

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้จัดทำขึ้นเพื่อศึกษาปรากฏการณ์การรับประทานอาหารด้วยอารมณ์หรือการใช้อาหารในการรับมือกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในสตรีวัยรุ่นชาวไทยที่กำลังลดน้ำหนัก โดยแบ่งออกเป็น 4 การวิจัยย่อยและมีผู้เข้าร่วมการวิจัยทั้งสิ้น 1,682 คน การวิจัยย่อยที่ 1 เป็นการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณเพื่อแสดงให้เห็นว่าสตรีวัยรุ่นที่กำลังลดน้ำหนักมีความเสี่ยงต่อการรับประทานอาหารด้วยอารมณ์มากเป็นพิเศษเมื่อเทียบกับชายวัยรุ่น สตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและสตรีวัยรุ่นที่ไม่ได้กำลังลดน้ำหนัก การวิจัยย่อยที่ 2 เป็นการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพถึงธรรมชาติของการรับประทานอาหารด้วยอารมณ์ ผลลัพธ์ที่ตามมาและลักษณะบุคลิกภาพของสตรีวัยรุ่นที่กำลังลดน้ำหนักซึ่งมีการรับประทานอาหารในลักษณะนี้ การวิจัยย่อยที่ 3 เป็นการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณเพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่ช่วยพยากรณ์การรับประทานอาหารด้วยอารมณ์ ผลการวิจัยย่อยนี้เป็นที่มาของการสร้างโมเดลเพื่อช่วยอธิบายความสัมพันธ์ของปัจจัยที่ช่วยพยากรณ์การรับประทานอาหารด้วยอารมณ์ในการวิจัยย่อยที่ 4 หลังจากนั้น เป็นการอภิปรายถึงทิศทางการศึกษาในอนาคตเกี่ยวกับการรับประทานอาหารด้วยอารมณ์

**คำสำคัญ:** การรับประทานอาหารด้วยอารมณ์ วัยรุ่นสตรีที่กำลังลดน้ำหนัก ความไม่พึงพอใจในรูปลักษณ์ การตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ดัชนีมวลกาย ความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปลักษณ์ การรับประทานอาหารตามสิ่งเร้าภายนอก

## **Abstract**

*The present paper illustrated initial attempts to understand the phenomenon of emotional eating, the use of eating in handling emotional states, in dieting Thai adolescent females. A set of four studies were conducted to shed light on this phenomenon in a total of 1,682 participants. In Study 1, initial quantitative studies were carried out to establish the vulnerability of dieting female adolescents to emotional eating in comparison to male adolescents, female young adults, and non-dieting female adolescents. Study 2 was conducted with an aim to elicit qualitative data regarding the nature of emotional eating, its psychological outcomes, and the profiles of dieting female adolescents who relied on this coping strategy. Study 3, data were elicited to examine the antecedents of emotional eating. All together, this led to the testing of the path model that helped explain the antecedents of emotional eating in Study 4. Directions for future studies in emotional eating were proposed.*

**Keywords:** Emotional eating, dieting female adolescents, body image dissatisfaction, self-esteem, Body Mass Index, body preoccupation, external eating