

บทที่ 2



แนวคิด ทฤษฎี งานวิจัย และเอกสารที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่อง ภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายไทย ผู้วิจัย ได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานที่วิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งนำเสนอตามลำดับต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น
 - 1.1 ความหมายของวัยรุ่น
 - 1.2 ลักษณะของวัยรุ่น
 - 1.3 พัฒนาการของวัยรุ่น
 - 1.3.1 ช่วงพัฒนาการของวัยรุ่น
 - 1.3.2 พัฒนาการทางร่างกายของวัยรุ่นชาย
 - 1.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น
 - 1.4.1 ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพ
 - 1.4.2 ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขการกระทำ
 - 1.4.3 ทฤษฎีปัญญาทางสังคม
 - 1.4.4 ทฤษฎีมโนภาพเกี่ยวกับตนเอง
2. แนวคิดเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกาย
 - 2.1 ความหมายของภาพลักษณ์ทางร่างกาย
 - 2.2 ความสำคัญของภาพลักษณ์ทางร่างกาย
 - 2.3 พัฒนาการของภาพลักษณ์ทางร่างกาย
 - 2.4 การเปลี่ยนแปลงของภาพลักษณ์ทางร่างกาย
3. แนวคิดของภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชาย
4. การประเมินความพึงพอใจของภาพลักษณ์ทางร่างกาย: พึงพอใจ หรือไม่พึงพอใจ
5. อิทธิพลทางสังคมต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายและการจัดการทางร่างกายในวัยรุ่นชาย
 - 5.1 ครอบครัว
 - 5.2 กลุ่มเพื่อน
 - 5.3 สื่อสารมวลชน
6. แนวคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม
7. แนวคิดการขัดเกลาที่เกี่ยวกับการแสดงบทบาทตามเพศของตน
8. แนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรม

9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์ทางร่างกาย
10. กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา
11. ตัวแปรและสมมติฐาน
12. นิยามศัพท์

1. แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น

1.1 ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่น (Adolescence) หมายถึง วัยที่เชื่อมระหว่างการเป็นเด็กกับการเป็นผู้ใหญ่ อันเป็นระยะที่ต้องปรับ พฤติกรรมวัยเด็กไปสู่พฤติกรรมแบบผู้ใหญ่ที่สังคมนั้นยอมรับ เด็กวัยรุ่นจึงไม่เป็นเพียงการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย แต่หมายถึงการเจริญเติบโตทางสังคมที่อยู่ในกรอบวัฒนธรรมของแต่ละที่ (Dusek, 1987 อ้างถึงในพรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539)

วัยรุ่น หรือ Adolescence มาจากกริยาในภาษาละตินว่า Adoleicera หมายถึง การก้าวไปสู่วุฒิภาวะ ดังนั้นวัยรุ่นจึงเป็นวัยที่ก้าวไปสู่วุฒิภาวะ ซึ่งจำเป็นต้องมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาไปพร้อมๆ กัน วัยรุ่นในแต่ละประเทศจะมีความแตกต่างกัน ประเทศที่พัฒนาแล้วเด็กจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าประเทศด้อยพัฒนา โดยทั่วไปแล้วเด็กหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชายประมาณ 1-2 ปี คือ เด็กหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุ 11-12 ปี หรือกำลังศึกษาอยู่ประมาณชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ส่วนเด็กชายจะเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุ 13 ปี หรือกำลังศึกษาอยู่ประมาณชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ช่วงของวัยรุ่นจะสิ้นสุดเมื่อหญิงอายุประมาณ 20 ปี ส่วนชายอายุประมาณ 21 ปี กล่าวได้ว่าวัยรุ่น คือ ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 11-12 ปีเป็นต้นไป จนถึงอายุประมาณ 20 ปี

การใช้เกณฑ์อายุในการตัดสินวัยรุ่นอาจเป็นเกณฑ์ที่ผิดพลาดได้ เนื่องจากเด็กบางคน มีการเจริญเติบโตเร็ว หรือช้าไม่เท่ากัน ดังนั้นจึงนิยมใช้การเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศเป็นเกณฑ์ โดยนับตั้งแต่การมีประจำเดือนครั้งแรกของเด็กหญิง และการหลั่งอสุจิเป็นครั้งแรกของเด็กชาย นั่นคือการแสดงถึงการเปลี่ยนจากวัยเด็กเข้าสู่วัยรุ่นอย่างแท้จริง ถึงกระนั้น การเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศของแต่ละคนแม้จะเป็นเพศเดียวกันอาจจะไม่พร้อมกันได้ เนื่องจากปัจจัยหลายประการ เช่น อาหาร ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม อากาศ และสภาพแวดล้อมอื่นๆ (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539)

วัยรุ่น หมายถึง วัยที่เปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่เป็นวัยที่เข้าสู่ความเป็นหนุ่มเป็นสาว เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีผลกระทบต่อความเจริญทางด้านอื่นๆ ด้วย เช่น อารมณ์อ่อนไหวง่าย เต็มไปด้วยความเพ้อฝัน มีอุดมคติสูงส่ง (สุพัตรา สุภาพ, 2543: 16)

1.2 ลักษณะของวัยรุ่น

วัยรุ่นคือผู้ที่มีอายุอยู่ในวัยทีน (Teen Age) ซึ่งมีอายุระหว่าง 13 – 19 ปี เรียกกันว่า Teenagers ทั้งนี้ยังไม่เป็นที่แน่นอนนัก เนื่องจากว่าวัยรุ่นอายุถึง 18 ปีแล้วนั้นอาจมีพฤติกรรมที่แสดงให้เห็นว่า เขามีวุฒิภาวะเพียงพอแล้วเรียกได้ว่าเขาพ้นจากสภาพวัยรุ่นแล้ว ซึ่งวัยรุ่นจะมีลักษณะดังต่อไปนี้ (ชัยนาท นาคานุปผา, 2515: 1)

- 1) วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเสริมสร้าง (Period of Reconstruction) บางตำราอาจเรียกว่าเป็นวัยเกิดใหม่ การที่ถือเสมือนว่าเป็นวัยเกิดใหม่ คือ ความเจริญเติบโตของร่างกายเป็นไปอย่างรวดเร็ว เมื่อแรกเกิดเด็กจะเติบโตอย่างรวดเร็ว แล้วค่อยช้าลงจนเข้าสู่วัยเด็กตอนกลาง จะค่อยๆ เติบโตอย่างช้าๆ ครั้นเข้าสู่วัยรุ่นการเจริญเติบโตทางร่างกายจะเป็นอย่างรวดเร็ว เช่น ในด้านความสูง และน้ำหนัก เป็นต้น
- 2) เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง (Period of Transformation) ตัวเด็กจะมีความรู้สึกที่ว่า กำลังมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นในชีวิตของเขา ทั้งด้านร่างกาย ความสนใจ และความคิดเห็นต่างๆ ตัวอย่างเช่น เด็กชายอายุ 13 ปี บางคนจะเริ่มมีความสนใจในเพศตรงกันข้าม หรือเด็กอายุ 18 ปี บางคนอาจคิดถึงงาน ความรับผิดชอบต่อครอบครัว
- 3) เป็นวัยที่มีความคิดอยากเป็นอิสระ (Period of Independence) เด็กวัยรุ่นเริ่มคิดที่จะพึ่งพาตนเอง และคิดต่อต้านผู้ใหญ่ นอกจากนี้ยังเป็นวัยที่อยากลองดี ชอบก้าวร้าว โต้เถียง การขัดขวางต่างๆ ถ้าไม่พอใจอาจจะใช้วิธีหลบหนีออกจากบ้านไป เป็นต้น
- 4) เป็นวัยที่จะต้องเผชิญปัญหา นับเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่ง อาจจะเรียกวัยนี้ว่า เป็นวัยวิกฤต ปัญหาผู้ยากส่วนใหญ่มักเกี่ยวกับการปรับตัว เกิดมีความขัดข้องในใจอยู่เสมอ ดังนั้นการตัดสินใจต่างๆ มักเป็นไปอย่างรวดเร็ว วุ่ความ การแสดงออกด้านอารมณ์รุนแรง ซึ่งอาจจะเรียกได้อีกอย่างหนึ่งว่า เป็นวัยพายุและความเครียด (Storm and Stress)

1.3 พัฒนาการของวัยรุ่น

พัฒนาการ หมายถึง ลำดับความเจริญก้าวหน้าของการเปลี่ยนแปลงในด้าน โครงสร้าง และแบบแผนของอินทรีย์ทุกส่วน พัฒนาการของวัยรุ่นสามารถแบ่งได้เป็น 4 ด้านคือ พัฒนาการทางร่างกาย, พัฒนาการทางอารมณ์, พัฒนาการทางสังคม และพัฒนาการทางสติปัญญา

1.3.1 ช่วงพัฒนาการของวัยรุ่น

เราสามารถแบ่งช่วงพัฒนาการของวัยรุ่นได้เป็น 3 ขั้นตอน (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539: 22) คือ

1) วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence)

เด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นก่อนเด็กชาย โดยจะเด็กหญิงเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้นในช่วงอายุระหว่าง 13 –15 ปี และเด็กชายจะอยู่ในช่วง 15-17 ปี ช่วงวัยรุ่นตอนต้นเป็นช่วงที่ร่างกายของทั้งเด็กหญิงและเด็กชายมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่สมบูรณ์ขึ้นมาก

2) วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence)

เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง 15-18 ปี และเด็กชายจะมีอายุระหว่าง 17-19 ปี ช่วงวัยรุ่นตอนกลางมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายลดน้อยลง แต่จะเพิ่มทางด้านเจตคติและความรู้สึกนึกคิดในลักษณะที่ค่อยเป็นค่อยไป มีลักษณะบุคลิกภาพภายนอกที่ดึงดูดความสนใจเพศตรงข้ามมากขึ้น เช่น ใบหน้าอímเอิบดวงตาเป็นประกาย ผมค่านุ่มสลวย มีลักษณะของความเป็นหญิงและความเป็นชายที่เด่นชัด

3) วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence)

เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง 18-20 ปี และเด็กชายจะมีอายุระหว่าง 19-21 ปี เป็นระยะที่มีพัฒนาการด้านต่างๆ เข้าสู่่วัฒนภาวะอย่างสมบูรณ์แบบ พัฒนาการด้านอารมณ์ความรู้สึกนึกคิด และสติปัญญาจะเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ เด็กวัยนี้มีความพยายามที่จะปรับตัวให้เข้าสังคม พยายามหัดคิดและตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ด้วยตนเอง แก้ปัญหาด้วยตนเอง มีความกระตือรือร้นที่จะแสดงให้เห็นว่าตนไม่ใช่เด็กอีกต่อไป มีความถูกต้องในการสร้างความประทับใจในเรื่องต่างๆ และพิสูจน์ให้เห็นความสามารถว่าตนทำได้ และต้องการสิทธิเท่าเทียมกันกับผู้ใหญ่

1.3.2 พัฒนาการทางร่างกายของวัยรุ่นชาย

พัฒนาการทางร่างกายของวัยรุ่น หมายถึง ปรากฏการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในร่างกายของเด็กวัยรุ่น ซึ่งเกิดจากการทำงานของต่อมไร้ท่อที่ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนอันจะมีผลต่อพัฒนาการและพฤติกรรมของวัยรุ่น การเจริญเติบโตของร่างกายจะสมบูรณ์เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น วัยรุ่นชายจะมีวุฒิภาวะทางร่างกายช้ากว่าวัยรุ่นหญิง

พัฒนาการทางร่างกายของวัยรุ่นตอนต้นจะเป็นไปอย่างรวดเร็วทั้งชายและหญิงในส่วนของ การเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวข้องกับกระดูก แขน ขา มือ เท้า นั่นคือพัฒนาการทางด้านความสูง น้ำหนัก แต่อวัยวะดังกล่าวเติบโตไม่สัมพันธ์กันจนดูไม่ได้สัดส่วน ต่อมาจะมีการขับเหงื่อออกมามากเนื่องจาก รูขุมขนขยาย เริ่มมีกลิ่นตัว เริ่มมีสิวขึ้นบนใบหน้า

ต่อมาในลักษณะเพศชั้นที่สองวัยรุ่นจะมีการเจริญเติบโตไปตามเพศของตนเอง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่มองเห็นในเด็กชายมีดังนี้ (พรพิมล เกษมมากรินทร์, 2539: 42-45)

1) การเปลี่ยนแปลงของเสียง

การเปลี่ยนแปลงของเสียงในวัยรุ่นชายเกิดจากการกระตุ้นของฮอร์โมนเทสโตสเตอโรนที่ กล่องเสียง เมื่อกล่องเสียงโตขึ้นเสียงของเด็กชายจะแตกและแหบพร่ามากขึ้น โดยปกติเสียงจะเริ่มเปลี่ยนแปลงเมื่ออายุประมาณ 13-14 ปี และจะแตกห้าวเมื่ออายุประมาณ 16-18 ปี หลังจากอายุ 20 ปีไปแล้ว เด็กจะเริ่มบังคับเสียงได้ จะเริ่มมีเสียงนุ่มนวลขึ้น

2) การเปลี่ยนแปลงของกล้ามเนื้อและกระดูก

วัยรุ่นชายจะมีช่วงไหล่ที่กว้างขึ้น และมีกล้ามเนื้อมากขึ้น ความสูงเฉลี่ยของวัยรุ่นชายอายุประมาณ 17-18 ปี จะมีร่างกายสูงชะลูดและมีกล้ามเนื้อเป็นมัดๆ วัยรุ่นชายจะสูงไปอีกเรื่อยๆ จนอายุ

