญ่จะไม่สามารถใส่ได้ ซึ่งประเด็นนี้เป็นประเด็นสำคัญที่ผลักดันให้เด็กวัยรุ่นอยากที่จะมีรูปร่างผอมมากขึ้นเพราะจะทำให้ตนเองสามารถที่จะแต่งตัวตามแฟชั่นหรือตามสมัยนิยมได้ รวมไปถึงสื่อต่าง ๆ ทั้งทางโทรทัศน์ วิทยุ หรือจะหนังสือนิตยสารแฟชั่น สิ่งเหล่านี้มีผลอย่างมากต่อภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่าง เพราะรูปร่างของนางแบบที่ผอม หรือนิตยสารที่ลงรูปของนางแบบ หรือโฆษณาเสื้อผ้าตามหนังสือนิตยสาร สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดการมีพฤติกรรมควบคุมน้ำหนักทั้งวิธีที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง และบางคนอาจจะถึงขั้นการมีพฤติกรรมการกินที่ผิดปกติ (Eating Disorder) ต้องการทำให้ตนเองคุมอยู่ตลอดเวลา โดยอาจจะทำการล้วงคอหลังจากรับประทานอาหารแล้ว (Bulimia nervosa) หรือการอดอาหารเพราะคิดว่าตนเองนั้นอ้วน ทั้งที่น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ (Anorexia nervosa) เป็นต้น เด็กวัยรุ่นมักมองว่าการที่ตนเองมีรูปร่างที่ผอมมากจะทำให้ตนเองได้รับความสนใจจากบุคคลรอบข้าง รวมไปถึงเพศตรงข้ามด้วย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงเลือกกลุ่มประชากรเป้าหมายเป็นนักเรียนหญิง ซึ่งเป็นเพศที่มีความสนใจเกี่ยวกับรูปร่างของตนเอง ทั้งพฤติกรรมการกิน และน้ำหนัก ประกอบกับงานวิจัยหลาย ๆ งานที่ได้ศึกษาในกลุ่มเด็กนักเรียนหญิงและพบว่ามียุทธศาสตร์ความสนใจมากกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ

สำหรับการวิจัยในเรื่องของภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย นั้น มีการศึกษาวิจัยในต่างประเทศหลายฉบับ ทั้งการศึกษาเปรียบเทียบ ศึกษาปัจจัยเสี่ยง ความสัมพันธ์ต่าง ๆ ฯลฯ

แต่ในประเทศไทยนั้นยังมีผู้ศึกษาเกี่ยวกับภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างไม่มากนัก ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่าง โดยวิจัยในกลุ่มนักเรียนหญิงกลุ่มดังกล่าวข้างต้น ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความสนใจเกี่ยวกับภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างค่อนข้างมาก เพื่อประโยชน์ในการเข้าใจปัญหาของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานครและช่วยให้เขามีภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของตนเองที่เป็นไปในทางบวก พร้อมทั้งป้องกันปัญหาสุขภาพทั้งกายและจิตที่เกิดมาจากการมีพฤติกรรมการกินที่ผิดปกติด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Objectives)

1. เพื่อศึกษาภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร

คำถามของการวิจัย (Research Question)

1. ภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร
2. ปัจจัยใดที่เกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร

สมมติฐาน (Hypothesis)

1. นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่มีความพอใจในภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของตน
2. ระดับของความพอใจในภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์กับปัจจัยเรื่องโรงเรียนที่ศึกษาอยู่ อิทธิพลจากสื่อ เพื่อน บิดา มารดา และการอบรมเลี้ยงดู

ข้อจำกัดของการวิจัย (Limitation)

กลุ่มตัวอย่าง : การศึกษาครั้งนี้ศึกษาเฉพาะนักเรียนหญิงในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร การขยายผลการศึกษาให้ครอบคลุมนักเรียนระดับชั้นอื่น สังกัดอื่น หรือนอกเขตกรุงเทพมหานคร จึงไม่สามารถทำได้

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. ภาพลักษณ์ หมายถึง ภาพที่เกิดจากความนึกคิดซึ่งมีทั้งทางบวกและทางลบ เป็นผลมาจากสังคมและวัฒนธรรม

2. Body mass index⁽⁸⁾ มาตราวัดเกี่ยวกับน้ำหนักมาตรฐาน โดยมีวิธีการคำนวณโดยใช้น้ำหนักกับส่วนสูง

$$\frac{\text{น้ำหนัก (กิโลกรัม)}}{\text{ส่วนสูง (เมตร)}^2} = \text{น้ำหนักมาตรฐาน (BMI)}$$

การคำนวณหาดัชนีความหนาของร่างกาย (Body mass index) โดยใช้สูตรของกาโลว์ (Garrow)⁽⁹⁾

ดัชนีความหนาของร่างกาย = น้ำหนักเป็นกิโลกรัม/ส่วนสูงเป็นเมตร

ดัชนีมวลกายของคนปกติอยู่ระหว่าง 19-24 กิโลกรัมต่อตารางเมตร ในเพศหญิง บุคคลที่มีน้ำหนักเกินดัชนีร้อยละ 20 ถือว่าเป็นกลุ่มที่มีน้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ปกติ จากการประชุมของกลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพตามแผนพัฒนาการสาธารณสุขในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8

(พ.ศ 2540-2544) ได้แบ่งดัชนีมวลกายตามเกณฑ์ดังนี้⁽¹⁰⁾

น้อยกว่า 16.0 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	ผอมระดับ 4
16.0 – 16.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	ผอมระดับ 3
17.0 – 18.4 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	ผอมระดับ 2
18.5 – 19.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	ผอมระดับ 1
20.0 – 24.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติ
25.0 – 29.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	อ้วนระดับ 1
30.0 – 39.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	อ้วนระดับ 2
มากกว่า 40 กิโลกรัม/ตารางเมตร	แสดงว่า	อ้วนระดับ 3

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการสร้างภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างที่ดีให้กับนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

2. เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างที่ดีให้กับนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

3. เป็นแนวทางในการเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเองให้สูงขึ้นและป้องกันปัญหาความผิดปกติของภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างหรือพฤติกรรมการกินที่ผิดปกติ

4. เพื่อทราบถึงปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อภาพลักษณ์เกี่ยวกับรูปร่างของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ต้นฉบับ หน้าขาดหาย