

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นพื้นฐาน แนวทางในการวิจัย โดยแยกประเด็นการทบทวนวรรณกรรมเป็น 3 ส่วน ดังนี้

1. แนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม
2. แนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม

การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมนั้นได้มีการศึกษาไว้หลายด้าน เช่นด้านสังคมวิทยา เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์และพฤติกรรมของมนุษย์ (บรรณคดี วีระดิษฐ์, 2524) ส่วนทางด้านจิตวิทยาสังคมมุ่งศึกษาถึงพฤติกรรมของบุคคลที่เป็นผลสืบเนื่องมาจากตัวกระตุ้นทางสังคม (สุนทรีย์ โคมินทร์, 2522) สำหรับคำว่า "พฤติกรรม" ได้มีผู้ให้ความหมายไว้มากมาย เช่น

โสภา ชูนิกุลชัย (2521) ให้ความหมายของพฤติกรรมไว้ว่าหมายถึง การกระทำกิจกรรมต่างๆ ซึ่งสิ่งมีชีวิตและบุคคลอื่นสามารถสังเกตได้และใช้เครื่องมือทดสอบได้ เช่น การกิน การนอน การเล่น ฯลฯ

ชุตตา จิตนิทักษณ์ (2525) กล่าวว่า พฤติกรรมหรือการกระทำของบุคคลนั้นไม่เฉพาะสิ่งที่แสดงให้เห็นปรากฏออกมาภายนอกเท่านั้น แต่รวมถึงสิ่งที่อยู่ภายในจิตใจของบุคคลซึ่งคนภายนอกไม่สามารถสังเกตเห็นได้โดยตรง เช่น คุณค่า (Value) ที่เขายึดถือเป็นหลักในการประเมินสิ่งต่าง ๆ ทศนคติหรือ เจตคติ (Attitude) ที่เขามีต่อสิ่งต่าง ๆ ความคิดเห็น (Opinion) ความเชื่อ (Belief) รสนิยม (Taste) และสภาพจิตใจ ซึ่งถือได้ว่าเป็นลักษณะของบุคลิกภาพของบุคคลที่กำหนดพฤติกรรม

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526) กล่าวว่า พฤติกรรมหมายถึง กิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำไม่ว่าสิ่งนั้นจะสังเกตได้หรือไม่ เช่น การเดิน การพูด การคิด ความรู้สึก ความสนใจ เป็นต้น

วิมลสิทธิ์ หรษากร (2526) กล่าวถึงพฤติกรรมมนุษย์ว่ามนุษย์มีพฤติกรรมทางจิตหรือพฤติกรรมภายในควบคู่กับพฤติกรรมภายนอก มนุษย์มีความรู้สึกในการสัมผัส มีการรับรู้ มีการเรียนรู้ มีการจำ มีการคิด มีการตัดสินใจ รวมทั้งเกิดอารมณ์ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ภายนอก ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวัน พฤติกรรมทางจิตเหล่านี้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมในสภาพแวดล้อมที่เป็นพฤติกรรมภายนอก พฤติกรรมทางจิตของมนุษย์อาจเกี่ยวข้องกับมนุษย์ด้วยกัน แต่ด้วยเหตุผลที่ว่าสิ่งคมย่อมต้องเกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ด้วยเหตุนี้ พฤติกรรมทางจิตจึงมีส่วนเกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพด้วยไม่มากนักน้อย อย่างไรก็ตามอาจหลีกเลี่ยงได้

สมโภชน์ เอี่ยมสุภานิต (2526) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรมหมายถึง สิ่งที่บุคคลกระทำ แสดงออก ตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ที่สามารถสังเกตเห็นได้ ได้ยินได้ อีกทั้งวัดได้ตรงกันด้วยเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าการแสดงออกหรือการตอบสนองนั้น จะเกิดขึ้นภายในหรือภายนอกร่างกาย

พจนานุกรมลอนแมน (Longman) ได้ให้คำจำกัดความของพฤติกรรมไว้ว่าเป็นการกระทำหรือการตอบสนองการกระทำทางจิตวิทยาของแต่ละบุคคล และเป็นปฏิสัมพันธ์ในการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นภายในหรือภายนอก รวมทั้งเป็นกิจกรรมการกระทำต่างๆ ที่เป็นไปอย่างมีจุดมุ่งหมาย สังเกตเห็นได้ หรือเป็นกิจกรรมการกระทำต่าง ๆ ที่ได้ผ่านการใคร่ครวญมาแล้วหรือเป็นไปอย่างไม่รู้ตัว (สุวิมล กักคณีบุษย์, 2535 : อ้างจาก Goldenson, 1984)

จากคำจำกัดความต่างๆ ของพฤติกรรมที่ได้กล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยสรุปได้ว่า พฤติกรรมหมายถึง ปฏิกริยาหรือการแสดงออกของบุคคลต่อสิ่งเร้า ซึ่งอาจจะเป็นไปโดยไม่รู้สึกรู้ตัว หรือมีการไตร่ตรองมาอย่างดีแล้วโดยมีความรู้ ความเข้าใจ และการปฏิบัติเป็นตัวก่อให้เกิดแสดงออกมา โดยที่บุคคลอื่นที่อยู่รอบ ๆ จะสังเกตการกระทำนั้นได้หรือไม่ก็ตาม ซึ่งสามารถใช้เครื่องมือทดสอบได้

ในการจำแนกพฤติกรรมมนุษย์ ได้มีผู้แบ่งประเภทไว้ดังนี้

อาภา จันทร์สกุล และ อัญชัน เกียรติบุตร (2534) ได้แบ่งพฤติกรรมเป็น 2 ชนิด ได้แก่

1. พฤติกรรมที่ติดตัวมาแต่กำเนิด (Unlearned Behavior) หมายถึงพฤติกรรมที่อินทรีย์ทำเองได้โดยไม่มีการเรียนรู้มาก่อนเลย
2. พฤติกรรมที่เป็นผลมาจากการเรียนรู้ (Learned Behavior) หมายถึงพฤติกรรมที่อินทรีย์ทำขึ้น หลังจากได้มีการเรียนรู้หรือเลียนแบบจากบุคคลอื่นในสังคม

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2535) แบ่งพฤติกรรมออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. พฤติกรรมภายนอก (Overt Behavior) หมายถึง การกระทำการแสดงออก หรือการตอบสนองที่สามารถสังเกตเห็นได้ ได้ยินได้ หรือวัดได้ บางทีเรียกพฤติกรรมแบบนี้ว่า พฤติกรรมเปิดเผย
2. พฤติกรรมภายใน (Covert Behavior) หมายถึง พฤติกรรมที่ไม่สามารถสังเกตเห็นหรือวัดได้โดยตรง เช่น การคิด การตัดสินใจ บางทีเรียกพฤติกรรมแบบนี้ว่า พฤติกรรมแบบปกปิด

1.1 องค์ประกอบของพฤติกรรม

ครอนบาค (Cronbach, 1972 : 14 อ้างถึงใน สุวิมล ภักดิ์นิบูลย์, 2535) อธิบายว่าพฤติกรรมของคนเรามีองค์ประกอบอยู่ 7 ประการ คือ

1. ความมุ่งหมาย (Goal) เป็นความต้องการหรือวัตถุประสงค์ที่ทำให้เกิดกิจกรรม คนเราต้องทำกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการที่เกิดขึ้น กิจกรรมบางอย่างก็ให้ความพอใจ หรือสนองความต้องการได้ทันที แต่ความต้องการหรือวัตถุประสงค์บางอย่างก็ต้องใช้เวลา นานจึงจะสามารถบรรลุผลสนองความต้องการ คนเราจะมีความต้องการหลาย ๆ อย่างในเวลาเดียวกัน และมักจะต้องเลือกสนองความต้องการที่รีบด่วนก่อนและสนองความต้องการที่ห่างออกไปในภายหลัง

2. ความพร้อม (Readiness) หมายถึง ระดับวุฒิภาวะ หรือความสามารถที่จำเป็นในการทำกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการ คนเราไม่สามารถสนองความต้องการได้หมดทุกอย่าง ความต้องการบางอย่างอยู่นอกเหนือความสามารถของเขา

3. สถานการณ์ (Situation) เป็นเหตุการณ์ที่เปิดโอกาสให้เลือกทำกิจกรรม

เพื่อสนองความต้องการ

4. การแปลความหมาย (Interpretation) ก่อนที่คนเราจะทำกิจกรรมใด ก็กิจการหนึ่งลงไป เขาจะต้องพิจารณาสถานการณ์เสียก่อนแล้วตัดสินใจเลือกวิธีการที่คาดว่าจะได้ความพอใจมากที่สุด

5. การตอบสนอง (Response) เป็นการทำกิจกรรมเพื่อสนองความต้องการ โดยวิธีการที่ได้เลือกแล้วในขั้นการแปลความหมาย

6. ผลที่ได้รับหรือผลที่ตามมา (Consequence) เมื่อทำกิจกรรมแล้วย่อมได้รับผลการกระทำนั้น ผลที่ได้รับอาจจะตามที่คาดคิดไว้ (Confirm) หรืออาจตรงกันข้ามกับความคาดหมาย (Contradict) ก็ได้

