

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งที่จะทำความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร โดยได้ศึกษาอิทธิพลของสภาพแวดล้อมทางสังคม ค่านิยมของสังคม การเปลี่ยนแปลงของสังคม ลักษณะของชีวิตครอบครัว ตลอดจนปัจจัยและเงื่อนไขที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ผู้วิจัยใช้แนวคิดสิ่งแวดล้อมกับพฤติกรรมมนุษย์ การถ่ายทอดความรู้ และการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมกับการเรียนรู้ สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

#### 1. การศึกษาเอกสารและบุคคล

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารที่เป็นแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนได้เข้าร่วมการสัมมนาวิชาการอาหาร และโภชนาการแห่งชาติ ครั้งที่ 4 ปี 2538 การวิจัยเชิงคุณภาพในงานสายส่งเสริมสุขภาพพร้อมกับคณาจารย์จากคณะวิทยาศาสตร์สุขภาพ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และเข้าร่วมสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการแห่งชาติ จังหวัดเชียงรายในปี 2538 และเข้าร่วมประชุมวิชาการโภชนาการจากหน่วยงานอื่น ๆ ทำให้ได้แนวคิดและประเด็นที่นำไปใช้ในการเก็บข้อมูลในชุมชนที่เป็นแหล่งข้อมูล เช่น พฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหาร ขนบธรรมเนียมประเพณีเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกบริโภคอาหาร เป็นต้น

#### 2. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

พฤติกรรมการบริโภคของมนุษย์ ถูกกำหนดขึ้นโดยหลายปัจจัย ดังนั้นการอธิบายถึงสิ่งซึ่งเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม จะต้องเข้าใจในปัจจัยกำหนดต่าง ๆ ที่มีผลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อการแสดงพฤติกรรมดังกล่าว วิธีการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์นั้นมีอยู่หลายวิธี แต่การศึกษาแบบมานุษยวิทยา เป็นการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ที่ต้องมีการสร้างความไว้วางใจ ความสนิทสนม ความเชื่อใจ เพื่อที่จะได้คำตอบลึกเป็นพฤติกรรมที่แท้จริง เพื่อให้การเก็บข้อมูลเป็นไปตามหลักการวิจัยเชิงมนุษยวิทยาดังกล่าว ผู้วิจัยมีการดำเนินการดังนี้

## 2.1 การสร้างความสัมพันธ์กับชุมชน

ในระยะแรก ผู้วิจัยได้เข้าประสานงานกับทางอำเภอ เพื่อขอเข้าไปร่วมประชุม กับองค์การบริหารส่วนตำบลสารภี และได้เข้าไปแนะนำตัว และขอความสะดวกกับผู้นำท้องถิ่น โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ในการเข้าไปในพื้นที่ ซึ่งผู้นำยินดีและไม่ขัดข้อง และจากนั้น ได้สร้างความคุ้นเคยกับชาวบ้าน ผู้วิจัยมีเพื่อนอาศัยอยู่ที่บ้านป่าแดด หมู่ 1 จึงได้ขอความช่วยเหลือให้พาผู้วิจัยไปแนะนำตัวกับผู้ใหญ่บ้านและครอบครัวของเพื่อน หลังจากนั้นได้สร้างความสัมพันธ์ส่วนตัวจนได้รับการยอมรับและแนะนำต่อๆ กันไป จนทุกคนในหมู่บ้านให้ความรู้สึกเหมือนลูกหลานคนหนึ่ง และได้พาเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา และงานต่าง ๆ เช่น งานวัด งานศพ งานแต่งงาน และงานประเพณีประจำปีของหมู่บ้าน ทำให้ชาวบ้านมีความคุ้นเคยกับผู้วิจัยมากขึ้น และเมื่อได้รับการยอมรับแล้ว ผู้วิจัยจึงเริ่มเก็บข้อมูล

## 2.2. การศึกษาและสำรวจข้อมูลเบื้องต้นในสนาม

เนื่องจากการศึกษาเกี่ยวกับ พฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของชาวชนบท นั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทราบถึงลักษณะทางกายภาพของหมู่บ้าน ระบบเศรษฐกิจ และวัฒนธรรมประเพณีที่สืบทอดกันมาแต่อดีต เพราะเนื่องจากลักษณะทางกายภาพในอดีตไม่สามารถมองเห็นภาพได้ชัดเจน ดังนั้นจึงมีการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับชุมชน โดยกำหนดให้ผู้สูงอายุและผู้ทรงคุณวุฒิในหมู่บ้านได้เข้ามาร่วมแสดงความคิดเห็น ในเรื่องลักษณะทางกายภาพของหมู่บ้านในอดีตจนถึงปัจจุบัน เพื่อทราบถึงข้อมูลเบื้องต้นได้ค่อนข้างชัดเจน ส่วนข้อมูลทางด้านกายภาพในปัจจุบัน ผู้วิจัยศึกษาใช้การเดินทางสำรวจ และสังเกตสภาพแวดล้อมทั้งในและนอกหมู่บ้าน โดยมีชาวบ้านช่วยให้ข้อมูลไปด้วย จนทำให้มีความคุ้นเคยกับชาวบ้านในหมู่บ้านเป็นอย่างดี

## 3. แหล่งข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งทำความเข้าใจในพฤติกรรมของชุมชนเกี่ยวกับการเลือกบริโภคอาหาร ผู้วิจัยกำหนดบุคคลที่จะเป็นผู้ให้ข้อมูลแบ่งออกเป็น

