

ภาคผนวก

Prince of Songkla University
Pattani Campus

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

Prince of Songkla University
Pattani Campus

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

ชื่อ - สกุล นายนิยม จันทร์แนม

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

สถานที่ทำงาน โรงพยาบาลหาดใหญ่ อ.หาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ชื่อ - สกุล ดร.ชนิกานต์ สมจारी

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษด้านการสอน

สถานที่ทำงาน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนียะลา

ชื่อ - สกุล ดร.พาดิเมาะ นิมา

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

สถานที่ทำงาน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

Prince of Songkhla University
Pattani Campus

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

Prince of Songkla University
Pattani Campus



แบบสอบถาม

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรครู
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา จังหวัดปัตตานี

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นงานวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา จังหวัดปัตตานี” แบบสอบถามมีทั้งหมด 18 หน้าแบ่งเป็น 8 ส่วน รวม 135 ข้อ ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 8 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ จำนวน 22 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ของการสร้างเสริมสุขภาพ จำนวน 22 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้อุปสรรคของการสร้างเสริมสุขภาพ จำนวน 16 ข้อ

ส่วนที่ 5 เป็นแบบสอบถามความสามารถแห่งตนต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ จำนวน 24

ข้อ

ส่วนที่ 6 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ จำนวน 22 ข้อ

ส่วนที่ 7 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลจากสถานการณ์ที่มีผลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ จำนวน 22 ข้อ

ส่วนที่ 8 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ จำนวน 29 ข้อ

ผลการศึกษาในครั้งนี้ ทำให้ทราบความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ และทำให้ทราบปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจังหวัดปัตตานี สามารถใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้น เพื่อปรับปรุงสุขภาวะของบุคลากรครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา จังหวัดปัตตานี ให้ดีขึ้น และสามารถนำข้อมูลในการทำวิจัยในครั้งนี้ไปใช้ในการจัดโครงการสร้างเสริมสุขภาพให้แก่บุคลากรครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา จังหวัดปัตตานี

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่งในการเสียสละเวลา และให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้เป็นอย่างดี

นางสาวซารูวา เจะแต

นักศึกษาปริญญาโท สาขาหลักสูตรและการสอน (สร้างเสริมสุขภาพ)

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง ให้ท่านใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความที่เป็นจริงในปัจจุบันหรือเติมคำในช่องว่างให้สมบูรณ์

ข้อมูลทั่วไป	เฉพาะผู้วิจัย
1. เพศ () ชาย () หญิง	sex []
2. อายุ..... ปี	age []
3. ศาสนา () พุทธ () คริสต์ () อิสลาม	relig []
4. สถานภาพสมรส () โสด () สมรส () หย่าร้าง	status []
5. ตำแหน่ง () ครูผู้ช่วย () ครู 1 () ครู คศ. 2 () ครูคศ. 3 () ครูคศ. 4 ขึ้นไป	posit []
6. น้ำหนัก..... ส่วนสูง.....	bmi []
7. ระยะเวลาที่สอนในจังหวัดปัตตานี.....ปี	period []
8. โรคประจำตัว () ไม่มีโรคประจำตัว () มีโรคประจำตัว โปรดระบุ.....	sick []

ส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

คำชี้แจง ให้ท่านอ่านข้อความต่อไปนี้ และเติมเครื่องหมาย ✓ ในช่อง “ใช่” หากข้อความนั้นกล่าวถูกต้อง และ “ไม่ใช่” หากข้อความนั้นกล่าวผิด

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	สำหรับผู้วิจัย
1. การสังเกตการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จะทำให้ค้นพบความผิดปกติได้เร็วขึ้น			k1 []
2. การศึกษาหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสุขภาพ ทำให้เกิดความเข้าใจในเรื่องสุขภาพมากขึ้น			k2 []
3. การฉีดวัคซีน เป็นกระตุ้นภูมิคุ้มกันในร่างกายเพื่อต่อต้านการเกิดโรคร้ายแรงต่าง ๆ ได้ เช่น โรคบาดทะยัก โรคพิษสุนัขบ้า เป็นต้น			k3 []
4. การสูบบุหรี่และดื่มสุรามีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น มะเร็ง ความดัน เบาหวาน เป็นต้น			k4 []
5. ข้าว แป้ง น้ำตาล ไขมัน เป็นแหล่งสารอาหารประเภทโปรตีน			k5 []
6. หากรับประทานข้าวไข่เจียวและส้ม 1 ลูก สารอาหารที่จะได้รับ คือ คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน และวิตามิน			k6 []

ส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	สำหรับผู้วิจัย
7. หากรับประทาน ข้าวกระเพาะไก่ไข่ดาว สารอาหารที่จะได้รับ คือ คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน วิตามิน และเกลือแร่			k7 []
8. วัยผู้ใหญ่/ วัยทำงาน มีความต้องการสารอาหารประเภทโปรตีน, คาร์โบไฮเดรต และไขมัน เพราะเป็นแหล่งพลังงาน			k8 []
9. การรับประทานผักผลไม้เป็นประจำ จะช่วยให้ผิวพรรณดี ระบบขับถ่ายดีและทำให้ร่างกายเกิดภูมิต้านทานโรค			k9 []
10. การออกกำลังกายให้มีประสิทธิภาพ ควรออกกำลังกายอย่างน้อย 3- 4 ครั้งต่อสัปดาห์			k10 []
11. ก่อนการออกกำลังกายทุกครั้ง ควรอบอุ่นร่างกาย (Warm Up) เพื่อป้องกันการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ และไม่ให้เกิดความเมื่อยล้า			k11 []
12. หลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมการออกกำลังกาย ซึ่งใช้เวลาอย่างน้อย 20 นาที แล้วค่อยๆ ผ่อนคลาย (Cool Down) จนร่างกายกลับเข้าสู่ภาวะปกติ			k12 []
13. การออกกำลังกายควรใช้ระยะเวลาไม่เกิน 60 นาที ต่อวัน เพื่อให้ไม่ให้อวัยวะล้ามากเกินไป			k13 []
14. การพูดคุยเกี่ยวกับสุขภาพกับเพื่อนร่วมงาน สามารถนำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น			k14 []
15. ความจริงใจ การเป็นตัวของตัวเอง และรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เป็นสิ่งสำคัญ ที่มีส่วนในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น			k15 []
16. การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ทำให้เกิดความกระตือรือร้นที่จะใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น			k16 []
17. เป้าหมายสูงสุดของการสร้างเสริมสุขภาพ คือ การมีสุขภาพดี			k17 []