7. ปฏิกริยาต่อความคาดหวัง (Reaction to Thwarting) หากคนเราไม่สามารถสนองความต้องการได้ ก็กล่าวได้ว่า เขาประสบกับความผิดหวัง ในกรณีเช่นนี้เขาอาจจะย้อนกลับไปแปลความหมายของสถานะเสียใหม่ และเลือกวิธีการตอบสนองใหม่ก็ได้

1.2 สิ่งกำหนดพฤติกรรมมนุษย์

จากความหมายและองค์ประกอบของพฤติกรรมดังกล่าว จะเห็นได้ว่าการแสดงของพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์จะต้องมีสิ่งที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรม ซึ่งจะทำให้การแสดงออกของพฤติกรรมของมนุษย์แต่ละบุคคลแตกต่างกันไป ดังนั้น การเข้าใจถึงสิ่งที่กำหนดพฤติกรรมมนุษย์ก็จะทำให้เข้าใจในพฤติกรรมมนุษย์ได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งได้มีผู้กล่าวถึงสิ่งที่กำหนดพฤติกรรมมนุษย์ไว้มากมาย ดังต่อไปนี้

จรรยา สุวรรณทัต และคณะ (2521) ได้กล่าวถึง การพัฒนาพฤติกรรมว่าขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญ 3 ประการ คือ

1. ลักษณะทางพันธุกรรมที่ได้รับมรดกตกทอดมาจากบิดามารดา
2. สภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่เปลี่ยนแปลงเสมอของบุคคล
3. ช่วงชีวิต ซึ่งเป็นระดับการนิยามของบุคคลตั้งแต่อดีตมาจนถึงปัจจุบัน โดย

เป็นผลมาจากอิทธิพลร่วมระหว่างพันธุกรรมและประสบการณ์ต่าง ๆ ในอดีต

ฉะนั้น ปัจจัยทั้งสามนี้จะส่งอิทธิพลร่วมกัน โดยพันธุกรรมจะกำหนดระดับการนิยามของมนุษย์เพื่อให้มนุษย์มีศักยภาพ (Potenteality) ที่แตกต่างกันมาแต่กำเนิด แต่การที่บุคคลจะสามารถพัฒนาไปได้ถึงขีดสูงสุดของคนได้หรือไม่ ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมของแต่ละบุคคล

ซูดา จิตนิกข์ (2525) กล่าวว่า สิ่งกำหนดพฤติกรรมมนุษย์มีหลายประการ ซึ่งอาจจะแยกได้ 2 ประเภท คือ

1. ลักษณะนิสัยส่วนตัว ได้แก่

1.1 ความเชื่อ หมายถึง การที่บุคคลคิดถึงอะไรก็ได้ในแง่ของข้อเท็จจริงซึ่งไม่จำเป็นต้องถูกหรือผิดเสมอไป ความเชื่ออาจมาโดยการเห็น การบอกเล่า การอ่าน รวมทั้งการคิดขึ้นมาเอง

1.2 ค่านิยม หมายถึง สิ่งที่คนนิยมยึดถือประจำใจที่ช่วยตัดสินใจในการเลือก

1.3 ทศนคติ หรือ เจตคติ มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของบุคคล กล่าวคือ ทศนคติเป็นแนวโน้มหรือขั้นเตรียมพร้อมของพฤติกรรม และถือว่า ทศนคติมีความสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมในสังคม

1.4 บุคลิกภาพ เป็นสิ่งกำหนดว่า บุคคลหนึ่งจะทำอะไร ถ้าเขาคงอยู่ในสถานการณ์หนึ่ง คือเป็นสิ่งที่บอกว่าคุณจะปฏิบัติอย่างไรในสถานการณ์หนึ่ง ๆ

2. กระบวนการอื่น ๆ ทางสังคม ได้แก่

2.1 สิ่งกระตุ้นพฤติกรรม (Stimulus Object) และความเข้มข้นของสิ่งกระตุ้นพฤติกรรม ลักษณะนิสัยของบุคคล คือ ความเชื่อ ค่านิยม ทศนคติ บุคลิกภาพ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก็จริง แต่พฤติกรรมจะเกิดขึ้นยังไม่ได้ถ้าไม่มีสิ่งกระตุ้นพฤติกรรม

2.2 สถานการณ์ (Situation) หมายถึง สิ่งแวดล้อมทั้งที่เป็นบุคคล ไม่ใช่บุคคล ซึ่งอยู่ในสถานะที่บุคคลกำลังจะมีพฤติกรรม

ประภา เณญ สุวรรณ (2526) ได้กล่าวว่า ทศนคติ บรรทัดฐานของสังคม นิสัย และผลที่คาดว่าจะได้รับหลังจากทำพฤติกรรมนั้น ๆ แล้ว เป็นสิ่งกำหนดพฤติกรรมหรือการปฏิบัติของมนุษย์

ซูซา จันท์เอม (2536) กล่าวถึงสิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ มีดังนี้

1. ความเชื่อ (Belief) คือการที่บุคคลยอมรับข้อเท็จจริงต่าง ๆ ซึ่งความคิดของเขาอาจจะถูกต้องหรือไม่ถูกต้องตามความเป็นจริงก็ได้ ความเชื่อเป็นสิ่งที่หักห้ามได้ยาก และมีอิทธิพลต่อบุคคลมาก บุคคลใดมีความเชื่ออย่างใด ก็จะมีพฤติกรรมเป็นไปตามความเชื่อของเขา

2. ค่านิยม (Value) เป็นเครื่องชี้แนวทางปฏิบัติของบุคคลว่าอะไรเป็นจุดมุ่งหมายของชีวิต ค่านิยมอาจได้มาจากการอ่าน คำบอกเล่าหรือคิดมาเองก็ได้

3. บุคลิกภาพ (Personality) เป็นคุณลักษณะของแต่ละบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อ

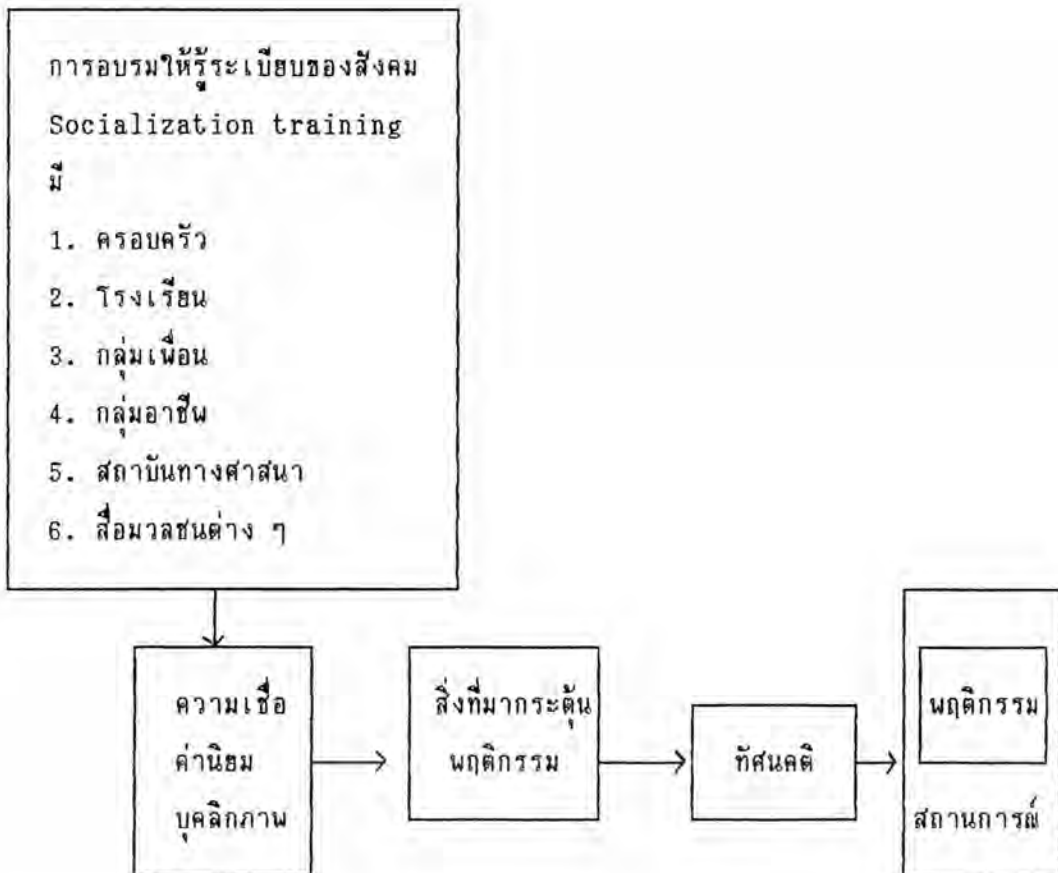
พฤติกรรมของบุคคลนั้น

4. สิ่งที่มากระตุ้นพฤติกรรม (Stimulus Object) สิ่งที่มากระตุ้นพฤติกรรมนี้จะเป็นอะไรก็ได้ เช่น ความสวย ความหิว อาหาร ฯลฯ สิ่งที่มากระตุ้นพฤติกรรมอย่างหนึ่งก็อาจมีพลังกระตุ้นพฤติกรรมของแต่ละบุคคลไม่เท่ากัน

5. ทรรศนคติ (Attitude) หมายถึง ความรู้สึกหรือท่าทีของบุคคลที่มีต่อบุคคล วัตถุ สิ่งของหรือสถานการณ์ต่าง ๆ เกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้ของบุคคล ทรรศนคติจึงเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาซึ่งขึ้นอยู่กับการเรียนรู้และประสบการณ์ใหม่ ๆ ที่บุคคลได้รับเพิ่มขึ้น

6. สถานการณ์ (Situation) หมายถึง สภาพแวดล้อมหรือสภาวะที่บุคคลกำลังจะมีพฤติกรรม

สรุปได้ว่า สิ่งที่กำหนดพฤติกรรมจากความหมายที่ให้ไว้ข้างต้น สามารถจะเขียนเป็นแผนภูมิได้ ดังนี้



แหล่งที่มา : สุชา จันท์เอม, 2536.