ประมาณ 25 ปี ส่วนด้านน้ำหนัก วัยรุ่นชายจะมีน้ำหนักที่ได้สัดส่วนกับความสูง แม้จะเป็นสัดส่วนที่ไม่สมบูรณ์มากนัก

3) การมีขนขึ้นตามร่างกาย

หนวดเคราและขนเป็นปรากฏการณ์สำคัญในวัยรุ่นชาย เพราะการเปลี่ยนแปลงระยะแรกของเด็กหนุ่มจะมองเห็นไม่ชัดเจน แต่จะเริ่มมองเห็นหนวดได้ตรงริมฝีปากบนลักษณะของขนบางอ่อนนุ่มก่อน ต่อไปจะคดดำ แข็งและหนาขึ้นเป็นหนวดได้ชัดเจน คนที่ปรากฏต่อมจะมีมากขึ้นที่แก้มส่วนบนและใต้ริมฝีปากล่าง ต่อมาจะกลายเป็นเคราคดที่คางในที่สุด ขนตามตัวก็จะเริ่มมีมากขึ้น นอกจากนี้จะมีขนขึ้นบริเวณหน้าอก อวัยวะเพศ และรักแร้ด้วย

4) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์

อวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชาย คือ การเจริญเติบโตของต่อมอัณฑะ ซึ่งเกิดจากการกระตุ้นของฮอร์โมนชนิดหนึ่งก่อนและตามด้วยฮอร์โมนเทสโตสเตอโรน ในเวลาต่อมาระดับของฮอร์โมนเทสโตสเตอโรนที่มีมากขึ้นจะกระตุ้นการเจริญขององคชาติ และส่วนของอวัยวะสืบพันธุ์อื่นๆ เช่น ต่อมลูกหมาก ท่อน้ำอสุจิ ก่อนอายุวัยรุ่นเด็กชายจะไม่มีน้ำกามหลังออกมาเพราะต่อมลูกหมากและถุงอัณฑะยังไม่ทำงานจนกว่าจะได้รับการกระตุ้นเพียงพอจากฮอร์โมนเพศ

1.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น

การศึกษาถึงพัฒนาการและพฤติกรรมของวัยรุ่นโดยการใช้แนวคิดจากนักวิชาการมาร่วมในการวิเคราะห์จะทำให้สามารถเข้าใจวัยรุ่นได้ดีขึ้น ซึ่งแนวคิดที่นักวิชาการได้ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการและพฤติกรรมของวัยรุ่นมีมากมาย งานวิจัยนี้จึงเลือกนำทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาพฤติกรรมวัยรุ่นเพื่อหาสาเหตุถึงพฤติกรรมของวัยรุ่นที่มีต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง เช่น สาเหตุของการจดจำแบบภาพลักษณ์ทางร่างกายของผู้อื่นมาเป็นภาพลักษณ์ในอุดมคติของตนเอง ดังต่อไปนี้

1.4.1 ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพ

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ผู้ก่อตั้งทฤษฎีจิตวิเคราะห์ได้กล่าวถึงวัยรุ่นว่า วัยรุ่นมีพัฒนาการอยู่ในขั้นวุฒิภาวะทางเพศ ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์ฉุนเฉียว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ซึ่งส่งผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ด้วย วัยรุ่นจึงมีอารมณ์ฉุนเฉียว โกรธง่าย เกิดความเครียด วิตกกังวลและคับข้องใจ เมื่อวัยรุ่นเกิดความเครียดเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

ฟรอยด์กล่าวว่าวัยรุ่นจะแสดงพฤติกรรมประเภทหนึ่งเพื่อปกป้องตนเองให้รอดพ้นจากความวิตกกังวล เรียกว่า พฤติกรรมกลไกป้องกัน (Defense Mechanism) ซึ่งจะแสดงออกด้วยวิธีแตกต่างกันหลายวิธี หนึ่งในวิธีที่แสดงออกนั้น คือ การทำตนตามอย่าง (Identification) การทำตนตามอย่างเป็นการเลียนแบบทั้งความรู้สึกนึกคิด พฤติกรรม หรือลักษณะของบุคคลที่มีอำนาจเหนือตน หรือบุคคลที่

ก่อให้เกิดความวิตกกังวลใน (ปรีชา วิหคโต, 2534 อ้างถึงในพรพิมล จันท์พลับ, 2538: 11-12) กล่าวคือ วัยรุ่นมักมีกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง จึงมีการนำเอาภาพลักษณ์ทางร่างกายไปเปรียบเทียบ เช่น การเปรียบเทียบกับนักแสดงต่างๆ จึงทำให้เกิดความพยายามในการลอกเลียนภาพลักษณ์ทางร่างกายของนักแสดงเหล่านั้น

1.4.2 ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขการกระทำ

บี เอฟ สกินเนอร์ (B.F. Skinner) (พรพิมล จันท์พลับ, 2538: 15) นักจิตวิทยาของกลุ่มพฤติกรรมนิยมชาวอเมริกันทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขการกระทำ มีแนวความคิดพื้นฐานว่า พฤติกรรมของมนุษย์ตกอยู่ภายใต้การควบคุมของเงื่อนไขการเสริมแรงและลงโทษ

การเสริมแรง มี 2 ประเภท คือ การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement)

การเสริมแรงทางบวก เป็นการกระทำชนิดหนึ่งที่ทำให้เกิดความพึงพอใจกับผู้เรียนและความพึงพอใจนั้นทำให้เกิดการตอบสนองที่ต้องการมากขึ้นหรือตอบสนองอย่างเข้มข้นขึ้น เช่น การให้อาหาร คำชมเชย ของขวัญ ฯลฯ

การเสริมแรงทางลบ เป็นการพยายามทำให้เกิดการตอบสนองเพิ่มขึ้น หรือเข้มข้นขึ้น โดยการกำจัดสิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์ออกไป เช่น การกำจัดเสียงดัง การลดการลงโทษ การลดการดูค่า เป็นต้น การลงโทษ การลงโทษจะให้ผลตรงกันข้ามกับการเสริมแรง กล่าวคือ การเสริมแรงเป็นการทำให้การตอบสนองเพิ่มมากขึ้น แต่การลงโทษเป็นการทำให้การตอบสนองลดน้อยลง การลงโทษทำโดยการให้สิ่งเร้าที่ไม่พึงประสงค์หรือสิ่งเร้าที่เป็นภัย ในทันทีทันใดหลังจากการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีหรือไม่ต้องการออกมา

พฤติกรรมมีสาเหตุมาจากการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับเงื่อนไขของผลกรรมอันได้แก่ เงื่อนไขเสริมแรงและเงื่อนไขลงโทษ กล่าวคือ วัยรุ่นที่มีการจัดการภาพลักษณ์ทางร่างกายตนเองในลักษณะที่กลุ่มวัยรุ่นนิยม เช่น วัยรุ่นชายพยายามออกกำลังกายให้ร่างกายมีมัดกล้ามเนื้อ แล้วทำให้ร่างกายดูดีได้รับคำชมจากเพื่อน หรือได้รับความสนใจจากเพื่อนหญิง จึงเป็นตัวเสริมทำให้วัยรุ่นชายคนนั้นออกกำลังกายของตนเองมากขึ้น

1.4.3 ทฤษฎีปัญญาทางสังคม

อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) (พรพิมล จันท์พลับ, 2538: 15-16) มีแนวความคิดว่า วัยรุ่นเรียนรู้จากการสังเกตต้นแบบ (Model) โดยสังเกตว่าต้นแบบทำอะไรแล้วได้ผลกรรมอะไร เมื่อสังเกตแล้วผู้สังเกตจะเกิดความคิดว่า ตนสามารถทำพฤติกรรมแบบใดได้อย่างไร และในวันข้างหน้าผู้สังเกตก็จะระลอกพฤติกรรมออกมากระทำได้ การเรียนรู้จากการสังเกตต้นแบบเกิดทั่วไปในสังคม ต้นแบบที่

แบนครากาล่าวถึง รวมถึงค้นแบบที่เป็นมนุษย์ด้วยภาพ หรือที่เรียกว่า ทศนสัญลักษณ์ต่างๆ เช่น ภาพยนตร์ รายการโทรทัศน์ และ คำบอกเล่า โดยค้นแบบจะทำหน้าที่ให้ข้อมูล จูงใจให้แสดง พฤติกรรมและให้การเสริมแรง

ทฤษฎีปัญญาสังคมทำให้เห็นถึง สื่อมวลชนที่มีอิทธิพลต่อการเผยแพร่ค้นแบบให้วัยรุ่นเห็น กล่าวคือ วัยรุ่นโดยพื้นฐานนั้นต้องการมีชื่อเสียงในสังคม เมื่อสื่อมวลชนนำเสนอข่าวสารของบุคคลที่มีชื่อเสียงในสังคม วัยรุ่นก็จะจดจำพฤติกรรมเหล่านั้น เพื่อต้องการมีชื่อเสียงในสังคมเช่นกัน เช่น การนำเสนอเรื่องวิธีการลดน้ำหนักของนักแสดงเพื่อให้ภาพลักษณ์ทางร่างกายดูได้สัดส่วนเมื่อออกโทรทัศน์ วัยรุ่นจะจดจำพฤติกรรมลดน้ำหนักของดารามาใช้ เพราะเข้าใจว่าการจะมีชื่อเสียงต้องมี ภาพลักษณ์ทางร่างกายที่ได้สัดส่วนด้วย

1.4.4 ทฤษฎีมโนภาพเกี่ยวกับตนเอง

เนื่องจากการทำวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาที่ว่าด้วยพฤติกรรมของวัยรุ่นชายต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง ฮัฟฟแมนและเวอร์นอย (Huffman and Vermoy, 2000) ได้กล่าวถึงความหมายของ พฤติกรรมว่า “ในทั่วไปพฤติกรรมจะหมายถึงวิธีที่บุคคลกระทำออกมา แต่ในทางจิตวิทยาแล้ว พฤติกรรมจะอธิบายถึงสิ่งใดๆ ก็ตามที่บุคคลกระทำ รู้สึก หรือคิดอยู่ในใจ พฤติกรรมเป็นสิ่งที่ถูกควบคุมจากการรับรู้สัมผัสความจริง ไม่ใช่มาจากอุปนิสัย, แรงกระตุ้นที่ไม่ได้ตั้งใจ หรือการให้รางวัล และการลงโทษ” นอกจากนี้ฮัฟฟแมนและเวอร์นอยได้แนะนำเกี่ยวกับการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ โดยอ้างอิงจากทฤษฎีมานุษยจิตวิทยาที่พัฒนาโดยโรเจอร์ ดังนี้

คาร์ล โรเจอร์ (Carl Rogers) (นพมาศ ชีรวะกิน, 2540: 174-179) นักทฤษฎีทางมานุษยวิทยาได้ เน้นถึงความสำคัญของมโนภาพเกี่ยวกับตนเอง (Self-concept) ว่า “มโนภาพเกี่ยวกับตนเอง คือ ข่าวสาร และความเชื่อทั้งหมดที่ปัจเจกบุคคลมีต่อธรรมชาติ, คุณลักษณะเฉพาะ และพฤติกรรมของตนเอง”

ทฤษฎีมโนภาพเกี่ยวกับตนเองแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างมโนภาพเกี่ยวกับตนเองของ บุคคลหนึ่งๆ และชีวิตจริงของบุคคลนั้นๆ ประสบอยู่ โดยความเห็นสอดคล้อง (Congruence) และ ความเห็นที่ไม่สอดคล้อง (Uncongruence) ของ 2 สิ่งจะส่งผลต่อสุขภาพจิต (Mental Health) และการ เห็นคุณค่าตนเอง (Self-Esteem) ในที่นี้การเห็นคุณค่าตนเองหมายถึงความรู้สึกทั้งดีและไม่ดีที่บุคคลแต่ละ บุคคลมีต่อตนเอง มโนทัศน์เกี่ยวกับตนเองมีความสอดคล้องกับชีวิตจริงที่ประสบอยู่จะทำให้บุคคลมี สุขภาพจิตที่ดีและมองเห็นคุณค่าของตนเองสูง ในทางกลับกันสุขภาพจิตที่ไม่ดีและการปรับตัวไม่ได้ พัฒนามาจากความขัดแย้งหรือความไม่สอดคล้องกันระหว่างมโนภาพเกี่ยวกับตนเองและประสบการณ์จริงที่ประสบ

พฤติกรรมของวัยรุ่นชายที่มีต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง สามารถอธิบายได้โดยอ้างอิง ถึงทฤษฎีมโนภาพเกี่ยวกับตนเอง มโนภาพเกี่ยวกับตนเองเปรียบเป็นความเชื่อในภาพลักษณ์ทางร่างกาย ที่วัยรุ่นชายต้องการ ซึ่งถ้ามีความสอดคล้องกันกับประสบการณ์จริงที่ประสบอยู่เปรียบได้กับ

