

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องการรับรู้ของวัยรุ่นเรื่องฉลากโภชนาการ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ผู้ศึกษาได้ศึกษาพร้อมทั้งนำแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาประกอบการศึกษา และวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยในครั้งนี้คือ ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภค ทฤษฎีและแนวคิดด้านการรับรู้ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความรู้เกี่ยวกับฉลากโภชนาการ

ในยุคปัจจุบันอาหารและคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร เป็นเรื่องที่หน่วยงานซึ่งเกี่ยวข้องกับการควบคุมอาหาร ในหลาย ๆ ประเทศทั่วโลกให้ความสนใจ เนื่องจากการบริโภคที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ จะช่วยให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดี ปลอดภัยจากโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งจะช่วยให้ประหยัดงบประมาณในการรักษาพยาบาล นอกจากนี้ประชาชนที่มีสุขภาพแข็งแรงยังเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ (<http://www.fda.Moph.go.th>, 2000)

ปัจจุบันหลายประเทศทั่วโลก ได้กำหนดให้มีการแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารบนฉลากในประเทศสหรัฐอเมริกาได้มีการดำเนินการเรื่องฉลากโภชนาการมาเป็นเวลานานกว่า 87 ปี โดยเริ่มตั้งแต่ปี ค.ศ. 1906 และในปี 1993 Food and Drug Acts (FDA) ได้ประกาศข้อกำหนดการจัดทำฉลากโภชนาการตามกฎหมาย Nutrition Labeling and Education Act (NLEA) ที่เกี่ยวข้องกับการอวดอ้างถึงผลดีต่อสุขภาพ (health claim) ให้มีผลบังคับใช้วันที่ 8 พฤษภาคม 1993 ส่วนที่เกี่ยวข้องฉลากโภชนาการ และการอวดอ้างถึงปริมาณสารอาหารในอาหาร (nutrient claim) มีผลบังคับใช้ 8 พฤษภาคม 1994 (ต่อมาผ่อนผันให้จนถึงวันที่ 8 สิงหาคม 1994) Food Safety and Inspection Service (FSIS) ออกข้อกำหนดในการทำฉลากโภชนาการสำหรับเนื้อสัตว์และปลา โดยมีผลบังคับใช้วันที่ 6 กรกฎาคม 1994

ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่มีการตื่นตัวเกี่ยวกับการจัดทำฉลากโภชนาการ และได้เริ่มศึกษาข้อมูล เพื่อจัดทำฉลากโภชนาการมาตั้งแต่ปี 2535 โดยมีสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุขได้รวมกลุ่มนักวิชาการ ผู้ผลิต และตัวแทนผู้บริโภค เพื่อร่วมกันวางแผนในการดำเนินงาน โดยมีการพิจารณารูปแบบข้อมูลกฎเกณฑ์บางอย่างที่ซึ่ง United States Food and Drug

Administration (USFDA) ได้จัดทำขึ้นเพื่อนำมาใช้ในประเทศไทยบางอย่างอาจนำมาใช้ได้ บางอย่างอาจต้องมีการปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับสภาพของประเทศและผลิตภัณฑ์อาหารและการจัดทำประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 182) พ.ศ. 2541 เรื่องฉลากโภชนาการได้ยึดแนวทางของ (Codex Alimentarius) เป็นมาตรฐานที่สอดคล้องกับมาตรฐานสากล โดย Codex มีหลักเกณฑ์ดังนี้

- (1) กำหนดให้เหมาะสมกับสภาพปัญหา และภาวะทางโภชนาการของแต่ละประเทศ
 - (2) อาหารที่มีการกล่าวอ้างคุณค่า คุณประโยชน์ ต้องแสดงฉลากโภชนาการประกอบ
- ข้อกล่าวอ้าง

- (3) สารที่อนุญาตให้ระบุจะต้องเป็นสารอาหารที่มีการกำหนดค่าความต้องการต่อวัน

ในปี พ.ศ. 2522 มาตรา 6 แห่งพระราชบัญญัติอาหารกำหนดให้อำนาจรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข “กำหนดประเภทและชนิดของอาหารที่ผลิตเพื่อจำหน่าย นำเข้าเพื่อจำหน่าย หรือที่จำหน่าย ซึ่งจะต้องมีฉลากเงื่อนไขและวิธีการแสดงบนฉลากตลอดจนหลักเกณฑ์และวิธีการโฆษณาในฉลาก” (ปริยา เกษมสันต์ ณ อยุธยา, 2541, หน้า 30)

1. ความสำคัญของฉลากโภชนาการ

ฉลากโภชนาการบนฉลากอาหารเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการคุ้มครองผู้บริโภค เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับข้อมูลในการประกอบการตัดสินใจที่จะเลือกซื้อหรือบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับภาวะโภชนาการของตนเอง และเป็นแนวทางสำหรับผู้ประกอบการธุรกิจด้านอาหารเพื่อดำเนินธุรกิจให้ได้ผลิตภัณฑ์อาหารที่มีคุณภาพมาตรฐานที่เหมาะสมตามความต้องการของผู้บริโภค

หัททยา กองจันทิก (2543 , หน้า 24) ได้สรุปความสำคัญของฉลากโภชนาการไว้ ดังนี้

- (1) เลือกซื้ออาหารและเลือกบริโภคให้เหมาะสมกับความต้องการ หรือภาวะทางโภชนาการของตนเองได้ เช่น เลือกอาหารที่ระบุว่ามีโคเลสเตอรอลต่ำ หรือมีโซเดียมต่ำ
- (2) เปรียบเทียบเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารชนิดเดียวกัน โดยเลือกที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีกว่าได้