1.3 ทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์

ในการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์ ได้มีนักการศึกษาและนักพฤติกรรมศาสตร์ ตลอดจนนักวิชาการสาขาต่าง ๆ ได้สร้างแนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา พฤติกรรมมนุษย์ไว้อย่างมากมาย แต่ละทฤษฎีมีความแตกต่างกันไป โดยขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการศึกษา ซึ่งล้วนแต่เป็นประโยชน์ในแง่มุมมองต่างๆ ทฤษฎีที่น่าสนใจและเกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้ามีดังนี้

1. ทฤษฎีการเรียนรู้ (Learning Theory)

บลูม และคณะ (Bloom and other, 1956) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมว่าเป็นกิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำ อาจเป็นสิ่งที่สังเกตได้หรือไม่ได้และพฤติกรรมดังกล่าวนี้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

1.1 พฤติกรรมด้านความรู้ (Cognitive Domain) พฤติกรรมด้านนี้มีขั้นตอนของความสามารถด้านความรู้ การใช้ความคิด และพัฒนาการด้านสติปัญญา จำแนกไว้ตามลำดับ 6 ขั้นตอน คือ ความรู้ (Knowledge) ความเข้าใจ (Comprehension) การนำความรู้ไปใช้ (Application) การวิเคราะห์ (Analysis) การสังเคราะห์ (Synthesis) และการประเมินผล (Evaluation)

1.2 พฤติกรรมด้านทัศนคติ ค่านิยม ความรู้สึกความชอบ (Affective Domain) พฤติกรรมด้านนี้หมายถึง ความรู้สึก ความชอบ ความสนใจ การให้คุณค่า การรับการเปลี่ยนค่านิยม เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ซึ่งต้องใช้เครื่องมือพิเศษในการวัด พฤติกรรมด้านนี้

1.3 พฤติกรรมด้านการปฏิบัติ (Psychomotor Domain) เป็นพฤติกรรมเกี่ยวกับการใช้ความสามารถที่แสดงออกทางร่างกาย ซึ่งรวมทั้งการปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกและสังเกตได้ พฤติกรรมด้านนี้เมื่อแสดงออกมาสามารถประเมินผลได้ง่าย แต่กระบวนการที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมด้านนี้ต้องอาศัยระยะเวลาและการตัดสินใจหลายขั้นตอน

2. ทฤษฎีสานามของเลวิน (Lewin's Field Theory)

เคิร์ต เลวิน (Kurt Lewin) ได้เสนอแนวความคิดว่า พฤติกรรมนั้นเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลภายในตัวบุคคลกับอิทธิพลภายนอกที่แต่ละบุคคลรับรู้ด้วย บุคคลจะมีพฤติกรรม

อะไร อย่างไร และเมื่อไร จึงไม่ได้ถูกกำหนดโดยความต้องการของมนุษย์ หรือโดยสิ่งเร้าภายนอกอย่างใดอย่างหนึ่ง แต่ถูกกำหนดโดยอิทธิพลมากมายทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอกที่สัมพันธ์กันตามประสบการณ์ของบุคคล

ทฤษฎีสันนามของเลวิน ได้เสนอถึงการศึกษาพฤติกรรม มีความสัมพันธ์กับขอบเขตของสภาพแวดล้อม ดังนี้

$$B = f(P, E) \quad (\text{เวมลิทซ์ ทรฮาغر, 2526})$$

นั่นคือ พฤติกรรมของบุคคล (B) ย่อมขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลต่าง ๆ ของบุคคล (P) กับสภาพแวดล้อมที่บุคคลนั้นรับรู้ (E) สภาพแวดล้อมนี้ไม่ใช่เฉพาะสภาพแวดล้อมทางกายภาพเท่านั้น แต่รวมถึงสภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมด้วย

ตัวกำหนดทางด้านมนุษย์ (P) หมายถึงอิทธิพลต่าง ๆ ทั้งหมด ที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นของบุคคลเองหรือที่เกิดจากอิทธิพลทางสังคมและวัฒนธรรม ส่วนตัวกำหนดทางด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ผ่านการรับรู้หรือที่เป็นประสบการณ์ของบุคคล ไม่ใช่สภาพแวดล้อมที่ปรากฏอยู่จริง

1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับองค์ประกอบอื่น ๆ

จากการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์พบว่า มีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบอื่น ๆ เช่น ความเชื่อ ค่านิยม ทักษะคติ ตลอดจนอิทธิพลทางด้านสรีรวิทยา บุคลิกภาพ สังคมและวัฒนธรรม เป็นต้น เพราะฉะนั้นสิ่งที่จะมีความสัมพันธ์หรือมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมนุษย์ย่อมมีมากมายหลายอย่าง

ประสาธน์ มาลากุล ณ อุษงษา (2523) ได้สรุปอิทธิพลของค่านิยมต่อพฤติกรรมมนุษย์ไว้ว่า ค่านิยมมีอิทธิพลต่อแรงจูงใจ ทักษะคติ ความสนใจและมีอิทธิพลต่อความตั้งใจหรือคาดหวัง ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมหรือการกระทำที่มุ่งต่อสิ่งที่นิยมนั้นเอง และพฤติกรรมการกระทำนั้น มีผลย้อนกลับต่อความตั้งใจ แรงจูงใจ ทักษะคติ ความสนใจ และมีอิทธิพลต่อค่านิยมด้วย

ดังนั้นค่านิยม ความเชื่อ ลักษณะทางด้านสรีรวิทยา บุคลิกภาพของแต่ละบุคคลย่อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมหรือการกระทำที่แตกต่างกันไปตามแรงจูงใจ ความคาดหวังที่จะเกิดขึ้นในทางกลับกันพฤติกรรมที่กระทำย่อมเป็นตัวบ่งชี้ให้เห็นว่า บุคคลนั้นมีค่านิยม ความเชื่อลักษณะ

ทางด้านสรีรวิทยา บุคลิกภาพ เป็นไปในทิศทางใดเช่นกัน

1.5 การวัดพฤติกรรม

พฤติกรรมของบุคคลมีทั้งพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายใน การที่จะศึกษาพฤติกรรมนั้นสามารถทำได้หลายวิธี ถ้าเป็นพฤติกรรมภายในไม่สามารถสังเกตได้ต้องใช้วิธีการทางอ้อม โดยการสัมภาษณ์ การทดสอบด้วยแบบทดสอบ และการทดลองทั้งในห้องปฏิบัติการ และในชุมชน เพราะฉะนั้นเครื่องมือที่ใช้วัดพฤติกรรมอาจจะทำได้โดยการสร้างเป็นแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ แบบสังเกตประกอบการสัมภาษณ์

จะเห็นได้ว่า พฤติกรรมเป็นการกระทำหรือการแสดงออกในทางปฏิบัติ ซึ่งเป็นผลมาจากสภาพแวดล้อมภายใน ซึ่งได้แก่ ความเชื่อ ค่านิยม ทัศนคติ บุคลิกภาพ และประสบการณ์เดิมที่ได้รับ ซึ่งเป็นสิ่งกระตุ้นให้แสดงออกเป็นพฤติกรรมภายนอก อันอาจเปิดเผยโดยสามารถมองเห็นได้หรือเป็นพฤติกรรมที่ไม่เปิดเผย ไม่สามารถสังเกตเห็นได้นอกจากใช้เครื่องมือวัด โดยที่พฤติกรรมภายในและพฤติกรรมภายนอกมีความสัมพันธ์กัน และมีความเป็นเหตุเป็นผลแก่กัน ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ ได้ใช้แบบสอบถามเป็นแนวทางในการศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคกลาง ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาถึงความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนเท่านั้น

2. แนวความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร หมายถึง การแสดงออกของบุคคลทั้งที่สังเกตเห็นได้ และสังเกตไม่ได้เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ได้แก่ การรับประทานอาหารหรือไม่รับประทานอาหารอย่างไร จำนวนมื้อที่รับประทานและใช้อุปกรณ์อะไรบ้างในการรับประทานอาหาร รวมทั้งการปฏิบัติก่อนการรับประทานอาหารและขณะรับประทานอาหาร ตลอดจนชนิดของอาหารที่รับประทาน (วนิดา สิทธิธฤกษ์, 2527)

ในการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารนั้น สึงอง เทาประเสริฐ (2536) ได้เสนอทฤษฎี " รากเหง้าแห่งพฤติกรรมการกิน " (The Model of Food Habit Consequenees) โดยเขาได้ทำวิจัยเกี่ยวกับบริโภคนิสัยและภาวะโภชนาการในภาคเหนือของประเทศไทย ซึ่งทฤษฎีของเขาได้แบ่งพฤติกรรมการกินไว้ 4 ระดับ คือ ระดับ "เกิด" ระดับ "เผลา" ระดับ "เลือก" และระดับ "ทำ" สำระสำคัญของทฤษฎีมีดังนี้

พฤติกรรมกาารกินใด ๆ ล้วนถูกกำหนดโดยความเชื่ออำนาจของทรัพยากรอาหารในท้องถิ่น (Behaviour Setting) พฤติกรรมกาารกินของชุมชนหนึ่งย่อมแตกต่างไปจากอีกชุมชนหนึ่ง ที่มีสิ่งแวดล้อมหรือรากเหง้า ในระดับ "เกิด" ต่างกัน เช่น คนไทยกินข้าว คนฝรั่งกินขนมปัง คนเหนือกินถั่วเน่า คนใต้กินสะตอ เป็นต้น

แต่พฤติกรรมที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่คล้ายกัน มิได้หมายความว่า จะเป็นพฤติกรรมกาารกินที่เหมือนกัน เพราะพฤติกรรมกาารกินเหล่านั้นต้องผ่านระดับ "กลา" หรือผ่านการปรับแต่งจากปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) ของชุมชนนั้นจนกลายเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นประเพณี - วัฒนธรรมของท้องถิ่นนั้น ๆ ซึ่งอาจจะต่างกัน หรือคล้ายกับท้องถิ่นอื่น ๆ ที่มีสิ่งแวดล้อมคล้ายกัน เช่น ลาบเหนือกับลาบอีสาน น้ำพริกหนุ่ม (ภาคเหนือ) กับน้ำพริกเผา (ภาคกลาง) และกินข้าวเหนียวกับกินข้าวเจ้า เป็นต้น

พฤติกรรมกาารกินที่ถูกปรับกลา จนได้รับการยอมรับเป็นวัฒนธรรมกาารกินของท้องถิ่นนั้น ประกอบไปด้วยความเชื่อ ค่านิยม เจตคติ และประสบการณ์สะสมเป็นกฎเกณฑ์กำกับวัฒนธรรมกาารกินของแต่ละสังคม ทำให้อาหารถูกจำแนกตามประเพณี ความเชื่อและค่านิยมอาหารบางอย่างแม้จะมีคุณค่าทางโภชนาการสูงก็อาจถูกกำหนดเป็นอาหารต้องห้าม เช่น เนื้อหมูต้องห้ามสำหรับชาวมุสลิม เนื้อวัวต้องห้ามสำหรับชาวฮินดู หรือไข่ เนื้อ ปลา เป็นอาหารแสลงสำหรับแม่กรรมเดือน (แม่ลูกอ่อนที่เพิ่งคลอดลูก) ชาวล้านนา อาหารบางอย่างแม้จะไม่ถูกสุขลักษณะหรือไม่มีความสำคัญทางคุณค่าโภชนาการ ก็อาจจะมี ความเชื่อว่าเป็นอาหารพิเศษหรืออาหารที่ต้องกินเนื่องในโอกาสต่าง ๆ เช่น ลาบดิบเป็นอาหารสุดยอดที่ขาดไม่ได้สำหรับประเพณีหรือการรับรองแขกเหรื่อของชาวล้านนา ดังนั้น ถ้าจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกาารกินใด ๆ ที่ไม่พึงประสงค์ก็อาจทำได้ยากหรือทำไม่ได้ เพราะไม่ใช่ปรับเปลี่ยนเฉพาะพฤติกรรมกาารกินส่วนบุคคลเท่านั้น แต่เป็นการปรับวัฒนธรรมกาารกินของทั้งสังคมทีเดียว

อย่างไรก็ตามแม้พฤติกรรมกาารกินบางอย่างโดยเฉพาะเกี่ยวกับความเชื่อทางศาสนาอาจปรับเปลี่ยนได้ยาก แต่ความจริงแล้วในแต่ละท้องถิ่นมักจะมีทางเลือกที่สามารถชดเชยให้เกิดความเพียงพอของการได้รับสารอาหาร เพราะถึงแม้จะมีพฤติกรรมกาารกินที่ถูกปรับกลาจนเป็นวัฒนธรรมกาารกินของสังคมนั้นๆ ก็มีได้หมายความว่า ครอบครัวยังจะสามารถมีพฤติกรรมกาารกินเหล่านั้นได้ทั้งหมด ทั้งนี้ ต้องผ่านการ "เลือก" ที่จะปฏิบัติ ซึ่งขึ้นอยู่กับศักยภาพของเศรษฐกิจและทรัพยากรของแต่ละครอบครัว คนรวยอาจจะกินลาบได้บ่อยครั้งกว่าคนจน แต่คนจนก็อาจจะกินกบ เขียด แมงมันหรือถั่ว และกินลาบนาน ๆ ครั้ง ตามวัฒนธรรมนิยม เนื่องจากวัฒนธรรมมิได้หยุดนิ่งอยู่กับที่ มีการผันแปรเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา ดังนั้น พฤติกรรมกาารกินบางอย่างก็อาจหายไปกับกาลเวลา ขณะที่พฤติกรรมกาารกินใหม่ ๆ อาจ "เกิด" ขึ้นแทนตามการผันของสิ่งแวดล้อม ตามการปรับ "กลา" ของสมัชชนิยมในสังคมและตามศักยภาพ

