บทที่ 2

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการประถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารต่างๆและงานวิจัยทั้งในประเทศต่างประเทศ ซึ่งได้รวบรวมสาระสำคัญที่กล่าวถึงประเด็นต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. ความหมายของพฤติกรรม
2. ความหมายของพฤติกรรมการบริโภค
3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ

ความหมายของพฤติกรรม

จรรยา สุวรรณทัต และภัทรา สุคนธทรัพย์ (2524) ให้ความหมายของคำว่า "พฤติกรรม" ตามนัยทั่วไป หมายถึง การแสดงออกของคนและสัตว์ ได้แก่ การแสดงออกโดยกิริยาท่าทาง หรือการประพฤติปฏิบัติต่าง ๆ ตลอดจนการแสดงออกทางสีหน้าและวาจา อาจเป็นการแสดงออกซึ่งอารมณ์ เช่น โกรธ กลัว ดีใจ เสียใจ

ความหมายตามนัยทางจิตวิทยา "พฤติกรรม" หมายถึง การกระทำหรือกิจกรรมทุกอย่างของคนและสัตว์ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำหรือกิจกรรมที่สังเกตได้ หรือไม่ได้ก็ตาม

ชัยพร วิชชาวุธ (2524) ให้ความหมายของพฤติกรรม หมายถึง การกระทำของมนุษย์ การกระทำทุกอย่างของมนุษย์ ไม่ว่าการกระทำนั้น ผู้กระทำจะทำโดยไม่รู้ตัวหรือรู้ตัว เช่น การพูด การเดิน การกระพริบตา การได้ยิน การรู้สึกโกรธ การคิด ฯลฯ

ความหมายตามนัยทางจิตวิทยา พฤติกรรม หมายถึง กิจกรรมที่สามารถสังเกตได้ของอินทรีย์

จาริก ชูกิตติกุล (2524) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรม คือการกระทำซึ่งแสดงออกในกิจกรรม การงานหรือความประพฤติต่างๆ โดยทั่วไปพฤติกรรมดังกล่าวจะเป็นพฤติกรรมใน

ด้านปฏิบัติ ซึ่งกระทำอยู่ในชีวิตประจำวัน

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2526) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรม (Behavior) ไว้ว่า หมายถึง สิ่งที่บุคคลกระทำ แสดงออก ตอบสนองหรือได้ตอบต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดในสถานการณ์ใด สถานการณ์หนึ่ง ที่สามารถสังเกตเห็นได้ ได้ยินได้ นับได้ อีกทั้งวัดได้ตรงกัน ด้วยเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าการแสดงออกหรือการตอบสนองนั้นจะเกิดภายในหรือภายนอกร่างกายก็ตาม เช่น การร้องไห้ การกิน การวิ่ง การขว้าง การอ่านหนังสือ การเต้นของชีพจร การเต้นของหัวใจ การกระตุกของกล้ามเนื้อ เป็นต้น

ชวนพิศ ทองทวี (2522) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรม (Behavior) หมายถึง การกระทำทุกอย่างของมนุษย์ ไม่ว่าผู้นั้นจะรู้ตัวหรือไม่ และผู้อื่นจะสังเกตได้หรือไม่ก็ตาม พฤติกรรมแบ่งได้เป็น 2 ชนิด คือ

1. พฤติกรรมภายนอก (Overt Behavior) เป็นพฤติกรรมที่คนอื่นสังเกตได้ โดยใช้ประสาทสัมผัสหรือใช้เครื่องมือ พฤติกรรมภายนอกยังแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท

1.1 พฤติกรรมภายนอกที่ไม่ต้องอาศัยเครื่องมือในการสังเกต คือ พฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ง่าย เช่น การเคลื่อนไหวของแขนขา การเต้นของหัวใจ เป็นต้น เรียกชื่อว่า พฤติกรรมโมลาร์ (Molar Behavior)

1.2 พฤติกรรมภายนอกที่ต้องอาศัยเครื่องมือช่วยในการสังเกต คือ พฤติกรรมที่เราไม่สามารถจะเห็นได้ด้วยตาเปล่า เช่น การทำงานของคลื่นสมอง จะต้องใช้เข็มไฟฟ้าที่เรียกว่าไมโครอีเลคโทรดไปสัมผัสกับผนังศรีษะเพื่อเป็นตัวนำกระแสไฟฟ้าผ่านแอมพลิปลายเออร์ให้ขยายและขีดเป็นเส้นคลื่นให้เราสังเกตได้ด้วยตาเปล่าได้หรือการเปลี่ยนแปลงบริเวณน้ำตาลในโลหิตก็เช่นกัน คือ ต้องใช้เครื่องมือวัดพฤติกรรมประเภทนี้ เรียกว่า พฤติกรรมโมเลกุล (Molecular Behavior)

2. พฤติกรรมภายใน (Covert Behavior) ได้แก่ พฤติกรรมที่เจ้าตัวเท่านั้นรับรู้ เช่น การได้ยิน การเข้าใจ การรู้สึกหิว ฯลฯ เป็นพฤติกรรมที่ถือว่าเป็นพฤติกรรมภายใน มีหลายอย่าง เช่น

2.1 พฤติกรรมที่เป็นความรู้สึกตัวจากการสัมผัส (Sensation) เช่น การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การสัมผัส

2.2 พฤติกรรมที่เป็นการเข้าใจหรือตีความ (Interpreting)เช่น พอเราได้ยินเสียงเราก็ทราบความหมาย แต่ถ้าเป็นภาษาที่เราไม่รู้เรื่องก็เป็นพฤติกรรมในข้อ 2.1

2.3 พฤติกรรมที่เป็นความจำ (Remembering) คือ สามารถเก็บประสบการณ์

ไว้เมื่อต้องการใช้ก็ออกมาใช้ได้

2.4 พฤติกรรมที่เป็นความคิด (Thinking) การคิดมีหลายชนิด อาจเป็นการตัดสิน การคิดหาเหตุผล การคิดฝุ้งซ่าน หรือจิตนาการ เป็นต้น

พฤติกรรมเหล่านี้ คนอื่นไม่สามารถทราบได้ เท่ากับเจ้าตัวไม่ว่าจะใช้เครื่องมือใดๆ เว้นแต่จะบอก อธิบายหรือรายงานออกมา ซึ่งในทางวัดผลการศึกษาในปัจจุบันจึงนับว่า เป็นพฤติกรรมก็ต่อเมื่อเป็นสิ่งที่สังเกตได้ วัดได้ โดยการให้บอก ให้อธิบาย ให้เลือก หรือให้เปรียบเทียบ เป็นต้น

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับพฤติกรรมว่า หมายถึง กิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำ ไม่ว่าสิ่งนั้นจะสังเกตได้หรือไม่ได้ เช่น การทำงานของหัวใจ การทำงานของกล้ามเนื้อ การเดิน การพูด การคิด การรู้สึก ความชอบ ความสนใจ

สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ (2527) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมว่า คือ ปฏิกิริยาหรือกิจกรรมทุกชนิดของสิ่งมีชีวิต จะสังเกตได้หรือไม่ก็ตาม ซึ่งทั้งที่มีอยู่ภายใน หรือแสดงออกมาภายนอก

สุชา จันทร์เอม (2526) ให้ความหมายของพฤติกรรม หมายถึง กิจกรรมที่มนุษย์แสดงออกทั้งหมด อาจจะมองเห็นได้ง่าย เช่น การเดิน การพูด การเขียน และสิ่งที่มองเห็นได้ยาก หรือมองไม่เห็น เช่น การฟัง การจำและการคิดหาเหตุผล พฤติกรรมของเด็กย่อมมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด กับความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ นอกจากนั้นขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม เป็นส่วนที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมแก่เด็ก

จากการที่มีผู้ให้ความหมายของคำว่า พฤติกรรม อยู่มากมายดังกล่าวข้างต้น จึงพอสรุปได้ว่า พฤติกรรม หมายถึง ปฏิกิริยาหรือกิจกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ที่ปรากฏออกมาภายนอกและที่มีอยู่ภายใน

<u>ความหมายของพฤติกรรมการบริโภค</u>

ดุษฎี สุทธปรียาศรี (2527) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการบริโภค คือ การแสดงออกของบุคคลทั้งคำพูด กิริยาท่าทาง และการกระทำที่ผู้อื่นเห็นได้ในการเลือกเก็บ ปรุงและกิน

สมจิต จันทร์ฉาย (2533) ให้ความหมายพฤติกรรมการบริโภคว่า หมายถึง การแสดง

ออกซึ่งความสามารถ ของนักเรียนในด้านต่างๆ เกี่ยวกับการบริโภค ได้แก่ การตัดสินใจเลือกซื้อสินค้า และการเลือกใช้บริการ การจัดการด้านการเงิน และทรัพยากรต่างๆ การคุ้มครองสิทธิประโยชน์ของตนและสังคม การแสดงออกซึ่งพฤติกรรมดังกล่าว จะต้องอาศัยความรู้ทักษะตลอดจนทัศนคติที่มีต่อการบริโภค ผู้ที่มีพฤติกรรมการบริโภคที่ดีก็คือ ผู้ที่แสดงพฤติกรรมการบริโภคในลักษณะอันพึงประสงค์

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า พฤติกรรมการบริโภค หมายถึง ลักษณะหรือการกระทำเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การเลือกไม่เลือกรับประทานอาหารบางอย่าง รวมทั้งสุขนิสัยที่เกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหาร เช่น การล้างมือก่อนและหลังรับประทานอาหาร

<u>ปัจจัยที่มีอิทธพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร</u>

1. ปัจจัยด้านกายภาพ เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการมีอาหารสำหรับบริโภค โดยมีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ

ก. การผลิตอาหาร (Food Production)

อาหารที่เราบริโภค สามารถแยกเป็น 2 พวกใหญ่ๆ คือ จำพวกพืชและสัตว์ ซึ่งเป็นสิ่งมีชีวิต ดังนั้นผลผลิตของอาหารทั้งในปริมาณและคุณภาพจะเปลี่ยนแปลงไปตามอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ ชุมชนที่มีสภาพแวดล้อม มีปัจจัยการผลิตที่เหมาะสม ผลผลิตอาหารก็จะมีมากพอสำหรับการบริโภคได้ ภาวะสุขภาพของประชาชนจึงมีผลโดยตรงต่อประสิทธิภาพการผลิตอาหาร ถ้าประชาชนอดอยากขาดสารอาหาร จะทำให้เกิดการเจ็บป่วยขึ้นทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มีความสามารถในการทำงานต่ำ จะไม่สามารถเพิ่มผลผลิตได้มากขึ้นกว่าเดิมได้ วงจรเช่นนี้ มีผลเสียต่อประเทศชาติเป็นอย่างมาก

ข. การกระจายอาหาร (Food Distribution)

หมายถึง การนำอาหารจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง หรือความสามารถในการผลิตอาหาร ของแต่ละแหล่งผลิตแตกต่างทั้งชนิด ปริมาณ และคุณภาพของอาหาร นอกจากนี้การคมนาคมขนส่ง เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้มีอาหารหมุนเวียนไปสู่ส่วนต่างๆ ในชุมชน

ค. การประกอบอาหาร (Food Preparation)

หมายถึง การทำอาหารสดให้พร้อมที่จะกินได้ ประกอบด้วย การเลือกล้าง ปอก หั่น ปรุง ฯลฯ ตามประเภทของอาหาร ดังนั้นไม่ว่าจะเป็นทางบ้านหรือทางอุตสาหกรรมมีผลให้เกิดการเสียคุณค่าทั้งสิ้น เช่น การหุงต้ม ทำให้อาหารย่อยง่าย และบางกรณี กลิ่น รส และสีอาจจะดีขึ้น แต่คุณค่าอาหารจะลดลง ซึ่งใช้อุณหภูมิสูง และเวลานานจะสูญเสียได้มาก หรือการใส่

ผงโซดาทำให้ขนมฟูลงในแป้งเสียวิตามินได้เช่นกัน ดังนั้นในการประกอบอาหาร จึงไม่นิยมหั่นเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย ไม่ล้างหรือแช่น้ำนานเกินไป ไม่ใส่น้ำมาก หุงต้มในเวลาสั้นและควรปิดฝาให้มีการถูกกับอากาศน้อยที่สุด

ง. การแปรรูปอาหาร (Food Processing)

หมายถึง กรรมวิธีต่างๆ ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี รวมทั้งการบรรจุภาชนะเพื่อทำให้อาหารอยู่ในสภาพที่กินได้ หรือเหมาะแก่การนำไปใช้ ประกอบอาหารชนิดใหม่ การแปรรูปอาหาร มีความสัมพันธ์อย่างยิ่งต่อการกระจายอาหาร เพราะถ้าอาหารสำเร็จรูปได้ผ่านขบวนการแปรรูปที่มีประสิทธิภาพ มีการบรรจุหีบห่อเรียบร้อย จะทำให้ขนส่งอาหารได้คราวละมากๆ และไปได้ไกลๆ โดยอาหารไม่เสื่อมคุณภาพไปจากเดิม ประชาชนก็จะมีอาหารบริโภคทั่วถึงทุกชุมชน

2. ปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม

ปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ เป็นสาเหตุสำคัญต่อการเลือกซื้ออาหาร ในครอบครัวที่มีรายได้น้อย ความยากจนเป็นเหตุสำคัญที่ทำให้คนต้องขาดอาหาร เนื่องจากขาดกำลังซื้ออาหารที่จำเป็นมาบริโภคและปัจจัยด้านเศรษฐกิจมักมีความสัมพันธ์กับระดับความรู้ กล่าวคือ ผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มักจะเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องอาหารที่ควรบริโภคน้อย จึงไม่รู้จักใช้เงินที่มีอยู่จำกัดให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

2.1 รายได้ของครอบครัว มีส่วนเกี่ยวข้องสำคัญมากกับอาหารการกินเป็นความจริงที่ว่า แม้มีเงินมากพอสมควร ก็อาจจะไม่ได้กินอาหารที่ดี มีสารอาหารครบถ้วนและมีประโยชน์แก่ร่างกายก็ได้ แต่ก็ยังดีกว่าครอบครัวที่มีเงินไม่พอที่จะซื้ออาหาร เพราะถ้าไม่ฉลาดในการซื้อหรือขาดความรู้ในทางโภชนาการแล้ว ก็มักจะไม่ได้อาหารที่มีคุณประโยชน์แก่ร่างกายมากิน

ในการสำรวจการบริโภคอาหารในสหรัฐอเมริกา (วนิดา สิทธิรฒทธิ์, 2527) พบว่ารายได้ของครอบครัว มีความสัมพันธ์กับการเลือกซื้ออาหารดังนี้

1. การเลือกซื้ออาหารทั้งในด้านชนิดและปริมาณอาหาร จะขึ้นอยู่กับรายได้ของครอบครัวอันมีผลต่อการได้รับสารอาหาร ของสมาชิกในครอบครัวโดยตรง

2. ครอบครัวมีรายได้มาก จะซื้ออาหารที่มีคุณประโยชน์ได้ครบถ้วนมากกว่าครอบครัวที่มีรายได้น้อย

3. ครอบครัวเกษตรกร เป็นครอบครัวที่สามารถผลิตอาหารได้เองหรือหาอาหารจากธรรมชาติมาบริโภคได้ง่าย รายจ่ายสำหรับอาหาร จึงไม่มีความสัมพันธ์กับรายได้ของครอบครัว ตรงข้ามกับครอบครัวที่อยู่ในเมือง ซึ่งได้อาหารจากการซื้อที่ตลาดเท่านั้น ดังนั้นรายจ่ายสำหรับค่าอาหารจะมีความสัมพันธ์กับรายได้เป็นอย่างมาก

4. สารอาหารที่มีความสัมพันธ์กับรายได้อย่างมาก คือ วิตามินซี ทั้งนี้เพราะผู้ที่มี

รายได้มากจะซื้อผักและผลไม้ เช่น ส้ม องุ่น ซึ่งเป็นแหล่งอาหารที่ให้สารอาหาร ดังกล่าวเพิ่มขึ้นตามรายได้ที่เพิ่มขึ้น

5. สารอาหารที่ไม่มีความสัมพันธ์กับรายได้ คือ ไทอามีน ทั้งนี้เพราะทั้งครอบครัวที่มีรายได้มากและรายได้น้อย จะบริโภคเนื้อหมูและธัญญพืช ซึ่งเป็นแหล่งอาหารที่ให้ไทอามีนปริมาณที่ไม่แตกต่างกันมากนัก

2.2 ราคาอาหาร ซึ่งมีความสำคัญเกี่ยวข้องกับการซื้ออาหารถ้าอาหารใดมีมาก ราคาของอาหารจะถูก อาหารใดมีน้อยราคาจะแพง ผู้ที่ฉลาดในการซื้อก็อาจซื้อของที่มีราคาไม่แพง บางทีอาหารก็แพงขึ้นไปเองตามค่าของเงินที่ตกต่ำลง จึงทำให้พฤติกรรมการบริโภคเปลี่ยนไปโดยรับประทานอาหารอย่างประหยัด

3. ปัจจัยทางด้านสังคมและวัฒนธรรม

ปัจจัยในด้านสังคมและวัฒนธรรม อาจทำให้บุคคลรับประทานอาหารบางอย่างไม่ได้ทั้งๆ ที่อาหารนั้นมีมาก มีคุณภาพดี และราคาไม่แพง ศาสนาบางศาสนาห้ามกินอาหารบางชนิดทั้งๆ ที่เป็นอาหารที่มีคุณภาพดี เช่น คนฮินดูไม่กินเนื้อสัตว์ คนอิสลามไม่กินเนื้อหมู เป็นต้น

3.1 การศึกษา การศึกษาของพ่อแม่มีความสำคัญ ต่อการรับประทานอาหารของสมาชิกในครอบครัว ถ้าพ่อแม่ที่มีการศึกษาดีก็จะมีความรู้ ในเรื่องการรับประทานอาหารอย่างถูกต้อง นั่นก็คือรู้ว่าอาหารประเภทใดมีประโยชน์ต่อร่างกาย ก็จะเลือกซื้อมาให้สมาชิกบริโภคและละเว้นในอาหารที่ให้โทษ หรือถ้าเป็นผู้มีการศึกษาดี แต่ขาดความรู้ในเรื่องนี้ก็ยังสามารถหาเอกสารในเรื่องนี้มาอ่านได้ และยังคงช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การบริโภคอาหารบางประเภทได้ด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการศึกษาของแม่ จะมีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร ของครอบครัวมาก เพราะเป็นผู้รับผิดชอบในเรื่องอาหารภายในบ้านทั้งหมด

3.2 อาชีพ ลักษณะของอาชีพ มีความสำคัญต่อการบริโภคอาหารด้วย นั่นคือขึ้นอยู่กับชนิดของงาน เช่น ผู้ใช้แรงงานจะต้องพิจารณา จากชนิดของงานว่างานนั้นต้องออกแรงมากหรือออกแรงน้อย จะเห็นได้ว่าประเทศที่พัฒนาจะทำการเกษตรอย่างสบายออกแรงทำงานน้อย เพราะมีการใช้เครื่องมือ เครื่องทุ่นแรง ตรงกันข้ามกับประเทศที่กำลังพัฒนาซึ่งไม่มีเครื่องทุ่นแรง เกษตรกรต้องใช้แรงงานตนเองทำงานทุกอย่าง เรียกว่า ทำงานหนักนั่นเอง

3.3 ขนาดของครอบครัว หรือจำนวนของคนที่อยู่ในครอบครัวจะมีผลการะทบต่อปริมาณและคุณภาพของอาหารที่บริโภค กล่าวคือ ถ้ารายได้คงที่แต่ขนาดของครอบครัวใหญ่ขึ้น มีจำนวนสมาชิกมากขึ้น อาหารที่รับประทาน การเลือกซื้ออาหาร เลือกใช้สารเคมีในอาหารย่อมจะต้องเป็นสิ่งที่มีราคาถูก และด้อยคุณภาพ ส่งผลกระทบไปถึงสุขภาพ ของสมาชิกในครอบครัวทุกคน ดังนั้นการที่ครอบครัวมีขนาดเพิ่มขึ้น ในขณะที่รายได้ของครอบครัวคงที่ ย่อมจะมีผลต่อการบริโภคอาหารไปในทางที่จะเลือกปริมาณอาหาร ให้พอเพียงแก่การบริโภคมากกว่าคำนึงถึงคุณค่าหรือประ

