

**POWER AND FITNESS PRACTICE: PROCESS OF
BODY MANAGEMENT**

MONTAYA SUNANTIWAT

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENTS FOR
THE DEGREE OF DOCTOR OF PHILOSOPHY
(MEDICAL AND HEALTH SOCIAL SCIENCES)
FACULTY OF GRADUATE STUDIES
MAHIDOL UNIVERSITY**

2007

COPYRIGHT OF MAHIDOL UNIVERSITY

POWER AND FITNESS PRACTICE: PROCESS OF BODY MANAGEMENT**MONTAYA SUNANTIWAT 4436716 SHMS/D****Ph.D. (MEDICAL & HEALTH IN SOCIAL SCIENCES)****THESIS ADVISORS: LUECHAI SRINGERNYUANG, Ph.D., APINYA****FEUNGFUSAKUL, Ph.D., PIMPAWAN BOONMONGKOL, Ph.D.****ABSTRACT**

Prime objectives of this qualitative study are to understand contents and refined strategies utilized by each fitness club to encourage lots of people to enroll in a process of fitness club, to clarify the process of body management and body discipline instilled in fitness members within the fitness clubs, and to clarify and compare the relationship between each special context of the three fitness clubs and social distinction. Three different fitness clubs in the suburb area of Bangkok were purposively selected in order to illustrate the vivid picture of different techniques used by different clubs to persuade several people to apply for fitness club membership, and contrasting images of fitness clubs that signified social distinction. Participation observation technique was used to acquire information regarding process of body discipline within the club.

The results show that various refined strategies were utilized by the for-profit fitness clubs in order to entice a large number of people into enrolling in the fitness club. For example, special promotion package of 50% discount, or a duo package, was offered within the opening ceremony period. By contrast, no promotion campaign was created and launched by the non-profit fitness place because inexpensive annual payment itself could draw a glut of customers to apply for fitness membership. Since the three fitness clubs were purposively selected to portray different social position of the members, fitness club's image and ambiance, as well as exercise instruments and facilities offered by different fitness clubs could signify the specific taste and social distinction of each member group. Even though the three fitness clubs offered different ambiance and services, process of body discipline was encouraged through similar ways. For instance, personal guidelines for routine workout were recommended by each fitness instructor to encourage clients to follow the protocol strictly and regularly. In addition, all indicators that appear on the monitor of each cardiovascular device could reproduce and intensify the process of calculability and body discipline of each member effectively. In this study, calculability was utilized as the effective tool to lure individuals into reckoning that they were "the great subject" who had absolute power to choose and control everything while they were actually transformed into an object of discourse on the ideal fit and slender body and body discipline.

**KEY WORDS: POWER/ FITNESS PRACTICE/ IDEAL BODY/ BODY
DISCIPLINE****132 P.**

อำนาจ และปฏิบัติการทางฟิตเนส: กระบวนการจัดการเรือนร่าง (POWER AND FITNESS PRACTICE: PROCESS OF BODY MANAGEMENT)

มนทยา สุนันท์วิวัฒน์ 4436716 SHMS/D

ปร.ด. (สังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ลือชัย ศรีเงินยวง, Ph.D., อภิญญา เฟื่องฟูสกุล, Ph.D.,

พิมพ์วิทย์ บุญมงคล, Ph.D.

