



# การประชุมวิชาการระดับชาติ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ครั้งที่

The 4<sup>th</sup> NPRU National Academic Conference

2 0 1 2

Nakhon Pathom Rajabhat University | Nakhon Pathom | Thailand

# 4

“75 ปีจากโรงเรียนสตรีฝึกหัดครูสู่มหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและ  
การเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน”

Vol.3

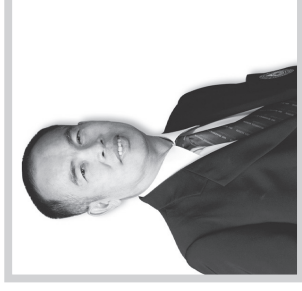


วันที่ 12-13 กรกฎาคม 2555

อาคารโลจิสติกส์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จังหวัดนครปฐม



## สารจากอธิการบดี



มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ยึดมั่นในปรัชญา “การศึกษา สร้างคน คิดค้นภูมิปัญญา พัฒนาท้องถิ่น” และมีวิสัยทัศน์ คือ “เป็นมหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืน เกิดบัณฑิต ที่มีคุณภาพคู่คุณธรรม พัฒนาองค์ความรู้ ภูมิปัญญาสู่สากล” ซึ่งกลไกหนึ่งในการขับเคลื่อนให้เกิดการคิดค้นภูมิปัญญา เพื่อที่จะผลิตบัณฑิตให้มีคุณภาพ หรือการพัฒนาท้องถิ่นให้ยั่งยืน คือ การสร้างองค์ความรู้จากงานวิจัยเพื่อตอบโจทย์ปัญหา และพัฒนา ท้องถิ่น และผลที่ตามมาคือองค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัยซึ่งนำไปสู่ สากล เว็บไซต์งานประชุมวิชาการระดับชาติมหาวิทยาลัยราชภัฏราชบุรี นครปฐม ครั้งที่ 4 ภายใต้แนวคิด “75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีสุริยวงศ์สู่ สู่มหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน”

มหาวิทยาลัยราชภัฏราชบุรีในวันนี้ 12 - 13 กรกฎาคม 2555 ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐมในครั้งนี้ มหาวิทยาลัย หวังว่าจะเป็นเวทีในการแลกเปลี่ยนผลงานวิจัยระหว่างนักวิชาการ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาของมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม และมหาวิทยาลัย หรือหน่วยงานอื่นๆ ที่สนใจวิจัยในการขับเคลื่อน เพื่อตอบโจทย์ปัญหา และพัฒนาท้องถิ่น และประเทศชาติต่อไป

ท้ายที่สุดนี้ ผมขอขอบคุณเครือข่ายสภามหาวิทยาลัยราชภัฏราชบุรี บัณฑิตยสถานในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา และ คณะผู้จัดงานประชุมวิชาการระดับชาติในครั้งนี้ และขอให้ทุกท่าน นำความรู้ที่ได้จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทางวิชาการในครั้งนี้ ไป ประยุกต์ใช้ในการพัฒนาท้องถิ่น ประเทศชาติ และสังคมต่อไป

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมเดช นิลพันธุ์)  
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

### The 4<sup>th</sup> NPRU National Academic Conference 2012

Nakhon Pathom Rajabhat University | Nakhon Pathom | Thailand | 12-13 July 2012

การประชุมวิชาการระดับชาติ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ครั้งที่ 4

The 4<sup>th</sup> NPRU National Academic Conference 2012

“75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีสุริยวงศ์สู่มหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและ การเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน”

ณ อาคารโกลด์สเกิ้ล มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จังหวัดนครปฐม 73000

วันที่ 12 - 13 กรกฎาคม พ.ศ. 2555

### หลักการและเหตุผล

งานประชุมวิชาการระดับชาติ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐมได้เริ่มจัดครั้งแรกในปี พ.ศ. 2552 โดยสถาบันวิจัยและพัฒนา และได้จัดอย่างต่อเนื่องทุกปีจนถึงครั้งที่ 4 ในปี พ.ศ. 2555 โดยงานประชุมวิชาการระดับชาติ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐมนั้นเป็นวัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวที แลกเปลี่ยนทางวิชาการระหว่างคณาจารย์ นักศึกษา นักวิจัย และนักวิชาการ ทั้งจากหน่วยงาน ภายในและหน่วยงานภายนอกมหาวิทยาลัย เพื่อนำเสนอแลกเปลี่ยนผลงานวิจัย ทั้งในรูปแบบ ของการบรรยาย (Oral Presentation) และภาคโปสเตอร์ (Poster Presentation) ซึ่งถูกกล่าวถึงและคัดเลือกโดยผู้ทรงคุณวุฒิในสาขานั้นๆ จำนวน 3 ท่าน บทความวิจัย ที่ได้รับคัดเลือกในการนำเสนอในงานประชุมวิชาการครั้งนี้ บทความจะได้รับการตีพิมพ์ใน เอกสารประกอบการประชุมวิชาการ (Abstract Proceedings Book) โดยบทความวิจัย ฉบับเต็ม (Full Paper) อยู่ในรูปแบบดิจิทัลไฟล์ซึ่งจะนำไปจัดตั้งไว้ที่เว็บไซต์ของ สถาบันวิจัยและพัฒนา (rdi.npru.ac.th) มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม และจะส่งให้ห้องสมุด ของมหาวิทยาลัยทั่วประเทศ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้จะคัดเลือกบทความวิจัย ฉบับเต็ม (Full paper) ที่มีคุณภาพดี ซึ่งถูกกลั่นกรองและคัดเลือกโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ลงตีพิมพ์ในวารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ซึ่งอยู่ในฐานข้อมูลดัชนีการอ้างอิง วารสารไทย (TCI : Thai-Journal Citation Index)

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จึงขอเสนอ โครงการประชุมวิชาการ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ครั้งที่ 4 ภายใต้แนวคิด ของการจัดประชุมวิชาการ “75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีสุริยวงศ์สู่มหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนา ท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน” ระหว่างวันที่ 12 - 13 กรกฎาคม 2555 ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

ส า ร บั ญ (ต่อ)