โยชน์ของอาหารที่มีต่อร่างกาย

3.4 จิตวิทยาเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การรับประทานอาหารมีความสัมพันธ์กับอารมณ์ของคน บุคคลจะมีความชอบอาหารชนิดใด หรือมีวิธีการกินอาหารอย่างไร ขึ้นอยู่กับการอบรมสั่งสอนมาตั้งแต่เด็ก แม่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารของลูก ในขณะที่ป้อนอาหารให้ความรัก กำลังใจ ความรู้สึกจะฝังใจ เป็นผลให้เกิดความชอบ หรือไม่ชอบอาหารบางชนิด อาหารที่เคยชอบรับประทานตอนเด็ก มักจะเป็นอาหารที่ชอบไปจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่

3.5 ศาสนาและขนบธรรมเนียมประเพณี พิธีกรรมทางศาสนา มักจะมีการใช้อาหารเป็นสัญลักษณ์ เช่น ประเทศตะวันตก จะมีการใช้ไก่งวงเป็นอาหารเฉพาะโอกาสพิเศษ เช่น ในวันตรุษหรือเทศกาลของฝรั่ง ศาสนาคริสต์ มีการใช้ขนมปังรับประทานในวันระลึกถึงวันสิ้นพระชนม์ของพระเยซู หรือผู้นับถือศาสนาอิสลามจะไม่บริโภคเนื้อหมู ชาวฮินดูไม่บริโภคเนื้อวัว นอกจากนม หรืออาหารที่ประกอบจากนม เนื่องจากยึดถือข้อห้ามอย่างเคร่งครัด ส่วนขนมธรรมเนียมประเพณี เป็นปัจจัยสำคัญ และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารอย่างมาก ได้ฝังตัวอยู่ในจิตสำนึกของคนมาแต่กำเนิด นอกจากนี้ยังได้ปลูกฝังเรื่องอาหาร ที่มีอยู่ทำให้เกิดการเรียนรู้ ความเชื่อ ทัศนคติ และความเคยชินต่ออาหาร จนกลายเป็นวิสัยไปในที่สุด เมื่อคนส่วนใหญ่ในท้องถิ่นมีนิสัยการกินไปในทำนองเดียวกัน จะก่อให้เกิดเป็นขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรมของท้องถิ่นนั้นๆ จึงเป็นการยากที่จะเปลี่ยนแปลงได้

3.6 แหล่งข่าวสาร จากทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support Theory) แคปแลน (Caplan, RD. 1974 อ้างจาก พนอ ทิพย์นิมลรัตน์, 2534) ได้ให้คำจำกัดความของแรงสนับสนุนทางสังคมว่า หมายถึง สิ่งที่บุคคลได้รับโดยตรงจากบุคคลหรือกลุ่มบุคคลอาจเป็นด้านข่าวสาร เช่น กำลังงานหรือทางด้านอารมณ์ ซึ่งจะเป็นแรงผลักดันให้ผู้รับไปสู่เป้าหมายที่ผู้รับต้องการ ดังนั้น แหล่งข่าวสารจึงเป็นแรงสนับสนุนทางสังคม ที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมไปตามที่ต้องการ ถ้าบุคคลจะได้รับแรงสนับสนุนต่างกัน พฤติกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นย่อมแตกต่างกันด้วย แรงสนับสนุนทางสังคมนั้น จึงเป็นสิ่งที่บุคคลได้รับความช่วยเหลือ ทางด้านข้อมูลข่าวสาร วัสดุสิ่งของหรือการสนับสนุนทางด้านจิตใจจากผู้ให้การสนับสนุน ซึ่งอาจเป็นบุคคลในครอบครัว เพื่อน ครูอาจารย์ เป็นต้น จากเหตุผลดังกล่าว จะเห็นได้ว่าแหล่งข่าวสารมีผลต่อพฤติกรรมการบริโภค โดยบุคคลที่มีแหล่งข่าวสารแตกต่างกันย่อมส่งผลให้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแตกต่างกันด้วย

4. ปัจจัยด้านชีวภาพ

การรับประทานอาหารเป็นการนำอาหารเข้าสู่ร่างกายทางปาก ซึ่งมีปัจจัยร่วมคือ

4.1 ความหิว (Hunger) ซึ่งเกิดจากสภาพของร่างกายที่เนื่องมากจากการอดอาหารทำให้เกิดความปรารถนาที่จะได้รับอาหารขึ้น เมื่อเกิดความหิวบุคคลจะไม่คำนึงถึงคุณค่าใน

การเลือกอาหารบริโภค เป็นความรู้สึกที่เจ้าตัวไม่พึงพอใจ

4.2 ความอยากอาหาร (Appetite) เป็นความรู้สึกที่เจ้าตัวมักพึงพอใจและเกิดจากสภาพจิตใจมากกว่าทางสรีระ ซึ่งเป็นความปรารถนาที่จะได้รับอาหาร ที่คนพึงพอใจในรูป รส กลิ่น สี หรือลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือทั้งหมด แม้เมื่อรู้สึกอิ่มก็เกิดความอยากอาหารได้

4.3 รสชาติของอาหาร เป็นปัจจัยสำคัญในการยอมรับอาหาร ของบุคคลบางคนชอบอาหารชนิดนั้น เพราะมีรสอร่อย หรือไม่ชอบกินอาหารเพราะมีรสไม่ดี ดังนั้น พฤติกรรมการบริโภคอาหารของบุคคล จึงมีความสัมพันธ์อย่างมาก กับความรู้สึกในการรับรสชาติของอาหารซึ่งแต่ละบุคคลมีความรู้สึกด้านรสชาติแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับ อายุ เพศ และเนื้อสัมผัสของอาหาร

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยภายในประเทศ

ธารา วิริยะพานิช (2529) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง " พฤติกรรมการกินของคนไทยภาคอีสาน(ตอนล่าง)"ใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลโดยวิธี PR (Participatory Research) คือ การเข้าไปใช้ชีวิตเหมือนชาวบ้านเพื่อสังเกต สัมภาษณ์ หาข้อมูลด้านวัฒนธรรมประเพณี และใช้แบบสอบถามในการรวบรวมข้อมูลทั่วไป กลุ่มเป้าหมาย คือ หญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร ทารกแรกเกิด - 2 ปี เด็กวัยก่อนเรียน 2-5 ปี ในจังหวัดอุบลราชธานี และศรีสะเกษ พบว่า ภาวะโภชนาการของแม่และเด็กก่อนวัยเรียนในหมู่บ้านไกลเมือง มีระดับการขาดอาหารมากกว่าหมู่บ้านใกล้เมือง ด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมการกินอาหารของแม่ในหมู่บ้านใกล้เมืองจะดีกว่าหมู่บ้านไกลเมือง และพบว่าระดับคะแนนของความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติของแม่ มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญ กับภาวะโภนาการของลูกคนสุดท้อง และภาวะโภชนาการของแม่ด้วย

