

อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์

โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

นางสาวชนม์ธนิสา	วิวัฒน์วรยศ	5637419538
นางสาวบุศรินทร์	โอมพรนุวัฒน์	5637462438
นางสาวพัชรพร	สะอาดยิ่ง	5637475638

โครงการจิตวิทยานี้เป็นส่วนของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2559

THE INFLUENCES OF FAMILY, PEER AND SOCIAL MEDIA TOWARDS BODY IMAGE:
THE MEDIATING ROLE OF SELF-SCHEMA

CHONTANISA	WIWATWARAYOS	5637419538
BUTSARIN	OHMPORNNUWAT	5637462438
PHATCHARAPORN	SAARTYING	5637475638

A Senior Project in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Bachelor of Science in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2016

ชนม์ธนิสา วิวัฒน์วรยศ, บุศรินทร์ โคมพรนุวัฒน์, พัชรพร สะอาดยิ่ง : อิทธิพลของครอบครัว
เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตรมิติตนเองเชิงโครงสร้างเป็นตัวแปร
ส่งผ่าน (THE INFLUENCES OF FAMILY, PEER AND SOCIAL MEDIA TOWARDS BODY
IMAGE:THE MEDIATING ROLE OF SELF-SCHEMA)

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานทางจิตวิทยาหลัก : อาจารย์ ดร. สุภลักษณ์ ลวดลาย, 82 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการ
รับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตรมิติตนเองเชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงช่วงอายุ 11 ปี
ถึง 14 ปี โดยมีกลุ่มตัวอย่างในโรงเรียนกรุงเทพมหานคร จำนวน 211 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ
มาตรวัดอิทธิพลของครอบครัว มาตรวัดอิทธิพลของเพื่อน มาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ มาตร
วัดอัตรมิติตนเองเชิงโครงสร้าง และมาตรวัดการรับรู้รูปลักษณ์ ผลการวิเคราะห์อิทธิพลส่งผ่าน (Mediation
Analysis) โดยโปรแกรม Process พบว่า อัตรมิติตนเองเชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านความสัมพันธ์
ระหว่างอิทธิพลของครอบครัว (*Indirect effect* = .10, $p < .001$) อิทธิพลของเพื่อน (*Indirect effect* =
.12, $p < .001$) และอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ (*Indirect effect* = .11, $p < .001$) ต่อการรับรู้
รูปลักษณ์ เนื่องจากอิทธิพลทั้งสามข้างต้นล้วนเป็นปัจจัยสภาพแวดล้อมที่มีความใกล้ชิดต่อบุคคลและ
สามารถส่งผลทางความคิดของบุคคล ซึ่งอิทธิพลดังกล่าวนี้จะส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์มากหรือน้อย
เพียงใดก็ขึ้นกับอัตรมิติตนเองเชิงโครงสร้าง (self-schema) ซึ่งเป็นโครงสร้างทางปัญญาของบุคคลนั้นๆ ว่ามี
เจตคติและความเชื่อเช่นใดต่อข้อความที่ผ่านการแสดงออกจากอิทธิพลทั้งสามข้างต้น

คำสำคัญ: อิทธิพลของครอบครัว (Family Influence) อิทธิพลของเพื่อน (Friend Influence) อิทธิพลของ
สื่อสังคมออนไลน์ (Social Influence) อัตรมิติตนเองเชิงโครงสร้าง (Self-schema) การรับรู้รูปลักษณ์ (Body
Image)

สาขาวิชา.....จิตวิทยา.....ลายมือชื่อนิสิต.....

ปีการศึกษา.....2559.....ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงงานทางจิตวิทยาหลัก.....

5637419538, 5637462438, 5637475638: MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS: FAMILY/ PEER / SOCIAL MEDIA / SELF-SCHEMA / BODY IMAGE

CHONTANISA WIWATWARAYOS, BUTSARIN OHMPORNNUWAT, PHATCHARAPORN
 SAARTYING : THE INFLUENCES OF FAMILY, PEER AND SOCIAL MEDIA TOWARDS
 BODY IMAGE:THE MEDIATING ROLE OF SELF-SCHEMA SENIOR PROJECT ADVISOR :
 DR. SUPALAK LUADLAI, 82 pp.

The purpose of the current study was to examine the relations among the influences of family, peer and social media towards body image. Further, this study aimed to investigate whether self-schema would mediate the relationship among these variables or not. Self-report data were collected from 211 middle school girls in Thailand (mean age: 12.3 years). All participants were asked to complete Family Influence Scale, Peer Influence Scale, Sociocultural Attitudes towards Appearance Questionnaires-3, the Appearance Schemas Inventory and Body Shape Questionnaire. Mediation analysis using Process program revealed that self-schema was a significant mediator of the relationship between the influences of family, peer and social media towards body image.

Field of Study : Psychology Student's Signature

Academic Year : 2016 Student's Signature

Student's Signature

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

โครงการทางจิตวิทยาเล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีด้วยความช่วยเหลืออย่างยิ่งของ อาจารย์ ดร. สุกัลภ์ ลวดลาย อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการผู้ซึ่งให้ความรู้ คำแนะนำ ช่วยเหลือในการตรวจทาน และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ตลอดระยะเวลาการทำโครงการวิจัย และคณะผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์ และอาจารย์สรวิศ รัตนชาติชูชัย ผู้ที่คอยให้คำปรึกษาจนโครงการสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอบคุณโรงเรียนสีตบุตรบำรุงโรงเรียนประเสริฐธรรมวิทยาโรงเรียนกุหลาบวิทยา โรงเรียนศรีอยุธยา ในพระอุปถัมภ์ฯ และโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เทรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลขอบคุณรุ่นพี่และเพื่อนคณะจิตวิทยาที่ให้คำปรึกษาและคำแนะนำในการทำโครงการวิจัย

สุดท้ายขอขอบคุณบิดา มารดา ผู้ให้กำลังใจและสนับสนุนคณะผู้วิจัย ตลอดจนผู้มีพระคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการช่วยเหลือจนโครงการทางจิตวิทยาเล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ชนม์ธนิสา วิวัฒน์วรายศ

บุศรินทร์ โอมพรนุวัฒน์

พัชรพร สะอาดยิ่ง

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ	1
1.2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
1.2.1 พัฒนาการของวัยรุ่น	6
1.2.2 ทฤษฎีอิทธิพลทางสังคม	8
1.2.3 ทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม	10
1.2.4 อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	11
1.2.5 การรับรู้รูปลักษณ์	12
1.2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	13
1.3.1 อิทธิพลของครอบครัวต่อวัยรุ่น	13
1.3.2 อิทธิพลของเพื่อนต่อวัยรุ่น	15
1.3.3 อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ต่อวัยรุ่น	16
1.3.4 งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของครอบครัวต่อการรับรู้รูปลักษณ์	18
1.3.5 งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของเพื่อนต่อการรับรู้รูปลักษณ์	19
1.3.6 งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์	20

1.3.7 งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของครอบครัวต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	21
1.3.8 งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของเพื่อนต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	22
1.3.9 งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	23
1.3.10 งานวิจัยเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างและการรับรู้รูปลักษณ์	24
1.4 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	25
1.5 สมมติฐานการวิจัย	25
1.6 ขอบเขตของการวิจัย	25
1.7 กรอบแนวคิดการวิจัย	26
1.8 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย	28
1.9 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	28
1.10 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	28
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย	29
2.1 กลุ่มตัวอย่าง	29
2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	30
2.3 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	30
2.4 วิธีดำเนินการวิจัย การเข้าถึงผู้เข้าร่วมการวิจัย และการเก็บรวบรวมข้อมูล	35
2.5 การพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมการวิจัย	36
2.6 การวิเคราะห์ข้อมูล	37
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	38
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย	47
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย ข้อจำกัด และข้อเสนอแนะ	51
รายการอ้างอิง	54
ภาคผนวก	64

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 ความถี่และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา น้ำหนัก และส่วนสูง	38
2 ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่ามัธยฐาน ค่ามัชฌิมาเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของ ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา	41
3 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของครอบครัวเพื่อน สื่อสังคมออนไลน์ อีตมโนทัศน์ เชิงโครงสร้าง และการรับรู้รูปลักษณ์	42
4 วิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย โดยใช้โปรแกรม Process ของ Hayes (2013) ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคืออิทธิพลของครอบครัว ตัวแปรส่งผ่านคือ อีตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างและตัวแปรเกณฑ์คือการรับรู้รูปลักษณ์	43
5 ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคืออิทธิพลของเพื่อน ตัวแปรส่งผ่านคือ อีตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างและตัวแปรเกณฑ์คือการรับรู้รูปลักษณ์	44
6 ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคืออิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ตัวแปรส่งผ่านคือ อีตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างและตัวแปรเกณฑ์คือการรับรู้รูปลักษณ์	45
7 ผลการวิเคราะห์ผลรวมอิทธิพลอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของ ครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมี อีตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน	46

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1	โมเดลทฤษฎีอิทธิพลทางสังคม 8
2	โมเดลอิทธิพลของครอบครัว ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมี อัตรโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน 26
3	โมเดลอิทธิพลของเพื่อน ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมี อัตรโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน 27
4	โมเดลอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมี อัตรโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน 27
5	การวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธี Bootstrapping 1000 ของอิทธิพลครอบครัวโดยมี อัตรโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน 43
6	การวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธี Bootstrapping 1000 ของอิทธิพลเพื่อนโดยมี อัตรโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน 44
7	การวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธี Bootstrapping 1000 ของอิทธิพลสื่อสังคมออนไลน์โดยมี อัตรโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน 45

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

“นักเรียนชาย ม.4 หวิดโดดตึก เครียดกินยาลดอ้วนแล้วไม่ผอม” เมื่อวันที่ 28 พฤศจิกายน 2558 สนุกออนไลน์ได้นำเสนอข่าวว่ามีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ไปนั่งบริเวณริมระเบียงลานจอดรถชั้น 8 โรงพยาบาลนนทเวช สาเหตุมาจากอาการเครียดและถูกเพื่อนล้อเลียนว่าอ้วนจึงไปหาซื้อยาลดความอ้วนมากินเองเพื่อหวังว่าจะผอมแต่ผลกลับไม่เป็นอย่างที่คาด จึงหวังกระโดดตึกเพื่อจบชีวิตลง ในปีถัดมาก็มีข่าวในทำนองเดียวกัน คือ นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 กินยาลดความอ้วนเป็นเวลานานกว่า 2 เดือนติดต่อกัน เพื่อหวังว่าจะลดน้ำหนักได้ในเวลาอันรวดเร็ว ผลที่ตามมาทำให้เธอมีอาการแน่นหน้าอก และอาเจียนอย่างรุนแรงจนกระทั่งมาเสียชีวิตที่โรงพยาบาลดังข่าวที่ไทยรัฐออนไลน์เสนอเมื่อวันที่ 30 พฤษภาคม 2559 หรือจะเป็นข่าวของหญิงชาวอังกฤษอินเดีย เอ็ดมอนด์ส วัย 17 ปี ที่นำเสนอโดย Wilson และ Hernando (2015) ในเว็บไซต์ Mirror UK (2015) เป็นเรื่องราวของเด็กหญิงผู้ป่วยเป็นโรคอะนอเร็กเซียว่าเธอมีร่างกายผอมจนเนื้อติดกระดูก เพราะเธองดอาหาร ออกกำลังกายอย่างหนัก และมีความหลงใหลที่จะมีรูปร่างอย่างนางแบบในดวงใจ ทั้งๆ ที่จริงแล้วเธอไม่ได้มีรูปร่างอ้วนอย่างที่เธอคิดส่งผลให้เธอต้องได้รับการรักษาอย่างเร่งด่วนก่อนจะมีอันตรายถึงชีวิต

จะเห็นได้ว่าในปัจจุบันมีข่าวที่เผยแพร่ออกมามากมาย อันมีสาเหตุมาจากการรับรู้รูปลักษณ์ของแต่ละบุคคลที่มีการรับรู้แตกต่างกันไป ทั้งการรับรู้ต่ำกว่าความเป็นจริง ตามความเป็นจริง และมากกว่าความเป็นจริง ซึ่งค่านิยมของการรับรู้รูปลักษณ์นั้นมีการให้ค่านิยมไว้มากมาย หนึ่งในนั้นคือ Cash และ Brown (1989) อ้างถึงใน วิไลลักษณ์ เสระตระกูล, 2555) ได้กล่าวไว้ว่าการรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของตนซึ่งมีทั้งความคิดด้านบวกและด้านลบ ความคิดด้านบวกในที่นี้คือความพึงพอใจต่อรูปลักษณ์ของตน และความคิดด้านลบคือความไม่พึงพอใจต่อรูปลักษณ์ของตนซึ่งการรับรู้รูปลักษณ์ของตนนั้นเกิดขึ้นจากการที่บุคคลหนึ่งๆ มีประสบการณ์ในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นรอบข้าง เช่น พ่อแม่ เพื่อน และบุคคลใกล้ชิด จึงเกิดเป็นการรับรู้ดังกล่าวขึ้นมา และเกิดขึ้นจากองค์ประกอบสองประการ ประการแรกคือ การรับรู้ลักษณะทางรูปธรรม เช่น รูปร่าง หน้าตา สีผม ส่วนสูง และทรงผม ประการถัดมาคือ การรับรู้ที่เป็นนามธรรม เช่น บุคลิกภาพ ความเชื่อ และเจตคติ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เมื่อประกอบกันก็จะทำให้เกิดการรับรู้รูปลักษณ์ของตนขึ้น อย่างไรก็ตามหากบุคคลไม่พึงพอใจหรือรับรู้

บิดเบือนจากความเป็นจริงดังข้างต้นก็จะส่งผลให้เกิดผลกระทบทางลบตั้งแต่การมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่ยากลำบาก โรคทางจิตใจและร่างกาย หรือจนกระทั่งการฆ่าตัวตายตามมาได้

Women health action (2014) กล่าวว่า คนที่มีการรับรู้รูปลักษณ์ว่าไม่ดีพอหรือรายงานว่าไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์จะมีความเสี่ยงสูงในการเป็นโรคซึมเศร้า สุขภาพจิตแย่ ได้รับการกลั่นแกล้ง มีความผิดปกติในการกินอาหาร กิจกรรมทางกายและสุขภาพทางเพศลดลง พฤติกรรมการดื่มของมีนเมาและการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น รวมถึงมีการรับรู้ศักยภาพของตนเองต่ำลงอีกด้วย นอกจากนี้ยังพบอิทธิพลของการรับรู้รูปลักษณ์ต่อโรคทางจิตใจ โดย Didie, Pietrzak และ Philips (2010) ได้ศึกษาการรับรู้รูปลักษณ์ของผู้ป่วยที่เป็นโรคภาวะคิดหมกมุ่นเกี่ยวกับรูปลักษณ์บางส่วนที่คิดว่ามีความบกพร่อง หรือที่เรียกกันว่าโรค Body Dysmorphic disorder ผลการศึกษาพบว่าหลายๆ องค์ประกอบของการรับรู้รูปลักษณ์ส่งผลทางลบต่อโรคนี้ ซึ่งไม่ใช่แค่เรื่องการรับรู้เกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาแต่รวมไปถึงการประเมินสุขภาพและภาวะความเจ็บป่วยอีกด้วย อีกทั้งในผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้ในขั้นรุนแรงและมีอาการหลงผิดประกอบจะพบว่ามีความพึงพอใจในรูปลักษณ์ของตนเองต่ำและเกิดความวิตกกังวลในน้ำหนักรวมทั้ง นอกจากนี้ Rodríguez-Cano, Beato-Fernández และ Llarío (2006) พบว่าการรับรู้รูปลักษณ์ในทางลบมีความสัมพันธ์กับการรับรู้คุณค่าในตนเองต่ำ ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความสัมพันธ์นี้มีนัยสำคัญทางสถิติในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และความรู้สึกไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์นั้นนำมาซึ่งความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายที่เพิ่มมากขึ้นสอดคล้องกับ Brausch และ Muehlenkamp (2007) ที่ชี้ให้เห็นว่าเจตคติและความรู้สึกทางลบต่อรูปลักษณ์ของตนเองเป็นตัวทำนายที่สำคัญต่อความคิดที่จะฆ่าตัวตายมากกว่าผลลัพธ์จากโรคซึมเศร้าหรือความสิ้นหวังหดหู่และผลลัพธ์ดังกล่าวสามารถทำนายได้ทั้งในเพศหญิงและเพศชาย ในทำนองเดียวกันงานวิจัยของ Swahn และคณะ (2009) พบว่าวัยรุ่นที่รับรู้ว่าน้ำหนักอยู่ในระดับเกินมาตรฐานทั้งที่จริงแล้วน้ำหนักของตนนั้นอยู่ในเกณฑ์ปกติจะมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติต่อความพยายามฆ่าตัวตาย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการรับรู้รูปลักษณ์เข้ามามีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์และรูปแบบพฤติกรรม รวมถึงการรับรู้รูปลักษณ์ที่ไม่เหมาะสมยังอาจก่อให้เกิดโรคทางจิตใจและโรคทางกาย หรือจนกระทั่งการฆ่าตัวตายตามมา

กล่าวโดยสรุปว่า การรับรู้รูปลักษณ์ทางลบส่งผลเสียต่อบุคคลทั้งทางกายและสุขภาพจิต บุคคลที่รับรู้รูปลักษณ์ทางลบเสี่ยงที่จะมีอาการวิตกกังวล ซึมเศร้า เป็นต้น ทางคณะผู้วิจัยจึงตระหนักถึงความสำคัญของประเด็นนี้และมีความประสงค์ที่จะทำการศึกษาเรื่องการรับรู้รูปลักษณ์ ถึงแม้ว่าในปัจจุบัน

องค์ความรู้เรื่องการรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image) มีการเผยแพร่อย่างกว้างขวางและอยู่ในความสนใจของ นักจิตวิทยาและนักวิชาการจำนวนมาก ทำให้เกิดการศึกษากันเกี่ยวกับอิทธิพลที่ส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ อย่างกว้างขวาง โดยทำการศึกษาทั้งอิทธิพลจากครอบครัว อิทธิพลจากเพื่อน หรือจนกระทั่งอิทธิพลของสื่อ สังคมออนไลน์ที่ปัจจุบันคงต้องยอมรับว่าเข้ามามีบทบาทในชีวิตของผู้คนราวกับเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ไปแล้ว

สำหรับอิทธิพลจากครอบครัวนั้น Neumark-Sztainer และคณะ (2010) พบว่าการหยอกล้อเรื่อง น้ำหนักจากครอบครัวมีความสัมพันธ์สูงกับปริมาณน้ำหนักที่เป็นปัญหาของเด็ก การกินที่ผิดปกติ การลด น้ำหนักอย่างสุดโต่ง และพบผลในทำนองเดียวกันโดย Keery, Boutelle, Berg และ Thompson (2005) พบว่าการหยอกล้อเรื่องน้ำหนักของคนในครอบครัวเป็นตัวทำนายที่สำคัญต่อความไม่พึงพอใจใน รูปลักษณ์ พฤติกรรมเปรียบเทียบ ความปรารถนาที่จะมีรูปร่างผอมในอุดมคติ การอดอาหาร การเห็น คุณค่าในตนเอง และภาวะซึมเศร้า นอกจากนี้ผลการวิจัยยังแสดงให้เห็นว่าจำนวนครั้งในการหยอกล้อเรื่อง น้ำหนักบ่อยครั้งมีความสัมพันธ์สูงกับผลลัพธ์ทางลบที่จะตามมา กล่าวโดยสรุปคือบทบาทของครอบครัว เป็นหนึ่งในปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการรับรู้ทางปัญญา พฤติกรรม และจิตใจ ทั้งนี้นอกจากอิทธิพลของ ครอบครัวจะส่งผลต่อวัยรุ่นแล้ว อิทธิพลของเพื่อนก็ยังเป็นอีกอิทธิพลหนึ่งที่เข้ามามีบทบาทเช่นกัน

ด้านอิทธิพลของเพื่อน Young, McFatter และ Clopton (2001) กล่าวว่า ความกดดันที่ได้รับจาก เพื่อนเป็นสิ่งที่ทำให้วัยรุ่นพยายามรักษารูปร่างของตนให้ผอมเพรียวอยู่เสมอและพบว่าการพยายามรักษารูปร่างมีความสัมพันธ์โดยตรงกับพฤติกรรมการกินที่ผิดปกติ และมีพฤติกรรมหรือวิธีการป้องกันปริมาณ น้ำหนักเพิ่มอย่างไม่เหมาะสมซึ่งสัมพันธ์กับลักษณะของโรค Bulimia Nervosa และพบผลไปในทาง สอดคล้องกันโดย Matera, Nerini และ Stefanile (2013) พบว่า ผลกระทบจากเพื่อนและการสนทนาเรื่อง รูปร่างหน้าตาส่งผลต่อความรู้สึกไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์และพฤติกรรมการอดอาหาร ทั้งนี้การหยอกล้อยัง ส่งผลโดยตรงต่อระดับความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์อีกด้วย จะเห็นได้ว่าความสัมพันธ์และการปฏิสัมพันธ์ กับเพื่อนเป็นอีกปัจจัยสำคัญที่เข้ามาบั่นทอนกระบวนการรับรู้ในตนเองอย่างเหมาะสม ทั้งนี้นอกจากเพื่อน แล้ว มีความเป็นไปได้ที่ว่า สื่อสังคมออนไลน์ซึ่งเป็นอีกเครือข่ายสังคมที่วัยรุ่นให้ความสำคัญอาจเข้ามา มีบทบาทต่อการรับรู้รูปลักษณ์ เช่นกัน

มีงานวิจัยที่ศึกษาอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อการรับรู้รูปลักษณ์จำนวนหนึ่ง ยกตัวอย่าง เช่น Eckler, Kalyango และ Paasch (2016) พบว่า หากมีการใช้เวลาในการใช้เฟสบุ๊คมากขึ้นเท่าไรก็จะ

ยิ่งเปรียบเทียบรูปร่างและน้ำหนักของตนเองมากขึ้นเท่านั้น รวมถึงจะมุ่งความสนใจไปยังรูปร่างหน้าตาของบุคคลอื่นและเกิดความรู้สึกทางลบต่อรูปลักษณ์ นอกจากนี้ผลการวิจัยยังแสดงให้เห็นว่า ผู้หญิงที่มีความต้องการจะลดน้ำหนักจะใช้เวลาไปกับเฟสบุ๊คเป็นระยะเวลาานานและพฤติกรรมนี้ยังสัมพันธ์กับโรคความผิดปกติในการกินอาหาร สอดคล้องกับงานวิจัยของ Tiggemann และ Miller (2010) ที่พบว่า การเปิดรับสื่ออินเทอร์เน็ตมีความสัมพันธ์กับรูปร่างผอมในอุดมคติ การเปรียบเทียบรูปร่างหน้าตา ความไม่พึงพอใจในน้ำหนัก และเป็นแรงผลักดันให้มีรูปร่างผอมเพรียว จากงานวิจัยดังกล่าวอาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า สื่อสังคมออนไลน์เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่อาจเข้ามามีบทบาทต่อการริเริ่มและพัฒนารูปแบบความคิดที่ไม่เหมาะสมต่อตนเอง

จะเห็นได้ว่าทั้งครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์และอาจก่อให้เกิดการรับรู้รูปลักษณ์ทางลบในตัวบุคคลที่อาจนำไปสู่สุขภาพทางกายและจิตที่ไม่ดีในอนาคต คำถามที่น่าสนใจคือ อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ไปส่งผลกระทบต่อกระบวนการทางปัญญา เช่น ความคิดโต ความเชื่อโต หรือเจตคติโต ที่ทำให้คนเรานั้นเปลี่ยนการรับรู้รูปลักษณ์จากทางบวกมาเป็นทางลบได้ เพราะการรับรู้จะเป็นผลมาจาก ความคิดและความเชื่อ หรือเจตคติบางประการ ทางคณะผู้วิจัยจึงทำการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม จากการศึกษาพบว่า มีตัวแปรทางปัญญาหนึ่งที่มีส่วนสำคัญและน่าจะมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ นั่นคือ “อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง” หรือ “Self-Schema”

อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-Schema) คือ ภาพรวมองค์ความคิดที่บุคคลหนึ่งรับรู้ตนเองอันมีที่มาจากประสบการณ์ในอดีตและใช้เป็นแนวทางในการประมวลผลข้อมูลของตนในสถานการณ์ทางสังคมต่างๆ (Markus, 1977) มีความเชื่อมโยงกับพฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์ (Stein, 1996) โดย Jung และ Lennon (2003) พบอิทธิพลของอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาในเพศหญิงที่มีต่อการรับรู้รูปลักษณ์ ซึ่งพบว่าบุคคลที่ตระหนักและให้ความสำคัญกับรูปร่าง มีแนวโน้มที่จะประเมินรูปร่างภายนอกของตนเองในทางลบ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเข้ามามีบทบาทต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของบุคคล

จากที่มาและความสำคัญของตัวแปรต่างๆ ทั้งหมดแล้ว จะเห็นได้ว่าครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ส่งผลกระทบต่อการรับรู้รูปลักษณ์ ซึ่งการรับรู้จะเปลี่ยนหรือไม่นั้นอาจขึ้นอยู่กับกระบวนการทางปัญญาอย่างอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง เป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ของอิทธิพลครอบครัว เพื่อน

