

## รายการอ้างอิง



### ภาษาไทย

กรรณิการ์ จิตต์บรรเทา. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลการเรียนภาษาอังกฤษในการอ่านเพื่อความเข้าใจภาษาอังกฤษของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่5. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิตวิทยาลัย ภาคศึกษามัธยมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

จิตตะการ ศุภรัตน์. การรับรู้ความสามารถแห่งตนกับแบบแผนชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของสตรีวิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์)สาขาเอกพยาบาลสตรี บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2542.

ชญาณิชฐ์ ปัญญาทอง. การรับรู้สมรรถนะแห่งตนเองและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้ป่วยวัณโรคโรงพยาบาลอุดรธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544.

ทิพย์สัมพันธ์ เกษโกมล. การพัฒนามาตรวัดความเชื่อในสมรรถนะของตนในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาคศึกษาวิชาการศึกษาศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.

ทิพย์ภา เศรษฐราชวลิต. จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับพยาบาล. สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์, 2544.

ธัญญา ดีปานวงศ์. การศึกษาพฤติกรรมด้านการปฏิบัติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่6 สังกัดกรมสามัญศึกษากรุงเทพมหานครตามแผนพัฒนาการสาธารณสุขฉบับที่8 (พ.ศ.2540-2544). วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาคศึกษาศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

นลินี มกรเสน. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนชั้นประถมปีที่6 จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.

น้ำค้าง ว่องเกษงา. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยลักษณะส่วนบุคคลการรับรู้ความสามารถของตนเองการรับรู้ภาวะสุขภาพกับวิถีที่ส่งเสริมสุขภาพของผู้สูญเสียแขนขา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2541.

- น้ำฝน ทองตันไทรย์. การรับรู้ความสามารถของตนเองและการปฏิบัติเพื่อป้องกันภาวะ  
อ้วนในวันรุ่งหญิง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิตสาขากการพยาบาลแม่และเด็ก  
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
- ประคอง กรรณสูต. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. ทศนคติ การวัด การเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย. กรุงเทพฯ :  
สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. พฤติกรรมสุขภาพ. เอกสารการสอนชุดวิชาสุขภาพศึกษาหน่วยที่ 1 – 7.  
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2535.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ. เอกสารการสอนชุด  
วิชาสุขภาพศึกษาหน่วยที่ 1 – 7. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2530
- ประสงค์ ธีรพงศ์ภักดิ์. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของครูมัธยมศึกษา  
สังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต  
(สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุขภาพศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล,  
2536.
- ปริญญา จิรกุลพัฒนา. การให้คุณค่าต่อสุขภาพ ความเชื่ออำนาจด้านสุขภาพและ  
พฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิตสาขา  
การพยาบาลแม่และเด็ก มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536.
- พานี ขอสุข. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง  
ต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนรู้การกำกับตนเอง  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ. วิทยานิพนธ์  
ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,  
2542.
- ไพโรจน์ ศรีจันทร์. ข้อคิดและวิธีการทำงานสุขภาพเพื่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ  
สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ศิริธรรมออฟเซ็ท, 2542.
- มณฑิรา ชุนวงษ์. พฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาในโรงเรียนรัฐบาล  
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิต  
วิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- รัตชนก ศุภไกร. ความเครียด บุคลิกภาพแบบเข้มแข็งแรงสนับสนุนทางสังคมกับ  
พฤติกรรมการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 กรม  
สามัญศึกษากรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต(สาธารณสุข