ภาพลักษณ์ทางร่างกายที่วัยรุ่นชายเป็นอยู่ เหล่านี้จะทำให้วัยรุ่นชายมีสุขภาพจิตดี มองเห็นคุณค่าของตนเองสูง ดีความได้ว่าวัยรุ่นชายคนนั้นมีความพึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง หากความเชื่อในภาพลักษณ์ทางร่างกายมีความไม่สอดคล้องกับภาพลักษณ์ทางร่างกายจริง จะก่อให้เกิดความไม่พึงพอใจ การรับรู้ถึงความจริงในความไม่สอดคล้องระหว่าง 2 สิ่ง จะผลักดันให้เกิดพฤติกรรมในการจัดการกับร่างกายตนเอง

2. แนวคิดเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกาย

2.1 ความหมายของภาพลักษณ์ทางร่างกาย

บุคคลแต่ละบุคคลจะมีภาพที่อยู่ในใจเกี่ยวกับรูปร่างของตนเองแตกต่างกัน ซึ่งภาพดังกล่าวนี้คือ ภาพลักษณ์ จากการศึกษาดังกล่าวได้มีผู้ให้คำนิยามไว้หลากหลายดังนี้

มัวร์ (Moore, 1978 อ้างถึงใน ชวนพิศ มีสวัสดิ์, 2539: 40) กล่าวว่า ภาพลักษณ์เป็นการรวมกันของหลายสิ่ง ได้แก่ ร่างกายภายนอกที่ปรากฏออกมา เช่น ความสูง น้ำหนัก ผิวหนัง ผม เป็นต้น รวมทั้งลักษณะท่าทาง ภาพลักษณ์นี้มีผลต่อบุคลิกภาพ การมองตนเอง พฤติกรรม ความเชื่อ ในเวลาเดียวกันปฏิภิกิริยาโต้ตอบของบุคคลอื่นที่มีต่อตนจะมีผล-กระทบต่อภาพลักษณ์ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้

สจิวต และซันดีน (Stuart and Sundeen, 1979 อ้างถึงใน กรุณาภรณ์ อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2538: 42) กล่าวว่า ภาพลักษณ์ เป็นสิ่งรวมเจตคติของบุคคลที่อยู่ในสำนึกจิตได้สำนึก เกี่ยวกับร่างกายของตน ทั้งในอดีตและปัจจุบัน เป็นความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับขนาดของร่างกาย การทำหน้าที่ของอวัยวะในส่วนต่างๆ ของร่างกาย ลักษณะรูปร่างของร่างกาย และศักยภาพหรือ ความสามารถของร่างกายตน

คอลบ์ (Kolb อ้างถึงใน อนุสรณ์ กันธา 2545: 10) กล่าวว่า ภาพลักษณ์เป็นปรากฏการณ์ที่แสดงถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงของลักษณะภายนอก รวมถึง พื้นผิว ความลึก สภาพภายใน และลักษณะท่าทางของร่างกาย รวมทั้งทัศนคติ อารมณ์ และบุคลิกลักษณะ ที่มีต่อร่างกายตนซึ่งแตกต่างจากบุคคลอื่น ภาพลักษณ์เป็นสิ่งที่ยึดหยุ่นได้ และมีการปรับเปลี่ยนได้ตลอดเวลา

ภาพลักษณ์เป็นภาพของร่างกายที่มาจากในใจของแต่ละบุคคล หรืออีกนัยหนึ่งคือ วิธีทางที่ร่างกายของแต่ละคนปรากฏต่อตัวเขาเอง ภาพลักษณ์เป็นการรับรู้ หรือ ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองทั้งใน ส่วนที่เป็นจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก ซึ่งภาพลักษณ์หรือภาพที่อยู่ในใจแต่ละบุคคล มีทั้งที่เป็นจริง (Reality) ซึ่งเป็นภาพที่รับรู้ตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง และภาพลักษณ์ในอุดมคติ (Ideality) ซึ่งเป็นภาพที่บุคคลคาดหวัง หรือพึงปรารถนาว่าควรจะเป็น (Esberger อ้างถึงใน อนุสรณ์ กันธา 2545: 11) ภาพลักษณ์มีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดช่วงชีวิตตามการรับรู้และประสบการณ์ใหม่ที่บุคคลนั้นได้รับ

ดังนั้นภาพลักษณ์จึงเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดความรู้สึกมั่นใจใจตนเอง ความรู้สึกปลอดภัย และโมโนภาพเกี่ยวกับตนเอง (Self-concept)

2.2 ความสำคัญของภาพลักษณ์ทางร่างกาย

เนื่องจากภาพลักษณ์ทางร่างกายเปรียบเป็นมุมมองของบุคคล ที่เกี่ยวกับร่างกายภายนอกที่ปรากฏ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความรู้สึก ความคิด ภาพลักษณ์ทางร่างกายอาจมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลได้ ถ้าบุคคลประเมินรูปร่างลักษณะภายนอกแล้วมีความรู้สึกพึงพอใจกับภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง ทำให้มีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก ประสบความสำเร็จในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ในทางตรงข้ามหากบุคคลนั้นมองภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเองในแง่ลบ จะทำให้บุคคลนั้นไม่มีความเชื่อมั่น (Thompson, 1999 อ้างถึงใน อนุสรณ์ กัณธา, 2545: 12)

จะเห็นได้ว่าภาพลักษณ์ทางร่างกายของบุคคลมีผลต่อการสร้างความกังวลในบุคคลนั้นๆ ดังนั้นภาพลักษณ์ทางร่างกายจึงเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้บุคคลมีอัตมโนทัศน์ไปในทิศทางใด โดยเชื่อมโยงกับการให้คุณค่าของตนเอง ความรู้สึกเหนือผู้อื่น หรือความไม่เท่าเทียม การยอมรับหรือการปฏิเสธตนเอง ดังที่กรุนด์แมนกล่าวว่า ภาพลักษณ์เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในการประเมินคุณค่าของตนเอง (Grundemann, 1975 อ้างถึงในอนุสรณ์ กัณธา, 2545: 12)

2.3 พัฒนาการของภาพลักษณ์ทางร่างกาย

ภาพลักษณ์ทางร่างกายมีการพัฒนาโดยมีสรีระของร่างกายเป็นพื้นฐาน จะมีการพัฒนาตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่น ซึ่งการพัฒนาของภาพลักษณ์ทางร่างกายนี้เป็นการพัฒนาตามวัยปกติของมนุษย์ในที่นี้จะกล่าวตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่นตอนต้น

- 1) ทารกในขวบปีแรก (Infant) ทารกแรกเกิดยังไม่มียีนของภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเองแต่มีความรู้สึก เช่น ความหิว ความเจ็บปวด ความสุขสบาย เป็นต้น จุดสำคัญของร่างกายทารกคือ ปาก เพราะได้รับตามความต้องการพื้นฐานของร่างกาย และเรียนรู้สิ่งแวดล้อมโดยผ่านทางปาก ถ้าได้รับการตอบสนองความต้องการ จะเป็นพื้นฐานของการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายที่ดีต่อไป (Blessing and Brokehuas, 1972 อ้างถึงใน เพ็ญศรี โพธิ์อุบล: 26)
- 2) เด็กเล็ก (Toddler) อายุ 1-3 ปี ระยะเวลาที่เด็กจะเห็นความแตกต่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม ภาพลักษณ์ทางร่างกายจะพัฒนาไปพร้อมกับการเจริญเติบโตของขนาด รูปร่าง และการทำงานของกล้ามเนื้อของร่างกาย บิดามารดาจะมีผลต่อมโนทัศน์ของเด็กที่มีต่อร่างกายหรือต่อตนเอง การที่เด็กมองตนเองว่าพอใจ หรือไม่พอใจ สะอาดหรือสกปรกขึ้นกับประสบการณ์ที่ได้รับจากพ่อ

แม่ หรือผู้เลี้ยงดู ซึ่งจะเป็นพื้นฐานของภาพลักษณ์ทางร่างกายในระยะต่อไป (Blessing and Brokehuas, 1972 อ้างถึงใน เพ็ญศรี โพธิ์อุบล: 26)

- 3) เด็กก่อนวัยเรียน (Preschooler) อายุ 3-6 ปี เด็กวัยนี้จะค้นหาบุคคลที่ตนจะเลียนแบบ บุคลิกภาพจะแข็งขัน มีการพัฒนาทางด้านสติปัญญาโดยอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเองชัดเจนขึ้น และอยู่ในระดับที่รู้สึกตัวเป็นส่วนใหญ่ เด็กวัยนี้จะมีความสนใจเกี่ยวกับเพศ ในระยะนี้จะมีการเลียนแบบบทบาทของพ่อแม่ ถ้ามีการเลียนแบบที่ผิดกับเพศของตนเอง จะส่งผลให้เกิดการ สับสนของภาพลักษณ์ที่แท้จริงเกี่ยวกับเพศของตนเอง ซึ่งจะมีผลต่อไปในอนาคต (Blessing and Brokehuas, 1972 อ้างถึงใน เพ็ญศรี โพธิ์อุบล: 26)
- 4) เด็กวัยเข้าเรียน (School age) อายุ 6-12 ปี สังคมรอบตัวขยายกว้างขึ้น ทำให้เด็กต้องปรับตัวมากขึ้น เนื่องจากต้องมีการเรียนรู้การมีสัมพันธภาพกับเพื่อน พัฒนาทักษะทางด้านต่างๆ การพัฒนาทางอารมณ์มากขึ้น เด็กที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์ ความอดทนต่ำ จะมีปัญหาในการปรับตัว และจะให้ความสนใจในร่างกายเป็นอย่างมาก บางคนมีพัฒนาการทางด้านร่างกายปกติ แต่ยอมรับภาพลักษณ์ทางร่างกายไปในทางที่ไม่ดี การพัฒนาภาพลักษณ์จะกว้างไปถึงการมองบุคคลอื่นด้วย เมื่อเด็กอายุ 10-12 ปี มีการเจริญเติบโตของร่างกายอย่างรวดเร็ว ทำให้สนใจร่างกายของตนเองและของบุคคลอื่นมากขึ้น (Blessing and Brokehuas, 1972 อ้างถึงใน เพ็ญศรี โพธิ์อุบล: 26)
- 5) วัยรุ่น (Adolescence) อายุ 12-18 ปี เป็นระยะที่คั่นกลางระหว่างความเป็นเด็กกับความเป็นผู้ใหญ่ ภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นจะดีหรือไม่ ขึ้นกับประสบการณ์ในวัยเด็ก ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ทางร่างกาย คือ การเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว วัยรุ่นมีการรับรู้ภาพลักษณ์ทางร่างกาย 2 ทาง คือ รับรู้ร่างกายในส่วนที่ปรากฏออกมาภายนอก กับการรู้ถึงการใช้ประโยชน์ของร่างกายที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมาย ถ้ารับรู้ว่าร่างกายมีข้อจำกัดในการใช้ประโยชน์ จะรู้สึกว่ามีภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นมาจากตัววัยรุ่นเอง และปฏิบัติหน้าที่ได้ตอบของบุคคลอื่นที่ผลต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เมื่อติดต่อสื่อสารก็จะนำข้อมูลมาใช้ในการประเมินตนเอง (Dempsey, 1972 อ้างถึงใน เพ็ญศรี โพธิ์อุบล: 27)
- 6) วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Young adulthood) อายุ 18-45 ปี วัยนี้เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงของการเจริญเติบโตทางร่างกายในระยะสมบูรณ์ มีความเป็นเอกลักษณ์ (Identity) ที่แข็งขัน เพราะเป็นวัยที่ผ่านประสบการณ์ทางร่างกาย จิตใจ และสังคมในช่วงวัยรุ่นมาแล้ว ภาพลักษณ์ทางร่างกายของบุคคลวัยนี้จะมีสังคมเข้ามาเกี่ยวข้องเป็นอย่างมาก ภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเองเป็นการบอกกล่าวจากบุคคลอื่น (เพ็ญศรี โพธิ์อุบล: 28)

2.4 การเปลี่ยนแปลงของภาพลักษณ์

ภาพลักษณ์สามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้ตามการรับรู้ การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้าง หน้าที่ และอาจเป็นไปได้ตามความนึกคิดของแต่ละคน ดังนั้นบุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงของภาพลักษณ์ จึงต้องมีการปรับตัวในเรื่องของภาพลักษณ์ที่คงอยู่ สาเหตุของการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ อาจสรุปได้ดังนี้ (กรุณาภรณ์ อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2538: 44)

โครงสร้างของร่างกายที่เปลี่ยนไป เช่น อ้วนขึ้น ผอมลง ตั้งครรภ์
 การบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ หรือสงคราม หรือโรคที่ทำให้เกิดความพิการ เช่น ไฟไหม้
 โรคที่ทำให้สูญเสียความรู้สึกและการเคลื่อนไหว เช่น อัมพาต ตาบอด พากินสัน
 โรคเรื้อรังต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคข้ออักเสบ
 โรคที่เกี่ยวข้องกับความผิดปกติของการเผาผลาญ
 โรคที่ทำให้สูญเสียอวัยวะต่างๆ เช่น มะเร็งเต้านม
 บุคลิกภาพผิดปกติ เช่น โรคจิต โรคประสาท

นอกจากสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงภาพดังกล่าวที่สรุป ในการวิจัยเรื่องภาพลักษณ์ทางร่างกายครั้งนี้ จะนำเสนอประเด็นเกี่ยวกับการเปลี่ยนภาพลักษณ์ทางร่างกายในหลายปัจจัย เช่น ครอบครัว กลุ่มเพื่อน สื่อมวลชนด้วย

3. แนวคิดของภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชาย

แนวคิดภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายในงานวิจัยนี้ ได้เทียบเคียงมาจากทฤษฎีของการจัดการกับร่างกายให้เป็นเพศชาย (Theories of Embodies Masculinity: Swain, 2003) โดยมีเนื้อหาว่า ความเป็นเพศชาย (Masculinity) ไม่ได้เป็นสิ่งที่ได้มาตั้งแต่กำเนิด แต่เป็นสิ่งที่บุคคลทั่วไปปฏิบัติเพื่อให้ได้มา เอกลักษณ์ความเป็นเพศชายของวัยรุ่นชายถูกนิยามได้ในรูปของพฤติกรรมที่พวกเขาทำเกี่ยวกับร่างกายของเขา เพื่อที่จะเข้าใจถึงเอกลักษณ์ของความเป็นชายจำเป็นที่จะต้องเข้าไปถึงกระบวนการทางสังคมก่อน (Elias, 1978 cited in Swain, 2003)

ภาพลักษณ์ทางร่างกายถูกตั้งอยู่บนรากฐานของสังคม วัยรุ่นชายถูกมองให้เป็นหน่วยหนึ่งของสังคมที่ต้องการการจัดการกับร่างกาย บางครั้งพวกเขาอาจไม่ได้มีปฏิริยาตอบโต้กับการจัดการกับ

ร่างกาย และแสดงออกในเวลานั้น แต่พวกเขามักจะเข้าร่วมในการจัดการกับร่างกายของตนในช่วงการ
เรียนในโรงเรียน ร่างกายถูกมองให้เป็นวัตถุ (Object) และหน่วยของการปฏิบัติ (Agent of practice)

วัยรุ่นชายรู้สึกเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของตนเอง และพิจารณาว่าพวกเขาคือภาพลักษณ์ (Tunner, 2000 cited in Swain 2003) วัยรุ่นชายมักจะมีกังวลในจิตใจได้สำนึกเกี่ยวกับการจัดการร่างกายและ
ภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง วัยรุ่นชายจะเรียนรู้เพื่อที่จะจัดการร่างกายของตน มากไปกว่านั้นพวกเขา
ตระหนักถึงความสำคัญของทรัพยากรส่วนบุคคลของตนที่ใช้ในการสื่อสารสัญลักษณ์หรือข่าวสาร
เกี่ยวกับเอกลักษณ์ของตนเอง ดังนั้นภาพลักษณ์จึงเป็นส่วนหนึ่งของเอกลักษณ์เกี่ยวกับพวกเขา ใน
กระบวนการของการสร้างและการเป็นภาพลักษณ์ที่ต้องการจะนำไปสู่การสร้างความเป็นตนเอง (Self)
(Shilling, 1993; Synnott, 1993 cited in Swain, 2003)

4. การประเมินความพึงพอใจของภาพลักษณ์ทางร่างกาย: พึงพอใจหรือไม่พึงพอใจ

ภาพลักษณ์ทางร่างกาย เป็นมุมมองภายในเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะภายนอกที่ปรากฏ การ
ประเมินภาพลักษณ์ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการศึกษา เช่น ศึกษาภาพลักษณ์ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับ
ความรู้สึกพึงพอใจ ความมั่นใจ ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล หรือแนวคิดอื่นที่สัมพันธ์กับภาพลักษณ์
ทางร่างกายในแง่ของความรู้และพฤติกรรม ซึ่งอาจจะประเมินภาพลักษณ์ได้หลายส่วน ทั้งรูปร่าง
ภายนอกที่ปรากฏโดยรวม หรือเฉพาะส่วนของร่างกาย เช่น หน้าตา หน้าอก แขน ขา เอว สะโพก เป็น
ต้น สำหรับการท้าวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาวัยรุ่นชายโดยรวมในส่วนของรูปร่างลักษณะภายนอกที่
ปรากฏ ทั้งขนาดและน้ำหนักของร่างกาย (อนุสรณ์ กัณธา, 2545: 15-16)

ทอมป์สันและสโมลลัค (Thompson and Smoluk, 2002: 75) กล่าวว่า ความไม่ลงรอยกันเพียง
เล็กน้อยระหว่างภาพลักษณ์ทางร่างกายที่ของตนเป็นอยู่จริงกับภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ จะ
ส่งผลให้เกิดความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายได้

นอกจากนี้ความพึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายเป็นผลที่เกิดจากการประเมินความ
สอดคล้องกันระหว่างการรับรู้ภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ ซึ่งเป็นภาพลักษณ์ทางร่างกายที่บุคคล
คาดหวัง หรือพึงปรารถนา ดังนั้นหากเกิดความขัดแย้งระหว่างภาพลักษณ์ทางร่างกายตามสถานการณ์ที่
เป็นอยู่เกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกายที่ปรารถนา อาจทำให้เกิดความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย
ถ้าความขัดแย้งของภาพลักษณ์มีมากเท่าใด ระดับความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย ก็จะมากขึ้น
ด้วย เครื่องมือประเมินความพึงพอใจในบางงานวิจัย ใช้ ความพึงพอใจในน้ำหนัก ในการรับรู้ขนาดของ
ร่างกาย ความพึงพอใจในรูปร่างลักษณะที่ปรากฏ ความพึงพอใจในรูปร่าง ความเชื่อมั่นในรูปร่าง เป็น
ต้น (อนุสรณ์ กัณธา, 2545: 15-16)

การประเมินความพึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย นั้นเป็นการรับรู้เกี่ยวกับขนาดของร่างกายรวม แล้วแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนเองว่าพึงพอใจหรือไม่พึงใจ ดังนั้นในงานวิจัยจะใช้รูปร่างในการประเมินความพึงพอใจในร่างกาย เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก รวมทั้งส่วนต่างๆ ภายนอกร่างกาย

5. อิทธิพลทางสังคมต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายและการจัดการกับร่างกายในวัยรุ่น

แมคแคบและริคเซียเคลลี (McCabe and Ricciardelli, 2003) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นช่วงเวลาแห่งการเปลี่ยนแปลง ครอบครัวและกลุ่มเพื่อน และสื่อสารเป็นแหล่งที่ให้ข่าวสารแก่วัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนตามข่าวสารที่ได้รับตลอดช่วงอายุวัยรุ่น ดังนั้นบทบาทของผู้ปกครองเพื่อน และสื่อสารมวลชนจึงมีอิทธิพลอย่างมากต่อภาพลักษณ์ทางร่างกาย และพฤติกรรมกรของวัยรุ่น ซึ่งจะนำเสนอบทบาทที่มีอิทธิพลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกาย และพฤติกรรมของวัยรุ่น ดังต่อไปนี้

5.1 ครอบครัว (Family)

ครอบครัวเป็นสถาบันแห่งแรกที่มีหน้าที่หล่อหลอมบุคคลให้มีชีวิตความเป็นอยู่ตามวัฒนธรรมหนึ่งๆ และขณะเดียวกันก็ทำหน้าที่สร้างบุคลิกภาพและความคิดของบุคคลให้เกิดขึ้น ความคิด ทศนคติ และบุคลิกภาพของวัยรุ่นจะได้รับอิทธิพลมาจากครอบครัวส่วนหนึ่ง เนื่องจากวัยรุ่นจะยอมรับและปฏิบัติตามคำแนะนำของพ่อแม่ วัยรุ่นจะมีการลอกเลียนแบบ หรือดูดซึมความเชื่อ เจตคติต่างๆ จากสมาชิกในครอบครัว (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539) ครอบครัวจะมีอิทธิพลมากน้อยแค่ไหนกับวัยรุ่นขึ้นอยู่กับขนาดและชนิดของครอบครัวด้วย ถ้าเป็นครอบครัวจำเพาะที่สมาชิกครอบครัวประกอบไปด้วย พ่อ แม่ และลูก ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นกับครอบครัวจะเป็นไปอย่างใกล้ชิด ซึ่งมักจะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและติดต่อกันโดยตรง แต่สำหรับครอบครัวขยายที่สมาชิกครอบครัว ประกอบไปด้วย พ่อแม่ และลูก รวมถึงญาติ ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นในครอบครัวจะเป็นลักษณะอ้อมค้อมและสับสนในบางโอกาส (ก่อ สวัสดิ์พาณิชย์, 2518)

อิทธิพลจากครอบครัวมีผลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่น เพราะครอบครัวเป็นหน่วยทางสังคมปฐมภูมิซึ่งส่งข่าวสารไปยังวัยรุ่น ซึ่งข่าวสารนั้นเกี่ยวกับสิ่งที่ปรากฏของภายนอก หรือพฤติกรรม การรับประทานอาหารของวัยรุ่น (McCabe and Ricciardelli, 2003)

ไพค์และโรดิน (Pike and Rodin, 1991 cited in McCabe and Ricciardelli, 2003) พบว่า พฤติกรรมการควบคุมอาหารของหญิงซึ่งมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ผิด จะส่งผลให้วัยรุ่นหญิงที่เป็นบุตรของหญิงเหล่านั้นมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ผิดเช่นเดียวกับแม่มากกว่าวัยรุ่นหญิงที่มีแม่ซึ่งไม่ได้มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ผิด กล่าวคือ แม่ที่เฝ้าควบคุม

อาหารเพื่อลดน้ำหนักมักจะนิยมให้ลูกของคุณมีพฤติกรรมการควบคุมอาหารเหมือนกัน ดังนั้นแม่เหล่านี้จะให้กำลังใจและเป็นแบบให้แก่วัยรุ่นหญิงเพื่อที่จะได้ลดน้ำหนักเหมือนกัน

ดิกซอน เวอริเยม และเลิฟ (Dixon, Werthiem and Love, 1998 cited in McCabe and Ricciardelli, 2003) พบว่าการให้กำลังใจจากการผู้ปกครองต่อการควบคุมอาหาร (ผู้ปกครองหมายถึงทั้งพ่อและแม่) นั้นได้มีส่วนร่วมทั้งต่อความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายและพฤติกรรมการควบคุมอาหารในวัยรุ่นหญิง

อย่างไรก็ตามบทความ และวรรณกรรมเกี่ยวกับอิทธิพลของครอบครัวที่มีต่อภาพลักษณ์ทางร่างกาย ได้เน้นถึงอิทธิพลที่ส่งผลต่อวัยรุ่นหญิง อิทธิพลของครอบครัวต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายได้ถูกละเลยไป (McCabe and Ricciardelli, 2003)

5.2 กลุ่มเพื่อน (Peer)

วัยรุ่นเป็นวัยที่คบค้าสมาคมระหว่างเพื่อนรุ่นเดียวกันมากที่สุด เป็นวัยที่ออกนอกบ้านมากกว่าปกติ และเป็นวัยที่วัยรุ่นกำลังต้องการเรียนรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง ดังนั้นวัยรุ่นจะเรียนหลายสิ่งหลายอย่างจากพวกเดียวกัน คือกลุ่มเพื่อน ซึ่งเป็นการรวมกลุ่มของวัยรุ่นที่สนิทสนมกัน หรือมีรสนิยมตรงกัน หรือมีผลประโยชน์ร่วมกันบางอย่าง สมาชิกภายในกลุ่มก็เอาเป็นที่แน่นอนไม่ได้ บางคนเข้ากลุ่มเป็นระยะหนึ่งก็แยกตัวออกไป บางทีก็กลับมารวมกลุ่มอีก สุดแท้แต่ความประสงค์ของตนและความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มนั้น (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539)

กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายในวัยรุ่น ดังจะเห็นได้จากความพยายามของกลุ่มเพื่อนที่จะกดดันวัยรุ่นหญิง เพื่อรับพฤติกรรมการลดน้ำหนักให้เหมือนกัน (McCabe and Ricciardelli, 2003) แต่บทความได้ให้ความเห็นที่ตรงข้ามไป กล่าวคือ แพกตอน (Paxton, 1991 cited in McCabe and Ricciardelli, 2003) ได้ให้ความเห็นว่า วัยรุ่นหญิงเพียงแค่น้อยเท่านั้นที่มีพฤติกรรมการควบคุมอาหาร โดยได้รับกำลังใจจากกลุ่มเพื่อน เช่นเดียวกับกับ กีบส์ (Gibs, 1986 cited in McCabe and Ricciardelli, 2003) พบว่า จำนวนของกลุ่มเพื่อนซึ่งเคยมีพฤติกรรมการควบคุมอาหารไม่สามารถนำมาทำนายจำนวนของวัยรุ่นหญิงในปัจจุบันที่มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่ผิดปกติ

5.3 สื่อมวลชน (Mass media)

ปัจจุบันเครือข่ายสื่อมวลชนเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วและขยายขอบเขตไปทั่วประเทศ ทำให้ความรู้ ข้อมูล ข่าวสารต่างๆ แพร่ไปทุกหนทุกแห่ง สื่อมวลชนมีหน้าที่สำคัญในการให้ข่าวสารแก่ประชาชนที่รับชม เพื่อให้ข่าวสาร ความบันเทิง ความรู้ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และยังสามารถถ่ายทอดวัฒนธรรมและเจตคติแก่ประชาชน วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการเรียนรู้ จึงใช้สื่อทางโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ เป็นแหล่งค้นคว้า ดังนั้นเมื่อสื่อมวลชนนำเสนอความคิดหรือค่านิยม

ออกมา วัยรุ่นจะมีการเลียนแบบ และซึมซับความคิดหรือค่านิยมนั้นๆ ไว้ (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539)