ส่วนที่ 2 เป็นแบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	สำหรับ ผู้วิจัย
18. หลักคำสอนทางศาสนา จะสามารถควบคุมพฤติกรรมสุขภาพได้			k18 []
19. บุคคลที่มีเป้าหมายในชีวิต มักจะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานได้มากกว่า บุคคลที่ดำเนินชีวิตโดยปราศจากเป้าหมาย			K19 []
20. ความเครียด คือ ภาวะที่บุคคลเกิดความวิตกกังวล กดดัน มากจนเกินไป ส่งผลทำให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายเกิดความไม่สมดุล			k20 []
21. วิธีง่าย ๆ ในการผ่อนคลายความเครียด คือ การหายใจเข้าออกลึกๆ			k21 []
22. การนวด การอาบน้ำอุ่น การออกกำลังกาย จะช่วยผ่อนคลายความเครียดได้			k22 []

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

คำชี้แจง ให้ท่านใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อความ	ระดับการรับรู้					เฉพาะ ผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
1. การสังเกตการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง ทำให้ฉันค้นพบความผิดปกติของร่างกายได้						a1 []
2. การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือการอ่านหนังสือเกี่ยวกับสุขภาพ ทำให้ฉันใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น						a2 []
3. การตรวจสุขภาพประจำปี ทำให้ฉันสามารถค้นพบปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคตได้						a3 []
4. หากฉันดูแลความสะอาดของร่างกายอยู่เสมอ ทำให้ห่างไกลจากเชื้อโรคที่ทำให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ ได้						a4 []

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
3.2 ด้านการออกกำลังกาย						
1. หากฉันออกกำลังกายเป็นประจำ ทำให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ทำงานได้ดีขึ้น						a5 []
2. การออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง จะช่วยให้ฉันมีรูปร่าง ทรวดทรงที่ดีขึ้น						a6 []
3. การออกกำลังกาย ทำให้ฉันห่างไกลจากโรคต่างๆ ได้						a7 []
4. การทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่โรงเรียน เป็นการออกกำลังกายไปในตัว เช่น การขึ้น – ลงบันได						a8 []
3.3 ด้านโภชนาการ						
1. การรับประทานอาหารเช้าครบ 5 หมู่ ทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารที่หลากหลาย						a9 []
2. การรับประทานอาหารเช้าที่สะอาด ถูกหลักอนามัย ทำให้ห่างไกลจากเชื้อโรคต่างๆ ได้						a10 []
3. การเลือกวัตถุดิบและปรุงอาหารด้วยตัวเอง มีความปลอดภัยมากกว่าการรับประทานอาหารที่ขายกันตามท้องตลาด						a11 []
4. การหลีกเลี่ยงอาหารจำพวกหวานจัด มัน หรือเค็มจัด จะช่วยลดการเกิดโรคความดันโลหิตสูง และเบาหวานได้						a12 []
5. การรับประทานอาหารเช้าพวกผักและผลไม้ จะช่วยระบบต่างๆ ในร่างกายทำงานได้ดีขึ้น						a13 []

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ในการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
3.4 ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล						
1. การเข้าชมรมที่เกี่ยวกับสุขภาพ ทำให้ฉันดูแลสุขภาพมากขึ้น						a14 []
2. หากฉันคบกับบุคคลที่ดูแลสุขภาพ จะทำให้ฉันเป็นคนรักสุขภาพไปด้วย						a15 []
3. การพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องสุขภาพกับบุคคลอื่น ทำให้ฉันสร้างเสริมสุขภาพตนเองให้ดีขึ้นได้						a16 []
3.5 ด้านการพัฒนาจิตวิญญาณ						
1. เป้าหมายสูงสุดของชีวิตอีกประการหนึ่ง คือ การดำเนินชีวิตโดยปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ						a17 []
2. การเรียนรู้ และวางแผนที่จะปรับปรุงสุขภาพของตนเอง จะนำไปสู่การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี						A18 []
3.6 ด้านการจัดการกับความเครียด						
1. บุคคลที่มีอารมณ์ดี จะเป็นที่รักใคร่ของครอบครัว เพื่อนร่วมงาน ตลอดจนนักเรียน						a19 []
2. การที่มีอารมณ์ดี และมีจิตใจที่แจ่มใสอยู่เสมอทำให้สุขภาพกายก็จะดีไปด้วยเช่นกัน						a20 []
3. การมีเพื่อนร่วมงานที่มีอารมณ์ขัน ความเครียดได้ดีมาก						a21 []
4. การคิดถึงแต่สิ่งที่ดีงาม การมองโลกในแง่ดี ช่วยให้มีเครียดน้อยลง						a22 []

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้อุปสรรคของการสร้างเสริมสุขภาพ