- ศาสตร์)สาขาวิชาเอกอนามัยครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.  
 วันเพ็ญ อัครศิลป์กุล. ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและ  
 อารมณ์ต่อการเรียนรู้ความสามารถของตนของบุคคลที่สูญเสียแขนขา.  
 วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์  
 มหาวิทยาลัย, 2539.
- วัลลดา เล้ากอบกุล. การประยุกต์แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเตอร์เพื่อ  
 ส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพสตรีวัยก่อนหมดประจำเดือน อำเภอเมือง จังหวัด  
 ชลบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกสุข  
 ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2542.
- ศึกษาริการ, กระทรวง. รายชื่อโรงเรียนทั่วประเทศ. กองการมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา  
 2545.
- สาธารณสุข, กระทรวง. ข้อเสนอแนะและแผนงานส่งเสริมสุขภาพ พ.ศ. 2545 – 2546. กรม  
 อนามัย, 2545.
- สายสุณี คำสอน. ปัจจัยส่วนบุคคล ประสิทธิภาพการทำงาน การรับรู้สมรรถนะของตนเอง ซึ่ง  
 มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาวัยรุ่นในโรงเรียนสังกัดนอก  
 โรงเรียน.วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอก  
 พยาบาลสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2545.
- สุชาติ ไสยมประยูร. การสอนสุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เอมี เทรดดิง, 2542.
- สุดารัตน์ ขวัญเงิน. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับวิถีทาง  
 ดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต  
 สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2537.
- สุชา จันท์เอม. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด, 2529
- สุชาดา มโนทัย. การศึกษาพฤติกรรมมารบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา  
 ตอดต้น กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา  
 บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- สุวรรณณี ยุธชาติ. การศึกษาพฤติกรรมการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของนักเรียนอาชีวศึกษา  
 สังกัดกรมอาชีวศึกษาในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต  
 สาขาวิชาสุขศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาสิต. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์  
 โอเดียนสโตร์, 2539.
- อนามัย,กรม. แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

- ฉบับที่9(พ.ศ.2545-2549). กรุงเทพมหานคร : กระทรวงสาธารณสุข, 2545.
- อนุสรณ์ บุญทรง. รูปแบบการปฏิบัติตนด้านสุขภาพของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย  
จังหวัดอุบลราชธานี.วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์)สาขา  
วิชาเอกสุขภาพศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2544
- อุบลรัตน์ รุ่งเรืองศิลป์. พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา จังหวัด  
ประจวบคีรีขันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์)สาขา  
วิชาเอกสุขภาพศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
- อรพิน ฐาปนกุลศักดิ์. พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่6  
ในโรงเรียนสังกัดงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย, 2539

### ภาษาอังกฤษ

- Ball, K, et al." Campus settings and health promotion : Overweight, physical inactivity, smoking and unsafe alcohol consumption in metropolitan university and rural safe students". **Journal of Health Promotion**, 2000.
- Bandura, A." Self-efficacy : Mechanism in human agency". **American Psychologist**, 1982.
- Bandura, A. **Self-efficacy : Toward a Unifying Theory of Behavior Change**. Sources notable Selections in Social Psychology USA : Dushking Publishing, 1999.
- Bandura, A. **Self-efficacy the Exercise of Control**. New York: W.H.Freeman, 1997.
- Bandura, A. **Social Learning Theory**. New Jersey: Prentice-Hall, 1977.
- Cunningham, A.J., Lockwood, G.A." A relationship between perceived self-efficacy and quality of life in cancer patients ". **Patient Education and Counseling**. J.A, 1991.
- Good. O. V. **Dictionary of Education 3<sup>rd</sup> ed.**, New York: Mc Graw-Hill Book Co., 1973.
- Grubbs, S. et al. **Self – efficacy in Normal Adolescents**. Issues In Mental Health Nursing, 1992.
- Pender, N. J. **Health Promotion in Nursing Practice**. Norwalk : Appletion & Lange, 1997
- Takada, E., et al. " Jump start teens : in teractive, cross – curricular lesson for high school adolescents ". **Journal of School Health**, 2001.
- Teti, D.M., and Gelfand. **Behavior Competence Among Mothers of Infants in the First Year : The Mediational Role of Maternal Self-efficacy**. Child Development. D.M, 1991.

