

## สรุปผลการวิจัย ปัญหาที่เกิดจากการวิจัย และ ข้อเสนอแนะ

## สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ภาพลักษณ์ทางร่างกายในวัยรุ่นชายไทย : ศึกษากรณีชายระดับปริญญาตรี ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ในการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ โดยการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ได้นำกรอบแนวคิดอิทธิพลทางสังคมต่อภาพลักษณ์ทางร่างกาย ซึ่งแบ่งเป็น 3 ส่วนใหญ่ อันได้แก่ ครอบครัว (Family) กลุ่มเพื่อน (Peer) สื่อมวลชน (Mass Media) โดยทำการศึกษา ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ในอุดมคติกับความสนใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย และความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ในอุดมคติกับความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โดยใช้เทคนิคการศึกษาเชิงปริมาณเป็นหลักและเสริมด้วยเทคนิคการศึกษาเชิงคุณภาพ

จากการศึกษาเชิงปริมาณสามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยทางด้าน ครอบครัว กลุ่มเพื่อน สื่อมวลชน เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ แต่ปัจจัยทางด้านสื่อมวลชนมีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติเป็นอันดับแรก ปัจจัยทางด้านกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติเป็นอันดับที่สอง และ ปัจจัยทางด้านครอบครัวมีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติเป็นอันดับที่สาม สำหรับผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลในการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติกับความสนใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลในการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติมีความสนใจในภาพลักษณ์ทางร่างกายมีความสัมพันธ์กัน หมายความว่า ครอบครัว กลุ่มเพื่อน สื่อมวลชนมีอิทธิพลทำให้นิสิตชายให้ความสำคัญและให้ความสนใจในร่างกายของตนเอง นอกจากนั้นในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลในการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติกับความสนใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย ยังได้พบถึง อิทธิพลจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน สื่อมวลชนส่งผลต่อความสนใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย โดย การที่สมาชิกในครอบครัวอยากให้มีการเปลี่ยนแปลงรูปร่าง ทั้งอยาก

เปลี่ยนแปลงรูปร่างเพื่อต้องการดึงดูดเพศตรงข้าม และ อาจมีรูปร่างเหมือนคาราไนกร็องนายแบบไทย จากสื่อนิยายสารและโทรทัศน์ ส่วนการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลในการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติกับความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกาย พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลในการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติกับความพึงพอใจภาพลักษณ์ทางร่างกายไม่มีความสัมพันธ์กัน หมายความว่า ปัจจัยทางด้านครอบครัว กลุ่มเพื่อน สื่อมวลชน ไม่มีอิทธิพลที่ทำให้วัยรุ่นชายเกิดความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย

จากการศึกษาเชิงคุณภาพ นิสิตในกลุ่มชายแท้ (Heterosexual) พบว่า ปัจจัยจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน และสื่อมวลชน เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติส่งผลทำให้เกิดความสนใจในรูปร่างและความไม่พึงพอใจในรูปร่าง ดังจะเห็นได้จาก โดยนิสิตชายกลุ่มนี้ ประารถนาที่จะมีรูปร่างสูงใหญ่และมีรูปร่างที่ดูสมส่วน มีกล้ามเนื้อ เมื่อเกิดความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย จะจัดการกับร่างกายให้มีรูปร่างดีขึ้นกว่าเดิมเท่านั้น ไม่ได้คาดหวังต้องให้เหมือนตามภาพลักษณ์ลักษณะในอุดมคติที่วางไว้ เนื่องจากเงื่อนไขทางพันธุกรรม อย่างเช่น เรื่องของส่วนสูง เป็นต้น ที่ไม่สามารถจัดการได้ แต่จะการจัดการกับร่างกายให้ได้รูปร่างที่ดูสมส่วนกับตัวเอง จากกรณีศึกษาทั้ง 4 กรณีในกลุ่มนี้ มีวิธีการจัดการกับร่างกาย ดังต่อไปนี้ รับประทานอาหารในปริมาณที่น้อยลงหลีกเลี่ยงอาหารประเภทไขมันสูง ออกกำลังกายอย่างหักโหม จนเป็นผลเสียต่อร่างกาย อดอาหาร ไว้ทรงผมที่ดูยาวรุงรัง รับประทานอาหารเสริมจำพวกวิตามินและโปรตีนโดยไม่ได้ปรึกษาแพทย์