บทคัดย่อ

งานวิจัยเชิงคุณภาพชิ้นนี้ มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อทำความเข้าใจในตัวเนื้อหาสาระและกลวิธีอันแบบขดของแต่ละฟิตเนสคลับ ในการโน้มน้าวให้ผู้คนที่จำนวนมากเข้ามาสมัครเป็นสมาชิก รวมถึงอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับกระบวนการจัดระเบียบร่างกายที่เกิดขึ้นกับสมาชิก อีกทั้งทำการเปรียบเทียบให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมที่แตกต่างในคลับแต่ละแห่ง สามารถสะท้อนให้เห็นถึงระดับความแตกต่างทางสังคมของสมาชิกที่มาใช้บริการได้ ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการเลือกฟิตเนสคลับอย่างเฉพาะเจาะจง 3 แห่ง ที่สามารถแสดงรายละเอียดที่ชัดเจนของกลวิธีใช้ในการโน้มน้าวให้ผู้คนที่เข้ามาสมัครเป็นสมาชิก รวมถึงสามารถแสดงภาพลักษณ์และบรรยากาศโดยรวมที่แตกต่างกันอย่างเด่นชัดของคลับแต่ละแห่ง ที่สามารถบ่งถึงระดับความแตกต่างทางสังคมของกลุ่มสมาชิกที่ให้บริการได้อย่างชัดเจน การศึกษานี้ได้ใช้เทคนิคการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมของผู้วิจัย ในการเข้าถึงข้อมูลเกี่ยวกับกระบวนการจัดระเบียบร่างกายของบรรดาสมาชิกในฟิตเนสคลับ

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า ฟิตเนสคลับเอกชนได้ใช้กลวิธีอันแบบขดและหลากหลาย ในการโน้มน้าวให้ผู้คนที่จำนวนมากเข้ามาสมัครเป็นสมาชิก เช่น การนำเสนอส่วนลดพิเศษครั้งราคา หรือแพ็คเกจสำหรับสมาชิกที่สมัครเป็นคู่ในช่วงการเปิดสาขาใหม่ ในขณะที่ศูนย์ฟิตเนสที่ดำเนินการโดยภาครัฐไม่มีกลยุทธ์การการโฆษณาแต่อย่างใด เนื่องจากอัตราค่าสมาชิกรายปีที่ค่อนข้างถูกสามารถเรียกลูกค้าจำนวนมากให้เข้ามาสมัครเป็นสมาชิกได้อยู่แล้ว เนื่องจากฟิตเนสคลับทั้งสามได้ถูกคัดเลือกมาอย่างจำเพาะเจาะจง เพื่อบ่งชี้ถึงสถานภาพทางสังคมที่แตกต่างของบรรดาสมาชิกที่เข้ามาใช้บริการ ดังนั้นบรรยากาศของคลับ รวมถึงอุปกรณ์อำนวยความสะดวกที่ทางฟิตเนสคลับแต่ละแห่งจัดเตรียมไว้สำหรับบรรดาสมาชิก สามารถแสดงให้เห็นถึงรสนิยม และระดับความต่างทางสังคมของกลุ่มสมาชิกได้อย่างชัดเจน แม้ว่าคลับทั้ง 3 แห่งจะนำเสนอบรรยากาศ และบริการในระดับที่ต่างกัน แต่กระบวนการจัดระเบียบร่างกายให้กับบรรดาสมาชิกเป็นไปในลักษณะเดียวกัน เช่นการที่ครูฝึกจัดทำโปรแกรมการฝึกส่วนบุคคลให้กับสมาชิก และพยายามโน้มน้าวให้บรรดาสมาชิกปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด นอกจากนั้นตัวเลขที่ปรากฏอยู่ที่หน้าจอของเครื่องออกกำลังกาย ทำหน้าที่เป็นตัวเร่งและผลิตซ้ำกระบวนการจัดระเบียบร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ ที่สำคัญคือศักยภาพในการคิดคำนวณเชิงเหตุผลได้ถูกมาใช้เป็นเครื่องมือในการหลอกให้ปัจเจกหลงคิดไปเอง ว่าตนเองมีอำนาจเบ็ดเสร็จเด็ดขาดในการเลือกและควบคุมทุกสิ่ง ทั้งที่แท้จริงแล้วปัจเจกกำลังถูกแปรสภาพเป็นวัตถุแห่งวาทกรรมว่าด้วยเรือนร่างในอุดมคติ และการจัดระเบียบร่างกายโดยไม่รู้สีกตัว