โพซาแวก (Posavac, 1998 cited in McCabe and Ricciardelli, 2003) กล่าวว่าในการศึกษาอย่างต่อเนื่องเกี่ยวกับภาพลักษณ์ที่ได้รับจากสื่อสารมวลชนมีอิทธิพลต่อผู้หญิงที่เคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับการเพิ่ม หรือลดน้ำหนัก แต่สื่อสารมวลชนจะมีอิทธิพลเพียงเล็กน้อยต่อผู้หญิงที่มีความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายตนเองน้อย

กริฟฟิธส์ และแมคแคบ (Griffiths and McCabe cited in McCabe and Ricciardelli, 2003) พบว่ามุมมองที่ได้รับจากสังคมสามารถทำนายระดับความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายในวัยรุ่นหญิงได้ แต่ความกดดันจากสื่อมวลชนไม่สามารถทำนายการรับประทานอาหารที่ผิดปกติที่มีปัจจัยอื่นมาเกี่ยวข้องได้

จากวรรณกรรมของภาพลักษณ์ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการประเมินอิทธิพลของสื่อสารมวลชนที่มีผลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่น และการรับประทานอาหารที่ผิดปกติของวัยรุ่นหญิงที่มีอยู่ พบว่าอิทธิพลของสื่อสารมวลชนต่อความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย หรือการลด/เพิ่มน้ำหนัก หรือการเพิ่มมัดกล้ามเนื้อของวัยรุ่นชาย ได้ถูกละเลยไป เช่นเดียวกับอิทธิพลทางสังคมอื่น (McCabe and Ricciardelli, 2001 cited in McCabe and Ricciardelli, 2003)

โดยสรุปแล้ว อิทธิพลทางสังคมที่มีผลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่น อันได้แก่ ครอบครัว กลุ่มเพื่อน และสื่อสารมวลชน ซึ่งได้มีผู้ศึกษาไว้แล้วโดยแยกเป็นประเด็นศึกษาแต่ละประเด็นแยกกัน การศึกษาโดยพิจารณาอย่างรวมกัน ในอิทธิพลทางสังคมต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายมีอยู่น้อย และการศึกษานี้ส่วนมากไม่ได้กล่าวถึงวัยรุ่นชาย และประเด็นในการเพิ่มมัดกล้ามเนื้อ หรือเพิ่มน้ำหนัก ซึ่งส่วนมากจะกล่าวถึงพฤติกรรมลดน้ำหนักของวัยรุ่นหญิงเท่านั้น แมคแคบและริคเซียเดลลี (McCabe and Ricciardelli, 2000 cited in McCabe and Ricciardelli, 2003) พบว่า พ่อแม่ เพื่อน และสื่อสารมวลชนสามารถมองได้เป็นสามสิ่งที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นชายสำหรับการศึกษาผลกระทบต่อความรู้สึกเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายได้

6. แนวคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

การเปลี่ยนแปลงทางสังคม หมายถึง การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างหรือของรูปแบบของความสัมพันธ์ และการปะทะสัมพันธ์กันทางสังคม ซึ่งเกี่ยวข้องกับบทบาท ระเบียบ แบบแผน ค่านิยม และวัฒนธรรม ความเปลี่ยนแปลงทางสังคมเป็นปรากฏการณ์ที่ซับซ้อนมาก และเกี่ยวข้องกับ

ความสัมพันธ์ระหว่างกันของสิ่งต่างๆ ใน โครงสร้างทางสังคม รวมทั้งความสัมพันธ์กับปัจจัยที่ไม่ใช่ทางสังคมด้วย เช่น การเปลี่ยนแปลงทางนิเวศวิทยา ประชากรและเทคโนโลยี (นิเทศ ดินณะกุล, 2546: 7)

ในความรู้สึกที่เป็นนามธรรมที่สุด การเปลี่ยนแปลงทางสังคม หมายถึง จำนวนคนส่วนมากรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมและมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ความสัมพันธ์ในการร่วมทำกิจกรรมดังกล่าว อาจมีความแตกต่างไปจากเดิมที่บุคคลนั้น หรือพ่อแม่ของเขาเคยกระทำ หรือมีความสัมพันธ์มาก่อน (นิเทศ ดินณะกุล, 2456 : 8)

Hans Gerth and C.Wright Mills กล่าวว่า เรามักจะพูดถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคมว่าอะไรก็ได้ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาต่อพบาทในสถาบัน หรือระเบียบแบบแผนของโครงสร้างทางสังคม การเป็นที่ยอมรับ การเจริญเติบโต และการถดถอย สังคมเป็นรูปแบบของความสัมพันธ์ที่มีเครือข่ายซับซ้อน ซึ่งสมาชิกทุกคนต้องเข้าร่วมกิจกรรมในระดับที่ไม่เหมือนกัน ความสัมพันธ์และพฤติกรรมเหล่านี้ สามารถเปลี่ยนแปลงไปในเวลาเดียวกัน แต่ละคนจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ๆ ซึ่งพวกเขาจะต้องตอบรับกับสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งสถานการณ์เหล่านี้สะท้อนให้เห็นปัจจัยหลายอย่างที่เป็นการแนะนำเทคนิคใหม่ๆ ทางเลือกในการดำเนินชีวิต การเปลี่ยนแปลงที่อยู่ การประดิษฐ์นวัตกรรมใหม่ๆ ความคิดและคุณค่าทางสังคม ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงทางสังคมจึง หมายถึง การเปลี่ยนแปลงวิถีการทำงานของคน การดูแลครอบครัว การให้การศึกษาบุตร การปกครองตัวเอง และการค้นหาความหมายของชีวิต (Hans Gerth and C.Wright Mills, 1953 อ้างถึงในนิเทศ ดินณะกุล, 2456 : 8)

7. แนวคิดการขัดเกลาที่เกี่ยวกับการแสดงบทบาทตามเพศของตน

กระบวนการขัดเกลาที่ทำให้ทารกและเด็ก มีพฤติกรรมไปตามเพศของตนนั้นเริ่มตั้งแต่เป็นทารก หรือหลังจากนั้นเพียงเล็กน้อย หนทางต่างๆ ที่มันมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและบุคลิกภาพของคน กระบวนการสำคัญ 2 อย่างที่เกี่ยวข้องกับการแสดงบทบาทตามเพศ คือ การเลียนแบบและการรับกฎเกณฑ์ต่างๆ เข้ามาไว้ในตัวเรา สังเกตจากการเล่นของเด็กๆ จะเห็นว่า เด็กผู้หญิงมักเล่นเลียนแบบกิจกรรมต่างๆ ซึ่งเป็นงานประจำของแม่บ้านที่เป็นบทบาทที่แม่แสดงอยู่ ส่วนเด็กชายจะเลียนแบบบทบาทต่างๆ ของพ่อหรือผู้ใหญ่เพศชาย ในวัฒนธรรมต่างๆ เด็กชายและเด็กหญิงจะถูกห้ามไม่ให้เลียนแบบบทบาทของเพศที่ตรงข้ามกับตน และจะได้รับรางวัล ถ้าทำตัวไปตามบทบาทที่วัฒนธรรมคาดหวังว่า เหมาะสมกับเพศของตน ความคิดที่มีอยู่ในใจของเราที่ว่า เราเป็นผู้ชาย หรือเป็นผู้หญิงนั้น เกี่ยวข้องกับการเล่นเลียนแบบบทบาทต่างๆ ตามเพศของตนในวัยเด็ก

การขัดเกลาที่เกี่ยวกับการแสดงบทบาทตามเพศ ได้คตินั้น จะต้องคำนึงถึงปัจจัยทั้ง 2 อย่าง คือ การกระทำที่ซับซ้อนกันระหว่างลักษณะทางชีววิทยาของมนุษย์ และแบบแผนทางวัฒนธรรม เพราะแบบ

แผนของการขัดเกลา ได้เพิ่ม และเสริมความแตกต่างทางชีวิตที่มีอยู่แล้ว ให้มีมากขึ้น ทำให้ชายและหญิงแตกต่างกันไปมากขึ้น (งามพิศ สัตย์สงวน, 2538 : 72-73)

8. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับวัฒนธรรม (Culture)

งามพิศ สัตย์สงวน (2543 : 30 – 32) กล่าวว่าสังคมในปัจจุบันมักเป็นสังคมขนาดใหญ่ที่มีจำนวนสมาชิกไม่ต่ำกว่าหมื่นแสนล้าน ๆ คนขึ้นไป และพลเมืองในแต่ละสังคม มักแบ่งออกเป็นคนหลายกลุ่มที่แตกต่างกัน ทำให้กลายเป็นสังคมที่มีความแตกต่างกันไปในหมู่สมาชิกของสังคม ดังกล่าวจึงมักมีวัฒนธรรมใน 2 ระดับ คือ วัฒนธรรมทั่วไปและวัฒนธรรมย่อย ขึ้นอยู่กับจำนวนของสมาชิกที่เข้าร่วมในวัฒนธรรมนั้น ๆ Linton เรียกวัฒนธรรมทั่วไปว่า General Culture แต่ Redfield เรียกว่า วัฒนธรรมใหญ่ (Great tradition) ซึ่งก็หมายถึง วัฒนธรรมที่เป็นหลักในการดำเนินชีวิตทั่วไปของสมาชิกจำนวนมากของสังคม หรือเป็นวัฒนธรรมที่คนจำนวนมากในสังคมมีอยู่ร่วมกัน ส่วนต่าง ๆ ของวัฒนธรรมดังกล่าวจะรวมตัวกันทำให้เกิดระเบียบในสังคม แต่ละคนรู้อาจจะหวังอะไรจากผู้อื่น และผู้อื่นจะปฏิบัติต่อเขาอย่างไรบ้าง เช่นในสังคมไทยคนไทยส่วนใหญ่จะนับถือพุทธศาสนา พุทธศาสนาไทยภาคกลาง

วัฒนธรรมย่อย (subculture) เป็นคำที่ Linton เรียก ส่วน Nanda เรียกว่าวัฒนธรรมเฉพาะ (Cultural Specialities) Redfield เรียกว่าวัฒนธรรมเล็ก (Little Tradition) Gamst และ Norbeck เรียกว่า วัฒนธรรมย่อย (Subspecific) หมายถึง ส่วนต่าง ๆ ของวัฒนธรรมที่ใช้กันในกลุ่มคนบางกลุ่มเท่านั้น ไม่ได้ใช้กันในทุกกลุ่มคนหรือโดยคนจำนวนมากในสังคม วัฒนธรรมย่อยมักเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมทั่วไปและมักเกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมทั่วไป แต่ในเวลาเดียวกันก็มักแตกต่างไป

จากวัฒนธรรมทั่วไปด้วย วัฒนธรรมย่อยจะเด่นชัดในสังคมที่มีความแตกต่างกันในหมู่ประชากร จึงมักไม่มีวัฒนธรรมทั่วไปแต่เพียงประเภทเดียว แต่จะมีแกนกลางที่เป็นวัฒนธรรมทั่วไป และมีวัฒนธรรมย่อยอยู่จำนวนหนึ่งในสังคมนั้นด้วย วัฒนธรรมย่อยเฉพาะกลุ่มตัวจะมีเอกลักษณ์ของตนเองด้วย วัฒนธรรมย่อยดังกล่าวแบ่งออกเป็นประเภทต่างๆ ได้หลายประเภท ตามสถานภาพทางสังคมประเภทต่างๆ ดังนี้ : สถานภาพทางเพศ สถานภาพทางอายุ สถานภาพทางอาชีพ สถานภาพทางชนชั้นหรือวรรณะ สถานภาพทางเชื้อชาติ หรือชนกลุ่มน้อยกลุ่มต่าง ๆ สถานภาพทางศาสนา เป็นต้น นอกจากวัฒนธรรมย่อยดังกล่าวซึ่งได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ชนชั้น หรือวรรณะ เชื้อชาติ ศาสนา แล้วยังมีอีกหลายประเภท ขึ้นอยู่กับปัจจัยอีกหลายอย่าง เช่น ลักษณะทางภูมิศาสตร์ ทำให้เกิดวัฒนธรรมย่อยเชิงภูมิภาคและวัฒนธรรมย่อยของคนเมือง คนชนบทขึ้น เป็นต้น

ในสังคมสมัยใหม่จะมีวัฒนธรรมย่อยเชิงอาชีพอยู่ด้วย เพราะคนในสังคมมักมีอาชีพต่าง ๆ กัน ไปเช่น นักร้อง ดาราภาพยนตร์ ครูอาจารย์ นายแพทย์ นักวิทยาศาสตร์ และนักสังคมศาสตร์ เป็นต้น คนแต่ละกลุ่มดังกล่าวจะมีวัฒนธรรมย่อยของตนเองที่ไม่เหมือนกลุ่มคนอาชีพอื่น ๆ คนที่อยู่ในอาชีพเดียวกันมักเข้าใจกันดีกว่าคนในอาชีพอื่น

สังคมสมัยใหม่ในปัจจุบัน มักจะประกอบไปด้วยสมาชิกที่มีเชื้อชาติต่าง ๆ กัน ทำให้เกิดเป็นวัฒนธรรมย่อยเชิงเชื้อชาติหรือชนกลุ่มน้อยหลายกลุ่ม ชนกลุ่มน้อยคือกลุ่มคนที่มีวัฒนธรรมแตกต่างไปจากวัฒนธรรมทั่วไป