(3) ในอนาคตเมื่อผู้บริโภคสนใจต้องการข้อมูลโภชนาการของอาหาร ผู้ผลิตก็จะแข่งขันกันผลิตอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าแทนการแข่งขันในเรื่องหีบห่อ สี และสิ่งจูงใจภายนอก อื่น ๆ

ภักดี โพธิศิริ (2541 หน้า 31) ได้สรุปความสำคัญของการอ่านฉลากไว้ ดังนี้

- (1) ช่วยให้บริโภคผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพ โดยฉลากจะระบุวิธีการรักษา วันที่ผลิต และวันหมดอายุทำให้สามารถเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ที่ยังใหม่ และรู้ที่จะเก็บรักษาให้มีคุณภาพอยู่ได้นาน
- (2) ช่วยให้ผู้บริโภคดูแลสุขภาพได้ดี โดยฉลากจะระบุส่วนประกอบสำคัญทำให้สามารถพิจารณาเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ที่มีสารอาหารที่จำเป็น หรือหลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์บางอย่างที่มี

ผลเสียต่อสุขภาพได้

(3) ช่วยให้ผู้บริโภคบริโภคผลิตภัณฑ์ได้อย่างปลอดภัย โดยฉลากระบุวันหมดอายุ วิธีใช้หรือข้อบังคับใช้ข้อห้ามใช้และวิธีแก้ไขเบื้องต้น กรณีได้รับพิษจากการใช้ผลิตภัณฑ์นั้น ทำให้สามารถเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ที่ยังมีคุณภาพรู้จักการใช้อย่างถูกต้อง รู้จักที่จะหลีกเลี่ยงการใช้ และการรู้จักการแก้ไขเบื้องต้น

จะเห็นได้ว่าฉลากโภชนาการช่วยให้ผู้บริโภค ได้รับข้อมูลในการประกอบการตัดสินใจที่จะเลือกซื้อหรือบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับสภาวะโภชนาการของตนเองได้

2. รูปแบบของฉลากโภชนาการในประเทศไทย (หัตยา กองจันจันติก, 2543, หน้า 16-19)

ในปัจจุบันผู้บริโภคให้ความสนใจอาหารสำเร็จรูป เนื่องมาจากมีข้อจำกัดในเรื่องของเวลาและสถานการณ์สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ขณะเดียวกันการโฆษณาโดยใช้โภชนาการเป็นจุดขาย ดังนั้นสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ได้จัดทำประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 182) พ.ศ. 2541 เรื่องฉลากโภชนาการ โดยยึดหลักเกณฑ์ของ Codex และการแสดงกรอบข้อมูลโภชนาการบนฉลากอาหาร เพื่อให้ผู้บริโภคเลือกบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับร่างกายและวัย เพื่อภาวะโภชนาการที่ดี

2.1 การแสดงฉลากโภชนาการ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาได้ออกข้อกำหนด ดังนี้

- (1) การกล่าวอ้างต้องเป็นจริง
- (2) ข้อมูลที่ระบุต้องให้ความรู้ทางโภชนาการที่ถูกต้องแก่ผู้บริโภค
- (3) ไม่ทำให้เข้าใจผิด
- (4) การกล่าวอ้างจะต้องไม่เป็นเครื่องมือที่ก่อให้เกิดความได้เปรียบทางการค้า
- (5) การกล่าวอ้างของอาหารต้องมีข้อมูลทางโภชนาการของอาหาร

2.2 ข้อมูลโภชนาการที่แสดงบนฉลาก มีดังนี้

- (1) ข้อมูลที่บังคับ คือข้อมูลสารอาหารที่มีความสำคัญหลักสำหรับคนไทยได้แก่
 - ปริมาณพลังงานทั้งหมด และปริมาณพลังงานที่ได้จากไขมัน
 - คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน
 - วิตามินเกลือแร่ที่สำคัญสำหรับภาวะโภชนาการ คือ วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 แคลเซียม เหล็ก
 - สารอาหารที่ต้องระวังไม่ให้บริโภคมากเกินไป ได้แก่ โคลเลสเตอรอล โซเดียม ไขมันอิ่มตัวและน้ำตาล
 - สารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อระบบทางเดินอาหารได้แก่ โยเกิร์ต

- สารอาหารที่มีการเติมลงในอาหาร (Fortification/Nutrification)
- สารอาหารที่มีการกล่าวอ้าง เช่น สารไอโอดีน

(2) ข้อมูลที่ไม่บังคับ เช่น วิตามิน เกลือแร่ แต่ต้องระบุต่อท้ายจากจาก เหล็ก และ เรียงจากมากไปหาน้อย

2.3 การจัดทำแบบฟอร์มฉลากโภชนาการ

(1) ฉลากโภชนาการแบบเต็ม

การกำหนดข้อมูลโภชนาการบนฉลากของอาหารให้เป็นไปในแนวทางเดียวกัน ช่วยอำนวยความสะดวกต่อทั้งผู้ผลิตและผู้บริโภค คุณค่าทางโภชนาการที่แนะนำโดยสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา มี 15 ชนิด ได้แก่ พลังงานทั้งหมด พลังงานจากไขมัน ไขมันทั้งหมด ไขมันอิ่มตัว โคลเลสเตอรอล โปรตีน คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด โยอาหาร น้ำตาล โซเดียม วิตามินเอ วิตามินบี1 วิตามิน บี2 แคลเซียม และเหล็ก ดังแสดงในรูปที่ 1 ส่วนสารอาหารอื่นนอกเหนือจากนี้ อนุญาตให้แสดงได้ภายใต้ข้อกำหนดของพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522