| การนำเสนอผลงานแบบบรรยาย                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | หน้า    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| กลุ่มหลักสูตรและการสอน (EDU3) [ผศ.ดร.สมจิต จันทระฉาย] [ผศ.ดร.รัฐดาว พิศาลพงษ์] | [ดร.วัฒนา อัครพานิช]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 649-771 |
| 77                                                                             | ศึกษาผลของการนำรูปแบบการเผยแพร่ความรู้ไปบนการสอนภาษาไทยแบบสร้างเสริม<br>สะสมประสบการณ์ภาษาสู่โรงเรียน ในเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนครปฐม<br>The Study of the effect of Innovation Diffusion Model for Distributing theThai Language Instruction Model to Schools under the Jurisdiction of the Office of Nakhon Pathom Province Education Area<br>ศุภันท์ โทมนอก และ สมจิต จันทระฉาย                                                    | 690-699 |
| 78                                                                             | การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมรูปแบบการเรียนการสอนแบบสร้างเสริม สะสมประสบการณ์ภาษา<br>สำหรับนักศึกษาวิทยาลัยครูหลวงพระบาง สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว<br>The Development of Training Curriculum of 3 Sor Instruction Model For Students in Luangprabang Teacher Training College Lao People's Democratic Republic<br>P. Sorphimpha, S. Janjai And D. Komen-Ek                                                                              | 700-709 |
| 79                                                                             | การพัฒนาความสามารถด้านการอ่านจับใจความภาษาอังกฤษของนักศึกษาเอกภาษาอังกฤษ<br>ที่วิทยาลัยครูหลวงพระบาง ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือบูรณาการการอ่านและการเขียน<br>The Development English Major Students' Reading Comprehension Ability Taught by Cooperative Integrated Reading and Composition Technique at Luangprabang Teacher Training College<br>จันทร์ทิพย์ สพรหม และ วิไลรัตน์ ศิรินทร์                                   | 710-717 |
| 80                                                                             | การประเมินหลักสูตรปริญญาตรีศึกษาศาสตร์ ภาควิชาครุศึกษาศาสตร์ (ปรับปรุงพุทธศักราช 2550)<br>มหาวิทยาลัยสุรนารี สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว<br>The Curriculum Evaluation of Bachelor of Education Program in Department of Mathematics (Revised Edition B.E. 2550) at Souphanouvong University Lao People's Democratic Republic<br>Mr.Yelee Chournou and Assistant Professor Dr.Yothin Sriopha                                         | 718-727 |
| 81                                                                             | การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเรื่องการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยใช้หลักการเรียนรู้<br>CIPPA สำหรับอาจารย์แห่งมหาวิทยาลัยสุรนารีสาธการณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว<br>The Development of Training Curriculum on Student centered Instruction By Using Cippa Learning Principles for Lecturers of Souphanouvong University Lao People's Democratic Republic<br>Mr. Thongthiane Vathanavong, Assistant Professor Dr.Somchit Janjai | 728-736 |
| 82                                                                             | การพัฒนาชุดกิจกรรมเสริมการสอนอ่านภาษาอังกฤษเพื่อความเข้าใจ เรื่องเมืองมรดกโลกหลวงพระบาง<br>สำหรับนักศึกษาวิทยาลัยครูหลวงพระบาง สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว<br>The Development of Supplementary English Reading Comprehension Activities on The World Heritage Site, Luang Prabang, Luang Prabang Teacher Training College, Lao PDR<br>Miss Somchit Sengphatsitsay and Assoc. Prof. Dr. Wilairat Kitim                               | 737-744 |
| 83                                                                             | การศึกษาค้นคว้าเชิงปฏิบัติการเรียนคณิตศาสตร์และความสามารถในการแก้ปัญหาของนักศึกษา<br>วิทยาลัยครูหลวงพระบางที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบการสอนแบบร่วมมือเทคนิคกลุ่มสืบค้น<br>A Study of Learning Achievement on Mathematics and the Ability to Solve Problems of Luang Prabang Teacher Training College's Students by Using Cooperative Learning Group Investigation Technique Approach<br>Ch. Simuand and A. Inyoo               | 745-755 |

ส า ร บั ญ (ต่อ)

| การนำเสนอผลงานแบบบรรยาย                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | หน้า    |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| กลุ่มหลักสูตรและการสอน (EDU3) [ผศ.ดร.สมจิต จันทระฉาย] [ผศ.ดร.รัฐดาว พิศาลพงษ์] | [ดร.วัฒนา อัครพานิช]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 649-771 |
| 84                                                                             | การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเรื่องการจัดการเรียนการสอนแบบร่วมมือสำหรับอาจารย์<br>มหาวิทยาลัยสุรนารีแห่งสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว<br>The Development of Training Curriculum on Cooperative Learning Methods for Teachers of Souphanouvong University Lao's People Democratic Republic<br>Sonephet Thongpaddit and Jittirat Seangloetufhai                                  | 756-763 |
| 85                                                                             | การพัฒนาแบบเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนวิชาภาษาอังกฤษ เรื่อง พระธาตุหลวงเวียงจันทน์<br>เพื่อส่งเสริมทักษะการฟังของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยแห่งชกติลาว<br>The Development of Computer Assisted Instruction in English on Pha That Luang to Promote Listening Skill for Year 1 Students of National University of Laos<br>Ponerally Pongnathy and Suvimol Mukilboondchai | 764-771 |
| กลุ่มพยาบาลศาสตร์ (NUP) และสาธารณสุขศาสตร์ (PH) [รศ.ดร.สุตะตรา ดชมบุญพงษ์]     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 772-897 |
| 86                                                                             | การจัดการระบบบริการสุขภาพสำหรับผู้ประสบอุทกภัย ณ ศูนย์พักพิงชั่วคราว<br>มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม<br>Health Care Service Management System for Flood Victims at the shelter, Nakhon Pathom Rajabhat University<br>พัทธชนก บัวเจริญ                                                                                                                                          | 773-782 |
| 87                                                                             | ภาวะความเครียดและการปรับตัวของผู้ประสบอุทกภัยจากภาาจะน้ำท่วม<br>ณ ศูนย์พักพิงชั่วคราว มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม”<br>Stress and Adaptation among Flood Victims at the Shelter in Nakhon Pathom Rajabhat University<br>วิภา จันทระ และ สมบัติ ประพัทธ์สุรางศา                                                                                                                 | 783-791 |
| 88                                                                             | การศึกษาด้านกายภาพการจัดการสวัสดิการสังคมโดยชุมชนเพื่อสร้างชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง<br>ขององค์การบริหารส่วนตำบลคลองน้ำไหล<br>The Study of Capacity and Social Welfare Management by Community Established Self Care Local Management at Khongnamlai Thombon, Khampangsat Province<br>วิภา จันทระ, พัทธชนก บัวเจริญ, สมบัติ ประพัทธ์สุรางศา และ นณณ งามเอ็ด                | 792-802 |
| 89                                                                             | ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการเกินในเด็กก่อนวัยเรียนในจังหวัดนครปฐม<br>Factors Associated with Obesity in Preschool Children in Nakhon Prathom Province<br>นางสงคราญชัยนธ์ อัครประเสริฐกุล และ นางสราวรรักษ์ย์ แสนยศ                                                                                                                                              | 803-814 |
| 90                                                                             | พฤติกรรมกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย<br>มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม<br>Health Promoting Behaviors among Volunteers at the Shelter for Flood Victims, Nakhon Pathom Rajabhat University, Thailand<br>นณณ งามเอ็ด และ นนุช เขาวงศ์                                                                                                               | 815-824 |

[33] อุนาพร สุทธิบัวกุล, มลีนี จงวิริยะพันธุ์ และสุภาพรพรณ ตันศรีศรีธอร์. (2550). โภชนาการในเด็ก ความรู้สู่ปฏิบัติ. ชมรมโภชนาการเด็กแห่งประเทศไทย. บียอนด์ เอ็นเทอร์ไพรซ์.

[34] พรานี่ อุบลม. (2550). ปัจจัยที่มีผลต่อการอ่านในเด็กวัยก่อนเรียนถึงวัยรุ่นบนพื้นที่. วิทยานิพนธ์ วิทยาดุษฎีมหาบัณฑิต สาขาพยาบาล สาธารณสุข. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

[35] เอ็มพร จันทพรอง. (2544). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียน จัหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกพยาบาลสาธาณสุข. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

[36] อรุโธ อัดดาโรย. (2549). ปัจจัยที่มีผลเกี่ยวข้องกับการโภชนาการเด็กในนักเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร. วารสารสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร. 4(2), 144.

[37] Davison, K. K., & Birch, L. L. 2001. (Childhood overweight: a contextual model and recommendations for future research. *Obesity Reviews*. 2: 159-171.