คำชี้แจง ให้ท่านใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
4.1 ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ						
1. การสังเกตการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เป็นเรื่องที่ยุ่งยาก						obs1 []
2. ภาระงานที่มากทำให้ฉันไม่มีเวลาเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพได้						obs2 []
3. บุหรี่ สุรา และน้ำอัดลม เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้เมื่อมีงานเลี้ยงสังสรรค์						obs3 []
4.2 ด้านกิจกรรมทางกาย						
1. ภาระงานที่โรงเรียนและหน้าที่ต่างๆต้องรับผิดชอบจากช่วงเวลาเช้าจนถึงเย็น ทำให้รู้สึกเหนื่อยล้าจนไม่สามารถออกกำลังกาย						obs4 []
2. การออกกำลังกายจะต้องใช้อุปกรณ์ เช่น รองเท้า, เสื้อผ้า, กางเกง เป็นต้น ซึ่งต้องเสียค่าใช้จ่ายจำนวนมาก						obs5 []
3. การมีโรคประจำตัว เป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย						obs6 []
5. ที่อยู่อาศัยปัจจุบันไม่มีสถานที่ที่เหมาะสมในการออกกำลังกาย						obs7 []
4.3 ด้านโภชนาการ						
1. ภาระงานที่มาก ทำให้ฉันไม่มีเวลาเลือกซื้ออาหารเพื่อสุขภาพ						obs8 []
2. การทำอาหารรับประทานที่บ้าน เป็นเรื่องที่ยุ่งยาก						obs9 []

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้อุปสรรคของการสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความ	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
4.4 ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล						
1. ฉันรู้สึกอับอาย เมื่อต้องพูดคุยเกี่ยวกับภาวะสุขภาพที่ไม่ดีของตนเองให้บุคคลอื่นฟัง						obs10 []
2. การแสดงความคิดเห็นด้านสุขภาพทำให้เกิดความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน						obs11 []
4.5 ด้านการพัฒนาจิตวิญญาณ						
1. การสวดมนต์ นั่งสมาธิ ละครหมาด เป็นเรื่องที่เสียเวลา						obs12 []
4.6 ด้านการจัดการความเครียด						
1. สุขภาพที่ไม่ดี ส่งผลทำให้เกิดความเครียด						obs13 []
2. อายุยิ่งมาก ความเครียดก็ยิ่งเพิ่มขึ้น						obs14 []
3. การทำงานในวันหยุด ทำให้ฉันไม่มีเวลาไปผ่อนคลายความเครียด						obs15 []
4. การเป็นข้าราชการครูที่ต้องพบเจอกับบุคคลต่างๆ ทำให้ปรับตัวได้ยาก และรู้สึกกดดัน						obs16 []

ส่วนที่ 5 เป็นแบบสอบถามความสามารถแห่งตนต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

คำชี้แจง ให้ท่านใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
5.1 ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ						
1. ฉันสามารถขอคำแนะนำจากแพทย์หรือบุคลากรด้านสุขภาพ หากค้นพบความผิดปกติของร่างกาย						abi1 []
2. ฉันมีทักษะในการสังเกตความผิดปกติของร่างกายได้						abi2 []
3. ฉันเชื่อมั่นว่า ฉันสามารถตรวจสุขภาพประจำปี อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง						abi3 []
4. ฉันมุ่งมั่นที่จะศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจากแหล่งข้อมูลต่างๆ ทั้งวิทยุ โทรทัศน์ สื่อออนไลน์ต่างๆ เป็นต้น						abi4 []
5. ฉันเชื่อมั่นว่า ฉันสามารถปฏิเสธบุหรี่ สุรา และน้ำอัดลมเมื่อมีงานเลี้ยงสังสรรค์ แม้จะเป็นการเสียมารยาทก็ตาม						abi5 []
5.2 ด้านกิจกรรมทางกาย						
1. ฉันมุ่งมั่นที่จะออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพในทุก ๆ วัน						abi6 []
2. ฉันอบอุ่นร่างกายทุกครั้งก่อนออกกำลังกาย เพื่อป้องกันการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ และกระดูก						abi7 []
3. ฉันสามารถออกกำลังกายเพื่อสุขภาพได้อย่างน้อย 3-4 ครั้ง/ สัปดาห์						abi8 []
5.3 ด้านโภชนาการ						
1. ฉันเชื่อมั่นว่า ฉันสามารถเลือกซื้ออาหารที่สะอาด ถูกหลักอนามัย						abi9 []

ส่วนที่ 5 เป็นแบบสอบถามความสามารถแห่งตนต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความ	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
2. ฉันสามารถหลีกเลี่ยงอาหารที่ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการได้						abi10 []
3. ฉันมุ่งมั่นที่จะบริโภคอาหารให้ครบ 5 หมู่ โดยเน้นผัก และผลไม้เป็นส่วนใหญ่						abi11 []
5.4 ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล						
1. ฉันเชื่อมั่นว่า การเข้าร่วมชมรมเพื่อสุขภาพ ทำให้ฉันใส่ใจ และดูแลสุขภาพมากขึ้น						abi12 []
2. ฉันสามารถสร้างความสนิทสนมกับบุคคลอื่น เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่เกี่ยวกับสุขภาพได้						abi13 []
3. ฉันมีทักษะในการพูดคุยกับบุคคลอื่น เพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ ประสพการณ์ ที่เกี่ยวกับสุขภาพ และนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนเอง						abi14 []
4. ฉันมุ่งมั่นที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เพื่อประโยชน์ในด้านการสร้างเสริมสุขภาพ						abi15 []
5.5 ด้านการพัฒนาจิตวิญญาณ						
1. ฉันมั่นใจว่า ฉันมีความพึงพอใจและทำตามหลักคำสอนทางศาสนาที่ฉันนับถืออยู่						abi16 []