(2) ฉลากโภชนาการแบบย่อ

การแสดงข้อมูลบนฉลากแบบย่อได้ก็ต่อเมื่อมีคุณค่าทางโภชนาการตั้งแต่ 8 ชนิดขึ้นไป จาก 15 ชนิดตามฉลากโภชนาการแบบเต็มดังกล่าวในปริมาณน้อยมาก (insignificant amount) จนถือว่ามีค่าเป็นศูนย์ ทั้งนี้ได้กำหนดเกณฑ์ปริมาณน้อยมากที่จัดว่ามีค่าเป็นศูนย์ (ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค)

ตาราง 1 ปริมาณน้อยมากที่จัดว่ามีค่าเป็นศูนย์

พลังงาน และสารอาหาร	ปริมาณน้อยมากที่จัดว่ามีค่าเป็นศูนย์ (ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค)
พลังงานทั้งหมด , พลังงานจากไขมัน	น้อยกว่า 5 กิโลแคลอรี
ไขมันทั้งหมด , ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า 0.5 กรัม
โคลเลสเตอรอล	น้อยกว่า 2 มิลลิกรัม
โปรตีน , คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด , โยอาหาร	น้อยกว่า 1 กรัม
น้ำตาล	น้อยกว่า 0.5 กรัม
โซเดียม	น้อยกว่า 5 มิลลิกรัม
วิตามินเอ , วิตามินบี1 , วิตามินบี2 , แคลเซียม และเหล็ก	น้อยกว่า 2 % RDI

การแสดงฉลากโภชนาการแบบย่อจะต้องแสดงข้อมูลคุณค่าทางโภชนาการ 6 ชนิดด้วยกัน ได้แก่ พลังงานทั้งหมด ไขมันทั้งหมด โปรตีน คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด น้ำตาล และโซเดียม แม้จะมีค่าที่จัดว่าเป็นศูนย์ นอกจากข้อมูลสารอาหาร 6 ชนิดดังกล่าวแล้ว ถ้ามีสารอาหารชนิดอื่นที่อยู่ภายใต้ข้อกำหนดของฉลากโภชนาการแบบเต็ม ซึ่งมีค่ามากกว่า 0 จะต้องแสดงไว้บนฉลากด้วย โดยจัดลำดับตามฉลากโภชนาการแบบเต็ม นอกจากนี้ผู้ผลิตหรือผู้จำหน่าย สามารถแสดงปริมาณสารอาหารชนิดอื่น ๆ ที่ต้องการจะแสดงได้ (แต่ไม่บังคับ) โดยต้องแสดงเป็นร้อยละของ Thai RDI

แบบฟอร์ม 1 แบบฟอร์มการแสดงผลข้อมูลโภชนาการบนฉลากแบบเต็ม

ข้อมูลโภชนาการ	
หนึ่งหน่วยบริโภค :	
จำนวนหน่วยบริโภคต่อ.....(ระบุภาชนะบรรจุ)..... :	
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	
พลังงานทั้งหมด.... กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน.... กิโลแคลอรี)	
% ปริมาณที่แนะนำต่อวัน*	
ไขมันทั้งหมด ก. %
ไขมันอิ่มตัว ก. %
โคเลสเตอรอล มก. %
โปรตีน ก. %
คาร์โบไฮเดรต ก. %
ใยอาหาร ก. %
น้ำตาล ก. %
โซเดียม มก. %
วิตามิน เอ %	วิตามิน บี1 %
วิตามิน บี2 %	แคลเซียม %
เหล็ก %	
* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน (Thai RDI) คำนวณจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี	
ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่าง ๆ	
ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า 65 ก.
ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า 20 ก.
โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า 300 มก.
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	300 ก.
ใยอาหาร	25 ก.
โซเดียม	น้อยกว่า 2,400 มก.
พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อกรัม : ไขมัน 9 ; โปรตีน 4 ; คาร์โบไฮเดรต 4	

แบบฟอร์ม 2 แบบฟอร์มการแสดงผลข้อมูลโภชนาการบนฉลากแบบย่อ

ข้อมูลโภชนาการ	
หนึ่งหน่วยบริโภค :	
จำนวนหน่วยบริโภคต่อ.....(ระบุภาชนะบรรจุ)..... :	
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	
พลังงานทั้งหมด.... กิโลแคลอรี	
	% ปริมาณที่แนะนำต่อวัน*
ไขมันทั้งหมด ก. %
โปรตีน ก.	
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด ก. %
น้ำตาล ก.	
โซเดียม มก. %
* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน (Thai RDI) คิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี	

2.4 การจัดทำข้อกำหนดเกี่ยวกับ “หนึ่งหน่วยบริโภค” (serving size) ของอาหารแต่ละประเภทหนึ่งหน่วยบริโภค (serving size) หมายถึง ปริมาณอาหารที่คนปกติโดยทั่วไปรับประทานใน 1 ครั้ง ซึ่งผลิตภัณฑ์อาหารแต่ละชนิดจะมีขนาดหรือปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคไม่เหมือนกัน เช่น นมมีขนาดหนึ่งหน่วยบริโภคคือ 1 กล่อง (200 มล.) ขนบขบเคี้ยวหนึ่งหน่วยบริโภคคือ 1 ถูง (30 ก.) เป็นต้น การได้มาซึ่งค่าของหนึ่งหน่วยบริโภคมีวิธีการดังนี้ คือ

- (1) จากการสำรวจการบริโภคอาหารเหล่านั้นของประเทศไทย
- (2) จากการสำรวจขนาดหนึ่งหน่วยบริโภคที่ใช้กัน โดยทั่วไปในผลิตภัณฑ์อาหารที่วางขาย อยู่ในท้องตลาด
- (3) จากการสำรวจการบริโภคอาหารของประเทศสหรัฐอเมริกา

ตัวอย่าง ตัวอย่างของหน่วยบริโภค มีดังนี้

กรัม	ย่อเป็น	ก.
มิลลิกรัม	ย่อเป็น	มก.
มิลลิลิตร	ย่อเป็น	มล.
ซ็อน โด้ะ	ย่อเป็น	ชด.
ซ็อนชา	ย่อเป็น	ชช