และสื่อสังคมออนไลน์ที่มีต่อการรับรู้รูปลักษณ์ คำถามที่น่าสนใจต่อมาคือ อิทธิพลของทั้งสามตัวแปรและการรับรู้รูปลักษณ์นี้ น่าจะมีมากที่สุดในวัยใด ทางคณะผู้วิจัยเลือกที่จะศึกษาในวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ใช้เวลาอยู่กับเพื่อนเป็นส่วนใหญ่และให้ความสำคัญกับความสวยงาม กระบวนการทางปัญญาและการรับรู้ตนเองจะเข้ามามีบทบาท ขณะเดียวกันวัยรุ่นยังคงได้รับอิทธิพลจากสิ่งรอบข้างเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการรับรู้บิดเบือนไปจากความจริงอันอาจนำมาซึ่งพฤติกรรมเสี่ยงได้ อีกทั้งคณะผู้วิจัยยังเห็นความสำคัญและตระหนักอีกว่าการที่บุคคลหนึ่งจะเติบโตอย่างเต็มศักยภาพโดยมีพัฒนาการทั้งทางกาย ทางใจ และที่สำคัญคือทางความคิดนั้น ส่วนหนึ่งคงต้องมาจากการตระหนักในตนเองอย่างถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งสิ่งที่ใกล้ตัวที่สุดคงจะหลีกเลี่ยงไม่พ้นสิ่งที่ต้องเผชิญอยู่กับตนเองในทุกวันนี้คือ รูปลักษณ์

ทั้งนี้คณะผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาในกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นตอนต้นช่วงอายุ 11 ถึง 14 ปี เพศหญิง เนื่องจากช่วงวัยนี้เป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของกระบวนการภายในร่างกาย (biological transformation) อันจะนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและเห็นได้ชัด (Nerini, Matera, & Stefanile, 2013) นอกจากนี้ งานวิจัยของ El Ansari, Dibba และ Stock ในปี 2014 พบว่าเพศหญิงมีความวิตกกังวลคิดเป็นร้อยละ 35 และเพศชายมีความวิตกกังวลเพียงร้อยละ 8

ทั้งหมดนี้จึงเป็นที่มาของความสนใจของคณะผู้วิจัยในเรื่อง “อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์ โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน” โดยจะศึกษาในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง ในช่วงอายุ 11 ถึง 14 ปี อันเป็นช่วงเวลาของวัยรุ่นตอนต้น (McNeely & Blanchard, 2009)

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จากงานวิจัย บทความ เอกสาร รวมถึงสารสนเทศอิเล็กทรอนิกส์ที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ พบแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. พัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงมากมาย ทั้งในด้านร่างกาย สมอง สติปัญญา อารมณ์และสังคม โดยช่วงพัฒนาการของวัยรุ่นจะแบ่งออกเป็นทั้งหมด 3 ช่วง ได้แก่ ช่วงวัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescent) อายุ 10 ถึง 13 ปี ช่วงวัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescent) อายุ 14 ถึง 16 ปี และช่วงวัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescent) อายุ 17 ถึง 19 ปี (World health organization, 2014) ทั้งนี้งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณะโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านในกลุ่มช่วงวัยรุ่นตอนต้น เนื่องมาจากเป็นวัยที่เป็นจุดเปลี่ยนผ่านของการเปลี่ยนแปลงที่สามารถรับรู้ได้ด้วยตนเองอย่างชัดเจนเป็นครั้งแรกในชีวิต ต้องรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นซึ่งอาจไม่ได้เตรียมพร้อมมาก่อน รวมถึงเพราะเป็นช่วงวัยที่เริ่มเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปลักษณะของตนเอง จึงเป็นที่มาของการมุ่งศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น และสำหรับพัฒนาการที่มีการเปลี่ยนแปลงนั้นจะแบ่งออกเป็น พัฒนาการทางด้านร่างกาย สมองและสติปัญญา อารมณ์และสังคม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

พัฒนาการทางด้านร่างกาย เนื่องจากว่าวัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่เริ่มเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ ดังนั้นทั้งวัยรุ่นเพศหญิงและเพศชายจะมีส่วนสูงและน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น มีแขนและขายาว เริ่มมีขนขึ้นบริเวณรักแร้และที่ลับ เพศชายอาจมีขนขึ้นบริเวณใบหน้า เริ่มมีเหงื่อมากขึ้น ผิวหนังและเส้นผมมีความมันมากขึ้น และอาจเกิดสิว สำหรับเพศหญิงจะเริ่มมีประจำเดือน มีขนาดหน้าอกขยายใหญ่ขึ้น มีปริมาณไขมันเพิ่มขึ้น บริเวณสะโพก หน้าอก และต้นขา ทำให้บริเวณเหล่านี้มีขนาดใหญ่ขึ้น และสะโพกมีความกว้างมากขึ้น ส่วนเพศชายจะมีปริมาณกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น ไหล่กว้างขึ้น มีการเจริญเติบโตของลูกอัณฑะและอวัยวะเพศเกิดการผันเป็ย และมีความเสี่ยงห่มอีกด้วย (Spano, 2004) ทั้งนี้ในเพศหญิงอาจมีพัฒนาการทางด้านร่างกายที่เร็วกว่าเพศชาย และการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอันเป็นผลมาจากวัยเจริญพันธุ์ซึ่งเป็นลักษณะที่สังเกตเห็นได้ชัด อาจส่งผลให้วัยรุ่นมีความเครียด เกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับร่างกาย และยังส่งผลต่อมุมมองการรับรู้ที่มีต่อตนเองหรือมุมมองที่ผู้อื่นมีต่อตน การเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์จึงมีผลกระทบโดยตรงต่อการรับรู้รูปลักษณะของวัยรุ่นตอนต้น (Blachard & Mcneely, 2009)

ในส่วนของพัฒนาการทางสมองและสติปัญญา สมองของวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงมากมาย บางส่วนมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ในขณะที่บางส่วนมีการเปลี่ยนแปลงช้ากว่าส่วนอื่น ดังเช่น สมองส่วน Prefrontal Cortex ซึ่งนับเป็นสมองส่วนสำคัญที่มีบทบาทต่อกระบวนการคิด การตัดสินใจ การวางแผน การแก้ปัญหา รวมถึงการคาดการณ์ผลลัพธ์ของการกระทำ เมื่อสมองส่วน Prefrontal Cortex ซึ่งเป็นส่วนหลักที่เกี่ยวข้องกับความคิด ประกอบกับสมองส่วนอื่นๆ ยังเติบโตไม่เต็มที่ จวบจนกระทั่งอายุครบ 25 ปี (McNeely & Blanchard, 2009) จึงเป็นสาเหตุให้วัยรุ่นมีกระบวนการคิดที่ไม่ละเอียดรอบคอบมากนัก และอาจแก้ไขปัญหาด้วยการใช้อารมณ์ เนื่องจากในช่วงวัยนี้ สมองส่วน Amygdala จะมีความไวต่อสิ่งเร้ามาก (Mindmatters, n.d.) อย่างไรก็ตามแม้สมองจะยังพัฒนาไม่เต็มที่ แต่ยังคงมีการพัฒนาต่อมาเรื่อยๆ จนสังเกตได้ว่าในช่วงวัยนี้วัยรุ่นตอนต้นจะเริ่มมีความคิดที่เป็นนามธรรมมากขึ้น เริ่มเข้าใจกฎและผิด สามารถประมวลข้อมูลที่ซับซ้อนมากขึ้น คิดวิเคราะห์หาคำคิดของตนเองและแสดงออกมาเป็นการกระทำ เริ่มใช้เวลาในการหาอัตลักษณ์ของตนเอง (Covelli, 2013) นอกจากนี้วัยรุ่นตอนต้นยังเริ่มมีความสนใจมากขึ้นในหลากหลายด้าน เช่น ดนตรีและการเข้าสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเพศหญิงจะให้ความสนใจในเรื่องรูปลักษณ์ การแต่งกาย ทรงผม และการแต่งหน้า (Wisconsin child welfare professional development system, n.d.) กล่าวโดยสรุปคือช่วงวัยนี้จะเป็นวัยที่เริ่มคิดในเชิงนามธรรมได้ เข้าใจสิ่งที่ซับซ้อน มีความคิดและความสนใจเฉพาะบุคคลเพื่อสะท้อนความเป็นอัตลักษณ์ในตนเอง

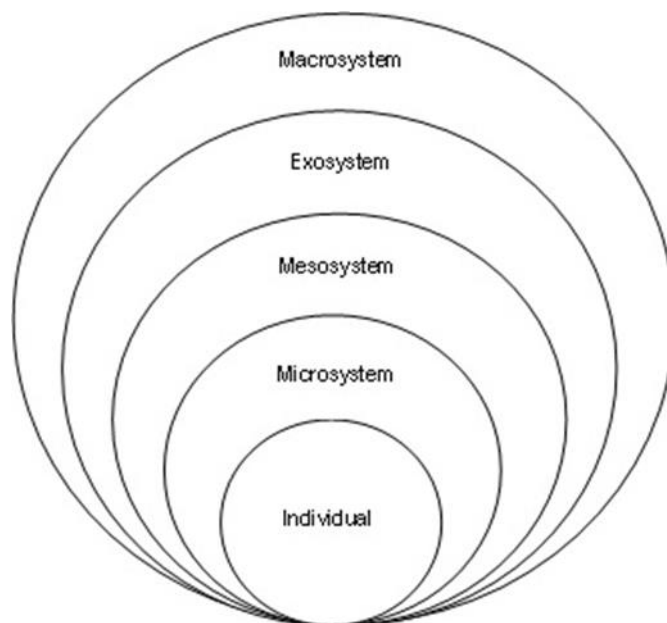
ด้านสุดท้ายคือ พัฒนาการทางด้านอารมณ์และสังคม วัยรุ่นตอนต้นจะเริ่มมุ่งความสนใจไปที่ตนเอง มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับเรื่องของตน และมีอารมณ์แปรปรวนได้ง่าย มีการเข้าหาเพื่อนมากขึ้น เริ่มวิตกกังวลเกี่ยวกับการยอมรับจากเพื่อน รวมถึงได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน เข้าหา และแสวงหาคำแนะนำจากเพื่อนมากกว่าครอบครัว อย่างไรก็ตามการสนับสนุนจากครอบครัวยังคงถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ นอกจากนี้แล้วในช่วงวัยนี้อาจพบพฤติกรรมหรือการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมและอาจเกิดโรคความผิดปกติทางการกิน (Eating Disorder) และโรคซึมเศร้า (Depression) อีกด้วย (Covelli, 2013)

จากพัฒนาการซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงตามด้านต่างๆ ของวัยรุ่นจะเห็นได้ว่าเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ทั้งด้านร่างกาย สมอง สติปัญญา อารมณ์และสังคม ซึ่งวัยรุ่นจะต้องเผชิญและหาวิธีการรับมืออย่างเหมาะสมกับช่วงเวลาเปลี่ยนผ่านดังกล่าว ซึ่งหากไม่สามารถรับมือได้และเกิดการรับรู้ที่ไม่เหมาะสมก็อาจนำมาสู่ผลกระทบทางลบตามมาได้ง่าย เช่น พฤติกรรมผิดปกติและการรับรู้รูปลักษณ์ทางลบ ซึ่งจากการที่เป็นช่วงวัยที่มีจุดเปลี่ยนผ่านที่สำคัญของชีวิตและหันเหกับสิ่งรอบตัวได้ง่าย ช่วงวัยรุ่น

ตอนต้นโดยเฉพาะเพศหญิงจึงนับว่าเป็นช่วงเวลาที่สำคัญและให้ความสำคัญ เพราะมีผลสืบเนื่องไปยังรูปแบบการใช้ชีวิตในอนาคต ทั้งนี้ในการดำเนินชีวิตประจำวันนั้นย่อมมีอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมรอบตัวเข้ามาประกอบและเกี่ยวข้องร่วมด้วย

2. ทฤษฎีอิทธิพลทางสังคม (Ecological Systems Theory) ต่อวัยรุ่น

ทฤษฎีอิทธิพลทางสังคม (Ecological Systems Theory) ของ Bronfenbrenner (1994) อธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการของเด็กกับสภาพแวดล้อมรอบตัว โดยมีการแบ่งสภาพแวดล้อมออกเป็นหลายระบบ ซึ่งสภาพแวดล้อมแต่ละระบบนี้ล้วนส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของเด็กทั้งสิ้น ซึ่ง Bronfenbrenner แบ่งบริบทออกเป็น 4 ระบบ ได้แก่ ระบบจุลภาค ระบบปฏิสัมพันธ์ ระบบภายนอก และระบบมหภาค อย่างไรก็ตามในงานวิจัยนี้คณะผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาในกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่น ประกอบกับวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่เจริญเติบโตมาจากวัยเด็ก รูปแบบของสภาพแวดล้อมที่วัยรุ่นมีปฏิสัมพันธ์จึงน่าจะมีความคล้ายคลึงกับรูปแบบของสภาพแวดล้อมในช่วงวัยเด็ก ดังนั้นคณะผู้วิจัยจึงขออธิบายถึงบทบาทของอิทธิพลทางสังคมที่มีต่อวัยรุ่น โดยแบ่งออกเป็นทั้งหมด 4 ระบบ อันได้แก่



ภาพที่ 1 โมเดลทฤษฎีอิทธิพลทางสังคม (Ecological Systems Theory)

1) ระบบจุลภาค (Microsystem) เป็นสภาพแวดล้อมที่มีความใกล้ชิดกับวัยรุ่นมากที่สุด ซึ่งเป็นระบบที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์โดยตรงของวัยรุ่น ตัวอย่างของระบบจุลภาคนี้ ได้แก่ ครอบครัว เพื่อน โรงเรียน รูปแบบการเลี้ยงดูของพ่อแม่ สถานะทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว เป็นต้น

2) ระบบปฏิสัมพันธ์ (Mesosystem) เป็นสภาพแวดล้อมที่เชื่อมโยงระบบจุลภาคต่างๆ ให้มีปฏิสัมพันธ์กัน ตัวอย่างเช่น บ้านและโรงเรียน ครูและผู้ปกครอง เป็นต้น และจากงานวิจัยของ Krishnan (2010) ได้ให้คำอธิบายเพิ่มเติมว่า สิ่งที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมหนึ่งสามารถส่งอิทธิพลต่อรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ของเด็กในอีกสภาพแวดล้อมหนึ่งได้ เช่น เด็กจะมีรูปแบบการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในบ้านคล้ายคลึงกับสภาพแวดล้อมในโรงเรียน เป็นต้น

3) ระบบภายนอก (Exosystem) เป็นสภาพแวดล้อมภายนอกทางสังคมที่มีอิทธิพลกับวัยรุ่น โดยผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กับระบบจุลภาคบางอย่าง ยกตัวอย่างเช่น เวลาการทำงานของพ่อแม่ หรือเทคโนโลยีการสื่อสารในกลุ่มเพื่อน เป็นต้น

4) ระบบมหภาค (Macrosystem) เป็นสภาพแวดล้อมภายนอกที่ใหญ่ที่สุดซึ่งรวมทุกระบบที่กล่าวมาข้างต้นให้มีความเกี่ยวเนื่องกัน มีอิทธิพลมากที่สุดในการกำหนดการแสดงพฤติกรรมของบุคคล เพราะเป็นเรื่องของวัฒนธรรมทางสังคม ซึ่งประกอบด้วย บทบาท หน้าที่ บรรทัดฐานของสังคม ทศนคติ และจารีต ตัวอย่างเช่น ความเชื่อของสังคมที่ว่าควรตั้งครุภักดิ์ในวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ไม่เหมาะสมและสังคมยอมรับไม่ได้ หากวัยรุ่นในสังคมนั้นไม่ปฏิบัติตามหลักความเชื่อนี้ย่อมไม่สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมนั้นได้อย่างมีความสุข

จะเห็นได้ว่าสภาพแวดล้อมรอบตัวไม่ว่าจะเป็นอะไรก็ตาม ทั้งครอบครัวที่มีความใกล้ชิด หรือเทคโนโลยีการสื่อสารที่กลายมาเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในชีวิตประจำวัน ล้วนแล้วแต่เข้ามามีบทบาทในการหลอมรวมความเป็นตนทั้งสิ้น ทั้งยังมีความสำคัญต่อรูปแบบการใช้ชีวิตในอนาคต พัฒนาการต่างๆ ความคิด การรับรู้ในตนเอง ดังเช่น การรับรู้บุคลิกภาพ ก็เป็นหนึ่งสิ่งที่ได้รับอิทธิพลทางสังคม และด้วยเหตุที่มนุษย์เป็นสัตว์สังคม มีการพึ่งพาอาศัยกันและกัน และอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ในบางครั้งสภาพแวดล้อมของสิ่งต่างๆ ก็บีบคั้นและส่งผลให้เกิดการเปรียบเทียบทางสังคมระหว่างกันตามมา

3. ทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison Theory)

จากธรรมชาติของมนุษย์ซึ่งมีการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มในสังคม มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน และมักจะทำสิ่งต่างๆ ร่วมกันเป็นหมู่คณะ หลายครั้งที่พฤติกรรมกรรมการเปรียบเทียบกับผู้อื่นจึงเกิดขึ้นได้โดยง่าย จากทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (Social-comparison) ของ Festinger (1954) กล่าวไว้ว่า การเปรียบเทียบทางสังคมนั้น คือ การรับรู้คุณค่าของตนจากการเปรียบเทียบกับผู้อื่น โดยจะมีอิทธิพลทางสังคมและพฤติกรรมการแข่งขัน กระตุ้นแรงขับภายในของบุคคลในการประเมินตนเองและการประเมินตนกับผู้อื่น ทว่าความพึงพอใจที่เกิดจากการเปรียบเทียบนั้นอาจมีจุดพึงพอใจที่แตกต่างกันไปตามแต่ละบริบทของสิ่งแวดล้อมหรือสถานการณ์ มีบางกรณีที่จะไม่เกิดการเปรียบเทียบได้เช่นกัน เช่น ในกรณีที่ตนกับผู้ที่ตนจะเปรียบเทียบกับมีความแตกต่างกันมากเกินไป เปรียบเทียบกับบุคคลที่เหนือกว่าตนมากหรือด้อยกว่าตนมาก กล่าวได้ว่า โดยปกติแล้วคนเราจะเปรียบเทียบกับบุคคลที่มีความคล้ายคลึงหรือใกล้เคียงกับตน

กระบวนการเปรียบเทียบทางสังคมที่เกิดขึ้นนี้ยังเป็นสิ่งที่กระตุ้นทำให้คนที่เปรียบเทียบพยายามจะทำให้ตนเป็นหนึ่งในเดียวกับกลุ่มด้วยวิธีการต่างๆ ซึ่งอาจมีทั้งการกระทำในทางที่ดีและไม่เหมาะสมก็ได้ ซึ่งหากจะจำแนกประเภทของการเปรียบเทียบนั้นจะสามารถจำแนกได้เป็น 2 ประเภท ประเภทแรกคือ การเปรียบเทียบกับคนที่เหนือกว่า (upward comparison) และประเภทถัดมาคือ การเปรียบเทียบกับคนที่ด้อยกว่า (downward comparison) โดยการเปรียบเทียบกับคนที่เหนือกว่านั้น อาจส่งผลให้การเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ลดต่ำลง ส่วนการเปรียบเทียบกับคนที่ด้อยกว่านั้น อาจเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองให้มีมากขึ้น (Festinger, 1954 อ้างถึงใน Mayers, 2010)

ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงนี้จะสังเกตได้ว่าวัยรุ่นมักจะอยู่รวมกันกับเพื่อนเป็นกลุ่ม มีความต้องการแสวงหาการยอมรับในกลุ่มเพื่อน (Stang & Story, 2005) และอาจเกิดพฤติกรรมกรรมการเปรียบเทียบกับเพื่อนหรือบุคคลต่างๆ ที่ไม่แตกต่างจากตนมากนัก ซึ่งบุคคลนั้นอาจไม่เคยเจอกันในรูปแบบเผชิญหน้าก็ได้ แต่เป็นการเปรียบเทียบผ่านทางอินเทอร์เน็ต เช่น เปรียบเทียบกับบุคคลที่อยู่ในสื่อสังคมออนไลน์อย่างเฟสบุ๊ก (Facebook) อินสตาแกรม (Instagram) และยูทูบ (Youtube) เป็นต้น ซึ่งกระบวนการเปรียบเทียบทางสังคมของวัยรุ่นนี้มักจะมีข้องเกี่ยวกับรูปลักษณ์ (Body Image) เพราะวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ส่วนสูง มวลกล้ามเนื้อ และไขมันเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งยังเป็นช่วงวัยที่ลักษณะทางเพศปรากฏให้เห็นเด่นชัด (World Health Organization, 2014) จึงมักเกิดการ

เปรียบเทียบทางสังคมเกิดขึ้น ซึ่งคณะผู้วิจัยมีความสนใจในเรื่องความกังวลในรูปแบบลักษณะ ว่าการเปรียบเทียบทางสังคมนี้ไปกระตุ้นหรือจัดกระทำกระบวนการทางสติปัญญาสิ่งใดจึงทำให้เกิดความกังวลขึ้น และจากการศึกษาค้นคว้าพบว่ามีโครงสร้างทางปัญญารูปแบบหนึ่งที่สามารถส่งอิทธิพลต่อการรับรู้รูปแบบลักษณะ และโครงสร้างทางปัญญานั้นคือ อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema)

4. อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema)

ในปัจจุบันมีการกล่าวถึงอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema) อย่างกว้างขวาง และมีการให้คำนิยามที่หลากหลาย ทว่าความหมายที่ได้รับการเผยแพร่และเป็นที่ยอมรับอย่างมากที่สุดคือของ Markus (1977) ซึ่งกล่าวว่าไว้ว่า อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง คือ การแผ่ขยายทางความคิดที่มีเกี่ยวกับตนเองอันเป็นผลมาจากประสบการณ์ในอดีตที่เก็บรวบรวมและจัดระบบทางความคิด โดยอาจสร้างมาจากมุมมองที่มีต่อลักษณะทางกาย บทบาทสังคม บุคลิกภาพ นิสัย ความสามารถ และความสนใจ อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างยังเข้ามามีบทบาทในการประมวลข้อมูลเกี่ยวกับตนเองอีกด้วย หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือเข้ามามีอิทธิพลต่อกระบวนการคิดและการตัดสินใจ โดยจะเชื่อมโยงอัตมโนทัศน์เดิมไปยังเหตุการณ์ใหม่ที่เกิดขึ้น นอกจากนี้รูปแบบพฤติกรรมยังเป็นผลมาจากอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างซึ่งแต่ละบุคคลก็จะมีประสบการณ์และการรับรู้เฉพาะบุคคลแตกต่างกันไป สำหรับในมุมมองของบุคคลอื่นนั้น Stein (1996) ได้กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างคือ องค์ความรู้ที่สร้างผ่านการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม สะท้อนให้เห็นถึงมโนภาพของบุคคลต่อเหตุการณ์ และมีความเชื่อมโยงกับพฤติกรรมของมนุษย์

อย่างไรก็ตาม Cash และ Labarge (1996) ได้ให้ความเห็นว่าคำจำกัดความเหล่านั้นล้วนอยู่ในมุมมองที่คล้ายกันกับของ Beck ในปี 1990 กล่าวคือ อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นโครงสร้างทางปัญญาที่มีการจัดระบบกับประสบการณ์และการกระทำ และสะท้อนออกมาในรูปแบบของกฎเกณฑ์ ทัศนคติ ความเชื่อ ซึ่งกำกับความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างสามารถมีได้หลายด้าน โดยในงานวิจัยนี้ คณะผู้วิจัยต้องการศึกษานักศึกษาบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ซึ่งคือ การที่บุคคลมีความเชื่อหลักว่ารูปร่างหน้าตาของตนจะส่งผลกระทบต่อชีวิต และอาจทำให้เกิดความกังวลต่อรูปแบบลักษณะของตนได้

5. การรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image)

นิยามของการรับรู้รูปลักษณ์นั้นมีการอธิบายไว้ในหลายลักษณะ โดยในสมัยก่อนได้มีการศึกษา การรับรู้รูปลักษณ์ที่บิดเบือนไปในบริบทของผู้ที่ได้การกระทบกระเทือนทางสมองเท่านั้น จนกระทั่ง Paul Schilder นักจิตวิเคราะห์ได้เข้ามาศึกษาอิทธิพลของสังคมที่มีผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ เขาได้นิยามการรับรู้รูปลักษณ์ไว้ว่า การรับรู้รูปลักษณ์ คือ ภาพรูปร่างที่ตนสร้างขึ้นมาในความคิดตามลักษณะที่รูปร่างของตน แสดงให้เห็น (Schilder, 1950 อ้างถึงใน Grogan, 2008) ซึ่งเป็นการให้คำนิยามการรับรู้รูปลักษณ์ที่ไม่ใช่แค่เพียงการรับรู้ แต่เป็นการสะท้อนถึงเจตคติและการปฏิสัมพันธ์กับสังคมอีกด้วย จากนั้น Grogan (2008) ได้รวบรวมความหมายของการรับรู้รูปลักษณ์จากนักวิจัยและนักจิตวิทยาคลินิกหลากหลายท่านและสร้างคำนิยามใหม่ขึ้นมาโดยกล่าวไว้ว่า การรับรู้รูปลักษณ์ คือ การรับรู้ความคิดและความรู้สึกของบุคคลหนึ่งที่มีต่อรูปร่างของตน เช่นเดียวกับ Cash (2004) ที่ได้กล่าวถึงการรับรู้รูปลักษณ์ว่า เป็นทั้งการรับรู้และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับรูปร่างของบุคคลโดยเจตคตินั้นรวมทั้งความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรม การรับรู้รูปลักษณ์จึงประกอบไปด้วยหลายด้าน (multidirectional) (Grogan, 2006) จากนิยามเหล่านี้จึงแสดงให้เห็นว่าการรับรู้รูปลักษณ์ต้องประเมินทั้งการรับรู้รูปร่างและเจตคติที่มีต่อรูปร่าง โดยการประเมินการรับรู้รูปร่างนั้นวัดได้จากการเปรียบเทียบระหว่างขนาดของรูปร่างที่คาดคะเนกับขนาดรูปร่างจริงของบุคคล ส่วนการประเมินเจตคติที่มีต่อรูปร่างสามารถวัดจากความพึงพอใจ อารมณ์ ความเชื่อ และพฤติกรรมที่มีต่อรูปร่าง (Grogan, 2008) จึงกล่าวได้ว่ารูปลักษณ์ของบุคคลไม่ใช่เพียงแค่อารมณ์ภายนอกเท่านั้นแต่ยังรวมไปถึงจิตใจภายในทั้งความคิด ความเชื่อและความรู้สึก ที่นำมาซึ่งพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกต่อรูปร่างของตนเอง