นอกจากนี้ งามพิศ สัตย์สงวน (2543 : 53 – 54) ได้กล่าวไว้ว่า วัฒนธรรมแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. วัฒนธรรมทางวัตถุ (Material Culture) หมายถึง ส่วนของวัฒนธรรมที่จับต้องสัมผัส ได้ เพราะมันเป็นสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ ที่มีรูปร่างขนาดและน้ำหนักแตกต่างกันไปตั้งแต่ จอบ เสียม มีด หม้อ บ้าน รถยนต์ รถไฟ ไปจนถึงเครื่องจักรกลประเภทต่าง ๆ มนุษย์ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้โดยปราศจากสิ่งของเครื่องใช้บางอย่างได้ เช่น เสื้อผ้า ยารักษาโรค เป็นต้น

2. วัฒนธรรมที่ไม่ใช่วัตถุ (Non – Material) หมายถึง ส่วนของวัฒนธรรมที่จับต้องสัมผัส ไม่ได้ เพราะไม่มีรูปร่าง ขนาดหรือน้ำหนัก แต่มีอิทธิพลต่อชีวิตมนุษย์มาก วัฒนธรรมประเภทนี้ แบ่งออกเป็น 5 ประเภทย่อย คือ

2.1 สถาบันสังคม คือส่วนต่าง ๆ ของวัฒนธรรมที่เข้าจัดการกับปัญหาพื้นฐานของ สังคม สถาบันสังคมได้แบ่งเป็นประเภทต่าง ๆ ดังนี้ คือ สถาบันครอบครัว เศรษฐกิจ การเมือง การปกครอง การศึกษา ศาสนา การแพทย์ สาธารณสุข เป็นต้น สถาบันสังคมคือหัวใจของวัฒนธรรม

2.2 วัฒนธรรมประเภทที่เกี่ยวกับการควบคุมทางสังคม คือ วัฒนธรรมที่ช่วยทำให้เกิดระเบียบในสังคม ซึ่งบางอย่างจะเป็นการควบคุมอย่างเป็นทางการและบางอย่างไม่เป็นทางการ วัฒนธรรมประเภทนี้มี 5 ประเภทย่อยคือ

1) ศาสนา ในหลักศาสนาจะมีข้อห้ามต่าง ๆ เช่น ศาสนาพุทธมีศีล 5 ศีล 8 ที่ห้ามฆ่า สัตว์ พุคปิด ลักทรัพย์ ดื่มของมึนเมา ศาสนาจึงช่วยควบคุมทางสังคมอย่างสำคัญ

2) ความเชื่อทางสังคม คือ ระบบความคิดเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ที่เป็นของคนจำนวนมากในสังคม เช่น ในสังคมไทยคนจำนวนมากเชื่อในนรก สวรรค์ บุญ บาป การทำบุญ และโลกหน้า ความเชื่อต่าง ๆ ดังกล่าวจะช่วยควบคุมพฤติกรรมของคนให้อยู่ในระเบียบได้

3) ค่านิยม คือ มาตรฐานที่ใช้วัดว่าสิ่งใดมีค่าในสังคมบ้าง เมื่อสิ่งใดมีค่า คนก็อยากได้ ความเชื่อในค่านิยมของสังคมทำให้เกิดความมีระเบียบในสังคมขึ้นได้

4) ประเพณีต่าง ๆ แต่ละสังคมมีประเพณีต่าง ๆ ที่ปฏิบัติติดต่อกันมาเป็น เวลาอันยาวนาน ประเพณีบางอย่างของไทยมีอายุหลายร้อยปี เช่น สงกรานต์ ลอยกระทง เข้าพรรษา

เฉลิมพระชนมพรรษาและการบวชนาค เป็นต้น เมื่อคนทำตามประเพณีจะทำให้เกิดควมมีระเบียบในสังคมขึ้นได้

5) กฎหมาย คือ การควบคุมทางสังคมโดยตรง กฎหมายมีความสำคัญใน สังคมสมัยใหม่ เพราะมันทำให้เกิดควมมีระเบียบในสังคมได้อย่างดี

2.3 ศิลปะ นักวิชาการยังถกเถียงกันว่าศิลปะเป็นวัฒนธรรมทางวัตถุ หรือไม่ใช่วัตถุ ในสายตาของศิลปินมักมองศิลปะเป็นวัฒนธรรมที่ไม่ใช่วัตถุ ความจริงมันเป็นได้ทั้งวัฒนธรรมทางวัตถุ และไม่ใช่วัตถุด้วย ศิลปะในที่นี้ หมายถึงการสร้างสรรคผลงานในด้านต่าง ๆ เช่นจิตรกรรม ประติมากรรม สถาปัตยกรรม หัตถกรรมดนตรี การละคร นาฏศิลป์ และวรรณกรรม เป็นต้น

2.4 คือระบบสัญลักษณ์ที่ใช้สื่อสารติดต่อกัน ภาษาในที่นี้ หมายถึง ภาษาพูดภาษาเขียน รวมทั้งกิริยาท่าทางต่าง ๆ ด้วย

2.5 พิธีกรรม เน้นเฉพาะพิธีที่ต้องทำในแต่ละขั้นตอนของประเพณีต่าง ๆ เช่นในงานศพประกอบไปด้วยพิธีต่าง ๆ ที่ทำในช่วงเวลาที่ต่างกันออกไป พิธีบางอย่างทำก่อนพิธีอื่น ๆ เช่นการอาบน้ำศพ แต่งตัวมาก่อนรดน้ำ เป็นต้น

สุพัตรา สุภาพ (2540 : 99) ได้กล่าวไว้ว่า วัฒนธรรมก็เป็นสิ่งที่สร้างขึ้นมาจากมนุษย์ มนุษย์จะเป็นผู้สร้างทะนุบำรุง ถ่าทอดและเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรม มนุษย์เป็นสัตว์ประเภทเดียวที่มีวัฒนธรรมคือ มีวิธีการเรียนรู้รับช่วงสืบต่อกันมาได้ และสร้างสรรค์เพิ่มเติม การที่มนุษย์สามารถสร้างวัฒนธรรมได้ดี ก็เพราะมนุษย์มีลักษณะทางกายภาพและจิตใจเป็นพิเศษเหนือสัตว์ทั้งปวง และสิ่งนี้เองทำให้มนุษย์แตกต่างจากสัตว์ เพราะวัฒนธรรมทำให้คนเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง สรุปแล้ววัฒนธรรมมีความหมายครอบคลุมถึงสิ่งทุกอย่างที่แสดงออกถึงวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมใดสังคมหนึ่ง ที่ประกอบไปด้วยความรู้ ความเชื่อ ศิลปะ ศิลธรรม กฎหมาย ประเพณี วิทยาการ และทุกสิ่งทุกอย่างที่คิดและทำในฐานะที่เป็นสมาชิกของสังคม

นอกจากนี้ สุพัตรา สุภาพ ยังได้กล่าวถึง วัฒนธรรมรองหรืออนุวัฒนธรรม (Subculture) ไว้ด้วยว่า แม้ว่าแต่ชนชาติเดียวกัน เช่น ไทยจีน แขก ฝรั่งเศส ก็ยังมีการแบ่งสิ่งที่ตนยึดถือและปฏิบัติต่างกับกลุ่มอื่นในชาติของตน เนื่องจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มที่ตนสมัครใจเป็นสมาชิก เช่น กลุ่มวัยรุ่น กลุ่มนิสิต นักศึกษา กลุ่มอาจารย์ กลุ่มพ่อค้า กลุ่มชาวนา กลุ่มทหาร ตำรวจ กลุ่มกรรมกร ฯลฯ

จากที่กล่าวมา วัฒนธรรมรอง จึงเป็นวัฒนธรรมที่ใช้ในกลุ่มของวัยรุ่นชาย ซึ่งในวัยรุ่นชายก็มีวัฒนธรรมรองของแต่ละกลุ่มของตนเอง เช่น ชายแท้ (Heterosexual) ชายรักร่วมเพศ (Homosexual) การมีวัฒนธรรมรองที่ต่างกันของในแต่ละกลุ่มมีผลกระทบไม่มากนักน้อยในเรื่องของภาพลักษณ์ทางร่างกายปัจจัยที่ได้รับก็อาจจะแตกต่างกัน รวมไปถึงวิธีการจัดการกับร่างกายก็อาจจะแตกต่างกัน

9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่น

ในประเทศไทย

ศยามล (Sayamon, 2001) ศึกษาภาพลักษณ์ทางร่างกาย ขนาดร่างกายที่คาดหวัง และพฤติกรรม การรับประทานของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 588 คน พบว่า นิสิตหญิงมีความไม่พึงพอใจรูปร่างของตนเอง ให้ค่าภาพลักษณ์ร่างกายตนเองในเชิงลบมากกว่านิสิตชาย และจากผลสำรวจเกี่ยวกับขนาดร่างกายที่แท้จริง (Actual Body Size) และขนาดร่างกายที่คาดหวัง (Expected Body Size) ของนิสิตหญิง พบว่า

ขนาดรูปร่างที่แท้จริง (Actual Body Size) ของนิสิตหญิงมีความสูงเฉลี่ย 159 เซนติเมตร น้ำหนักเฉลี่ย 51.3 กิโลกรัม รอบอก 32.4 นิ้ว รอบเอว 26.6 นิ้ว และสะโพก 35.6 นิ้ว

ขนาดรูปร่างที่คาดหวัง (Expected Body Size) ของนิสิตหญิง คือ มีร่างกายที่ผอม (Thin) สูง (Tall) และกระชับ (Firm) โดยนิสิตหญิงปรารถนาที่จะมีส่วนสูง 165.2 เซนติเมตร น้ำหนัก 47.9 กิโลกรัม รอบอก 33 นิ้ว รอบเอว 24.7 นิ้ว และสะโพก 34.8 นิ้ว นอกจากนั้นนิสิตหญิงยังต้องการ มีขา เรียวยาว น่องเล็ก และเอวบาง

งานวิจัยของจุลณี เทียนไทย (จุลณี เทียนไทย, 2549) ศึกษาการเติบโตของวัยรุ่นไทยท่ามกลาง ความเปลี่ยนแปลงทางสังคม : กรณีศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างทางเพศในการมองรูปลักษณ์รูปร่าง ในอุดมคติ ความไม่พึงพอใจในรูปร่างและวิธีการให้ได้มาซึ่งรูปลักษณ์รูปร่างอันเป็นผลเสียดต่สุขภาพ ของวัยรุ่นไทยอายุ 16-19 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า วัยรุ่นหญิงและวัยรุ่นชายจะมีการสร้าง ภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง และภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติที่แตกต่างกัน รวมทั้งระดับ ความพึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายที่ต่างกันด้วย โดยระดับความไม่พึงพอใจในรูปร่างของเพศ หญิงสูงมาก และมองการส่วนของรูปร่างของวัยรุ่นเพศหญิงที่ตนไม่พึงพอใจจะเป็นการมองใน รายละเอียด ยกตัวอย่างเช่น การที่วัยรุ่นจะงอวัยวะที่ตนไม่พึงพอใจ อาทิ เพราะตาดีไป แก้มขุ่น หน้า กางไป ต้นแขนและต้นขาใหญ่ไป มีหน้าท้องส่วนเกินพอกพูนมาเยอะ หรือ นิ้วเท้าไม่สวย ในขณะที่ ระดับความไม่พึงพอใจในรูปร่างของวัยรุ่นเพศชายจะมีในระดับต่ำ โดยการมองส่วนของรูปร่างของ วัยรุ่นเพศชายที่ตนไม่พึงพอใจจะเป็นการมองในพื้นที่รวมๆ ยกตัวอย่างเช่น การที่วัยรุ่นชายมองพื้นที่ บนร่างกายที่ตนไม่พอใจ แล้วบอกว่า ช่วงส่วนบนของลำตัวผอมและเล็กแห้งจนเกินไปเมื่อเทียบกับ ขาของตน ส่วนช่วงกลางลำตัวมีการลงพุงมากเกินไป เป็นต้น ทั้งนี้ยังพบอีกว่า วิธีการจัดการกับร่างกาย ของวัยรุ่นหญิงและชายไทยมีความแตกต่างกัน โดยวิธีการจัดการกับร่างกายที่วัยรุ่นหญิงนิยมใช้ กล่าวคือ การอดอาหาร การรับประทานยาถ่าย การใช้ยาลดความอ้วน การฝังเข็ม การอมอาหารไว้ใน ปากชั่วคราวเพื่อให้ได้รสชาติแล้วคายออก หรือ แม้แต่การล้วงคอเพื่อให้อาเจียร ซึ่งเหตุผลที่วัยรุ่นหญิง

กล่าวไว้ในกรณีเลือกวิธีการเหล่านี้คือ ความสะดวกรวดเร็ว ในทางกลับกันวิธีการจัดการกับร่างกายที่วัยรุ่นชายนิยมใช้กล่าวคือ การเล่นกีฬา ออกกำลังกายในโรงยิมหรือศูนย์ออกกำลังกาย ฟิตเนส การจำกัดอาหารที่มีไขมันสูง เป็นต้น เหตุผลที่ทำให้วัยรุ่นชายนิยมเลือกวิธีการเหล่านี้ เพราะเป็นสิ่งที่สอดคล้องกับกิจกรรมและการใช้ชีวิตประจำวันของตนในแต่ละวัน

