

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน 2) เพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา และ 3) เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตและสร้างเสริมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้นจากนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยของรัฐ มหาวิทยาลัยในกำกับ และ มหาวิทยาลัยเอกชน 3 สาขาวิชา คือ สาขาวิทยาศาสตร์ สาขาสังคมศาสตร์ และสาขามนุษยศาสตร์ จำนวน 4,057 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามแบบเลือกตอบ มีความเชื่อมั่นที่ 0.7587-0.9843 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบพหุ วิเคราะห์และตรวจสอบโมเดลด้วยโปรแกรม LISREL 8.72 ผลการวิจัยพบว่า นิสิต/นักศึกษามีทักษะชีวิตทั้ง 3 ด้านคือทักษะทางสังคม ทักษะการคิด และทักษะการควบคุมอารมณ์ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย 3.81 3.84 และ 3.74 ตามลำดับ มีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงในระดับต่ำ มีค่าเฉลี่ย 2.04 2.65 และ 1.68 ตามลำดับ ปัจจัยภูมิหลัง 8 ด้านได้แก่ เพศ อายุ ลำดับการเกิด ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง ชั้นปี การศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา สาขาวิชาที่ศึกษา และมหาวิทยาลัยที่ศึกษา มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลต่อทักษะชีวิต การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผลการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาค้นพบว่า โมเดลมีค่าดัชนีความสอดคล้องกลมกลืนได้แก่ ค่าไคว์สแควร์ 574.07 องศาอิสระ 179 $RMSEA = 0.023$ $CFI = 0.99$ $AGFI = 0.98$) ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะชีวิต มีขนาดอิทธิพลทางตรงเชิงลบเท่ากับร้อยละ 20 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลทางตรงเชิงบวกเท่ากับร้อยละ 73 ข้อเสนอแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตและการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษามี 5 ประการ คือ 1) การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจะต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว 2) ควรส่งเสริมให้บิดามารดาเสริมสร้างความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษา แบบที่ 1 เพื่อพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์แก่นิสิต/นักศึกษา 3) การกำหนดแนวทางการพัฒนา นิสิต/นักศึกษาคำนึงถึงความต้องการที่มีความแตกต่างกันด้านภูมิหลัง 4) ควรส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาโดยการสนับสนุนให้มีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น 5) ควรพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาด้านทักษะการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์

Abstract

The three purposes of this research were 1) to compare life skills, health behaviors and risk behaviors of different backgrounds undergraduate students, 2) to develop and validate a causal model of life skills and risk behaviors of undergraduate students, and 3) to proposed life skills and health promotion guidelines of undergraduate students. The research samples consisted of 4,057 undergraduate students from public university, autonomy university, and private university; and from science, social sciences, and humanities obtaining from stratified random sampling. The research instruments were 5 to 6 scales questionnaires with reliability ranging from 0.7587 to 0.9843. The data were employed descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient, MANOVA, and the analyses of structural equation model using LISREL 8.72 program.

The research results revealed that undergraduate students had high level mean scores of all 3 factors of life skills: social skills was 3.78, thinking was 3.84, and emotional skill was 3.74; low mean scores of perception of health-promoting practices, health behaviors, and risk behaviors (\bar{X} = 2.04, 2.04, and 1.68 respectively). The 8 background factors; sex, age, birth order, relationship with parents, educational year, achievement, field of study, and university had interaction effect to undergraduate students' life skills, perception of health-promoting practices, health behaviors, and risk behaviors ($p < 0.05$). The model development and validated resulted in chi-square = 574.07, $df = 179$, RMSEA = 0.023, CFI = 0.99, and AGFI = 0.98. The most affected variable on undergraduate students' risk behaviors was life skills, 20 percent of directed negative effect. The most affected variable on undergraduate students' health behaviors was perception of health promoting practices, 73 percent of directed positive effect. There were 5 recommend guigelines to develop undergraduate students' life skills and promote health: 1) action to decrease of undergraduate students' risk behaviors needs a couple with action to decrease of their family members' risk behaviors; 2) parents should be encouraged to promote type 1 relationships with undergraduate students' to develop their emotional coping skills; 3) statement of guigelines to develop undergraduate students' needs to concern about background differences; 4) encouraging undergraduate students' health behaviors by promoting the utility knowledge of health promotion; and 5) improvement of undergraduate students' life skills on emotional coping skills and thinking skills to reduce the major risk behaviors which were accident and violence, smoking, and sex.

คำสำคัญ: ทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมเสี่ยง นิสิต/นักศึกษา

Keywords: life skills, health behaviors, risk behaviors, undergraduate students