นอกจากนี้แล้วการรับรู้รูปลักษณ์ยังถือว่าเป็นเรื่องเฉพาะของแต่ละบุคคล และมีความซับซ้อนแตกต่างกันระหว่างประสบการณ์ที่บุคคลเผชิญกับสิ่งที่ผู้อื่นสังเกตเห็น (Grogan, 1999) และประสบการณ์ทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ เพราะการรับรู้ตนเองของคนเรานั้นมีที่มาจากองค์ความคิดที่ตนมองตนเองและองค์ความคิดของคนอื่นที่สะท้อนมายังตนประกอบกัน ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีการรับรู้ตนเองเสมือนวัตถุ (self-objectification) ที่นำเสนอโดย Birnberg (2010) ที่กล่าวถึงการรับรู้ตนเองเสมือนวัตถุไว้ว่า การรับรู้ตนเองเสมือนวัตถุ คือ การที่ตนประเมินตนเองผ่านทางลักษณะภายนอกหรือรูปร่างหน้าตาตามที่ตนเชื่อว่าผู้อื่นรับรู้ตนแบบนั้น และประสบการณ์ในอดีตยังมีผลต่อการตระหนักรู้ในผู้หญิงอันทำให้เกิดการเรอานรู้และเข้าใจภาพของตนเองผ่านเหตุการณ์หรือวัฒนธรรม และมีการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ภายนอก

ของตนเองเป็นประจำ รวมถึงความคิดเช่นนี้ยังนำไปสู่การควบคุมร่างกาย ความวิตกกังวล ความละเอียด รวมถึงความเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดโรคทางจิตใจ เช่น โรคซึมเศร้าและความผิดปกติทางการกินอีกด้วย (Fredrickson & Roberts, 1997) จึงอาจกล่าวได้ว่าผู้หญิงมีแนวโน้มที่จะต้องการเป็นที่ยอมรับผิดชอบต่อคนในสังคม ปราบปรามที่จะมีภาพลักษณ์ที่ดี ซึ่งหลากหลายครั้งในสังคมหรือสื่อต่างๆ มักแสดงภาพของผู้หญิงที่มีรูปร่างสมส่วนหรือผอมว่าดูดีและเป็นที่น่าชื่นชม ทำให้ผู้หญิงหลายคนอาจรู้สึกว่าตนควรมีรูปร่างที่ผอมหรือต้องมีรูปร่างแบบในสื่อจึงจะเป็นที่น่าชื่นชมเท่านั้น ผู้หญิงจึงมีความต้องการที่จะลดน้ำหนักและอาจนำไปสู่พฤติกรรมการกินที่ไม่เหมาะสมหรือความเสี่ยงต่อปัญหาทางสุขภาพทางจิตได้ (Fredrickson & Roberts, 1997) อีกทั้งปัจจุบันการเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์มีความรวดเร็วมากยิ่งขึ้นทำให้การรับรู้ตนเองเหมือนวัตถุเกิดขึ้นในวัยรุ่นได้อย่างรวดเร็ว เนื่องจากการรับสารที่แสดงออกถึงการเปรียบผู้หญิงเป็นเหมือนวัตถุได้รวดเร็วขึ้น (Jongenelis, Byrne, & Pettigrew, 2014)

จากสภาวะการณดังกล่าว คณะผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญของการรับรู้รูปลักษณ์ในวัยรุ่นตอนต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องการรับรู้รูปร่าง การรับรู้ความอ้วนหรือความผอม เพราะวัยรุ่นเป็นช่วงสำคัญของการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เป็นวัยที่เริ่มเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงรูปร่างในหลายด้าน เช่น การเพิ่มขึ้นของไขมันบริเวณสะโพกทำให้สะโพกใหญ่ขึ้น ซึ่งขัดแย้งกับค่านิยมความงามที่นิยมรูปร่างผอมตามสื่อต่างๆ และนำมาสู่ความเสี่ยงในการพัฒนาการรับรู้รูปลักษณ์ในทางลบ (Greenleaf, Reel, & Voelker, 2015) ในการศึกษาครั้งนี้ คณะผู้วิจัยจึงมุ่งที่จะศึกษาการรับรู้รูปลักษณ์ในแง่ของความกังวลในรูปร่างของกลุ่มวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิง และเนื่องด้วยครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ยังคงมีบทบาทและมีอิทธิพลต่อวัยรุ่น รวมถึงพบว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema) อาจส่งอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ ทั้งหมดนี้จึงเป็นแนวคิดของการทำวิจัยในเรื่องอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. อิทธิพลของครอบครัวต่อวัยรุ่น

ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งวัยรุ่น คงจะปฏิเสธไม่ได้ว่าครอบครัวเป็นสิ่งแรกที่มนุษย์ทุกคนได้สัมผัสและใช้ชีวิตร่วมกัน เป็นจุดเริ่มต้นที่หลอมรวมทุกๆ อย่างในความเป็นตัวตน มีบทบาทสำคัญในชีวิตและส่งอิทธิพลต่อเนื่องต่อพัฒนาการวัยรุ่น ทั้งส่งผลต่อกระบวนการทางปัญญา สังคม และอารมณ์โดยมีรูปแบบความผูกพันที่เกิดขึ้นระหว่างพ่อแม่และเด็กเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิตและพัฒนาการซึ่งรูปแบบความผูกพันนี้

เกิดขึ้นจากกระบวนการเลี้ยงดูที่พ่อแม่สามารถเข้าใจการแสดงออกของเด็กได้อย่างถูกต้องและตอบสนองกลับอย่างเหมาะสม ทั้งนี้ทฤษฎีความผูกพัน (Attachment Theory) จะแบ่งรูปแบบพฤติกรรมของเด็กซึ่งเป็นผลมาจากการตอบสนองของพ่อแม่ออกเป็นทั้งหมด 4 ประเภท ได้แก่ แบบมั่นคง (secure attachment) แบบวิตกกังวลและกำกวม (anxious-ambivalent attachment) แบบวิตกกังวลและหลีกเลี่ยง (anxious-avoidant attachment) และสุดท้ายแบบไม่มีระเบียบ (disorganized attachment) (Moretti & Peled, 2004) โดยทั้ง 4 รูปแบบนี้จะพัฒนากลายเป็นบุคลิกลักษณะของเด็กต่อไปในอนาคต อันหมายความว่าถึงเป็นจุดเริ่มต้นของบุคลิกลักษณะในช่วงวัยรุ่นด้วยยกตัวอย่างเช่น เด็กที่มีลักษณะแบบมั่นคง (secure attachment) อันเนื่องมาจากมีความผูกพันและสัมพันธ์ภาพที่ดีกับพ่อแม่ เมื่อโตขึ้นก็จะเป็นเด็กที่มีความเชื่อมั่นและมีความเป็นตัวของตัวเองสูง หรือเด็กที่มีลักษณะแบบวิตกกังวลและกำกวม (anxious-ambivalent attachment) อันเนื่องมาจากพ่อแม่ไม่ได้ให้การตอบสนองหรือให้การดูแลอย่างสม่ำเสมอก็จะทำให้เด็กพัฒนาตนเองกลายเป็นคนที่ไม่สนใจคนรอบข้างหรือไม่ยืดหยุ่น ส่วนเด็กที่มีลักษณะวิตกกังวลและหลีกเลี่ยง (anxious-avoidant attachment) ก็จะได้เติบโตกลายเป็นคนที่ไม่เห็นคุณค่าของความผูกพันเนื่องมาจากพ่อแม่แสดงอาการปฏิเสธเมื่อวัยเด็ก และสุดท้ายหากพ่อแม่มีพฤติกรรมทำร้ายร่างกายหรือตอบสนองอย่างไม่เหมาะสมก็จะทำให้เด็กเติบโตและพัฒนากลายเป็นคนที่ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ และไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้ อันเป็นลักษณะของเด็กแบบไม่มีระเบียบ (disorganized attachment) (กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต, 2548) กล่าวโดยสรุปคือรูปแบบความผูกพันระหว่างพ่อแม่และเด็กที่มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันส่งผลต่อพัฒนาการ การเติบโต รวมถึงบุคลิกและลักษณะสืบเนื่องต่อมาในช่วงวัยรุ่นด้วย

นอกจากรูปแบบความผูกพันระหว่างพ่อแม่และเด็กแล้ว รูปแบบการเลี้ยงดูของพ่อแม่ (Parenting Style) ยังส่งอิทธิพลต่อพัฒนาการของวัยรุ่นอีกด้วย โดยสามารถจำแนกประเภทของรูปแบบพ่อแม่ออกเป็นทั้งหมด 4 แบบ อันได้แก่ (Kopko, 2007)

1) รูปแบบการเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ (Authoritative Parents) ซึ่งจะให้การเลี้ยงดูแบบให้มีอิสระสามารถคิดและตัดสินใจด้วยตนเอง แต่ยังคงมีขอบเขตควบคุมอยู่ ให้ความอบอุ่น ฟังความคิดเห็นจากเด็ก และมีเหตุมีผล

2) รูปแบบการเลี้ยงดูแบบควบคุม (Authoritarian Parents) ซึ่งจะมีลักษณะเข้มงวด ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบที่วางไว้ ใช้อำนาจในการควบคุม

3) รูปแบบการเลี้ยงดูแบบตามใจ (Permissive Parents) จะเลี้ยงดูโดยให้เด็กสามารถทำอะไรก็ได้ตามที่ตนต้องการ ไม่มีการวางกฎระเบียบและขอบเขต ซึ่งก็จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเอาแต่ใจตนเองและควบคุมตนเองไม่ได้

4) รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง (Uninvolved Parenting Style) รูปแบบนี้พ่อแม่จะไม่ให้ความสนใจและตอบสนองต่อเด็กอันอาจนำไปสู่พฤติกรรมหุนหันพลันแล่นตามมา

นอกจากนี้ Chan และ Koo (2011) ยังได้กล่าวไว้อีกว่ารูปแบบการเลี้ยงดูของพ่อแม่จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของวัยรุ่นทั้งความสุขเชิงอัตวิสัย (subjective well-being) การเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) พฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ รวมถึงผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ Wilkinson (2004) ที่พบว่ารูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ความผูกพัน และการสื่อสารระหว่างวัยรุ่นกับพ่อแม่ส่งผลไปยังการเห็นคุณค่าในตนเองและการปรับตัวของวัยรุ่น อีกทั้งช่วงวัยรุ่นตอนต้นนี้มักเกิดความขัดแย้งกับพ่อแม่มากกว่าวัยรุ่นตอนปลาย วัยรุ่นจะมีแนวโน้มแยกตนเองออกจากครอบครัว มีการลงทุนกับความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนมากขึ้น (Furman & Buhrmester, 1992) และพบการให้ความสำคัญกับพ่อแม่น้อยลง (Spano, 2004)

จากงานวิจัยทั้งหมดกล่าวโดยสรุปคือ ครอบครัวเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อช่วงชีวิตของมนุษย์ เป็นสิ่งที่สอน หลอมรวมความเป็นตน ปัญญา สังคม และอารมณ์ อิทธิพลจากครอบครัวจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งไม่ว่าจะเป็นรูปแบบความผูกพันหรือการอบรมเลี้ยงดูที่จะส่งผลกระทบต่อเนื่องไปยังพัฒนาการและการเติบโตของวัยรุ่น ทั้งนี้หากมีสัมพันธภาพที่ดีก็จะนำไปสู่การเติบโตที่องอาจ อย่างไรก็ตาม หากมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีก็อาจส่งผลไปยังปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดปัญหา ทั้งนี้แม้ครอบครัวจะมีบทบาทในการพัฒนาและเติบโตในช่วงวัยรุ่นตอนต้นก็ตาม แต่บทบาทของครอบครัวอาจลดน้อยลงอันเนื่องมาจากมีบทบาทของเพื่อนที่วัยรุ่นให้ความสำคัญมากขึ้น

2. อิทธิพลของเพื่อนต่อวัยรุ่น

จากพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมของวัยรุ่น รวมถึงการดำเนินชีวิตประจำวันซึ่งมีหลากหลายกิจกรรมที่วัยรุ่นร่วมทำหรือใช้เวลาอยู่ร่วมกันกับกลุ่มเพื่อน ส่งผลให้เพื่อนเข้ามามีบทบาทอย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงของวัยรุ่นตอนต้น โดย Stang และ Story (2005) กล่าวว่า วัยรุ่นจะรับรู้ถึงรูปร่างหน้าตาที่เปลี่ยนแปลงไป พฤติกรรมทางสังคม และมีความต้องการแสวงหารายอมรับในกลุ่มเพื่อน รวมถึงมักจะชอบและเลือกรับประทานอาหารบนพื้นฐานที่เชื่อมโยงกับความรู้สึกที่จะได้รับการยอมรับและเกิดความสนุกสนานไปกับเพื่อน พัฒนาการที่เปลี่ยนแปลง

ไปนี้ทำให้วัยรุ่นไม่พึงพอใจในตนเองและรู้สึกว่าเป็นอุปสรรคในการเข้ากับเพื่อน และส่งผลต่อไปยังการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น การลดปริมาณการกินอาหารเพื่อที่จะทำให้ตนเข้ากับเพื่อนได้นอกจากนี้แล้ว ยังพบว่าเพื่อนเป็นตัวกระตุ้นที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงและรูปแบบพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนอีกด้วย (Gonzales & Dodge, 2010) ซึ่งสอดคล้องกับ Tomé, de Matos, Simões, Camacho และ Diniz (2012) ที่พบอิทธิพลทางลบจากเพื่อนที่มีความเชื่อมโยงกับพฤติกรรมเสี่ยงและอิทธิพลทางบวกเชื่อมโยงกับพฤติกรรมบ่อนกัน จากงานวิจัยข้างต้นจึงสังเกตได้ว่า ในทุกบริบทของกิจกรรมที่วัยรุ่นทำนั้นมักจะคำนึงถึงความคิดและความรู้สึกของเพื่อนเข้ามาเกี่ยวข้องและเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการเลือกและตัดสินใจการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมต่างๆ จึงกล่าวได้ว่า เพื่อนมีอิทธิพลต่อช่วงวัยนี้เป็นอย่างมาก และจากการที่ช่วงวัยนี้มักจะอยู่รวมกันเป็นกลุ่มจึงอาจเกิดพฤติกรรมการเปรียบเทียบทางสังคมกับผู้อื่นได้ และพบว่าคนที่รับรู้คุณค่าในตนเองอย่างไม่มั่นคงและรับรู้ว่าคุณค่าตนมีความน่าดึงดูดใจต่ำเมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นจะมีความทุกข์และไม่สบายใจมากกว่าคนที่รับรู้คุณค่าในตนเองอย่างมั่นคงและรับรู้ว่าคุณค่าตนมีความน่าดึงดูดใจสูง (Patrick, Neighbors, & Knee, 2004)

กล่าวโดยสรุป คือ เมื่อวัยรุ่นอยู่ร่วมกับกลุ่มเพื่อนซึ่งเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมาก วัยรุ่นมักจะนำตนไปเชื่อมโยงกับกลุ่มเพื่อนและนำเจตคติ ความเชื่อ และแนวคิดเข้ามามีบทบาทในกระบวนการคิดและตัดสินใจ และมักจะเกิดการเปรียบเทียบระหว่างกันเกิดขึ้นซึ่งอาจนำมาสู่พฤติกรรมหรือความคิดที่ไม่เหมาะสมได้ ด้วยความสัมพันธ์ดังกล่าวข้างต้นและความสำคัญของเพื่อนที่มีอิทธิพลเป็นอย่างมากต่อช่วงวัยนี้ จึงเป็นหนึ่งในแนวคิดที่คณะผู้วิจัยมุ่งจะศึกษา อย่างไรก็ตาม นอกจากอิทธิพลของครอบครัวและเพื่อนที่ส่งผลต่อวัยรุ่นแล้ว อีกหนึ่งสิ่งที่เข้ามามีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นนั่นก็คือ สื่อสังคมออนไลน์ (social media)

3. อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ต่อวัยรุ่น

ในปัจจุบันสื่อสังคมออนไลน์กลายเป็นหนึ่งในกิจกรรมที่วัยรุ่นใช้มากที่สุด มีหลายๆ เว็บไซต์ที่วัยรุ่นสามารถเข้าถึงและกลายเป็นเครือข่ายทางสังคม มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ยกตัวอย่างเช่น เฟสบุ๊ก (Facebook) มายสเปซ (Myspace) และทวิตเตอร์ (Twitter) เป็นต้น และพบว่ามีอัตราการใช้สูงขึ้นมา อันเป็นเพราะความสามารถในการควบคุมตนเองของวัยรุ่นมีจำกัดและไวต่อความกดดันของเพื่อน อันนำไปสู่ความเสี่ยงต่างๆ (O'Keeffe et al., 2011)

ทั้งนี้มีการสำรวจการเข้าถึงสื่อในเด็กและวัยรุ่นในชีวิตประจำวันและพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้สื่อโดยเฉลี่ยต่อวันเป็นเวลากว่า 7 ชั่วโมง 38 นาที หรือมากกว่า 53 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (Kaiser Family Foundation, 2010) และพบว่ากว่าร้อยละ 93 ในกลุ่มคนที่ใช้อินเทอร์เน็ตนั้นเป็นช่วงวัยรุ่นอายุ 12 ถึง 17 ปี (Lenhart, Purcell, Smith, & Zickuhr, 2010) จึงแสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นนั้นให้ความสำคัญกับสื่อสังคมออนไลน์เป็นอย่างมากและรับเอาสื่อสังคมออนไลน์ให้เข้ามามีบทบาทสำคัญในชีวิต โดย Boyd (2014) กล่าวว่า ที่วัยรุ่นเลือกรับเอาสื่อสังคมออนไลน์ให้เข้ามามีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตนั้น ส่วนหนึ่งเป็นเพราะอุปนิสัยของวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการค้นหาอัตลักษณ์ของตนเองที่ไม่ใช่ส่วนที่ได้รับมาจากครอบครัวเท่านั้น ไม่ใช่แค่เพียงบอกว่าเขาเป็นลูกชาย ลูกสาว พี่ชาย หรือพี่สาว แต่พวกเขาต้องการหาความเป็นตัวตน ต้องการที่จะแสดงออกถึงความเป็นตนเอง ต้องการอิสระ ต้องการสำรวจว่าพื้นที่ตรงไหนที่จะเหมาะสมกับตนเองมากที่สุด นอกจากนี้แล้วยังชอบที่จะอยู่กับเพื่อนหรือออกไปข้างนอกโดยที่ไม่มีผู้ใหญ่เข้ามาเกี่ยวข้อง กล่าวคือ วัยรุ่นต้องการพื้นที่ส่วนตัวและความอิสระซึ่งสอดคล้องกับ Markwei และ Appiah (2016) ที่กล่าวไว้ว่า วัยรุ่นใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อร่วมกิจกรรมทางสังคม สื่อสาร รวมถึงเพื่อหาอัตลักษณ์ของตนเอง ซึ่งสื่อสังคมออนไลน์สามารถตอบสนองความต้องการในจุดนี้ของวัยรุ่นได้ จึงไม่แปลกใจที่กลุ่มคนที่เข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์มากที่สุดจะเป็นช่วงวัยรุ่น

ทั้งนี้สอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการทางสังคมของอีริคสัน (Erikson's Psychosocial Theory) 8 ขั้น ซึ่งกล่าวไว้ในขั้นที่ 5 ระหว่าง อัตลักษณ์ (Identity) และความสับสนในบทบาท (Role Confusion) โดยกล่าวไว้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการอิสระ ต้องการหาว่าสิ่งใดที่จะเหมาะสมกับตน และเป็นวัยที่สำรวจว่าตนเป็นใคร ซึ่งช่วงเวลานี้จะเป็นช่วงเวลาที่เราใช้ค้นหา สำรวจตนเอง และเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างอัตลักษณ์ในตน หากไม่สามารถสร้างได้ เช่น พวกเขาไม่รู้ว่าอะไรที่เป็นสิ่งที่ตนต้องการเมื่อตนเองโตขึ้น ก็จะไปสู่ความสับสนในบทบาท ซึ่งก็จะก่อตัวขึ้นกลายเป็นอัตลักษณ์ทางลบหรือส่งผลทำให้รู้สึกว่ามี ความสุขตามมา (McLeod, 2013)

จากอุปนิสัยและลักษณะดังกล่าวข้างต้น จึงทำให้วัยรุ่นมีอัตราการใช้สื่อสังคมออนไลน์สูงโดย Allen, Ryan, Gray, McInerney และ Waters (2014) ได้พบว่า บทบาทของสื่อสังคมออนไลน์ต่อวัยรุ่นนั้นสามารถช่วยส่งเสริมการพัฒนาอัตลักษณ์ของวัยรุ่น การมีส่วนร่วม (belonging) รวมถึงเรื่องสุขภาวะทางจิต (psychological well-being) อย่างไรก็ตาม หากมีการใช้อย่างไม่เหมาะสมและเกินพอดีก็สามารถส่งผลทางลบเช่นเดียวกัน ดังที่ Oztürk และ Ozmen (2016) พบว่า ส่วนหนึ่งของการใช้สื่อสังคมออนไลน์

ของวัยรุ่นนั้น ใช้เพื่อเพิ่มการรับรู้คุณค่าตนเอง ทดแทนจุดที่ตนนั้นบกพร่องหรือหายไป เผยแพร่ข้อความรูปภาพ วิดีโอที่ทำให้ตนดูดีกว่าความเป็นจริงเพื่อหวังว่าจะเป็นดังภาพในอุดมคติที่ตนคิดไว้ และมักให้ความสำคัญไปกับรูปร่างหน้าตาและลักษณะภายนอกโดยใช้ระยะเวลาไปกับโลกออนไลน์เป็นระยะเวลานาน นอกจากนี้แล้วยังพบการใช้สื่อออนไลน์ต่อการเปรียบเทียบตนกับผู้อื่นอีกด้วย ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (social comparison) ยกตัวอย่างเช่น การใช้ Pinterest มีผลต่อการเปรียบเทียบรูปร่างตนกับรูปภาพในสื่อที่แสดงรูปร่างดีกว่าตน ซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมกรรมการควบคุมอาหารและการออกกำลังกาย (Lewallen & Morawitz, 2016) อีกทั้งยังพบความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ตกับการรับรู้รูปลักษณ์ของตนเอง ความสัมพันธ์ทางสังคม การควบคุมอารมณ์ รวมถึงความสามารถในการจัดการหรือเผชิญกับปัญหา (Odaci & Çelik, 2016) ซึ่งจะเห็นได้ว่ารูปแบบการนำไปใช้สำหรับวัยรุ่นนั้น หากนำไปใช้อย่างไม่เหมาะสมและเกินพอดีก็จะทำให้เกิดผลทางลบตามมาเช่นกัน

จากงานวิจัยข้างต้นสามารถกล่าวโดยสรุปว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ในช่วงการค้นหาตนเองและต้องการอิสระ ทั้งความคิดและการแสดงออก ซึ่งสื่อสังคมออนไลน์เป็นพื้นที่สาธารณะที่สามารถแสดงออกได้อย่างเต็มที่และสามารถเข้าถึงได้ง่าย ดังนั้นในปัจจุบันจึงเข้ามามีบทบาทและมีอิทธิพลเป็นอย่างมากสำหรับช่วงวัยนี้ จึงทำให้สื่อสังคมออนไลน์เป็นอีกหนึ่งแนวคิดสำคัญที่ทำให้คณะผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษา

4. งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากครอบครัวต่อการรับรู้รูปลักษณ์

ครอบครัวมีความสำคัญอย่างมากต่อตัวบุคคล ดังนั้นครอบครัวจึงเข้ามามีบทบาทสำคัญและส่งอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ไม่ว่าจะเป็นอิทธิพลทางตรงหรือทางอ้อม โดยอิทธิพลทางตรงมาจากการแสดงความคิดเห็นหรือทัศนคติเกี่ยวกับน้ำหนัก ยกตัวอย่างเช่น การหยอกล้อเรื่องน้ำหนัก หรืออิทธิพลทางอ้อม ยกตัวอย่างเช่น การเป็นตัวแทนพฤติกรรมการกินที่ไม่เหมาะสม (Phares, Steinberg, & Thompson, 2004) โดยในงานวิจัยของ Phares และคณะ (2004) ได้ศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศของเด็กวัยแรกเริ่มในช่วงอายุตั้งแต่ 8 ถึง 10 ปี ซึ่งพบว่าความไม่พึงพอใจในรูปร่าง ความเสี่ยงในการเป็นโรคบูลิเมีย (bulimia nervosa) และความต้องการผอมในเด็กผู้หญิงมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับทัศนคติที่วิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของครอบครัวและการถูกหยอกล้อเรื่องน้ำหนัก เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Kluck (2010) ที่พบว่า อิทธิพลจากครอบครัวที่มุ่งสนใจที่รูปลักษณ์ภายนอกและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับน้ำหนักจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมที่ใช้วินิจัยโรคบูลิเมีย (bulimia nervosa) ในกลุ่ม