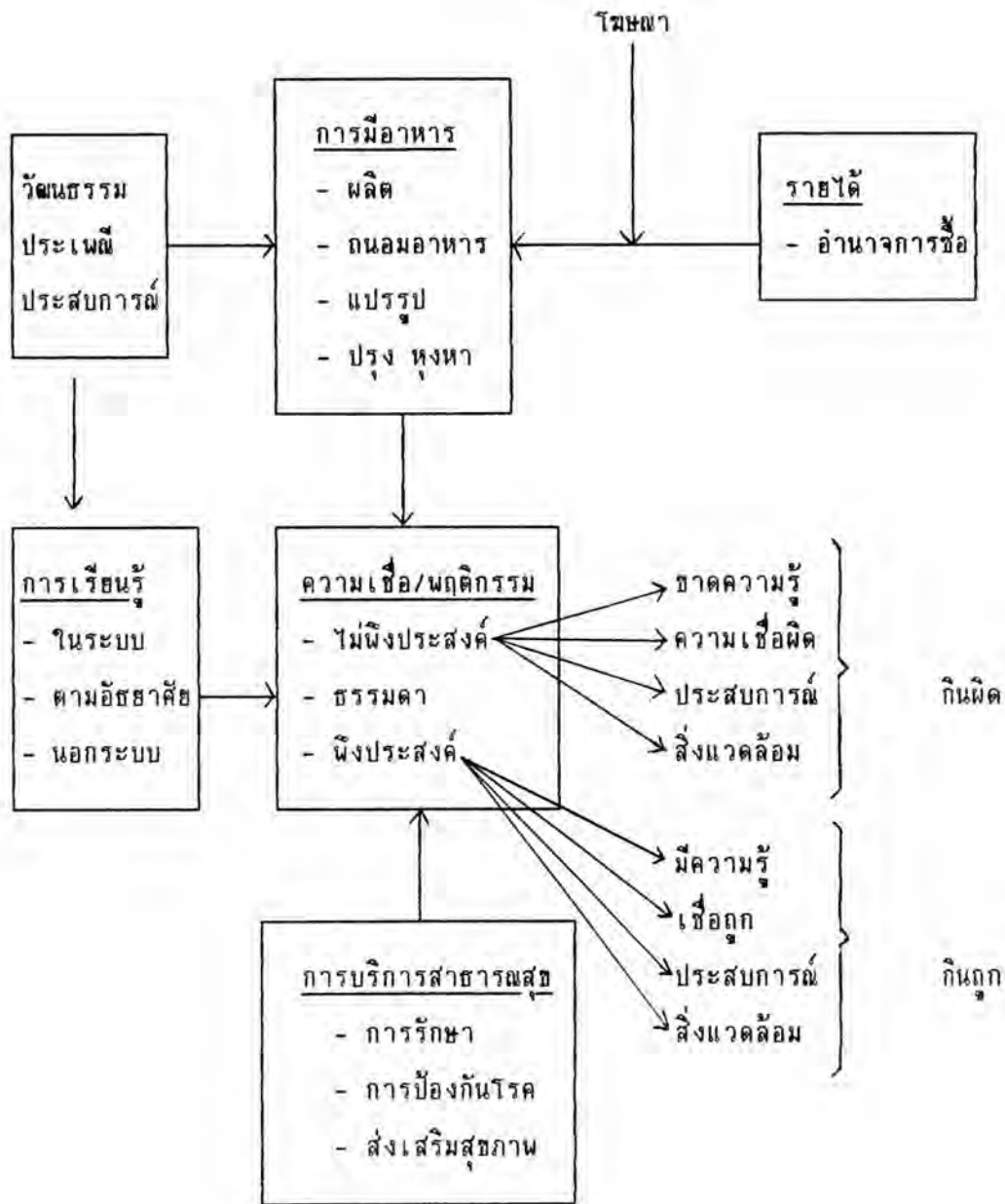
ในการ "เลือก" สรรของครอบครัว

แต่ในระดับ "ท่า" พฤติกรรมการกินส่วนบุคคลยังขึ้นอยู่กับอุปนิสัย ความชอบ และการตอบสนองของร่างกาย เช่น รูป รส กลิ่น สี ความหิวหรือความอึด ซึ่งพฤติกรรมบางอย่าง เป็นวิวัฒนาการมาโดยกำเนิด เช่น การดูดกินนมแม่ของเด็กแรกเกิด แต่ส่วนใหญ่เป็นพฤติกรรม เรียนรู้บนพื้นฐานทางจิตวิทยา บนพื้นฐานความเอื้ออำนวยทางเศรษฐกิจของครอบครัว บนพื้นฐาน การยอมรับของสังคม และบนพื้นฐานความเอื้ออำนวยทางสิ่งแวดล้อม จึงเป็นการปรับตัวอย่างกลมกลืนทางชีว - จิต - วัฒนธรรม (Bio - Psycho - Cultural adaptation) จนกลายเป็นบริโภคนิสัยส่วนบุคคล (Food Habits) ซึ่งอาจจะมีความชอบหรือโปรดปรานอาหารเฉพาะอย่าง หรือไม่ชอบอาหารบางอย่าง

2.1 สาเหตุและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมการกินของบุคคลได้แก่ ความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณี ประสบการณ์ดั้งเดิม เป็นตัวกำหนดพื้นฐานให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหรือปรังหุงหาอาหารที่มีในท้องถิ่น จนถึงการถนอมอาหารไว้กินในฤดูอาหารขาดแคลน นอกจากอาหารที่ผลิตได้เองแล้ว ยังอาจบริโภคอาหารจากแหล่งอื่นตามการกระจายด้านตลาด การโฆษณาสินค้า ราชได้และอำนาจการซื้อของแต่ละบุคคล นอกจากนี้การเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียนมีส่วนช่วยตัดแปลงพฤติกรรมการกินของบุคคล และยังมีสถานบริการสาธารณสุขที่อยู่ในท้องถิ่นก็มีส่วนกำหนดความกล้าหรือความกลัวต่อการบริโภคอาหารชนิดต่างๆ

สาเหตุและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารนั้นสามารถสรุปให้เห็นชัดเจนได้ดังนี้



แหล่งที่มา : สถาบันโภชนาการ, 2529.

จะเห็นได้ว่า บริโภคนิสัยเกิดจากการผสมผสานกันระหว่างความรู้ด้านโภชนาการกับ
 วัฒนธรรมนิยมประเพณีความเชื่อต่างๆ ถ้าเป็นบริโภคนิสัยที่ไม่ดีก็เป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้อง เปลี่ยน
 แปลงนิสัยนั้น เพื่อให้บุคคลมีสภาวะโภชนาการที่ดี การเปลี่ยนแปลงบริโภคนิสัยเป็นสิ่งทำได้ไม่
 ง่ายนัก จำเป็นต้องนำองค์ประกอบต่างๆ ที่สำคัญมาวิเคราะห์เพื่อการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง สำหรับ
 การแก้ปัญหาทางหนึ่งที่จะทำได้คือ การให้โภชนาการศึกษา เพื่อให้ผู้เรื้อรัง มีความรู้ ที่มั่นคง
 และพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป เพราะสาเหตุสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้ภาวะโภชนาการบกพร่อง

คือ การขาดความรู้ในการเลือกอาหาร การมีความเชื่อในการบริโภคอาหารไม่ถูกต้อง และการมีนิสัยการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้อง

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ได้มีผู้ทำการวิจัยไว้บ้าง ผู้วิจัยจึงได้รวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งภายในประเทศ และรายงานการวิจัยในต่างประเทศ และสรุปในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารเท่านั้น ดังผลการวิจัย ต่อไปนี้

3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

ทัศนีย์ อินทรสุขศรี (2522) ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติ ทางด้านสุขภาพอนามัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในจังหวัดนครราชสีมา" กลุ่มตัวอย่างเป็น นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จากโรงเรียนในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล จำนวน 738 คน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนหญิงและนักเรียนชาย มีความรู้เรื่องอาหารและการบริโภคในระดับเดียวกัน นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาล มีความรู้เรื่อง อาหารและการบริโภคไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติอยู่ในเกณฑ์ดี แต่ยังมีนักเรียนบางส่วนมีทัศนคติไม่ถูกต้องในเรื่อง อาหาร ส่วนการปฏิบัตินั้น นักเรียนในเขตและนอกเขตเทศบาลมีการปฏิบัติตัวคล้ายคลึงกัน เป็นส่วนใหญ่

ชูเกียรติ มณีธร และพรพรรณเนญ คเนจร ๗ อุษุชยา (2523) ได้ศึกษาเรื่อง "ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารการกินในจังหวัดชายฝั่งทะเลตะวันออกของประเทศไทย" ผลการ ศึกษาพบว่า กลุ่มประชากรตัวอย่างมีความเชื่อเกี่ยวกับอาหารหลัก 5 หมู่ ดังนี้ เด็กรับประทาน ท่อน้ำทำให้ฟันเสีย รับประทานผักบุ้งทำให้ตาดี รับประทานมะนาวแก้คอแห้งได้ รับประทานไข่ ทำให้มีกำลังดี ฯลฯ นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างประชากรนอกเขตเทศบาลจะมีความเชื่อที่ผิดมากกว่าในเขตเทศบาล เพศชายมีความเชื่อที่ผิดมากกว่าเพศหญิง กลุ่มอายุตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป มีความเชื่อที่ผิดมากที่สุด กลุ่มอายุ 15 - 19 ปี มีความเชื่อที่ผิดน้อยที่สุด กลุ่มที่มีการศึกษาน้อยมีความเชื่อที่ผิดมากกว่ากลุ่มที่มีการศึกษาสูงและกลุ่มเกษตรกรมีความเชื่อที่ผิดมากที่สุด กลุ่ม อาชีพรับราชการจะมีความเชื่อที่ผิดน้อยที่สุด

โสภา ญาณภักต์ (2527) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน ในอำเภอโคกสำโรง จังหวัดลพบุรี" โดยศึกษาจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 มีอายุ 7-14 ปี จำนวน 240 คน รวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ ซึ่งนำหนัก วัตถุประสงค์และสังเกตอาการภายนอกร่างกาย พบว่า เด็กวัยเรียนบริโภคอาหารในหนึ่งวันไม่ครบ 5 หมู่ อาหารหมู่ที่ขาดมากที่สุด คือ ผลไม้ จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างโภชนาการกับเพศ อายุ บริโภคนิสัยของเด็กวัยเรียน อาชีพของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และแหล่งอาหารของครอบครัว พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จินดา วงศ์สวัสดิ์ (2528) ทำการวิจัยเรื่อง "การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพ ตามการรายงานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างโรงเรียนในโครงการสุขภาพศึกษา สังกัดศึกษากับโรงเรียนอื่นในจังหวัดนครศรีอยุธยา" กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 477 คน เป็นนักเรียนในโรงเรียนในโครงการสุขภาพศึกษา จำนวน 237 คน และในโรงเรียนอื่น 240 คน รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม การวิจัยในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหาร พบว่า ในด้านทัศนคติ นักเรียนไม่เห็นด้วยว่าอาหารที่มีประโยชน์มักจะเป็นอาหารที่มีราคาแพง การรับประทานกับข้าวมาก ๆ มักจะทำให้เป็นโรคตามธรรมชาติ และเห็นด้วยว่าเราควรจะกินอาหารเพื่ออยู่ ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน ด้านการปฏิบัติ พบว่านักเรียนในโรงเรียนในโครงการสุขภาพศึกษาและโรงเรียนอื่น มีการปฏิบัติแตกต่างในเรื่องการรับประทานผักผลไม้สดทุกวัน

ภรณ์ เต็มเจริญ และคณะ (2528) ทำการวิจัยเรื่อง "ภาวะโภชนาการและนิสัยการบริโภคอาหารเข้าของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร" 10 แห่ง จำนวน 846 ราย ด้วยการซึ่งนำหนัก วัตถุประสงค์และใช้แบบสอบถาม ข้อมูลจากผู้ปกครองนักเรียน 140 ราย จากโรงเรียน 5 โรงเรียน ใน 10 โรงเรียนที่ได้รับการคัดเลือก ด้วยวิธีการบันทึกอาหารที่บริโภคเป็นเวลา 3 วันร่วมกับการสัมภาษณ์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนร้อยละ 35 มีนิสัยการบริโภคอาหารเข้าไม่เหมาะสมคือ รับประทานอาหารเข้าบางวันหรือไม่รับประทานอาหารเข้า ผลงานจากอาหารที่นักเรียนได้รับจากอาหารเข้าส่วนใหญ่มีปริมาณและคุณภาพไม่เหมาะสม ปัจจัยเกี่ยวกับรายได้ของบิดา เวลาตื่นนอนและเวลาออกเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน การประกอบอาหารเข้าของครอบครัว และนิสัยการบริโภคอาหารเข้าของสมาชิกในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับการบริโภคและไม่บริโภคอาหารเข้าของนักเรียน