**ภาคผนวก**

## ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแบบสอบถาม

### รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแบบสอบถาม

- |   |  |
|---|--|
| 1. ศาสตราจารย์ ดร. สุชาติ โสมประยูร       | ศาสตราจารย์เกียรติคุณ<br>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย           |
| 2. รองศาสตราจารย์ ดร. วสันต์ ศิลปสุวรรณ   | ข้าราชการบำนาญ   |
| 3. รองศาสตราจารย์ ดร. พรรณราย ทรัพย์ประภา | ข้าราชการบำนาญ   |
| 4. รองศาสตราจารย์ ดร. รัชณี ขวัญบุญจัน    | อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา<br>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย      |
| 5. อาจารย์ สุชีรา บัวทองจันทร์            | อาจารย์ 2 ระดับ 7 อาจารย์ประจำ<br>โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย |

## ภาคผนวก ข

จดหมายขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

จดหมายขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล

จดหมายขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลวิจัย



ที่ ทม.0302(2700.0603)/0282

ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

21 มกราคม 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

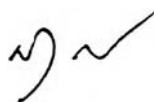
เรียน ศาสตราจารย์ ดร.สุชาติ โสมประยูร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวอมรรัตน์ พาศิยานุกูล นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุลักษณ์ ศรีบุรี)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2680

ที่ ทม.0302(2700.0603)/0283

ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

21 มกราคม 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

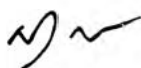
เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.วสันต์ ศิลปสุวรรณ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวอมรรัตน์ พงษ์ยาภูกุล นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุลักษณ์ ศรีบุรี)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2680

ที่ ทม.0302(2700.0603)/0284

ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

21 มกราคม 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.พรพรรณราย ทรัพย์ประภา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวอมรรัตน์ พาศิยานุกูล นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอมอัสมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุลักษณ์ ศรีบุรี)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2680



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทร.0-2218-2680

ที่ ทม.0302(2700.0603)/0285

วันที่ 21 มกราคม 2546

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน

ด้วย นางสาวอมรรัตน์ พาชิยานุกูล นิสิตชั้นปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมการสุขภาพของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอ็มอัชมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้น (ตามเอกสารที่แนบ)

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุลักษณ์ ศรีบุรี)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ที่ ทม.0302(2700.0603)/0284

ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

21 มกราคม 2546

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์สุชีรา บัวทองจันทร์

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวอมรรัตน์ พาชยานุกูล นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุลลักษ์ณ์ ศรีบุรี)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2680

ที่ ทม.0302(2770.0603)/0281

ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

21 มกราคม 2546

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัย

เรียน อธิบดีกรมสามัญศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวอมรรัตน์ พาศิยานุกูล นิสิตชั้นปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา อยู่ในระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอมอัสมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้ นางสาวอมรรัตน์ พาศิยานุกูล ได้ทำการเก็บข้อมูลวิจัยดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุลักษณ์ ศรีบุรี)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0-2218-2680



ที่ ศช 0812/ 0496

สำนักงานสามัญศึกษากรุงเทพมหานคร  
กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ  
เขตคูสิต กรุงเทพมหานคร 10300

๒๘ มกราคม ๒๕๔๖

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลวิจัย

เรียน ผู้บริหารสถานศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา ส่วนกลาง

ด้วย นางสาวอมรรัตน์ พงษ์พานิชกุล นิสิตระดับปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา สาขาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร” ในกรณี ผู้วิจัย มีความประสงค์จะเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และผู้วิจัยจะประสาน รายละเอียดโดยตรงกับทางโรงเรียนอีกครั้งหนึ่ง

สำนักงานสามัญศึกษากรุงเทพมหานครพิจารณาแล้ว เห็นว่า การวิจัยดังกล่าวเป็นประโยชน์ ต่อการพัฒนาสุขภาพนักเรียนและวงการศึกษาโดยรวม สมควรให้การสนับสนุน

จึงเรียนมาเพื่อทราบและให้ความอนุเคราะห์ในครั้งนี้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายจุมพฏ ประเสริฐสุข)  
ผู้ช่วยผู้อำนวยการ รักษาการในตำแหน่ง  
ผู้อำนวยการสามัญศึกษากรุงเทพมหานคร

กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาการศึกษาฯ

โทร. 0-2282-3834 ต่อ 108

โทรสาร 0-2281-9996-7 ต่อ 115

<http://bkk.ge.go.th/>

## **ภาคผนวก ค**

**รายชื่อโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา  
กระทรวงศึกษาธิการ จำแนกตามกลุ่มที่ 1 – 9  
ตารางแสดงจำนวนโรงเรียน ประชากรกลุ่มตัวอย่าง**



รายชื่อโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ  
จำแนกตามกลุ่มที่ 1 - กลุ่มที่ 9

กองการมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ แบ่งกลุ่มโรงเรียน  
ระดับมัธยมศึกษาออกเป็น 9 กลุ่ม โดยจัดกลุ่มตามพื้นที่ มีรายละเอียดดังนี้ คือ

กลุ่มที่ 1 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย โรงเรียนวัดราชบพิธ โรงเรียน  
เบญจมราชพลชัย โรงเรียนมัธยมวัดมกุฏกษัตริย์ โรงเรียนวัดสังเวช โรงเรียนสตรีวิทยา โรงเรียน  
วัดบวรนิเวศ โรงเรียนวัดราชาธิวาส โรงเรียนราชวินิตมัธยม โรงเรียนมัธยมวัดเบญจมบพิตร  
โรงเรียนโยธินบูรณะ โรงเรียนวัดน้อยนพคุณ โรงเรียนแคระชูเสถียร โรงเรียนศิลาจารึกพัฒนา  
โรงเรียนสุวรรณสุทธารามวิทยา

กลุ่มที่ 2 โรงเรียนเทพศิรินทร์ โรงเรียนวัดสระเกศ โรงเรียนสายปัญญา  
โรงเรียนสตรีวัดมหาพฤฒาราม โรงเรียนไตรมิตรวิทยาลัย โรงเรียนวัดสุทธิวาราม โรงเรียนสตรี  
ศรีสุริโยทัย โรงเรียนยานนาวาเวศวิทยาควม โรงเรียนโสตศึกษาทุ่งมหาเมฆ โรงเรียนนนทบุรีวิทยา  
โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาควม โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา โรงเรียนพุทธจักรวิทยา โรงเรียนศรี  
อยุธยา โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย โรงเรียนมักกะสันพิทยา

กลุ่มที่ 3 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 โรงเรียนลาดปลาเค้าพิทยาคม โรงเรียนนวมิ  
นทราชูทิศ โรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชนบางเขน โรงเรียน  
สีกัน โรงเรียนดอนเมืองจตุรจินดา โรงเรียนฤทธิยะวรรณาลัย โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย  
โรงเรียนสารวิทยา โรงเรียนราชันนทาจารย์ โรงเรียนหอวัง โรงเรียนราชวินิตบางเขน

กลุ่มที่ 4 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี โรงเรียนกุนนทีรุทธารามวิทยาควม โรงเรียน  
พิบูลประชาสรรค์ โรงเรียนจันทร์หุ่นบำเพ็ญ โรงเรียนพระราชราษฎร์อุปถัมภ์ โรงเรียนสายน้ำผึ้ง  
โรงเรียนปทุมคงคา โรงเรียนพระโขนงพิทยาลัย โรงเรียนวัดธาตุทอง โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา  
พัฒนาการ โรงเรียนวชิรธรรมสาธิต โรงเรียนราชดำริ โรงเรียนศรีพฤฒา โรงเรียนสิริรัตนนคร

กลุ่มที่ 5 โรงเรียนบดินทรเดชา(สิงห์ สิงหเสนี) โรงเรียนวัดบึงทองหลาง  
โรงเรียนเทพศิลา โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ บดินเดชา โรงเรียนวัดหนองจอก โรงเรียนบดินทร

เดชา(สิงห์ สิงหเสนี)4 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เบญจมราชาลัย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ  
สตรีวิทยา2 โรงเรียนบางกะปิ โรงเรียนสตรีศรีอยุธยา โรงเรียนนครปฐม โรงเรียนนครปฐม  
โรงเรียนบดินทรเดชา(สิงห์ สิงหเสนี)2 โรงเรียนบางกะปิสุมนวพันธ์อุปถัมภ์ โรงเรียนเตรียม  
อุดมอ่อนเกล้า โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ โรงเรียนพรตพิทยพยัต โรงเรียนเทพศิรินทร์ร่มเกล้า  
โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชน์ลาดกระบัง