ส่วนที่ 5 เป็นแบบสอบถามความสามารถแห่งตนต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
2. ฉันสามารถวางแผน และกำหนดจุดมุ่งหมายในแต่ละวันได้						abi17 []
3. ฉันมีทักษะในการสร้างแรงบันดาลใจให้กับตัวเอง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ให้สำเร็จ						abi18 []
4. ฉันมุ่งมั่นที่จะทำตามเป้าหมาย โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค						abi19 []
5.6 ด้านการจัดการความเครียด						
5. ฉันเชื่อมั่นว่า การได้พูดคุยกับครอบครัว เพื่อนสนิท หรือบุคคลที่ฉันไว้วางใจ ทำให้ฉันมีความเครียดน้อยลง						abi20 []
6. ฉันสามารถพูดคุยกับเพื่อนร่วมงาน และทำงานได้ตามปกติ ถึงแม้ฉันจะรู้สึกเครียดก็ตาม						abi21 []
7. ฉันมีทักษะในการเลือกกิจกรรมผ่อนคลายความเครียด ที่เหมาะสมกับสภาพการทำงาน						abi22 []
8. ฉันสามารถจัดสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานให้มีความเหมาะสม สบายตา ทำให้ฉันรู้สึกผ่อนคลาย						abi23 []
9. ฉันสามารถจัดการกับความเครียดของตนเองได้						abi24 []

ส่วนที่ 6 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

คำชี้แจง ให้ท่านใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
6.1 ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ						
1. ครอบครัวและเพื่อนร่วมงานมีส่วนสนับสนุนการดูแลสุขภาพของฉัน						sc1 []
2. ครอบครัว และเพื่อนร่วมงานให้ความสำคัญกับการตรวจสุขภาพประจำปี						sc2 []
3. หากมีงานเลี้ยงสังสรรค์กับเพื่อน หรือครอบครัว มักจะหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์						sc3 []
4. ครอบครัว เพื่อนร่วมงาน หรือผู้ปกครอง แนะนำวิธีการดูแลสุขภาพแก่ฉันเสมอ						sc4 []
6.2 ด้านกิจกรรมการทางกาย						
1. ฉันออกกำลังกายเพื่อสุขภาพตามคำแนะนำของเพื่อน						sc5 []
2. ครอบครัวและเพื่อนมีผลทำให้ฉันออกกำลังกายได้อย่างต่อเนื่อง						sc6 []
3. การสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อนร่วมงานมีผลให้ฉันออกกำลังกายได้อย่างต่อเนื่อง						sc7 []
4. การออกกำลังกายกับครอบครัว หรือเพื่อนๆ ทำให้ฉันรู้สึกสนุกสนาน						sc8 []
6.3 ด้านโภชนาการ						
1. ครอบครัวมักจะเลือกสรรอาหารที่ดีและมีประโยชน์ให้แก่ฉัน						sc9 []

ส่วนที่ 6 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
2. ครอบครัวและเพื่อนร่วมงานมีส่วนทำให้ฉันปรับ เปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารที่มีคุณค่า						sc10 []
3. ฉันรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพตามคำแนะนำของเพื่อน						sc11 []
4. การออกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน ร่วมกับครอบครัว หรือเพื่อน มักจะเลือกร้านอาหารที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ						sc12 []
6.4 ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล						
1. ครอบครัว เพื่อนๆ หรือผู้ปกครองมีส่วนช่วยให้ฉันตัดสินใจเข้าร่วมชมรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับสุขภาพเสมอ						sc13 []
2. ครอบครัว เพื่อนๆ หรือผู้ปกครองสามารถโน้มน้าวให้ฉันหันมาสนใจดูแลสุขภาพ						sc14 []
6.5 ด้านการพัฒนาจิตวิญญาณ						
1. เพื่อนร่วมงานมีส่วนช่วยให้งาน หรือกิจกรรมที่ได้วางแผนไว้บรรลุ และสำเร็จไปด้วยดี						sc15 []
2. ครอบครัวและเพื่อนร่วมงานทำให้ฉันปรับปรุงเปลี่ยนแปลงให้ชีวิตดำเนินไปในทางที่ดีขึ้น						sc16 []
3. ครอบครัวและเพื่อนร่วมงาน ทำให้ฉันมีความสุข						sc17 []
4. ครอบครัวและเพื่อนร่วมงาน มีส่วนทำให้ฉันแสวงหาสิ่งใหม่ๆ ให้กับชีวิต						sc18 []
6.6 ด้านการจัดการความเครียด						
1. การที่ได้พูดคุยกับครอบครัวทำให้ฉันรู้สึกสบายใจ						sc19 []

ส่วนที่ 6 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความ	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
2. ผู้นำ และเพื่อนร่วมงานที่มีความจริงใจช่วยเหลือ และเข้าใจผู้อื่น ทำให้ฉันผ่อนคลายความกดดันในการทำงานได้						sc20 []
3. ฉันรู้สึกผ่อนคลายความกดดันในการทำงานหากมีผู้บริหารที่เข้าใจ และให้การสนับสนุนเมื่อเกิดปัญหา						sc21 []
4. การทำสมาธิตามหลักศาสนาที่ตนเองนับถือ จะช่วยลดความกดดันในการทำงาน						sc22 []

ส่วนที่ 7 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลจากสถานการณ์ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

ข้อความ	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
7.1 ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ						
1. ฉันดำรงชีวิตอยู่อย่างปกติในทุกๆ วัน ถึงแม้จะมีเหตุการณ์ความไม่สงบเกิดขึ้นก็ตาม						st1 []
2. ในสภาวะเหตุการณ์ไม่สงบที่เกิดขึ้น ฉันสามารถเดินทางเพื่อเข้ารับบริการสุขภาพเพื่อขอคำแนะนำในเรื่องสุขภาพได้						st2 []
7.2 ด้านกิจกรรมทางกาย						
1. ฉันมีสถานที่ที่เอื้ออำนวยในการออกกำลังกายที่ปลอดภัย						st3 []

2. ฉันสามารถออกกำลังกายได้อย่างน้อย สัปดาห์ละ 3- 4 ครั้ง ถึงแม้จะอยู่ในสภาวะ เหตุการณ์ความไม่สงบก็ตาม						st4 []
---	--	--	--	--	--	---------

ส่วนที่ 7 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลจากสถานการณ์ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริม สุขภาพ