2.5 การจัดทำข้อกำหนดเกี่ยวกับการอ้างปริมาณสารอาหาร (nutrient content claim)

บางชนิดบนฉลากอาหาร

การอ้างปริมาณสารอาหาร (nutrient content claim) บนฉลากทำให้ผู้บริโภคมีความสะดวกในการเลือกซื้อ หรือเลือกรับประทานอาหาร ที่เหมาะสมกับภาวะโภชนาการหรือสุขภาพของตนได้ดีขึ้น และทำให้ผู้ผลิตหรือผู้ประกอบการได้เสนอสินค้าในลักษณะที่ชัดเจนยิ่งขึ้น คำที่อนุญาตให้ใช้ได้ เช่น free, low, lean extra, light, good source of, reduced, less, high, fewer และ more เป็นต้น

3. ประเภทของกลุ่มอาหารที่จะมีการกำหนดให้แสดงฉลากโภชนาการ

หลักเกณฑ์การเลือกกลุ่มอาหารที่จะมีการกำหนดให้แสดงฉลากโภชนาการที่สำคัญ คือ

- (1) ผลิตภัณฑ์ที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
- (2) ผลิตภัณฑ์ที่มีการใช้คุณค่าทางโภชนาการเป็นจุดขาย
- (3) ผลิตภัณฑ์อาหารที่เด็กบริโภคมาก หรือผลิตภัณฑ์ที่มีการโฆษณาสู่กลุ่มเด็ก

ประเภทของกลุ่มอาหารมีดังนี้

- (1) นมและผลิตภัณฑ์นม (Milk and milk products)
- (2) เครื่องดื่ม (พร้อมดื่ม) (Beverages)
- (3) อาหารขบเคี้ยว และขนมหวาน (Snack food and dessert)
- (4) อาหารกึ่งสำเร็จรูป (Semi-processed food)
- (5) ผลิตภัณฑ์ขนบอบ (Bakery products)
- (6) ธัญพืช และผลิตภัณฑ์ (Cereals and grain products)
- (7) ผลิตภัณฑ์อื่น ๆ (Miscellaneous)

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภค

1. วัฒนธรรม (Culture) เป็นกิจกรรมร่วมทางสังคมเป็นกลุ่มของเหตุการณ์ ซึ่งมีส่วนร่วมโดยมนุษย์ที่อยู่ในสังคมนั้นได้กำหนดให้อยู่ในรูปแบบโดยอิทธิพลของสังคมกลุ่มต่าง ๆ ที่มีส่วนร่วม อาจเป็นกลุ่มสังคมทั้งหมดจนกระทั่งถึงหน่วยที่เล็กที่สุด เช่น กลุ่มวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมการบริโภคเหมือนกัน ถือว่าเป็นกลุ่มที่มีวัฒนธรรมด้านการบริโภคร่วมกัน มีกิจกรรมทางสังคมร่วมกัน

การศึกษาวัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อการบริโภค เป็นเรื่องที่จะต้องศึกษาถึงพฤติกรรมของกลุ่ม เช่น กลุ่มครอบครัว กลุ่มวัยรุ่น กลุ่มที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ และชนชั้นต่าง ๆ ในสังคมนั้น ๆ เป็นการศึกษากิจกรรมควบคู่ไปกับทางวัฒนธรรมซึ่งวัฒนธรรมตามสภาพแวดล้อมของแต่ละสังคมย่อมมีลักษณะแตกต่างกันออกไป เพราะกลุ่มคนในสังคมหรือสมาชิกในสังคมนั้นมีวิถีชีวิตที่แตกต่างกันออกไป อันเป็นผลเนื่องจากการเรียนรู้ซึ่งรวมเรียกว่า “วัฒนธรรม” (อานนท์ อาภาภิรมย์, 2525, หน้า 104)

2. ครอบครัว (The Family) ครอบครัวจัดเป็นตัวแทนในการจัดเกลาทางสังคมที่สำคัญมากที่สุดเพราะมีความใกล้ชิดกับสมาชิกของครอบครัวและอยู่ร่วมกันเป็นเวลานานเป็นแหล่งอบรมสั่งสอน ถ่ายทอดวัฒนธรรม ค่านิยม ทศนคติและทักษะการดำรงชีวิตเบื้องต้น เช่น สอนให้รู้จัก วิธีการเดิน การกินอาหาร มารยาทต่าง ๆ บุคคลในครอบครัวจะปรุงแต่งเด็กให้กลายเป็นบุคคล ที่สามารถเข้าร่วมสังคม มีกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น และครอบครัวจะทำหน้าที่จัดเกลาทางสังคมได้ดีขึ้นถ้าพ่อแม่เป็นแบบอย่างที่ดีมีพฤติกรรมดีสังคมยอมรับลูก ๆ และสมาชิกในครอบครัวจะเลียนแบบเอาอย่าง ซึ่งจะช่วยให้เขาเหล่านั้นเป็นคนดีในสังคมด้วย ในทางตรงกันข้ามถ้าพ่อแม่เป็นแบบอย่างที่ไม่ดี ย่อมยากที่จะสอนให้ลูกเป็นคนดีได้