[38] จิปัญญา วิริยะเจริญ. (2551). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการโภชนาการในเด็กวัยก่อนเรียนในเขตจังหวัดนครนายก. วิทยานิพนธ์บัณฑิตยสาธาณศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

[39] เหวี จักกานิช. (2536). ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้โภชนาการกับภาวะสุขภาพ เบริโคโนนิสและการปฏิบัติกิจวัดประจักษ์กับภาวะอ้วนในเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาตรมหาบัณฑิต สาธาณศาสตร. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

[40] นริญา พยบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาธาการพยาบาลเด็ก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิทยานิพนธ์.

[41] O'Connor TM, Yang SJ & Nicklas TA. (2006). Beverage intake among preschool children and its effect on weight status. *Pediatrics*. October; 118(4): e1010-1018. Retrieved April 4, 2007, from <http://pediatrics.aappublications.org/cgi/content/abstract/118/4/e1010>

[42] นางสาว วรทิพย์ แสงศรีวิฑูร. (2536). แบบแผนการใช้โภชนาการว่างของเด็กรุ่นและเด็กที่อายุ 7-9 ปี โรงเรียนเอกชน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาตรมหาบัณฑิต, สาขานิชนาวิทยา มหาวิทยาลัยมหิดล.

[43] Nelson, J. A., Carpenter, M. K. & Chason, M. A. (2006). Diet, Activity, and Overweight Among Preschool-Age children Enrolled in the Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC). *Preventing Chronic Disease Public Health Research, Practice, and Policy*. 3(2):1-12.

[44] ไพรัตน์ พูลสุโขทัย. (2552). ผลของโปรแกรมการป้องกันโรคอ้วนในเด็กก่อนวัยเรียนของศูนย์เลี้ยงดู. วิทยานิพนธ์บัณฑิตยสาธาณศาสตร. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย  
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม  
Health Promoting Behaviors among Volunteers at the Shelter for Flood Victims, Nakhon Pathom Rajabhat University, Thailand

ณลฤ ญอมลัสัย<sup>1</sup>, พย.ม., (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน), และ  
นงนุช เขาวนิลป<sup>2</sup>, พย.ม., (การพยาบาลอายุรศาสตร์และสัตยศาสตร์)

<sup>1</sup>อาจารย์ ภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

E-mail: kanallapoo@npu.ac.th

<sup>2</sup>อาจารย์ ภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

E-mail: nongnutch@npu.ac.th

บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงพรรณนาค้นนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ จำนวนวันที่ศึกษา รายได้ กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย กลุ่มตัวอย่างเป็นอาสาสมัครที่ศูนย์พักพิง ผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จำนวน 81 คน โดยเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล และแบบสอบถามพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพหลังหาความเจือปนของแบบสอบถามด้วยวิธี สัมภาษณ์เชิงลึฟหาคอนอบนาค ได้เท่ากับ .94 รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนพฤศจิกายนถึงธันวาคม พ .ศ.2554 วิเคราะห์ข้อมูลด้วย สถิติเชิงพรรณนา สถิติที่และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมี พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพโดยรวม พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ด้านการออกกำลังกายและกิจกรรเพื่อการพักผ่อน โภชนาการ การจัดการกับความเครียด ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ สัมพันธภาพ ระหว่างบุคคล และการพัฒนาทางจิตวิญญาณ อยู่ในระดับมาก แต่เมื่อพิจารณาว่าข้อพบว่า พฤติกรรมการออกกำลังกาย การหลีกเลี่ยงอาหารไขมันสูง และการจัดการความเครียด อยู่ในระดับน้อย สำหรับปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ อายุ ( $r = .29, p\text{-value} < .01$ ) กล่าวคือ อายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

ผลการศึกษาระหว่างความจำเป็นในการพัฒนาพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพในด้านกาออกกกำลังกาย การหลีกเลี่ยง อาหารไขมันสูง และการจัดการความเครียด กลุ่มอายุน้อยมีพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพโดยอกว่ากลุ่มอายุมาก จึงควรได้รับการ ส่งเสริมอย่างจริงจัง

คำสำคัญ: พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ อาสาสมัคร ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย



Abstract

**Purpose of the Study:** To investigate the relationship of demographic factors, e.g. gender, age, educational level, income with health promoting behaviors among volunteers at the Shelter for flood victims, Nakhon Pathom Rajabhat University.

**Method:** This study was a cross-sectional design. A purposive sampling method was used to recruit 81 NPRU staff voluntary working at the Shelter for flood victims, Nakhon Pathom Rajabhat University. The research instruments were questionnaires ascertaining demographic data and health promoting behaviors. The data were collected from November to December, 2011. Descriptive statistics, independence t-test and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient were performed to analyze the data.

**Finding:** Most of the subjects had a good level of overall health promoting behaviors and each of 6 dimensions including physical activity, stress management, nutrition, health responsibilities, spiritual growth, and interpersonal relations. However there were a few health promoting activities which the subjects hardly performed. These included exercise, eating low fat diet and stress management. Regarding between the relationship health promoting behaviors, Age was only one positively significant factor related to health promoting behaviors. ( $r = .29, p\text{-value} < .01$ ). The others were not.

**Conclusions:** Although the subjects in this study reported that they has good health promoting behaviors, but in comparison with older subjects, the younger staffs had worse health promoting behaviors. The younger staffs therefore should improve their health promoting behaviors. There are recommended activities which the staffs should do to improve their health promoting behaviors such as regularly exercise, healthy eating, and stress management.

**Keywords:** health promoting behaviors, volunteers, shelter for flood victims

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การสร้างเสริมสุขภาพเป็นกลยุทธ์สำคัญในการพัฒนาสุขภาพทั้งด้านกาย จิตใจ และ สังคมของบุคคล การที่บุคคลมีสุขภาพที่ดีจะส่งผลให้บุคคลมีคุณภาพชีวิตที่ดี (1) ซึ่งจะทำให้ประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิต สำหรับในยุคปัจจุบันนี้ มีปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพของบุคคลมากมาย และมีความซับซ้อนมากกว่าในอดีตเนื่องจากความเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม การเมืองเปลี่ยนแปลงโดยเฉพพะพฤติกรรมสุขภาพ จากการสำรวจพฤติกรรมบริโภคของประชากรเมื่อ พ.ศ. 2552 (2) พบว่ามีการบริโภคไขมันเพิ่มขึ้นตั้งแต่บริโภคเส้นใยน้อยลง นอกจากนี้ผลการสำรวจพฤติกรรมกรมการออกกำลังกายของประชากรอายุ 11 ปีขึ้นไปในปี พ.ศ.2550 พบว่า มีการออกกำลังกายอย่างเพียงพอเพียงร้อยละ 29.6) และมีแนวโน้ม การสูบบุหรี่และดื่มสุราเพิ่มขึ้นอีกด้วย (3) ประกอบกับการพัฒนาในยุคปัจจุบันนี้ไม่จำเป็นภาคเกษตรกรรม อุตสาหกรรม หรือหน่วยงานต่างๆ ที่เกิดขึ้นทั้งภาครัฐและเอกชน ทำให้บุคคลมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ตามมา และอาจเกิดโรคต่างๆ มากมายโดยเฉพาะโรคเรื้อรัง สำหรับโรคเรื้อรังซึ่งเกิดจากพฤติกรรมสุขภาพที่ปฏิบัติอย่างไม่ถูกต้องซึ่งอย่างมาก โดยในช่วงปี พ.ศ.2552 มีอัตราการป่วยด้วยโรคเรื้อรังสูงถึง 9,281.95 ต่อประชากรแสนคน (4) ทำให้ต้องเสี่ยงงบประมาณในการดูแลสุขภาพค่อนข้างสูงประมาณปีละ 3 แสนล้านบาท และมีแนวโน้มว่าจะสูงขึ้นทุกปี (5)