กลุ่มที่ 6 โรงเรียนสุวรรณวิทยาคม โรงเรียนสตรีวัดระฆัง โรงเรียนมัธยมวัดดุสิต  
ดาราม โรงเรียนวัดนายโรง โรงเรียนบวรมงคล โรงเรียนวิมุตยารามพิทยากร โรงเรียนโพธิสาร  
พิทยากร โรงเรียนสุวรรณพลับพลาพิทยาคม โรงเรียนวัดน้อยใน โรงเรียนมหารณพาราม  
โรงเรียนทวีวัฒนา โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ โรงเรียนทวีธาภิเศก โรงเรียนชินโรสวิทยาลัย  
โรงเรียนสวนอนันต์ โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม โรงเรียนไชยฉิมพลีวิทยาคม

กลุ่ม 7 โรงเรียนศึกษานารี โรงเรียนวัดอินทาราม โรงเรียนวัดดาวคณอง  
โรงเรียนธนบุรีวรเทพีพาลาร์क्ष โรงเรียนวัดราชโอรส โรงเรียนบางปะกอกวิทยาคม โรงเรียนแจ่ง  
ร้อนวิทยาคม โรงเรียนบางมดวิทยา โรงเรียนวัดพุทธบูชา โรงเรียนอิสลามวิทยาลัย โรงเรียน  
รัตนโกสินทร์สมโภชน์บางขุนเทียน โรงเรียนทวีธาภิเศก2 โรงเรียนมัธยมวัดสิงห์ โรงเรียนศึกษา  
นารีวิทยา

กลุ่ม 8 โรงเรียนวัดนวลนรดิศ โรงเรียนสตรีวัดอัมรินทร์ โรงเรียนจันทร  
ประดิษฐารามวิทยาคม โรงเรียนวัดประดู่ในทรงธรรม โรงเรียนฤทธิณรงค์รอน โรงเรียนมัธยมวัด  
หนองจอก โรงเรียนวัดรางบัว โรงเรียนปัญญาवरคุณ โรงเรียนราชวินิตบางแคปานซำ โรงเรียน  
นวลนรดิศวิทยาคมรัชมังคลาภิเศก

กลุ่ม 9 โรงเรียน ภ.ป.ร.ราชวิทยาลัย โรงเรียนสวนกุหลาบ จังหวัดนนทบุรี  
โรงเรียนเบญจมราชานุสรณ์ จังหวัดนนทบุรี โรงเรียนสุนทราริทยา จังหวัดนครราชสีมา โรงเรียน  
ราชประชาสมาลัย จังหวัดสมุทรปราการ โรงเรียน พูลเจริญวิทยาคม จังหวัดสมุทรปราการ  
โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชน์ บวรนิเวศศาลายา จังหวัดนครปฐม โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์  
จังหวัดนครปฐม โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ จังหวัดสมุทรปราการ  
โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สวนกุหลาบวิทยาลัย จังหวัดสมุทรปราการ โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ  
สวนกุหลาบวิทยาลัย จังหวัดปทุมธานี โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว จังหวัดสมุทรปราการ

โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ หอวัง จังหวัดนนทบุรี โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัยรังสิต โรงเรียน  
มัธยมสังคีตวิทยา จังหวัดปทุมธานี โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ สุวินทวงศ์ โรงเรียน  
เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า กบินทร์บุรี โรงเรียนกาญจนาภิเษกวิทยาลัย จังหวัดนครปฐม