ตัวอย่างที่ไม่ใช่ผู้ป่วย ($\beta = .47, p < .001$) และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความไม่พึงพอใจรูปร่าง ($\beta = .49, p < .001$) โดยได้ทำการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาเพศหญิงช่วงอายุ 16 ถึง 24 ปี ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการที่สมาชิกคนอื่นของครอบครัวมีความวิตกกังวลหรือมุ่งความสนใจต่อรูปร่างนั้น สามารถส่งผลต่อความคิดเกี่ยวกับรูปร่างของตัวเองได้เช่นกัน นอกจากนี้การที่พ่อหรือแม่สนับสนุนให้ลูกลดน้ำหนักก็มีผลต่อพฤติกรรมของลูกอีกด้วย โดยจะสัมพันธ์กับพฤติกรรมการกินที่ไม่เหมาะสมและการควบคุมน้ำหนักแบบเข้มงวดของตัวเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Neumark-Sztainer et al., 2010) และยังมีความสัมพันธ์กับความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ของเด็ก (Vander Wal & Thelen, 2000) เพราะฉะนั้นความรู้สึก ความคิด ความกังวล ความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ และพฤติกรรมที่เด็กมีต่อรูปร่างของตนเองนั้น ล้วนได้รับอิทธิพลมาจากพ่อแม่หรือสมาชิกในครอบครัว อย่างไรก็ตาม ยังพบอิทธิพลอื่นที่ส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์นั้นคือ อิทธิพลจากเพื่อน

5. งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากเพื่อนต่อการรับรู้รูปลักษณ์

ในช่วงวัยรุ่นนั้นนอกจากครอบครัวแล้ว บุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่เข้ามามีบทบาทใกล้ชิดกับวัยรุ่นก็คือ กลุ่มเพื่อน โดยเฉพาะเด็กผู้หญิงเพราะผู้หญิงมักเปรียบเทียบภาพของตนเองกับคนในครอบครัวหรือกลุ่มเพื่อนมากกว่าภาพที่ปรากฏทางสื่อต่างๆ (Bosveld, Koomen, & Pligt, 1994) และวัยรุ่นเพศหญิงมักให้ความสำคัญกับความคิดเห็นของเพื่อนเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาและมีผลต่อความพึงพอใจในรูปร่างของตน (Shroff & Thompson, 2006) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Clark และ Tiggemann (2006) ที่พบว่า หัวข้อการสนทนาในกลุ่มเพื่อนผู้หญิงมักเกี่ยวข้องกับเรื่องรูปร่างหน้าตา (appearance) อันได้แก่ ขนาดและรูปร่างทางกาย ซึ่งไปสัมพันธ์กับการมีลักษณะรูปร่างภายนอกในอุดมคติและความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ของตน ดังนั้นจึงแสดงให้เห็นว่าการพูดคุยถึงรูปร่างหรือลักษณะภายนอกของกลุ่มเพื่อนผู้หญิงสามารถส่งผลต่อความคิดและความเชื่อภายในที่เด็กผู้หญิงมีต่อตนเองได้เช่นกัน นอกจากนี้แล้วยังพบว่า การพูดคุยหรือหยอกล้อกับเด็กโดยตรงเกี่ยวกับรูปร่างยังเป็นอีกหนึ่งสิ่งส่งผลต่อความพึงพอใจในรูปลักษณ์อีกด้วย เพราะวัยรุ่นที่มีความอ่อนไหวนั้นจะได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนและจะส่งผลทางลบต่อมายังความพึงพอใจในรูปลักษณ์ (วิไลลักษณ์ เสรีตระกูล, 2555) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Rashmi และคณะ (2016) ที่พบว่า รูปลักษณ์มีความเกี่ยวข้องกับความเห็นของกลุ่มเพื่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยหนึ่งในสามของผู้เข้าร่วมการวิจัยกล่าวว่า ตนมีความพึงพอใจในรูปร่างต่ำเมื่อเพื่อนแสดงความคิดเห็นว่าเขาอ้วน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 37.5 เช่นเดียวกับการศึกษาในงานวิจัยของ Vander Wal และ Thelen (2000) ที่พบว่า การหยอกล้อของเพื่อนในกลุ่มเกี่ยวกับรูปร่างส่งผลต่อความไม่พึงพอใจรูปลักษณ์ของตน จึงกล่าวได้

ว่า วัยรุ่นมีความสนใจและใส่ใจต่อคำพูดของเพื่อนเกี่ยวกับรูปร่างไม่ว่าจะทางตรงหรือทางอ้อมซึ่งมีผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ที่เขามีต่อตนเอง

นอกจากนี้แล้วกลุ่มเพื่อนยังสามารถส่งผลต่อพฤติกรรมของตัวเด็กได้เช่นกัน จากงานวิจัยของ Ata, Ludden และ Lally (2007) ได้กล่าวถึง แรงกดดันจากเพื่อนและครอบครัวเกี่ยวกับการลดน้ำหนักในวัยรุ่นเพศหญิงที่มีการรับรู้ว่าตนมีศักยภาพในตนเองต่ำ (low self-esteem) และเคยถูกหยอกล้อเรื่องรูปร่าง จากครอบครัวว่า บุคคลกลุ่มนี้จะมีแนวโน้มที่จะรับรู้รูปร่างของตนใหญ่กว่าความเป็นจริงและรับรู้ตนเองในทางลบ อีกทั้งมีพฤติกรรมการกินและมีความกังวลเกี่ยวกับน้ำหนักในทางลบอีกด้วย ทั้งนี้แรงกดดันเกี่ยวกับการลดน้ำหนักจากครอบครัวและเพื่อน เป็นตัวทำนายที่สำคัญของการมีรูปลักษณ์และพฤติกรรมการกินในทางลบ และเมื่อวัยรุ่นรับแรงกดดันจากคนใกล้ชิดอาจทำให้เขารู้สึกไม่สบายใจ เกิดความทุกข์ มีความรู้สึกในแง่ลบกับตนเอง มีพฤติกรรมควบคุมอาหาร และอาจมีพฤติกรรมการกินในปริมาณที่มากผิดปกติ ในขณะที่เดียวกันก็พยายามจะจำกัดอาหารในส่วนที่ได้กินเข้าไปโดยอาจทำให้ตนเองเจียน กินยาขับปัสสาวะ หรือยาถ่าย เป็นต้น จึงกล่าวได้ว่าบุคคลใกล้ชิดของเด็กไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ คนในครอบครัว หรือเพื่อนล้วนมีผลต่อความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เด็กมีต่อรูปลักษณ์ของตน นอกจากนี้แล้วยังพบว่าอีกบริบทหนึ่งที่มีผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์เช่นกันก็คือ สื่อสังคมออนไลน์

6. งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์

อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อการใช้รูปลักษณ์ของบุคคล เนื่องจากในปัจจุบันสื่อสังคมออนไลน์เป็นสิ่งที่แพร่หลายและเติบโตอย่างรวดเร็ว ทำให้สามารถเข้าถึงได้ง่าย (Fardouly, Diedrichs, Vartanian, & Halliwell, 2015) ซึ่งเฟซบุ๊ก (Facebook) เป็นอีกหนึ่งสื่อสังคมออนไลน์ที่ได้รับความนิยมอย่างสูงในวัยรุ่น โดย Tiggemann และ Slater (2013) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเล่นเฟซบุ๊กกับความวิตกกังวลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ในวัยรุ่นตอนต้น พบว่าระยะเวลาที่ใช้ในการเล่นเฟซบุ๊กนั้นสัมพันธ์กับความคิดในอุดมคติเกี่ยวกับรูปร่างที่ผอม การสังเกต และการดูรูปร่างของตน รวมถึงเป็นแรงกระตุ้นที่ทำให้บุคคลอยากมีรูปร่างที่ผอมอีกด้วย นอกจากนี้จากการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างผู้ใช้เฟซบุ๊กและผู้ใช้ที่ไม่ใช่เฟซบุ๊กพบว่า ผู้ใช้เฟซบุ๊กมีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลต่อการรับรู้รูปลักษณ์มากกว่าผู้ใช้ที่ไม่ใช่เฟซบุ๊ก สอดคล้องกับงานวิจัยของ Fardouly และคณะ (2015) ที่พบว่าผู้หญิงที่ใช้เวลาเล่นเฟซบุ๊กเป็นระยะเวลานานมีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลต่อรูปลักษณ์ของตนเองเนื่องมาจากเกิดการเปรียบเทียบรูปร่างหน้าตาของตนเองกับผู้อื่น

ยิ่งกว่านั้น Eckler, Kalyango และ Paasch (2016) พบว่า ระยะเวลาในการเล่นเฟซบุ๊กสัมพันธ์กับการเปรียบเทียบระหว่างน้ำหนักของตนเองกับผู้อื่น พฤติกรรมใส่ใจกับรูปร่างของผู้อื่น และความรู้สึกทางลบต่อร่างกายของตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเพศหญิงที่ต้องการลดน้ำหนักและใช้เวลาเล่นเฟซบุ๊กเป็นระยะเวลานานจะยังมีแนวโน้มที่จะเกิดความผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับการกิน ได้แก่ อาการในโรคบูลิเมีย (bulimic symptom) ยกตัวอย่างเช่น การล้วงคอหรือกินยาถ่าย และพฤติกรรมการกินในปริมาณมากผิดปกติ (Smith, Hames, & Joiner, 2013) แสดงให้เห็นว่า สื่อสังคมออนไลน์เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดการรับรู้รูปลักษณ์ตนเองในทางลบ

นอกจากนี้ การที่บุคคลดูภาพจากสื่อสังคมออนไลน์ก็ส่งผลให้มีการรับรู้รูปลักษณ์ของตนเองในทางลบ โดยจากงานวิจัยของ Yamamiya, Cash, Melnyk, Posavac และ Posavac (2005) พบว่ากลุ่มตัวอย่างเพศหญิงที่ดูภาพนางแบบที่สวยงามและผอม มีแนวโน้มที่จะรับรู้รูปลักษณ์ของตนเองในทางลบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ที่มีการระบุนความสวยงามของรูปลักษณ์จากภายในตนเองสูง และมีแนวโน้มที่จะเกิดความไม่พึงพอใจในรูปร่างของตนเองเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างที่ได้ดูภาพนางแบบที่มีรูปร่างปกติและรูปร่างที่อ้วนกว่าปกติ (Groesz, Levine, & Murnen, 2002) ทั้งหมดนี้จึงสามารถกล่าวโดยสรุปว่า สื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นและส่งผลต่อพฤติกรรมที่จะแสดงออกในเวลาต่อมา

จากงานวิจัยที่กล่าวมาทั้งหมด แสดงให้เห็นว่า สภาพแวดล้อมไม่ว่าจะเป็นทางครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ล้วนแต่ส่งอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่น อย่างไรก็ตาม อย่างไรก็ดี คณะผู้วิจัยพบว่า มีอีกหนึ่งปัจจัยที่เข้ามามีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์นั้นคือ อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง

7. งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากครอบครัวต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง

อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นสิ่งที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากบริบทความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และตัวเด็ก (Hammen, 1988) โดยมีการกล่าวไว้ว่า คนที่มีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างในทางลบนั้นเป็นผลมาจากพฤติกรรมของพ่อแม่ที่ไม่ได้ให้การสนับสนุนและดูแลเอาใจใส่บุตรอย่างเพียงพอจึงส่งผลให้เกิดการพัฒนาอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างในทางลบเกิดขึ้น (Beck, 1967 อ้างถึงใน Amato, 1991) อย่างไรก็ตาม งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากครอบครัวต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างนั้นยังไม่มีมีการเผยแพร่มากนัก แต่มีการกล่าวถึงคำที่ใกล้เคียงกันกับอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างไว้บ้าง ได้แก่ ความรู้สึกเกี่ยวกับตน (sense of self) และอัตมโนทัศน์ (self-concept) โดยงานวิจัยของ Baldwin (1992) กล่าวว่า ความรู้สึกที่มีเกี่ยวกับตนซึ่งมี

ความคล้ายคลึงกับอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างนั้น เกิดขึ้นมาจากอิทธิพลจากการมีประสบการณ์กับบุคคลที่ตนมีความใกล้ชิด (significant person) ยกตัวอย่างเช่น พ่อแม่หรือบุคคลที่เลี้ยงดู และ Koerner (2002) ได้ให้คำอธิบายถึงอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างตามโมเดลของ Baldwin ว่า อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างซึ่งมีความคล้ายคลึงกับอัตมโนทัศน์ (self-concept) นั้นหมายถึงองค์ความคิดต่างๆ ที่นำมาเชื่อมโยงกับความเป็นตน เช่น เจตคติและความเชื่อ และพบว่าการแบ่งปันเรื่องราวระหว่างพ่อแม่กับบุตรนั้นเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุตรเข้าใจว่าเขาเป็นใครและอนาคตของเขาจะเป็นอย่างไร รวมถึงมีบทบาทในการพัฒนาความรู้สึกเกี่ยวกับตนอีกด้วย (Bohaneck, Marin, Robynfivush, & Duke, 2006) ซึ่งจะเข้ามามีบทบาทสำคัญต่อสภาวะทางอารมณ์และพฤติกรรมที่จะแสดงออก (Hammen & Goodman-Brown, 1990)

จากข้างต้นจึงแสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของครอบครัวที่มีต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง ไม่ว่าจะเป็นเป็นการเข้ามาอิทธิพลต่อการสร้างและพัฒนาการรับรู้ที่มีต่อตนเอง และหากได้รับอิทธิพลจากครอบครัวซึ่งไม่เหมาะสมแล้วก็อาจส่งผลต่อการพัฒนาองค์ความคิดในทางลบต่อไปได้ ทั้งนี้งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลของครอบครัวต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างโดยตรงนั้นยังพบว่ามี การเผยแพร่ไม่กว้างขวาง ด้วยเหตุนี้ทางคณะผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาว่าแท้จริงแล้วในแง่ของต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง อิทธิพลของครอบครัวนั้นจะมีอิทธิพลหรือไม่ และมีบทบาทอย่างไร อย่างไรก็ตาม พบว่ามีงานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากเพื่อนที่เข้ามาส่งผลต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างด้วยเช่นกัน

8. งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากเพื่อนต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง

เพื่อนนับว่าเป็นกลุ่มบุคคลที่เข้ามาอิทธิพลอย่างมากในช่วงวัยรุ่น วัยรุ่นมักต้องการเป็นที่ยอมรับและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จึงทำให้เพื่อนเข้ามามีบทบาทและเป็นกลุ่มคนแรกๆ ที่วัยรุ่นให้ความสำคัญและมักคำนึงถึง ซึ่งในบางครั้งวัยรุ่นยอมลดความเป็นตนเองและนำเอาความคิดและการตัดสินใจของเพื่อนเข้ามาเป็นเครื่องชี้นำแทนตน เช่นที่ Clark และ Tiggemann (2007) กล่าวถึง บทบาทของอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างว่าเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างอิทธิพลจากสังคมและวัฒนธรรม อันได้แก่ สื่อสังคมออนไลน์และการสนทนาเรื่องรูปร่างในกลุ่มเพื่อน กับความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ โดยพบว่าการสนทนาเรื่องรูปร่างในกลุ่มเพื่อน เป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญที่ทำให้บุคคลมุ่งความใส่ใจในรูปร่างของตนเอง จนเกิดการพัฒนาและการคงอยู่ของอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่าง ซึ่งสามารถนำไปสู่การเกิดการรับรู้รูปลักษณ์ในทางลบได้ รวมถึงมีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงและพบผลการวิจัยในทำนองเดียวกันว่า การปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนเพศหญิงมีความสัมพันธ์กับคะแนนอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง

เกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ (Sinton & Birch, 2006) จากงานวิจัยดังกล่าวจึงสังเกตได้ว่าเพื่อนมีอิทธิพลและชี้นำกระบวนการคิดไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรมในอนาคตได้ ดังเช่น ในเหตุการณ์ข้างต้นที่เพื่อนเข้ามามีบทบาททำให้วัยรุ่นในใจในรูปร่างของตนเองมากขึ้นและอาจนำไปสู่การรับรู้รูปลักษณ์ทางลบต่อไป นอกจากนี้แล้วการรับรู้ที่เพื่อนของตนมีความต้องการที่จะมีรูปร่างผอม การสนทนา หรือการมีตัวแบบ ยังสัมพันธ์กับความรู้สึกที่เปลี่ยนไป ลดความพึงพอใจในรูปร่างของตน ลดการรับรู้คุณค่าในตนเอง และความต้องการมีรูปร่างผอมตามบุคคลเหล่านั้น (Dohnt & Tiggemann, 2006)

กล่าวโดยสรุปคือ เพื่อนเป็นส่วนหนึ่งที่ส่งผลต่ออัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้าง อย่างไรก็ตาม แม้งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากเพื่อนต่ออัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างยังไม่เป็นที่เผยแพร่กว้างขวาง แต่หากอิทธิพลจากครอบครัวมีแนวโน้มที่จะส่งผลต่ออัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างแล้ว เพื่อนซึ่งเป็นบุคคลที่วัยรุ่นให้ความสำคัญด้วยเช่นกัน ก็น่าจะพบความสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกัน เพื่อนจึงเป็นหนึ่งในที่มาของการศึกษาของงานวิจัยนี้ ทั้งนี้ นอกเหนือจากอิทธิพลของครอบครัวและเพื่อนต่ออัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้าง สื่อสังคมออนไลน์ก็เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่พบว่ามีอิทธิพลต่ออัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างด้วยเช่นกัน

9. งานวิจัยเกี่ยวกับอิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์ต่ออัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้าง

อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ นับเป็นสิ่งสำคัญโดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น สื่อสังคมออนไลน์นับว่าเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการดำเนินชีวิต โดยจากการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงพบว่า การตระหนักรู้ในข้อความจากสื่อ สัมพันธ์กับคะแนนอัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้ไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ของตน (Sinton & Birch, 2006) และยังมีผลการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นตอนต้นที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งในเพศชายและเพศหญิงที่ได้ดูภาพดารานางงามในอุดมคติที่น่าดึงดูดใจหรือดูดีจากสื่อโฆษณาจะเกิดกระบวนการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างทางปัญญา ซึ่งไปกระตุ้นและพัฒนาอัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างที่เกี่ยวกับรูปร่างหน้าตามากกว่าในกลุ่มตัวอย่างที่ได้ดูภาพดารานางงามที่น่าดึงดูดใจ (Hargreaves & Tiggemann, 2003) นอกจากนี้ในงานวิจัยของ Brown และ Dittmar (2005) ยังพบว่า อัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างการดูภาพดารานางงามจากสื่อสังคมออนไลน์กับความวิตกกังวลต่อน้ำหนักตัว เนื่องจากการดูภาพดารานางงามที่ผอมจากสื่อไปกระตุ้นอัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิดการสร้างความคิดเกี่ยวกับความผอมและรู้สึกไม่ดีต่อตนเอง อีกทั้งในงานวิจัยที่ผ่านมายังพบอีกว่า อัตรานิตยศาสตร์เชิงโครงสร้างนั้นเป็นปัจจัยสำคัญที่บ่งชี้ว่า

เพราะเหตุใดบางคนจึงได้รับผลกระทบทางลบจากอิทธิพลของสังคมและวัฒนธรรม เช่น การดูภาพจากสื่อ ในขณะที่บางคนนั้นไม่ได้รับผลกระทบอีกด้วย (Smolak, 2004)

จากที่กล่าวไปข้างต้นจะเห็นได้ว่าอิทธิพลของสื่อ ทั้งสื่อสังคมแบบออฟไลน์และสื่อสังคมแบบออนไลน์ได้เข้ามามีบทบาทและมีความสัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง กล่าวคือ อิทธิพลของสื่อเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้สร้างความคิดที่เกี่ยวกับรูปร่าง จนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างทางปัญญา จากเหตุนี้จึงเป็นที่มาของความสนใจและมุ่งที่จะศึกษาอิทธิพลดังกล่าว

10. งานวิจัยเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างและการรับรู้รูปลักษณ์

อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema) คือ โครงสร้างทางปัญญาที่มีการจัดระบบกับประสบการณ์และการกระทำ และสะท้อนออกมาในรูปแบบของกฎเกณฑ์ ทัศนคติ ความเชื่อ ซึ่งกำกับความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคล โดยอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างมีได้หลายด้าน เช่น บุคคลที่มีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา จะมีความเชื่อหลักว่ารูปร่างหน้าตาของตนจะส่งผลต่อชีวิต จึงอาจทำให้เกิดความกังวลต่อรูปลักษณ์ของตนได้ (Cash & Labarge, 1996) จากการศึกษา งานวิจัยของ Jung และ Lennon (2003) พบอิทธิพลของอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ในเพศหญิงที่มีต่อการรับรู้รูปลักษณ์ ซึ่งพบว่าบุคคลที่ตระหนักและให้ความสำคัญกับรูปร่าง มีแนวโน้มที่จะประเมินรูปร่างภายนอกของตนเองในทางลบ ซึ่งเป็นไปในทางสอดคล้องกับงานวิจัยของ Cash และ Labarge (1996) ที่พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยเพศหญิงให้ความสำคัญกับรูปร่างจะมีการรับรู้ตนเองในที่สาธารณะ ความวิตกกังวลทางสังคม การแสดงออกถึงอาการซึมเศร้า และความผิดปกติทางการกิน มากกว่า แต่ในทางตรงกันข้ามจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษามหาวิทยาลัยเพศหญิงที่ไม่ได้ให้ความสำคัญกับรูปร่าง ผลการศึกษาที่ผ่านมาจึงชี้ให้เห็นว่าคนที่มึ่น้ำหนักมากกว่าปกติและให้ความสำคัญกับเรื่องน้ำหนักจะรับรู้ตนเองว่าอ้วนมากกว่าผู้ที่มีน้ำหนักมากกว่าปกติแต่ไม่ได้ให้ความสำคัญกับเรื่องน้ำหนัก แสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาสูง มีแนวโน้มที่จะอ่อนไหวกับข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับรูปร่าง เช่น ความน่าดึงดูดใจทางกายภาพและความผอม ในทางตรงกันข้ามผู้ที่มีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาน้อย มักมีแนวโน้มที่จะไม่ให้ความสนใจหรืออาจจะให้ความสนใจต่อข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับรูปร่างในปริมาณที่น้อยกว่า (Jung & Lennon, 2003) แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างต่อการรับรู้รูปลักษณ์ ทั้งหมดนี้จึงเป็นที่มาของการศึกษาและวิจัยในครั้งนี้ว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณะโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานงานวิจัย

1. ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณะของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวส่งผ่าน
2. เพื่อนมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณะของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวส่งผ่าน
3. สื่อสังคมออนไลน์ มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณะของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวส่งผ่าน

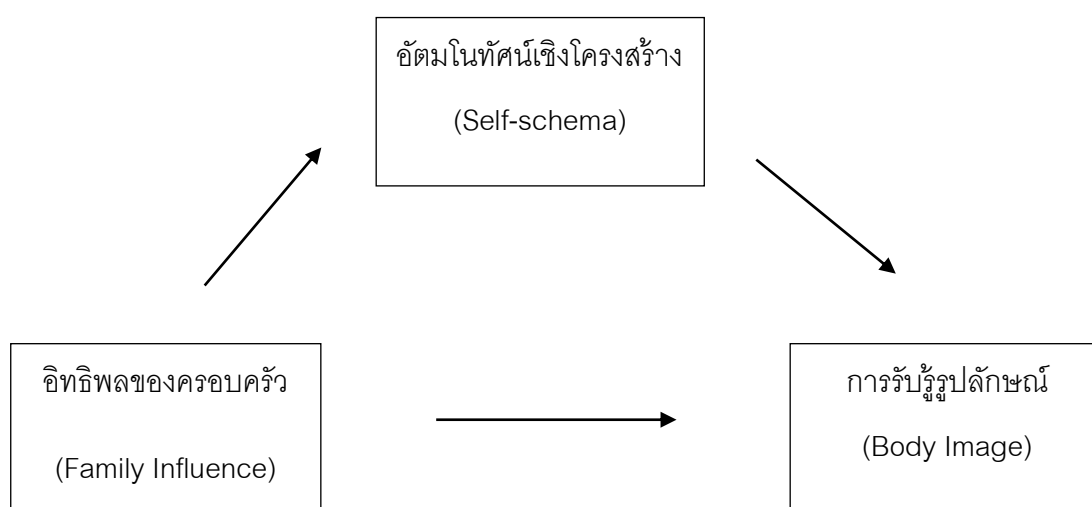
ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจเพื่อศึกษาอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณะโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงเท่านั้น เนื่องจากเพศหญิงมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปลักษณ์มากกว่าเพศชาย โดยเพศหญิงมีความวิตกกังวลคิดเป็นร้อยละ 35 และสำหรับเพศชายพบเพียงร้อยละ 8 (El Ansari, Dibba, & Stock, 2014) และ ANRED (n.d.) พบว่าเพียงร้อยละ 10 เท่านั้นที่ผู้ชายเป็นโรคอะนอเร็กเซีย (Anorexia) และบูลิเมีย (bulimia nervosa) ซึ่งโรคความผิดปกติทางการกินนี้เป็นปัจจัยเสี่ยงที่เกิดมาจากความรู้สึกไม่พึงพอใจในรูปร่าง (Nerini, Matera, & Stefanile, 2013) และในงานวิจัยนี้จะศึกษาเฉพาะวัยรุ่นตอนต้นช่วงอายุ 11 ถึง 14 ปี เนื่องด้วยเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของกระบวนการภายในร่างกาย (biological transformation) นำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและเห็นได้ชัด รวมถึงเป็นวัยที่เริ่มสนใจทางเพศอีกด้วย นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในช่วงวัยนี้ยังอาจส่งผลให้เกิดความเสี่ยงเกี่ยวกับปัญหาทางพัฒนาการ ยกตัวอย่างเช่น การเห็นคุณค่าในตัวเองต่ำ (low self-esteem) และเกิดกิจกรรมทางเพศ (Eccles, 1999) สอดคล้องกับ UNICEF (2005) ที่กล่าวไว้ว่า ช่วงวัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่จะมีการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพทั้งทางร่างกายและทางเพศ เริ่มมีความสนใจทางเพศ มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปลักษณ์ มีอิทธิพลของเพื่อนเข้ามามีบทบาท ซึ่ง McNeely และ Blanchard (2009) ได้กล่าวถึงในทำนองเดียวกันว่า ช่วงวัยรุ่นตอนต้นนั้นจะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและสภาวะทางอารมณ์ ยกตัวอย่างเช่น ปริมาณไขมันในร่างกายมีจำนวนมากขึ้น สะเฝงผาย หน้าอกขยาย