อำนาจ พลไชยธมา (2529) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การเปรียบเทียบความรู้ทัศนคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างโรงเรียนในและนอกโครงการสุศึกษาสาขการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดมหาสารคาม" โดยที่ใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 436 คน เป็นชาย 220 คน หญิง 210 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในโรงเรียนในและนอกโครงการสุศึกษาสาขการศึกษามีทัศนคติอยู่ในเกณฑ์ดี และไม่เห็นด้วยว่าลูกกวาดและอมยิ้มสีต่าง ๆ เป็นสิ่งที่น่ารับประทาน ไม่น่าใจเรื่องการโฆษณาหรือเครื่องคัมบ้ารุงกำลังทางวิทยุโทรทัศน์ และการใช้ยาฆ่าแมลงฉีดพ่นผักสวนครัว ส่วนการปฏิบัติอยู่ในเกณฑ์พอใช้ โดยปฏิบัติเป็นครั้งคราวในเรื่องการใส่ถุงชურสเมื่อปรุงอาหาร และนักเรียนโรงเรียนในโครงการสุศึกษาสาขการศึกษา ปฏิบัติในเรื่องการใส่ถุงชურสเมื่อปรุงอาหารดีกว่านักเรียนโรงเรียนนอกโครงการสุศึกษาสาขการศึกษา

ยุพิน ตริรัส (2529) ได้ศึกษา"ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับความรู้ ความเชื่อและบริโภคนิสัย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการ ศึกษาความรู้ ความเชื่อ ทางด้านโภชนาการและบริโภคนิสัย และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับความรู้ ความเชื่อทางด้านโภชนาการและบริโภคนิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบทดสอบความรู้ แบบสอบถามความเชื่อและบริโภคนิสัย เครื่องชั่งน้ำหนักและเกณฑ์เทียบภาวะโภชนาการ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัด กรุงเทพมหานคร จำนวน 560 คน พบว่า นักเรียนมีภาวะโภชนาการอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ คะแนนเฉลี่ยของความรู้และความเชื่อด้านโภชนาการอยู่ในระดับพอใช้ คะแนนเฉลี่ยบริโภคนิสัยอยู่ในระดับดี และพบว่าภาวะโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้ ความเชื่อ และบริโภคนิสัย

กรมผลศึกษา (2529) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ" โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน ตลอดจนเปรียบเทียบพฤติกรรมและระดับของพฤติกรรมสุขภาพตามตัวแปรต่าง ๆ ได้แก่ อาชีวะระดับการศึกษาของบิดามารดา ที่ตั้งของโรงเรียน เพศนักเรียน ผู้ที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วย และจำนวนสมาชิกในครอบครัว กลุ่มตัวอย่างนักเรียนที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั่วประเทศ จำนวน 1600 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถามพฤติกรรม ผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคพบว่า มีบางพฤติกรรมที่มีการปฏิบัติไม่ถูกต้อง ได้แก่ การรับประทานท่อน้ำดื่ม ช็อกโกแลต ผลไม้คอง การรับประทานอาหารของสุก ๆ ดิบ ๆ ไม่ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร เมื่อเทียบเกณฑ์พฤติกรรมสุขภาพด้านการรับประทานอาหารของ

นักเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 61 - 74 อยู่ในระดับดี การปฏิบัติตนเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร เกิดจากปัจจัยการอบรมสั่งสอนแนะนำของครูมากที่สุด ปัจจัยรองลงมาได้แก่ มารดา การเรียนรู้ด้วยตนเอง จนเกิดความตระหนักถึงความสำคัญจึงได้ปฏิบัติ ปัจจัยนอกนั้นได้แก่ การอบรมสั่งสอนแนะนำของบิดา ญาติ แพทย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ซึ่งสำคัญเป็นอันดับรองลงมา ส่วนปัจจัยด้านลบ ซึ่งเป็นสาเหตุของการไม่ปฏิบัติที่สำคัญอันดับ 1 ได้แก่การไม่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติ อันดับ 2 คือความเคยชิน อันดับ 3 ไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวก นอกนั้นเป็นปัจจัยอื่นๆ ได้แก่ ความเชื่อ ค่านิยมไม่ถูกต้อง ความยากจน ครู หรือผู้ปกครองไม่สนับสนุน

ชูจันทร์ จันทร์มา (2529) ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปฏิบัติในการรับประทานอาหาร ภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร การรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและวัดภาวะโภชนาการของนักเรียน ด้วยวิธีแอนโทรโปเมตริก เมสเซอร์เมนต์ (Anthropometric Measurement) กลุ่มตัวอย่างประชากรได้แก่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 480 คน ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติในการรับประทานอาหารของนักเรียนในโรงเรียนที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนโดยส่วนรวมอยู่ในเกณฑ์ดี ส่วนด้านความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหารและภาวะโภชนาการของนักเรียน ในโรงเรียนที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวันพบว่า การปฏิบัติในข้อการรับประทานอาหารอย่างน้อยวันละ 3 มื้อ การรับประทานช้าลวก การดื่มนมสด นมถั่วเหลือง หรือนมผสมต่าง ๆ วันละ 3 - 4 แก้ว และการดื่มน้ำอัดลมวันละ 1 แก้ว มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียน

อุไรวรรณ คำไทย (2530) ทำการวิจัยเรื่อง "ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ ตัวอย่างประชากรคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 753 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการอยู่ในระดับควรปรับปรุง นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการไม่แตกต่างกัน นักเรียนในโรงเรียนในเขตเทศบาลกับนอกเขตเทศบาล มีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ศิริศจี ศิริบุษย์ (2530) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการ ประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามตัวแปร เพศและเขตที่ตั้งของโรงเรียน ตัวอย่างประชากรคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 480 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ใน ระดับดี นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงและนักเรียนในโรงเรียนใน เขตกับนอกเขตเทศบาลหรือ สุขาภิบาล มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านทัศนคติพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตก ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนในโรงเรียนใน เขตกับนอกเขต เทศบาล หรือสุขาภิบาลมีทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในด้านการปฏิบัติพบว่า นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีการปฏิบัติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 นักเรียนในโรงเรียนใน เขตกับนอกเขต เทศบาลหรือสุขาภิบาล มีการปฏิบัติ เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุนี มุณีปลา (2531) ทำการวิจัยเรื่อง "พฤติกรรมการกินของเด็กวัยเรียน อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี" ตัวอย่างประชากร เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ใน โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 90 คน ใช้การสัมภาษณ์ และแบบบันทึกอาหารที่บริโภค 3 วัน ผลการวิจัยพบว่าระดับรายได้ ของครอบครัวขนาดของครอบครัวและลำดับที่เกิดเป็นบุตรไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การกิน ส่วนระดับการศึกษาของบิดา และระดับการศึกษาของมารดา พบว่ามีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการกิน และพฤติกรรมการกินมีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการ

นฤมล เป็ยชื่อ (2535) ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาภาวะโภชนาการของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอวิเศษนคร จังหวัดปราจีนบุรี" โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะพื้นฐานของนักเรียน ได้แก่ เพศ อายุ ภาวะ โภชนาการและสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนวิชาอาหาร และลักษณะพื้นฐานของผู้ปกครอง ได้แก่ การ ศึกษา รายได้ความรู้เกี่ยวกับการส่งวนคุณค่าการทำและการกินอาหารกับภาวะโภชนาการของ นักเรียน โดยใช้ในการสัมภาษณ์นักเรียนและผู้ปกครอง ส่วนข้อมูลภาวะโภชนาการของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้จากการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และสังเกต อาการขาดสารอาหารที่เกิดขึ้นภายนอกร่างกาย ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ปรากฏว่า

ลักษณะพื้นฐานของนักเรียนและผู้ปกครองไม่มีความสัมพันธ์กันกับภาวะโภชนาการของนักเรียน

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

ชวาท (Schwartz, 1975 อ้างจาก ฮูบิน ตรีรส, 2529) ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติทางด้านโภชนาการของนักเรียนที่สำเร็จชั้นมัธยมศึกษา" (Nutrition knowledge, attitudes and practices of high-school graduates) เป็นเวลา 4 ปี ล่วงมาแล้ว จำนวน 313 คน ซึ่ง 171 คน เคยเรียนวิชาคหกรรมศาสตร์ สาขาโภชนาการ ส่วนอีก 142 คน ไม่เคยเรียนวิชาคหกรรมศาสตร์มาก่อน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนเคยเรียนวิชาคหกรรมศาสตร์ สาขาอาหารและโภชนาการมาก่อน ไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนที่ได้ในการทดสอบความรู้ ทักษะและการปฏิบัติทางด้านโภชนาการ ความรู้ทางโภชนาการและทัศนคติทางบวกที่มีต่อโภชนาการของนักเรียนได้จากแหล่งอื่น ๆ มากกว่าที่จะได้จากการเรียนวิชาคหกรรมศาสตร์ในระดับมัธยม และมีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างความรู้ และทัศนคติทางโภชนาการ ทัศนคติกับการปฏิบัติทางโภชนาการ แต่ไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และการปฏิบัติทางโภชนาการ