นิสิตในกลุ่มชายรักร่วมเพศ (Homosexual) พบว่า ปัจจัยจาก ครอบครัว กลุ่มเพื่อน และสื่อมวลชน เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติส่งผลทำให้เกิดความสนใจในรูปร่างและความไม่พึงพอใจในรูปร่าง แต่ปัจจัยกลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติมากที่สุด ดังจะเห็นได้จากการถูกล้อเลียน ถูกวิจารณ์เปรียบเทียบรูปร่างและแข่งขันกันภายในกลุ่มเพื่อน โดยนิสิตชายกลุ่มนี้ ประารถนาที่จะมี ผิวขาว รูปร่างสูงผอมเพรียว เมื่อเกิดความไม่พึงพอใจในภาพลักษณ์ทางร่างกาย จะจัดการกับร่างกายให้มี โกล่เตี้ยหรือคล้ายภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติมากที่สุด จากกรณีศึกษาทั้ง 4 กรณีในกลุ่มนี้ มีวิธีการจัดการกับร่างกาย ดังต่อไปนี้ รับประทานอาหารในปริมาณที่น้อยลง หลีกเลี่ยงอาหารประเภทไขมันสูง อดอาหาร รับประทานยาลดน้ำหนัก รับประทานยาบำรุงประเภทแคลเซียมเพื่อเพิ่มความสูง ใช้ครีมบำรุงผิวที่ทำให้ผิวขาวที่มีราคาแพง ปอกหน้า ดูแลหมักผม ใช้ผ้ารัดคั้นแขน ขา เพื่อให้แขนขาเรียวขึ้น

นิสิตในกลุ่มชายแท้ที่ความสำอางค์ (Metrosexual) พบว่า มีเพียงปัจจัยจาก กลุ่มเพื่อนและสื่อมวลชนเท่านั้น ที่เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติส่งผลทำให้เกิดความสนใจในรูปร่างและความไม่พึงพอใจในร่างกาย ดังจะเห็นได้จาก ต้องการเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อนและเพื่อเป็นที่สนใจดึงดูดเพศตรงข้าม อยากมีรูปร่างเหมือนดารานักร้องนายแบบต่างประเทศจากสื่อนิตยสารและโทรทัศน์ โดยนิสิตชายกลุ่มนี้ ประารถนาที่จะมีรูปร่างที่ดูสูงใหญ่ มีกล้ามเนื้อ จะจัดการกับร่างกายให้มีใกล้เคียงหรือคล้ายภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติมากที่สุด จากกรณีศึกษาทั้ง 4 กรณีในกลุ่มนี้ มีวิธีการจัดการกับร่างกาย ดังต่อไปนี้ รับประทานอาหารในปริมาณที่เพิ่มมากขึ้น รับประทานอาหารเสริม วิตามิน และ โปรตีน ออกกำลังกายอย่างหักโหม เข้าฟิตเนส การเปลี่ยนทรงผม การเจาะหู การสัก ใช้ผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับความงามของผู้ชายที่มีราคาแพง เปลี่ยนแนวการแต่งตัวใหม่ตามแฟชั่นจากสื่อนิตยสารและโทรทัศน์