ตารางแสดงจำนวนโรงเรียน ประชากรกลุ่มตัวอย่าง

รายชื่อโรงเรียน	นักเรียน จำนวน ทั้งหมด	จำนวนนักเรียน			จำนวนกลุ่ม ตัวอย่าง
		ม.4	ม.5	ม.6	
กลุ่มที่ 1					
โรงเรียนวัดสังเวช	387	117	116	154	30
โรงเรียนสตรีวิทยา	2,042	835	754	839	30
กลุ่มที่ 2					
โรงเรียนศรีอยุธยา	1,281	427	425	429	30
โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย	890	256	313	321	30
กลุ่มที่ 3					
โรงเรียนราชวินิตบางเขน	940	343	319	278	30
โรงเรียนนวมินทราชูทิศ	914	314	329	271	30
กลุ่มที่ 4					
โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี	2,386	810	803	773	30
โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์	732	231	267	234	30
กลุ่มที่ 5					
โรงเรียนเทพศิลา	751	601	502	557	30
โรงเรียนบางกะปิ	1,660	259	272	220	30
กลุ่มที่ 6					
โรงเรียนสตรีวัดระฆัง	1,003	318	348	337	30
โรงเรียนทวิธาภิเศก	1,382	457	435	490	30
กลุ่ม 7					
โรงเรียนศึกษานารี	1,693	565	530	598	30
โรงเรียนธนบุรีวรเทพีพลารักษ์	425	165	138	122	30
กลุ่ม 8					
โรงเรียนวัดนวลนรดิศ	1,310	458	442	410	30
โรงเรียนสตรีวัดอัมพรสวรรค์	1,044	340	366	338	30

ภาคผนวก ง  
เครื่องมือในการวิจัย

## แบบสอบถาม

### เรื่อง

การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน  
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร

### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามมีจุดมุ่งหมายเพื่อการศึกษาเท่านั้น ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
หลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษา
2. คำตอบของท่านจะเป็นประโยชน์ และมีความสำคัญยิ่งต่อการศึกษาวิจัยครั้งนี้
3. คำตอบของท่านไม่มีถูก หรือผิด ผู้วิจัยจึงขอความกรุณา จากท่านช่วยตอบ  
แบบสอบถามตามความเป็นจริง และตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด
4. ข้อมูลต่าง ๆ ที่ท่านตอบในแบบสอบถาม ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับและไม่มี  
ผลเสียต่อตัวท่าน หรือบุคคลใด ๆ โดยท่านไม่ต้องระบุชื่อและสถานศึกษาของท่านลงใน  
แบบสอบถามนี้
5. แบบสอบถามมีทั้งหมด 2 ส่วนดังนี้  
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป  
ส่วนที่ 2 การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพ

ขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือ  
นางสาวอมรรัตน์ พาชิยานุกูล

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมข้อความหรือทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง ( ) ที่ตรงกับนักเรียนมากที่สุด

1. เพศ 1. ( ) ชาย 2. ( ) หญิง
2. อายุ.....ปี
3. ระดับผลการเรียน( เกรดเฉลี่ยเทอมล่าสุด).....กำลังเรียนชั้น.....
4. ค่าใช้จ่ายที่นักเรียนได้รับจากผู้ปกครองต่อเดือน
  1. ( ) น้อยกว่า 1,000 บาท 2. ( ) 1,000 – 2,000 บาท
  3. ( ) 2,001 – 3,000 บาท 4. ( ) มากกว่า 3,000 บาท
5. บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วยปัจจุบัน
  1. ( ) บิดา 2. ( ) มารดา 3. ( ) บิดา – มารดา 4. ( ) อื่น ๆ ระบุ.....
6. รายได้ของครอบครัวต่อเดือน
  1. ( ) 10,000 บาท 2. ( ) 10,000 – 20,000 บาท
  3. ( ) 20,001 – 30,000 บาท 4. ( ) มากกว่า 30,000 บาท
7. ระดับการศึกษาของบิดา
  1. ( ) ประถมศึกษา 2. ( ) มัธยมศึกษาตอนต้น 3. ( ) มัธยมศึกษาตอนปลาย
  4. ( ) อนุปริญญา 5. ( ) ปริญญาตรี 6. ( ) สูงกว่าปริญญาตรี 7. ( ) อื่น ๆ ระบุ.....
8. ระดับการศึกษาของมารดา
  1. ( ) ประถมศึกษา 2. ( ) มัธยมศึกษาตอนต้น 3. ( ) มัธยมศึกษาตอนปลาย
  4. ( ) อนุปริญญา 5. ( ) ปริญญาตรี 6. ( ) สูงกว่าปริญญาตรี 7. ( ) อื่น ๆ ระบุ.....
9. อาชีพของบิดา
  1. ( ) รับราชการ 2. ( ) รัฐวิสาหกิจ 3. ( ) ธุรกิจส่วนตัว
  4. ( ) พนักงานบริษัท 5. ( ) อื่น ๆ ระบุ.....
10. อาชีพของมารดา
  1. ( ) รับราชการ 2. ( ) รัฐวิสาหกิจ 3. ( ) ธุรกิจส่วนตัว
  4. ( ) พนักงานบริษัท 5. ( ) อื่น ๆ ระบุ.....
11. การเดินทางมาโรงเรียน
  1. ( ) รถยนต์ 2. ( ) รถจักรยานยนต์ 3. ( ) รถโดยสารประจำทาง
  4. ( ) เดิน 5. ( ) อื่น ๆ ระบุ.....