จากสถานการณ์ดังกล่าวประกอบกับปัจจุบันมีสถานการณือุทกภัย และมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ได้เปิดเป็นศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มีอาสาสมัครอาสาต่าง ๆ จำนวนมากเข้ามาเป็นอาสาสมัครในการให้ความช่วยเหลือผู้ประสบอุทกภัยเหล่านี้ ซึ่งพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่เหมาะสมของอาสาสมัครเหล่านี้ส่งผลให้อาสาสมัครฯ สามารถปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้การทำงานของผู้พักพิงประสบอุทกภัยกับชุดปฏิบัติการได้เป็นอย่างดี อย่างไรก็ตามพบว่ายังไม่ค่อยได้ปฏิบัติงานเกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพในกลุ่มอาสาสมัครซึ่งเข้ามาร่วมเป็นอาสาสมัครดังกล่าว ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาถึงพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

ตามแบบจำลองพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion Model) ของเพนเดอร์ (6) ซึ่งอธิบายพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ 6 ด้าน ประกอบด้วย การออกกำลังกายและกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน โภชนาการ การจัดการกับความเครียด ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และการพัฒนาทางจิตวิญญาณ โดยผลจากการศึกษาครั้งนี้ จะได้อัตราพื้นฐานเกี่ยวกับสถานการณ์และความต้องการด้านสุขภาพ ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม เพื่อนำมาวางแผนดำเนินการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนกลุ่มเสียพรการดับ ทั้งนี้ในระดับนโยบายตลอดจนระดับปฏิบัติการ สามารถที่จะดำเนินการพัฒนา และลดทอนปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการสร้างเสริมสุขภาพได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะส่งผลให้คุณภาพชีวิตที่ดีและมั่นคงที่สำคัญเพื่อบรรเทาความทุกข์แก่ผู้ประสบอุทกภัยต่อไป

วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครที่ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพกับปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ จำนวนปีที่ศึกษา รายได้ ของอาสาสมัครที่ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

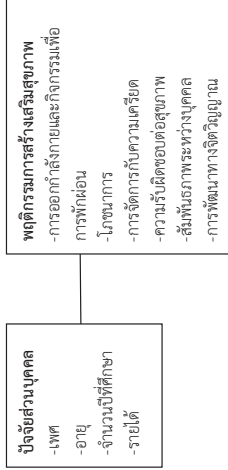
นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

**พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ** หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมการดูแลสุขภาพของอาสาสมัครศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ประกอบด้วย 6 ด้าน คือ การออกกำลังกายและกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน โภชนาการ การจัดการกับความเครียด ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และการพัฒนาทางจิตวิญญาณ มีการวัดเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ประกอบด้วย ไม่เคยปฏิบัติ ถึงปฏิบัติทุกครั้ง

**อาสาสมัคร** หมายถึง บุคลากรประจำมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม และประชาชนทั่วไปที่อาสาทำหน้าที่ในหน่วยงานศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้เน้นคิดแบบจำลองพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion Model) ของเพนเดอร์ (Pender, 2006) ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ การออกกำลังกายและกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน โภชนาการ การจัดการกับความเครียด ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา รายได้ การรับรู้ความสามารถแห่งตน การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้บรรทัด และการรับรู้โอกาสเสี่ยง (5), (7), (8), (9), (11), (12), (13), (14), (15) สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ศึกษาเฉพาะ เพศ อายุ จำนวนปีที่ศึกษา และรายได้ เนื่องจากช่วงระยะเวลาในการเปิดศูนย์พักพิงเป็นช่วงระยะสั้น



วิธีการดำเนินการวิจัย  
รูปแบบวิจัย

การศึกษาค้นคว้าเป็นการวิจัยพรรณนารูปแบบภาคตัดขวาง (Cross sectional Descriptive Research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาเลือกด้วยวิธีเจาะจง (purposive sampling) คือ อาสาสมัครที่ปฏิบัติงานช่วยเหลือผู้ประสบอุทกภัยที่ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม และยินยอมเข้าร่วมวิจัย โดยลงลายมือชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมวิจัยภายหลังได้รับการอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับการวิจัยแล้วจำนวนทั้งสิ้น 81 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ แบ่งเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 สอบถามข้อมูลเบื้องต้นส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ จำนวนปีศึกษา และรายได้ ส่วนที่ 2 สอบถามข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยพัฒนาจากแบบจำลองพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion Model) ของเพนเดอร์ (Pender, 2006) ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ การออกกำลังกายและกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน โภชนาการ การจัดการกับความเครียด ความรับผิดชอบสุขภาพ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และการพัฒนาทางจิตวิญญาณ รวมจำนวน 47 ข้อ ลักษณะเป็นมาตราวัดมาตรส่วนประมาณค่า 4 อันดับ ได้แก่ ไม่เคยปฏิบัติ ปฏิบัติบ้างครั้ง ปฏิบัติบ่อยครั้ง และปฏิบัติทุกครั้ง ครบทุกข้อความเชื่อมโยงแบบสอบถามด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยทดสอบในอาสาสมัครที่ศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ที่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ได้เท่ากับ .84

การเก็บรวบรวมข้อมูลและพักักยสิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างและนัดวันและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่า การเข้าร่วมในการศึกษาคงไม่มีไปความสมัครใจจะไม่เกิดกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งอยู่ทุกอย่างที่ได้จากการศึกษาจะถูกเก็บเป็นความลับ โดยผู้วิจัยจะนำผลข้อมูลไปศึกษาเฉพาะทฤษฎี และนำมาใช้ประโยชน์ทางการศึกษาเท่านั้น กลุ่มตัวอย่างสามารถแจ้งออกจากการศึกษาได้ก่อนทำการดำเนินการวิจัยจะสิ้นสุดโดยไม่เกิดผลเสียใดๆ เมื่อกลุ่มตัวอย่างอนุญาตและลงนามในยินยอมให้ทำการศึกษา จึงทำการเก็บข้อมูลรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนพฤศจิกายน ถึง ธันวาคม 2554

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นส่วนบุคคลและพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้วยสถิติพรรณนา เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของเพศด้วยสถิติพรรณนาสถิติ (Independence t-test) และหาค่าความสัมพันธ์เบื้องต้นปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ อายุ จำนวนปีที่ศึกษา และรายได้กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ด้วยสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation coefficient)