โดยทั้งสามกลุ่มไม่ว่าชายแท้ (Heterosexual) ชายรักร่วมเพศ (Homosexual) ชายแท้ที่ความสำอางค์ (Metrosexual) มีความเห็นที่ตรงกัน เข้าใจ เจือปน ไขความเป็นจริงทางพันธุกรรม (Genetic Realities Condition) เป็นตัวกำหนดรูปร่างของตัวเอง เช่น เรื่องของสีผิว ส่วนสูง ที่ไม่สามารถจัดการหรือเปลี่ยนแปลงให้เป็นไปตามภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติของแต่ละคนได้ และยอมรับว่าผู้ชายที่มีผิวสีขาว รูปร่างสูง ได้สัดส่วนที่ดีนั้นมากจากทางพันธุกรรม

## ปัญหาที่เกิดจากการวิจัย

1. ในการวิจัยเชิงปริมาณที่ต้องอาศัยแบบสอบถาม ในการเก็บข้อมูล ไม่ได้ได้รับความร่วมมือจาก นิสิตชายเท่าที่ควร จากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 381 คน ที่ได้จากการใช้สูตรคำนวณของ Yaro Tamane แต่ มีเพียงแบบสอบถามที่ตอบครบและไม่เสียเพียง 200 ชุด เท่านั้น ทำให้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้วิจัยในเชิง ปริมาณจึงมีกลุ่มตัวอย่าง 200 คน

2. ในการวิจัยเชิงคุณภาพนี้เองด้วยผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ในช่วง ระยะเวลาที่ นิสิตชาย ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง กำลังอยู่ในช่วงสอบ ทำให้ นิสิตชายมีเวลาสำหรับให้ สัมภาษณ์ไม่มากนัก ทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถสัมภาษณ์ได้เต็มที่นัก

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป สำหรับผู้ที่สนใจศึกษาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ “ภาพลักษณ์ ทางร่างกาย”

1. เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือของผลการวิจัยในการศึกษาเชิงปริมาณครั้งต่อไป หากไม่มีข้อจำกัด ทางด้านเวลาและงบประมาณควรขยายขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษาให้ถูกต้องเหมาะสมตามหลัก สถิติ จะทำให้ได้ภาพรวมที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น และจะทำให้มีความเชื่อมั่นจากผลการวิจัยที่สูงขึ้น

2. เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์มากขึ้นเกี่ยวกับเรื่องของภาพลักษณ์ทางร่างกายที่สอดคล้อง กับสภาพตามความเป็นจริงกับสถานการณ์ปัจจุบัน ควรทำวิจัยในประเด็นต่าง ดังนี้

- ประเด็นด้านเกี่ยวกับโฆษณาชวนเชื่อ

เนื่องจากสถานการณ์ปัจจุบันมีโฆษณาที่เกี่ยวกับการดูแลร่างกายออกมาแข่งขันกันสูงตาม ท้องตลาด จากการจัดการกับร่างกายที่ดูดีเพื่อให้ได้ตามภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติ โดยเฉพาะ อย่างยิ่งเรื่องการใช้ยาลดหรือเพิ่มน้ำหนัก หรือครีมบำรุงผิวหน้าที่มีราคาแพง

- ประเด็นเกี่ยวกับการทำศัลยกรรม

เนื่องจากการทำศัลยกรรมเพื่อให้ได้รูปร่างที่พึงพอใจมีค่าใช้จ่ายสูงมาก และเสี่ยงต่อการเป็น อันตรายต่อร่างกาย ฐานะทางเศรษฐกิจที่มีโอกาสที่ดีในการเลือกกับการจัดการกับร่างกายโดยใช้วิธี ศัลยกรรม

### - ประเด็นทางด้านกฎหมาย

เนื่องจากกฎหมายเป็นตัวกำหนดควบคุมเรื่องของการ โฆษณาชวนเชื่อ หรือแม้กระทั่งการทำสื่อกรรมใบหน้าหรือตามร่างกาย ในคลินิกที่เปิดถูกต้องตามกฎหมาย แต่ก็มีคลินิกที่เถื่อนที่เปิดแบบไม่ถูกกฎหมายเช่นกัน เช่น ประเด็นทางกฎหมายที่สามารถควบคุมสถานที่ที่ให้การจัดการกับร่างกายในแง่คุ้มครองผู้บริโภค

ข้อเสนอแนะด้านวิธีการในการจัดการกับร่างกายที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับสังคมไทย

ผลการศึกษาครั้งนี้ ช่วยสะท้อนให้เห็นถึงปัจจัยด้านสังคม ไม่ว่าจะทางด้านครอบครัว กลุ่มเพื่อน สื่อมวลชนที่มีอิทธิพลต่อการสร้างภาพลักษณ์ทางร่างกายในอุดมคติแล้วเกิดกับจัดการกับร่างกาย ซึ่งในบางกรณีเกิดปัญหาต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจต่อวัยรุ่น และปัญหาที่เกิดขึ้นนั้น ทุกส่วนในสังคมต้องมีส่วนรับผิดชอบ โดยเริ่มจากหน่วยงานสังคมที่เล็กที่สุด ก็คือ ครอบครัว ถัดมา คือ กลุ่มเพื่อน จนไปถึงทางสื่อมวลชน แต่กระนั้นในความเป็นจริง โดยเฉพาะกลุ่มเพื่อน และ สื่อมวลชน เป็นปัจจัยที่ยากต่อการเยียวยาในการป้องกันการจัดการกับร่างกายที่ไม่ถูกต้องและส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจให้แก่วัยรุ่นชายไทย ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีหน่วยงาน หรือ องค์กรทางภาครัฐเข้ามามีบทบาทในการช่วยเหลือให้คำแนะนำที่ถูกต้องแก่วัยรุ่นชายไทย

1. จัดตั้งหน่วยงานภาครัฐที่ดูแลเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยของวัยรุ่นโดยตรง ทั้งนี้ปัจจุบันหน่วยงานที่เข้ามารับผิดชอบดูแลเรื่องของการจัดการกับร่างกายของวัยรุ่นไม่มีอย่างชัดเจน
2. หน่วยงานทางสถาบันการศึกษาควรมีการรณรงค์ให้ความสำคัญกับการเรียน การสอนมากกว่า การให้ความสำคัญของการแข่งขันเรื่องภาพลักษณ์ทางร่างกาย เช่น การประกวดลีดเดอร์ในผู้ชายหรือผู้หญิง อีกทั้งควรรณรงค์การไม่ใช้ถ้อยคำรุนแรง เสียดสี วิจารณ์หรือแม้กระทั่งล้อเลียน ต่อคนที่รูปร่างที่อ้วน หรือ คนที่มีรูปร่างหน้าตาที่ไม่ดี ควรเน้นถึงความสามารถ การเรียน เป็นเรื่องสำคัญ
3. หน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ควรมีการรณรงค์ให้ครอบครัวดูแล ให้ความเอาใจใส่ต่อความรู้สึกของบุตร หลานมากยิ่งขึ้น อย่างเช่น การล้อเลียนเกี่ยวกับรูปร่าง การวิจารณ์เกี่ยวกับรูปร่าง หรือการเปรียบเทียบรูปร่างกับบุคคลอื่นก็ดี ในทางลบต่อวัยรุ่นคนนั้น เป็นการกระตุ้นทำให้วัยรุ่นเกิดความไม่พึงพอใจในร่างกาย แล้วก็เลือกจัดการกับร่างกายที่อาจส่งผลเสียต่อร่างกายและจิตใจได้

4. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งทางเอกชนและภาครัฐ ควรสนับสนุนการดูแลสุขภาพอย่างถูกวิธี โดยการประชาสัมพันธ์วิธีการจัดการกับร่างกายที่ถูกต้องเหมาะสมให้แก่ครอบครัวและวัยรุ่น เช่น การรับประทานอาหารที่ถูกหลักอนามัยครบทั้ง 5 หมู่ ชักชวนแนะนำให้การออกกำลังกายที่เหมาะสมแก่วัยรุ่นที่ไม่ชอบออกกำลังกาย และแนะนำการออกกำลังกายวิธีที่ถูกต้องไม่หักโหมจนเกินไป