ข้อคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะ ผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
3. ในสภาวะเหตุการณ์ความไม่สงบฉันคิดว่า ฉันสามารถออกกำลังกายได้อย่าง ต่อเนื่องในแต่ละสัปดาห์						st5 []
7.3 ด้านโภชนาการ						
1. สถานการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้น ทำให้ ฉันไม่มีโอกาสได้เลือกซื้ออาหารเพื่อสุขภาพ ตามร้านค้าต่าง ๆ เนื่องจากรู้สึกไม่ ปลอดภัยในการเดินทาง						st6 []
2. ในสถานที่ที่มีเหตุการณ์ความไม่สงบฉัน คิดว่า ฉันยังมีโอกาสเลือกสรรอาหารที่มี คุณค่าและมีสารอาหารครบ 5 หมู่ได้						st7 []
7.4 ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล						
1. ฉันสามารถพูดคุย ทักทายกับเพื่อน ร่วมงาน หรือผู้ปกครองได้ตามปกติถึงแม้ จะอยู่ในสถานการณ์ความไม่สงบ						st8 []
1. ท่ามกลางเหตุการณ์ความไม่สงบ ฉัน เรียนรู้ที่จะปรับตัว และเข้าร่วมกิจกรรม ทางสังคมได้อย่างปกติ						st9 []
2. ในสภาวะที่มีเหตุการณ์ความไม่สงบ หากมีการสูญเสียเกิดขึ้นกับเพื่อนร่วมงาน หรือคนที่ฉันรู้จัก ฉันจะปลอบโยนและให้ กำลังใจ						st10 []

ส่วนที่ 7 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลจากสถานการณ์ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความคำถาม	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
3. ฉันสามารถเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับสุขภาพได้อย่างปกติ ถึงแม้จะมีเหตุการณ์ความไม่สงบเกิดขึ้นก็ตาม						st11 []
7.5 ด้านการพัฒนาจิตวิญญาณ						
1. ท่ามกลางสถานการณ์ความไม่สงบ ฉันสามารถเข้าร่วมกิจกรรมสำคัญทางศาสนาได้อย่างปกติ						st12 []
2. ฉันสามารถทำงานได้บรรลุตามเป้าหมายให้สำเร็จในทุกๆวัน แม้จะมีเหตุการณ์ความไม่สงบก็ตาม						st13 []
3. ท่ามกลางเหตุการณ์ความไม่สงบ ฉันคิดและลงมือทำในสิ่งที่สร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์ต่อตนเองและบุคคลอื่น						st14 []
4. แม้จะเกิดเหตุการณ์ความไม่สงบอยู่บ่อยครั้ง แต่ฉันยังคงมองโลกในแง่ดีเสมอ						st15 []
5. ในสภาวะเหตุการณ์ความไม่สงบ ฉันสามารถหาแรงบันดาลใจที่ทำให้ฉันรู้สึกมีกำลังใจในการ ทำงานมากขึ้น						st16 []
6. ในสภาวะเหตุการณ์ความไม่สงบ ฉันมีโอกาส ได้ช่วยเหลือหรือให้คำปรึกษาแก่บุคคลอื่นที่สมควรได้รับความช่วยเหลือ						st17 []

ส่วนที่ 7 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับอิทธิพลจากสถานการณ์ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความ	ระดับการรับรู้					เฉพาะผู้วิจัย
	มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1	
7.6 ด้านการจัดการความเครียด						
1. เหตุการณ์ความไม่สงบ ทำให้ฉันรู้สึกกังวล และเครียดอยู่ตลอดเวลา						st18 []
2. ฉันสามารถเลือกหาสถานที่ท่องเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจ ที่ปลอดภัย แม้จะอยู่ในสถานที่ที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบก็ตาม						st19 []
3. ฉันรู้สึกหวาดกลัวจนนอนไม่หลับ หากต้องประสบอยู่ในเหตุการณ์ความไม่สงบ เช่น เหตุการณ์ระเบิด หรือยิงกัน						st20 []

ส่วนที่ 8 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ

คำชี้แจง ให้ท่านใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างให้ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ					เฉพาะผู้วิจัย
	ปฏิบัติ ทุกครั้ง 5	เกือบ ทุกครั้ง 4	เป็น บางครั้ง 3	นานๆ ครั้ง 2	ไม่ปฏิบัติ เลย 1	
1. เมื่อป่วย ท่านไปรับการรักษาจากบุคลากรทางสุขภาพ						bh1 []
2. ท่านสังเกตการเปลี่ยนแปลงของร่างกายตนเองอย่างสม่ำเสมอ						bh2 []
3. ท่านมีการประเมินสุขภาพอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง ด้วยตัวเอง						bh3 []
4. ท่านเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง						bh4 []
5. ท่านมีการป้องกันการติดเชื้อจากผู้อื่น						bh5 []

ส่วนที่ 8 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อคำถาม	ระดับการปฏิบัติ					เฉพาะผู้วิจัย
	ปฏิบัติ ทุกครั้ง 5	เกือบ ทุกครั้ง 4	เป็น บางครั้ง 3	นานๆ ครั้ง 2	ไม่ปฏิบัติ เลย 1	
6. ท่านดื่มน้ำอย่างน้อย วันละ 6- 8 แก้ว						bh6 []
7. ท่านออกกำลังกาย และ/ หรือเล่นกีฬาเป็นประจำ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง						bh7 []
8. ท่านทำกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย ระหว่างปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน						bh8 []
9. ท่านทำกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายให้เกิดความสุข และสนุกสนาน						bh9 []
10. ท่านรับประทานอาหารได้ครบ 5 หมู่ใน 1 วัน						bh10 []
11. ท่านไม่ดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ คาเฟอีน หรือ น้ำอัดลม						bh11 []
12. ท่านหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารสุกๆ ดิบ ๆ						bh12 []
13. ท่านหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารแปรรูป เช่น แหนม ไส้กรอก						bh13 []
14. ท่านมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของตนเอง						bh14 []
15. ท่านเรียนรู้และปรับปรุง เปลี่ยนแปลงให้ชีวิต ดำเนินไปในทางที่ดีขึ้น						bh15 []
16. ท่านปฏิบัติในสิ่งที่ทำให้มีความสุข และสงบใน ชีวิตประจำวัน						bh16 []
17. ท่านอุทิศตน เวลา และความสามารถเพื่อสร้าง ประโยชน์ให้แก่บุคคลอื่น						bh17 []