3.1 กลุ่มผู้นำที่ไม่เป็นทางการ เช่น ผู้นำทางพิธีกรรม ผู้สูงอายุที่สามารถ  
ลำดับเหตุการณ์หรือบอกประวัติของชุมชน วิถีชีวิต วัฒนธรรมการบริโภคและพิธีกรรมที่  
เกี่ยวข้องกับการบริโภคในอดีต จนถึงปัจจุบันได้เป็นอย่างดี

3.2 สมาชิกของชุมชน โดยแบ่งออกเป็นช่วงอายุ ดังนี้

- กลุ่มเด็กเล็ก (แรกเกิด - 5 ปี)
- กลุ่มเด็กวัยเรียน (อายุ 6 - 14 ปี)
- กลุ่มวัยรุ่นทั้งในระบบและนอกระบบโรงเรียน (อายุ 15 - 25 ปี)
- กลุ่มผู้ใหญ่ทั่วไป (อายุ 26 - 59 ปี)
- กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปี ขึ้นไป)

ทั้งนี้ เพื่อทำความเข้าใจถึงพฤติกรรมกรรมการเลือกบริโภคอาหาร ในแต่ละช่วงอายุ  
ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

#### 4. เครื่องมือและการเก็บข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในพื้นที่ ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม  
และไม่มีส่วนร่วม และการบันทึกปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นดังตัวอย่าง เช่น

4.1) ประเด็นคำถาม ผู้วิจัยกำหนดประเด็นกว้าง ๆ ในการศึกษา ดังนี้

- ก) สภาพทางภูมิศาสตร์และทางนิเวศวิทยาของชุมชน
  - ประวัติชุมชน บริการสาธารณะ สภาพเศรษฐกิจ สภาพสังคมและวัฒนธรรมการประกอบอาชีพ วิถีชีวิต
- ข) องค์กรของชุมชนที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหาร
  - บทบาทการดำเนินงานทั่วไป
- ค) พฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารของชาวชนบทภาคเหนือ
  - แบบแผนการบริโภคอาหารในอดีต
  - แบบแผนการบริโภคอาหารในปัจจุบัน
  - แหล่งที่มาของอาหารในครัวเรือน และชุมชน
  - ลักษณะและประเภทของอาหารที่บริโภค

- ลักษณะการรับประทานอาหารในครัวเรือน
- การเรียนรู้เรื่องการเลือกบริโภคอาหารในครัวเรือน ฯลฯ

พร้อมๆ กับการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้ขออนุญาตผู้ให้ข้อมูลบันทึกเทปซึ่งผู้ให้ข้อมูลไม่ขัดข้อง

4.2) การสังเกต ผู้วิจัยใช้วิธีการสังเกตทั้งแบบมีส่วนร่วม และไม่มีส่วนร่วมควบคู่กันไป เป็นการบันทึกข้อมูลหรือปรากฏการณ์ต่างๆ เช่น

การสังเกตแบบมีส่วนร่วม ใช้ขณะที่ได้พูดคุยกับทุกบ้าน ร่วมรับประทานอาหารในงานบุญ งานพิธีต่างๆทั้งที่บ้านและตามสถานที่ต่าง ๆ เช่น วัด โรงเรียน ร้านค้า

การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม ใช้ทุกขณะที่อยู่ในชุมชน เช่น การเดินสำรวจหมู่บ้านร้านค้าโดยวิธีเข้าไปซื้อของซึ่งต้องใช้ความแนบเนียน ในการเป็นคนช่างสังเกตและไม่ให้ผู้ถูกสังเกตรู้ตัวจึงต้องใช้ความสามารถเป็นพิเศษ เพื่อมิให้ชาวบ้านรู้ตัว มิฉะนั้นจะไม่ได้ข้อมูลที่แท้จริง

4.3) การสนทนากลุ่ม เครื่องมือนี้ใช้เก็บข้อมูลกลุ่ม โดยจัดต่างเวลาและสถานที่กัน โดยแต่ละกลุ่มมีผู้เข้าร่วมสนทนา 5 คน ซึ่งเป็นขนาดของกลุ่มที่ผู้วิจัยดำเนินการสนทนาสะดวก การสนทนากลุ่มดำเนินไปตามขั้นตอน โดยผู้วิจัยกล่าวนำและให้กลุ่มแสดงความคิดเห็นในประเด็นที่กำหนด ผู้วิจัยคอยสังเกตและช่วยเหลือให้กลุ่มอภิปรายโดยทุกคนมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเปิดเผย เมื่อมีความคิดที่แตกต่างออกไป ผู้วิจัยได้ใช้คำถามเช่นทำไม หรือเพราะอะไร ซึ่งเป็นคำถามที่จะทำให้ทราบความคิดเห็นที่ชัดเจน ข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยได้นำไปวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ร่วมกับข้อมูลที่ได้จากวิธีการอื่น ๆ

## 5. ระยะเวลาในการศึกษา

ผู้วิจัยเข้าไปอยู่ในชุมชนช่วงเย็นเวลา 17.30-19.30 น. ทุกวัน และเสาร์ - อาทิตย์ทุกวัน ตั้งแต่เดือนเมษายน 2538 จนถึง เดือนพฤศจิกายน 2538 รวมระยะเวลาที่ทำการศึกษา 8 เดือน

#### ๘. การตรวจสอบและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อมูลในขณะที่เก็บรวบรวมข้อมูลควบคู่กันไปตลอด โดยตรวจสอบความครบถ้วน และครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย แล้วทำการจำแนกข้อมูลเป็นหมวดหมู่ เพื่อตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย แล้วทำการวิเคราะห์

โดยหาแบบแผนพฤติกรรมการบริโภคภายใต้บริบททางสังคม และวัฒนธรรมที่ศึกษา และนำเสนอผลการวิจัยโดยใช้การบรรยายเชิงสังเคราะห์