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพ คำชี้แจง โปรดพิจารณาแบบสอบถามแต่ละข้อแล้วเขียนเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่องว่าง ขวามือให้ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติ หมายถึง ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองที่จะปฏิบัติพฤติกรรม โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้	
เชื่อมั่นมากที่สุด	หมายถึง เชื่อมั่นว่าจะสามารถปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ ได้เป็นประจำ เกณฑ์ให้คะแนน = 5
เชื่อมั่นมาก	หมายถึง เชื่อมั่นว่าจะสามารถปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ ได้บ่อยครั้ง เกณฑ์ให้คะแนน = 4
เชื่อมั่นปานกลาง	หมายถึง เชื่อมั่นว่าจะสามารถปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ ได้บางครั้ง เกณฑ์ให้คะแนน = 3
เชื่อมั่นน้อย	หมายถึง เชื่อมั่นว่าจะสามารถปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ ได้น้อยครั้ง เกณฑ์ให้คะแนน = 2
ไม่เชื่อมั่นเลย	หมายถึง เชื่อมั่นว่าจะไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ ได้เลย เกณฑ์ให้คะแนน = 1

การปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง ในชีวิตประจำวันท่านปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพมากน้อยเพียงใด โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง ปฏิบัติทุกครั้ง	เกณฑ์ให้คะแนน = 5
ปฏิบัติเป็นส่วนมาก	หมายถึง ปฏิบัติ 5 - 6 ครั้ง/สัปดาห์	เกณฑ์ให้คะแนน = 4
ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	หมายถึง ปฏิบัติ 3 - 4 ครั้ง/สัปดาห์	เกณฑ์ให้คะแนน = 3
ปฏิบัติเป็นส่วนน้อย	หมายถึง ปฏิบัติ 1 - 2 ครั้ง/สัปดาห์	เกณฑ์ให้คะแนน = 2
ไม่ปฏิบัติเลย	หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆเลย	เกณฑ์ให้คะแนน = 1

ตัวอย่างการทำแบบสอบถาม

พฤติกรรมสุขภาพ	ระดับการรับรู้ ความสามารถของตนเอง ในการปฏิบัติ					การปฏิบัติพฤติกรรม สุขภาพ				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
การรับประทานอาหารเช้าทุกวัน	/						/			

หมายความว่า ฉันเชื่อมั่นว่าจะสามารถรับประทานอาหารเช้าทุกวัน ส่วนในการปฏิบัติฉันรับประทานอาหารเช้าเป็นส่วนมาก









### ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ชื่อ นางสาวอมรรัตน์ พาศิยานุกูล เกิดวันที่ 25 เดือนมีนาคม พ.ศ.2515  
สำเร็จการศึกษา พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อปีพ.ศ.2538  
เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเมื่อปีพ.ศ.2544  
ปัจจุบันรับราชการตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ ระดับ 6 แผนกไอซียูกุมาร ตึกโกศล 2  
โรงพยาบาลศิริราช