ส่วนที่ 8 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ (ต่อ)

ข้อความ	ระดับการปฏิบัติ					เฉพาะผู้วิจัย
	ปฏิบัติทุกครั้ง 5	เกือบทุกครั้ง 4	เป็นบางครั้ง 3	นานๆครั้ง 2	ไม่ปฏิบัติเลย 1	
18. ท่านรับฟังคำตักเตือนจากบุคคลใกล้เคียง						bh18 []
19. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มหรือชมรมต่าง ๆ						bh19 []
20. ท่านมีเวลาอยู่กับเพื่อนสนิท และครอบครัว						bh20 []
21. ท่านทักทายพูดคุยกับบุคคลที่รู้จัก/ เพื่อนร่วมงาน						bh21 []
22. ท่านแสดงความห่วงใย และอบอุ่นแก่ผู้อื่น						bh22 []
23. ท่านขจัดความขัดแย้งกับบุคคลอื่นด้วยการประนีประนอม						bh23 []
24. ท่านยกย่อง ชมเชย ในความสำเร็จของบุคคลอื่น						bh24 []
25. ท่านทำกิจกรรมเพื่อลดความเครียดทางใจ เช่น นั่งสมาธิ ละคร หรือสวดมนต์						bh25 []
26. ท่านทำกิจกรรมเพื่อลดความเครียดทางกาย เช่น ออกกำลังกาย ดูหนัง ฟังเพลง						bh26 []
27. ท่านยอมรับในสิ่งที่ตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้						bh27 []
28. ท่านวางแผนให้ชีวิตมีเวลาพักผ่อน						bh28 []
29. ท่านนอนหลับอย่างสนิทพักผ่อนประมาณวันละ 7 – 8 ชั่วโมง						bh29 []

ขอขอบคุณท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

นางสาวชารุวา เจะแต

ผู้วิจัย

หนังสือขอเชิญผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

Prince of Songkhla University
Pattani Campus

หนังสือขอเชิญผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย



ที่ ศธ ๐๕๒๑.๒.๐๗๐๑/๖ ๒๕๕๓

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
ตร.สุระมิแล อ.เมือง จ.ปัตตานี ๙๕๐๐๐

๒๗ ธันวาคม ๒๕๕๓

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน นายนิยม จันทร์แถม

ด้วยนางสาวซาราวา เจาะแต นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน
ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี กำลังทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษา จังหวัดปัตตานี” โดยมี ดร. ฐปนรินทร์ ประทีปเกาะ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อาทิตี สาเด๊ะ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

ในการนี้ ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีคุณสมบัติ
เหมาะสม มีความรู้ความสามารถในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่าน ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
วิจัยตลอดทั้งให้ข้อเสนอแนะอื่นๆ เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับผู้วิจัยในการปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือเพื่อการวิจัยต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายธีระยุทธ รัชชะ)

รักษาการในตำแหน่งหัวหน้าภาควิชาการศึกษา

ภาควิชาการศึกษา
โทร. ๐๗๓-๓๓๗๓๘๒
โทรสาร ๐๗๓-๓๓๗๓๘๒



ที่ ศธ ๐๕๒๑.๒.๐๗๐๓/๑ ๒๕๕๓

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
ตรูสะมิแล อ.เมือง จ.ปัตตานี ๙๕๐๐๐

๒๙ ธันวาคม ๒๕๕๓

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน นางสาวชนิกานต์ สมจรรย์

ด้วยนางสาวซารุวา เจงแต นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน
ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี กำลังทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง "ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษา จังหวัดปัตตานี" โดยมี ดร.ฐปนภรณ์ ประทีปเกษ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อาพิณี สาเด๊ะ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

ในการนี้ ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีคุณสมบัติ
เหมาะสม มีความรู้ความสามารถในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่าน ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
วิจัยตลอดทั้งให้ข้อเสนอแนะอื่นๆ เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับผู้วิจัยในการปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือเพื่อการวิจัยต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายธีระยุทธ รัชชะ)

รักษาการในตำแหน่งหัวหน้าภาควิชาการศึกษา

ภาควิชาการศึกษา
โทร. ๐๗๓-๓๓๗๓๘๒
โทรสาร ๐๗๓-๓๓๗๓๘๒

Prince of Songkla University
Pattani Campus

ผลการตรวจสอบเบื้องต้นในการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ

Regression เลือกรวิธี stepwise

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	เพศ		Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).
2	โรคประจำตัว		Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).
3	รับรู้อุปสรรค		Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).
4	รับรู้ประโยชน์		Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).
5	อิทธิพลจากสถานการณ์		Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).

a. Dependent Variable: BHP

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.607 ^a	.369	.367	.47727
2	.623 ^b	.389	.384	.47050
3	.635 ^c	.403	.397	.46550
4	.644 ^d	.415	.407	.46181
5	.653 ^e	.427	.417	.45794

a. Predictors: (Constant), เพศ

b. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว

c. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, การรับรู้อุปสรรค

d. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, การรับรู้อุปสรรค, รับรู้ประโยชน์

e. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, การรับรู้อุปสรรค, รับรู้ประโยชน์, อิทธิพลจากสถานการณ์