3. กลุ่มเพื่อน (Peer groups) เมื่อเด็กเติบโตขึ้นก็จะเข้าร่วมสังคมกับเพื่อน ๆ เช่น เพื่อนบ้าน เพื่อนที่สนามเด็กเล่น เพื่อนที่โรงเรียน กลุ่มเพื่อนอิทธิพลต่อการเรียนรู้วัฒนธรรมการบริโภคจนเป็นผลต่อพฤติกรรมของเด็กเช่นกัน เช่นเด็กอาจเลียนแบบเอาอย่างเพื่อน ดังนั้นถ้าเด็กคบเพื่อนดีก็จะได้รับแบบอย่างที่ดีใน ทางตรงกันข้ามถ้าคบเพื่อนเลว ก็อาจชักนำให้พฤติกรรมฝืนสังคมได้ และกลุ่มเพื่อนจะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่อาจไม่ได้รับจากครอบครัวหรือผู้ใหญ่ เช่น เพศศึกษา ความเสมอภาค ความเป็นตัวของตัวเอง ความเป็นผู้นำ ในกลุ่มเพื่อนเด็กจะเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เด็กอาจจะเลือกคบเพื่อนที่ถูกต้อง และอาจนำเอาพฤติกรรมต่าง ๆ ของเพื่อนมาใช้เป็นแนวทางเรียนรู้วัฒนธรรมการบริโภค และนำมาใช้ปฏิบัติเองกลุ่มเพื่อนจะช่วยทำให้สมาชิกได้เรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

- ยึดมั่นในประเพณีน้อย สร้างค่านิยมและความรู้ใหม่ ๆ เพิ่มมากขึ้น
- สอนให้รู้จักแบบแผนของการอยู่ร่วมกันในสังคมมากขึ้น เช่นการทำงานร่วมกัน
- สอนให้เป็นคนมีประสบการณ์เกี่ยวกับความเสมอภาคเท่าเทียมกัน
- เป็นส่วนส่งเสริมในการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็ก นอกเหนือจากที่ได้รับจาก

ครอบครัว เช่น ความเป็นตัวของตัวเอง ความคิดของตนเอง เอกลักษณะเฉพาะของตัวเอง

- สอนให้มีประสบการณ์เกี่ยวกับความสัมพันธ์มากกว่าที่จะใช้อำนาจ

4. โรงเรียน (The School) มีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กมาก เพราะเด็กในปัจจุบันมีชีวิตอยู่ในโรงเรียนเป็นเวลานานวันละหลายชั่วโมงและหลายปี โรงเรียนจะมีหน้าที่สำคัญ เช่น สอนให้ความรู้และทักษะในการดำรงชีพ อบรมสั่งสอนเพื่อให้เป็นพลเมืองดี มีความจงรักภักดีต่อชาติ มีจรรยาบรรณอันดีงาม และเปิดโอกาสให้เด็กได้ใกล้ชิดสังสรรค์กับเพื่อน ๆ เป็นระยะเวลานานทำให้มีโอกาสได้เรียนรู้ระเบียบแบบแผนของสังคมได้มากขึ้น

5. สื่อมวลชน (The Mass media) ได้แก่วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ สิ่งตีพิมพ์ต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้จะเป็นสื่อทำให้เกิดค่านิยม ความเชื่อ ทศนคติ เพื่อให้เรียนรู้พฤติกรรมแบบอย่างต่าง ๆ แล้วนำมาประพฤติปฏิบัติในสังคมดังจะพบเห็นได้ง่ายๆ ในหมู่เด็กที่ชมภาพยนตร์แล้วนำเอาพฤติกรรมการแสดงของผู้แสดงมาปฏิบัติ สื่อมวลชนนับว่ามีอิทธิพลและมีบทบาทต่อบุคลิกภาพและพฤติกรรมต่าง ๆ ช่วยให้สมาชิกของสังคมได้เรียนรู้และได้รับการปลูกฝังวัฒนธรรมเหล่านั้น (ณรงค์เส็งประชา, 2538, หน้า 165-167)

ทฤษฎีแนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้

การรับรู้ (Perception) คือ การแสดงออกถึงความรู้ความเข้าใจตามความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิตใจของตนเอง (บุปผา คำแปง, 2540, หน้า 19)

การรับรู้ของบุคคลต่อเรื่องราว เหตุการณ์ และสภาวะแวดล้อมต่าง ๆ มีความแตกต่างกันมากน้อยอย่างไรขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 2 ประการ ได้แก่ลักษณะของสิ่งเร้าคือสิ่งเร้าที่ดึงดูดความสนใจได้ดี จะต้องมีความเข้มกว่าสิ่งเร้าที่ขัดกันกับสิ่งเร้าอื่น อีกประการได้แก่ ปัจจัยที่เกี่ยวกับผู้รับรู้แยกเป็นสองด้านคือ ด้านกายภาพ และด้านจิตวิทยา

ด้านกายภาพ คือ ลักษณะของตัวรับสัมพันธ์ของผู้รับ

ด้านจิตวิทยามีอยู่ 5 อย่าง คือ

(1) ประสบการณ์เดิม (Experience) ครั้งแรกที่เกิดได้สัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง เด็กได้รับคำบอกเล่าจากผู้ใหญ่ทำให้เด็กเกิดการรับรู้แล้วสมองจะสะสมประสบการณ์เดิมเก็บไว้ในการแปลความสิ่งเร้าใหม่ ๆ ต่อไป ถ้าคนเรามีประสบการณ์ที่คล้าย ๆ กันเกี่ยวกับสิ่งเร้าหนึ่ง ๆ การรับรู้สิ่งเร้านั้นก็ย่อมมีความคล้ายคลึงกันด้วย

(2) ความต้องการ (Need) บุคคล 2 คนมีความต้องการต่างกัน เมื่อถูกสิ่งเร้าด้วยกันการแสดงออกของบุคคลทั้งสองต่อสิ่งเร้าเดียวกันจะต่างกัน