นิมพร ยศแก้ว (2530) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง " ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนเทศบาล เขตการศึกษา 8" ตัวอย่างประชากร คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนเทศบาล 22 โรงเรียน จำนวน 400 คน เป็นเพศชาย 200 คน เพศหญิง 200 คน ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคอยู่ในระดับค่อนข้างดี นักเรียนหญิงมีความรู้ดีกว่านักเรียนชาย มีทัศนคติเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคอยู่ในระดับดี นักเรียนหญิงมีทัศนคติดีกว่านักเรียนชายในเรื่อง ซื้อผลไม้กระป๋องสะดวกกว่าผลไม้สด เพราะเป็นกระป๋องแล้วรับประทานได้ทันที มีการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพผู้

บริโภคอยู่ในระดับดี นักเรียนหญิงมีการปฏิบัติดีกว่านักเรียนชายในเรื่อง การใช้จานชามพลาสติกสีสวยใส่อาหารที่ร้อนรับประทาน และการซื้อสินค้าตามค่าโฆษณาในหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์

ศิริศจี ศิริปุณย์ (2530) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง "ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11" ตัวอย่างประชากร คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 480 คน เป็นเพศชาย 240 คน เพศหญิง 240 คน ผลการวิจัย พบว่านักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี นักเรียนหญิงมีความรู้ดีกว่านักเรียนชาย นักเรียนในเขตเทศบาลมีความรู้ดีกว่านักเรียนนอกเขตเทศบาล มีทัศนคติอยู่ในระดับดี นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีทัศนคติไม่แตกต่างกัน นักเรียนในเขตเทศบาลมีทัศนคติดีกว่านักเรียนนอกเขตเทศบาล มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร อยู่ในระดับดี นักเรียนหญิงมีการปฏิบัติดีกว่านักเรียนชาย และนักเรียนในเขตเทศบาลมีการปฏิบัติ ไม่แตกต่างกับนักเรียนนอกเขตเทศบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

นิชิต จิระวัฒนะ (2530) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง " ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อภาวะโภชนาการ :ศึกษาครอบครัวที่มีเด็กก่อนวัยเรียนในชุมชนแออัดย่านท่าเรือคลองเตย" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงภาวะโภชนาการ ปัจจัยทางสังคม วัฒนธรรม และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของสาเหตุ ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน ใช้จำนวนตัวอย่าง 75 ครัวเรือน ผลการวิจัยพบว่า เด็กขาดสารอาหารระดับ 1 คิดเป็นร้อยละ 28 ระดับ 2 และระดับ 3 คิดเป็นร้อยละ 5.3 และ 4.0 ตามลำดับ จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปร พบว่า ปัจจัยสังคมด้าน วัฒนธรรม เศรษฐกิจ ชีวภาพของเด็ก และทางเทคโนโลยีอาหาร มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และมีทัศนคติทางความสัมพันธ์เชิงสอดคล้อง นอกจากนี้สาเหตุปัจจัยดังกล่าว ยังมีผลกระทบซึ่งกันและกัน คือฐานะทางเศรษฐกิจในครัวเรือน และความเข้าใจ ความรู้ของแม่เด็กมีผลต่อความสนใจเด็กและอาหารเด็ก ลักษณะในชุมชนที่เป็นสิ่งผลักดันให้เกิดการขาดความสนใจ คือ การขาดการให้ความสำคัญต่อเด็กในฐานะเป็นองค์ประกอบหลักของครอบครัว และนอกจากการมองเห็นความสำคัญในเรื่องของอาหารในชีวิตประจำวัน

สุนทรี สุนทรวิจารณ์ (2531) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 11" มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักเรียนระหว่างโรงเรียน ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน

เต็มรูปแบบกับไม่เต็มรูปแบบ และหาความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติในการบริโภคอาหาร กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 11 จำนวน 600 คน จากโรงเรียนที่จัดโครงการอาหารกลางวัน เต็มรูปแบบไม่เต็มรูปแบบ ผลการวิจัย พบว่า ด้านความรู้เกี่ยวกับการบริโภคของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์พอใช้ ทัศนคติ และการปฏิบัติส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี เมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียน พบว่า ความรู้ ทัศนคติ เกี่ยวกับการบริโภคของนักเรียนในโรงเรียน ที่จัดโครงการอาหารกลางวันเต็มรูปแบบ ส่วนใหญ่ดีกว่า ถูกต้องกว่านักเรียนที่อยู่ในโรงเรียน ที่จัดโครงการอาหารกลางวันไม่เต็มรูปแบบ ส่วนทางด้านการปฏิบัติไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์ กับทัศนคติของนักเรียน ทัศนคติมีความสัมพันธ์กับ การปฏิบัติในการบริโภคอาหารอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นันทิยา เกิดวิชัย (2532) ได้ทำการวิจัยเรื่อง " ความสัมพันธ์ระหว่างบริโภคนิสัยกับภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียน ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11" มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาบริโภคนิสัย ภาวะโภชนาการและความสัมพันธ์ระหว่างบริโภคนิสัย และภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11 ผลการวิจัย พบว่า เด็กก่อนวัยเรียนส่วนใหญ่มีบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดีมาก โดยมีคะแนนเฉลี่ยของบริโภคนิสัย คิดเป็นร้อยละ 78.10 บริโภคนิสัยที่ปฏิบัติถูกต้องเป็นประจำมากที่สุด คือ รับประทานอาหารครบวันละ 3 มื้อ ส่วนบริโภคนิสัยที่ปฏิบัติถูกต้องน้อยที่สุด คือ ดื่มนมเป็นประจำทุกวัน เด็กก่อนวัยเรียนส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการอยู่ในระดับดีมาก และบริโภคนิสัยของเด็กก่อนวัยเรียนมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทวน อุทธพงษ์ (2533) ได้ทำการวิจัยเรื่อง " วัฒนธรรมการบริโภคอาหารของชาวอีสาน :ศึกษากรณีบ้านเม่นใหญ่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม" โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาถึงวัฒนธรรมการบริโภคอาหารของชาวอีสาน โดยมุ่งศึกษาถึงแหล่งที่มาของอาหารประเภทอาหารที่ใช้บริโภค โอกาสปกติและพิเศษ ค่าใช้จ่ายในด้านการบริโภคอาหารสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม ที่ส่งผลกระทบต่อวัฒนธรรมการบริโภค ใช้วิธีวิจัยภาคสนาม การเก็บข้อมูลใช้วิธีสังเกตและสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณาวิเคราะห์ ผลการวิจัย พบว่า แหล่งที่มาของอาหารที่ใช้บริโภค ของชาวอีสานส่วนใหญ่จากแหล่งธรรมชาติ คือ จากแหล่งน้ำ ที่นา บ่อ ที่โคก และอาหารที่เกิดจากการผลิตขึ้นเอง อาหารประเภทเนื้อสัตว์และพืชผักต่างๆ จะมีปริมาณมากหรือ

