

บทที่ 6

สรุปผลการศึกษา ข้อจำกัด และ ข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

การวิจัยเรื่อง "อิทธิพลของสื่อมวลชนที่มีต่อภาพลักษณ์ร่างกายสตรี ศึกษากรณี นิสิตหญิงระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการที่สื่อมวลชนมีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ร่างกาย โดยการศึกษาในครั้งนี้ได้นำกรอบแนวคิดที่ผ่านการศึกษาจากสังคมตะวันตก ซึ่งแบ่งลำดับขั้นตอนของกระบวนการที่สื่อมวลชนมีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ร่างกายผู้หญิง 3 ชั้น อันได้แก่ ชั้นแรก การตระหนักรู้ภาพลักษณ์ร่างกายผู้หญิงในสื่อมวลชน (awareness of norms of beauty body in mass media) ชั้นที่สอง กระบวนการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติจากสื่อมวลชน (internalization of ideal body image by mass media) ชั้นที่สาม ความไม่พึงพอใจรูปร่าง (body dissatisfaction) โดยทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้บรรทัดฐานรูปร่างที่สวยงามกับกระบวนการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติจากสื่อมวลชน และ ความสัมพันธ์ระหว่างการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติกับการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โดยใช้เทคนิคการศึกษาเชิงปริมาณเป็นหลักและเสริมด้วยเทคนิคการศึกษาเชิงคุณภาพ

จากการผลการศึกษาเชิงปริมาณสามารถสรุปได้ว่า ในปัจจุบันนิสิตหญิงไทยที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครมักนิยมเปิดรับสื่อมวลชนตะวันตก อันได้แก่ นิตยสารผู้หญิงต่างประเทศฉบับภาษาไทย ภาพยนตร์ฮอลลีวูด และ มิวสิควิดีโอของนักร้องชาวตะวันตก สำหรับผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้บรรทัดฐานรูปร่างที่สวยงามกับกระบวนการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติจากสื่อมวลชน พบว่า การตระหนักรู้บรรทัดฐานรูปร่างที่สวยงามกับกระบวนการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติจากสื่อมวลชนมีความสัมพันธ์กัน หมายความว่า การเปิดรับสื่อมวลชนตะวันตกมีอิทธิพลทำให้นิสิตหญิงยอมรับ (internalize) บรรทัดฐานรูปร่างที่สวยงามจากสื่อมวลชนตะวันตกมาเป็นรูปร่างในอุดมคติของตนเอง นอกจากนี้ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้บรรทัดฐานรูปร่างที่สวยงามกับกระบวนการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติจากสื่อมวลชนยังได้พบถึงลักษณะของภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติที่นิสิตหญิงได้จากการเปิดรับสื่อมวลชนตะวันตก ได้แก่ "ภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติแบบผอม

เพรียว” (thin ideal body image) ซึ่งถือเป็นลักษณะพื้นฐานของรูปร่างที่สวยงามในสื่อมวลชนตะวันตกที่มีลักษณะแยกย่อยแตกออกเป็นลักษณะต่างๆ ได้แก่ ภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติที่ผอมเพรียวแบบตะวันตก (thin Western ideal body image) ภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติที่ผอมเพรียวแบบนักกีฬา (thin athlete ideal body image) และ ภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติแบบผอมเพรียวมีหน้าอก (thin chest ideal body image) ส่วนการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติกับการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง พบว่ากระบวนการยอมรับภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติกับการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่างไม่มีความสัมพันธ์กัน หมายความว่าภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติจากสื่อมวลชนตะวันตกไม่มีอิทธิพลที่ทำให้นิสิตหญิงเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง (body dissatisfaction) ซึ่งในการศึกษาเชิงคุณภาพในส่วนต่อไปได้ให้คำอธิบายว่ามีปัจจัยอะไรที่บรรเทาหรือป้องกันการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่างได้