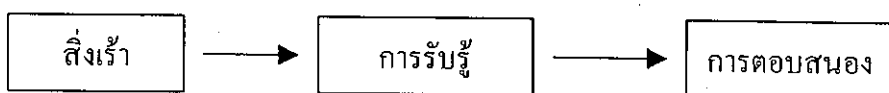
(3) ทักษะคติ (Attitude) ทักษะคติที่มีอยู่เป็นเครื่องรับสิ่งเร้าและเลือกสิ่งเร้า เช่น เรามีทักษะคติไม่ดีต่อคน ๆ หนึ่งอยู่แล้ว แม้ว่าเขาจะประพฤติปฏิบัติต่อเรา เราก็จะมองไม่เห็นลักษณะการกระทำนั้น ๆ ในทางที่ดี

(4) ภาวะอารมณ์ (Emotion) เมื่อคนเราอารมณ์ดีมีความสบายใจ มักจะไม่พิจารณารายละเอียดของสิ่งเร้ามากนัก แต่ถ้าหากอารมณ์ไม่ดีอาจมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่น่าชอบใจไปหมดหรือถ้าอารมณ์เสียมากอาจไม่รับรู้อะไรเลย หรือรับรู้ผิดพลาด

(5) ลักษณะของวัฒนธรรมสิ่งต่าง ๆ (Characteristics of Culture) หมายถึง จารีต ประเพณี หรือค่านิยมต่างๆ ในสังคมจะเป็นเครื่องกำหนดการรับรู้ของบุคคล บุคคลมีกรอบการอ้างอิง (Frame of reference) ต่างกัน กรอบการอ้างอิงนั้นเรานำมาเป็นเครื่องมือวัดสิ่งต่าง ๆ ที่เราพบเห็น เพื่อพิจารณาคัดสินคุณภาพของสิ่งนั้น ๆ ว่าเป็นเช่นไร

สรุปว่าความคิดของเด็กนั้นเป็นผลจากอิทธิพลของวัฒนธรรมส่วนหนึ่ง และประสบการณ์ในอดีตส่วนหนึ่ง เด็กแต่ละชาติแต่ละภาษาจะมีความคิดเห็นในเรื่องเดียวกันต่างกัน ตามปกติบุคคลย่อมมีอวัยวะสำหรับการสัมผัส (Senses Organs) เช่น หู ตา จมูก ลิ้น ผิวหนัง เป็นเครื่องเปิดทางการรับรู้สัมผัส (Sensation) และสิ่งที่จะเข้ามาสัมผัสกับอวัยวะเหล่านี้คือสิ่งแวดล้อม เช่น เหตุการณ์วัตถุสิ่งของ คน สัตว์ รสชาติ และกลิ่น ฯลฯ ซึ่งทางจิตวิทยาถือว่าเป็นสิ่งเร้า (Stimulus) หรือตัวก่อให้เกิดการรับสัมผัส และเมื่อมีการรับสัมผัสเกิดขึ้นบุคคลก็เกิดประสบการณ์กับสิ่งนั้น และจะต้องแสดงอาการตอบสนอง (Response) ต่อสิ่งที่มากระทบอวัยวะสัมผัส ดังนั้นการรับรู้ก็เป็นกระบวนการระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองของบุคคล ดังแสดงไว้ในแผนภูมิ 1 ได้ดังนี้ (กัญญา สุวรรณแสง, 2536, หน้า 110)

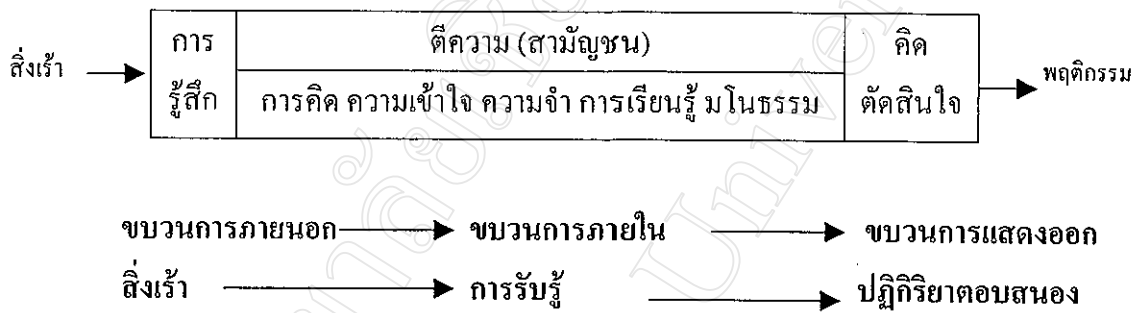
แผนภูมิ 1 ขบวนการรับรู้



1. กระบวนการของการรับรู้

กระบวนการ (Process) ของการรับรู้เป็นกระบวนการที่มีคาบเกี่ยวกันระหว่างความเข้าใจการคิด ความรู้สึก ความจำ การเรียนรู้ การตัดสินใจ การแสดงพฤติกรรม ดังแสดงไว้ในแผนภูมิ 2 ดังนี้ (กันยา สุวรรณแสง, 2536, หน้า 129)

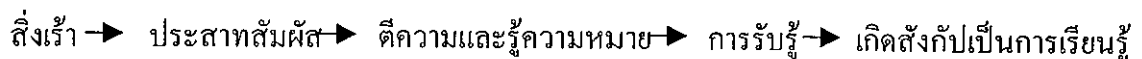
แผนภูมิ 2 กระบวนการรับรู้ (Process of Perception)



เมื่อมนุษย์เรารู้สึกโดยสิ่งแวดลอมก็จะเกิดความรู้สึกจากการสัมผัส (Sensation) โดยอาศัยอวัยวะสัมผัสทั้ง 5 คือ ตา-เห็น หู-ฟัง ลิ้น-รู้รส จมูก-ได้กลิ่น ผิวหนัง-รู้สึก และยังมีสัมผัสภายในอีก 3 อย่าง คือ 1. สัมผัสตื้นสนิท (Kinesthesia) ซึ่งทำให้เราทราบถึงความเคลื่อนไหวของอวัยวะต่าง ๆ โดยไม่ต้องมองเห็น เราสัมผัสนี้ได้โดยอาศัยประสาทในกล้ามเนื้อของเรา 2. สัมผัสทรงตัว (Vestibular sense) ซึ่งทำให้เราทราบว่าทรงตัวของเราอยู่ในลักษณะใด 3. สัมผัสออร์แกนิก (Organic sense) ซึ่งเป็นสัมผัสที่เกิดกับอวัยวะภายในของเรา เช่น รู้สึกหิว กระหาย (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539, หน้า 274)

2. ความสำคัญของการรับรู้

(1) ความสำคัญของการรับรู้มีความสำคัญของการรับรู้ที่สำคัญต่อการเรียนรู้ การรับรู้ทำให้เกิดการรับรู้ ถ้าไม่มีการรับรู้ การเรียนรู้ก็เกิดขึ้นไม่ได้ สังเกตได้จากกระบวนการต่อไปนี้ (กันยา สุวรรณแสง, 2536, หน้า 131)



ทำนองเดียวกับการรับรู้ก็มีผลต่อการรับรู้ครั้งใหม่ เนื่องจากความรู้ ความจำเดิมจะช่วยแปลความหมายให้ทราบว่าเป็นอะไร

(2) ความสำคัญของการรับรู้มีความสำคัญต่อ เจตคติ อารมณ์ และแนวโน้มของพฤติกรรม เมื่อรับรู้แล้วย่อมเกิดความรู้สึกและมีอารมณ์ พัฒนาเจตคติ แล้วพฤติกรรมก็ตามมา

3. ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความรู้

(1) การเลือกรับรู้ (Selective Exposure) หมายถึง การที่บุคคลจะเลือกเปิดรับข่าวสารหรือกระตุ้นสิ่งที่สนใจ และบุคคลจะมองข้ามหรือตัดสิ่งที่ไม่สนใจทิ้งไป

(2) ขบวนการกลั่นกรองข่าวสาร (Inferential Process) หมายถึง ขบวนการตั้งแต่การตั้งใจรับข่าวสารที่ได้เลือกสรร และการปิดกั้นการรับรู้ข่าวสารที่ไม่สนใจ หรือไม่ชอบ

(3) การเลือกเก็บข่าวสารข้อมูล (Selective Retention) หมายถึง การเลือกเก็บข้อมูล การจัดระเบียบข้อมูลจากการรับรู้จากสิ่งกระตุ้นที่สนับสนุนสอดคล้องกับความต้องการ ความเชื่อทัศนคติ และค่านิยม และเก็บข้อมูลเหล่านี้ไว้ในจิตใต้สำนึก และพร้อมที่จะจัดข้อมูลที่ไม่ต้องการทิ้งไป (คำรงค์ศักดิ์ ชัยสนิท, 2539, หน้า 47-48)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการรับรู้ของวัยรุ่นเรื่องฉลากโภชนาการ ผู้ศึกษาได้ทำการศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวข้องไว้หลายท่านด้วยกัน ดังที่จะกล่าวต่อไปนี้

สุพรรณณี ศรีปัญญากร (2540) ได้ศึกษาวินิจฉัยเรื่อง “รูปแบบของฉลากโภชนาการสำหรับผู้บริโภคกลุ่มวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบฉลากโภชนาการที่เหมาะสมสำหรับผู้บริโภค กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอายุ 15-18 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 863 คน ซึ่งประกอบด้วยรูปแบบฉลากโภชนาการทั้งหมด 7 รูปแบบ ผลการวิจัยพบว่า ผู้บริโภคคิดว่าใช้เวลาในการทำความเข้าใจข้อมูลบนฉลาก นานที่สุด ร้อยละ 22.2 ส่วนฉลากโภชนาการรูปแบบที่ 3 ผู้บริโภคคิดว่าใช้เวลาในการทำความเข้าใจข้อมูลบนฉลากสั้นที่สุดร้อยละ 18.3 เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า เพศ จำนวนเงินที่นักเรียนได้มาโรงเรียนต่อวัน ระดับการศึกษาของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับการเลือกรูปแบบฉลากโภชนาการในการตัดสินใจซื้อ จากผลการศึกษาในครั้งนี้สรุปได้ว่า ฉลากโภชนาการรูปแบบที่เหมาะสมที่สุดได้แก่ ฉลากโภชนาการรูปแบบที่ 6 คือแสดงรายละเอียดในรูปร้อยละของปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวัน และปริมาณสารอาหารเป็นจำนวนกรัม คือฉลากโภชนาการรูปแบบที่ 4 คือ มีการแสดงรายละเอียดในรูปของร้อยละของปริมาณที่แนะนำให้บริโภคต่อวันและปริมาณสารอาหารเป็นตัวหนังสือ

เบญจพร สุขประเสริฐ (2540) ได้ศึกษาเรื่อง “ฉลากโภชนาการ” โดยศึกษาจากผู้บริโภค ก่อนการประกาศใช้ ประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 182 พ.ศ. 2541 ศึกษาโดยใช้แบบ สอบถาม พบว่าผู้บริโภคส่วนใหญ่มีความรู้ด้านอาหารและโภชนาการอยู่ในระดับต่ำ แต่มีทัศนคติการ บริโภคอาหาร และความเชื่อที่เหมาะสม ผู้บริโภคเห็นด้วยกับการจัดให้มีฉลากโภชนาการบนฉลาก อาหารหีบห่อ บรรจุ และให้ความเห็นว่าควรเป็นข้อมูลที่ง่ายต่อความเข้าใจ ในรูปแบบที่ดึงดูดความ สนใจมีข้อมูลเฉพาะที่จำเป็น และขอให้มีการประชาสัมพันธ์และให้ความรู้โดยใช้สิ่งต่างๆ โดยเฉพาะ โทรทัศน์ วิทยุ และแผ่นพับ

ชูเกียรติ ธีสุวรรณ (2535) ได้ศึกษาระบบการเรียนรู้ที่มีอยู่ในท้องถิ่นชนบทภาคเหนือ พบว่า ระบบการศึกษาในท้องถิ่นที่สำคัญเคยถ่ายทอดกันในครอบครัว ใช้สื่อที่มีอยู่ในปัจจุบันในชุมชน กระบวนการถ่ายทอดความรู้ใช้วิธีสอนและปฏิบัติไปพร้อมกันผู้สอนคือ ผู้ใหญ่ในครอบครัวที่มี ความรู้หรือประสบการณ์ในเรื่องนั้น ๆ ผู้เรียนคือลูกหลานหรือเครือญาติที่มีแรงจูงใจ จากตัวอย่าง ความสำเร็จของคนในรุ่นก่อน การถ่ายทอดความรู้ในครอบครัวนี้จะเกิดขึ้นตลอดเวลา ผู้เรียน ผู้รู้ เมื่อชำนาญแล้วจะเป็นผู้สอนคนในรุ่นหลังต่อ ๆ ไป ศูนย์กลางเรียนรู้ในท้องถิ่นจะเริ่มต้นจากที่บ้าน และเปลี่ยนไปเป็นวัดและโรงเรียนในที่สุด การขยายตัวของสื่อมวลชนตลอดจนวิเคราะห์การเผยแพร่ ความรู้ใหม่ มีส่วนกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงระบบการเรียนรู้ของประชาชนในท้องถิ่น หลายคน มีแนวโน้มจะเชื่อหรือหลงไปว่าระบบดั้งเดิมยังมีอยู่อย่างสมบูรณ์ หรือพยายามที่จะรื้อฟื้นโดยไม่มอง บริบทอื่น ๆ แต่ที่จริงกระบวนการเรียนรู้ดั้งเดิมในท้องถิ่นภาคเหนือจำนวนมากที่ได้ถูกทำลายไปแล้ว ขณะเดียวกันระบบการเรียนรู้ในท้องถิ่นดั้งเดิมที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นลักษณะหนึ่งก็ได้ถูกพัฒนาขึ้น ภายใต้อุปสรรคในช่วงเวลาต่างๆ ดังนั้นการฟื้นฟูระบบดั้งเดิมในเงื่อนไขสถานการณ์ใหม่ จึงเป็นไปได้ ยากหรือเป็นไปได้ไม่ได้เลย ถ้าบริบทอื่นเปลี่ยนแปลงไปมากแล้ว

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ (2538) ศึกษาเรื่อง “บุคคลทุกคนจะต้องมีการติดต่อสื่อสารกับบุคคล อื่นที่มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อการตัดสินใจซื้อการใช้บริการ” จากการศึกษาของกลุ่มและ ผลกระทบของกลุ่ม จะให้ข้อเท็จจริงกับนักการตลาดในส่วนที่เกี่ยวกับอิทธิพลของกลุ่ม จนเป็น วัฒนธรรมการบริโภคและมีผลต่อพฤติกรรมผู้บริโภค กลุ่มอาจจะจัดเป็นกลุ่มประเภทการติดต่อ (กลุ่มปฐมภูมิและทุติยภูมิ) โดยโครงสร้างและลำดับ (กลุ่มเป็นทางการและไม่เป็นทางการ) จากขนาด หรือความซับซ้อน (กลุ่มขนาดใหญ่และขนาดเล็ก) และโดยสมาชิกหรือกลุ่มใฝ่ฝัน (กลุ่มสมาชิก หรือกลุ่มสัญลักษณ์)

รูปแบบพื้นฐาน 6 ประการ ของกลุ่มที่เกี่ยวข้องที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้วัฒนธรรมการ บริโภค และส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของบุคคลประกอบด้วย 1. ครอบครัว 2. เพื่อน 3. ชั้สังคม 4. วัฒนธรรมกลุ่มย่อยที่ได้คัดเลือกไว้ 5. วัฒนธรรมเฉพาะบุคคล 6. วัฒนธรรมอื่นๆ

กลุ่มอ้างอิงเป็นกลุ่มที่กำหนดโครงสร้างของการอ้างอิงในการตัดสินใจซื้อ ประกอบด้วยกลุ่มอ้างอิงที่มีอิทธิพลต่อค่านิยมพฤติกรรมต่างๆ ไป

1. กลุ่มอิทธิพลพื้นฐาน
2. กลุ่มอ้างอิงเปรียบเทียบ

กลุ่มอิทธิพลที่มีทัศนคติแนวความคิดเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง ได้มีการขยายไปยังกลุ่มที่ไม่มี การติดต่อสื่อสารแบบเผชิญหน้า ซึ่งประกอบด้วยกลุ่มอ้างอิงจะมีประสิทธิผลมากสำหรับผู้โฆษณา สินค้าและบริการเพราะช่วยให้ผู้รับสาร เห็นภาพผู้ใช้ผลิตภัณฑ์ได้ชัดขึ้น

รูปแบบกลุ่มอ้างอิง 3 ประเภทที่นิยมใช้มากที่สุดคือ 1. กลุ่มที่มีชื่อเสียง 2. กลุ่มผู้เชี่ยวชาญ 3. กลุ่มบุคคลทั่วไป

สำหรับการศึกษานี้ ผู้ศึกษาไม่ยึดแนวคิด ทฤษฎี หรือผลงานวิจัยของผู้ใดเป็นแนวทาง แต่เพียงผู้เดียว แต่จะใช้จุดเด่นของแต่ละแนวคิด ทฤษฎี หรือผลงานวิจัยทั้งหมดมาผสมผสานกันในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล เพื่อให้การศึกษานี้เกิดคุณค่าทางวิชาการสูงสุด