ANOVA^f

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	39.914	1	39.914	175.228	.000 ^a
	Residual	68.335	300	.228		
	Total	108.249	301			
2	Regression	42.060	2	21.030	95.001	.000 ^b
	Residual	66.189	299	.221		
	Total	108.249	301			
3	Regression	43.674	3	14.558	67.182	.000 ^c
	Residual	64.575	298	.217		
	Total	108.249	301			
4	Regression	44.909	4	11.227	52.645	.000 ^d
	Residual	63.340	297	.213		
	Total	108.249	301			
5	Regression	46.176	5	9.235	44.038	.000 ^e
	Residual	62.073	296	.210		
	Total	108.249	301			

a. Predictors: (Constant), เพศ

b. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว

c. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, การรับรู้อุปสรรค

d. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, การรับรู้อุปสรรค, รับรู้ประโยชน์

e. Predictors: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, การรับรู้อุปสรรค, รับรู้ประโยชน์, อิทธิพลจากสถานการณ์

f. Dependent Variable: BHP

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2.109	.144		14.614	.000
	เพศ	.455	.034	.607	13.237	.000
2	(Constant)	2.448	.179		13.660	.000
	เพศ	.433	.035	.578	12.526	.000
	โรคประจำตัว	-.280	.090	-.144	-3.114	.002
3	(Constant)	2.102	.218		9.648	.000
	เพศ	.433	.034	.579	12.677	.000
	โรคประจำตัว	-.256	.089	-.131	-2.862	.005
	รับรู้อุปสรรค	.094	.034	.123	2.729	.007
4	(Constant)	1.364	.375		3.633	.000
	เพศ	.419	.034	.560	12.159	.000
	โรคประจำตัว	-.235	.089	-.121	-2.645	.009
	รับรู้อุปสรรค	.092	.034	.121	2.713	.007
	รับรู้ประโยชน์	.177	.074	.109	2.407	.017
5	(Constant)	.801	.437		1.833	.068
	เพศ	.429	.034	.573	12.465	.000
	โรคประจำตัว	-.237	.088	-.122	-2.691	.008
	รับรู้อุปสรรค	.098	.034	.129	2.902	.004
	รับรู้ประโยชน์	.185	.073	.114	2.528	.012
	อิทธิพลจากสถานการณ์	.124	.050	.110	2.458	.015

a. Dependent Variable: BHP

Excluded Variables^f

Model	Beta In	t	Sig.	Partial Correlation	Collinearity Statistics	
					Tolerance	
1	อายุจริง	-.035 ^a	-.763	.446	-.044	1.000
	ศาสนา	-.088 ^a	-1.937	.054	-.111	1.000
	โสด	.013 ^a	.278	.781	.016	.999
	สมรส	-.005 ^a	-.108	.914	-.006	1.000
	ครูผู้ช่วย	-.020 ^a	-.431	.667	-.025	.997
	ครู	-.020 ^a	-.431	.667	-.025	.997
	ครูคศ.2	-.053 ^a	-1.162	.246	-.067	1.000
	ครูคศ.3	.049 ^a	1.077	.282	.062	.998
	ผอม	.073 ^a	1.587	.114	.091	1.000
	ปกติ	-.058 ^a	-1.271	.205	-.073	.999
	ท้วม	.000 ^a	.006	.995	.000	1.000
	ระยะเวลา	.029 ^a	.634	.527	.037	1.000
		โรคประจำตัว	-.144 ^a	-3.114	.002	-.177
ความรู้		-.040 ^a	-.861	.390	-.050	.997
รับรู้ประโยชน์		.124 ^a	2.682	.008	.153	.961
รับรู้อุปสรรค		.135 ^a	2.991	.003	.170	1.000
ความสามารถ		-.027 ^a	-.583	.560	-.034	.996
ระหว่างบุคคล		-.011 ^a	-.234	.815	-.014	.997
อิทธิพลจากสถานการณ์		.093 ^a	2.009	.045	.115	.982
2	อายุจริง	-.045 ^b	-.995	.321	-.058	.995
	ศาสนา	-.086 ^b	-1.914	.057	-.110	1.000
	โสด	.010 ^b	.226	.821	.013	.999
	สมรส	-.003 ^b	-.077	.939	-.004	1.000
	ครูผู้ช่วย	-.018 ^b	-.408	.684	-.024	.997
	ครู	-.018 ^b	-.408	.684	-.024	.997
	ครูคศ.2	-.052 ^b	-1.153	.250	-.067	1.000
	ครูคศ.3	.047 ^b	1.039	.299	.060	.997
	ผอม	.047 ^b	1.020	.309	.059	.962

	ปกติ	-.036 ^b	-.785	.433	-.045	.972
	ท่วม	.001 ^b	.021	.983	.001	1.000
	ระยะเวลา	.029 ^b	.632	.528	.037	1.000
	ความรู้	-.025 ^b	-.546	.585	-.032	.985
	รับรู้ประโยชน์	.111 ^b	2.424	.016	.139	.952
	รับรู้อุปสรรค	.123 ^b	2.729	.007	.156	.990
	ความสามารถ	.065 ^b	1.222	.223	.071	.722
	ระหว่างบุคคล	-.003 ^b	-.074	.941	-.004	.995
	อิทธิพลจาก สถานการณ์	.096 ^b	2.105	.036	.121	.982
3	อายุจริง	-.054 ^c	-1.194	.233	-.069	.990
	ศาสนา	-.066 ^c	-1.455	.147	-.084	.966
	โสด	.014 ^c	.303	.762	.018	.998
	สมรส	-.010 ^c	-.212	.832	-.012	.997
	ครูผู้ช่วย	-.013 ^c	-.285	.776	-.017	.995
	ครู	-.013 ^c	-.285	.776	-.017	.995
	ครูคศ.2	-.053 ^c	-1.190	.235	-.069	1.000
	ครูคศ.3	.042 ^c	.927	.355	.054	.995
	พอม	.081 ^c	1.723	.086	.099	.909
	ปกติ	-.052 ^c	-1.128	.260	-.065	.958
	ท่วม	.004 ^c	.100	.921	.006	.999
	ระยะเวลา	.028 ^c	.631	.528	.037	1.000
	ความรู้	-.033 ^c	-.720	.472	-.042	.982
	รับรู้ประโยชน์	.109 ^c	2.407	.017	.138	.952
	ความสามารถ	.056 ^c	1.059	.290	.061	.719
	ระหว่างบุคคล	-.002 ^c	-.042	.967	-.002	.994
	อิทธิพลจาก สถานการณ์	.105 ^c	2.333	.020	.134	.977
4	อายุจริง	-.045 ^d	-1.013	.312	-.059	.984
	ศาสนา	-.063 ^d	-1.394	.164	-.081	.965
	โสด	.012 ^d	.260	.795	.015	.998
	สมรส	-.009 ^d	-.192	.848	-.011	.997
	ครูผู้ช่วย	-.014 ^d	-.312	.755	-.018	.994
	ครู	-.014 ^d	-.312	.755	-.018	.994