ผลการวิจัย

1. เมื่อจำแนกตามข้อมูลทั่วไปพบว่าอาสาสมัครผู้ที่พักพิงผู้ประสบอุทกภัยมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 77.78) ประมาณครึ่งหนึ่งมีอายุน้อยกว่า 22 ปี (ร้อยละ55.56) ส่วนมากใช้เวลาในการเรียน 13-18 ปี (ร้อยละ76.54) สถานภาพส่วนใหญ่โสด (ร้อยละ81.48) ภาวะการมีบุตรส่วนใหญ่ไม่มีบุตร (ร้อยละ 81.48 และ80.25 ตามลำดับ) สถิติการรักษายาบาล ส่วนใหญ่มีบัตรประกันสุขภาพ (ร้อยละ77.78) และส่วนใหญ่อาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัว (ร้อยละ75.54) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของคณะทำงานศูนย์พักพิงผู้ประสบอุทกภัยมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐมจำแนกตามข้อมูลทั่วไป (n=81)

|      | หัวข้อ          | จำนวน | ร้อยละ |
|------|-----------------|-------|--------|
| เพศ  | -ชาย            | 18    | 22.22  |
|      | -หญิง           | 63    | 77.78  |
| อายุ | -น้อยกว่า 22 ปี | 45    | 55.56  |
|      | -22-59 ปี       | 34    | 41.98  |
|      | -60 ปีขึ้นไป    | 2     | 2.46   |

818 “75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีที่ศึกษามหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน”

ตารางที่ 1 (ต่อ)

|                       | หัวข้อ               | จำนวน | ร้อยละ |
|-----------------------|----------------------|-------|--------|
| เพศ                   | -ชาย                 | 18    | 22.22  |
|                       | -หญิง                | 63    | 77.78  |
| อายุ                  | -น้อยกว่า 22 ปี      | 45    | 55.56  |
|                       | -22-59 ปี            | 34    | 41.98  |
|                       | -60 ปีขึ้นไป         | 2     | 2.46   |
| จำนวนปีที่ศึกษา       | -ไม่ได้เรียน         | 3     | 3.70   |
|                       | -1-6 ปี              | 5     | 6.17   |
|                       | -7-12 ปี             | 8     | 9.89   |
|                       | -13-18 ปี            | 62    | 76.54  |
|                       | -มากกว่า 18 ปี       | 3     | 3.70   |
| สถานภาพ               | -โสด                 | 66    | 81.48  |
|                       | -คู่                 | 12    | 14.82  |
|                       | -แยกกันอยู่/หย่าร้าง | 1     | 1.23   |
|                       | -หม้าย               | 2     | 2.47   |
| ภาวะการมีบุตร         | -ไม่มี               | 65    | 80.25  |
|                       | -มี                  | 16    | 19.75  |
| สิทธิการรักษาพยาบาล   | -บัตรประกันสุขภาพ    | 63    | 77.78  |
|                       | -บัตรประกันสังคม     | 6     | 7.40   |
|                       | -สิทธิข้าราชการ      | 10    | 12.35  |
|                       | -จ่ายเองทั้งหมด      | 2     | 2.47   |
| บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วย | -อยู่ร่วมกับครอบครัว | 62    | 75.54  |
|                       | -อยู่คนเดียว         | 19    | 23.46  |

2. สำหรับการจำแนกข้อมูลตามภาวะสุขภาพและพฤติกรรมการสุขภาพพบว่าอาสาสมัครผู้ประสบอุทกภัยมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐมส่วนมากไม่ตรวจร่างกายในเลือด (ร้อยละ 69.14) ส่วนมากเคยตรวจวัดความดันโลหิต (ร้อยละ 70.37) ดัชนีมวลกายส่วนมากปกติ (ร้อยละ 69.14) สำหรับพฤติกรรมการสุขภาพ ส่วนมากไม่ค่อยออกกำลังกาย (ร้อยละ65.43) ส่วนมากรับประทานครบ 3 มื้อ (เช้า-เที่ยง-เย็น) (ร้อยละ 62.96) ส่วนมากไม่รับประทานอาหารระหว่างมื้อ (ร้อยละ 53.09) ส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ (ร้อยละ 93.83) ส่วนใหญ่ไม่ดื่มสุรา (ร้อยละ 92.59) ส่วนใหญ่นอนหลับเพียงพอ (ร้อยละ 91.36) ดังตารางที่ 2

“75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีที่ศึกษามหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน” 819

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของอาสาสมัครศูนย์พักพิงผู้ประสบเหตุภัยพิบัติราชภัฏมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐมจำนวนตามภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพ(n=81)

| พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ               | จำนวน | ร้อยละ |
|-------------------------------------------|-------|--------|
| <b>ดัชนีมวลกาย</b>                        |       |        |
| -ผอม (น้อยกว่า18)                         | 10    | 12.35  |
| -ปกติ (18-24.9)                           | 56    | 69.14  |
| -อ้วน (25 ขึ้นไป)                         | 15    | 18.51  |
| <b>ออกกำลังกาย</b>                        |       |        |
| -ไม่ออกกำลังกาย                           | 53    | 65.43  |
| -ออกกำลังกาย                              | 28    | 34.57  |
| <b>การรับประทานอาหาร</b>                  |       |        |
| -รับประทานอาหาร 3 มื้อ (เช้า-เที่ยง-เย็น) | 51    | 62.96  |
| -รับประทานอาหาร 2 มื้อ (เช้า-เที่ยง)      | 2     | 2.48   |
| -รับประทานอาหารไม่เป็นเวลาไม่แน่นอน       | 4     | 4.94   |
| -รับประทานอาหาร 3 มื้อ (เที่ยง-เย็น-ดึก)  | 12    | 14.81  |
| -รับประทานอาหาร 2 มื้อ (เที่ยง-เย็น)      | 12    | 14.81  |
| <b>ดื่มน้ำเวลา</b>                        |       |        |
| -ผอม (น้อยกว่า18)                         | 10    | 12.35  |
| -ปกติ (18-24.9)                           | 56    | 69.14  |
| -อ้วน (25 ขึ้นไป)                         | 15    | 18.51  |
| <b>ออกกำลังกาย</b>                        |       |        |
| -ไม่ออกกำลังกาย                           | 53    | 65.43  |
| -ออกกำลังกาย                              | 28    | 34.57  |
| <b>การรับประทานอาหาร</b>                  |       |        |
| -รับประทานอาหาร 3 มื้อ (เช้า-เที่ยง-เย็น) | 51    | 62.96  |
| -รับประทานอาหาร 2 มื้อ (เช้า-เที่ยง)      | 2     | 2.48   |
| -รับประทานอาหารไม่เป็นเวลาไม่แน่นอน       | 4     | 4.94   |
| -รับประทานอาหาร 3 มื้อ (เที่ยง-เย็น-ดึก)  | 12    | 14.81  |
| -รับประทานอาหาร 2 มื้อ (เที่ยง-เย็น)      | 12    | 14.81  |
| <b>อาหารระหว่างมื้อ</b>                   |       |        |
| -ไม่รับประทานอาหาร                        | 43    | 53.09  |
| -รับประทานอาหาร                           | 38    | 46.91  |
| <b>การสูบบุหรี่</b>                       |       |        |
| -ไม่สูบ                                   | 76    | 93.83  |
| -สูบ                                      | 5     | 6.17   |
| <b>การดื่มสุรา</b>                        |       |        |
| -ไม่ดื่ม                                  | 75    | 92.59  |
| -ดื่ม                                     | 6     | 7.41   |
| <b>การนอนหลับ</b>                         |       |        |
| -เพียงพอ                                  | 74    | 91.36  |
| -ไม่เพียงพอ                               | 7     | 8.64   |

820 “75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีที่จัดศูนย์มหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน”

3. เมื่อจำแนกตามระดับของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร เป็นรายชื่อบุคคล พบว่าอยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมระหว่างบุคคลและด้านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ มีค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพสูงที่สุด และรองลงมาตามลำดับ ( $\bar{X}$  = 3.16, SD = 3.16;  $\bar{X}$  = 3.08, SD = 0.47;  $\bar{X}$  = 3.08, SD = 0.47)

อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาการระดับของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร เป็นรายชื่อพบว่า พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพหลายข้อเกี่ยวกับ นอกจากนั้นยังพบว่าพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพที่มีคะแนนเฉลี่ยเรียงลำดับจากน้อยไปมาก ได้แก่ การออกกำลังกายสม่ำเสมอ 30 นาที ( $\bar{X}$  = 2.11, SD = 0.80) มีอารมณ์โกรธ เครียดเมื่อถูกขู่ใจ ( $\bar{X}$  = 2.12, SD = 0.58) การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง( $\bar{X}$  = 2.16, SD = 0.62) การดื่มเครื่องดื่มที่มีสารเสพติด เช่น กาแฟ เครื่องดื่มชูกำลัง หรือ น้ำอัดลม ( $\bar{X}$  = 2.17, SD = 0.83) และการออกกำลังกายโดยการบริหารร่างกาย เช่น เอะโรบิก การเดินเร็ว ( $\bar{X}$  = 2.22, SD = 0.85)

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทำงานศูนย์พักพิงผู้ประสบภัยมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จำแนกระดับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ รายด้าน (n= 81)

|                                                | ข้อความ                                                                  | $\bar{X}$ | S.D. | ระดับ |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------|------|-------|
| <b>การออกกำลังกายและกิจกรรมเพื่อการพักผ่อน</b> |                                                                          |           |      |       |
| 1.                                             | ออกกำลังกายโดยการ ยืดเหยียดแขนขา                                         | 2.38      | .72  | น้อย  |
| 2.                                             | ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ครั้งละ 30 นาที                                      | 2.11      | .81  | น้อย  |
| 3.                                             | ปฏิบัติตามประจำ ที่ต้องใช้เวลาติดต่อกันนาน 30 นาทีต่อครั้ง               | 2.31      | .83  | น้อย  |
| 4.                                             | ออกกำลังกายโดยการบริหารร่างกาย เช่น เอะโรบิก การเดินเร็ว                 | 2.22      | .85  | น้อย  |
| 5.                                             | ทำงานอดิเรกที่ชอบ เช่น การปลูกต้นไม้ เล่นสเก็ต                           | 2.49      | .81  | น้อย  |
| 6.                                             | มีเวลาในการพักผ่อนเพียงพอ                                                | 2.69      | .77  | น้อย  |
| 7.                                             | นอนหลับสบายอย่างน้อยและ 6-8 ชั่วโมง                                      | 2.51      | .93  | มาก   |
| 8.                                             | ใช้ยานอนหลับเมื่อนอนไม่หลับ                                              | 2.63      | .82  | มาก   |
|                                                | เฉลี่ย                                                                   | 2.55      | .43  | มาก   |
| <b>ด้านโภชนาการ</b>                            |                                                                          |           |      |       |
| 9.                                             | ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว                                        | 2.84      | .80  | มาก   |
| 10.                                            | รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ เช่น ข้าว เนื้อ ไข่ ผัก ผลไม้                   | 2.86      | .72  | มาก   |
| 11.                                            | รับประทานอาหารตรงเวลาทั้ง 3 มื้อ                                         | 2.86      | .90  | มาก   |
| 12.                                            | หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอด ขาหมูหนังไก่      | 2.49      | .87  | น้อย  |
| 13.                                            | รับประทานอาหาร ผัก/ผลไม้ ทุกมื้อของอาหาร                                 | 2.79      | .81  | มาก   |
| 14.                                            | รับประทานอาหารที่ปรุงสุกและบรรจุในภาชนะที่สะอาด                          | 3.30      | .77  | มาก   |
| 15.                                            | รับประทานอาหารรสจืด                                                      | 2.35      | .90  | น้อย  |
| 16.                                            | รับประทานอาหารประเภทย่างรมควัน                                           | 2.41      | .67  | น้อย  |
| 17.                                            | ดื่มเครื่องดื่มที่มีสารเสพติด เช่น กาแฟ เครื่องดื่มชูกำลัง หรือ น้ำอัดลม | 2.17      | .83  | น้อย  |
| 18.                                            | รับประทานอาหารหมักดอง                                                    | 2.16      | .62  | น้อย  |
|                                                | เฉลี่ย                                                                   | 2.78      | .39  | มาก   |
| <b>การจัดการกับความเครียด</b>                  |                                                                          |           |      |       |
| 19.                                            | มีอารมณ์โกรธ เครียดเมื่อถูกขู่ใจ                                         | 2.12      | .58  | น้อย  |
| 20.                                            | เมื่อเครียด หาสมาเหตุและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้                          | 2.57      | .67  | มาก   |
| 21.                                            | เมื่อไม่สบายใจ มักตั้งใจให้ลุล่วงไปได้                                   | 2.77      | .75  | มาก   |
| 22.                                            | หวนคิดถึงความสำเร็จด้วยการทำกิจกรรมที่ชอบ เช่น ฟังเพลง ดูหนังอ่านหนังสือ | 3.00      | .88  | มาก   |

“75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีที่จัดศูนย์มหาวิทยาลัยเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน” 821

ตารางที่ 3(ต่อ)