ศิริบงกช ดาวดวง (ศิริบงกช ดาวดวง, 2545 อ้างถึงใน นนทกร สิทธิพลากุล, 2547) ศึกษาความเชื่อของวัยรุ่นที่มีต่อความหมายของความอ้วน ความเชื่อมโยงระหว่างความอ้วนกับรูปร่าง และความเชื่อมโยงความอ้วนที่มีต่อการใช้ยา โดยใช้เทคนิควิธีวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวัยรุ่นหญิงอายุ 17-22 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1-4 คณะนิเทศศาสตร์ จำนวน 28 คน พบว่า ความเชื่อของวัยรุ่นที่มีต่อความหมายของความอ้วนในเชิงลบมากกว่าความหมายเชิงบวก กล่าวคือ ความหมายเชิงลบของกลุ่มวัยรุ่นหญิงที่มีต่อความอ้วนในสัญญาเปรียบเทียบกับวัตถุสิ่งของที่มีลักษณะกลม และเปรียบเทียบกับรูปร่างสัตว์ที่มีลักษณะตัวใหญ่กินจุ ความหมายในเชิงบวกเป็นคนอารมณ์ดี น่ารัก สมบูรณ์ และเมื่อนำความหมายความอ้วนมาสัมพันธ์กับรูปร่าง พบว่า วัยรุ่นหญิงมองรูปร่างแบบแยกส่วนออกเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่ การมองรูปร่างเหมือนเครื่องจักร การมองรูปร่างแบบคู่ตรงข้าม อ้วน ผอม และการมองรูปร่างกับดัชนีทางสังคม

การมองรูปร่าง

ในต่างประเทศ

โพลซลินช ไมเออร์ คิลมาร์ติน ฟอสแมนฟอลก และเคียวเวอร์ (Polce-Lynch, Myers, Kilmartin, Frossmann-Falck and Kliewer, 1998) ได้วิจัยเรื่อง “Gender and Age Patterns in Emotional Expression, Body Image, and Self-Esteem: A Quantitative Analysis” เป็นงานวิจัยที่เน้นถึงการศึกษาเชิงคุณภาพ เพื่อพิจารณาถึงรูปแบบของเพศและอายุที่มีผลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกาย การแสดงทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิง การวิจัยได้ตั้งสมมติฐานของปัจจัยที่มีผลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่น คือ สื่อสารมวลชน ได้ผลการวิจัยที่ว่า สื่อสารมวลชนมีอิทธิพลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิง และอิทธิพลจากสื่อสารมวลชนยังมีความเกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าของตนในวัยรุ่นชายและหญิงทั้งหมด ยกเว้นวัยรุ่นชายตอนต้นเท่านั้น

ชอร์ และ วอลเลอร์ (Shaw and Waller, 1995) ศึกษาเรื่อง “The Media’s Impact on Body Image: Implication for Prevention and Treatment” ผลวิจัยของอุดมคติความผอมเพริ้วในสื่อมวลชนที่มีต่อผู้หญิงในการนำไปสู่อาการโรคบูลิเมีย พบว่า การเปิดรับสื่อมวลชนประเภทนิตยสาร และโทรทัศน์

ก่อให้เกิดกระบวนการการยอมรับรูปแบบตายตัวของอุดมคติความผอมเพรียว (Internalization of the thin ideal stereotype) ที่มีผลกระทบต่อการศึกษาความไม่พึงพอใจรูปร่าง และนำไปสู่การรับประทานอาหารที่ผิดปกติ

โคเฮน และ โปพ (Cohane and Pope, 2000) ได้ทำวิจัยโดยการทบทวนเอกสารในหัวข้อ “Body Image in Boys: A Review of the Literature” มีจุดประสงค์ในการทบทวนเอกสารครั้งนี้ เพราะเอกสารทางวิทยาศาสตร์และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้เริ่มเน้นถึงความขาดแคลนประเด็นในการศึกษาภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชาย ดังนั้นพวกเขาจึงได้เริ่มแนวความคิดในทบทวนวรรณกรรมขึ้น โดยใช้เทคนิควิธีการทางคอมพิวเตอร์และการค้นคว้าด้วยตนเองซึ่งเน้นไปที่ทัศนคติของวัยรุ่นชายที่มีต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนโดยสนใจกลุ่มวัยรุ่นชายที่มีช่วงอายุต่ำกว่า 18 ปี

ผลที่ได้พบว่าม้งานวิจัยที่สามารถนำมาเกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายทั้งหมด 17 งาน ซึ่งได้ค้นคว้าขึ้นเมื่อ 10 ปีที่ผ่านมา มีงานวิจัย 8 งาน ได้มีคำถามให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกายของตนเอง ซึ่งผลจากการศึกษาทั้ง 8 งานนี้ พบว่าวัยรุ่นชายมักจะแสดงออกถึงความกังวลเกี่ยวกับร่างกายของตนน้อยกว่าวัยรุ่นหญิง วัยรุ่นชายจำนวนมากในรายงานการวิจัยที่มีความไม่พึงพอใจในร่างกายของคนมักจะเห็นคุณค่าในตนเองน้อยลงด้วย ในขณะที่วัยรุ่นหญิงต้องการมีภาพลักษณ์ทางร่างกายที่ผอมลง วัยรุ่นชายต้องการให้ตนเองมีภาพลักษณ์ทางร่างกายที่ใหญ่ขึ้น อย่างไรก็ตามงานวิจัยที่ได้ทบทวนมาไม่ได้ระบุถึงการมีร่างกายใหญ่ระหว่างมัดกล้ามเนื้อ หรือน้ำหนัก

เฟอร์นาม แบคมิน และชีเอด (Furnham, Badmin and Sneade, 2002) ได้วิจัยเรื่อง “Body Image Dissatisfaction: Gender Difference in Eating Attitudes, Self-Esteem, and Reason for Exercise” ศึกษาถึงความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายและหญิงในช่วงอายุตั้งแต่ 12-13 ปี ของประเทศอังกฤษ โดยมีประเด็นในการวิจัยถึงความแตกต่างระหว่างเพศในทัศนคติการรับประทาน การเห็นคุณค่าของตน และเหตุผลที่จะทำให้มีการออกกำลังกาย พบว่าวัยรุ่นกลุ่มตัวอย่าง 235 คนที่ได้ทำแบบสอบถามในประเด็นการวิจัย รวมไปถึงความแตกต่างระหว่างภาพลักษณ์ทางร่างกายจริงกับภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ พบว่าวัยรุ่นชายต้องการมีน้ำหนักเพิ่มเท่ากับกลุ่มที่ต้องการมีน้ำหนักที่น้อยลง ในขณะที่วัยรุ่นหญิงส่วนน้อยเท่านั้นที่ต้องการมีน้ำหนักเพิ่ม การเห็นคุณค่าในตัวเองมีส่วนสัมพันธ์มาจากความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ของวัยรุ่นหญิงเพียงเพศเดียว และเหตุผลเฉพาะในการออกกำลังกายถูกพบว่ามีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าตนเองต่ำ การรับประทานอาหารที่ผิด ซึ่งไม่ได้มีการคำนึงถึงเพศ

แมคแคบ และริคเชียเคลลิ (McCabe and Ricciardelli, 2003) ได้วิจัยเรื่อง “Socioculture Influences on Body Image and Body Changes among Adolescent Boys and Girls” ซึ่งเป็นงานวิจัยที่

เกี่ยวกับอิทธิพลจากครอบครัว เพื่อน และสื่อสารมวลชนต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นชายและหญิง พบว่าเพื่อนสนิทชายมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่นชายกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด และเพื่อนสนิทหญิงและแม่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกายของวัยรุ่นหญิงกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด

จูลณี เทียนไทย (Chulanee Thianthai, 2003) ได้วิจัยเรื่อง “Putting Western Frameworks To Use: A Study of Body Image And Gender Difference Among Thai Adolescent and Young Adults” เป็นงานวิจัยที่มีการเก็บข้อมูลจริงในประเทศไทย งานวิจัยนี้เน้นถึงความแตกต่างทางเพศระหว่างภาพลักษณ์ทางร่างกาย ความไม่พึงพอใจในร่างกายของหญิงไทยและชายไทย รวมไปถึงวิธีการควบคุมอาหาร และความต้องการทางสังคมของผู้หญิงที่ต้องการมีรูปร่างผอมและสวย ผลจากงานวิจัยที่ได้จากการสัมภาษณ์เจาะลึกแสดงให้เห็นว่า ผู้หญิงไทยต้องการมีรูปร่างที่สูง ผอม และได้สัดส่วน เช่น ภาพลักษณ์ในอุดมคติที่น่าดึงดูดใจแต่ผู้ชายมีความชอบในผู้หญิงที่ไม่ผอมมากกว่า ผู้หญิงและผู้ชายไทยมีภาพลักษณ์ทางอุดมคติของชายว่าสูง แข็งแรง และมีมัดกล้ามเนื้อที่กระชับได้สัดส่วน ผู้หญิงจะมองเห็นส่วนของร่างกายแยกกันเมื่ออภิปรายถึงปัญหาภาพลักษณ์ทางร่างกาย ในขณะที่ผู้ชายจะมองเห็นร่างกายเป็นส่วนเดียวกันหมด วิธีการจัดการกับร่างกายของผู้หญิงตามงานวิจัยนี้ คือ การงดอาหารเพื่อแก้ปัญหาทางร่างกายเฉพาะส่วน ขณะที่ผู้ชายจะใช้กีฬาและการออกกำลังกายเพื่อแก้ปัญหา

เฟรนซ์ สโตรี เรมาเฟดี เรสนิค บรัม (French, Story, Remafedi, Resnick, Blum, 1994) ได้วิจัยเรื่อง “Sexual Orientation and Prevalence of Body Dissatisfaction and Eating Disordered Behaviors : A Population-Based Study of Adolescents” เป็นงานวิจัยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มชายแท้ (Heterosexual) และ กลุ่มรักร่วมเพศ (Homosexual) การวิจัยได้ตั้งสมมติฐานว่า การปรับตัวในกลุ่มรักร่วมเพศมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับความไม่พึงพอใจในร่างกาย และทำให้เกิดปัญหาพฤติกรรมการกินในกลุ่มผู้ชาย ได้ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มรักร่วมเพศจะไม่พึงพอใจในร่างกายของตนเองมากกว่ากลุ่มชายแท้ และมีการอดอาหารมากกว่า มีพฤติกรรมรักความสะอาดมากกว่า รวมไปถึงการทำให้อาเจียรเพื่อควบคุมน้ำหนักด้วย

บริซซาร์ด และคิง (Blizzard and King, 2003) ได้วิจัยเรื่อง “Male Body Image: Role of Investment, Social Comparison, Sociocultural Internalisation, and Drive for Muscularity” เป็นงานวิจัยเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกายในเพศชาย จำนวน 145 คน ในช่วงอายุ 18-30 ปี พบว่า ประมาณครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างพึงพอใจในภาพลักษณ์ของตนเอง ส่วนในกลุ่มไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ของตนเอง ต้องการมีรูปร่างที่ผอมลง และตัวใหญ่ขึ้น และแสดงถึงต้องการมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรง

ฟีลด์ (Field et al., 2001) ได้วิจัยเรื่อง “Peer, Parent, and Media Influences on The Development of Weight Concerns and Frequent Dieting among Preadolescent and Adolescent Girls and Boys” ในการศึกษาอิทธิพลทางสังคมวัฒนธรรมที่มีต่อความกังวลเรื่องน้ำหนัก และความถี่ในการลดน้ำหนักของวัยรุ่นชายและหญิง โดยใช้วิธีการส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ทั้งสหรัฐอเมริกาเป็นระยะเวลา 1 ปี ตั้งแต่ปี 1996-1997 ปรากฏว่ามีเด็กหญิงจำนวน 6,770 คน และเด็กชายจำนวน 5,280 คน อายุระหว่าง 9-14 ปี ในปี 1996 ตอบแบบสอบถามได้ครบถ้วนสมบูรณ์ ผลการวิจัยพบว่า ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการพัฒนาความกังวลเรื่องน้ำหนัก และวิธีการควบคุมน้ำหนักของเด็กวัยรุ่นทั้งชาย และหญิง

ดรัมมอนด์ (Drummond, 2003) ได้วิจัยเรื่อง “Men’s Bodies: Listening to the Voices of Men” งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยที่พยายามอธิบายถึง ประเด็นทางสังคมและวัฒนธรรม ที่ส่งผลกระทบต่อเพศชายชายและร่างกายของพวกเขา พบว่า ผู้ชายตกเป็นเป้าหมายให้มีส่วนร่วมเกี่ยวข้องกับศูนย์สุขภาพในชุมชน และศูนย์ปรึกษาทางสุขภาพต่างๆ