เบรดเบนเนอร์ และคณะ (Bredbenner and other, 1984) ทำการวิจัยเรื่อง "หลักสูตรโภชนาการสำหรับการสอนสุขศึกษาที่มีผลต่อความรู้ ทักษะและพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียน" (A nutrition curriculum of health education : Its effect on students knowledge, attitude and behavior) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการสอนโภชนาการตามหลักสูตร "โภชนาการตามการเปลี่ยนแปลงของโลก" ซึ่งเป็นหลักสูตรสำหรับนักเรียนเกรด 7 และ 8 และหลักสูตรสำหรับนักเรียนเกรด 10 และ 11 ศึกษาจากคะแนนพัฒนาการด้านความรู้ ทักษะ หรือการเลือกรับประทานอาหารและพฤติกรรม โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรกคือ กลุ่มทดลอง ทำการทดสอบก่อนเข้าเรียน สอนตามหลักสูตรโภชนาการจนจบแล้วจึงทดสอบหลังเรียน กลุ่มที่ 2 และ กลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้รับการสอนโภชนาการจนกว่าจะเสร็จสิ้นการวิจัยแล้ว ซึ่งกลุ่มที่ 2 จะได้รับการทดสอบหลังเรียนเพียงอย่างเดียว กลุ่มที่ 3 จะได้รับการทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบทดสอบความรู้ เครื่องมือวัดทัศนคติและแบบแสดงความบ่อยครั้งของอาหารที่บริโภค ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่ 1 นักเรียน มีคะแนนวิวัฒนาการด้านความรู้สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ด้านทัศนคติเปลี่ยนแปลงเล็กน้อย ในนักเรียนเกรด 7 และ 8 กลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 มีความรู้ ทักษะ การปฏิบัติด้านการบริโภคไม่แตกต่างกัน ความรู้ไม่ช่วยให้การปฏิบัติของนักเรียนทั้ง 3

กลุ่มแตกต่างกัน

รูทและบรูว์ซ (Root and Bruce, 1987) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางโภชนาการและรูปแบบการรับประทานอาหารของนักศึกษาปีที่ 2 และปีที่ 3 ของมหาวิทยาลัย โอไฮโอ" (The relationship of nutrition knowledge to eating behavior patterns among Ohio sophomores and seniors) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ทางด้านอาหารและรูปแบบพฤติกรรมการรับประทานอาหาร มีการทดสอบสมมติฐานที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ($\alpha = 0.05$) ผลการวิจัยพบว่า สมมติฐานทั่วไป 4 ข้อ ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติความรู้ทางโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับรูปแบบพฤติกรรมการรับประทานอาหาร และมีเพียงร้อยละ 6 - 12 ของตัวอย่างประชากรเท่านั้นที่รับประทานอาหารตามคำแนะนำจากกรมวิชาการเกษตรของสหรัฐอเมริกา จากการศึกษาทำให้สรุปได้ว่า ความรู้ทางโภชนาการที่ได้รับโดยเครื่องมือการให้ความรู้และบริโคนิสัย ไม่สามารถทำนายรูปแบบพฤติกรรมการรับประทานอาหารได้

เบรนแมน (Brenman, 1990) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "อิทธิพลของความเชื่อทางสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมกินของเด็กและวัยรุ่น" (The influence of health belief on eating behavior in children and adolescents) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับประทานอาหารว่างของเด็กและวัยรุ่น เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามความเชื่อทางสุขภาพที่ประกอบด้วยหัวข้อเรื่องใหญ่ ๆ 4 หัวข้อ (โอกาสที่จะเจ็บป่วย ความรุนแรงของการเจ็บป่วย การติดต่อของโรค และความเข้าใจถึงคุณประโยชน์) และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกิน (อิทธิพลจากครอบครัวและกลุ่มเพื่อน อารมณ์ ความรู้ทางโภชนาการ การดูแลสุขภาพและค่านิยมทางสุขภาพ) กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนเกรด 5 เกรด 8 และเกรด 11 จำนวน 344 คน ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบความเชื่อทางสุขภาพสามารถทำนายพฤติกรรมการรับประทานอาหารว่างของเด็กได้ และเมื่อรวมตัวแปรปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการรับประทานอาหารของเด็กจะพบความแตกต่างในเรื่องความเชื่อทางสุขภาพ ความแตกต่างระหว่างเพศในเด็กทั้ง 3 ระดับ

โซนนเบิร์ก (Sonnenberg, 1991) ทำการวิจัยเรื่อง "ผลกระทบจากเชื้อชาติฐานะทางเศรษฐกิจสังคมและอายุ ต่อทัศนคติในการรับประทานอาหารของเด็กวัยเรียน" (The impact of ethnicity, socioeconomic status, and age on the attitudes of school - age children) โดยมีสมมติฐานการวิจัย 2 ข้อ คือ

1. ทักษะคติในการรับประทานอาหารของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับภูมิหลังทางเชื้อชาติและฐานะเศรษฐกิจสังคม

2. ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะคติในการรับประทานอาหารกับภูมิหลังทางเชื้อชาติและฐานะเศรษฐกิจทางสังคม จะมีอิทธิพลในเด็กเล็กมากกว่าในเด็กโต

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาเกรด 1 ถึง 6 จำนวน 238 คน ที่เรียนอยู่ในโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในเขตเมือง ผลการวิจัยพบว่า ทักษะคติในการรับประทานอาหารของเด็กที่แตกต่างกันทางเชื้อชาติหรือระดับทางสังคมไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 ส่วนสมมติฐานข้อที่ 2 จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เชื้อชาติกับอายุ และฐานะทางเศรษฐกิจสังคมกับอายุ มีความสัมพันธ์กัน สำหรับสิ่งที่ทำให้เด็กกังวลทั้งในเด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงในระดับ 6 และระดับ 7 คือ เรื่องน้ำหนักและเรื่องการควบคุมอาหาร

ดีไวน์ (Devine) และคณะ (1992) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ประสิทธิผลของโปรแกรมโภชนาการเพื่อชีวิตในเด็กนักเรียนในรัฐนิวยอร์ก" (Impact of the nutrition for life program on junior high students in New York State) เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรม "โภชนาการเพื่อชีวิต" โดยวัดความรู้ ทักษะคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับโภชนาการของเด็กนักเรียนเกรด 7 และ 8 ในรัฐนิวยอร์ก กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนเกรด 7 และ 8 จำนวน 1,863 คน โดยสุ่มมาจาก 103 ห้องเรียนเครื่องมือที่ใช้วัดประสิทธิผลของโปรแกรมเป็นแบบสอบถามที่ครอบคลุมในเรื่องความรู้ ทักษะคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับโภชนาการ เวลาที่ใช้โปรแกรมโภชนาการเพื่อชีวิต สอนประมาณ 3 ชั่วโมง (ค่ามัธยฐาน = 3 ชั่วโมง) ผลการวิจัยพบความแตกต่างในเรื่องความรู้ ทักษะคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับโภชนาการ ครูที่สอนเรื่องโภชนาการและครูที่ใช้โปรแกรมอาหารเพื่อชีวิต ได้อธิบายถึงความแตกต่างของคะแนนที่ใช้ทดสอบ โดยพบว่าคะแนนของทักษะคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับโภชนาการในโรงเรียนที่มีเด็กฐานะยากจน จะมีคะแนนสูงกว่าโรงเรียนที่มีเด็กฐานะดี

นีวเทนส์ (Neutens, 1993) ทำการวิจัยเรื่อง "ความรู้ ความเชื่อและการปฏิบัติเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ของหญิงในชุมชนที่ยากจน เพื่อเป็นพื้นฐานของการศึกษาด้านโภชนาการ (An investigation of nutrition knowledge, beliefs and dietary intake of women in a poor community as a basis of nutrition education) การศึกษาใช้แบบจำลองความเชื่อทางด้านสุขภาพ เพื่อใช้พัฒนาโครงการศึกษาด้านโภชนาการ ตัวอย่างประชากร คือผู้หญิงที่อยู่ในเมืองหลวงทางตอนใต้ของประเทศ จำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้วัดความรู้ และความเชื่อ เป็นเรื่องการให้อาหาร การศึกษาด้านสุขภาพ ฐานะ

เศรษฐกิจ ความแตกต่างของสีผิว ความสามารถในการอ่านออกเขียนได้ และใช้การสัมภาษณ์ ซึ่งผลการวิจัยพบว่าค่าเฉลี่ยของความรู้ทางด้านอาหาร (69.5%) มีความสัมพันธ์กับโรคทางเดินอาหาร ความเครียด ประโยชน์ที่ได้รับจากอาหารและความน่ารับประทานของอาหาร ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อการรับประทานอาหาร คือ การขนส่งอาหาร ความเชื่อทางศาสนา และความเชื่อที่ไม่ถูกต้องทางสุขภาพ ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และความเชื่อในการรับประทานอาหาร อยู่ในระดับปานกลาง คือ 0.53 การรับประทานอาหารที่ไม่ถูกต้องส่วนทำให้เกิดปัญหาของโรคผิวนิโรคอ้วนและความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคหัวใจ

คอสลี และ เฟลด์แมน (Doyle and Feldman, 1994) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ครูประจำท้องถิ่นหรือผู้เชี่ยวชาญทางโภชนาการ มีการรับรู้มากพอที่จะทำให้เกิดประสิทธิภาพระหว่างนักเรียนชาวบราซิลหรือไม่" (Are local teachers or nutrition experts perceived as more effective among Brazilian high school students?) โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะเปรียบเทียบประสิทธิภาพของการสอนที่ทำให้ให้นักเรียนเกิดทัศนคติ และการปฏิบัติในการเลือกอาหาร ระหว่างครูประจำท้องถิ่นที่ได้รับการอบรมหรือผู้เชี่ยวชาญทางโภชนาการ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมในแถบเมซอน ประเทศบราซิลจำนวน 322 คน (ชาย 139 คน หญิง 183 คน) มีอายุตั้งแต่ 13 - 20 ปี ซึ่ง 78 % เป็นนักเรียนที่มีอายุ 15 - 17 ปี แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมหนึ่งกลุ่ม ส่วนอีก 4 กลุ่ม เป็นกลุ่มทดลอง โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอ่านบทความเกี่ยวกับโภชนาการ แล้วให้แต่ละกลุ่มมีผู้บรรยายที่แตกต่างกันโดยกลุ่มแรกผู้บรรยายมีความเหมือนกันกับผู้เรียนมาก แต่มีความเชี่ยวชาญสูง กลุ่มที่ 2 ผู้บรรยายมีความเหมือนกับผู้เรียนมาก แต่มีความเชี่ยวชาญน้อย กลุ่มที่ 3 ผู้บรรยายมีความเหมือนกับผู้เรียนน้อย แต่มีความเชี่ยวชาญสูง กลุ่มที่ 4 ผู้บรรยายมีความเหมือนกับผู้เรียนน้อยและมีความเชี่ยวชาญน้อย ผลการวิจัยพบว่า ผู้บรรยายที่มีความเหมือนกันกับผู้เรียนมีอิทธิพลต่อทัศนคติและพฤติกรรมของนักเรียน ดังนั้นการฝึกอบรมครูสอนโภชนาการประจำท้องถิ่นชาวบราซิลที่มีความเหมือนมากกับวัยรุ่นชาวบราซิลจะมีประสิทธิภาพดีกว่าการหาผู้เชี่ยวชาญทางโภชนาการ การศึกษารังนี้เหมือนกันระหว่างวัยรุ่นชาวเคนยาและอเมริกันที่บ่งบอกถึงการยอมรับผู้บรรยายที่มีความเหมือนกันกับผู้เรียน เป็นปัจจัยสำคัญในการให้โภชนาการการศึกษา แก่วัยรุ่นของประเทศต่าง ๆ

เมอร์ฟี (Murphy) และคณะ (1994) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความต้องการและความพึงพอใจในการเรียนโภชนาการศึกษานักเรียนเกรด 5 เกรด 8 และเกรด 11 ในรัฐมิชิแกน" (Nutrition education needs and learning preferences of

Michigan students in grades 5, 8, and 11) โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษา ความรู้ ทักษะและการปฏิบัติของนักเรียนเกี่ยวกับคำแนะนำในเรื่องอาหารสำหรับคนอเมริกัน รวมทั้งความรู้ใหม่ ๆ ในเรื่องอาหาร ทักษะเกี่ยวกับอาหารกลางวันของโรงเรียน หัวข้อเรื่องเกี่ยวกับอาหารที่นักเรียนสนใจและวิธีการสอนโภชนาการที่นักเรียนชอบ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 5 เกรด 8 และเกรด 11 ที่มีการจัดการเรียนการสอนโภชนาการศึกษาค้นคว้าวิธีการสอนตามที่นักเรียนชอบ ผลการวิจัยพบว่า มีความแตกต่างกันในแต่ละระดับการศึกษา แต่โดยทั่วไปนักเรียนต้องการที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับคำแนะนำเรื่องอาหาร เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างอาหารที่มีไขมัน ภาวะโภชนาการและสุขภาพ และเรื่องอาหารที่มีไขมัน เกลือและกากใยอาหารในเรื่องที่สนใจเกี่ยวกับอาหารกลางวันของโรงเรียน นักเรียนคิดว่าไม่ใช่สิ่งที่ดีหรือมีรสชาติสำหรับพวกเขา แต่โดยเฉลี่ยแล้วนักเรียนรับประทานอาหารกลางวันของโรงเรียน 4.1 วันต่อสัปดาห์ หัวข้อเรื่องเกี่ยวกับอาหารที่นักเรียนสนใจคือ เรื่องสุขภาพส่วนบุคคล ในเรื่องวิธีการควบคุมน้ำหนัก อาหารที่ช่วยบำรุงร่างกาย และอาหารที่ช่วยป้องกันโรค สำหรับวิธีการสอน นักเรียนต้องการที่จะได้รับประสบการณ์ตรงมากกว่าจะได้รับความรู้โดยการถ่ายทอดจากครู

สรุปรายงานการวิจัย

จากรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศพบว่า ความรู้ ทักษะและการปฏิบัติมีความสัมพันธ์กัน แต่ภาวะโภชนาการไม่มีความสัมพันธ์กับความรู้ ความเชื่อ และบริโภคนิสัยทางด้านความรู้นั้น เด็กในเขตเมืองมีความรู้แตกต่างจากเด็กที่อยู่ไกลเขตเมือง เด็กนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความรู้เรื่องอาหารและการบริโภคอาหารอยู่ในระดับเดียวกัน ในด้านความเชื่อ หรือทัศนคติพบว่า นักเรียนยังมีความเชื่อไม่ถูกต้อง นักเรียนนอกเขตเมืองจะมีความเชื่อที่ผิดมากกว่าในเขตเมือง ผู้ที่มีการศึกษาน้อยจะมีความเชื่อที่ผิดมากกว่าผู้ที่มีการศึกษามาก ส่วนการปฏิบัติ นักเรียนในเขตชนบทมีการปฏิบัติไม่แตกต่างจากนักเรียนที่อยู่ใกล้เขตเมือง นักเรียนมีนิสัยในการบริโภคอาหารเข้าไม่เหมาะสมทั้งปริมาณและคุณภาพ โดยส่วนรวมนักเรียนมีการรับประทานอาหารเช้า 5 หมู่ใน 1 วัน ที่ขาดมากคือ ผลไม้

จากรายงานการวิจัยในต่างประเทศพบว่า นักเรียนที่ได้รับการศึกษาตามหลักสูตรโภชนาการจะมีคะแนนความรู้ทางโภชนาการสูงขึ้น และคิดว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการศึกษาตามหลักสูตรโภชนาการ แหล่งความรู้อื่นช่วยสร้างให้นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อโภชนาการมากกว่าการเรียนรู้ตามหลักสูตร ความรู้ที่ได้จากการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติ ดังนั้นระดับความรู้จึงไม่สามารถทำนายรูปแบบพฤติกรรมได้ แต่ความรู้จะมีความสัมพันธ์กับทัศนคติ

ทัศนคติจะมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติ ความเชื่อทางสุขภาพจึงสามารถทำนายพฤติกรรมการรับประทานอาหารของนักเรียนได้ และพบว่า ภูมิหลังทางเชื้อชาติ ฐานะเศรษฐกิจมีอิทธิพลต่อทัศนคติของเด็กเล็กมากกว่าเด็กโต สิ่งที่เด็กวัยรุ่นกังวลใจคือ เรื่องน้ำหนักและการควบคุมอาหาร หัวข้อที่นักเรียนสนใจในเรื่องเกี่ยวกับอาหารคือ เรื่องสุขภาพส่วนบุคคลในเรื่อง วิธี การควบคุมน้ำหนัก อาหารที่ช่วยบำรุงร่างกาย และอาหารที่ช่วยป้องกันโรค สำหรับวิธีการสอน นักเรียนต้องการได้รับประสบการณ์ตรงมากกว่าจะได้รับความรู้โดยการถ่ายทอดจากครู

จากรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องสรุปได้ว่า การศึกษาตามหลักสูตรมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งพบว่านักเรียนมีความจำเป็นต้องมีการปลูกฝังในเรื่องเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารให้ถูกต้อง เพื่อส่งผลให้นักเรียนรู้จักการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าพอเพียง ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน โดยทำการศึกษากับนักเรียนในระดับประถมศึกษา เนื่องจากยังไม่มีผู้ใดทำการวิจัยในเรื่องนี้ ในระดับประถมศึกษา และในภาคกลางโดยตรง เพื่อจะได้เห็นภาพรวมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ประกอบกับการศึกษาระดับนี้เป็นการศึกษาภาคบังคับ ซึ่งน่าสนใจศึกษาว่านักเรียนมีพฤติกรรม การบริโภคอาหารในอยู่ระดับใด เพียงพอหรือไม่ในการเป็นพื้นฐานการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน