

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยเป็นประเทศที่อุดมสมบูรณ์ด้วยพืชพันธุ์ธัญญาหารสมดังคำกล่าวที่ว่า “ในน้ำมีปลาในนามีข้าว” คนไทยรู้จักที่จะนำทรัพยากรเหล่านี้มาปรุงเป็นอาหารไทย วิธีปรุงอาหารเป็นมรดกตกทอดที่ทำสืบเนื่องกันมานับร้อยๆ ปี ปัจจุบันอาหารไทยมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักแพร่หลายไปทั่วโลก (วันดี, 2532: 203)

อาหารไทยเป็นอาหารประจำชาติที่มีการสั่งสมและถ่ายทอดภูมิปัญญากันมาอย่างต่อเนื่อง จนกลายเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติ อาหารไทยดั้งเดิมเป็นอาหารที่ปรุงอย่างง่ายๆ โดยการปิ้ง ย่าง หรือต้มเป็นหลัก ประกอบด้วยเนื้อสัตว์ พืชผักและสมุนไพร เช่น ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด พริก หอมแดง กระเทียม รากผักชี ฯลฯ ต่อมามีการรับวัฒนธรรมจากประเทศใกล้เคียง เริ่มมีการใช้นม แทนที่กะทิ หรือนำเครื่องเทศที่ไม่ใช่ของไทย เช่น ยี่หระ ลูกผักชี หรือ อบเชย เข้ามาปรับใช้ในการปรุงอาหารไทยให้มากขึ้นโดยมีการดัดแปลงให้เหมาะสมกับวัฒนธรรมการกินของคนไทย จนกลายเป็นเอกลักษณ์ของอาหารไทยในที่สุด ที่สำคัญอาหารไทยมีรูปแบบการกินที่เป็นเอกลักษณ์ และวัฒนธรรมประจำชาติ คือมีการจัดอาหารการกินให้เข้าสำหรับ โดยมีข้าวสวยเป็นหลัก กินร่วมกับอาหารอีก 3- 5 อย่าง พร้อมเครื่องเคียงของแนม ของหวานและผลไม้ โดยอาหารแต่ละชนิดมีความแตกต่างกันในลักษณะ สีกลิ่น และรสชาติ แต่เมื่อนำมาเข้าสำหรับแล้วจะให้ครบทุกรสชาติ และเน้นประโยชน์ต่อสุขภาพ อาจกล่าวได้ว่าครัวไทยให้ความสำคัญกับการจัดสำหรับอาหาร มากพอๆ กับการปรุงอาหาร เนื่องจากคำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการและสรรพคุณทางยาจากชนิดของอาหาร และวัตถุดิบที่ใช้ ถึงแม้ว่าอาหารไทยจะเป็นอาหารที่มีรสจัดแต่ก็มีความกลมกล่อม เมื่อกินแล้วสามารถแยกออกได้ว่าประกอบด้วยอะไรบ้าง เพราะจะได้กลิ่นของสมุนไพรที่เป็นส่วนประกอบครบถ้วน อีกทั้งยังมีการจัดแต่งให้ดูละม้ายดละไมสวยงามน่ากิน ปัจจุบันถึงแม้วัฒนธรรมการกินของคนไทยบางส่วนจะเปลี่ยนไปตามกระแสโลกาภิวัตน์แต่ส่วนใหญ่ยังคงรูปลักษณะเดิมอยู่ โดยเฉพาะมือเย็นซึ่งถือเป็นมือหลักของครอบครัว (ดวงจันทร์, 2548: 78) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นภาพรณ (2542) ว่า อาหารไทยเป็นอาหารเพื่อสุขภาพเนื่องจากมีความหลากหลายมีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน และที่สำคัญที่สุดเป็นอาหารที่มีพืชผักสมุนไพร

เป็นส่วนประกอบสำคัญ นอกจากนี้อาหารไทยยังมีลักษณะเด่นพิเศษที่สอดคล้องกับกระแสนิยมของโลกในปัจจุบันคือ เป็นอาหารธรรมชาติที่ไม่ผ่านกระบวนการผลิตที่มากมาย จึงถือว่าเป็นอาหารที่ปลอดภัยต่อสุขภาพของผู้บริโภค รวมทั้งเป็นอาหารเพื่อสุขภาพจิต เนื่องจากการรับประทานอาหารแบบร่วมสำรับทำให้เกิดความสัมพันธ์ ที่ดีระหว่างครอบครัว

ปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น โดยเฉพาะความก้าวหน้าของเทคโนโลยีต่างๆ การติดต่อสื่อสาร ทำให้ประเทศต่างๆ ทั่วโลกสามารถแลกเปลี่ยนข่าวสารและเผยแพร่วัฒนธรรมได้ง่าย และรวดเร็วขึ้น เช่นเดียวกับประเทศไทยที่ได้มีการพัฒนาและปรับเปลี่ยนวัฒนธรรมที่เป็นสากลนิยมมากขึ้น เช่น การยอมรับวัฒนธรรมการบริโภคจากต่างประเทศ มีผลให้รูปแบบการบริโภคของคนไทยเปลี่ยนแปลงไปเป็นแบบสังคมเมืองมากขึ้น โดยเน้นความสะดวกสบาย รวดเร็วเป็นหลัก มีการกินอาหารนอกบ้านมากขึ้น จำนวนร้านอาหารริมบาทวิถีซึ่งอาจเป็นอาหารจำพวกอาหารปรุงสำเร็จรูป อาหารเร่งด่วนหรืออาหารฟาสต์ฟู้ดแบบตะวันตกเพิ่มมากขึ้น (นภวรรณ, 2542: 3) ส่งผลให้การบริโภคอาหารของคนไทยได้เปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากอิทธิพลของอาหารต่างประเทศที่แพร่หลายเข้ามาโดยการโฆษณา และการเปลี่ยนแปลงวิถีการดำรงชีวิตของครอบครัว จึงมีผลทำให้รูปแบบการบริโภคอาหารเปลี่ยนแปลงไป โดยเฉพาะในกลุ่มคนรุ่นใหม่ ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าเป็นห่วงที่อาหารไทย ซึ่งเป็นแหล่งภูมิปัญญาไทย ที่บรรพบุรุษได้สะสมกันมากำลังจะสูญหายไปจากสังคมไทย ถ้าไม่มีการอนุรักษ์ ส่งเสริมให้มีการบริโภคมาของคนรุ่นใหม่ (อบเชย, 2548)

สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ 2544 รายงานว่าในรอบทศวรรษที่ผ่านมา พฤติกรรม การบริโภคอาหารไทยของคนไทยได้ถูกกระแสวัฒนธรรมการบริโภคแบบตะวันตกเข้าครอบงำ ส่งผลให้คนไทยมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารจากรูปแบบดั้งเดิมมาเป็นอาหารที่ได้รับวัฒนธรรม จากตะวันตกมากขึ้น แต่เดิมคนไทยรับประทานอาหารประเภท ข้าวและกับข้าวซึ่งประกอบด้วยอาหารประเภทผัด อาหารประเภทต้ม อาหารประเภทแกง อาหารประเภทยำ อาหารประเภทน้ำพริกเครื่องจิ้ม แต่ปัจจุบันวัยรุ่นไทยนิยมรับประทานขนมปัง เบอเกอร์ หรือพิซซ่า และเริ่มที่จะละเลยมองไม่เห็นคุณค่าของการบริโภคอาหารไทยโดยเฉพาะในกลุ่มของเยาวชน (อัมพวัลย์, 2541)

จังหวัดฉะเชิงเทราอยู่ในภาคกลาง มีความอุดมสมบูรณ์ พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ราบลุ่ม มีแม่น้ำบางปะกงไหลผ่าน ข้าวปลาอาหารจึงอุดมสมบูรณ์ตลอดปี รวมทั้งมีพืชผัก ผลไม้ นานาชนิด คนรุ่นเก่าๆ ได้สร้างสรรค์อาหารที่เป็นแบบฉบับของคนในท้องถิ่นไว้ แต่เนื่องจากวิถีการดำรงชีวิต

ที่เปลี่ยนไปจึงทำให้พฤติกรรมการบริโภคของวัยรุ่นเปลี่ยนไปหันมากินอาหารแบบตะวันตก อาหารสำเร็จรูปหรือกึ่งสำเร็จรูปที่ผ่านกระบวนการ ซึ่งไม่สมบูรณ์ มีไขมัน มีโปรตีน มีน้ำตาล มีเส้นใยต่ำ ละเลยการกินอาหารตามวิถีแบบไทย สวนทางกับชาวตะวันตกที่หันมานิยมกินอาหารไทยมากขึ้น เพราะเขารู้ว่ามีประโยชน์ เปี่ยมด้วยคุณค่า คนรุ่นใหม่จึงพบปัญหาโรคต่างๆ ตามมามากกว่าคนสมัยก่อน เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ไขมันในเลือดสูง มะเร็ง ภูมิแพ้ และโรคอื่นๆ ที่คนรุ่นก่อนไม่รู้จัก (ศรีสมร, 2548: 8) ได้ให้ทัศนะไว้ว่า “ถ้าเรากลับมากินอาหารธรรมชาติแบบปู่ย่าตายาย เราก็จะเจ็บป่วยน้อยลง” คนไทยน่าจะหันมาช่วยกันสืบทอดภูมิปัญญาในด้านเอกลักษณ์ในอาหารไทยไว้

จากเหตุผลดังกล่าวทำให้การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย : กรณีศึกษาจังหวัดฉะเชิงเทรา เกี่ยวกับการบริโภคอาหารไทยในด้านประเภทอาหาร ความบ่อยในการรับประทาน สถานที่ที่รับประทานอาหาร โอกาสการรับประทาน และจำนวนมือที่รับประทาน เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้วัยรุ่นไทยรับประทานอาหารไทยมากขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา

1. ลักษณะพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดฉะเชิงเทรา
2. พฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดฉะเชิงเทรา
3. ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะพื้นฐานกับการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดฉะเชิงเทรา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นแนวทางในการส่งเสริมให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย นิยมบริโภคอาหารไทยให้มากขึ้น
2. เป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สถานศึกษา ได้นำไปเป็นแนวทางในการปรับสาระการเรียนรู้เรื่องอาหารไทยในหลักสูตรวิชาที่เชื่อมโยงกับโภชนาการและสุขภาพ
3. ส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายรู้จักลักษณะและเห็นคุณค่าของอาหารไทยที่มีต่อสุขภาพ และเป็นการอนุรักษ์วัฒนธรรมการกินแบบไทยไว้
4. เป็นแนวทางในการจัดโครงการอาหารกลางวันของโรงเรียน

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดฉะเชิงเทราเขต 1 เกี่ยวกับประเภทของอาหารไทย ความบ่อยในการรับประทาน สถานที่ที่รับประทานอาหาร โอกาสการรับประทาน และจำนวนมือที่รับประทาน

นิยามศัพท์

“พฤติกรรมการบริโภคอาหาร” หมายถึง การแสดงออกของบุคคลทั้งที่สังเกตเห็นได้ และสังเกตไม่ได้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารได้แก่ การรับประทานอาหารหรือไม่รับประทานอาหาร รับประทานอย่างไร จำนวนมือที่รับประทาน และใช้อุปกรณ์อะไรบ้างที่รับประทาน รวมทั้งการปฏิบัติก่อนการรับประทานและขณะรับประทาน ตลอดจนชนิดของอาหารที่รับประทาน

“อาหารไทย” หมายถึง อาหารที่คนไทยนิยมรับประทานจนเป็นที่คุ้นเคย อาจจะเป็นอาหารไทยแท้หรืออาหารไทยแปลง (วันดี, 2532: 224)

“อาหารไทยแท้” คือ อาหารที่คนไทยที่ทำกันมาแต่โบราณส่วนมากเป็นแบบง่าย ต้มโคล้ง แกงป่า น้ำพริก และหลน(วันดี, 2532: 224)

“อาหารไทยแปลง” คือ อาหารไทยที่ดัดแปลงหรือรับมาจากต่างประเทศ บางชนิด คนไทยคุ้นเคยจนไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นของชาติอื่น เช่น แกงกะหรี่ แกงมัสมั่น ที่จริงนั้นดัดแปลงมาจากของอินเดีย ส่วนแกงจืดต้มจืดทั้งหลายดัดแปลงมาจากอาหารจีนเป็นต้น(วันดี, 2532: 224)