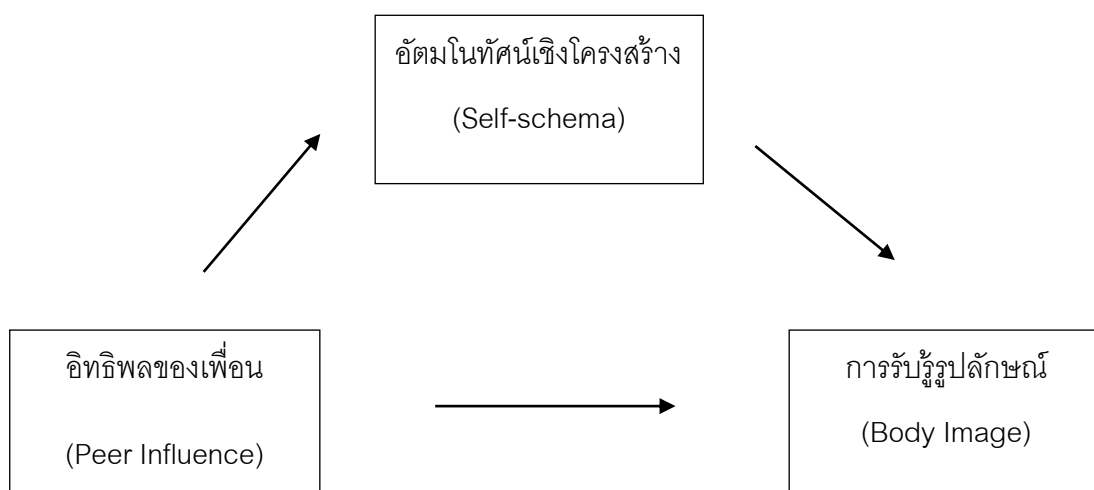
ความอยากอาหารเพิ่มมากขึ้น ให้ความสนใจกับตนเองเป็นพิเศษ รู้สึกกระอักกระอ่วนกับร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป และมีความต้องการพัฒนาอัตลักษณ์ของตนเอง (self-identity) เป็นต้น

จากอัตราจำนวนการเกิดความรู้สึกไม่พึงพอใจในรูปร่างและโรคความผิดปกติทางการกินอาหารซึ่งมักพบในกลุ่มเพศหญิงมากกว่าเพศชาย รวมไปถึงพัฒนาการที่เปลี่ยนแปลงทางกายภาพและจิตใจซึ่งมีจุดเริ่มต้นมาจากช่วงวัยรุ่นตอนต้น อันเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนผ่านและเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด จึงทำให้คณะผู้ทำวิจัยมุ่งสนใจการศึกษาไปที่กลุ่มวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงในช่วงอายุ 11 ถึง 14 ปี

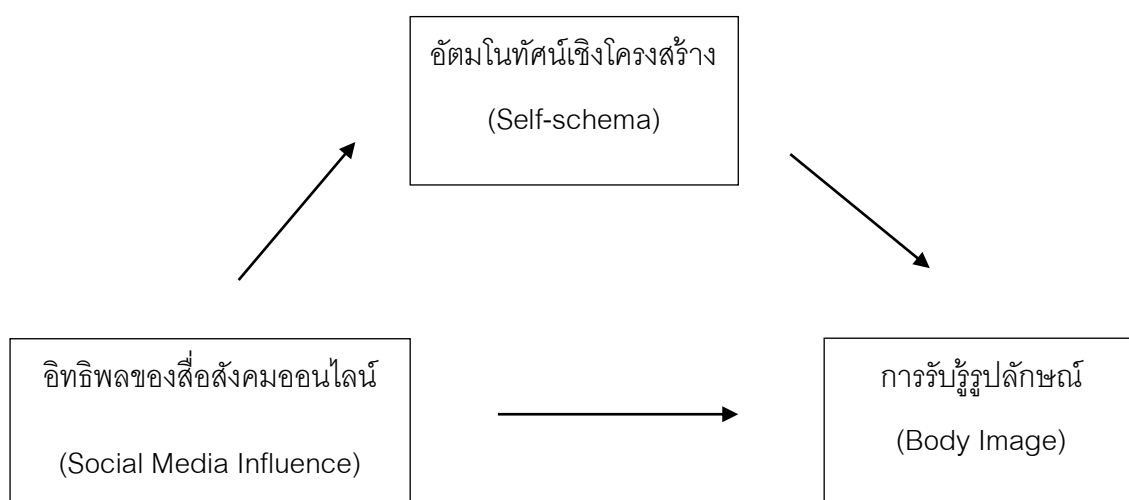
กรอบแนวคิดงานวิจัย



ภาพที่ 2 โมเดลอิทธิพลของครอบครัวต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน



ภาพที่ 3 โมเดลอิทธิพลของเพื่อน ต่อการรับรู้รูปร่างลักษณะโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน



ภาพที่ 4 โมเดลอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปร่างลักษณะโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระได้แก่

1. อิทธิพลของครอบครัว (Family Influence)
2. อิทธิพลของเพื่อน (Peer Influence)
3. อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media Influence)

ตัวแปรส่งผ่านได้แก่

อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema)

ตัวแปรตามได้แก่

การรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image)

คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย

1. อิทธิพลจากครอบครัว (Family Influence) หมายถึง การได้รับความกดดันทางความคิด พฤติกรรมจากครอบครัวซึ่งส่งผลต่อความกังวลในรูปร่าง
2. อิทธิพลจากเพื่อน (Peer Influence) หมายถึง การได้รับความกดดันทางความคิด พฤติกรรมจากเพื่อนซึ่งส่งผลต่อความกังวลในรูปร่าง
3. อิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media Influence) หมายถึง การได้รับความกดดันทางความคิด พฤติกรรมจากสื่อสังคมออนไลน์ซึ่งส่งผลต่อความกังวลในรูปร่าง
4. อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema) หมายถึง การมีความเชื่อหลักเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาว่าจะส่งผลต่อชีวิต
5. การรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image) หมายถึง ความกังวลในลักษณะรูปร่างของตนเอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เกิดความตระหนักในอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์
2. เป็นแนวทางในการปรับเจตคติเกี่ยวกับการรับรู้รูปลักษณ์
3. เป็นแนวทางในการทำความเข้าใจวัยรุ่นตอนต้นในการรับรู้รูปลักษณ์

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน มีวิธีดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างในชั้นสร้างเครื่องมือและกลุ่มตัวอย่างในชั้นเก็บข้อมูลจริง

1. กลุ่มตัวอย่างในชั้นสร้างเครื่องมือ

กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงที่อยู่ในช่วงอายุตั้งแต่ 11 ถึง 14 ปี ซึ่งศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 30 คน และอยู่อาศัยในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้ต้องมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ไม่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีความผิดปกติทางกายและจิตใจใดๆ มีความสามารถในการอ่านและเขียนภาษาไทย และใช้วิธีสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามสะดวก (convenience sampling) ในการทำวิจัย

2. กลุ่มตัวอย่างในชั้นเก็บข้อมูลจริง

กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงที่อยู่ในช่วงอายุตั้งแต่ 11 ถึง 14 ปี ซึ่งศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 220 คน และอยู่อาศัยในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้ต้องมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ไม่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีความผิดปกติทางกายและจิตใจใดๆ มีความสามารถในการอ่านและเขียนภาษาไทย และใช้วิธีสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามสะดวก (convenience sampling) ในการทำวิจัย ทั้งนี้จำนวนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้มาจากการคำนวณจากสูตรของ Hair, Black, Babin, Anderson และ Tatham (2006) โดยผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่สำคัญทางสถิติ .05 ตามสูตรการคำนวณดังกล่าว และจากสูตรการคำนวณได้กล่าวไว้ว่า ในหนึ่งตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยควรมีกลุ่มตัวอย่างประมาณ 10 ถึง 20 คน ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้มีทั้งสิ้น 5 ตัวแปร อันได้แก่ อิทธิพลของครอบครัว อิทธิพลของเพื่อน อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง และการรับรู้รูปลักษณ์ ดังนั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ควรมีอย่างน้อย 100 คนขึ้นไป อย่างไรก็ตามผู้วิจัยต้องการเพิ่มอำนาจในการทำนายให้มากยิ่งขึ้นจึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็นจำนวนทั้งสิ้น 220 คน

นอกจากนี้แล้ว เนื่องด้วยกลุ่มประชากรที่เข้าร่วมการวิจัยนั้นเป็นช่วงอายุตั้งแต่ 11 ถึง 14 ปี ซึ่งศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 2 สามารถอ่านออกเขียนได้เป็นภาษาไทยและ

มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ได้รับการรายงานจากหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้อยู่ในปกครองว่าไม่มีปัญหาทางสุขภาพทางกายและใจ อันได้แก่ ความผิดปกติทาง อารมณ์ เช่น ซึมเศร้า ซึมเศร้าเรื้อรัง อารมณ์สองขั้วกลุ่ม อาการวิตกกังวล กลุ่มอาการทางจิต เช่น โรคจิตเภท ความผิดปกติทางบุคลิกภาพ กลุ่มโรคความผิดปกติทางการรับประทานอาหาร อาการสมาธิสั้น ไม่อยู่นิ่ง และความผิดปกติทางกาย เช่น ทูพผลภาพ ความพิการทางกาย ดังนั้นวิธีการให้คำยินยอมจะเป็น การลงลายมือเพื่อยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และยังมีกรลงลายมือชื่อแสดงความยินยอมของผู้ปกครองใน หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้อยู่ในปกครองด้วยและเป็นไปด้วยความสมัครใจ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป
2. มาตรวัด จำนวน 5 มาตร ได้แก่
 - 2.1 มาตรวัดอิทธิพลของครอบครัว
 - 2.2 มาตรวัดอิทธิพลของเพื่อน
 - 2.3 มาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์
 - 2.4 มาตรวัดอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง
 - 2.5 มาตรวัดการรับรู้รูปลักษณ์

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปประกอบไปด้วยคำถามทางประชากรศาสตร์ ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา น้ำหนัก และส่วนสูง

ส่วนที่ 2 มาตรวัด จำนวน 5 มาตร

มาตรวัดที่นำมาใช้เป็นมาตรที่ได้รับการพิจารณาภาษาและความเหมาะสมจากผู้ทรงคุณวุฒิ และอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นที่เรียบร้อยแล้ว และเป็นมาตรที่ได้รับการทดสอบความเที่ยงและความตรงแล้วว่า สามารถนำมาใช้ได้กล่าวคือ มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น ไม่ต่ำกว่า .7 อันเป็นค่ามาตรฐานที่เป็นที่ยอมรับโดยทั่วกัน อย่างไรก็ตามจะมีการนำเอาไปทดสอบก่อนใช้อีกครั้งหนึ่ง และผลที่ได้จะเป็นการวิเคราะห์โดยภาพรวมเท่านั้นซึ่งรายละเอียดของมาตรมีดังนี้

2.1 มาตรการวัดอิทธิพลของครอบครัว

งานวิจัยนี้วัดอิทธิพลของครอบครัว โดยใช้มาตร Family Influence Scale ของ Young, McFatter และ Clopton (2001) ซึ่งพัฒนามาจากมาตรวัด Perceived Sociocultural Pressure Scale ของ Stice, Nemeroff และ Shaw (1996) มาตรนี้ประกอบด้วยข้อกระทง 12 ข้อ หากผลรวมของคะแนนมีค่าสูงจะหมายถึง บุคคลได้รับความกดดันด้านความคิด พฤติกรรมจากครอบครัวในเรื่องรูปร่างมาก ทั้งนี้มาตรเป็นแบบลิเคิร์ตสเกล (Likert Scale) 5 ระดับ โดยเรียงคะแนนจากน้อยไปมาก ดังนี้

- 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน
- 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย
- 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

มาตรนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha) เท่ากับ .88 และค่าความสอดคล้องภายในเนื้อหาเท่ากับ .89 ยกตัวอย่างข้อกระทง เช่น “ฉันรู้สึกกดดันจากครอบครัวให้ลดน้ำหนัก” และ “ครอบครัวของฉันชื่นชอบคนดังหรือนางแบบที่ผอม” เป็นต้น หลังจากนั้นได้นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับกลุ่มย่อย โดยคณะผู้วิจัยได้ทดสอบคุณภาพของมาตรวัด และพบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงนั้นกับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (CITC) อยู่ในช่วง .097 ถึง .821 ซึ่งมีข้อ 3, 6 และ 7 ที่ยังคงมีค่าต่ำกว่าค่าวิกฤต อย่างไรก็ตาม ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงมีค่าเท่ากับ .851 ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับดีถึงดีเยี่ยมคณะผู้วิจัยจึงไม่ตัดข้อกระทงดังกล่าวโดยผลการวิเคราะห์ค่า CITC จะนำเสนอในตารางที่ 1 ในภาคผนวก

2.2 มาตรการวัดอิทธิพลของเพื่อน

งานวิจัยนี้วัดอิทธิพลของเพื่อน โดยใช้มาตร Peer Influence Scale ซึ่งพบในงานวิจัยของ Young, McFatter และ Clopton (2001) และพัฒนามาจากมาตรวัด Perceived Sociocultural Pressure Scale ของ Stice, Nemeroff และ Shaw (1996) มาตรนี้ประกอบด้วยข้อกระทง 11 ข้อ หากผลรวมของคะแนนมีค่าสูงจะหมายถึง บุคคลได้รับความกดดันด้านความคิด พฤติกรรมจากเพื่อนในเรื่องรูปร่างมาก และมาตรนี้เป็นแบบลิเคิร์ตสเกล (Likert Scale) 5 ระดับ โดยเรียงคะแนนจากน้อยไปมาก ดังนี้

- 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน

4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย

5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

มาตรานี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha) เท่ากับ .88 ค่าสหสัมพันธ์ test-retest ค่ากับ .93 ยกตัวอย่างข้อกระทง เช่น “เพื่อนฉันมีแนวโน้มที่จะควบคุมอาหารอยู่บ่อยครั้ง” และ “ฉันรู้สึกกดดันจากกลุ่มเพื่อนให้รักษาหุ่นหรือลดน้ำหนัก” เป็นต้น หลังจากนั้นได้นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับกลุ่มย่อยโดยคณะผู้วิจัยได้ทดสอบคุณภาพของมาตรวัดซึ่งพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงเท่ากับ .862 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงนั้นกับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (CITC) อยู่ในช่วง .328 ถึง .734 แสดงว่า ทุกข้อกระทงมีความสัมพันธ์สอดคล้องกับข้อกระทงข้ออื่นๆ ในมาตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) จึงไม่ต้องตัดข้อกระทงใดออก ทั้งนี้ผลการวิเคราะห์ค่า CITC จะนำเสนอในตารางที่ 2 ของภาคผนวก

2.3 มาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์

งานวิจัยนี้วัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ โดยดัดแปลงมาจากมาตรวัดเจตคติของสังคมและวัฒนธรรมต่อลักษณะภายนอก (Sociocultural Attitudes toward Appearance Questionnaires-3: SATAQ-3) ของ Heinberg และ Thompson ในปี 1995 ที่ปรากฏในเว็บไซต์ของ Thompson (n.d.) ทั้งนี้มีการปรับให้อยู่ในบริบทของสื่อสังคมออนไลน์ โดยมีจำนวนรวม 28 ข้อ และแบ่งข้อกระทงออกเป็น 4 กลุ่ม

หนึ่ง Internalization-General จำนวน 9 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, และ 25 ตัวอย่างข้อกระทงเช่น “ฉันเปรียบเทียบรูปร่างของฉันกับรูปร่างของคนที่อยู่ในโซเชียลมีเดีย” “ฉันต้องการให้รูปร่างของฉันเหมือนกับนางแบบหรือนายแบบที่อยู่ในโซเชียลมีเดีย” “ฉันเปรียบเทียบรูปร่างหน้าตาของฉันกับดาราในโซเชียลมีเดีย” เป็นต้น

สอง Internalization-Athlete จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ 18, 19, 22, 23, และ 28 ตัวอย่างข้อกระทงเช่น “ฉันเปรียบเทียบรูปร่างของฉันกับคนที่มีรูปร่างดี” “ฉันเปรียบเทียบรูปร่างของฉันกับคนที่มีรูปร่างเหมือนนักกีฬา” “ฉันพยายามที่จะมีรูปร่างเหมือนนักกีฬา” เป็นต้น

สาม Pressure จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ 2, 6, 10, 14, 17, 21, และ 24 ตัวอย่างข้อกระทงเช่น “โซเชียลมีเดียทำให้ฉันรู้สึกที่ต้องผอม” “โซเชียลมีเดียทำให้ฉันรู้สึกที่ต้องมีรูปร่างที่สมบูรณ์แบบ” “โซเชียลมีเดียทำให้ฉันรู้สึกที่ต้องออกกำลังกาย” เป็นต้น

สี่ Information จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 5, 9, 13, 20, 26, และ 27 ตัวอย่างข้อกระทงเช่น “โฆษณาในโซเชียลมีเดียเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี” “รูปภาพที่อยู่ในโซเชียลมีเดียเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี” “คนที่มีชื่อเสียงไม่ใช่แหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองดูดี” เป็นต้น

งานวิจัยก่อนหน้าของ Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda และ Heinberg (2004) ได้ระบุค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alphas) ไว้ดังนี้ Information เท่ากับ .96 Pressures เท่ากับ .92 Internalization-Athlete เท่ากับ .95 Internalization-General เท่ากับ .96 และโดยรวมเท่ากับ .96 และมาตรวัดนี้เป็นมาตรแบบลิเคิร์ตสเกล (Likert Scale) 5 ระดับ โดยเรียงคะแนนจากน้อยไปมากดังนี้

- 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน
- 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย
- 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

สำหรับการคิดคะแนนนั้นนำมาบวกกันตามปกติ ยกเว้นข้อ 3, 6, 9, 12, 13, 17 และ 24 ให้กลับคะแนนก่อนและหากผลรวมของคะแนนมีค่าสูงจะหมายถึง บุคคลได้รับความกดดันด้านความคิด พฤติกรรมจากสื่อสังคมออนไลน์ในเรื่องรูปร่างมาก หลังจากนั้นได้นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับกลุ่มย่อยโดยคณะผู้วิจัยได้ทดสอบคุณภาพของมาตรวัดซึ่งพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงมีค่าเท่ากับ .761 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงนั้นกับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (CITC) อยู่ในช่วง -.687 ถึง .863 ซึ่งมีข้อ 9, 12, 17, 18 และ 24 ที่มีค่าต่ำกว่าค่าวิกฤต คณะผู้วิจัยจึงตัดข้อกระทงดังกล่าวออกและได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงหลังจากตัดข้อกระทงดังกล่าวแล้วมีค่าเท่ากับ .888 โดยผลการวิเคราะห์ค่า CITC จะนำเสนอในตารางที่ 3 และ 3.1 ของภาคผนวก

2.4 มาตรวัดอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง

งานวิจัยนี้วัดอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง โดยใช้มาตรวัดอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา (The Appearance Schemas Inventory: ASI) ซึ่งได้พัฒนามาจากมาตรวัดของ Cash และ Labarge (1996) และมีจำนวนทั้งสิ้น 14 ข้อ โดยแบ่งข้อกระทงออกเป็นทั้งหมด 3 กลุ่ม คือ

หนึ่ง Body-Image Vulnerability จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 4, 5, 9, 11 และ 12 ตัวอย่างข้อกระทง เช่น “ถ้ามีอะไรผิดปกติบนรูปร่างหน้าตาฉัน เป็นสิ่งแรกที่คนอื่นจะสังเกตเห็น” “ถ้าฉันมีรูปร่างหน้าตาในแบบที่ฉันต้องการ ชีวิตของฉันจะมีความสุขมาก” และ “การดูสื่อทำให้ฉันรู้สึกว่ามันเป็นไปได้ที่ฉันจะพอใจในรูปร่างหน้าตาของตนเอง” เป็นต้น

สอง Self-Investment จำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 3, 6, 7 และ 8 ตัวอย่างข้อกระทงเช่น “รูปร่างหน้าตาของฉันเป็นส่วนสำคัญที่บ่งบอกว่าฉันเป็นใคร” “รูปร่างหน้าตาของฉันเป็นสิ่งที่บ่งบอกความเป็นตัวฉัน” และ “รูปร่างหน้าตาของฉันส่งผลต่อสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตฉัน” เป็นต้น

สาม Appearance Stereotyping จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 10, 13 และ 14 ตัวอย่างข้อกระทงเช่น “การเป็นผู้หญิงคือจะต้องสวยที่สุดเท่าที่จะทำได้” และ “คนที่มีเสน่ห์จะมีทุกอย่างที่ต้องการ” เป็นต้น

มาตรวัดนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alphas) โดยรวมเท่ากับ .84 และมาตรวัดนี้เป็นมาตรแบบลิเคิร์ตสเกล (Likert Scale) 5 ระดับ โดยเรียงคะแนนจากน้อยไปมากดังนี้

- 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน
- 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย
- 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

สำหรับการคิดคะแนนนั้นคิดคะแนนโดยนำมาบวกกันตามปกติ ทั้งนี้คณะผู้วิจัยได้นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับกลุ่มย่อยโดยได้นำไปทดสอบคุณภาพของมาตรวัดซึ่งพบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงนั้นกับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (CITC) อยู่ในช่วง .234 ถึง .751 และข้อ 5 มีค่าต่ำกว่าค่าวิกฤตที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติซึ่งมีเพียงข้อเดียวเท่านั้น ประกอบกับค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงอัลฟาเท่ากับ .857 ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับดีถึงดีเยี่ยม คณะผู้วิจัยจึงไม่ตัดข้อกระทงดังกล่าว ผลการวิเคราะห์ค่า CITC จะนำเสนอในตารางที่ 4 ของภาคผนวก

2.5 มาตรวัดการรับรู้รูปลักษณ์

งานวิจัยนี้วัดการรับรู้รูปลักษณ์ โดยใช้มาตรวัดการรับรู้รูปลักษณ์ (Body Shape Questionnaire: BSQ) ซึ่งพัฒนามาจากมาตรวัดของ Cooper และคณะ (1987) และมีจำนวนทั้งสิ้น 14 ข้อ ตัวอย่างข้อกระทงเช่น “การอยู่กับคนที่มีรูปร่างผอมทำให้คุณมัวแต่สนใจรูปร่างของตนเอง” “คุณรู้สึกอายในรูปร่างของตนเอง” “คุณเคยกังวลในรูปร่างของตนเอง จนต้องลดน้ำหนักหรือไม่” “คุณรู้สึกว่ามันไม่ยุติธรรมเลยที่คนอื่นผอมกว่าคุณ” “คุณเคยกังวลในรูปร่างของตนเองจนรู้สึกว่าคุณต้องออกกำลังกายหรือไม่” เป็นต้น โดยมาตร

วัดนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alphas) โดยรวมเท่ากับ .93 และมาตรวัดนี้เป็นมาตราแบบลิเคิร์ตสเกล (Likert Scale) 6 ระดับ โดยเรียงคะแนนจากน้อยไปมากดังนี้

- 1 หมายถึง ไม่เคย
- 2 หมายถึง น้อยมาก
- 3 หมายถึง น้อย
- 4 หมายถึง บางครั้ง
- 5 หมายถึง บ่อย
- 6 หมายถึง เป็นประจำ

สำหรับการคิดคะแนนนั้นคิดคะแนนโดยนำมาบวกกันตามปกติและผลรวมของคะแนนแสดงถึงระดับความกังวลในรูปร่างของบุคคล โดยหากมีคะแนนสูงจะหมายถึง มีระดับความกังวลในรูปร่างมาก ทั้งนี้คณะผู้วิจัยได้นำมาตรวัดไปทดลองใช้กับกลุ่มย่อยโดยได้นำไปทดสอบคุณภาพของมาตรวัดซึ่งพบว่าค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงอัลฟาเท่ากับ .955 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงนั้นกับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (CITC) อยู่ในช่วง .524 ถึง .868 แสดงว่าทุกข้อกระทงมีความสัมพันธ์สอดคล้องกับข้อกระทงข้ออื่น ๆ ในมาตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) จึงไม่ตัดข้อกระทงใดๆ ออกโดยผลการวิเคราะห์ค่า CITC จะนำเสนอในตารางที่ 5 ของภาคผนวก

ทั้งนี้ในงานวิจัยนี้อาจก่อให้เกิดความคับข้องใจในเด็กบางคน อย่างไรก็ตาม หลังจากตอบแบบสอบถามผู้วิจัยได้มีการสรุปวัตถุประสงค์ วิธีการวิจัย ประโยชน์ของการวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างฟังอีกครั้งหนึ่ง รวมถึงให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับรูปลักษณ์ และหากเด็กคนใดที่เกิดความรู้สึกคับข้องใจหรือเกิดความรู้สึกทางลบหลังจากตอบแบบสอบถาม คณะผู้วิจัยได้จัดเตรียมผู้ที่มีประสบการณ์การให้คำปรึกษาทางจิตวิทยา เพื่อคอยให้ความช่วยเหลือ โดยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น

วิธีดำเนินการวิจัย การเข้าถึงผู้เข้าร่วมการวิจัย และการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้ได้ผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์แล้ว และหลังจากตรวจสอบชุดเอกสารและแบบสอบถามทั้งหมด เป็นต้นว่า ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมการเข้าร่วมการวิจัยของผู้เข้าร่วมการวิจัย (consent form) ใบยินยอมการเข้าร่วมการวิจัยสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้อยู่ในปกครองและแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 5 มาตร ซึ่งได้แก่ มาตรวัดอิทธิพลของครอบครัว (Family Influence Scale) มาตรวัดอิทธิพลของเพื่อน (Peer Influence Scale) มาตรวัดอิทธิพลสื่อสังคมออนไลน์ (Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaires-3)

มาตรวัดอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (The Appearance Schemas Inventory) และมาตรวัดการรับรู้รูปลักษณะ (Body Shape Questionnaire) ว่าถูกต้องและสมบูรณ์แบบครบถ้วนแล้วนั้น คณะผู้วิจัยจึงนำไปให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยทำ โดยติดต่อขอความร่วมมือผ่านสถานศึกษาระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง เพื่อเข้าไปเก็บข้อมูล โดยพิจารณาจากเด็กและสถานะเศรษฐกิจครอบครัวที่อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ในการเก็บข้อมูลนั้นทำการเก็บข้อมูลในห้องเรียนโดยแจ้งวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของงานวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย และประโยชน์ที่จะได้รับจากงานวิจัยนี้ รวมถึงรายละเอียด ขั้นตอนการตอบแบบสอบถาม ระยะเวลาที่ใช้โดยประมาณในการตอบ รวมถึงชี้แจงว่าการเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้เป็นไปโดยสมัครใจ และสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกขณะ โดยไม่ต้องให้เหตุผลและไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับ ทั้งนี้เอกสารที่จะได้รับในครั้งแรก ได้แก่ หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้อยู่ในปกครอง ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และคณะผู้วิจัยจะมาเก็บข้อมูลเฉพาะคนที่ได้รับความยินยอมและอนุญาตให้เก็บข้อมูลในครั้งต่อไป ในการตอบแบบสอบถามคณะผู้วิจัยจะให้ระยะเวลาหนึ่งในการตอบและหากผู้เข้าร่วมการวิจัยคนใดมีข้อสงสัย สามารถสอบถามคณะผู้วิจัยได้ทุกเมื่อ ทั้งนี้เมื่อผู้เข้าร่วมการวิจัยตอบแบบสอบถามเสร็จเรียบร้อยแล้วคณะผู้วิจัยกล่าวขอบคุณสำหรับความร่วมมือเป็นอย่างดี

การพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมการวิจัย

ข้อมูลที่ได้รับจากการตอบแบบสอบถามของผู้เข้าร่วมการวิจัยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัย และข้อมูลทั้งหมดคณะผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ ไม่มีการแบ่งปันให้กับบุคคลอื่นๆ และไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อผู้เข้าร่วมการวิจัยทั้งสิ้น เป็นต้นว่า ไม่มีผลกระทบต่อการศึกษา ผลต่อการศึกษา และผลต่อการเรียน และการเข้าร่วมการวิจัยของผู้ร่วมการวิจัยเป็นไปโดยการสมัครใจ และสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวได้ทุกขณะ โดยไม่ต้องให้เหตุผล และไม่เสียผลประโยชน์หรือส่งผลเสียใดๆ ต่อผู้เข้าร่วมการวิจัยหากผู้เข้าร่วมการวิจัยมีข้อสงสัยสามารถสอบถามเพิ่มเติมโดยสามารถติดต่อคณะผู้วิจัยได้ตลอดเวลา

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติและทดสอบสมมติฐานด้วยโปรแกรมวิเคราะห์สำเร็จรูป SPSS for Windows Version 22 โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่างด้วยการคำนวณความถี่และร้อยละของความถี่ โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 22

2. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยด้วยการคำนวณค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่ามัธยฐาน ค่ามัชฌิมาเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 22

3. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 22

4. วิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย โดยใช้โปรแกรม Process ของ Hayes (2013)

5. วิเคราะห์และทดสอบการทำนายอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณและ Bootstrapping 1000 โดยใช้โปรแกรม Process ของ Hayes (2013)

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเรื่องอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์ โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน มีตัวแปรในงานวิจัยทั้งหมด 5 ตัวแปร อันได้แก่ อิทธิพลของครอบครัว (Family Influence) อิทธิพลของเพื่อน (Peer Influence) อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ (Social Media Influence) อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Self-schema) และการรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image) โดยคณะผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงอายุ 11 ถึง 14 ปี ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 211 คน จากนั้นได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์ผลนำเสนอด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) สรุปลักษณะของกลุ่มตัวอย่างและข้อมูลพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาแล้วจึงนำมาหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งหมดโดยใช้การวิเคราะห์แบบการถดถอย (Regression Analysis) เพื่อหาว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์หรือไม่ โดยนำเสนอข้อมูลทั้งหมดดังนี้

ตารางที่ 1

ความถี่และร้อยละของความถี่ของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา น้ำหนัก และส่วนสูง ($N = 211$)

ตัวแปร	ความถี่	ร้อยละของความถี่
อายุ ($M = 12.32, SD = 1.07$)		
11 ปี	60	28.4
12 ปี	60	28.4
13 ปี	53	25.1
14 ปี	38	18.0
รวม	211	100.0

ตัวแปร	ความถี่	ร้อยละของความถี่
<u>ระดับการศึกษา</u> ($M = 2.42, SD = 1.12$)		
ประถมศึกษาปีที่ 5	60	28.4
ประถมศึกษาปีที่ 6	48	22.7
มัธยมศึกษาปีที่ 1	56	26.5
มัธยมศึกษาปีที่ 2	47	22.3
รวม	211	100
<u>น้ำหนัก</u> ($M = 46.7, SD = 12.22$)		
20 - 29	15	7.1
30 - 39	40	19.0
40 - 49	72	34.1
50 - 59	54	25.6
60 - 69	21	10.0
70 - 79	7	3.3
80 - 89	0	0
90 - 99	2	0.9
รวม	211	100
<u>ส่วนสูง</u> ($M = 153, SD = 8.19$)		
130 - 139	14	6.6
140 - 149	41	19.4
150 - 159	109	51.7
160 - 169	46	21.8

ตัวแปร	ความถี่	ร้อยละของความถี่
170 - 179	1	0.5
รวม	211	100

จากข้อมูลข้างต้นคณะผู้วิจัยเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงอายุระหว่าง 11 ถึง 14 ปี จำนวน 211 คน โดยจากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 11 และ 12 ปี โดยทั้งสองช่วงอายุมีจำนวน 60 คนเท่ากันและคิดเป็นร้อยละ 28.4 ในทั้งสองกลุ่ม รองลงมาคืออายุ 13 ปี ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 53 คน และคิดเป็นร้อยละ 25.1 และลำดับสุดท้ายคืออายุ 14 ปี จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 18 สำหรับอายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดอยู่ในช่วงอายุ 12.32 ปี ($SD = 1.07$)

สำหรับระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 60 คน คิดเป็นร้อยละ 28.4 รองลงมาคือระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 26.5 ลำดับถัดมาคือประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 22.7 และลำดับสุดท้ายคือมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 22.3

จากการวิเคราะห์ข้อมูลน้ำหนักพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีน้ำหนักอยู่ในช่วง 40 ถึง 49 กิโลกรัม จำนวนทั้งสิ้น 72 คน คิดเป็นร้อยละ 34.1 ลำดับที่สองคือช่วง 50 ถึง 59 กิโลกรัม มีจำนวนทั้งสิ้น 54 คน คิดเป็นร้อยละ 25.6 ลำดับที่สามคือช่วง 30 ถึง 39 กิโลกรัม มีจำนวนทั้งสิ้น 40 คน คิดเป็นร้อยละ 19 ลำดับที่สี่คือช่วง 60 ถึง 69 กิโลกรัม มีจำนวนทั้งสิ้น 21 คน คิดเป็นร้อยละ 10 ลำดับที่ห้าคือช่วง 20 ถึง 29 กิโลกรัม มีจำนวนทั้งสิ้น 15 คน คิดเป็นร้อยละ 7.1 ลำดับที่หกคือช่วง 70 ถึง 79 กิโลกรัม มีจำนวนทั้งสิ้น 7 คน คิดเป็นร้อยละ 3.3 และลำดับสุดท้ายคือช่วง 90 ถึง 99 กิโลกรัม มีจำนวนทั้งสิ้น 2 คน คิดเป็นร้อยละ 0.9

นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จำนวน 109 คน มีส่วนสูงอยู่ในช่วง 150 ถึง 159 เซนติเมตร คิดเป็นร้อยละ 51.7 ลำดับที่สองอยู่ในช่วง 160 ถึง 169 เซนติเมตร มีจำนวนทั้งสิ้น 46 คน คิดเป็นร้อยละ 21.8 ลำดับที่สามอยู่ในช่วง 140 ถึง 149 เซนติเมตร มีจำนวนทั้งสิ้น 41 คน คิดเป็นร้อยละ 19.4 ลำดับที่สี่อยู่ในช่วง 130 ถึง 139 เซนติเมตร มีจำนวนทั้งสิ้น 14 คน คิดเป็นร้อยละ 6.6 และลำดับสุดท้ายอยู่ในช่วง 170 ถึง 179 เซนติเมตร มีจำนวนทั้งสิ้น 1 คน คิดเป็นร้อยละ 0.5

ตารางที่ 2

แสดงค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่ามัธยฐาน ค่ามัชฌิมาเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา (N = 211)

ตัวแปร	Scale	Max	Min	Median	Mean	SD
1. อิทธิพลของครอบครัว	12-60	54.00	12.00	25.00	25.82	8.92
2. อิทธิพลของเพื่อน	11-55	53.00	12.00	28.00	28.09	8.53
3. อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์	23-115	115.00	24.00	54.00	55.47	14.77
4. อัฒมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	14-70	68.00	15.00	37.00	36.86	10.21
5. การรับรู้รูปลักษณ์	14-84	78.00	14.00	36.00	36.92	14.87

จากตารางที่ 2 พบว่ามาตรวัดอิทธิพลของครอบครัวมีคะแนนสูงสุด 54 คะแนน คะแนนต่ำสุด 12 คะแนน มีค่ากลางเท่ากับ 25 ค่ามัชฌิมาเลขคณิตเท่ากับ 25.82 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.92

มาตรวัดอิทธิพลของเพื่อนมีคะแนนสูงสุด 53 คะแนน คะแนนต่ำสุด 12 คะแนน มีค่ากลางเท่ากับ 28 ค่ามัชฌิมาเลขคณิตเท่ากับ 28.09 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.53

มาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์มีคะแนนสูงสุด 115 คะแนน คะแนนต่ำสุด 24 คะแนน มีค่ากลางเท่ากับ 54 ค่ามัชฌิมาเลขคณิตเท่ากับ 55.47 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.77

มาตรวัดอัฒมโนทัศน์เชิงโครงสร้างมีคะแนนสูงสุด 68 คะแนน คะแนนต่ำสุด 15 คะแนน มีค่ากลางเท่ากับ 37 ค่ามัชฌิมาเลขคณิตเท่ากับ 36.86 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.21

มาตรวัดการรับรู้รูปลักษณ์มีคะแนนสูงสุด 78 คะแนน คะแนนต่ำสุด 14 คะแนน มีค่ากลางเท่ากับ 36 ค่ามัชฌิมาเลขคณิตเท่ากับ 36.92 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.87

ตารางที่ 3

ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของครอบครัวเพื่อน สื่อสังคมออนไลน์ อคติโนทัศน์เชิงโครงสร้าง และการรับรู้รูปลักษณ์ (N = 211)

ตัวแปร	1	2	3	4	5
1. อิทธิพลของครอบครัว	-				
2. อิทธิพลของเพื่อน	.697**	-			
3. อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์	.436**	.396**	-		
4. อคติโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	.439**	.423**	.615**	-	
5. การรับรู้รูปลักษณ์	.506**	.348**	.517**	.466**	-

หมายเหตุ ** $p < .01$ (2-tailed)

จากตารางที่ 3 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรมีสหสัมพันธ์ทางบวกระหว่างกันทั้งหมด โดยสามารถจำแนกได้ดังต่อไปนี้ อิทธิพลของครอบครัวสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้รูปลักษณ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .506, p < .01$) อิทธิพลของเพื่อนสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้รูปลักษณ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .348, p < .01$) อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์สัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้รูปลักษณ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .517, p < .01$) และอคติโนทัศน์เชิงโครงสร้างสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้รูปลักษณ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .466, p < .01$)

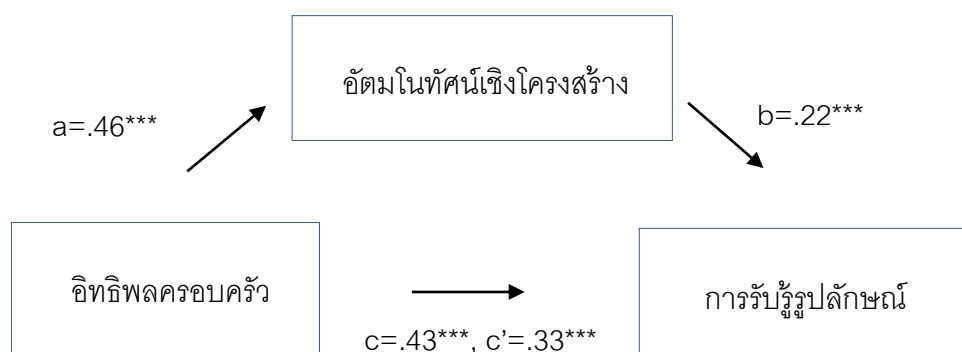
ผลการวิเคราะห์อิทธิพลส่งผ่านของอคติโนทัศน์เชิงโครงสร้างต่อครอบครัว เพื่อน สื่อสังคมออนไลน์ และการรับรู้รูปลักษณ์สามารถสรุปได้เป็นตารางที่ 4 - 6 และแผนภาพ (ภาพที่ 5 - 7) ดังนี้

ตารางที่ 4

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคืออิทธิพลของครอบครัว ตัวแปรส่งผ่านคือ อັตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Schema) และตัวแปรเกณฑ์คือการรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image) ($N = 211$)

	β	SE	R^2	F
อັตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	-	-	.32	23.88
อิทธิพลของครอบครัว	.46***	.06	-	-
ค่าคงที่	-1.72	1.34	-	-
การรับรู้รูปลักษณ์	-	-	.45	33.55
อิทธิพลของครอบครัว	.33***	.06	-	-
อັตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	.22***	.06	-	-
ค่าคงที่	-.31	1.21	-	-

หมายเหตุ *** $p < .01$



ภาพที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธี Bootstrapping 1000 ของอิทธิพลครอบครัวโดยมีอັตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

หมายเหตุ * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

จากการวิเคราะห์ Bootstrapping พบว่า ผลรวมอิทธิพลของครอบครัวต่อการรับรู้รูปลักษณ์มีนัยสำคัญทางสถิติ ($c = .43, p < .001$) อิทธิพลทางตรงของครอบครัวต่อการรับรู้รูปลักษณ์มีนัยสำคัญทางสถิติ ($c' = .33, p < .001$) และยังพบผลของอิทธิพลทางอ้อมของครอบครัวต่อการรับรู้รูปลักษณ์ โดยมีอັตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($ab = .10, p < .001$) จึงสามารถ

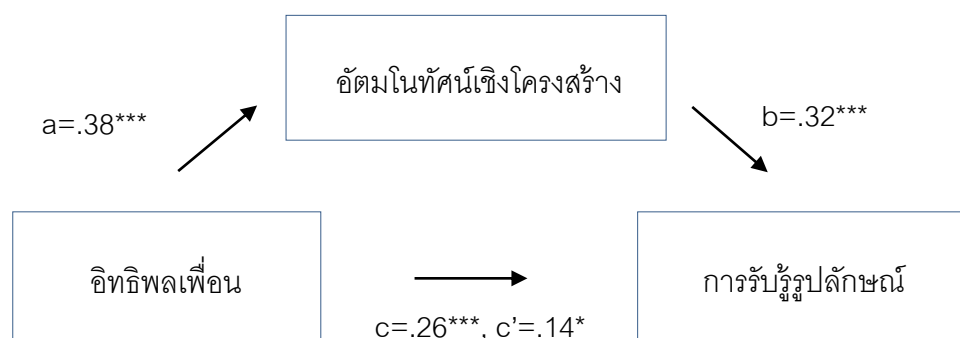
สรุปได้ว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างมีอิทธิพลบางส่วนในฐานะตัวแปรส่งผ่าน (Partial Mediator) ต่อ
 ครอบครัวยุคกับการรับรู้รูปลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติดังภาพที่ 5

ตารางที่ 5

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคืออิทธิพลของเพื่อน ตัวแปรส่งผ่านคือ อัตมโนทัศน์เชิง
 โครงสร้าง (Schema) และตัวแปรเกณฑ์คือการรับรู้รูปลักษณ์ (Body Image) ($N = 211$)

	β	SE	R^2	F
อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	-	-	.26	18.49
อิทธิพลของเพื่อน	.38***	.06	-	-
ค่าคงที่	-1.59	1.39	-	-
การรับรู้รูปลักษณ์	-	-	.39	26.03
อิทธิพลของเพื่อน	.14*	.06	-	-
อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	.32***	.06	-	-
ค่าคงที่	-.15	1.27	-	-

หมายเหตุ ** $p < .05$ *** $p < .01$



ภาพที่ 6 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธี Bootstrapping 1000 ของอิทธิพลเพื่อนโดยมีอัตมโนทัศน์เชิง
 โครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

หมายเหตุ * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

จากการวิเคราะห์ Bootstrapping พบว่า ผลรวมอิทธิพลของเพื่อนต่อการรับรู้รูปลักษณ์มี
 นัยสำคัญทางสถิติ ($c = .26, p < .001$) อิทธิพลทางตรงของเพื่อนต่อการรับรู้รูปลักษณ์มีนัยสำคัญทาง
 สถิติ ($c' = .14, p < .05$) และยังพบผลของอิทธิพลทางอ้อมของเพื่อนต่อการรับรู้รูปลักษณ์ โดย
 มีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($ab = .12, p < .001$) จึงสามารถ

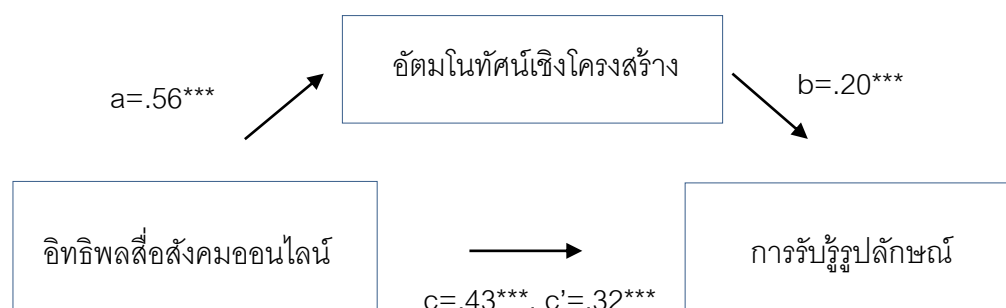
สรุปได้ว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างมีอิทธิพลบางส่วนในฐานะตัวแปรส่งผ่าน (Partial Mediator) ต่อเพื่อนกับการรับรู้รูปลักษณะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติดังภาพที่ 6

ตารางที่ 6

ผลการวิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรทำนายคืออิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ตัวแปรส่งผ่านคือ อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Schema) และตัวแปรเกณฑ์คือการรับรู้รูปลักษณะ (Body Image) ($N = 211$)

	β	SE	R^2	F
อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	-	-	.40	34.78
อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์	.56***	.06	-	-
ค่าคงที่	-1.19	1.25	-	-
การรับรู้รูปลักษณะ	-	-	.43	31.34
อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์	.32***	.07	-	-
อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง	.20***	.07	-	-
ค่าคงที่	-.09	1.23	-	-

หมายเหตุ ** $p < .01$



ภาพที่ 7 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธี Bootstrapping 1000 ของอิทธิพลสื่อสังคมออนไลน์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

หมายเหตุ * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

จากการวิเคราะห์ Bootstrapping พบว่า ผลรวมอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณะมีนัยสำคัญทางสถิติ ($c = .43, p < .001$) อิทธิพลทางตรงของสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณะมีนัยสำคัญทางสถิติ ($c' = .32, p < .001$) และยังพบผลของอิทธิพลทางอ้อมของสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณะ โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

($ab = .11, p < .001$) จึงสามารถสรุปได้ว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างมีอิทธิพลบางส่วนในฐานะตัวแปรส่งผ่าน (Partial Mediator) ต่อสื่อสังคมออนไลน์กับการรับรู้รูปลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติดังภาพที่ 7

ตารางที่ 7

ผลการวิเคราะห์ผลรวมอิทธิพลอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของครอบครัว เพื่อนและสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน ($N = 211$)

	Total effect	Direct effect	Indirect effect	Mediation
Family→ Schema→ BI	.43***	.33***	.10***	Partial mediation
Friend→ Schema→ BI	.26***	.14*	.12***	Partial mediation
SM→ Schema→ BI	.43***	.32***	.11***	Partial mediation

หมายเหตุ BI = Body Image, SM = Social Media; * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

ดังตารางที่ 7 สามารถสรุปได้ว่า อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่ครอบครัวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .10, $p < .001$) เพื่อนมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .12, $p < .001$) และสื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .11, $p < .001$) ซึ่งเป็นการสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 2 และ 3 กล่าวคือ ครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

โครงการทางจิตวิทยาที่มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหาอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์ โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ตามสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 กล่าวคือ ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่านดังค่าที่ปรากฏว่าครอบครัวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .10, $p < .001$) นั่นก็หมายความว่า เมื่อได้รับอิทธิพลจากครอบครัวซึ่งคือ การได้รับความกดดันทางความคิด พฤติกรรมเกี่ยวกับรูปร่างแล้ว บุคคลจะมีความกังวลในรูปร่างมากขึ้นเพียงใดก็ขึ้นกับการมีความเชื่อหลักเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาว่าจะส่งผลกระทบต่อชีวิต กล่าวคือผ่านอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างของบุคคล แล้วส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของตนอีกทอดหนึ่ง

จากผลการวิจัยข้างต้นนี้สามารถอธิบายได้ว่า เมื่อวัยรุ่นตอนต้นมีประสบการณ์และใช้เวลาในชีวิตที่ผ่านมายู่กับครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่วัยรุ่นให้ความสำคัญและมีความใกล้ชิดด้วย วัยรุ่นก็จะรับเอาอิทธิพลจากครอบครัวมาใช้ในกระบวนการสร้างองค์ความคิดที่มีเกี่ยวกับตน ซึ่งจะนำไปสู่การรับรู้รูปลักษณ์ในตนเองของวัยรุ่น จะเห็นได้ว่า ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวนั้นส่งผลกระทบต่อกระบวนการสร้างและรับรู้อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง (Hammen, 1988) ดังที่ Baldwin (1992) กล่าวว่า ความรู้สึกที่มีเกี่ยวกับตนจะสร้างและหลอมรวมขึ้นมาจากประสบการณ์ที่ตนมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับบุคคลที่ตนมีความใกล้ชิด เช่น พ่อแม่หรือคนที่อบรมเลี้ยงดู รวมถึงอัตมโนทัศน์ของคนใกล้ชิดในครอบครัวเช่นแม่ จะส่งผลกระทบต่อกระบวนการสร้างอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างในตนเองของวัยรุ่น (Curtis, 1990) ดังนั้นเมื่อวัยรุ่นอยู่ในสภาพแวดล้อมในครอบครัวแบบใดก็มีแนวโน้มที่จะรับเอาความคิดและพฤติกรรมที่มักจะปรากฏในสภาพแวดล้อมนั้นๆ มาหลอมรวมและรับเข้ามาเป็นบทบาทต่อองค์ความคิดของตน ดังทฤษฎีอิทธิพลทางสังคม (Ecological systems Theory) ของ Bronfenbrenner ที่อธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการของเด็กกับสภาพแวดล้อมรอบตัว ซึ่งครอบครัวนับว่าเป็นอิทธิพลทางสังคมในระบบจุลภาค (Microsystem) ซึ่งมีความใกล้ชิดมากที่สุด ดังนั้นรูปแบบความเป็นพ่อแม่ที่ไม่เหมาะสม (Gundy & Buri, 2008) สภาพแวดล้อมที่กดดัน มีการพูดถึงเรื่องน้ำหนักบ่อยครั้ง เป็นตัวแบบพฤติกรรมกรรมกรกินที่ไม่

เหมาะสม หยอกล้อ หรือแสดงความคิดเห็นว่ามีรูปร่างอ้วนจึงส่งผลต่อความเชื่อหลักเกี่ยวกับรูปร่างว่าจะส่งผลต่อชีวิต (Mcneely & Blandchard, 2009) และส่งผลต่อความกังวลในรูปร่างต่อมา โดย Cash และ Labarge (1996) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่า คนที่มีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างที่ตระหนักในเรื่องรูปร่างหน้าตาสูง จะมีแนวโน้มประเมินและรับรู้ว่าคุณภาพชีวิตต่ำกว่าปกติ ซึ่งในส่วนนี้สะท้อนให้เห็นว่าคุณคณดังกล่าวอาจมีแนวโน้มกังวลเกี่ยวกับรูปร่าง

ดังนั้นแล้วการรับรู้รูปร่างลักษณะของตนจะมีความกังวลในรูปร่างมากขึ้นเพียงใดนั้นจึงขึ้นอยู่กับอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง แสดงให้เห็นว่า อิทธิพลของครอบครัวส่งผลต่อการรับรู้รูปร่างลักษณะของคุณคณโดยผ่านอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง ดังสมมติฐานข้อที่ 1

สมมติฐานข้อที่ 2 เพื่อนมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปร่างลักษณะของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 กล่าวคือ เพื่อนมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปร่างลักษณะของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน ดังค่าที่ปรากฏว่าเพื่อนมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปร่างลักษณะ (*Indirect effect* = .12, $p < .001$) หมายความว่า เมื่อได้รับอิทธิพลจากเพื่อนซึ่งคือ การได้รับความกดดันทางความคิดหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับรูปร่างแล้ว บุคคลนั้นจะมีความกังวลในรูปร่างมากหรือน้อยเพียงใดก็ขึ้นอยู่กับความเชื่อหลักเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาว่าจะส่งผลต่อชีวิต กล่าวคือผ่านอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างของคุณคณ แล้วส่งผลต่อการรับรู้รูปร่างลักษณะของตนอีกทอดหนึ่ง