	ครูคศ.2	-.049 ^d	-1.092	.276	-.063	.998
	ครูคศ.3	.040 ^d	.887	.376	.052	.995
	พอม	.075 ^d	1.616	.107	.094	.907
	ปกติ	-.057 ^d	-1.257	.210	-.073	.956
	ท่วม	.008 ^d	.181	.856	.011	.998
	ระยะเวลา	.014 ^d	.323	.747	.019	.983
	ความรู้	-.053 ^d	-1.173	.242	-.068	.951
	รับรู้ความสามารถ	.053 ^d	1.021	.308	.059	.719
	ระหว่างบุคคล	.000 ^d	-.006	.995	.000	.994
	อิทธิพลจาก สถานการณ์	.110 ^d	2.458	.015	.141	.975
5	อายุจริง	-.047 ^e	-1.063	.289	-.062	.983
	ศาสนา	-.056 ^e	-1.248	.213	-.072	.961
	โสด	.029 ^e	.657	.511	.038	.973
	สมรส	-.027 ^e	-.599	.550	-.035	.971
	ครูผู้ช่วย	-.015 ^e	-.346	.730	-.020	.994
	ครู	-.015 ^e	-.346	.730	-.020	.994
	ครูคศ.2	-.044 ^e	-.997	.319	-.058	.996
	ครูคศ.3	.037 ^e	.836	.404	.049	.994
	พอม	.074 ^e	1.601	.110	.093	.907
	ปกติ	-.052 ^e	-1.146	.253	-.067	.954
	ท่วม	.004 ^e	.100	.920	.006	.997
	ระยะเวลา	.017 ^e	.380	.704	.022	.982
	ความรู้	-.047 ^e	-1.045	.297	-.061	.948
	รับรู้ความสามารถ	.050 ^e	.966	.335	.056	.719
	ระหว่างบุคคล	-.036 ^e	-.770	.442	-.045	.906

a. Predictors in the Model: (Constant), เพศ

b. Predictors in the Model: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว

c. Predictors in the Model: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, รับรู้อุปสรรค

d. Predictors in the Model: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, รับรู้อุปสรรค, รับรู้ประโยชน์

e. Predictors in the Model: (Constant), เพศ, โรคประจำตัว, รับรู้อุปสรรค, รับรู้ประโยชน์, อิทธิพลจากสถานการณ์

f. Dependent Variable: BHP

Prince of Songkla University
Pattani Campus
เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน กองบริการการศึกษาวิทยาเขตปัตตานี โทร. ๒๕๕๑

ที่ มอ ๐๐๓.๐๒/๒๐๕

วันที่ ๕ เมษายน ๒๕๖๐

เรื่อง ผลการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

เรียน นางสาวชาววา เจะแต (คณะศึกษาศาสตร์)

ตามที่ท่านได้อื่นเอกสารเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจังหวัดปัตตานี (Factors Influencing Health Promoting Behaviors of Teachers under the Supervision of the Primary Educational Service Area, Pattani Province) (เลขที่โครงการ REC Number: psu.pn.๒-๐๓๐/๖๐) นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และการศึกษา ประจำวิทยาเขตปัตตานี ได้พิจารณาแล้ว มีมติรับรองโครงการวิจัยของท่าน แบบเร่งรัด และขอส่งหนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มาพร้อมนี้


จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

Thana Theeran

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชริยา ไชยลังกา)
รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ วิทยาเขตปัตตานี

สำเนาเรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

Ph2-C2/1.0


 Certificate of Approval
 The Research Ethics Committee for Humanities, Social Sciences and Education
 Prince of Songkla University, Pattani Campus

REC Number : psu.ph.2-030/60

ชื่อโครงการ : ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจังหวัดปัตตานี

Project titled : Factors Influencing Health Promoting Behaviors of Teachers under the Supervision of the Primary Educational Service Area, Pattani Province

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นางสาวซารุวก เจแนต

Principle Investigator : Miss Saruwa Jehtae

หน่วยงานที่สังกัด คณะศึกษาศาสตร์

Affiliation of PI : Faculty of Education

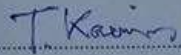
co-investigators : -

Review Method : Expedited

Documents acceptances :

1. Submission Form
2. Self-Assessment Form
3. Information sheet for research participant
4. Research Project
5. Research tool

have been reviewed by the Human Research Ethics Committee in full compliance with the Declaration of Helsinki and the Belmont Report. Please submit the report at least once annually or submit the final report if finished.


 Assoc. Prof. Dr. Theeraphong Kaenin
 Chairman of Human Research Ethics Committee

Date of approval : 03 February 2017
 Date of expiration : 03 February 2018

Research Unit, Curriculum and Faculty Development Office,
 Educational Services Division, Prince of Songkla University, Pattani Campus.
 181 Charoenpradit Road, Ruesamitae, Muang, pattani 94000
 Tel. +66-(0)7333 1251 Fax 66-(0)7333 1251

Prince of Songkla University
Pattani Campus

ประวัติผู้วิจัย