น้อยขึ้นอยู่กับฤดูกาลและความขยันของผู้ผลิต การซื้อขายแลกเปลี่ยนเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหารเพื่อการบริโภคยังคงมีน้อย ส่วนอาหารที่ใช้บริโภคในโอกาสปกติและโอกาสพิเศษจะแตกต่างกันทั้งด้านปริมาณและคุณภาพ คือ อาหารโอกาสพิเศษจะมีการจัดเตรียมไว้ล่วงหน้า โดยการผลิตหรือซื้อจากร้านค้าเพื่อให้ได้ปริมาณมากและมีคุณภาพดี ค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารไม่มีกำหนดแน่นอน ขึ้นอยู่กับภาวะของเศรษฐกิจ และความจำเป็นเป็นครั้งคราว สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปมีผลกระทบทำให้วัฒนธรรมการบริโภคอาหารเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย

ประดับพร บุญเจือ (2533) ได้ทำการวิจัยเรื่อง " ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติทางด้านการรับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์" ซึ่งมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลการปฏิบัติตนทางด้านการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับการศึกษาของผู้ปกครองถิ่นที่อยู่อาศัย ขนาดของครอบครัว ค่านิยมด้านโภชนาการและความรู้ด้านโภชนาการ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์ จำนวน 394 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความรู้ด้านโภชนาการอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\overline{X}$ = 11.80) ค่านิยมด้านโภชนาการอยู่ในระดับปานกลาง ($\overline{X}$ = 27.69) การปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารอยู่ในระดับพอใช้ ($\overline{X}$ = 1.30) และตัวแปรพยากรณ์ที่ส่งผลต่อการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มี 2 ตัวแปร เรียงลำดับความสำคัญในการพยากรณ์จากมากไปหาน้อย ดังนี้ คือ ค่านิยมด้านโภชนาการ และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ซึ่งสามารถอธิบายความสัมพันธ์ กับการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารได้ร้อยละ 31.19 และร้อยละ 9.82 ตามลำดับ และตัวแปรพยากรณ์ทั้ง 2 ตัวแปร สามารถร่วมอธิบายการแปรปรวนของการปฏิบัติตนทางด้านการรับประทานอาหารได้ร้อยละ 41.02

สุพรรณี ปานเจริญ (2534) ได้ทำการวิจัย เรื่อง " ค่านิยมทางสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11 " กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนประถมศึกษาเขตการศึกษา 11 จำนวน 720 คน เป็นเพศชาย 360 คน เพศหญิง 360 คน จำนวนโรงเรียน 60 โรงเรียน ผลการวิจัย พบว่า ค่านิยมทางสุขภาพด้านอาหาร และการบริโภคโดยส่วนรวมอยู่ในระดับดี นักเรียนมีค่านิยมทางสุขภาพ ด้านเกี่ยวกับการดื่มนมวันละ 1-2 แก้ว การใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น การรับประทานอาหารรสจัด การรับประทานข้าวมากๆ และรับประทานกับข้าวแต่น้อย นักเรียนหญิงมีค่านิยม ทางสุขภาพสูงกว่านักเรียนชาย

นักเรียนโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล มีค่านิยมทางสุขภาพ สูงกว่านักเรียนโรงเรียนนอกเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และนักเรียนที่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพมาก มีค่านิยมทางสุขภาพสูงกว่านักเรียนที่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศรีระทวย ไล้เลิศ (2535) ได้ทำการวิจัยเรื่อง " พฤติกรรมการบริโภคอาหารเสริมไอโอดีนของแม่บ้าน ในเขตที่มีโรคขาดสารไอโอดีนรุนแรงของจังหวัดเชียงราย " มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรม การบริโภคอาหารเสริมไอโอดีน ของแม่บ้านในเขตที่มีโรคขาดสารไอโอดีนของจังหวัดเชียงราย ตามตัวแปรเขตที่ตั้งของบ้าน การรับฟังข่าวสารเรื่องโรคขาดสารไอโอดีน อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ประสบการณ์ในการประกอบอาหารเสริมไอโอดีน จำนวนบุตร จำนวนสมาชิกในครอบครัว ที่เป็นโรคขาดสารไอโอดีนรุนแรงของจังหวัดเชียงราย คือ อำเภอเชียงแสน อำเภอเชียงแก่น อำเภอเชียงของ อำเภอแม่สรวย อำเภอพาน จำนวน 379 คน ผลการวิจัย พบว่า แม่บ้านในเขตที่มีโรคขาดสารไอโอดีนรุนแรงของจังหวัด มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเสริมไอโอดีน ในระดับปานกลาง แม่บ้านที่อยู่ในเขตสุขาภิบาลกับนอกเขตสุขาภิบาล มีพฤติกรรมบริโภคอาหารเสริมไอโอดีน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตัวแปรด้านการรับทั้งข่าวสาร เรื่องโรคขาดสารไอโอดีน ระดับการศึกษา อาชีพ ประสบการณ์ในการประกอบอาหารเสริมไอโอดีน ของแม่บ้านต่างกัน มีพฤติกรรมบริโภคอาหารเสริมไอโอดีนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรด้าน อายุ รายได้ จำนวนบุตร จำนวนสมาชิกในครอบครัว เป็นโรคขาดสารไอโอดีนของแม่บ้านต่างกัน มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารเสริมไอโอดีน ไม่แตกต่างกัน

โสภณา รอดชู (2535) ได้ทำการวิจัย เรื่อง " ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนครปฐม " มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบค่านิยมเกี่ยวกับ การบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนครปฐม ตามตัวแปร เพศ อาชีพของบิดา ระดับการศึกษาและพื้นเพของบิดามารดา รายได้ ขนาดของครอบครัว และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ตัวอย่างประชากร เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 1,014 คน เป็นนักเรียนชาย 518 คน นักเรียนหญิง 496 คน จำนวน 256 โรงเรียน ผลการวิจัย พบว่า ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับดี นักเรียนหญิงมีค่านิยมสูงกว่านักเรียนชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มที่มีการปฏิบัติมากเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร มีค่านิยมสูงกว่ากลุ่มที่มีการปฏิบัติน้อย เกี่ยวกับการบริโภคอาหารและพบว่านักเรียนที่บิดา มารดา มีอาชีพ ระดับการศึกษา รายได้ และขนาดครอบครัว ที่แตกต่างกันมี