จากผลการวิจัยข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับจากบุคคลรอบข้าง นอกเหนือจากพ่อแม่หรือสมาชิกในครอบครัวแล้ว เพื่อนถือเป็นบุคคลรอบข้างที่มีอิทธิพลต่อความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก เนื่องจากวัยรุ่นตอนต้นมักใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ร่วมกับเพื่อน ทั้งในเวลาเรียนรวมไปถึงการทำกิจกรรมนอกเวลาเรียนอีกด้วย จากทฤษฎีการเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison Theory) ของ Festinger ได้อธิบายว่า มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่มีการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน และมักทำสิ่งต่างๆ ร่วมกัน บ่อยครั้งจึงมักเกิดพฤติกรรมการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น โดยพบว่าวัยรุ่นตอนต้นมักมีพฤติกรรมการเปรียบเทียบตนเองกับเพื่อนที่มีลักษณะไม่แตกต่างจากตนมากนัก ซึ่งกระบวนการเปรียบเทียบทางสังคมนี้เองที่เป็นสิ่งสำคัญที่กดดันให้คุณคณพยายามทำให้ตนเองเป็นหนึ่งในเดียวกับกลุ่ม มีงานวิจัยที่พบว่า วัยรุ่นมีความต้องการแสวงหาการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และมักเลือกรับประทานอาหารที่เชื่อมโยงกับความรู้สึกที่จะได้รับการยอมรับจาก

เพื่อน (Stang & Story, 2005) แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของเพื่อนที่มีต่อความคิดและพฤติกรรมของวัยรุ่น นอกจากนี้ยังพบว่าวัยรุ่นมักให้ความสำคัญกับความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่ม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับรูปร่างหน้าตา (Shroff & Thompson, 2006) ดังที่ Clark และ Tiggemann (2007) อธิบายว่าการสนทนาเกี่ยวกับรูปร่างในกลุ่มเพื่อน ทำให้เกิดการพัฒนางานองค์ความคิดบางอย่าง และองค์ความคิดที่กล่าวถึงนั่นคือ อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่าง โดยในงานวิจัยของ Jung และ Lennon (2003) ได้อธิบายเพิ่มเติมว่าอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างมีผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ โดยพบว่าบุคคลที่ให้ความสำคัญกับรูปร่างมีแนวโน้มประเมินรูปร่างในทางลบ ซึ่งอาจก่อให้เกิดความกังวลในรูปร่าง ดังนั้นจึงอาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า อิทธิพลของเพื่อนมีบทบาทต่ออัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง ซึ่งอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างที่หลอมรวมมาจากอิทธิพลของเพื่อนนี้ ส่งผลไปยังความกังวลในรูปร่าง แสดงให้เห็นว่าอิทธิพลของเพื่อนส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของบุคคลโดยผ่านอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างนั่นเอง

สมมติฐานข้อที่ 3 สื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3 กล่าวคือ สื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน ดังค่าที่ปรากฏว่าสื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .11, $p < .001$) หมายความว่า เมื่อได้รับอิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์ซึ่งหมายถึง การได้รับความกดดันทางความคิดหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับรูปร่างแล้ว บุคคลนั้นจะมีความกังวลในรูปร่างมากหรือน้อยเพียงใดก็ขึ้นอยู่กับอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างของบุคคล ซึ่งคือการมีความเชื่อหลักเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาว่าจะส่งผลต่อชีวิต แล้วส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของตนอีกทอดหนึ่ง

ช่วงวัยรุ่นถือเป็นช่วงวัยที่มีการเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์เป็นจำนวนมาก เพราะเป็นช่วงวัยที่ต้องค้นหาอัตลักษณ์ของตนเอง (Erikson, 1950) ต้องการหาเพื่อนและเป็นส่วนหนึ่งกับกลุ่มเพื่อน (Markwei & Appiah, 2016) โดยวัยรุ่นมักใช้สื่อสังคมออนไลน์เป็นเครื่องมือในการเปรียบเทียบ (Festinger, 1954) การเปรียบเทียบนั้น ไม่เพียงแค่ว่ากับเพื่อนวัยเดียวกันเท่านั้น แต่รวมถึงการเปรียบเทียบกับดารา นักแสดง นางแบบที่มีช่วงวัยใกล้เคียงกัน นอกจากนี้ วัยรุ่นมีการใช้สื่อสังคมออนไลน์เพื่อเป็นเครื่องมือในการช่วยเพิ่มการรับรู้คุณค่าของตนเอง (Oztürk & Ozmen, 2016) งานวิจัยของ Hargreaves และ Tiggemann ปี 2003 พบว่า การดูรูปภาพดาราในอุดมคติที่ดูดีหรือดึงดูดใจสามารถส่งผลกระทบต่อกระบวนการเปลี่ยนแปลง

โครงสร้างทางปัญญาโดยกระตุ้นอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างของการมีรูปร่างหน้าตามากกว่าในกลุ่มตัวอย่างที่ได้คุณภาพดาราที่ไม่น่าดึงดูดใจหรือดูดี อีกทั้ง Jung และ Lennon (2003) พบอิทธิพลของอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาในเพศหญิงที่มีต่อการรับรู้รูปลักษณ์ ซึ่งผลการศึกษาพบว่าบุคคลที่ให้ความสำคัญกับรูปร่าง มีแนวโน้มประเมินรูปร่างภายนอกของตนเองในทางลบ ซึ่งเป็นไปในทางสอดคล้องกับงานวิจัยของ Hargreaves และ Tiggemann (2003) ที่ว่า ข้อมูลหรือภาพจากสื่อสังคมออนไลน์สามารถเปลี่ยนแปลงความคิดของบุคคลได้และโครงสร้างความคิดเหล่านี้ที่เกิดขึ้นในหัวของเรามีผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Brown และ Dittmar (2005) ที่พบว่า อัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างนั้นเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างการดูภาพดาราที่ผสมจากสื่อสังคมออนไลน์กับความวิตกกังวลต่อหน้าหน้ากตัว ดังนั้นการรับรู้อิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ของบุคคล ผ่านการดูรูปภาพของดาราหรือผู้คนที่ดูดีสามารถส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์อันหมายถึงความกังวลในรูปร่าง โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยข้อจำกัดและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตร
มโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานของการวิจัย

1. ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตรมโนทัศน์เชิง
โครงสร้างเป็นตัวส่งผ่าน
2. เพื่อนมีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตรมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง
เป็นตัวส่งผ่าน
3. สื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ของวัยรุ่นตอนต้นเพศหญิงโดยมีอัตรมโนทัศน์
เชิงโครงสร้างเป็นตัวส่งผ่าน

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ซึ่งประกอบด้วยคำถามทางประชากรศาสตร์ ได้แก่ อายุ ระดับ
การศึกษา น้ำหนัก และส่วนสูง
2. มาตรวัด จำนวน 5 มาตร ได้แก่
 - 2.1 มาตรวัดอิทธิพลของครอบครัว
 - 2.2 มาตรวัดอิทธิพลของเพื่อน
 - 2.3 มาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์
 - 2.4 มาตรวัดอัตรมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง
 - 2.5 มาตรวัดการรับรู้รูปลักษณ์

วิธีดำเนินการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียน
ระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา จำนวน 220 คน และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างตามสะดวก (convenience
sampling) ทั้งนี้ในการเก็บข้อมูลได้ใช้เครื่องมือในการวิจัยที่ผ่านการทดสอบคุณภาพแล้วไปเก็บข้อมูลจาก
กลุ่มตัวอย่างและนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และทดสอบสมมติฐานที่กำหนดไว้

การวิเคราะห์ข้อมูลหรือสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติและทดสอบสมมติฐานด้วยโปรแกรมวิเคราะห์สำเร็จรูป SPSS for Windows Version 22 และ Process เพื่อตรวจสอบอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์ โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่างด้วยการคำนวณความถี่และร้อยละของความถี่ โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 22
2. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยด้วยการคำนวณค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่ามัธยฐาน ค่ามัชฌิมาเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 22
3. วิเคราะห์ข้อมูลค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย โดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 22
4. วิเคราะห์การถดถอยของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย โดยใช้โปรแกรม Process ของ Hayes (2013)
5. วิเคราะห์และทดสอบการทำนายอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณและ Bootstrapping 1000 โดยโปรแกรม Process ของ Hayes (2013)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 2 และ 3 กล่าวคือครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอัตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยมีค่าสถิติดังต่อไปนี้

1. ครอบครัวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .10, $p < .001$)
2. เพื่อนมีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .12, $p < .001$)
3. สื่อสังคมออนไลน์มีอิทธิพลทางอ้อมต่อการรับรู้รูปลักษณ์ (*Indirect effect* = .11, $p < .001$)

ข้อจำกัด

1. การเก็บข้อมูลใช้วิธีสุ่มตามสะดวก (Convenient Sampling) ทำให้ได้ข้อมูลในสัดส่วนที่ไม่เท่ากัน จึงอาจส่งผลต่อการอนุมานไปยังกลุ่มประชากร
2. จำนวนกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็กซึ่งอาจไม่สามารถเป็นตัวแทนของประชากรได้

3. นอกจากอัตตมโนทัศน์เชิงโครงสร้างที่เป็นตัวแปรส่งผ่านของอิทธิพลครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์แล้วอาจจะมีตัวแปรทางความคิดอื่นๆ เข้ามาเกี่ยวข้องกับกรรับรู้รูปลักษณ์
4. ระเบียบวิธีการวิจัยเป็นการหาความสัมพันธ์ซึ่งทำให้ไม่สามารถระบุได้ว่าตัวแปรตัวใดเป็นเหตุและตัวแปรตัวใดเป็นผล
5. การเก็บข้อมูลวิจัยใช้แบบสอบถามซึ่งอาจไม่เที่ยงตรงเท่ากับการทำการทดลอง เพราะไม่สามารถจัดกระทำตัวแปรต้นและไม่สามารถควบคุมตัวแปรแทรกซ้อน

ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต

1. ควรเก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างเพศชายเพื่อเปรียบเทียบให้เห็นความแตกต่างระหว่างเพศ
2. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรเก็บกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ขึ้นโดยเพิ่มจำนวนนักเรียนในแต่ละช่วงอายุและมีการกระจายกลุ่มตัวอย่างให้กว้างขึ้นโดยเพิ่มจำนวนสถานศึกษาที่เก็บข้อมูลเพื่อให้เป็นตัวแทนที่ดีของประชากร
3. ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยแบบทำการทดลองเพื่อให้ได้ผลที่มีความเที่ยงตรงและลดตัวแปรแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้

ประโยชน์ที่ได้รับจากงานวิจัยและการนำข้อค้นพบไปประยุกต์ใช้

งานวิจัยฉบับนี้ช่วยสร้างความตระหนักถึงอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน และสื่อสังคมออนไลน์ที่ส่งผลต่อการรับรู้รูปลักษณ์ ดังนั้นเพื่อส่งเสริมให้วัยรุ่นมีการรับรู้รูปลักษณ์ไปในทางที่ถูกต้องจึงควรให้ความใส่ใจในการจัดสภาพแวดล้อม สังคม และสื่อทั้งออนไลน์และออฟไลน์ ให้เหมาะสมกับช่วงวัย รวมถึงให้ความรู้เกี่ยวกับการรับรู้รูปลักษณ์ การดูแลจัดการตนเอง เพื่อให้วัยรุ่นมีองค์ความรู้ ภูมิคุ้มกัน และมีฐานความคิดเกี่ยวกับการรับรู้รูปลักษณ์ที่ถูกต้องเหมาะสม นอกจากนี้แล้วงานวิจัยฉบับนี้ยังเป็นแนวทางในการปรับเจตคติที่บิดเบือนจากความเป็นจริงและความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ รวมถึงใช้เป็นแนวทางในการวางแผนและลดอัตราการเกิดของโรคอปกติทางการรับประทาน เช่นอะนอเร็กเซียบูลิเมีย และโรคภาวะคิดหมกมุ่นเกี่ยวกับรูปลักษณ์บางส่วนที่คิดว่ามีความบกพร่อง (Body Dysmorphic disorder) อันเป็นผลสืบเนื่องจากการรับรู้รูปลักษณ์ที่ไม่ถูกต้อง (Didie, Pietrzak และ Philips, 2010)

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กระทรวงสาธารณสุข. กรมสุขภาพจิต. (2548). *ความรู้เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูลูก (พิมพ์ครั้งที่ 1)*.

กรุงเทพฯ.บริษัท ปียอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด.

วิไลลักษณ์ เสรีตระกูล. (2555). ปัจจัยในการทำนายความพึงพอใจรูปลักษณ์ตนเองของนักศึกษาในเขต

กรุงเทพมหานคร. *วารสารสมาคมนักวิจัย*, 17, 102-112. ค้นเมื่อ 4 ตุลาคม 2559, จาก

http://ar.or.th/ImageData/Magazine/14/DL_156.pdf?t=636027447794041284.

สนุก ออนไลน์. (2558). *นักเรียนชาย ม.4 หวิดโดดตึก เครียดกินยาลดความอ้วนแล้วไม่พอม*. ค้นเมื่อ 11

ตุลาคม 2559, จาก <http://news.sanook.com/1904206/>

ไทยรัฐ ออนไลน์. (2559). *สลด! นร.หญิง ม.5 แน่นหน้าอก-อาเจียนขณะเข้าแถว เสียชีวิต คาดกินยาลด*

อ้วน. ค้นเมื่อ 14 ตุลาคม 2559, จาก <http://www.thairath.co.th/content/628488>

ภาษาอังกฤษ

Allen, K. A., Ryan, T., Gray, D. L., McInerney, D. M., & Waters, L. (2014). Social media use and social connectedness in adolescents: The positives and the potential pitfalls. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 31(1), 18-31.

Amato, P. R. (1991). Psychological distress and the recall of childhood family characteristics. *Journal of Marriage and the Family*, 1011-1019.

ANRED. (n.d.). *Statistics: how many people have eating disorder?*. Retrieved October 23, 2016, from <https://www.anred.com/stats.html>

Ata, R. N., Ludden, A. B., & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(8), 1024-1037.

Baldwin, M. W. (1992). Relational schemas and the processing of social information. *Psychological bulletin*, 112(3), 461-484.

Birnberg, C. (2010). Self-Objectification. Retrieved November 30, 2016, from <http://carlabirnberg.com/2010/07/21/self-objectification/>

- Bohanek, J. G., Marin, K. A., Fivush, R., & Duke, M. P. (2006). Family narrative interaction and children's sense of self. *Family process, 45*(1), 39-54.
- Bosveld, W., Koomen, W., & Pligt, J. (1994). Selective exposure and the false consensus effect: The availability of similar and dissimilar others. *British Journal of Social Psychology, 33*(4), 457-466.
- Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- Brausch, A. M., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Body image and suicidal ideation in adolescents. *Body Image, 4*(2), 207-212.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International Encyclopedia of Education, 3*, 37-43.
- Brown, A., & Dittmar, H. (2005). Think "Thin" and Feel Bad: The role of appearance schema activation, attention level, and thin-ideal internalization for young women's responses to ultra-thin media ideals. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*(8), 1088-1113.
- Cash, T.F. (2004). Body image: past, present, and future. *Body Image: An International Journal of Research, 1*, 1-5.
- Cash, T. F., & Labarge, A. S. (1996). Development of the appearance schemas inventory: a new cognitive body-image assessment. *Cognitive therapy and Research, 20*(1), 37-50.
- Chan, T. W., & Koo, A. (2011). Parenting style and youth outcomes in the UK. *European Sociological Review, 27*(3), 385-399.
- Chris. S. (2015). The Effects of Puberty. Retrieved November 21, 2016, from <http://www.livestrong.com/article/168411-the-effects-of-puberty/>
- Clark, L., & Tiggemann, M. (2006). Appearance culture in nine- to 12-year-old girls: media and peer influences on body dissatisfaction. *Social Development, 15*(4), 628-643.
- Clark, L., & Tiggemann, M. (2007). Sociocultural influences and body image in 9 to 12-Year-Old Girls: The Role of Appearance Schemas. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 36*(1), 76-86.

- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494.
- Covelli, G. (2013). Developmental characteristics of early adolescence. Retrieved November 20, 2016, from <http://www.livestrong.com/article/165727-developmental-characteristics-of-early-adolescence/>
- Curtis, A. (1991). Perceived similarity of mothers and their early adolescent daughters and relationship to behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 20(3), 381-397.
- Didie, E. R., Kuniega-Pietrzak, T., & Phillips, K. A. (2010). Body image in patients with body dysmorphic disorder: evaluations of and investment in appearance, health/illness, and fitness. *Body image*, 7(1), 66-69.
- Dohnt, H., & Tiggemann, M. (2006). The contribution of peer and media influences to the development of body satisfaction and self-esteem in young girls: A prospective study. *Developmental psychology*, 42(5), 929.
- Eccles, J. S. (1999). The development of children ages 6 to 14. *The future of children*, 30-44.
- Eckler, P., Kalyango Jr, Y., & Paasch, E. (2016). Facebook use and negative body image among US college women. *Women & health*, 1-19.
- El Ansari, W., Dibba, E., & Stock, C. (2014). Body image concerns: Levels, correlates and gender differences among students in the United Kingdom. *Central European journal of public health*, 22(2), 106-117.
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory. *Psychology of women quarterly*, 21(2), 173-206.

- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child development*, 63(1), 103-115.
- Gonzalez, N., & Dodge, K. A. (2010). Family and peer influences on adolescent behavior and risk-taking." *Unpublished paper submitted to the National Research Council and Institute of Medicine's Board on Children, Youth, and Families*. Retrieved August, 8, 2013.
- Greenleaf, C., Reel, J.J., & Voelker, D.K. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 6, 149-158.
- Groesz, L. M., Levine, M. P., & Murnen, S. K. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 31(1), 1-16.
- Grogan, S. (1999). *Body image. Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. New York Routledge, 1 edition.
- Grogan, S. (2006). Body image and health contemporary perspectives. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 523-530.
- Grogan, S. (2008). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. New York: Routledge.
- Gunty, A. L., & Buri, J. R. (2008). Parental Practices and the Development of Maladaptive Schemas. *Online Submission*.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2006). *Multivariate data analysis 6th Edition*. New Jersey: Pearson Education.
- Hammen, C. (1988). Self-cognitions, stressful events, and the prediction of depression in children of depressed mothers. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 16(3), 347-360.
- Hammen, C., & Goodman-Brown, T. (1990). Self-schemas and vulnerability to specific life stress in children at risk for depression. *Cognitive Therapy and Research*, 14(2), 215-227.

- Hargreaves, D., & Tiggemann, M. (2003). The effect of "thin ideal" television commercials on body dissatisfaction and schema activation during early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(5), 367-373.
- Jongenelis, M. I., Byrne, S. M., & Pettigrew, S. (2014). Self-objectification, body image disturbance, and eating disorder symptoms in young Australian children. *Body Image*, 11(3), 290-302.
- Jung, J., & Lennon, S. J. (2003). Body image, appearance self-schema, and media images. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 32(1), 27-51.
- Jung, J., & Lee, S. H. (2006). Cross-cultural comparisons of appearance self-schema, body image, self-esteem, and dieting behavior between Korean and U.S. women. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 34(4), 350-365.
- Kaiser Family Foundation. (2010). *Generation M2: Media in the Lives of 8- to 18-Year-Olds*. Retrieved November 18, 2016, from <http://kff.org/other/event/generation-m2-media-in-the-lives-of/>
- Keery, H., Boutelle, K., van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2005). The impact of appearance-related teasing by family members. *Journal of Adolescent Health*, 37(2), 120-127.
- Kluck, A. S. (2010). Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction. *Body Image*, 7, 8-14.
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. (2002). Toward a theory of family communication. *Communication theory*, 12(1), 70-91.
- Kopko, K. (2007). Parenting styles and adolescents. Retrieved Nov, 20, 2011, from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.419.6786&rep=rep1&type=pdf>
- Krishnan, V. (2010). Early child development: a conceptual model. *Early Child Development Mapping Project Alberta*, 1-17.

- Lenhart, A., Purcell, K., Smith, A., & Zickuhr, K. (2010). Social media and young adults. Retrieved November 30, 2016, from <http://www.pewinternet.org/2010/02/03/social-media-and-young-adults/>
- Lewallen, J., & Behm-Morawitz, E. (2016). Pinterest or Thinterest?: social comparison and body image on social media. *Social Media Society*, 2(1).
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of personality and social psychology*, 35(2), 63-78.
- Markwei, E. D., & Appiah, D. (2016). The impact of social media on Ghanaian youth: A Case Study of the Nima and Maamobi Communities in Accra, Ghana. *Journal of Research on Libraries and Young Adults*, 7(2), 1-26.
- Matera, C., Nerini, A., & Stefanile, C. (2013). The role of peer influence on girls' body dissatisfaction and dieting. *Revue Européenne De Psychologie Appliquée/european Review of Applied Psychology*, 63(2), 67-74.
- McLeod, S. (2013). *Erik Erikson*. Retrieved November 14, 2016, from <http://www.simplypsychology.org/Erik-Erikson.html>
- McNeely, C., & Blanchard, J. (2009). *The teen years explained: a guide to healthy adolescent development*. Baltimore: Center for Adolescent Health John Hopkins Bloomberg School of Public Health.
- Mindmatters.(n.d.). Adolescent development. Retrieved October 23, 2016, from https://www.mindmatters.edu.au/docs/default-source/learning-module-documents/j4383_mm_module-2-1-2-modulesummary-v7.pdf
- Moretti, M. M., & Peled, M. (2004). Adolescent-parent attachment: Bonds that support healthy development.
- Myers, David (2010). *Social Psychology*, Tenth Edition. New York: McGraw-Hill. pp. 234–253
- Nerini, A., Matera, C., & Stefanile, C. (2016). Siblings' appearance-related commentary, body dissatisfaction, and risky eating behaviors in young women. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*.

- Neumark-Sztainer, D., Bauer, K. W., Friend, S., Hannan, P. J., Story, M., & Berge, J. M. (2010). Family weight talk and dieting: how much do they matter for body dissatisfaction and disordered eating behaviors in adolescent girls?. *Journal of Adolescent Health, 47*(3), 270-276.
- Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2016). Does internet dependence affect young people's psycho-social status? Intrafamilial and social relations, impulse control, coping ability and body image. *Computers in Human Behavior, 57*, 343-347.
- O'Keeffe, G. S., & Clarke-Pearson, K. (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics, 127*(4), 800-804.
- Öztürk, E., & Özmen, S. K. (2016). The relationship of self-perception, personality and high school type with the level of problematic internet use in adolescents. *Computers in Human Behavior, 65*, 501-507.
- Padesky, C. A. (1994). Schema change processes in cognitive therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 1*(5), 267-278.
- Patrick, H., Neighbors, C., & Knee, C. R. (2004). Appearance-related social comparisons: The role of contingent self-esteem and self-perceptions of attractiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*(4), 501-514.
- Phares, V., Steinberg, A. R., & Thompson, J. K. (2004). Gender differences in peer and parental influences: body image disturbance, self-Worth, and psychological functioning in preadolescent children. *Journal of Youth and Adolescence, 33*(5), 421-429.
- Rodríguez-Cano, T., Beato-Fernández, L., & Llarío, A. B. (2006). Body dissatisfaction as a predictor of self-reported suicide attempts in adolescents: A Spanish community prospective study. *Journal of Adolescent Health, 38*(6), 684-688.
- Rashmi, B. M., Patil, S. S., Angadi, M. M., & Pattankar, T. P. (2016). A cross-sectional study of the pattern of body image perception among female students of BBM college in Vijayapur, North Karnataka. *Journal of Clinical and Diagnostic Research: JCDR, 10*(7), LC05.

- Shroff, H. (2006). Peer Influences, Body-image dissatisfaction, eating dysfunction and self-esteem in adolescent girls. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 533-551.
- Sinton, M. M., & Birch, L. L. (2006). Individual and sociocultural influences on pre-adolescent girls' appearance schemas and body dissatisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 157-167.
- Smith, A. R., Hames, J. L., & Joiner, T. E. (2013). Status update: maladaptive facebook Usage predicts increases in body dissatisfaction and bulimic symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 149(1-3), 235-240.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: Where do we go from here? *Body Image*, 1(1), 15-28.
- Spano, S. (2004). Stages of adolescent development. *Research facts and findings*. Retrieved November 20, 2016, from http://www.actforyouth.net/resources/rf/rf_stages_0504.pdf
- Stang, J., & Story, M. (2005). Adolescent growth and development. *Guidelines for adolescent nutrition services*, 1(6).
- Stein, K. F. (1996). The self-schema model: A theoretical approach to the self-concept in eating disorders. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(2), 96-109.
- Stice, E., Nemeroff, C., & Shaw, H. E. (1996). Test of the dual pathway model of bulimia nervosa: Evidence for dietary restraint and affect regulation mechanisms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 15(3), 340-363.
- Swahn, M. H., Reynolds, M. R., Tice, M., Miranda-Pierangeli, M. C., Jones, C. R., & Jones, I. R. (2009). Perceived overweight, BMI, and risk for suicide attempts: Findings from the 2007 Youth Risk Behavior Survey. *Journal of Adolescent Health*, 45(3), 292-295.
- Thompson, J. K.(n.d.). *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3 (SATAQ-3)*.Retrieved November 10, 2016, from <https://sites.google.com/site/bodyimageresearchgroup/measures/sociocultural-attitudes-towards-appearance-questionnaire-sataq-3>

- Thompson, J. K., van den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S., & Heinberg, L. J. (2003). The sociocultural attitudes towards appearance scale-3 (SATAQ-3): Development and validation. *International journal of eating disorders, 35*(3), 293-304.
- Tiggemann, M., & Miller, J. (2010). The Internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex roles, 63*(1-2), 79-90.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). The internet, facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders, 46*(6), 630-633.
- Tomé, G., de Matos, M. G., Simões, C., Camacho, I., & Diniz, J. A. (2012). How can peer group influence the behavior of adolescents: Explanatory model. *Global journal of health science, 4*(2), 26-35.
- UNICEF. (2005). *Adolescent development: Perspectives and frameworks*. A Discussion Paper New York. Retrieved from <http://scholar.google.co.in/scholar>.
- Vander Wal, J. S., & Thelen, M. H. (2000). Eating and body image concerns among obese and average-weight children. *Addictive Behaviors, 25*(5), 775-778.
- Wilkinson, R. B. (2004). The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 33*(6), 479-493.
- Wilson, J., & Hernando, H. (2015). *'Thinspiration selfies almost killed me': Anorexia survivor's warning as Mirror investigation uncovers shocking secret world on Instagram*. Retrieved October 14, 2016, from <http://www.mirror.co.uk/news/real-life-stories/thinspiration-selfies-killed-me-anorexia-5245488>
- Wisconsin child welfare professional development system. (n.d.). Retrieved November 30, 2016, from https://wcwpds.wisc.edu/childdevelopment/bg_builder_05.html
- World Health Organization. (2014). *Adolescence: physical changes*. Retrieved November 15, 2016, from <http://apps.who.int/adolescent/second-decade/section2/page3/adolescence-physical-changes.html>

- World Health Organization. (2014). Age-not the whole story. Retrieved November 21, 2016, from <http://apps.who.int/adolescent/second-decade/section2/page2/age-not-the-whole-story.html>
- Women Health Action. (2014). *Body image, weight stigma and discrimination*. Retrieved October 14, 2016, from <http://www.womens-health.org.nz/health-topics/body-image-weight-stigma-and-discrimination/>
- Yamamiya, Y., Cash, T. F., Melnyk, S. E., Posavac, H. D., & Posavac, S. S. (2005). Women's exposure to thin-and-beautiful media images: Body image effects of media-ideal internalization and impact-reduction interventions. *Body Image, 2*(1), 74-80.
- Young, E. A., McFatter, R., & Clopton, J. R. (2001). Family functioning, peer influence, and media influence as predictors of bulimic behavior. *Eating Behaviors, 2*(4), 323-337.

ภาคผนวก

ตารางที่ 1

ตารางแสดงค่า CITC ของข้อกระทงแต่ละข้อในมาตรวัดอิทธิพลของครอบครัว

ข้อกระทงมาตรวัดอิทธิพลของครอบครัว ($\alpha = .851$)	CITC
ข้อที่ 1	.725
ข้อที่ 2	.798
ข้อที่ 3	.139
ข้อที่ 4	.416
ข้อที่ 5	.821
ข้อที่ 6	.097
ข้อที่ 7	.168
ข้อที่ 8	.639
ข้อที่ 9	.540
ข้อที่ 10	.777
ข้อที่ 11	.647
ข้อที่ 12	.595

หมายเหตุ** $p < .05$ (2-tailed)

ตารางที่ 2

ตารางแสดงค่า CITC ของข้อกระทงแต่ละข้อในมาตรวัดอิทธิพลของเพื่อน

ข้อกระทงมาตรวัดอิทธิพลของเพื่อน ($\alpha = .862$)	CITC
ข้อที่ 1	.603
ข้อที่ 2	.704
ข้อที่ 3	.665
ข้อที่ 4	.415
ข้อที่ 5	.428
ข้อที่ 6	.684
ข้อที่ 7	.472
ข้อที่ 8	.504
ข้อที่ 9	.734
ข้อที่ 10	.599
ข้อที่ 11	.328

หมายเหตุ** $p < .05$ (2-tailed)

ตารางที่ 3

ตารางแสดงค่า CITC ของข้อกระทงแต่ละข้อในมาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์

ข้อกระทงมาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ($\alpha = .761$)	CITC
ข้อที่ 1	.395
ข้อที่ 2	.542
ข้อที่ 3	.071
ข้อที่ 4	.539
ข้อที่ 5	.479
ข้อที่ 6	.353
ข้อที่ 7	.747
ข้อที่ 8	.468
ข้อที่ 9	-.325
ข้อที่ 10	.550
ข้อที่ 11	.746
ข้อที่ 12	-.170
ข้อที่ 13	.069
ข้อที่ 14	.652
ข้อที่ 15	.434
ข้อที่ 16	.680
ข้อที่ 17	-.687
ข้อที่ 18	-.507
ข้อที่ 19	.773
ข้อที่ 20	.863
ข้อที่ 21	.506
ข้อที่ 22	.515

ข้อกระทงมาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ($\alpha = .761$)	CITC
ข้อที่ 23	.691
ข้อที่ 24	-.678
ข้อที่ 25	.133
ข้อที่ 26	.176
ข้อที่ 27	.141
ข้อที่ 28	.564

หมายเหตุ** $p < .05$ (2-tailed)

ตารางที่ 3.1

ตารางแสดงค่า CITC ของข้อกระทงแต่ละข้อในมาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์หลังจากตัดข้อกระทงแล้ว

ข้อกระทงมาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ($\alpha = .888$)	CITC
ข้อที่ 1	.885
ข้อที่ 2	.882
ข้อที่ 3	.895
ข้อที่ 4	.882
ข้อที่ 5	.883
ข้อที่ 6	.888
ข้อที่ 7	.874
ข้อที่ 8	.882
ข้อที่ 10	.883
ข้อที่ 11	.879
ข้อที่ 13	.893
ข้อที่ 14	.880
ข้อที่ 15	.885
ข้อที่ 16	.881

ข้อกระทงมาตรวัดอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์ ($\alpha = .888$)	CITC
ข้อที่ 19	.877
ข้อที่ 20	.874
ข้อที่ 21	.882
ข้อที่ 22	.883
ข้อที่ 23	.881
ข้อที่ 25	.893
ข้อที่ 26	.890
ข้อที่ 27	.890
ข้อที่ 28	.881

หมายเหตุ** $p < .05$ (2-tailed)

ตารางที่ 4

ตารางแสดงค่า CITC ของข้อกระทงแต่ละข้อในมาตรวัดอัถมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง

ข้อกระทงมาตรวัดอัถมโนทัศน์เชิงโครงสร้าง ($\alpha = .857$)	CITC
ข้อที่ 1	.506
ข้อที่ 2	.538
ข้อที่ 3	.646
ข้อที่ 4	.348
ข้อที่ 5	.234
ข้อที่ 6	.337
ข้อที่ 7	.596
ข้อที่ 8	.751
ข้อที่ 9	.597
ข้อที่ 10	.614
ข้อที่ 11	.501
ข้อที่ 12	.439

ข้อกระทงมาตรฐานวัดทัศนคติเชิงโครงสร้าง ($\alpha = .857$)	CITC
ข้อที่ 13	.511
ข้อที่ 14	.527

หมายเหตุ** $p < .05$ (2-tailed)

ตารางที่ 5

ตารางแสดงค่า CITC ของข้อกระทงแต่ละข้อในมาตรฐานวัดการรับรู้รูปลักษณ์

ข้อกระทงมาตรฐานวัดการรับรู้รูปลักษณ์ ($\alpha = .955$)	CITC
ข้อที่ 1	.868
ข้อที่ 2	.827
ข้อที่ 3	.843
ข้อที่ 4	.738
ข้อที่ 5	.788
ข้อที่ 6	.728
ข้อที่ 7	.857
ข้อที่ 8	.776
ข้อที่ 9	.759
ข้อที่ 10	.709
ข้อที่ 11	.524
ข้อที่ 12	.728
ข้อที่ 13	.649
ข้อที่ 14	.832

หมายเหตุ** $p < .05$ (2-tailed)

แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปร่างและอิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์

ครอบครัวและเพื่อน ต่อการรับรู้รูปร่าง

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล (โปรดกรอก)

1. อายุ ปี
2. การศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
3. น้ำหนัก กิโลกรัม
4. ส่วนสูง เซนติเมตร

คำอธิบายการตอบแบบสอบถาม

กรุณาอ่านคำถามแต่ละข้อแล้ววงกลมตัวเลขที่ตรงกับท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

ตัวอย่างที่ 1

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เคย	น้อยมาก	น้อย	บางครั้ง	บ่อย	เป็นประจำ
1	คุณเคยกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของตนเองจนรู้สึกว่าคุณจะลดน้ำหนักหรือไม่	1	2	3	4	5	6

หากคุณกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของตนเองจนรู้สึกว่าคุณจะลดน้ำหนักน้อยมากให้วงกลมที่เลข 2

ตัวอย่างที่ 2

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน	ค่อนข้างเห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1	โซเชียลมีเดียเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดูดี	1	2	3	4	5

หากท่านรู้สึกค่อนข้างไม่เห็นด้วยว่า โขเสียมีเดียเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี ใ้วงกลมที่เลข 2

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปร่าง

กรุณาอ่านคำถามแต่ละข้อแล้ววงกลมตัวเลขที่ตรงกับท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

โดย	1	หมายถึง	ไม่เคย	2	หมายถึง	น้อยมาก
	3	หมายถึง	น้อย	4	หมายถึง	บางครั้ง
	5	หมายถึง	บ่อย	6	หมายถึง	เป็นประจำ

กรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เคย	น้อยมาก	น้อย	บางครั้ง	บ่อย	เป็นประจำ
1	คุณเคยกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของตนเองจนรู้สึกว่าคุณจะลดน้ำหนักหรือไม่	1	2	3	4	5	6
2	การอยู่กับคนที่มีรูปร่างผอมทำให้คุณมีแต่สนใจรูปร่างของตนเอง	1	2	3	4	5	6
3	คุณเคยสังเกตรูปร่างของคนอื่นแล้วรู้สึกไม่ชอบรูปร่างของตนเองหรือไม่	1	2	3	4	5	6
4	เมื่อไม่ได้ใส่เสื้อผ้า เช่น ในขณะอาบน้ำ คุณรู้สึกว่าคุณอ้วน	1	2	3	4	5	6
5	เมื่อคุณกินขนมหวาน เค้ก หรืออาหารที่ให้พลังงานสูง คุณรู้สึกว่าคุณอ้วน	1	2	3	4	5	6
6	คุณรู้สึกว่าคุณตัวใหญ่มากและรูปร่างอ้วนกลม	1	2	3	4	5	6
7	คุณรู้สึกอายในรูปร่างของตนเอง	1	2	3	4	5	6
8	คุณเคยกังวลในรูปร่างของตนเอง จนต้องลดน้ำหนักหรือไม่	1	2	3	4	5	6

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เคย	น้อย มาก	น้อย	บาง ครั้ง	บ่อย	เป็น ประจำ
9	คุณเคยคิดว่ารูปร่างที่เป็นอยู่ในตอนนี้เป็นเพราะคุณขาดการควบคุมตนเองหรือไม่	1	2	3	4	5	6
10	คุณเคยกังวลว่าคนอื่นจะเห็นไขมันรอบเอวและพุงของคุณหรือไม่	1	2	3	4	5	6
11	คุณรู้สึกว่ามันไม่ยุติธรรมเลยที่คนอื่นผอมกว่าคุณ	1	2	3	4	5	6
12	เมื่อคุณเห็นเงาตนเองในกระจก มันทำให้คุณรู้สึกแย่กับรูปร่างของตนเอง	1	2	3	4	5	6
13	คุณมัวแต่สนใจรูปร่างของคุณเมื่อคุณอยู่กับคนอื่น	1	2	3	4	5	6
14	คุณเคยกังวลในรูปร่างของตนเองจนรู้สึกว่าคุณต้องออกกำลังกายหรือไม่	1	2	3	4	5	6

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อสังคมออนไลน์

กรุณาอ่านคำถามแต่ละข้อแล้ววงกลมตัวเลขที่ตรงกับท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

- โดย 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน
- 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย
- 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

กรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

“สื่อสังคมออนไลน์ หรือ โซเชียลมีเดีย” ในแบบสอบถามนี้ได้แก่ เฟสบุ๊ก อินสตาแกรม ทวิตเตอร์ ยูทูบ หรือสแนปแชท เป็นต้น

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอๆ กัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	โซเซียลมีเดียเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี	1	2	3	4	5
2	โซเซียลมีเดียทำให้ฉันรู้สึกว่าจะต้องลดน้ำหนัก	1	2	3	4	5
3	ฉันไม่สนใจถ้ารูปร่างของฉันเหมือนคนที่อยู่ในโซเซียลมีเดีย	1	2	3	4	5
4	ฉันเปรียบเทียบรูปร่างของฉันกับรูปร่างของคนที่อยู่ในโซเซียลมีเดีย	1	2	3	4	5
5	โฆษณาในโซเซียลมีเดียเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี	1	2	3	4	5
6	ฉันไม่รู้สีกกดดันจากโซเซียลมีเดียว่าต้องเป็นคนสวย	1	2	3	4	5
7	ฉันต้องการให้รูปร่างของฉันเหมือนกับนางแบบหรือนายแบบที่อยู่ในโซเซียลมีเดีย	1	2	3	4	5
8	ฉันเปรียบเทียบรูปร่างหน้าตาของฉันกับดารานในโซเซียลมีเดีย	1	2	3	4	5
9	โซเซียลมีเดียทำให้ฉันรู้สึกว่าจะต้องผอม	1	2	3	4	5
10	ฉันต้องการให้รูปร่างของฉันเหมือนกับคนที่อยู่ในโซเซียลมีเดีย	1	2	3	4	5
11	บทความในโซเซียลมีเดียไม่ใช่แหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี	1	2	3	4	5
12	โซเซียลมีเดียทำให้ฉันรู้สึกว่าจะต้องมีรูปร่างที่สมบูรณ์แบบ	1	2	3	4	5
13	ฉันอยากมีรูปร่างเหมือนนางแบบหรือนายแบบใน MV	1	2	3	4	5

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอๆ กัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
14	ฉันเปรียบเทียบรูปร่างหน้าตาของฉันกับคนที่อยู่ในโซเชียลมีเดีย	1	2	3	4	5
15	ฉันเปรียบเทียบรูปร่างของฉันกับคนที่มีรูปร่างดี	1	2	3	4	5
16	รูปภาพที่อยู่ในโซเชียลมีเดียเป็นแหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี	1	2	3	4	5
17	โซเชียลมีเดียทำให้ฉันรู้สึกว่าจะต้องออกกำลังกาย	1	2	3	4	5
18	ฉันอยากที่จะมีรูปร่างเหมือนกับนักร้องที่ชื่อดัง	1	2	3	4	5
19	ฉันเปรียบเทียบรูปร่างของฉันกับคนที่มีรูปร่างเหมือนนักร้อง	1	2	3	4	5
20	ฉันไม่พยายามที่จะเหมือนคนในโซเชียลมีเดีย	1	2	3	4	5
21	ดาราภาพยนตร์ไม่ใช่แหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี	1	2	3	4	5
22	คนที่มีชื่อเสียงไม่ใช่แหล่งข้อมูลที่สำคัญเกี่ยวกับแฟชั่นและเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี	1	2	3	4	5
23	ฉันพยายามที่จะมีรูปร่างเหมือนนักร้อง	1	2	3	4	5

ตอนที่ 4 แบบสอบถามอิทธิพลของครอบครัว

กรุณาอ่านคำถามแต่ละข้อแล้ววงกลมตัวเลขที่ตรงกับท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

- โดย 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน
- 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย
- 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

กรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ข้อ ที่	ข้อความ	ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอๆ กัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	ฉันรู้สึกถึงแรงกดดันจากครอบครัวให้ลดน้ำหนัก	1	2	3	4	5
2	ฉันรู้สึกว่าครอบครัวต้องการให้ฉันมีรูปร่างผอม	1	2	3	4	5
3	ครอบครัวของฉันมักพูดจาล้อเลียนคนที่มีน้ำหนักเกิน	1	2	3	4	5
4	ครอบครัวของฉันชมรูปร่างที่ผอมบางของผู้หญิงคนอื่น	1	2	3	4	5
5	ปัญหาเรื่องน้ำหนักเป็นเรื่องที่ถูกพูดถึงหลายครั้งในครอบครัวของฉัน	1	2	3	4	5
6	ครอบครัวของฉันออกกำลังกายสม่ำเสมอเพื่อควบคุมน้ำหนัก	1	2	3	4	5
7	ครอบครัวของฉันน่าจะควบคุมอาหารบ่อยครั้ง	1	2	3	4	5

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอๆ กัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
8	ครอบครัวของฉันอดอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก	1	2	3	4	5
9	ครอบครัวของฉันแลกเปลี่ยนเคล็ดลับในการควบคุมอาหาร	1	2	3	4	5
10	ฉันรู้สึกกดดันจากครอบครัวให้รักษาหุ่น	1	2	3	4	5
11	บ่อยครั้งที่ครอบครัวของฉันกังวลเกี่ยวกับน้ำหนักที่เพิ่มขึ้น	1	2	3	4	5
12	ครอบครัวของฉันชื่นชอบคนดังหรือนางแบบที่ผอม	1	2	3	4	5

ตอนที่ 5 แบบสอบถามอิทธิพลของเพื่อน

กรุณาอ่านคำถามแต่ละข้อแล้ววงกลมตัวเลขที่ตรงกับท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

- โดย
- 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
 - 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
 - 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน
 - 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย
 - 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

กรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ข้อ ที่	ข้อความ	ไม่เห็น ตัวอย่าง ยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอๆ กัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	เพื่อนของฉันมักพูดจาล้อเลียนคนที่มี น้ำหนักเกิน	1	2	3	4	5
2	เพื่อนของฉันชมรูปร่างที่ผอมบางของผู้หญิง คนอื่น	1	2	3	4	5
3	ปัญหาเรื่องน้ำหนักเป็นเรื่องที่ถูกพูดถึง หลายครั้งในกลุ่มเพื่อนของฉัน	1	2	3	4	5
4	เพื่อนของฉันออกกำลังกายสม่ำเสมอเพื่อ ควบคุมน้ำหนัก	1	2	3	4	5
5	เพื่อนฉันน่าจะควบคุมอาหารบ่อยครั้ง	1	2	3	4	5
6	เพื่อนของฉันอดอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนัก	1	2	3	4	5
7	บ่อยครั้งที่เพื่อนของฉันแลกเปลี่ยนเคล็ดลับ ในการควบคุมอาหาร	1	2	3	4	5
8	ฉันรู้สึกกดดันจากเพื่อนให้รักษาหุ่นหรือลด น้ำหนัก	1	2	3	4	5
9	บ่อยครั้งที่เพื่อนของฉันกังวลเกี่ยวกับ น้ำหนักที่เพิ่มขึ้น	1	2	3	4	5
10	เพื่อนผู้หญิงของฉันชื่นชมคนดังหรือ นางแบบที่ผอม	1	2	3	4	5
11	เพื่อนผู้ชายของฉันชื่นชมคนดังหรือ นางแบบที่ผอม	1	2	3	4	5

ตอนที่ 6 แบบสอบถามอัตนัยทัศนคติเชิงโครงสร้าง

กรุณาอ่านคำถามแต่ละข้อแล้ววงกลมตัวเลขที่ตรงกับท่านมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

- โดย 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
- 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน
- 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย
- 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

กรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอๆ กัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	รูปร่างหน้าตาของฉันเป็นส่วนสำคัญที่บ่งบอกว่าคุณเป็นใคร	1	2	3	4	5
2	ถ้ามีอะไรผิดปกติบนรูปร่างหน้าตาฉัน เป็นสิ่งแรกที่คนอื่นจะสังเกตเห็น	1	2	3	4	5
3	รูปร่างหน้าตาของฉันเป็นสิ่งที่บ่งบอกความเป็นตัวฉัน	1	2	3	4	5
4	ถ้าฉันมีรูปร่างหน้าตาในแบบที่ฉันต้องการ ชีวิตของฉันจะมีความสุขมาก	1	2	3	4	5
5	ถ้าคนอื่นรู้ว่าจริงๆ แล้วฉันหน้าตาเป็นอย่างไร พวกเขาจะชอบฉันน้อยลง	1	2	3	4	5
6	ถ้าฉันควบคุมการแสดงออกของฉัน ฉันจะสามารถควบคุมสถานการณ์สังคมหรืออารมณ์ได้	1	2	3	4	5
7	รูปร่างหน้าตาของฉันส่งผลต่อสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตฉัน	1	2	3	4	5

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เห็น ด้วยอย่าง ยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอๆ กัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
8	ฉันควรจะทำอะไรก็ตามที่ทำให้ฉันดูดีอยู่เสมอ	1	2	3	4	5
9	อายุที่มากขึ้นจะทำให้ฉันน่าดึงดูดใจน้อยลง	1	2	3	4	5
10	การเป็นผู้หญิงคือจะต้องสวยที่สุดเท่าที่จะทำได้	1	2	3	4	5
11	การดูสื่อทำให้ฉันรู้สึกว่ามันเป็นไปได้ที่ฉันจะพอใจในรูปร่างหน้าตาของตนเอง	1	2	3	4	5
12	วิธีเดียวที่ฉันจะชอบรูปร่างของฉันคือต้องเปลี่ยนแปลงมัน	1	2	3	4	5
13	คนที่มีเสน่ห์จะมีทุกอย่างที่ต้องการ	1	2	3	4	5
14	คนหน้าตาบ้านๆ ยากที่จะหาความสุขได้	1	2	3	4	5

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านเป็นอย่างสูง

คณะผู้วิจัย

อ. ดร.สุภลักษณ์ ลวดลาย

นางสาวชนมธนิสา วิวัฒน์วรายนต์ นางสาวบุศรินทร์ โอมพรวนุวัฒน์ และนางสาวพัชรพร สะอาดยิ่ง

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร. 81187, 81185



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2218-3202
 ที่ จว 182 /2560 วันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ 2560
 เรื่อง แจ้งผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย



เรียน คณะศิษย์จิตวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสารแจ้งผลการรับรองผลการพิจารณา

ตามที่นิสิต/บุคลากรในสังกัดของท่านได้เสนอโครงการวิจัยเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย นั้น ในกรณี กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ ดังนี้

โครงการวิจัยที่ 229.1/59 เรื่อง อิทธิพลของทวิตเตอร์ เฟซบุ๊ก และสื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้รูปลักษณ์โดยมีอิทธิพลในทัศนคติเชิงโครงสร้างเป็นตัวแปรส่งผ่าน (THE EFFECT OF FAMILY, PEER AND SOCIAL MEDIA TOWARDS BODY IMAGE: THE MEDIATING ROLE OF SELF-SCHEMA) ของ อาจารย์ ดร.สุภลักษณ์ สวัสดิลา

จึงเวียนมาเพื่อโปรดทราบ

เขียน ผอ./ผู้บริหาร
 จังเจียมมาเพื่อโปรด
 ทราบ
 พิจารณา
 ทชื่อ CH

(Signature)

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บัณฑิต ชัยชนะวงศาโรจน์)
 กรรมการและเลขานุการ
 คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
 กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

(Signature)
 อ.ดร.สุภลักษณ์
 อ.ดร.สุภลักษณ์



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
254 อาคารจามจุรี ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทรศัพท์ โทรสาร: 0-2218-3202 E-mail: eccu@chula.ac.th

COA No. 036/2560

ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 229.1/59 : อีทซีพีลชกชกรอบครัว เพื่อคน และเพื่อสังคมออนไลน์ต่อการรับรู้ผลิตภัณฑ์
โดยมีอิติน โนทกันเชิงโครงสร้างเป็นตัวแทน (แปลแล้ว)
ผู้วิจัยหลัก : อาจารย์ ดร.ศุภสิทธิ์ สวัสดิ์
หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ได้พิจารณา โดยใช้อีกัก ของ The International Conference on Harmonization – Good Clinical Practice
(ICH-GCP) อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

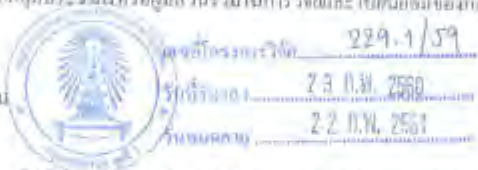
ลงนาม.....
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปริดา ทักคนประดิษฐ)
ประธาน

ลงนาม.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เบญจรี ชัยชนะวงษาโรจน์)
กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 23 กุมภาพันธ์ 2560 วันหมดอายุ : 22 กุมภาพันธ์ 2561

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรวิจัยที่มีส่วนร่วมในการวิจัยและใบยินยอมจากผู้ประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย
- 4) แบบสอบถาม



เงื่อนไข

- 1. ชีวประวัติกรรมการเป็นกรณีจริยธรรม หากส่วนใดเกี่ยวข้องขอขุดประวัติก่อน ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
- 2. หากไม่รับรองโครงการวิจัยขอขุดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อถึงกการต่อผู้วิจัยขอขุดประวัติโดยไม่มีค่าใช้จ่าย (เงื่อนไขไม่คุ้มครอง)
หากเกี่ยวข้องขอขุดประวัติ
- 3. ต้องดำเนินการติดตามประเมินผลโครงการวิจัยตามกรอบวิธีโครงการวิจัย
- 4. ให้กรรมการผู้เกี่ยวข้องรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารที่เกี่ยวข้อง
ร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ระบุหัวข้อคณะกรรมการเท่านั้น
- 5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงใดก็ตามที่เกินขีดขุดที่ข้อมุมติของคณะกรรมการ เมื่อรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
- 6. หากเกิดข้อร้องเรียนของกรรมการผู้ร่วมวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณาใบรับรองโดยฉันทินการ
- 7. โครงการวิจัยฉบับนี้ มี สัมภาษณ์ครั้งสุดท้ายโครงการวิจัย (AF 03-12) และขอขุดผลผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สัมภาษณ์
โครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์หรือสัมมนาขอขุดผลผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น