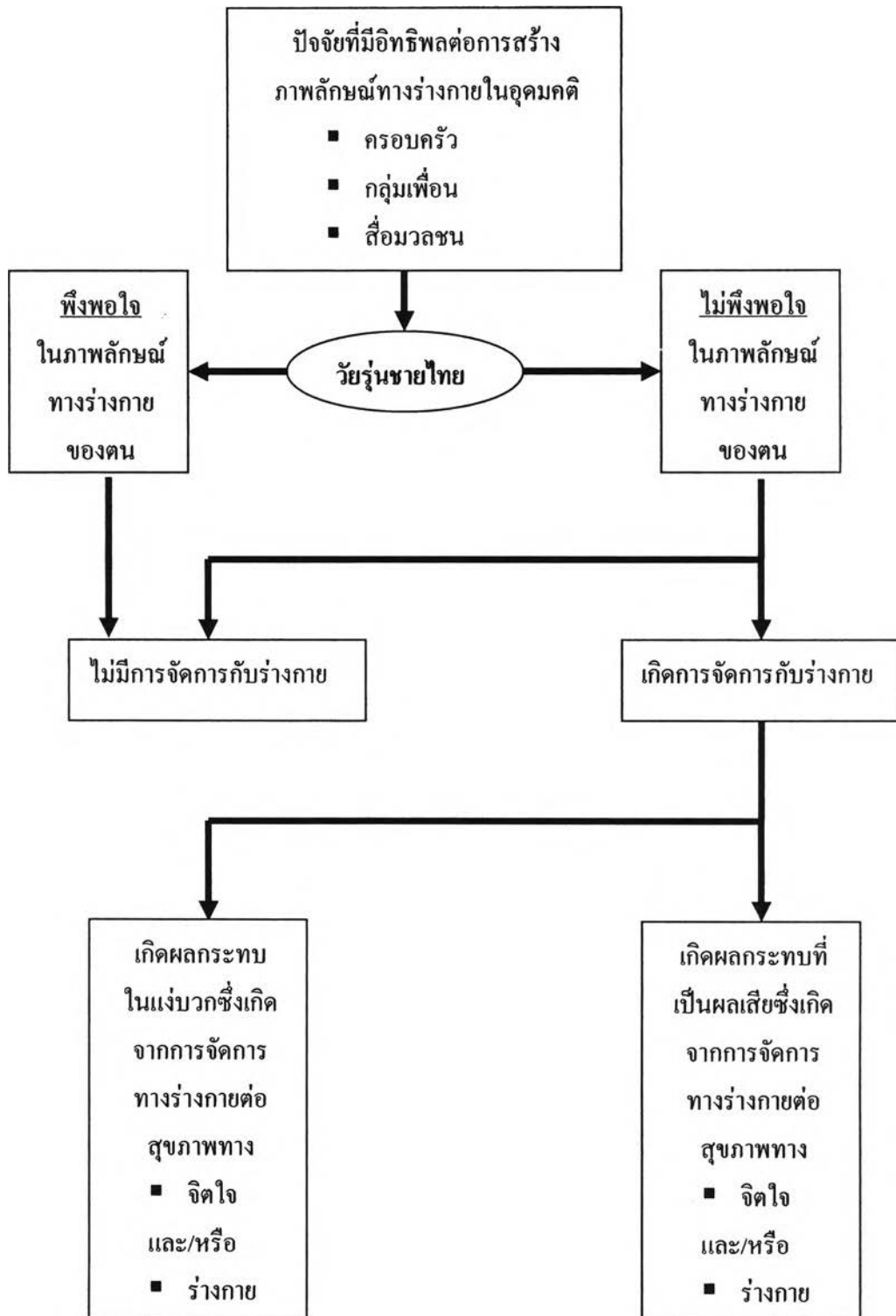
สแตนฟอร์ด และแมคแคบบ์ (Stanford and McCabe, 2002) ได้วิจัยเรื่อง “Body Image Ideal Among Males And Female : Sociocultural Influences And Focus On Different Body Parts” เป็นงานวิจัยเรื่อง ภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติของเพศชายและเพศหญิงที่มีความสัมพันธ์กับอิทธิพลต่อวัฒนธรรมทางสังคม พบว่า กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และเพื่อนต่างเพศจะมีอิทธิพลต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายมากกว่าเพื่อนเพศเดียวกัน

แฮร์โซก นิวแมน เยฮ วอร์ชอ (Herzog, Newman, Yeh, Warshaw) ได้วิจัยเรื่อง “Body Image Satisfaction in Homosexual and Heterosexual Woman” เป็นงานวิจัยเรื่องความพึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายในหญิงรักร่วมเพศ และหญิงแท้ ในงานวิจัยนี้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ตัวแปรทางเพศและกับรับประทานอาหารที่ผิดปกติ ในผู้หญิง ได้ใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นหญิงรักร่วมเพศ 45 คน และหญิงแท้ 64 คนศึกษา จากการวิจัย พบว่า ในกลุ่มหญิงรักร่วมเพศให้ความสำคัญกับน้ำหนักที่เป็นรูปร่างในอุดมคติมากกว่าในกลุ่มหญิงแท้ แต่ในกลุ่มหญิงรักร่วมเพศที่มีน้ำหนักตัวปกติจะพึงพอใจในร่างกายของพวกเขามากกว่าในกลุ่มหญิงแท้ และมีอัตราในการรับประทานในลักษณะที่ผิดปกติน้อยกว่าในกลุ่มหญิงแท้

ฮอสเปอร์ และแจนเซน (Hospers and Jansen, 2005) ได้วิจัยเรื่อง “Why Homosexuality is A Risk Factor For Eating Disorder in Males” ในงานวิจัยนี้ศึกษาถึงบทบาททางเพศ ความกดดันจากกลุ่มเพื่อน ความไม่เชื่อมั่นในตัวเอง พบว่า ในกลุ่มชายแท้และในกลุ่มชายรักร่วมเพศ มีระดับความไม่พึงพอใจในร่างกายของตนเองอยู่ในระดับสูง และถูกนำไปสัมพันธ์กับดัชนีมวลกายที่สูงขึ้นอีกด้วย การเกิดความกดดันจากกลุ่มเพื่อน คือ ความสัมพันธ์ระหว่างการกดดันจากกลุ่มเพื่อนและความไม่พึงพอใจ

ในร่างกาย จะเกิดขึ้นเสมอในกลุ่มชายรักร่วมเพศ และยังพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มชายรักร่วมเพศกับการรับประทานอาหารที่ผิดปกตินั้นมาจากการ ไม่พึงพอใจในร่างกายของตนเอง

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา*



* หลังจากศึกษาแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัย และเอกสารที่เกี่ยวข้องแล้วทำให้เกิดกรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

11. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

11.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ตัวแปรด้านประชากร และ ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกาย

ตัวแปรทางด้านประชากร ได้แก่

- อายุ
- ระดับการศึกษา
- ศาสนา
- บุคคลที่พ่อกาศย์ร่วมด้วย
- จำนวนพี่น้อง
- ฐานะทางเศรษฐกิจ
- ระดับคะแนนเกรดเฉลี่ย
- ดัชนีมวลกาย

ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกาย ได้แก่

- ครอบครัว
- กลุ่มเพื่อน
- สื่อมวลชน

11.2 ตัวแปรตาม ได้แก่

- ความสนใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย
- ความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย
- การจัดการกับร่างกาย

สมมติฐานในการศึกษา

1. ครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ
2. กลุ่มเพื่อน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ
3. สื่อมวลชน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ
4. ครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกาย
5. กลุ่มเพื่อน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกาย
6. สื่อมวลชน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกาย
7. ครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกาย
8. กลุ่มเพื่อน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกาย
9. สื่อมวลชน เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกาย
10. ความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย ส่งผลให้เกิดการจัดการกับร่างกาย
11. ในกลุ่มชายแท้ (Heterosexual) ชายรักร่วมเพศ (Homosexual) มีวิธีการจัดการกับร่างกายที่แตกต่างกัน

นิยามศัพท์

ครอบครัว (Family) หมายถึง สถาบันแห่งแรกที่มีหน้าที่หล่อหลอมบุคคลให้มีชีวิตความเป็นอยู่ตามวัฒนธรรมหนึ่งๆ และขณะเดียวกันก็ทำหน้าที่สร้างบุคลิกภาพและความคิดของบุคคลให้เกิดขึ้น ความคิด ทศนคติ และบุคลิกภาพของวัยรุ่น จะได้รับอิทธิพลมาจากครอบครัวส่วนหนึ่ง เนื่องจากวัยรุ่นจะยอมรับและปฏิบัติตามคำแนะนำของพ่อแม่ วัยรุ่นจะมีการลอกเลียนแบบ หรือดูดซึมความเชื่อ เจตคติต่างๆ จากสมาชิกในครอบครัว

กลุ่มเพื่อน (Peer) หมายถึง การรวมกลุ่มของวัยรุ่นที่สนิทสนมกัน หรือ มีสนนิมที่ตรงกัน หรือ มีผลประโยชน์ร่วมกันบางอย่าง สมาชิกภายในกลุ่มก็เอาเป็นที่แน่นอนไม่ได้ บางคนเข้ากลุ่มเป็นระยะหนึ่งก็แยกตัวออกไป บางทีก็กลับมารวมกลุ่มอีก สุดแต่แต่ความประสงค์ของตนและความคิดเห็นของคนในกลุ่มนั้น

สื่อมวลชน (Mass Media) หมายถึง สิ่งที่ทำให้ข่าวสารแก่ประชาชนได้รับชม เพื่อให้ข่าวสารความบันเทิง ความรู้ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และยังสามารถถ่ายทอดวัฒนธรรม และเจตคติแก่ประชาชน

ภาพลักษณ์ทางร่างกาย (Body Image) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับรูปลักษณ์ของร่างกายภายนอกที่ปรากฏ เป็นความรู้สึกนึกคิดและเจตคติที่มีต่อรูปร่างลักษณะของตนเองจากการมองดูรูปลักษณ์ของตน และการรับรู้ การแปลความหมายจากปฏิกิริยาของบุคคลอื่นในสังคมที่มีต่อร่างกายของตน ซึ่งอาจตรงหรือไม่ตรงกับความเป็นจริงก็ได้ ภาพลักษณ์สามารถเปลี่ยนแปลงไปตามการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และสังคมวัฒนธรรม

ภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ (Ideal Body Image) หมายถึง ลักษณะรูปร่างที่บุคคลแต่ละคนปรารถนาที่จะมี ภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติเกิดจากการมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ ในสังคม อันได้แก่ ครอบครัว เพื่อน และสื่อมวลชน ในสังคมหนึ่งๆ จะมีลักษณะรูปร่างที่น่าพึงปรารถนาแตกต่างกันไป

ความสนใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย (Self Interest In One's Own Body Image) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่ใส่ใจและให้ความสำคัญกับรูปร่างของตนเอง

ความพึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย (Body Image Satisfaction) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดและเจตคติของบุคคลที่พึงพอใจ และมีทัศนคติในแง่บวกต่อรูปร่างลักษณะของตนเอง

ความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย (Body Image Dissatisfaction) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด และเจตคติของบุคคลที่ไม่พึงพอใจ และมีทัศนคติในแง่ลบต่อรูปร่างลักษณะของตนเอง

การจัดการกับร่างกาย (Body Management) หมายถึง วิธีการต่างๆ ที่ใช้เพื่อเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ทางร่างกาย ได้แก่ การออกกำลังกายอย่างหนัก การอดหรือลดอาหาร การรับประทานยาลดน้ำหนักหรือยาระบาย และการล้วงคอให้อาเจียน เป็นต้น

ชายแท้ (Heterosexual) หมายถึง ชายที่มีความรู้สึกนึกคิดทางจิตใจชอบในเพศตรงข้าม

ชายรักร่วมเพศ (Homosexual) หมายถึง ชายที่มีความรู้สึกนึกคิดทางจิตใจเป็นผู้หญิง หรือ ชายที่มีความชอบในเพศเดียวกัน

ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index : BMI) หมายถึง เกณฑ์ประเมินผลภาวะ โภชนาการ โดยการชั่งน้ำหนักของร่างกายโดยใช้หน่วย “กิโลกรัม” และวัดส่วนสูงของร่างกายโดยใช้หน่วย “เมตร” เพื่อนำมาคำนวณค่าด้วยสูตร $\text{น้ำหนัก(กิโลกรัม)} / \text{ส่วนสูง(เมตร)}$ ค่าที่ได้จากการคำนวณจะถูกนำมาประเมินภาวะมวลกายว่าอ้วนหรือผอม โดยมีเกณฑ์การประเมิน 5 ระดับ ได้แก่

- ดัชนีมวลกายน้อยกว่า 18.5 จัดได้ว่ามีน้ำหนักน้อย หมายความว่า บุคคลนั้นมีภาวะขาดสารอาหารที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย เช่น การไม่มีเรี่ยวแรงในการทำงาน มีอาการอ่อนเพลียง่าย
- ดัชนีมวลกายระหว่าง 18.5 – 22.9 จัดได้ว่ามีน้ำหนักปกติ หมายความว่าบุคคลนั้นไม่มีปัญหาด้านภาวะการขาดสารอาหารและภาวะโภชนาที่เกินปกติซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพ
- ดัชนีมวลกายระหว่าง 23.0 – 24.9 จัดได้ว่ามีน้ำหนักเกินปกติ หมายความว่าบุคคลนั้นเริ่มมีปัญหภาวะโภชนาการที่เกินปกติซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคอ้วน
- ดัชนีมวลกายระหว่าง 25.0 – 29.9 จัดได้ว่าเป็น โรคอ้วนระดับที่ 1 หมายความว่า บุคคลนั้นมีความไม่สมดุลของพลังงานที่ร่างกายได้รับ คือ มีการใช้พลังงานน้อยขณะที่ได้รับพลังงานเข้าไปมาก ซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เช่น โรคไขมันในเส้นเลือด โรคหัวใจ โรคเบาหวาน เป็นต้น
- ดัชนีมวลกายมากกว่าหรือเท่ากับ 30.0 จัดได้ว่าเป็น โรคอ้วนระดับที่ 2 หมายความว่า บุคคลนั้นมีความเสี่ยงสูงต่อการเกิดโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และโรคหัวใจ เป็นต้น