จากผลการศึกษาเชิงคุณภาพ พบว่า นิสิตหญิงนิยมเปิดรับสื่อมวลชนตะวันตก อันได้แก่ ภาพยนตร์ตะวันตก มิวสิควิดีโอของนักร้องชาวตะวันตก รายการเกี่ยวกับศีลธรรมความงาม และ แฟชั่นโชว์ตะวันตก การเปิดรับสื่อมวลชนตะวันตกมีผลต่อการสร้างภาพลักษณ์ร่างกายในอุดมคติ ดังจะเห็นได้จากการที่นิสิตหญิงปรารถนาที่จะมีรูปร่างผอมเพรียว สูงโปร่ง แขน ขา และลำตัวยาว ในด้านของความไม่พึงพอใจรูปร่าง พบว่า แม้รูปร่างของนิสิตหญิงจะไม่เหมือนรูปร่างในอุดมคติที่พึงปรารถนาในสื่อมวลชน แต่นั่นก็ไม่ได้เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้นิสิตหญิงเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง ที่เป็นเช่นนั้นก็เนื่องจากการที่นิสิตหญิงไทยมีความรู้เท่าทันสื่อมวลชน (mass media literacy) ซึ่งก็คือทักษะการคิดแบบวิพากษ์และวินิจฉัยเนื้อหาของสื่อมวลชนอย่างอิสระ (Silverblatt and Eliceiri, 1997 อ้างใน สุภาณี แก้วมณี, 2547:34) โดยใช้วิจารณญาณที่ตั้งอยู่บนเงื่อนไขแห่งความเป็นสองประการ ได้แก่ (Posavac, Posavac, and Weigel, 2001) “เงื่อนไขของความสวยงามจอมปลอม” (artificial beauty condition) ได้แก่ การพิจารณาตามความเป็นจริงว่ามาตรฐานรูปร่างผู้หญิงที่ผอมเพรียวในสื่อมวลชนมักจะดูสมบุรณ์แบบเกินจริง ที่เป็นเช่นนั้นเพราะภาพผู้หญิงในสื่อมวลชนส่วนใหญ่มักได้รับการแต่งภาพด้วยคอมพิวเตอร์ และ “เงื่อนไขของความเป็นจริงทางพันธุกรรม” (genetic realities condition) คือความเป็นจริงที่ว่าพันธุกรรมเป็นตัวกำหนดลักษณะรูปร่างของผู้หญิง มีผู้หญิงจำนวนมากในสังคมที่มีน้ำหนักมากกว่าผู้หญิงในสื่อมวลชนเนื่องจากพันธุกรรม นอกจากนั้นยังพบว่ากำลังใจจากเพื่อนและครอบครัวก็เป็นอีกปัจจัยที่สามารถบรรเทาหรือป้องกันการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่างของนิสิตหญิงไทยได้ ส่วนปัจจัยสำคัญที่ทำให้นิสิตหญิงเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง คือ การเปรียบเทียบรูปร่าง และการแข่งกันลดน้ำหนักกับเพื่อน

ข้อจำกัดของการศึกษาเชิงปริมาณและคุณภาพ

1. ผู้วิจัยมีข้อจำกัดทางด้านเวลาและงบประมาณในการวิจัยที่ส่งผลต่อการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณโดยผู้วิจัยจำเป็นต้องลดขนาดของกลุ่มตัวอย่างลงเพื่อให้เหมาะสมกับเวลาและงบประมาณ
2. กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาเชิงคุณภาพทั้ง 11 คนได้รับการคัดเลือกออกมาจากนิสิตหญิงกลุ่มตัวอย่างในเชิงปริมาณมีจำนวนจำกัด ดังนั้นข้อมูลในเชิงคุณภาพอาจไม่ได้เป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดได้มากนัก
3. การศึกษาครั้งนี้เน้นเฉพาะนิตยสารและโทรทัศน์ เนื่องจากเป็นสื่อทางด้านภาพ (visual media) ที่ดำรงอยู่ในสังคมไทยเป็นระยะเวลาอันยาวนาน อาจทำให้ขาดแง่มุมบางประการของสื่อมวลชนอื่นๆ ได้แก่ วิทยุ และ หนังสือพิมพ์

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้สนใจศึกษาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ "ภาพลักษณ์ร่างกาย"

1. เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือของผลการวิจัยในการศึกษาเชิงปริมาณครั้งต่อไปหากไม่มีข้อจำกัดด้านเวลาและงบประมาณควรขยายขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษาให้ถูกต้องเหมาะสมตามหลักการทางสถิติ จะทำให้ได้ภาพรวมที่ชัดเจนมากขึ้น
 1. เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ช่วยในการอธิบายถึงอิทธิพลของสื่อมวลชนที่มีต่อการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่างของวัยรุ่นหญิงให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้นควรทำการวิจัยในประเด็นต่างๆดังนี้
 - ประเด็นด้านปัจจัยทางเศรษฐกิจ เนื่องจากฐานะทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์กับการเลือกเปิดรับสื่อมวลชนโดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อมวลชนตะวันตก นอกจากนั้นฐานะทางเศรษฐกิจที่ดีอาจทำให้มีโอกาสในการเลือกวิธีการจัดการกับร่างกายราคาแพงที่เห็นผลในระยะเวลานานตั้งแต่เป็นอันตรายต่อร่างกาย เช่น การทำศัลยกรรม
 - ประเด็นด้านเชื้อชาติ เนื่องจากเชื้อชาติเป็นตัวกำหนดลักษณะทางกายภาพของผู้หญิง เชื้อชาติที่แตกต่างกันจะมีลักษณะเฉพาะทางกายภาพที่ต่างกันไปอันเนื่องมาจากพันธุกรรมที่อยู่ภายใน การมีรูปร่างในอุดมคติขัดแย้งกับลักษณะทางกายภาพของเชื้อชาติตนเองอาจเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงจำนวนมากเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง

ข้อเสนอแนะด้านวิธีการบรรเทาปัญหาการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่างที่เกิดจากการเปิดรับสื่อมวลชน

ผลการศึกษาครั้งนี้อาจเปลี่ยนทัศนคติที่มองว่าสื่อมวลชนมีอิทธิพลต่อการทำให้เกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง เพราะในความเป็นจริงปัญหาเกี่ยวกับการเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่างเป็นปัญหาที่ทุกส่วนในสังคมต้องร่วมกันรับผิดชอบ ไม่ว่าจะเป็น หน่วยเล็กๆทางสังคมได้แก่เพื่อนและครอบครัว จนถึงธุรกิจเอกชนที่ทำธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับความงามของรูปร่างสตรี บริษัทโฆษณาที่มักสร้างสรรคงานโฆษณาที่หาประโยชน์จากการนำปมด้อยของคนอันมาเป็นจุดเด่นในโฆษณาที่ทำให้ผู้บริโภคจดจำตราสินค้าได้ ตลอดจนหน่วยงานภาครัฐที่ทำหน้าที่อะไรก็ตามที่เกี่ยวข้องกับผู้หญิง

1. หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการดูแลเรื่องสุขภาพอนามัยของวัยรุ่น สามารถนำข้อมูลที่ได้จากงานวิจัยชิ้นนี้ไปสร้างสรรค์กลยุทธ์และยุทธวิธีในการประชาสัมพันธ์ให้ผู้หญิงมีความเคารพตนเองและมีความพึงพอใจรูปร่างตนเองมากขึ้นผ่านทางสื่อมวลชนที่ผู้หญิงนิยมเปิดรับ อาทิ เช่น นิตยสารผู้หญิง รายการโทรทัศน์ที่ผู้หญิงนิยมรับชม เช่น ละคร ภาพยนตร์

ยกตัวอย่างเช่น การที่นิตยสารผู้หญิงเชื่อมโยงเรื่องการประสบความสำเร็จในชีวิตกับการมีรูปร่างผอมเพรียว หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องอาจทำการประชาสัมพันธ์ด้วยการนำเสนอผู้หญิงรูปร่างท้วมหรืออ้วนที่ประสบความสำเร็จในชีวิตด้านต่างๆ ได้แก่ ความรัก การศึกษา และหน้าที่การทำงาน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อบรรเทาปัญหาการจัดการกับร่างกายของนิตยสารผู้หญิงโดยการลดความไม่พึงพอใจรูปร่าง

2. สำหรับหน่วยงานที่มีหน้าที่ควบคุมเนื้อหาที่ไม่เหมาะสมในสื่อมวลชน เช่น การนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับความรุนแรง และลามกอนาจาร เป็นต้น ผู้วิจัยมีความคิดว่าหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเหล่านี้ควรให้ความยุติธรรมแก่ผู้หญิงรูปร่างอ้วนโดยการเซ็นเซอร์เนื้อหาในสื่อมวลชนที่สร้างภาพลักษณ์ร่างกายเชิงลบแก่ผู้หญิงรูปร่างอ้วนโดยการทำให้ผู้หญิงอ้วนเป็นตัวละครของสังคม

3. หน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันการศึกษาควรมีการรณรงค์ให้เพื่อนไม่วิพากษ์วิจารณ์เพื่อนที่มีรูปร่างอ้วนหรือท้วมโดยการใช้ถ้อยคำรุนแรงแต่ ควรช่วยเพื่อนที่มีความไม่พึงพอใจรูปร่างโดยการรวมกลุ่มกันออกกำลังกาย

4. หน่วยงานต่างๆที่ทำงานเกี่ยวกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัวควรมีการรณรงค์ให้ครอบครัวควรให้ความสนใจความรู้สึกของบุตรหลานมากขึ้น ในการวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับลักษณะรูปร่างของวัยรุ่นในทางลบ เพราะแม้ว่าจะเป็นการวิพากษ์วิจารณ์โดยพื้นฐานของความรักใคร่เอ็นดูแต่อาจเป็นการกระตุ้นให้วัยรุ่นเกิดความไม่พึงพอใจรูปร่าง

5. ควรมีการรณรงค์ให้ครอบครัวสนับสนุนให้ผู้หญิงที่มีรูปร่างอ้วนหรือนำหนักเกิดมาตรฐานชีวิตวิธีการจัดการกับร่างกายแบบถูกสุขลักษณะโดยการทำกิจกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการ

กับร่างกายที่ถูกสุขลักษณะ อาทิเช่น การจัดตารางอาหาร และตารางเวลาออกกำลังกายร่วมกับวัยรุ่นและทำกิจกรรมนั้นๆร่วมกัน นอกจากจะทำให้รูปร่างและสุขภาพดีทั้งครอบครัวแล้ว ผลพลอยได้อีกประการ คือ ความสัมพันธ์ที่อบอุ่นภายในครอบครัวซึ่งส่งผลไปถึงการป้องกันการติดยาเสพติดในวัยรุ่นอีกด้วย