ค่านิยมไม่แตกต่างกัน

งานวิจัยต่างประเทศ

บรีสซีล (Breazeale, 1985) ทำการวิจัยเรื่อง "การพัฒนาความคิดรวบยอดเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ" (Development of concepts about food and nutrition) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความคิดรวบยอด เกี่ยวกับเรื่องอาหารและโภชนาการของเด็กและวัยรุ่นและศึกษาว่า ความคิดรวบยอดนี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอนุบาลนักเรียนเกรด 5 และ 10 จำนวน 90 คน จากโรงเรียนชานเมืองแถบชานฟรานซีสโก 37 แห่ง ดำเนินการวิจัยโดยใช้กลุ่มตัวอย่าง เพื่อจัดแบ่งประเภทรูปภาพอาหารจำนวน 46 รูป โดยแบ่งเป็นประเภทอาหารที่ชอบ อาหารที่ไม่ชอบ อาหารที่คิดว่าดี อาหารที่คิดว่าไม่ดี อาหารที่ทำให้อ้วน และอาหารที่ทำให้ไม่อ้วน พร้อมทั้งให้เหตุผลในการแยกประเภทอาหาร โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล ผลการวิจัย พบว่า การจัดแบ่งประเภทอาหาร แตกต่างกันตามอายุอย่างมีนัยสำคัญ ระดับชั้นไม่ใช่ตัวแปรที่สำคัญ ที่ทำให้เหตุผลในการเลือกอาหารแตกต่างกัน

ซัมเมอร์ (Summer, 1985 อ้างจาก ประดับพร บุญเจือ, 2533) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ ทัศนคติด้านโภชนาการ บริโภคนิสัย และระดับความต่อเนื่องของการสอนวิชาโภชนาการ" (Nutrition education's knowledge and commiment level of student teachers) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาครู ในมหาวิทยาลัยโอคลาโฮมา จำนวน 73 คน เป็นนักศึกษา 3 กลุ่ม คือ กลุ่มวิชาเอกพลศึกษา เอกสุขศึกษา และเอกคหกรรมศาสตร์ จากการศึกษาพบว่า นักศึกษาเอกพลศึกษา เอกสุขศึกษา และเอกคหกรรมศาสตร์ มีความรู้ในด้านโภชนาการ ทัศนคติด้านโภชนาการ บริโภคนิสัย และระดับความต่อเนื่องของการสอนวิชาโภชนาการแตกต่างกัน ความรู้ด้านโภชนาการกับชั่วโมงที่เรียนวิชาโภชนาการ การใช้ความรู้ด้านโภชนาการไปสอนกับชั่วโมงที่สอน วิชาโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กัน และนักศึกษาวิชาเอกคหกรรมศาสตร์มีพื้นฐานความรู้ด้านโภชนาการดีกว่า นักศึกษาเอกพลศึกษาและเอกสุขศึกษา

เบรนแมน (Brenman, 1989) ได้ทำการวิจัยเรื่อง " อิทธิพลของความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารในเด็กและวัยรุ่น" (The influence of health belief on eating behavior in children and adolescents) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงปัจจัยของความเชื่อ ที่มีอิทธิพลในเรื่องพฤติกรรมการรับประทานอาหารว่างของเด็กและวัยรุ่น ตัวอย่างประชากร เป็นเด็กเกรด 5,8,11 จำนวน 344 คน ในเมืองนิวเมอร์รี่ เครื่องมือที่ใช้

คือแบบสอบถาม การปฏิบัติในการรับประทานอาหารว่างของเด็ก รูปแบบของความเชื่อที่นำมาศึกษามี 4 เรื่องคือ ความไวของการเจ็บป่วย ความรุนแรงของความเจ็บป่วย การยอมรับอุปสรรค และผลประโยชน์ที่ได้รับ อีกทั้ง 6 ปัจจัย ที่ส่งผลต่อการบริโภคอาหารของนักเรียน ประกอบด้วย พ่อแม่และกลุ่มเพื่อน ภาวะทางอารมณ์ ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการการดูแลสุขภาพ และการให้ค่าของสุขภาพ ตัวแปรตาม คือการประเมินพฤติกรรม การกินอาหารว่างก่อนตอบแบบสอบถาม 1 วัน ตัวแปรต้นคือ ความเชื่อในเรื่องสุขภาพ การดูแลสุขภาพ การให้ความสำคัญต่อสุขภาพ และความรู้ในเรื่องโภชนาการ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสมการถดถอยแบบพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า ความเชื่อในเรื่องสุขภาพระดับต่าง ๆ และเพศ เป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพล ต่อการบริโภคอาหารของเด็ก ซึ่งความเชื่อในเรื่องสุขภาพ สามารถนำมาเป็นปัจจัยหนึ่ง ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ นอกจากนี้ยังพบว่า อายุและเพศมีความเชื่อในเรื่องสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิจัยนี้มีประโยชน์ต่อนักสุขศึกษา โดยปรับปรุงแก้ไข ถึงที่มีอิทธิพลโดยตรงและได้คำแนะนำในการรับประทานอาหารของเด็ก เพื่อพัฒนาให้เด็กมีสุขภาพดี

เทอร์รี่ (Terry, 1990) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การประเมินพฤติกรรมการกินของเด็กที่อ้วนและไม่อ้วน" (Assessment of obese and non-obese young children's eating) การวิจัยนี้ได้ศึกษาเกี่ยวกับ บทบาทของครอบครัวที่เป็นองค์ประกอบ ในการประเมินเด็กอ้วนและเด็กไม่อ้วน (อายุ 3 - 6 ปี) โดยการสังเกตุพฤติกรรมของครอบครัว เด็กอ้วน 6 ครอบครัว และเด็กไม่อ้วน 6 ครอบครัว ใช้วิธีการประเมินสุขภาพจิตของครอบครัว ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว หรือพฤติกรรมการรับประทานอาหารของเด็กภายในครอบครัว รูปแบบความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว กิจกรรมอิสระของเด็กอ้วนและไม่อ้วน อิทธิพลของผู้ปกครองที่มีต่อพฤติกรรมการกินของเด็กและกิจกรรมของเด็ก โดยลักษณะการติดต่อสื่อสารภายในครอบครัวนั้นได้ถูกบันทึกไว้อย่างเป็นระบบ เด็กและพ่อ แม่ของเด็กแต่ละคนได้ถูกสังเกตระหว่างอาหารมื้อเย็นด้วยเครื่องมือที่ใช้วัดการสังเกต ส่วนกิจกรรมของเด็กในพฤติกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกาย ได้ถูกสังเกตระหว่างช่วงเวลาพัก โดยใช้เครื่องวัดกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า สมาชิกของครอบครัวที่อ้วน เปรียบเทียบกับสมาชิกของครอบครัวที่ไม่อ้วน เข้าใจว่าครอบครัวไม่ได้รับความสนใจจากสังคม ความสนุกสนาน การยอมรับเหตุผล อีกทั้งขนบธรรมเนียมประเพณี และการรวมกลุ่มขององค์กรน้อย ถึงด้านความสัมพันธ์ของ พ่อ แม่ ของเด็กอ้วนที่กระตุ้นให้กินอาหารรวมทั้งปริมาณของอาหารพบว่า เด็กอ้วนขาดกิจกรรมในการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ โดยพ่อและแม่เด็กอ้วน ปล่อยเด็กให้เป็นไปตามธรรมชาติ มากกว่ากระตุ้นเด็กให้มีกิจกรรม ส่วนการสนับสนุนของพ่อแม่ให้เด็กมีกิจกรรม มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงของ

กิจกรรมของเด็กด้วย

อัลไบรท (Albright, 1991) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ประสิทธิผลของกิจกรรมพื้นฐานในโครงการอาหาร ที่มีผลต่อความรู้เกี่ยวกับอาหารของเด็กนักเรียน" (The effect of an activity-based nutrition program on the nutrition knowledge of students) เป็นการศึกษาเพื่อตรวจสอบ การเสริมกิจกรรมของโครงการให้อาหารในโรงเรียนอนุบาล ซึ่งเป็นหลักสูตรหนึ่งของการพัฒนาด้านสุขภาพ (Growing Health) เพื่อให้เด็กนักเรียนได้ผ่านศูนย์เสริมสร้างประสบการณ์ในการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม กลุ่มแรก จำนวน 20 คน ได้รับการสอนด้วยถ้อยคำและอีกกลุ่มหนึ่ง จำนวน 18 คน ได้รับการสอนด้วยการเรียนรู้จากการทดลองหาประสบการณ์ จากผลของการปฏิบัติหลังทดสอบผลการวิจัย พบว่า โครงการพื้นฐานของการได้อาหาร ส่งผลต่อความรู้ในการรับประทานของนักเรียนชั้นอนุบาลมากกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับการสอนที่ไม่มีการจัดกิจกรรม ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า เด็กนักเรียนอนุบาลได้รับความรู้ ทางด้านหลักการรับประทานอาหารมากขึ้น เมื่อได้รับการสอนที่มีการจัดกิจกรรม นอกจากนี้หลักสูตรการพัฒนาด้านสุขภาพ ยังได้เพิ่มโอกาสให้เด็กที่เข้าอบรมเรียนรู้ทางด้านประสบการณ์ต่าง ๆ ด้วย และสิ่งสำคัญคือ ครูผู้สอน มีความสำคัญต่อหลักสูตร การให้ความรู้ทางด้านการรับประทานอาหาร และการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนก่อให้เกิดการเรียนรู้

โซนเนนเบอร์ก (Sonnenberg ,1991) ได้ศึกษาเรื่อง "ผลกระทบจากเชื้อชาติ ฐานะทางเศรษฐกิจ สังคมและอายุ เกี่ยวกับการรับประทานอาหารของเด็กนักเรียน" (The impact of ethnicity, socioeconomic status, and age on the eating attitudes of school -aged children) ซึ่งเป็นการศึกษาสำรวจทัศนคติในการรับประทานอาหาร ที่มีความแตกต่างทางเชื้อชาติ ฐานะเศรษฐกิจ ของโรงเรียนประถมศึกษาที่มีหลากหลายวัฒนธรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็ก 238 คน ตั้งแต่เกรด 1 ถึงเกรด 6 ตัวแปรตามคือ ทัศนคติในการรับประทานอาหาร ตัวแปรต้นคือ เชื้อชาติ ฐานะทางเศรษฐกิจ สังคม และอายุ ตัวแปรควบคุมคือ เพศ ความเกี่ยวเนื่องกับน้ำหนัก ความเป็นครอบครัวเดียวกัน และลำดับที่การเกิดผลการวิจัยพบว่า คนที่มีเชื้อชาติ หรือฐานะทางเศรษฐกิจต่างกันมีทัศนคติในการรับประทานอาหารไม่แตกต่างกัน และพบว่า เชื้อชาติ อายุ และฐานะทางเศรษฐกิจ มีความสัมพันธ์เพิ่มขึ้นเมื่ออายุเพิ่มขึ้น

สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษางานวิจัยของภายในประเทศ จะเห็นได้ว่า ในเรื่องพฤติกรรมการบริโภค-อาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยรวมยังไม่มีรายงานการวิจัย แต่พบว่ามีรายงานการวิจัย ในเขตการศึกษาหรือในจังหวัดใดจังหวัดหนึ่งๆ ซึ่งผู้วิจัยขอสรุปประเด็นสำคัญ และผลของการวิจัย ส่วนใหญ่งานวิจัยมุ่งศึกษา และเปรียบเทียบความรู้ทัศนคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร หรือเกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภค ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียนประถมศึกษา อีกทั้งยังได้ศึกษา วัฒนธรรมการบริโภคอาหารของชาวอีสาน ผลการวิจัยพบว่าส่วนใหญ่ เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในเกณฑ์ที่ควรปรับปรุง ส่วนทัศนคติและการปฏิบัติอยู่ในระดับดี นอกจากนี้ยังพบว่า ความรู้ ค่านิยมในการบริโภคอาหาร การอบรมเลี้ยงดู ขนบธรรมเนียมประเพณี ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว และระดับการศึกษาของบิดามารดา มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหาร ของเด็กวัยเรียน ดังนั้นในการให้โภชนศึกษาแก่นักเรียน ควรได้คำนึงถึงปัจจัยที่กล่าวมาด้วย

ส่วนงานวิจัยต่างประเทศ ส่วนใหญ่ได้ศึกษาถึงปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียน และศึกษาถึงการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ที่ส่งผลให้เด็กนักเรียนเกิดประสบการณ์ตรง ก่อให้เกิดการเรียนรู้ในการบริโภคอาหาร ผลการวิจัยพบว่า ความเชื่อในเรื่องสุขภาพ ปัจจัยพื้นฐานของสังคม เช่น เชื้อชาติ ฐานะทางเศรษฐกิจ เพศและอายุ มีอิทธิพลต่อการบริโภคอาหารของเด็กนักเรียน นอกจากนี้ การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ที่ให้เด็กนักเรียนได้มีกิจกรรมในการเรียน ส่งผลให้นักเรียนมีความรู้ ในการรับประทานอาหารเพิ่มขึ้นตามด้วย