| ข้อความ                                                  |        | $\bar{X}$ | S.D. | ระดับ |
|----------------------------------------------------------|--------|-----------|------|-------|
| <b>การจัดการกับความเครียด (ต่อ)</b>                      |        |           |      |       |
| 22. ผ่อนคลายความเครียดด้วยการทำกิจกรรมที่ชอบ             |        | 3.00      | .88  | มาก   |
| 23. ขึ้น จุกจิก รุ้ รี้                                  |        | 2.44      | .69  | น้อย  |
| 24. มักหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด      |        | 2.56      | .81  | น้อย  |
| 25. มีความวิตกกังวลเมื่อเกิดปัญหา                        |        | 2.44      | .69  | น้อย  |
| 26. มีความขัดแย้งกับผู้อื่น                              |        | 2.59      | .81  | มาก   |
| 27. ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา                               |        | 2.44      | .73  | น้อย  |
| <b>เจเลี่ย</b>                                           |        |           |      |       |
| 28. สนทนากับเพื่อนหรือผู้ที่มีทัศนคติเหมือนฉัน           | พหุชนะ | 3.01      | .39  | มาก   |
| 29. ขัดสนโดยใช้ทางง่าย ๆ สะพาลอยหรือสัญญาไม่ไผดง         |        | 3.11      | .74  | มาก   |
| 30. หลีกเลืการอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ   |        | 3.14      | .67  | มาก   |
| 31. เลืการบริโภคอาหารที่มีลกา อย.                        |        | 3.20      | .77  | มาก   |
| 32. เลืการซื้อผัก ผลไม้ที่ไม่ปลอดภัย เช่น ยาฆ่าแมลง      |        | 2.79      | .85  | มาก   |
| 33. ตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละครั้ง                         |        | 2.47      | .96  | น้อย  |
| 34. ซื้อยาชุดจากร้านขายยามารับประทานเมื่อเจ็บป่วย        |        | 2.27      | .890 | น้อย  |
| <b>เจเลี่ย</b>                                           |        |           |      |       |
| 35. ทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว เช่น รับประทานอาหาร         |        | 2.88      | .47  | มาก   |
| 36. ไปพบปะสังสรรค์กับเพื่อนบ้าน เช่น ไปทำบุญ             |        | 3.00      | .76  | มาก   |
| 37. ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือเพื่อน ในการทำงานส่วนรวม   |        | 2.90      | .77  | มาก   |
| 38. ยืมทรัพย์สินของผู้อื่นเพื่อกลับบ้าน หรือเพื่อร่วมงาน |        | 3.12      | .64  | มาก   |
| 39. เมื่อเจ็บป่วยบุคคลในครอบครัวให้ความช่วยเหลือ         |        | 3.33      | .65  | มาก   |
| 40. ปรึกษาปัญหาเรื่องไม่สบายใจกับบุคคลในครอบครัว         |        | 3.30      | .76  | มาก   |
| 41. แสดงความชื่นชม ยินดี กับความสำเร็จของผู้อื่น         |        | 3.11      | .79  | มาก   |
| <b>เจเลี่ย</b>                                           |        |           |      |       |
| 42. เมื่อมีความเครียดกับครอบครัว                         |        | 3.32      | .69  | มาก   |
| 43. ได้พบพจนใจดีและจัดของของตนเอง                        |        | 3.16      | .47  | มาก   |
| <b>การพัฒนาทางจิตวิญญาณ</b>                              |        |           |      |       |
| 44. ยอมรับคำติชมของผู้อื่นได้เมื่อทำงานผิดพลาด           |        | 2.99      | .73  | มาก   |
| 45. ให้ความช่วยเหลือเพื่อนบ้านด้วยความเต็มใจ             |        | 2.72      | .71  | มาก   |
| 46. ให้อภัย เมื่อมีปัญหาเพื่อนบ้านหรือเพื่อนร่วมงาน      |        | 3.00      | .65  | มาก   |
| 47. มีการกำหนดเป้าหมายในชีวิต                            |        | 3.22      | .57  | มาก   |
| <b>เจเลี่ย</b>                                           |        |           |      |       |
| 48. เมื่อมีปัญหาเพื่อนบ้านหรือเพื่อนร่วมงาน              |        | 3.23      | .58  | มาก   |
| 49. มีการกำหนดเป้าหมายในชีวิต                            |        | 3.30      | .62  | มาก   |
| <b>เจเลี่ย</b>                                           |        |           |      |       |
| 50. เมื่อมีความเครียดกับครอบครัว                         |        | 3.08      | .47  | มาก   |
| 51. ได้พบพจนใจดีและจัดของของตนเอง                        |        | 2.84      | .25  | มาก   |

5. การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร ระหว่างเพศชายและเพศหญิงพบว่าไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 4

822 “75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีที่อุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน”

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบค่าทีของพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพอาสาสมัคร ชาย/หญิง ผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ระหว่างเพศชายและหญิง (n=81)

| เพศ  | $\bar{X}$ | SD  | t    | df | P(2-tailed) |
|------|-----------|-----|------|----|-------------|
| ชาย  | 2.82      | .05 | 1.47 | 80 | <.88        |
| หญิง | 2.82      | .02 |      |    |             |

6. สำนักรับการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ อายุ จำนวนปีการศึกษา รายได้ กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัคร พบว่าปัจจัยตัวอายุที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ( $r = .29$ ,  $p\text{-value} < .01$ ) ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างอายุ จำนวนปีการศึกษา รายได้ ของอาสาสมัครชาย/หญิงผู้ประสบอุทกภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม (n=81)

|                 | ตัวแปร |         |
|-----------------|--------|---------|
|                 | r      | p-value |
| อายุ            | .29**  | <.01    |
| จำนวนปีการศึกษา | .07    | .25     |
| รายได้          | .07    | .25     |

\*\*p < 0.01

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาพบว่าอายุที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ หมายความว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพดีกว่ากลุ่มที่มีอายุน้อย สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของสุรรัตน์ รุ่งเรือง และสมเกียรติ สุขนันต์พงศ์ [7] ที่พบว่า อายุของนักศึกษาวิทยาลัยสงฆ์เถลิงเกียรติราชภัฏนครปฐม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ และไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา [8], [9] เช่นเดียวกับทฤษฎีการเรียนรู้ของกาเบ [10] ที่กล่าวไว้ว่าอายุเป็นพื้นฐานที่สร้างความแตกต่างในการพัฒนาการทั้งในด้านร่างกายและความรู้สึกร่างกาย อายุจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงวุฒิภาวะหรือความสามารถในการจัดการสิ่งแวดล้อม ภาวะจิตใจ และการรับรู้ ดังนั้นอายุจึงมีอิทธิพลในการกำหนดความสามารถในด้านต่างๆ มากกว่ากลุ่มที่อายุน้อย ซึ่งจะเพิ่มตามอายุจนสุดในวัยผู้ใหญ่ ดังนั้นบุคคลที่มีอายุมากกว่าจะมีการเรียนรู้ประสบการณ์ต่างๆ ประสบการณ์ต่างๆ มากกว่ากลุ่มที่อายุน้อย จึงส่งผลให้กลุ่มที่มีอายุมากกว่ามีพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพดีกว่ากลุ่มที่อายุน้อย

เพศชายและหญิงไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของสุรรัตน์ ชลสิทธิ์ [11] และ ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา [9], [12], [13] สามารถอธิบายได้ว่า ในยุคปัจจุบันเพศชายและหญิงมีโอกาสนในการเรียนรู้จากสื่อต่างๆ เกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพเท่าเทียมกัน ซึ่งสื่อในปัจจุบันสามารถสื่อให้เกิดความตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพ จึงส่งผลให้พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของเพศชายและหญิงไม่แตกต่างกัน

จำนวนปีการศึกษาไม่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา [13], [14] สามารถอธิบายได้ว่า การให้บริการสาธารณสุขในยุคปัจจุบันมีการให้บริการเชิงรุก โดยเฉพาะการให้บริการสร้างเสริมสุขภาพนอกจากการให้ความสำคัญกับการทำงานของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ยังมีรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพที่หลากหลาย เช่น สื่อโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต เป็นต้น ทำให้ประชาชนทุกระดับการศึกษาสามารถเข้าถึงข้อมูลการสร้างเสริมสุขภาพอย่างเท่าเทียมกัน และจากการศึกษาครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี (ใช้เวลานในการศึกษา 13-18 ปี) (ร้อยละ 72.84) จึงทำให้ไม่เกิดความแตกต่างระหว่างรายชากับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

รายได้ ไม่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของพลินพิศ เชื้ออ่อน, สุรางค์ เมธานนท์ และสุชาติ ชิตติยะ [15] และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของของสุรรัตน์ รุ่งเรือง และสมเกียรติ สุขนันต์พงศ์ [7] สามารถอธิบายได้ว่า รายได้ของคณะทำงานส่วนใหญ่เป็นรายได้ที่เกิดจากเงินเดือน ดังนั้นรายได้ดังกล่าวจึงมีฐานะเป็นสิ่งที่เอื้อให้เข้าถึงบริการได้อย่างเหมาะสม แต่ระบบของสวัสดิการที่รัฐให้ค่าหมกที่เอื้อประโยชน์ให้สามารถเข้าถึงบริการได้อย่างเท่าเทียมกัน จึงทำให้ไม่เกิดความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

“75 ปีจากโรงเรียนสตรีศรีที่อุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืนและการเตรียมพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน” 823



ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาบุคลากรสร้างเสริมสุขภาพโดยในกลุ่มอาสาสมัคร โดยเน้นในกลุ่มที่อายุน้อย โดยเฉพาะเรื่องการออกกำลังกายสม่ำเสมอ การจัดการความเครียดอย่างเหมาะสม และการรับประทานอาหารที่มีไขมันต่ำ

## เอกสารอ้างอิง

- [1] Tang, K.C., Beaglehole, R., & Byrne, D.O.(2005). Policy and partnership for health promotion action — addressing the determinants of health. *Bulletin of the World Health Organization*, 83(12), 881-968.
- [2] สำนักส่งเสริมสุขภาพ (2553) .3 (การสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2552 พฤติกรรมกรรณิ โภคอาหาร). วันที่ค้นข้อมูล 21 ตุลาคม 2554, จากwww.nso.go.th
- [3] สำนักส่งเสริมสุขภาพ (2551) รายงานการสำรวจพฤติกรรมทางกายออกกำลังกายของประชากรพ.ศ.2550-4 กรุงเทพมหานคร จัดทำโดยกรมส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2553) รายงานการดำเนินการวิจัยเรื่องติดต่อเชื้อโรค พ.ศ.2550- 2552 วันที่ค้นข้อมูล 20 ตุลาคม 2554, จาก [http://www.boe.moph.go.th/files/report/20110411\\_52687420.pdf](http://www.boe.moph.go.th/files/report/20110411_52687420.pdf)
- [4] สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย (2553) รายงานการดำเนินการวิจัยเรื่องติดต่อเชื้อโรค พ.ศ.2550- 2552 วันที่ค้นข้อมูล 20 ตุลาคม 2554, จาก [http://www.boe.moph.go.th/files/report/20110411\\_52687420.pdf](http://www.boe.moph.go.th/files/report/20110411_52687420.pdf)
- [5] นิตยสาร (ตุลาคมนี้) 2545 (วิถีชีวิตวัยเด็กและการออกกำลังกายและพฤติกรรมทางกายของกรุงเทพมหานคร) โดย ส.วิ. :
- [6] Pender, N. J., Murdaugh, C. L., & Parson M. A. (2006). *Health Promotion in Nursing Practice*. 5<sup>th</sup> ed New Jersey: Pearson Education, Inc.
- [7] สุทธิรักษ์ หรือ และสมเกียรติ สุขนิพนธ์. (2554). พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่นที่นิยมใช้คอมพิวเตอร์ในการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ : วารสาร *พฤกษศาสตร์เกษตร*, 17(1), 109-123.
- [8] ธนั ณัฏฐานันทกุล ขวพทพรณ์ กับประสิทธิ์จุลภา . ผู้ว่าฯสีดา , โปรดดูเลย แล้วมันขึ้น พรหมคำ. (2551). ปัจจัยด้านกายออกกำลังกายของผู้ป่วยเบาหวาน. *พยาบาลสาร* , 35(1), 22-35.
- [9] เทตเคน ฟันการ (2552) .ปัจจัยที่มีผลต่อการมีส่วนร่วมการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชน จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์สาตรามาสตรสุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- [10] Gagne,R.M. (1970). *The conditions of learning*. New York : Holt, Rinehart and Winston.
- [11] สุวัทนา เตลิ (2551). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากรในเขตเทศบาลเมืองมวกะภูมิจังหวัดร้อยเอ่ง. รายงานการศึกษาอิสระปริญญาโท สาขาวิชาพัฒนาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- [12] ลลดา ไชยเสถียร. (2549) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี. *วารสารวิศวกรรม* , น.บอ. 8(2), 89-103.
- [13] ฮาตาฮิ คุดริกะชิซึ มรณสิโรจน์ และสุข พรหมอินทร์ . (2561) ปัจจัยที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตามเพศผู้ปฏิบัติแห่งศึกษาอาชีวศึกษา สาขางานช่างไฟฟ้าประจำศูนย์ จังหวัดอุดร. *สงขลานครินทร์วารสาร* , 26(6), 527-538.
- [14] นุสูล กองพันธ์ (2530) รายงานการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรทางด้านสาธารณสุขในย่านเมืองเก่าจังหวัดปัตตานี. ตาต่า ชูวงศ์.
- [15] เพณีนาห์ เอ็มเมอร์สัน เมฆมนาน . และสุจิตต์ ชัดดียะ. (2554). พฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรทางการแพทย์ แผนกโสตศอนาสิก โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี. *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณวิทยาเขตปัตตานี ในพระบรมราชูปถัมภ์* , 3(1), 9-103.

การบริหารจัดการการมีส่วนร่วมบนพื้นฐานความแตกต่างทางวัฒนธรรม เพื่อสร้างชุมชนท้องถิ่นพึ่งตนเอง ตำบลแม่ปะ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก Cultural Based Participatory Management to be Local Self-Reliance Maepa Subdistrict, Mae Sot District, Tak Province.

กมล ฤๅณมสั๓๓<sup>๑</sup> พย.ม (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน), หั๓ยชนก บั๓จิริญ<sup>๒</sup> ปร.ด (การพยาบาล)  
วริ๓ยา จั๓ทรทั๓<sup>๓</sup> พย.ม (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช).

และสมบัติ ประทักษ์กุลวงศา<sup>4</sup> พย.ม (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช

<sup>1</sup> อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

2 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์

<sup>3</sup> อาจารย์ ภาควิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม  
E-mail: hathaichanok@npur.ac.th

<sup>4</sup> อาจารย์ ภาควิชาการการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช  
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์  
E-mail: psombut@apnu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยเข้าศึกษากระบวนการเรียนรู้ของนักศึกษาที่เข้าร่วมแบบจำลองนานาชาติแบบบูรณาการของ มรตบและบรรณาคณะศึกษารัฐศาสตร์และการบริหารจัดการการบริการสังคมร่วมกับสถาบันอุดมศึกษาต่าง ๆ ทั้งในระดับปริญญาตรีและบัณฑิตศึกษา เพื่อวิเคราะห์การรับรู้ การสังเกต การสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างและไม่เป็นโครงสร้าง การสังเกตแบบมีส่วนร่วม 2) การสัมภาษณ์เชิงลึก ของนักวิชาการ นักบริหาร นักงานจากภาคการศึกษา ภาคธุรกิจ ภาคประชาชน หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งกลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ นักวิจัย นักวิชาการ นักบริหาร นักงานจากภาคการศึกษา ภาคธุรกิจ ภาคประชาชน และผู้ที่ทำงานสนับสนุนหรือเกี่ยวข้องกับการศึกษาเชิงบูรณาการ จำนวน 100 คน การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพและการวิเคราะห์เนื้อหาแบบพรรณนาเชิงบรรยาย วิเคราะห์แบบพรรณนาเปรียบเทียบ มีการตรวจสอบข้อผิดพลาดและสรุปผล

## ผลการศึกษา

- [illegible]

สามารถ **Download** เอกสารประกอบการประชุม  
วิชาการของบทความวิจัยฉบับเต็ม  
(The 4<sup>th</sup> NPU National Academic Conference  
Proceeding of Full-Papers)

# วิชาการของบทความวิจัยฉบับเต็ม

(The 4<sup>th</sup> NPRU National Academic Conference  
Proceeding of Full-Papers)

ได้เว็บไซต์ [rdi.npru.ac.th](http://rdi.npru.ac.th)

สถาบันวิจัยและพัฒนา

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

NPBU