

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ	ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนทางสังคม กับวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ ของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษาเอกชนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดเชียงใหม่
ผู้เขียน	นายสิทธิ รัตนราช
ปริญญา	วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาการปรึกษา)
อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ	อาจารย์ ดร.ณรงค์ศักดิ์ จันทร์นวล

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคมกับวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษาเอกชน 2) เพื่อศึกษาความสามารถในการทำนายของการรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคม ที่มีต่อวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษาเอกชน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1-3 ของโรงเรียนอาชีวศึกษาเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวนทั้งหมด 298 คน ประกอบด้วย นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 จำนวน 122 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 90 คน และชั้นปีที่ 3 จำนวน 86 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ชนิด ได้แก่ 1) แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง 2) แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และ 3) แบบวัดวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ หาค่าความเชื่อมั่นตามสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86, .91 และ .93 ตามลำดับ

ผลการวิจัยพบดังนี้

สมมุติฐานของการวิจัยได้รับการยอมรับ

1. การรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .26$ และ $.66$ ตามลำดับ)
2. การรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคมมีอำนาจร่วมกันในการทำนาย วิถีดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ ได้ร้อยละ 44.70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($R^2 = .447$, $F = 119.218$) และพบว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถทำนายวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพได้มากกว่าการรับรู้ความสามารถของตนเอง ($\beta = .637$ และ $.102$ ตามลำดับ)

นอกจากนี้ได้มีการวิเคราะห์เพิ่มเติมในแต่ละตัวแปร การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ เพื่อดูความแตกต่างกันในตัวแปรรายได้ของนักศึกษา และสถานที่พักอาศัยในระหว่างที่ศึกษา

Independent Study Title	Relationship Between Perceived Self - Efficacy, Social Support and Health-Promoting Life Style of A Private Vocational School Students in Chiang Mai Province	
Author	Mr. Sitti Rattanasri	
Degree	Master of Science (Counseling Psychology)	
Independent Study Advisor	Lecturer Dr. Narongsak	Chunnual

Abstract

The purpose of this research was two folds 1) to study relationship between Perceived Self – Efficacy and Social Support and Health - Promoting Life Style of a private vocational school female students. 2) to study Perceived Self – Efficacy and Social Support as predictors of Health - Promoting Life Style of a private vocational school female students. The samples were 298 vocational certificate female students at level 1 – 3 of a private vocational school in Chiang Mai Province. The materials were 3 measures, namely, 1) Perceived Self - Efficacy Questionnaire 2) Social Support Questionnaire 3) Health – Promoting Life Style Profile Questionnaire. Reliability were obtained at .86, .91 and .93 by means of Cronbach’s Alpha Coefficient, respectively.

The results of the study were as follows :

The research hypotheses were accepted.

1. Perceived Self – Efficacy and Social Support had positive relationship with Health - Promoting Life Style at the .01 level of significance ($r = .26$ and $.66$ respectively).

2. Perceived Self – Efficacy and Social Support could predict Health – Promoting Life Style at the .001 ($R^2 = .447$, $F = 119.218$), and it was found that Social Support could predict Health – Promoting Life Style better than Perceived Self – Efficacy ($\beta = .637$ and $.102$, respectively).

In addition, additional analyses were perform in each variable, Perceived Self – Efficacy, Social Support and Health – Promoting Life Style to see the differences in these variables, student income and place of stay during study.